

I diritti umani nelle relazioni con gli altri: educare all'empatia

Guida docenti
Amnesty Kids

empatia

diritti

rispetto

ascolto

ITALIA

AMNESTY
INTERNATIONAL



I diritti umani nelle relazioni con gli altri: educare all'empatia

Guida docenti
Amnesty Kids

Coordinamento editoriale di Flavia Citton

Testo a cura di Sofia Bonomo

Con il contributo di Chiara Pacifici

Progetto grafico: Ornella Fabretti

Illustrazioni: Dario De Marco

Stampa: Digitalialab

2025 ©Amnesty International Italia

Ufficio Educazione e Formazione

Via Goito 5, 00185 Roma

amnestykids@amnesty.it – www.amnesty.it/scuole/amnesty-kids/

NOTA SUL LINGUAGGIO

Questo percorso è dedicato all'approfondimento dei diritti umani, all'importanza dell'empatia e del rispetto nelle relazioni. Laddove possibile, abbiamo usato un linguaggio ampio e il più possibile rappresentativo delle diversità. A volte, abbiamo scelto di usare i generi maschile e femminile (i ragazzi/le ragazze, gli studenti/le studentesse...) oppure termini più generali (la classe) essendo consapevoli di non poter rappresentare tutte le differenze che possono caratterizzare le persone, con l'unico obiettivo di facilitare la lettura e la comprensione del testo da parte dei più giovani, cui questa proposta è rivolta. Laddove abbiamo citato dichiarazioni o documenti del passato, abbiamo mantenuto il linguaggio delle traduzioni ufficiali, che riporta termini ormai desueti, come ad esempio *razza*: pur consapevoli della loro inadeguatezza, sono parte di documenti ufficiali e come tali vengono riportati.

INDICE

Introduzione

Diritti umani, rispetto, empatia	4
Cosa sono i diritti umani e perché hanno a che fare con il rispetto e l'empatia	5
Ma cosa c'entrano i diritti umani con i rapporti interpersonali?	6
Cosa significa educare alle emozioni?	7
Riconoscere ed esprimere le proprie emozioni	8
Empatia e rispetto per i diritti umani	9
La comunicazione come strumento di relazione e rispetto dei diritti umani	10
Educazione ai diritti umani e alle relazioni in un contesto partecipativo	11
Educare ai diritti umani	13

Unità 1. Conosciamo i diritti e le emozioni

Introduzione e obiettivi	15
Attività 1: "Presentiamoci! Ma in modo diverso..."	16
Attività 2: "Il mosaico delle diversità"	18
Attività 3: "Che succede oggi? Gira la ruota"	28

Unità 2. Tutti uguali, tutti diversi

Introduzione e obiettivi	43
Attività 1: "Le parole dell'empatia"	44
Attività 2: "Cruciverba delle emozioni"	46
Attività 3: "Io la vedo così"	48

Unità 3. Siamo cresciuti insieme

Introduzione e obiettivi	51
Attività 1: "Il bastone parlante"	52
Attività 2: "Allena-menti"	54
Attività 3: "Il Codice del rispetto"	56
Attività 4: "Il giornalino di scuola nel 2025"	60
Attività 5: "I sottobicchieri dei diritti umani"	62

Vademecum del benessere

65

Azioni Urgenti Kids

66

Fonti e bibliografia

67

Appunti

68

INTRODUZIONE

Diritti umani, rispetto, empatia

Quest'anno il progetto **Amnesty Kids si concentrerà sui diritti umani, il rispetto e l'empatia nei rapporti interpersonali**. Rispettare gli altri e essere empatici non significa solo saper comunicare i propri sentimenti, ma anche comprendere quelli delle altre persone, riconoscerne i bisogni, rispettare la privacy e costruire relazioni sane, prive di violenza e discriminazione.

Ognuno nasce con dei **diritti fondamentali** che ci accompagnano per tutta la vita, i diritti umani, quei principi universali che garantiscono dignità, uguaglianza e libertà a tutte e tutti, senza alcuna distinzione. Le persone di minore età, godono poi di diritti aggiuntivi, sanciti dalla Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza¹.

Nel nostro sistema educativo, le Linee Guida Nazionali emesse nel 2015 dal Ministero dell'università e della ricerca ribadiscono il principio semplice ma imprescindibile di **promuovere la parità tra i sessi, prevenire la violenza di genere e contrastare ogni forma di discriminazione**². Non si tratta solo di una semplice indicazione, ma di un impegno concreto che le scuole sono chiamate a realizzare, coinvolgendo l'ambiente scolastico e familiare, in un percorso condiviso di **consapevolezza, rispetto e uguaglianza**.

L'educazione ai diritti umani promuove il rispetto delle differenze ed è fondamentale nell'ambito delle competenze che alunne e alunni devono acquisire come parte essenziale dell'educazione alla cittadinanza. Tale educazione non ha uno spazio e un tempo definiti, ma è connessa ai contenuti di tutte le discipline, con la conseguenza che **ogni insegnante concorre alla crescita relazionale e affettiva delle alunne e degli alunni**, attraverso il loro coinvolgimento attivo, e valorizzando il loro protagonismo, in tutte le tappe del processo educativo.

1. La Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza è un documento che stabilisce i diritti di ogni minore. È stata approvata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il 20 novembre 1989 e l'Italia l'ha ratificata il 27 maggio 1991 con la legge n. 176. È il punto di riferimento per tutta una serie di iniziative legislative e operative, interne agli stati o sovranazionali, a beneficio dell'infanzia: i suoi principi sono stati recepiti nel testo di molte costituzioni nazionali. È l'unico documento internazionale ratificato da tutti gli stati, tranne gli Stati Uniti, che lo hanno solo firmato.

2. Il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca fornisce le Linee Guida Nazionali sull'articolo 1 comma 16 della Legge 107 del 2015, rivolte alle Istituzioni scolastiche autonome per l'attuazione della suddetta legge che recita: "Il piano triennale dell'offerta formativa assicura l'attuazione dei principi di pari opportunità promuovendo nelle scuole di ogni ordine e grado l'educazione alla parità tra i sessi, la prevenzione della violenza di genere e di tutte le discriminazioni, al fine di informare e di sensibilizzare gli studenti, i docenti e i genitori sulle tematiche indicate dall'articolo 5, comma 2, del decreto-legge 14 agosto 2013, n. 93, convertito, con modificazioni, dalla legge 15 ottobre 2013, n. 119".

Parlare solo di violenza di genere, però non basta più, occorre cambiare prospettiva. Non sono sufficienti le campagne rivolte agli adulti, per quanto importanti.

Bisogna iniziare da subito e insegnare anche ai più piccoli a riconoscere le emozioni, a gestire la rabbia, a costruire relazioni sane, a superare stereotipi e dinamiche tossiche.

L'educazione ai diritti umani ha a che fare con il rispetto per sé stessi e per gli altri, la capacità di dire **"no"** quando ci si sente a disagio, il diritto di esprimere le proprie emozioni senza paura e l'importanza di accogliere le differenze. È strettamente legata alla vita di tutti i giorni, perché permette di creare una società più equa, in cui ogni persona possa sentirsi accolta e valorizzata. Il diritto di esprimere un'opinione in classe, quello di essere ascoltati dai genitori, il diritto a un'educazione che non faccia differenze di genere o di origine. Questa forma di educazione non è un'utopia astratta, ma una risposta concreta e urgente. È l'unica in grado di contrastare davvero la radice della violenza, prima che attecchisca...

Questa guida si propone di fornire strumenti pratici per accompagnare le/gli insegnanti in un percorso di conoscenza dei diritti umani basato sul rispetto degli altri, l'ascolto reciproco e il consenso.

Non è mai troppo presto per imparare il rispetto e la cura dell'altro, ma può diventare troppo tardi. Amnesty International è pronta a fare la sua parte, guidando – insieme a chi educa – un cambiamento culturale profondo e necessario. **Solo così potremo davvero costruire un futuro in cui la discriminazione e la violenza siano non solo condannate, ma finalmente superate**, a partire dalle e dai più giovani.

Cosa sono i diritti umani e perché hanno a che fare con il rispetto e l'empatia

Dal 1948 a oggi la 'Dichiarazione universale dei diritti umani' (DUDU) ha ispirato trattati internazionali, costituzioni e leggi interne dei singoli stati: è anche il documento fondante dell'azione di Amnesty International, impegnata dal 1961 nella difesa e nella promozione dei diritti umani.

La DUDU è la base su cui le Ong (Organizzazioni non governative), le organizzazioni internazionali e le associazioni di tutto il mondo hanno costruito e continuano a costruire il loro lavoro. Spesso si pensa ai diritti umani come a concetti astratti, lontani dalla vita quotidiana, in realtà essi sono parte integrante delle esperienze di ogni giorno: il diritto di esprimere un'opinione in classe, quello di essere ascoltati dai genitori, il diritto a un'educazione che non faccia differenze di genere o di origine.

Educare ai diritti umani nei rapporti interpersonali offre un'opportunità unica per insegnare questi diritti in modo concreto, aiutando le persone più giovani a riconoscerli nelle loro relazioni, nei giochi, a scuola e in famiglia.

Ma cosa significa, in concreto, che i diritti umani appartengono a tutti? Per comprenderlo meglio, possiamo identificare alcune caratteristiche essenziali:

↪ I diritti umani sono **inalienabili**.

Significa che non possono essere tolti a nessuno, perché fanno parte della condizione stessa di essere umano. Solo in circostanze eccezionali alcuni diritti possono essere temporaneamente limitati: per esempio, se una persona commette un crimine, potrebbe perdere temporaneamente la libertà, ma non il diritto a essere trattata con dignità e rispetto.

↪ I diritti umani sono **indivisibili, interdipendenti e connessi tra loro**.

Ogni diritto umano è collegato agli altri: non si possono considerare separatamente. Il diritto all'istruzione, per esempio, è strettamente legato al diritto all'informazione e alla libertà di espressione. Se uno di questi diritti viene negato, anche gli altri ne risentono. È come una catena: se un anello si spezza, tutta la struttura perde forza.

↪ I diritti umani sono **universali**.

Significa che valgono per tutte le persone, ovunque nel mondo, senza alcuna distinzione. Non importa la nazionalità, il genere, la religione, l'orientamento sessuale, la condizione sociale o qualsiasi altra caratteristica: ogni individuo ha diritto allo stesso trattamento. Tuttavia, l'universalità non significa che le differenze culturali debbano essere ignorate. I diritti umani stabiliscono un livello minimo di rispetto e dignità che deve essere garantito a tutte e tutti, ma ogni società può scegliere di applicarli in modo ancora più ampio e inclusivo.

Insegnare i diritti umani significa aiutare bambini e ragazzi a riconoscere il proprio valore e quello degli altri, a comprendere che nessuno è inferiore a un altro e che tutti meritiamo di essere trattati con rispetto. Quando i diritti umani vengono rispettati, le persone possono esprimersi liberamente, crescere in ambienti sicuri e sviluppare relazioni sane. Per questo, nel percorso che seguirà, esploreremo anche il legame tra i diritti umani e l'educazione affettiva, per aiutare le persone più giovani a costruire un mondo più giusto e inclusivo.

Ma cosa c'entrano i diritti umani con i rapporti interpersonali?

Per capire questa connessione, dobbiamo partire dal **concetto** stesso di **affettività**.

Impostare i rapporti interpersonali sul rispetto e sull'empatia significa imparare a riconoscere i sentimenti propri e altrui, creare relazioni sane, comprendere l'importanza del consenso e saper comunicare in modo chiaro e non violento.

In altre parole, ci aiuta a vivere le nostre relazioni in modo sano e rispettoso, evitando situazioni di prevaricazione, discriminazione o violenza. Pensiamo per

esempio a un bambino che viene preso in giro per il suo aspetto fisico: senza un'educazione basata sui diritti umani, potrebbe sentirsi solo e incapace di reagire. Se invece impariamo fin da piccoli che "tutti gli esseri nascono liberi ed eguali" e che ogni individuo ha diritto al rispetto e alla dignità, possiamo costruire un ambiente scolastico e sociale più inclusivo e accogliente.

Infine, un'educazione fondata sui diritti umani non implica solo imparare a rispettare gli altri, ma anche a rispettare sé stessi ed esercitarsi a esprimere il consenso. **Ogni bambina/o o ragazza/o deve sapere che ha il diritto di dire di no, di manifestare i propri sentimenti e di essere ascoltato.** Deve capire che nessuno può costringerlo a fare qualcosa che lo mette a disagio e che il rispetto reciproco è la base di ogni relazione sana.

Cosa significa educare alle emozioni?

Come abbiamo già detto, educare alle emozioni non significa solo imparare a esprimere i sentimenti, ma anche acquisire strumenti per interpretare il mondo emotivo che ci circonda, riconoscere i bisogni propri e altrui e affrontare le relazioni interpersonali in modo equilibrato.

Viviamo in una società in cui le emozioni giocano un ruolo centrale nella vita quotidiana. Sin da piccoli, i giovani si trovano a confrontarsi con gioia e tristezza, entusiasmo e paura, affetto e rabbia. Tuttavia, spesso non ricevono una formazione, indicazioni o una **guida specifica su come gestire questi sentimenti, su come comunicare i propri bisogni o su come rispondere alle emozioni degli altri.**

L'Educazione ai diritti umani serve proprio a colmare questa lacuna e questo bisogno, fornendo strumenti pratici per affrontare il mondo delle relazioni con consapevolezza e rispetto.

Ma perché è così importante? Perché le emozioni non sono semplicemente qualcosa che "sentiamo", ma influenzano profondamente il nostro modo di pensare, agire e interagire con gli altri. Una buona educazione affettiva può:



FAVORIRE LA CONSAPEVOLEZZA EMOTIVA

Essere consapevoli delle proprie emozioni significa saperle riconoscere, dare loro un nome e comprendere perché le proviamo. Questo è il primo passo per imparare a gestirle in modo sano, senza esserne sopraffatti o reprimerle.



INSEGNARE L'EMPATIA

Riuscire a mettersi nei panni degli altri è essenziale per costruire relazioni basate sul rispetto reciproco. Una persona giovane che impara a riconoscere le emozioni altrui sarà più propenso a trattare gli altri con gentilezza e comprensione, evitando atteggiamenti violenti, aggressivi o prevaricatori.



PREVENIRE LA VIOLENZA E IL BULLISMO

Spesso i comportamenti violenti o discriminatori nascono dall'incapacità di gestire la frustrazione, dalla paura del diverso o dalla mancanza di strumenti per risolvere i conflitti in modo pacifico. Un'educazione affettiva mirata aiuta a riconoscere e controllare impulsi aggressivi e a sviluppare strategie di comunicazione non violente.



PROMUOVERE IL RISPETTO DEI DIRITTI UMANI

L'educazione ai sentimenti è profondamente legata ai diritti umani: imparare a rispettare le emozioni e i bisogni degli altri significa anche riconoscere che ogni persona ha diritto alla propria libertà, alla propria opinione e al proprio benessere. Se giovani e adolescenti capiscono che il rispetto è alla base delle relazioni, saranno più inclini a difendere i diritti propri e altrui.



AIUTARE NELLA COSTRUZIONE DELL'IDENTITÀ PERSONALE

Ogni persona ha il diritto di crescere in un ambiente che gli permetta di esprimere liberamente la propria personalità, senza paura di essere giudicata o esclusa. Attraverso l'educazione affettiva, si aiutano le e gli studenti a sviluppare sicurezza in sé stessi, autostima e capacità di autodeterminazione.

Riconoscere ed esprimere le proprie emozioni

Ogni bambino e adolescente attraversa un percorso di crescita in cui le emozioni giocano un ruolo centrale.

Fin dai primi anni di vita, **le esperienze affettive plasmano il modo in cui ogni persona impara a conoscere se stessa e a relazionarsi con gli altri.** Tuttavia, non sempre ai giovani viene insegnato a riconoscere e a esprimere ciò che sentono.

Le emozioni non sono solo reazioni istintive: sono strumenti attraverso cui comprendiamo il mondo e comunichiamo con gli altri. Ogni emozione ha una funzione precisa nel nostro sviluppo. Ad esempio, la gioia non è solo un momento di benessere, ma rafforza la motivazione ad apprendere e a condividere con gli altri. La tristezza, invece, è fondamentale per elaborare un cambiamento o una perdita, permettendo ai bambini e ai ragazzi di dare senso alle esperienze difficili. La rabbia non è un'emozione negativa in sé, ma un segnale che qualcosa è percepito come ingiusto o minaccioso: il compito dell'educazione emotiva è aiutare i più giovani a trasformare questa energia in un'azione costruttiva, anziché in comportamenti impulsivi o distruttivi. Anche la paura svolge un ruolo essenziale, perché insegna a riconoscere i pericoli e a proteggersi, ma deve essere bilanciata dalla capacità di distinguere tra timori reali e paure irrazionali.

Ma riconoscere le proprie emozioni non basta: **è altrettanto importante poterle esprimere.** Ogni minore ha diritto a comunicare ciò che sente, senza paura di essere giudicato o ridicolizzato. Spesso, invece, i ragazzi ricevono messaggi contraddittori: si dice loro di non piangere, di non arrabbiarsi, di non mostrare

paura. Questo può portarli a reprimere le emozioni, con il rischio di sentirsi soli o incompresi. In realtà, esprimere ciò che si prova è un atto di libertà e un diritto fondamentale.

Il diritto all'espressione emotiva non riguarda solo la sfera individuale, ma ha un impatto anche sulle relazioni con gli altri. Quando i ragazzi imparano a comunicare ciò che provano in modo chiaro e rispettoso, diventano più empatici e attenti alle emozioni altrui. Questo favorisce un clima di rispetto e riduce il rischio di conflitti e incomprensioni. Inoltre, sapere che le proprie emozioni hanno valore li aiuta a riconoscere quando qualcuno sta violando i loro diritti o quelli degli altri. Se una persona si sente ascoltata e rispettata, sarà più incline a difendere la propria dignità e a sviluppare relazioni basate sulla fiducia reciproca.

Empatia e rispetto per i diritti umani

L'empatia è una delle capacità fondamentali che giovani e adolescenti possono sviluppare per costruire relazioni sane e rispettose. È la chiave per comprendere le altre persone, riconoscere le loro emozioni e rispondere in modo sensibile. **Spesso si pensa all'empatia come a una dote innata, ma in realtà è una competenza che si può apprendere e coltivare nel tempo.** Ogni esperienza di ascolto, ogni momento di condivisione e ogni occasione di confronto aiutano i soggetti a comprendere meglio il mondo intorno a loro e a sviluppare un senso di giustizia e solidarietà.

Essere persone empatiche non significa solo riconoscere le emozioni altrui, ma anche agire di conseguenza. Un minore che capisce che un compagno si sente escluso può scegliere di coinvolgerlo, proprio come un ragazzo che nota un'ingiustizia può decidere di intervenire. Questo legame tra empatia e azione è fondamentale nella formazione di cittadini attivi, capaci di difendere i diritti propri e altrui.

Per un bambino o un ragazzo, questo può significare imparare a considerare un compagno di un'altra cultura come un amico, oppure comprendere che una persona con una disabilità ha gli stessi diritti e bisogni di chiunque altro. L'educazione all'empatia aiuta a costruire una società più inclusiva, in cui le diversità sono una ricchezza da accogliere e valorizzare.

A scuola, il personale docente ha un ruolo essenziale in questo percorso. Attraverso il dialogo, la lettura di storie, la condivisione di esperienze e la creazione di spazi sicuri per esprimere emozioni e opinioni, possono aiutare ragazze e ragazzi a sviluppare una maggiore sensibilità verso gli altri. L'empatia si alimenta nell'incontro con l'altro: ogni volta che un bambino si sente ascoltato e compreso, impara a fare lo stesso con chi lo circonda.

La comunicazione come strumento di relazione e rispetto dei diritti umani

La comunicazione è uno degli strumenti più potenti che abbiamo per esprimere chi siamo, costruire relazioni e vivere insieme in modo armonioso. Fin da piccoli, impariamo che le parole possono avvicinarci o allontanarci dagli altri, possono farci sentire accolti oppure esclusi, compresi o fraintesi. **Comunicare non significa solo parlare, ma anche ascoltare, osservare e rispondere in modo rispettoso a ciò che gli altri ci trasmettono.** È attraverso la comunicazione che costruiamo legami di fiducia e impariamo a rispettare le emozioni, i bisogni e i diritti delle persone intorno a noi.

Ogni persona ha diritto a esprimere i propri pensieri e sentimenti senza il timore di essere giudicata o ridicolizzata. Questo è un principio fondamentale dei diritti umani: la libertà di espressione.

L'Articolo 19 della 'Dichiarazione universale dei diritti umani' ci ricorda che: *"Ogni individuo ha diritto alla libertà di opinione e di espressione, incluso il diritto di non essere molestato per le proprie opinioni e quello di cercare, ricevere e diffondere informazioni e idee attraverso ogni mezzo e senza riguardo a frontiere"*, così come nell'articolo 14 della 'Convenzione internazionale sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza', si riconosce alle persone minorenni la libertà di pensiero, di coscienza e di religione.

Tuttavia, perché la comunicazione sia davvero efficace, deve fondarsi sul rispetto reciproco. **Non si tratta solo di "dire ciò che si pensa", ma di farlo in modo che tenga conto delle emozioni e della dignità di chi ci ascolta.** Saper comunicare in modo empatico e consapevole aiuta ogni giovane persona a esprimere i propri bisogni senza prevaricare, e a difendere i propri diritti senza ricorrere all'aggressività o alla chiusura.

Molti conflitti e anche manifestazioni più gravi di violenza e soprusi, dentro e fuori dalla scuola, nascono proprio da incomprensioni o da una comunicazione poco attenta. A volte si litiga perché ci si sente ignorati, perché si usano parole troppo dure o perché non si riesce a spiegare cosa si prova. Per questo, educare i ragazzi a comunicare in modo efficace è fondamentale per creare un ambiente sereno e rispettoso. Un bambino che impara ad ascoltare con attenzione e sviluppa una vera e propria abitudine all'ascolto, sarà più capace di comprendere il punto di vista degli altri; un ragazzo che sa esprimere in modo chiaro i propri pensieri sarà meno incline a sfogare la frustrazione con rabbia o silenzi ostili.

In una società in cui le differenze culturali, sociali e personali sono sempre più evidenti, insegnare alle persone più giovani a comunicare con rispetto e apertura è un passo essenziale per la costruzione di comunità inclusive, in cui i diritti di tutte e tutti siano riconosciuti e protetti.

Ma la comunicazione non è fatta solo di parole. I gesti, gli sguardi, il tono della voce, persino il silenzio, trasmettono messaggi importanti. Una persona che viene

accolta con uno sguardo gentile si sentirà più a suo agio nel parlare; un giovane che vede un insegnante disponibile sarà più incline a chiedere aiuto quando ne ha bisogno. **Creare un ambiente scolastico in cui ogni studente si senta ascoltato e valorizzato significa anche insegnare, attraverso l'esempio, che la comunicazione rispettosa è un diritto di tutti.**

Infine, è fondamentale aiutare le e gli studenti a riconoscere quando la comunicazione diventa uno strumento di **prevaricazione o ingiustizia**. Il linguaggio può essere usato per ferire, escludere o discriminare. Imparare a scegliere le parole con cura, a rifiutare il linguaggio violento e a contrastare la diffusione di pregiudizi è una responsabilità che ogni bambino e ragazzo può assumere, a partire dai piccoli gesti quotidiani. Dire a un compagno parole di incoraggiamento invece che di derisione, ascoltare senza interrompere, evitare di usare insulti o soprannomi offensivi: tutte queste sono azioni che contribuiscono a costruire un mondo in cui il rispetto per i diritti umani non sia solo un'idea astratta, ma una pratica concreta e quotidiana.

Educazione ai diritti umani e alle relazioni in un contesto partecipativo

La guida che avete tra le mani è pensata come uno strumento che accompagnerà le e gli insegnanti in un percorso che integra l'educazione ai diritti umani con l'educazione ai rapporti interpersonali, attraverso un approccio che mette al centro la partecipazione attiva e il rispetto reciproco.

L'Educazione ai diritti umani, secondo il quadro proposto da Amnesty International, è una pratica volontaria e partecipativa, volta a dare forza alle persone, ai gruppi e alle comunità, attraverso la promozione di conoscenze, capacità e comportamenti che siano coerenti con i principi internazionalmente riconosciuti in materia di diritti umani.

L'approccio in questa guida si fonda su questi stessi principi, con **l'obiettivo di sensibilizzare ed educare le e gli studenti non solo ai diritti umani, ma anche all'importanza di un'educazione che sappia includere le emozioni e i sentimenti**. Un'educazione che si sviluppi attraverso i diritti umani, mettendo in pratica i principi di uguaglianza, rispetto e solidarietà. Non solo si educa ai diritti umani, ma attraverso di essi si crea uno spazio in cui ogni partecipante è chiamato a riconoscere e rispettare i propri e gli altrui diritti, imparando a fare delle emozioni e dei legami affettivi uno strumento di crescita personale e collettiva.

Le attività proposte si concentrano sull'*empowerment* e sull'attivazione di ragazze e ragazzi come soggetti pensanti, creativi e capaci di portare cambiamento. Ogni esercizio, ogni proposta e spunto di riflessione è pensata per mettere in discussione i valori, i comportamenti e le attitudini che influenzano il nostro modo di vedere e trattare gli altri.

Questo percorso, che invita alla riflessione critica, aiuta a sviluppare la consa-

pevolezza dei diritti come qualcosa di concreto, che non riguarda solo il nostro benessere ma anche il nostro impegno a rispettare gli altri. In questo senso, ragionare sulle proprie emozioni diventa uno degli strumenti per aiutare i ragazzi a comprendere che solo partendo dalla consapevolezza di sé e degli altri è possibile rispettare veramente i diritti umani.

Fondamentale risulta quindi la scelta di proporre testimonianze dirette di difensori dei diritti umani. **Ascoltare e raccontare le storie di persone che ogni giorno si battono per i diritti umani, genera nelle e negli studenti quell'empatia e quell'indignazione che, unite alla conoscenza dei propri diritti, permettono di entrare in azione contro le ingiustizie, dentro e fuori la scuola. Le storie diventano quindi uno strumento prezioso per favorire la partecipazione attiva.**

La metodologia proposta sarà partecipativa: le e gli studenti non saranno invitati solo a ricevere passivamente i contenuti proposti, ma saranno i protagonisti attivi di un processo che li porterà a riflettere criticamente, ad analizzare e a risolvere collettivamente i problemi. Ogni attività è concepita per stimolare il pensiero, la capacità di analisi e l'impegno attivo. Questo approccio favorisce l'acquisizione di una cultura dei diritti umani, ma anche l'apprendimento per i diritti, dove ogni persona è messa in condizione di esercitare i propri diritti e, al contempo, rispettare quelli degli altri.

Le metodologie partecipative sono il cuore di questo kit. Esse mirano non solo a sensibilizzare, ma anche a trasformare attitudini e comportamenti, a stimolare una partecipazione attiva e un impegno costante per la tutela dei diritti umani. Insegnare ai ragazzi a riflettere criticamente e a comprendere le dinamiche sociali in cui vivono li prepara a essere futuri cittadini responsabili, capaci di influenzare positivamente la loro comunità e la società nel suo complesso.



Concludendo, l'obiettivo di questa proposta è quello di offrire agli studenti non solo conoscenze teoriche, ma esperienze vissute che possano tradursi in un cambiamento concreto nella loro vita quotidiana. Attraverso questo percorso, speriamo che ragazze e ragazzi possano sviluppare una visione critica, empatica e solidale, diventando non solo difensori dei propri diritti, ma anche promotori di un mondo più giusto per tutti.

Educare ai diritti umani

L'Educazione affettiva, intesa come pratica consapevole, partecipativa e trasformativa, è parte integrante dell'Educazione ai diritti umani (EDU).

Essa si fonda sul riconoscimento che ogni persona, per godere pienamente dei propri diritti, ha bisogno di essere ascoltata, accolta e rispettata anche nella propria dimensione emotiva e relazionale.

L'**educazione affettiva come pratica dei diritti umani** promuove la consapevolezza emotiva, la capacità di riconoscere e rispettare le emozioni proprie e altrui, e l'apprendimento di linguaggi relazionali basati sull'ascolto, sulla non-violenza e sulla dignità reciproca.

Quando promuoviamo **la consapevolezza emotiva e la capacità di comunicare** in modo rispettoso, stiamo educando a vivere i diritti umani, non solo a conoscerli. Non basta, infatti, trasmettere norme e articoli: i diritti diventano reali solo quando vengono sperimentati nelle relazioni, nel linguaggio, nei gesti quotidiani. L'educazione affettiva, in questo senso, rappresenta un ponte tra il sapere e l'essere, tra i valori scritti nelle convenzioni internazionali e il modo in cui trattiamo chi ci sta accanto.

Questa educazione avviene anche attraverso i diritti umani: ogni processo formativo dovrebbe essere costruito nel rispetto della dignità, dell'identità e della libertà di chi apprende. Solo in un contesto sicuro e accogliente si può davvero imparare a prendersi cura di sé e degli altri.

N.B. A pag. 65 di questa guida e a pag. 63 del quaderno Amnesty kids è presente un 'Vademecum del benessere' con una serie di suggerimenti sui comportamenti e le relazioni che possono ispirare ragazze e ragazzi nella loro quotidianità. Inoltre, nel kit che avete ricevuto, troverete anche una ruota da ritagliare e montare, e 25 copie di cartoncini con dei sottobicchieri da ritagliare che ragazze e ragazzi utilizzeranno 'per portare i diritti umani fuori dalla classe'. Maggiori informazioni su questi materiali li troverete alle pagg. 28 e 62 di questa guida. Alla fine delle unità del quaderno per gli studenti, ragazze e ragazzi potranno riflettere su quanto realizzato grazie al diario di bordo.



UNITÀ 1

Pagina 6
del quaderno Amnesty Kids

CONOSCIAMO I DIRITTI E LE EMOZIONI



**“Da grande voglio essere
proprio come me.”**

Dalla serie tv “I Simpson”



Introduzione

Invitare ragazze e ragazzi a esplorare e condividere le proprie emozioni in modo creativo e autentico, senza concentrarsi su aspetti fisici o sociali, può iniziare ad avvicinarli a una dialettica diversa di conoscenza di sé stessi, facendo emergere ciò che sentono davvero, favorendo l'empatia e incoraggiando una comunicazione aperta e sincera. Comprendere poi quanto sia stretto **il legame tra diritti umani ed espressione delle emozioni** nella quotidianità di ogni persona, costituisce un primo passo verso un cambiamento positivo.



Obiettivi

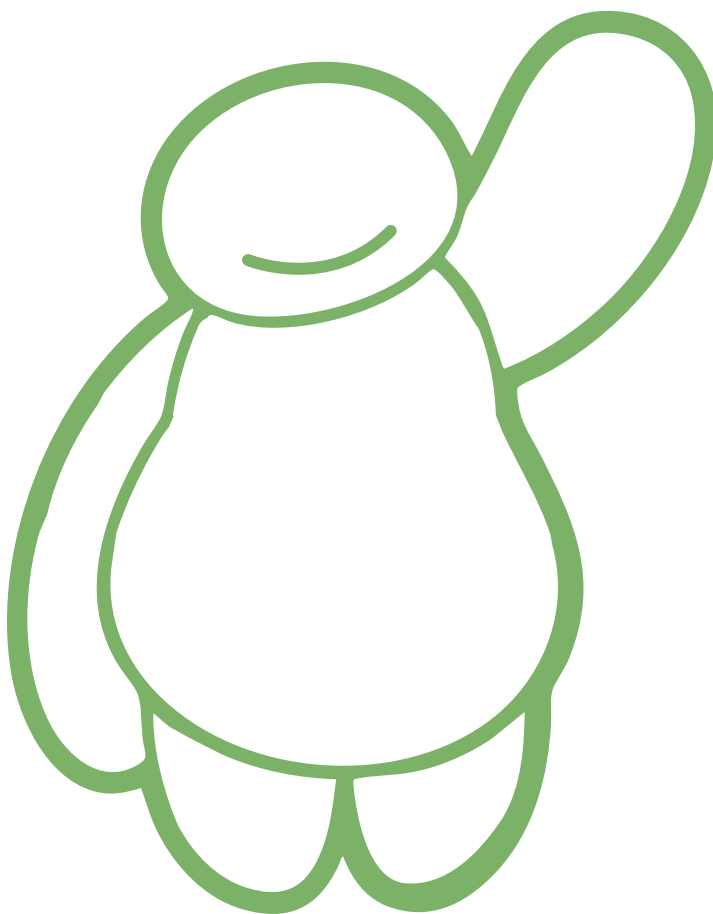
- 1 • Aiutare i ragazzi ad esplorare e comprendere le proprie emozioni, promuovendo comportamenti non discriminatori o aggressivi.
- 2 • Promuovere il rispetto e la valorizzazione della diversità, come parte fondante dei diritti umani.
- 3 • Favorire il collegamento tra diritti umani, emozioni e comportamenti sviluppando empatia, rispetto degli altri e senso di giustizia.

Attività 1

Presentiamoci! Ma in modo diverso...

L'obiettivo di questa attività è cambiare il tradizionale modo di presentarsi, che spesso si concentra su caratteristiche fisiche o socialmente accettate, invitando ragazze e ragazzi a descriversi attraverso le emozioni che provano più frequentemente. Tramite l'esercizio di illustrare o scrivere le proprie emozioni, impareranno a riconoscere ed esprimere i propri sentimenti, sviluppando atteggiamenti e comportamenti rispettosi dei diritti umani.

1. Chiedete alla classe di aprire il quaderno Amnesty Kids a pagina 7 e osservare la sagoma su cui ognuno andrà a lavorare, immaginandosi che questa li rappresenti. Domandate loro di inserire, disegnando o scrivendo all'interno e all'esterno della sagoma una o più emozioni (positive e/o negative) che hanno vissuto negli ultimi giorni, settimane o recentemente, che li hanno colpiti particolarmente e che hanno voglia di condividere con la classe.



2. Potete suggerire alcuni sentimenti più comuni, scrivendoli alla lavagna: euforia, tristezza, rabbia, felicità, frustrazione, disgusto, noia, invidia, sorpresa, amore, interesse, speranza, paura, imbarazzo, coraggio, ansia, tenerezza, soggezione, odio, piacere. Possono trasformare questa sagoma come preferiscono, in base a come si vedono e si sentono, colorandola, disegnandola esternamente o internamente, inserendo parole all'interno o all'esterno e così via...
3. Lasciate 15 minuti per completare l'esercizio che, preferibilmente, dovrebbe svolgersi in silenzio, in modo tale che la classe possa rimanere concentrata.

Chiedete poi di presentare loro stessi attraverso le proprie emozioni, come ad esempio: "Mi chiamo Sara e l'emozione più forte che ho vissuto ultimamente è stata una forte felicità perché ho finalmente imparato a fare correttamente la rovesciata a ginnastica artistica".

Questa presentazione darà l'occasione di sentirsi liberi di esprimersi, condividendo con la classe le emozioni illustrate e perché le hanno scelte.

Per stimolare la conversazione e facilitare una lettura più profonda e ferma delle proprie emozioni, potete porre le seguenti domande a chi, secondo voi, può essere più aperto alla condivisione:

- Avevi mai provato questa emozione?
- Oggi, che effetto ti fa ritornarci con il ricordo?
- Ti senti sereno in questa emozione e/o descrizione che hai fatto?

4. Potete poi avviare una riflessione condivisa anche sulla parte più creativa del lavoro svolto, e chiedere quale modalità hanno scelto per rappresentarsi, se disegnando o scrivendo.

Potete poi scrivere alla lavagna le emozioni che sono state più citate dalla classe.



SOFFERMATEVI SUL FATTO CHE ANCHE SE CI SONO DIFFERENZE TRA DI NOI, SIAMO TUTTI UGUALI NEL SENSO CHE ABBIAMO LE STESS EMOZIONI, COSÌ COME GLI STESSI DIRITTI.

Abbiamo alcune cose in comune con gli altri, ma abbiamo anche capacità e qualità diverse che contribuiscono alla nostra unicità come esseri umani.

Attività 2

Il mosaico delle diversità

Questa attività è stata pensata per far comprendere che i diritti umani di cui oggi godiamo non sono qualcosa di 'scontato' o 'automatico', ma ogni diritto è il risultato di battaglie, vere e spesso dolorose, portate avanti da persone che hanno lottato – a volte mettendo a rischio anche la propria vita – per ottenere giustizia, libertà e dignità per sé e per gli altri.

Attraverso un "mosaico" composto da 8 tessere, ragazze e ragazzi saranno invitati a riflettere su alcune situazioni quotidiane che coinvolgono emozioni, relazioni e differenze personali.

Il percorso unisce l'Educazione ai diritti umani con quella alle emozioni, per far emergere l'importanza di accogliere e rispettare ogni persona, nelle sue unicità e nella sua storia.

1. Nelle pagine dalla 31 alla 38 di questa guida troverete due pagine da "staccare" con il 'mosaico delle diversità' da ritagliare e una plancia di gioco, sempre da staccare, su cui poter appoggiare le diverse tessere per ricostruire il mosaico. Mostrate le otto tessere del mosaico: su ciascuna sono scritti alcuni diritti umani ed è raffigurata parte di una mappa del mondo.

2. Dividete la classe in 8 piccoli gruppi di tre - quattro persone e distribuite una tessera per ogni gruppo.

Chiedete a chi ha voglia di leggere ad alta voce per la classe, alle pagg. 10-16 del quaderno Amnesty Kids, i brevi racconti ispirati a situazioni reali di lotte quotidiane che Amnesty International, o altre associazioni che si battono per la tutela dei diritti umani, hanno seguito. **Ogni storia rappresenta una situazione concreta in cui un diritto è stato rispettato o conquistato oppure, al contrario, violato.** Dopo la lettura di ogni storia, chiedete ai diversi gruppi **quale diritto è in gioco in quella situazione** e a quale tessera/diritto si abbina il racconto.

3. Una volta abbinata la storia con la tessera corretta, il gruppo inserirà nel quadratino bianco sulla tessera la lettera corrispondente alla storia. Insieme, tutte le tessere daranno forma alla mappa del mondo in cui ogni persona, proprio nella sua unicità, ha valore e merita rispetto.

Durante la discussione, potete stimolare il dialogo con alcune domande guida:

N.B. In questa guida docenti, accanto a ogni storia sono riportati i diritti coinvolti in quella particolare vicenda, che sono le soluzioni al gioco di abbinamento storie- tessere. Nel quaderno studenti a pagg. 10-16, i ragazzi avranno invece solo le storie, senza i diritti coinvolti.

STORIE SUI DIRITTI UMANI

- **Diritto all'istruzione** (art. 26 DUDU)
- **Diritto a non essere sfruttati** (art. 32 CRC)

A

Iqbal, il bambino che voleva essere libero

Iqbal era un bambino del Pakistan, quando aveva solo quattro anni, la sua famiglia fu costretta a venderlo a una fabbrica di tappeti per ripagare un debito. Ogni giorno lavorava per ore e ore, senza poter giocare, studiare o stare con gli amici. I suoi polsi erano legati al telaio, e se sbagliava veniva punito. Ma Iqbal era un ragazzo estremamente coraggioso. Un giorno scappò e raccontò la sua storia a un'associazione che difendeva i diritti dei minori. **Da quel momento, iniziò a parlare in tutto il mondo per difendere i bambini che, come lui, venivano sfruttati.** Affermava che tutti i bambini dovevano essere liberi di andare a scuola e vivere la loro infanzia. **Il suo coraggio ha cambiato la storia:** grazie a lui, migliaia di bambine e bambini sono stati liberati dal lavoro forzato.

STORIE SUI DIRITTI UMANI

- **Diritto a non essere discriminati** (art. 2 DUDU)
- **Diritto alla libertà di espressione** (art. 19 DUDU)

B

Manahel, giovane donna coraggiosa

Manahel al-Otaibi è una giovane donna saudita che vuole fare del suo meglio per aiutare le donne del suo paese a essere libere e felici. Ama insegnare sport e indossare quello che le piace, e come tante persone, usa i social media per comunicare quello in cui crede: che in Arabia Saudita le donne meritano di avere più diritti di quanti ne abbiano. Un giorno però Manahel è stata arrestata solo perché **aveva scritto dei messaggi su internet e pubblicato delle foto in cui non indossava l'abaya**, un vestito tradizionale che molte donne nel suo paese sono obbligate a indossare. È stata portata in un tribunale per questo e, dopo un processo segreto e ingiusto, è stata condannata a 11 anni di carcere. Tutti noi speriamo che un giorno Manahel possa essere liberata, così potrà tornare a lottare per la giustizia e per i diritti delle donne.

Molte classi che partecipano al progetto Amnesty kids si sono già attivate per Manahel, la sua storia ha suscitato indignazione e clamore, e ha **ispirato ragazze e ragazzi ad attivarsi, a cambiare la situazione.** Guarda qui l'Azione Urgente in difesa di Manahel!



STORIE SUI DIRITTI UMANI

c Janna Jihad, giornalista

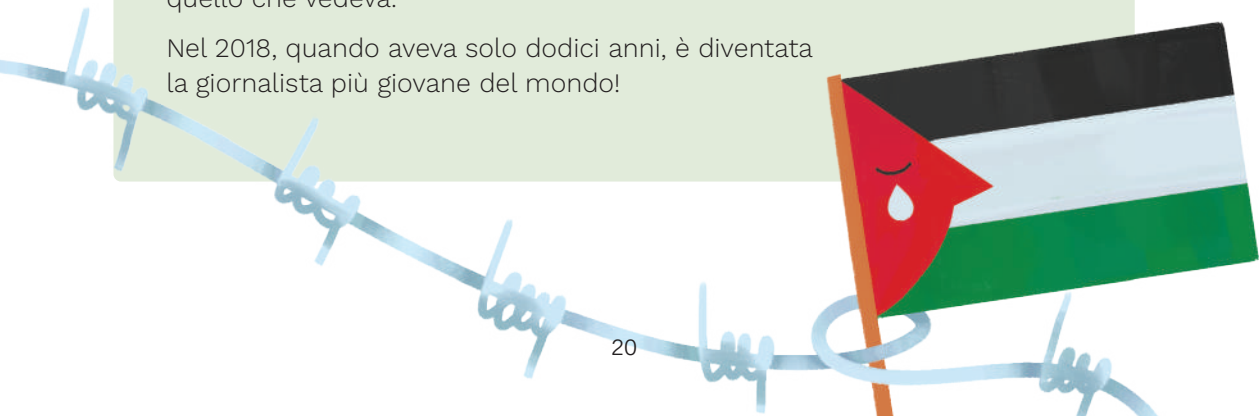
Il conflitto armato tra Israele e Territorio palestinese occupato (Tpo) è uno dei più lunghi della storia moderna ed è anche soggetto a varie interpretazioni, narrazioni e disinformazione. Dura da molti anni tra due gruppi, gli israeliani e i palestinesi. Gli israeliani sono principalmente ebrei, e i palestinesi sono principalmente arabi, molti dei quali sono musulmani, ma ci sono anche cristiani. La causa del conflitto risale al controllo della terra e della città di Gerusalemme. I palestinesi hanno diritto ad avere il loro stato e la loro autonomia, ma si scontrano con Israele, che ha preso il controllo di gran parte del territorio. Questo ha causato molti scontri armati, con gravissime violazioni dei diritti umani, e tante sofferenze.

Janna Jihad è una ragazza che viene da un piccolo villaggio chiamato Nabi Salih, in Cisgiordania che si trova vicino alla città di Ramallah. Da tanti anni, lì le persone non vivono tranquille, perché i soldati israeliani controllano molti aspetti della vita delle persone e spesso non rispettano i loro diritti. Ai bambini e alle bambine palestinesi, viene spesso impedito di andare a scuola liberamente o di muoversi senza problemi. Ci sono dei posti di blocco che rendono i viaggi molto più lunghi. A volte per arrivare a scuola ci vogliono ore! Anche gli adulti fanno fatica ad andare a lavorare, e chi sta male non riesce facilmente ad arrivare in ospedale. Nel 2009, quando Janna aveva solo tre anni, le persone del suo villaggio hanno deciso di protestare in modo pacifico, cioè senza usare violenza, per far sentire la propria voce. Ogni settimana organizzavano una manifestazione, ma purtroppo, queste proteste hanno comunque scatenato una reazione molto dura da parte dell'esercito israeliano. **Quando Janna aveva sette anni, con il cellulare della sua mamma, ha iniziato a filmare le violenze dei soldati, per raccontare la verità al mondo.** Era ancora una bambina, ma stava già facendo un lavoro molto importante: difendere i diritti delle persone.

Col tempo, tantissime persone hanno iniziato a seguire i suoi video. Anche se ha ricevuto molte minacce, Janna ha continuato a raccontare quello che vedeva.

Nel 2018, quando aveva solo dodici anni, è diventata la giornalista più giovane del mondo!

- **Diritto a non essere discriminati** (art. 2 DUDU)
- **Diritto alla libertà di espressione** (art. 19 DUDU)
- **Diritto all'istruzione** (art. 26 DUDU)
- **Diritto a una vita dignitosa** (art. 32 CRC)



STORIE SUI DIRITTI UMANI

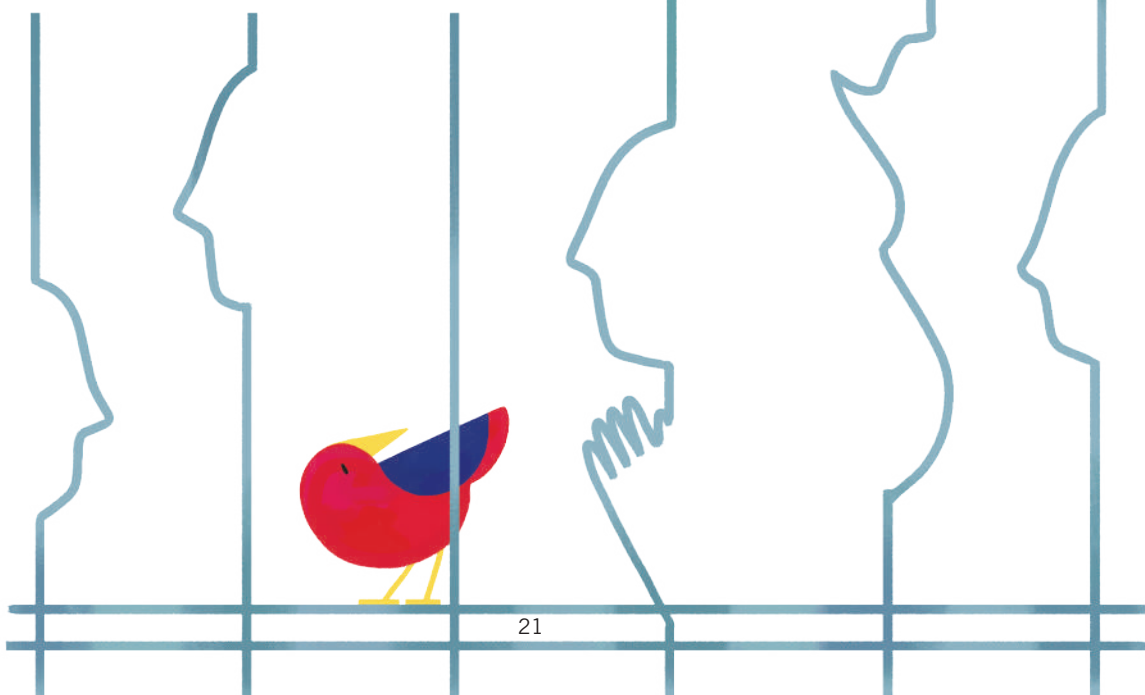
D

Le persone sono state arrestate senza motivo in Venezuela

In Venezuela, ci sono persone che sono state messe in prigione senza aver fatto nulla di illegale. Sono state arrestate solo perché hanno espresso la propria opinione, perché hanno cercato di cambiare le cose o perché sono legate a gruppi, posizioni e oppositori che il governo non gradisce. Questo è successo a insegnanti, giornalisti, attiviste e attivisti, e a tante altre persone. Emirlendris Benítez è una commerciante che è stata arrestata quando era incinta solo per aver condiviso un viaggio in automobile con persone che avevano preso parte a una manifestazione contro il presidente Maduro e ha subito dei maltrattamenti. Non solo è stata messa in prigione, ma le sono anche stati causati gravi problemi di salute. Adesso ha bisogno di una sedia a rotelle per muoversi. Altri, come Guillermo Zárraga, segretario del Sindacato unico dei lavoratori della compagnia petrolifera statale, sono stati messi in prigione senza alcun motivo reale. Le sue condizioni di salute sono gravi e non ha accesso ad acqua potabile né a cibo adeguato. Queste storie sono parte di un problema più ampio e globale, per cui **le persone sono messe in prigione per motivi politici, solo per quello in cui credono**. Solo in Venezuela sono circa 300. Molte attiviste e attivisti in tutto il mondo stanno cercando di cambiare questa situazione, chiedendo la loro liberazione.

► **Diritto alla libertà di espressione**

(art. 19 DUDU)

► **Diritto a un processo equo** (art. 10 DUDU)► **Divieto di tortura, trattamenti e punizioni degradanti** (art. 5 DUDU)

STORIE SUI DIRITTI UMANI

- **Libertà di movimento** (art. 13 DUDU)
- **Diritto a vita dignitosa** (art. 22 DUDU)

E Emmanuel e la sua ricerca di una vita migliore

Emmanuel è un uomo che ha vissuto ad Haiti, ma ha poi deciso di partire per **cercare una vita migliore per sé e per la sua famiglia**. Haiti è un paese molto povero e violento, e Emmanuel voleva dare maggiori opportunità ai suoi cari. Partendo, ha dovuto affrontare pericoli, ha camminato per chilometri, preso tanti autobus e altri mezzi, in cerca di un posto sicuro dove vivere. Lungo la strada ha dovuto affrontare diverse difficoltà: è stato anche rapito e minacciato da persone che volevano soldi, ma non si è mai arreso, perché il suo sogno era sempre lo stesso: aiutare la sua famiglia e dare loro una vita migliore. Dopo aver attraversato dieci paesi, Emmanuel è arrivato in Messico, ma purtroppo anche lì ha trovato degli ostacoli. Le autorità del Messico e degli Stati Uniti volevano mandarlo indietro, ad Haiti, dove lo aspettavano solo violenza e povertà. Se lo avessero rimandato indietro, la sua vita sarebbe stata ancora più difficile e pericolosa. Emmanuel aveva venduto tutto quello che aveva per cercare un posto dove vivere in pace.



STORIE SUI DIRITTI UMANI

F Mohamed, il poeta che sogna un'Algeria più giusta

► **Diritto alla libertà di espressione**
(art. 19 DUDU)

► **Diritto a processo equo** (art. 10 DUDU)

Mohamed è un giovane poeta e attivista che vive in Algeria. Ama scrivere poesie che parlano di libertà, giustizia e diritti per tutti e condividerle con gli altri. Nel suo paese, però, non è sempre facile esprimere le proprie opinioni e molte libertà vengono repressi. Mohamed ha partecipato al movimento "Hirak" che ha dato vita a una serie di manifestazioni pacifiche iniziate nel 2019, in cui tante persone hanno chiesto cambiamenti nel governo e più diritti. Durante le manifestazioni, Mohamed **scriveva poesie e postava messaggi sui social media per raccontare quello che stava succedendo**. Nel gennaio 2025, Mohamed è stato arrestato e, solo quattro giorni dopo, condannato a cinque anni di prigione. Le accuse? Aver scritto post e poesie che criticavano il governo. Non gli è stato dato abbastanza tempo per preparare la sua difesa, e il processo è stato molto veloce. È conosciuto come il "poeta del Hirak" e, nonostante le difficoltà, continua a credere in un'Algeria dove tutte e tutti possano parlare liberamente e vivere in pace.



STORIE SUI DIRITTI UMANI

G

Wendy, una voce coraggiosa per i diritti delle donne

Wendy Galarza è una giovane donna che vive in Messico, lavora con i bambini e si impegna per rendere il suo paese un posto più giusto, anche per le donne. Il 9 novembre 2020, Wendy ha partecipato a una manifestazione nella città di Cancún. Ma durante il corteo le cose sono peggiorate, e la polizia è intervenuta in modo molto violento. Wendy ha cercato di scappare, ma è stata presa, picchiata e persino colpita con due proiettili. È stato un momento terribile, ma per fortuna è sopravvissuta. Nonostante quello che ha passato, Wendy non si è arresa, ha denunciato quello che le era successo, anche se ci sono voluti mesi perché qualcuno la ascoltasse davvero. **Insieme ad altre donne che erano state ferite durante quella giornata, ha creato un gruppo per aiutarsi e farsi forza a vicenda.** La sua testimonianza: “Non permetterò mai che quel giorno venga dimenticato. Continuerò a parlare per difendere i diritti di tutte noi.” In Messico le violazioni dei diritti umani sono molto frequenti ma, grazie a persone come Wendy, le cose possono cambiare. Servono coraggio, unione... e tante voci che non hanno paura di farsi sentire.

- **Diritto a non essere discriminati** (art. 2 DUDU)
- **Diritto alla libertà di espressione** (art. 19 DUDU)
- **Libertà di riunione pacifica** (art. 20 DUDU)

STORIE SUI DIRITTI UMANI

H

La storia di Patrick Zaki

Patrick Zaki è un giovane studente egiziano che studiava all'università di Bologna. Nel 2020 è tornato in Egitto per visitare la sua famiglia, ma lì è stato arrestato. Il motivo? **Aveva scritto articoli e post sui social parlando dei diritti delle persone.** Patrick ha passato quasi due anni in prigione, in condizioni molto difficili. Ma per fortuna il presidente dell'Egitto alla fine ha deciso di concedergli la grazia, e così Patrick è tornato libero. Durante tutto questo periodo, tante persone in Italia e nel mondo hanno chiesto la sua liberazione. Anche Amnesty International ha lavorato duramente per lui. La sua storia ci ricorda che ognuno di noi ha il diritto di esprimere liberamente le proprie idee, senza paura di essere punito.

- **Diritto alla libertà di espressione** (art. 19 DUDU)
- **Diritto a un processo equo** (art. 10 DUDU)

- Secondo voi, cosa ha provato il protagonista/protagonisti della storia a voi assegnata?
- Quando si assiste o si è vittime di una violazione dei diritti umani a volte si provano emozioni che spesso vengono etichettate come negative, ma in realtà non lo sono, negativi sono i comportamenti che possono generare. **Nelle storie per esempio i sentimenti provati dai protagonisti (la rabbia, la paura, la frustrazione) vengono trasformati in azioni non violente positive.** Come e quando accade?
- Pensando anche alla vostra realtà quotidiana, perché è importante che questo diritto/libertà sia rispettato?

4. Una volta completato l'abbinamento tra i diritti riportati nelle tessere del puzzle e le storie, si può 'rileggere' insieme il mosaico nella sua interezza. Potete concludere chiedendo a ogni partecipante quale diritto lo ha colpito di più, o quale storia gli è rimasta più impressa.

5. Per una restituzione creativa, chiedete di aprire a pag. 17 del quaderno Amnesty kids e proponete di:

- Disegnare una scena in cui il diritto scelto viene rispettato
- Scrivere e decorare una frase personale sul perché quel diritto è importante
- Inventare un breve slogan per promuovere e/o difendere quel diritto

Infine chiedete di scrivere un breve contributo a pag. 18 del quaderno Amnesty kids secondo la seguente traccia: *Tante persone diverse si sono battute per i diritti di cui tutte e tutti godiamo ogni giorno. In che modo ogni diversità contribuisce alla società? Come possiamo valorizzare le differenze (nostre, dei nostri amici, dei nostri familiari) nella vita di tutti i giorni?*

Conclusione: Il mosaico completo rappresenta una società inclusiva e ricca di diversità. Ogni pezzo è unico ma indispensabile: insieme, formano un'immagine completa e armoniosa. Le differenze non ci dividono, ma ci completano.



RICONOSCERE E RISPETTARE OGNI DIVERSITÀ È ALLA BASE DEI DIRITTI UMANI E DELLA CONVIVENZA PACIFICA. TANTE PERSONE DIVERSE SI SONO BATTUTE PER I DIRITTI DI CUI GODIAMO OGNI GIORNO.



PER CONTINUARE A LAVORARE SULLE STORIE

- ▶ Le storie reali per la conquista e la difesa dei diritti umani possono essere una ottima base per sviluppare nuove attività. Trovate di seguito alcune proposte.



NEL FRATTEMPO...

Integrate la vicenda del protagonista in una lezione di storia, fornendo dei brevi cenni storici sul suo paese. Oppure usate la storia come base per un esercizio di scrittura, chiedendo di immaginare e scrivere le vicende di un'altra persona che vive nello stesso paese e che ha incontrato il nostro protagonista.



DIBATTITO IN MOVIMENTO

Ponete dei cartelli con le scritte "D'accordo" o "Disaccordo" ai lati opposti dell'aula. Create e leggete delle frasi che possano dare vita a un confronto in classe sulla storia appena letta, come ad esempio: 'La polizia dovrebbe avere il potere di mettere le persone in prigione se protestano o non sono d'accordo con il governo', 'Le persone che nascono in un luogo devono cavarsela dove sono nati, senza spostarsi', 'Scrivere poesie è una attività solo per i privilegiati'... Chiedete a ragazze e ragazzi di posizionarsi vicino al cartello che più si avvicina alla loro opinione e, se vogliono, di motivare alla classe la loro scelta.



PROGETTO SULLA STORIA

Chiedete a ragazze e ragazzi di scrivere un riassunto degli eventi della storia, trovando più informazioni sui protagonisti attraverso un lavoro di ricerca su internet, da svolgere sotto la supervisione dell'insegnante.

PROBLEM SOLVING

Chiedete alla classe di scrivere una lista dei problemi/difficoltà/ostacoli individuati nella storia e di suggerire delle possibili soluzioni.



ANALISI DEL PAESE

Dividete la classe in gruppi e assegnate a ogni gruppo una ricerca sul paese dove è ambientata la storia, prendendo in considerazione elementi quali, ad esempio, la popolazione, l'economia, la cultura, il rispetto dei diritti umani.





FERMOIMMAGINE

Scegliete un particolare momento della storia e chiedete alla classe di rappresentare quel particolare momento, 'immobilizzandosi'. Chiedete poi di immaginare cosa potrebbe succedere subito dopo e come potrebbe proseguire la storia.

ILLUSTRAZIONI

Invitate ragazze e ragazzi a disegnare gli eventi e i protagonisti della storia, potrebbero creare anche un fumetto, sviluppando uno storyboard e disegnando la sequenza dei fatti principali.



LE PROSSIME AVVENTURE

Invitate la classe a immaginare quali altri eventi o situazioni potrebbe vivere il protagonista della storia. Ricordate che gli eventi che hanno ascoltato sono veri, l'attività stimola a inventare un possibile ipotetico sviluppo.



POESIA O MUSICA

Chiedete di scrivere una canzone, una poesia, un componimento ispirato alla storia.



LA SEDIA BOLLENTE

Individuate una persona della classe che si senta a suo agio nel sedersi di fronte alla classe e interpretare il ruolo del protagonista. Invitate il resto della classe a fare domande sulla sua vita.

L'ANGOLO DELLE RECENSIONI

Chiedete a ragazze e ragazzi di scrivere o esporre oralmente una recensione/opinione sulla storia e i protagonisti. Invitateli a completare le seguenti frasi di esempio, chiedendo di motivare: 'Il mio personaggio favorito è...'; 'Descriverei il personaggio di ...come...'; 'L'aspetto più interessante di questa storia per me è...'



Attività 3

Che succede oggi? Gira la ruota...

Questa attività è pensata per aiutare ragazze e ragazzi a riconoscere i diritti umani nella vita di tutti i giorni, a riflettere sulle situazioni reali che possono vivere in prima persona ed esplorare le emozioni che queste possono far nascere.

- 1. Ritagliate la ruota che trovate in un cartoncino nel kit didattico che avete ricevuto. Servirà anche un ferma-campioni per fissare la freccia (da ritagliare anch'essa), e farla girare sulla ruota. Una volta montata la ruota con la freccia, siete pronti per iniziare! La ruota è divisa in 10 spicchi, ogni spicchio corrisponde a una situazione legata ai diritti umani, descritta con una frase.
- 2. Chiedete alla classe di aprire il quaderno a pag. 19 e, nelle pagine successive, troveranno delle storie da leggere, uno schema da riempire e a seguire ancora l'elenco dei diritti della 'Dichiarazione universale dei diritti umani' semplificata.

IMMAGINE	TITOLO-FRASE	N. della storia	Articoli DUDU Diritti coinvolti	IMMAGINE	TITOLO-FRASE	N. della storia	Articoli DUDU Diritti coinvolti
							
							
							
							
							

- 3. Dividete la classe in piccoli gruppi da tre persone, per permettere di confrontarsi tra di loro e sulle situazioni presentate. A turno, un/a partecipante per ogni gruppo fa girare la ruota e legge ad alta voce la frase/il titolo che riassume una situazione.
- 4. L'insegnante chiede alla classe di leggere, una ad una, le storie a pag. 20-23 e, alla fine chiede al gruppo che ha già girato la ruota di provare a capire quale storia si può abbinare con il titolo/frase e con una delle immagini-

ni contenute nello schema a pag. 24 e 25 del quaderno. A questo punto il gruppo che sta giocando avrà già fatto una ipotesi di abbinamento tra titolo-immagine-storia.

5. L'insegnante poi chiede al gruppo e alla classe di scorrere l'elenco della DUDU semplificata e di provare a individuare i diritti umani coinvolti in quella vicenda. Alla fine, il gruppo avrà quindi potuto abbinare un titolo con una immagine, una storia, uno o più articoli della DUDU coinvolti.
6. Si ricomincia con nuovo gruppo e un nuovo giro della ruota!
7. Una volta collegata la situazione ai diritti, invitate tutta la classe a:
 - Mettersi nei panni dei protagonisti
 - Immaginare come si sentono
8. Alla fine, avviate una discussione di classe:
 - Come si sarebbe potuta evitare o affrontare quella situazione?
 - Quando un diritto viene rispettato, come ci fa sentire?
 - E quando non lo è?
 - Cosa possiamo fare ogni giorno per rispettare i diritti e le emozioni degli altri?

ABBINAMENTI CORRETTI TRA TITOLI, IMMAGINI, STORIE E DIRITTI UMANI

1. Un nuovo inizio, un posto nuovo

Storia 1

Amina è una giovane ragazza che si è appena trasferita in un nuovo quartiere, ma dei vicini e anche alcuni compagni in classe non la accolgono bene perché viene da un paese lontano. Una famiglia del quartiere, però, la invita a casa sua per una cena, e si raccontano le tradizioni dei loro paesi.



Collegamento con i diritti

- **Articolo 1 DUDU** (Tutti nascono liberi e uguali in dignità e diritti)
- **Articolo 2 DUDU** (Nessuna discriminazione)
- **Articolo 13 DUDU** (Libertà di movimento)

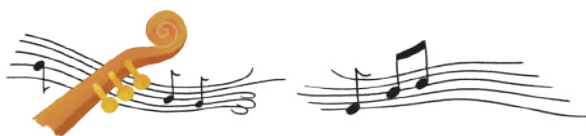
Domanda alla classe

Come possiamo fare in modo che Amina possa sentirsi parte della classe? Cosa potrebbe fare la scuola per aiutare tutti a conoscerla meglio e rispettare lei, la sua cultura, valori, tradizioni?

2. Di che marca è?

Storia 2

Nella scuola di Davide, alcuni alunni non hanno gli strumenti musicali più di moda e di qualità per le lezioni di educazione musicale, perché le loro famiglie non riescono a comprarli. Alcuni compagni li prendono in giro quando studiano insieme musica.



Collegamento con i diritti

- **Articolo 26 DUDU**
(Diritto allo studio)

Domanda alla classe

Come possiamo rendere la scuola un posto in cui tutte e tutti possano imparare nelle stesse condizioni?

3. Ringrazia che hai un lavoro...

Storia 3

Carlo ha trovato un lavoro, ma le condizioni proposte sono difficili, turni notturni, lavoro all'aperto anche in condizioni atmosferiche avverse. Il suo datore di lavoro non gli paga quanto dovrebbe e lo fa lavorare più ore di quante previste dalla legge. Carlo non è sicuro di come affrontare la situazione.



Collegamento con i diritti

- **Articolo 23 DUDU** (Diritto al lavoro e a condizioni giuste)
- **Articolo 24 DUDU** (Diritto al riposo e al tempo libero)

Domanda alla classe

Cosa potrebbe fare Carlo in questa situazione? Che tipo di aiuto dovrebbe ricevere per ottenere un trattamento giusto e difendere i suoi diritti al lavoro?

4. Che bei disegni che hai fatto!

Storia 4

Johanna è stata presa di mira dai compagni per il suo aspetto. Gli altri ragazzi non la trattano con rispetto, hanno anche preso e guardato il suo diario di nascosto, prendendola in giro davanti a tutta la scuola. Johanna non sa a chi rivolgersi per parlare del problema e ricevere supporto.



Collegamento con i diritti

- **Articolo 2 DUDU**
(No discriminazione)
- **Articolo 12 DUDU** (Privacy)

Domanda alla classe

Come possiamo fare in modo che Johanna si senta rispettata e protetta? Come può la scuola affrontare il bullismo per garantire che tutte e tutti siano trattati con dignità e rispetto?



Diritto all'istruzione

(art. 26 DUDU)

**Diritto a non essere
sfruttati** (art. 32 CRC)



**Diritto a non essere
discriminati**

(art. 2 DUDU)

**Diritto alla libertà di
espressione**

(art. 19 DUDU)



Diritto a non essere discriminati

(art. 2 DUDU)

Diritto alla libertà di espressione

(art. 19 DUDU)

Diritto all'istruzione (art. 26 DUDU)

Diritto a vita dignitosa (art. 32 CRC)



Diritto alla libertà di espressione

(art. 19 DUDU)

Diritto a un processo equo

(art. 10 DUDU)

**Divieto di tortura, trattamenti e
punizioni degradanti** (art. 5 DUDU)

A

B

C

D

The image is a 2x2 grid of four square panels, each with a different abstract, colorful, and textured background. The panels are labeled E, F, G, and H in a bold, yellow, sans-serif font. Panel E (top-left) has a pink and purple background with a diagonal blue and green streak. Panel F (top-right) has a teal and blue background with a diagonal green and yellow streak. Panel G (bottom-left) has a pink and purple background with a diagonal blue and green streak. Panel H (bottom-right) has a teal and blue background with a diagonal green and yellow streak.

E

F

G

H

Libertà di movimento (art. 13 DUDU)
Diritto a vita dignitosa (art. 22 DUDU)



Diritto alla libertà di espressione
(art. 19 DUDU)
Diritto a processo equo (art. 10 DUDU)



Diritto a non essere discriminati
(art. 2 DUDU)
Diritto alla libertà di espressione
(art. 19 DUDU)
Libertà di riunione pacifica
(art. 20 DUDU)

Diritto alla libertà di espressione
(art. 19 DUDU)
Diritto a un processo equo (art. 10 DUDU)

5. Ora sei al sicuro, benvenuta!

Storia 5

Fatima è arrivata da un altro paese a causa di un conflitto. Alla sua famiglia viene assegnato un posto dove vivere, ma è un luogo molto piccolo, degradato e misero rispetto alla casa dove vivevano nel loro paese, l'acqua corrente a volte si interrompe per ore ed è difficile per il padre, che è rimasto ferito in un bombardamento, salire al piano dove è il loro appartamento senza ascensore.

Collegamento con i diritti

- **Articolo 14 DUDU** (Diritto di asilo)
- **Articolo 25 DUDU** (Diritto a salute, cibo, casa e protezione)

Domanda alla classe

Cosa potrebbe fare la famiglia di Fatima per avere un posto sicuro e dignitoso dove vivere? Che azioni potrebbero intraprendere la comunità e la città per garantirle i suoi diritti, come il diritto a un'abitazione e alla sicurezza?



6. Sloggiare, abbassa quel cartello!

Storia 6

Giulia partecipa a una manifestazione pacifica con i suoi amici per sensibilizzare le persone sulle tematiche legate all'ambiente. Alcune persone fermano il suo gruppo, dicendo che non hanno il permesso di manifestare e rovinano i cartelli e gli striscioni che avevano portato con loro.

Collegamento con i diritti

- **Articolo 19 DUDU** (Libertà di opinione e di espressione)
- **Articolo 20 DUDU** (Libertà di riunione e associazione pacifica)

Domanda alla classe

Giulia ha il diritto di manifestare pacificamente. Come possiamo fare in modo che il suo diritto venga rispettato e possa esprimere la sua opinione liberamente, come garantito dalla legge?



7. Ma questo non l'ho scritto io...	
Storia 7 Nadia scopre che qualcuno sta cercando di entrare nel suo profilo Instagram senza il suo permesso, si sente molto turbata da questa interferenza. Nadia segnala l'incidente e la scuola organizza un incontro con esperti di sicurezza online per insegnare ai ragazzi come proteggere la propria privacy.	Collegamento con i diritti • Articolo 12 DUDU (Protezione della privacy) Domanda alla classe Cosa può fare Nadia per proteggere i suoi dati personali e la sua privacy? Che azioni può intraprendere per impedire che la sua privacy venga violata? E come possono gli adulti aiutarla?



8. Nessun problema, abbiamo pensato a tutto!	
Storia 8 Daria insegna in una scuola primaria ed è una persona con una disabilità motoria. La scuola decide di portare le classi ad una fiera libraria ospitata agli ultimi piani di una ex fabbrica per incontrare alcune scrittrici e illustratrici e partecipare a un laboratorio di scrittura creativa. La scuola fa presente in anticipo agli organizzatori della fiera che Daria ha bisogno di un ascensore per raggiungere gli spazi della fiera ma, il giorno della gita, scoprono che l'unico modo per farla accedere è attraverso un montacarichi esterno, e lei decide di restare fuori.	Collegamento con i diritti • Articolo 2 DUDU (Nessuna discriminazione) • Articolo 27 DUDU (Diritto alla partecipazione culturale) Domanda alla classe Come possiamo fare in modo che le persone con disabilità abbiano accesso a eventi culturali in modo dignitoso? Cosa potrebbe fare la comunità per garantire maggiore inclusività?



9. Con chi ne può parlare?

Storia 9

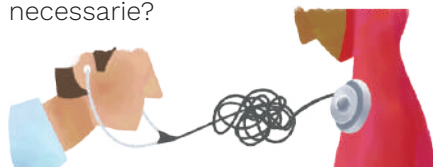
La famiglia di Samira vive in un piccolo paese, la mamma ha bisogno di cure mediche, ma si sta trascurando da diverso tempo, non riesce a trovare un medico che parli la sua lingua, è molto riservata ed è restia a parlarne con degli estranei. Samira si confronta con una insegnante che l'ha accolta con molto calore a scuola e che l'aiuta a mettere in contatto la famiglia con il servizio medico adeguato che, oltre a fornire un servizio di interpretariato, può garantire assistenza e accesso alle cure alla mamma.

Collegamento con i diritti

- **Articolo 25 DUDU** (Diritto alla salute e al benessere)

Domanda alla classe

Come possiamo garantire che ogni persona, indipendentemente dalla lingua che parla, abbia accesso alle cure mediche necessarie?



10. Ma proprio oggi?

Storia 10

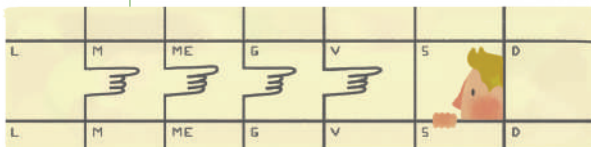
Nel giorno di una festività religiosa importante per Claudio, lui chiede agli insegnanti di poter saltare la scuola per partecipare a una cerimonia con la sua famiglia e che un compito in classe importante, previsto proprio per quel giorno, possa essere rimandato. Alcuni compagni lo prendono in giro, dicendo che non ha senso perdere la scuola per queste cose e anche alcuni genitori scrivono alla scuola per non far spostare la data del compito in classe.

Collegamento con i diritti

- **Articolo 18 DUDU** (Libertà di religione, coscienza e culto)

Domanda alla classe

Come possiamo aiutare Claudio a sentirsi rispettato nelle sue scelte e credenze? In che modo possiamo imparare a conoscere la cultura, le religioni, le tradizioni degli altri per convivere meglio insieme?



UNA VOLTA CONCLUSA L'ATTIVITÀ RICORDATE L'IMPORTANZA DEI DIRITTI UMANI E DI QUANTO NON SIANO SOLO CONCETTI ASTRATTI: HANNO A CHE FARE CON LA VITA DI TUTTI I GIORNI E CON LE PERSONE CHE INCONTRIAMO E CON CUI CI RAPPORTIAMO. COMPRENDERE GLI ALTRI È IL PRIMO PASSO PER COSTRUIRE UNA SCUOLA E UN MONDO PIÙ GIUSTI.

TUTTI UGUALI, TUTTI DIVERSI

**“Se ti sedessi su una nuvola non vedresti la
linea di confine tra una nazione e l'altra, nè la
linea di divisione tra una fattoria e l'altra.
Peccato che tu non possa
sedere su una nuvola.”**

Khalil Gibran





Introduzione

Le attività proposte offrono occasioni concrete per osservare, rappresentare e raccontare la realtà da prospettive diverse, invitando le e gli studenti a riconoscere che **ognuno ha un proprio punto di vista** e, allo stesso tempo, ad aprirsi con curiosità e rispetto a quello degli altri.

Attraverso il gioco, il disegno, l'ascolto e la riflessione condivisa, si promuove la capacità di mettersi nei panni altrui, di ascoltare senza giudicare, di dialogare valorizzando le differenze. L'obiettivo non è soltanto quello di far emergere emozioni e pensieri, ma di fornire strumenti per comprenderli e comunicarli, all'interno di un ambiente scolastico in cui **ogni voce possa essere ascoltata e ogni sguardo riconosciuto come unico e prezioso**. In questo modo, il percorso contribuisce a costruire uno spazio educativo accogliente, in cui si coltivano empatia, rispetto e attenzione verso le differenze, elementi fondamentali per crescere come persone e come comunità.



Obiettivi

- 1 • Offrire occasioni per osservare, rappresentare e raccontare la realtà da prospettive diverse.
- 2 • Favorire il riconoscimento del proprio punto di vista e l'apertura verso quello altrui con curiosità e rispetto.
- 3 • Promuovere l'empatia.
- 4 • Incentivare l'ascolto attivo e non giudicante, valorizzando il dialogo e le differenze.
- 5 • Stimolare l'espressione di emozioni e pensieri, e fornire strumenti per comprenderli e comunicarli.

Attività 1

Le parole dell'empatia

Questa attività è pensata per stimolare una riflessione attiva tra ragazze e ragazzi sulla comunicazione, sia nel contesto tra pari che nel rapporto con gli adulti. In particolare, l'attività si concentra sull'osservazione e l'analisi delle differenze tra la comunicazione faccia a faccia e quella mediata da strumenti digitali (chat, messaggistica istantanea).

Attraverso momenti di confronto e discussione guidata, le e gli studenti avranno l'opportunità di riconoscere le peculiarità, i vantaggi e le criticità dei diversi canali comunicativi, sviluppando maggiore consapevolezza nell'uso delle parole, del tono e del contesto.

1. Fate leggere la poesia che trovano a pag. 31 del quaderno Amnesty kids, prima individualmente e poi chiedete a chi ha voglia di leggerla alla classe. Questo componimento ha l'obiettivo di far riflettere sull'importanza che hanno le parole quando dialoghiamo e quanta potenza possono avere.

2. Avviate poi la discussione, dividendo la classe in 4 gruppi, e affidando a ciascun gruppo una tra le seguenti domande su cui dovranno lavorare e confrontarsi. Le domande stimolo suggerite sono indicative e potranno essere adattate al contesto classe. Possono prendere appunti su quanto emerge dal gruppo a pag. 32 del quaderno Amnesty kids.

- **Gruppo A.** Quali effetti hanno le nostre parole sugli altri e su di noi?
- **Gruppo B.** Quali sono le parole con le quali accogliamo e quelle con cui rifiutiamo?
- **Gruppo C.** Quali sono le parole per comunicare, a seconda delle situazioni in cui viviamo?
- **Gruppo D.** Quali sono le parole che ci definiscono e che ci rappresentano? Una parola può definire appieno tutto quello che siamo?

3. Alla fine del lavoro, la classe si riunisce in plenaria e i gruppi riportano quanto emerso.

LE PAROLE

*Abbiamo parole per vendere,
Parole per comprare,
Parole per fare parole.*

*Andiamo a cercare insieme
Le parole per pensare.
Andiamo a cercare insieme
Le parole per pensare.*

*Abbiamo parole per fingere,
Parole per ferire,
Parole per fare il solletico.*

*Andiamo a cercare insieme,
Le parole per amare.
Andiamo a cercare insieme
Le parole per amare.*

Gianni Rodari

4. Successivamente, chiedete alla classe di leggere la breve storia a pag. 33 del quaderno Amnesty kids in cui si parla della difficoltà di comunicare in una situazione di conflitto.

Lucia e Marco sono amici da quando andavano alla scuola materna. Ora sono in prima media. Lucia, per risultare popolare e simpatica con i nuovi compagni di classe, ha detto davanti a tutti delle cose su Marco che non sono vere e che lo hanno profondamente rattristato e deluso. Marco, molto arrabbiato, vuole parlare con la sua amica e pensa addirittura di chiudere l'amicizia.

5. Chiedete alla classe di provare a scrivere un possibile dialogo tra Lucia e Marco: prima come se fosse attraverso WhatsApp, poi di persona, guardandosi dritto negli occhi.
6. Concedete un massimo di 15 minuti per pensare ai differenti dialoghi e scrivere lo scambio in queste due versioni diverse.



7. Una volta scritti, dividete la classe in gruppi di due: vanno benissimo anche i compagni di banco. Fate leggere a vicenda le parole che hanno scritto nei messaggi.
8. Chiedete poi di riempire lo spazio a pag. 35 del quaderno Amnesty kids in cui scrivere le emozioni che hanno vissuto mentre leggevano i messaggi ed evidenziate le differenze che hanno trovato tra le parole della comunicazione online e le parole dello scambio di persona.

Attività 2

Cruciverba delle emozioni

Attraverso la risoluzione di un cruciverba tematico, ragazze e ragazzi sono invitati a rievocare parole significative e a riconoscere valori fondamentali come la libertà, l'amicizia, il rispetto e l'uguaglianza. Il gioco permette di fissare i contenuti in maniera piacevole e distensiva, stimolando al contempo la memoria, la comprensione lessicale e la riflessione personale su emozioni e relazioni.

L'attività può essere proposta come momento conclusivo o introduttivo a una discussione più ampia..

1. Chiedete alla classe di risolvere il cruciverba alle pagg. 36-37 del quaderno Amnesty kids.

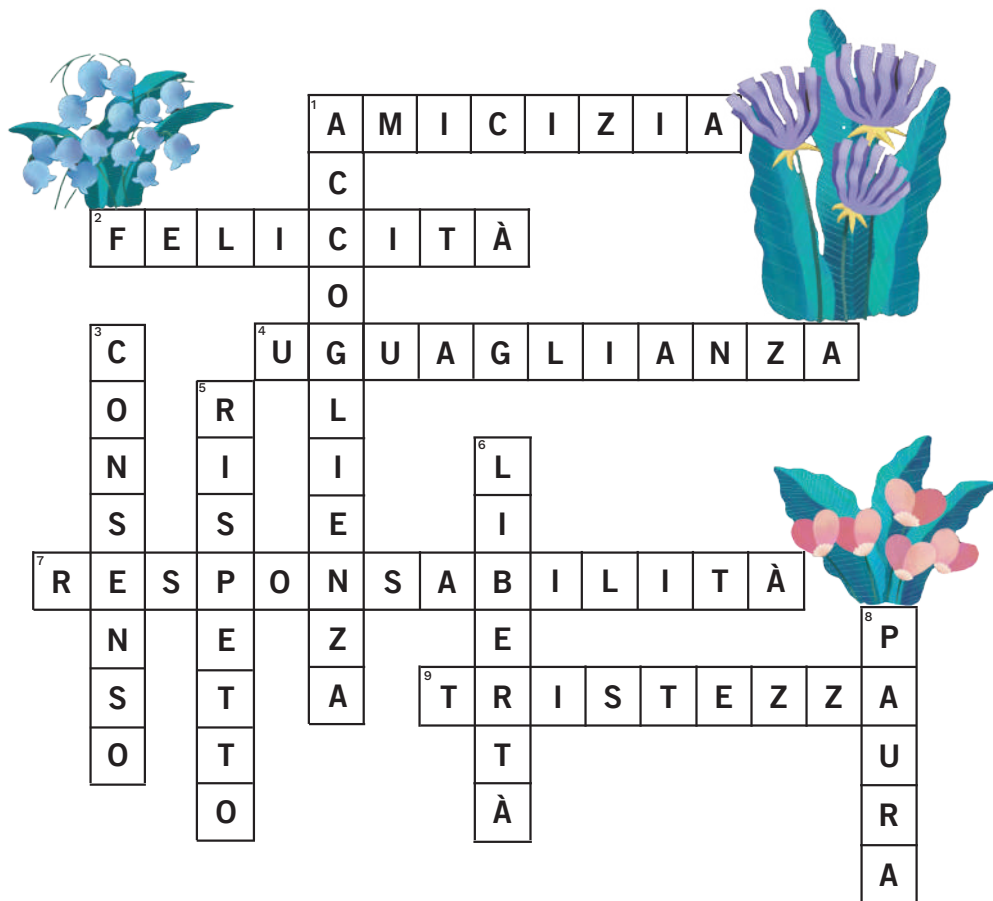
Orizzontali:

1. È un sentimento di affetto molto importante che ci lega alle persone fuori dalla famiglia. **AMICIZIA**
2. Emozione che si prova quando si sta davvero bene. **FELICITÀ**
4. Tutti hanno gli stessi diritti, senza distinzione: è il principio presente nel primo articolo della DUDU. **UGUAGLIANZA**
7. Ognuno di noi ha dei diritti, ma anche delle... **RESPONSABILITÀ**
9. Emozione che si prova quando si è giù di morale. **TRISTEZZA**

Verticali:

1. La pratichiamo quando facciamo entrare una persona che ha bisogno di aiuto in casa nostra e le offriamo da mangiare o da dormire **ACCOGLIENZA**
3. Il contrario di dissenso. **CONSENSO**
5. Dovrebbe essere la base di tutti i rapporti tra le persone. **RISPETTO**
6. La si desidera tanto quando si è in prigione. **LIBERTÀ**
8. Emozione che si prova quando qualcosa ci spaventa. **PAURA**

Cruciverba



L'ATTIVITÀ SI ISPIRA AI PRINCIPI SANCITI DALLA 'DICHIARAZIONE UNIVERSALE DEI DIRITTI UMANI' E DALLA 'CONVENZIONE INTERNAZIONALE SUI DIRITTI DELL'INFANZIA E DELL'ADOLESCENZA', CHE PROMUOVONO IL RISPETTO DELLA DIGNITÀ, DELL'UGUAGLIANZA, DELLA LIBERTÀ E DELLA PARTECIPAZIONE. ATTRAVERSO IL GIOCO, LE E GLI STUDENTI VENGONO ACCOMPAGNATI IN UN PERCORSO DI SCOPERTA E CONSAPEVOLEZZA DEI PROPRI DIRITTI E DI QUELLI ALTRUI, FAVORENDO COSÌ LA COSTRUZIONE DI UNA CULTURA DEI DIRITTI UMANI FIN DALLA SCUOLA PRIMARIA.

Attività 3

Io la vedo così

Questa attività mira a sviluppare nelle ragazze e ragazzi la consapevolezza che esistono diversi punti di vista, e tutti vanno rispettati fintanto che non incitano alla discriminazione o all'odio. Attraverso un semplice esercizio grafico, si intende stimolarli ad allontanarsi dal proprio modo di osservare, aiutandoli a comprendere che **le cose e il mondo possono essere visti da diverse angolazioni e prospettive**.

1. Predisporre l'aula in modo da creare un'area centrale ampia, dove i ragazzi possano sedersi comodamente in cerchio.
2. Collocare al centro del cerchio un oggetto visibile da tutte le postazioni. L'oggetto deve essere semplice da riprodurre graficamente e 'interessante' dal punto di vista percettivo, cioè con caratteristiche visive diverse a seconda dell'angolazione (a seconda dell'età, si può optare per un mappamondo, un enorme pupazzo di peluche, un manichino anatomico di scienze, in sintesi un oggetto che sia tridimensionale). In alternativa al cerchio, disporre l'oggetto al centro della classe con gli studenti intorno, l'importante è che ognuno riesca a vedere e osservare bene il soggetto in modo da poterlo disegnare dalla sua prospettiva.
3. Ogni persona dovrà disegnare l'oggetto a pag. 38 del quaderno Amnesty kids, così come lo vede dalla propria posizione, senza aggiungere dettagli non visibili. È importante che non "indovininno" o completino mentalmente parti dell'oggetto che non riescono a vedere.
4. Al termine del tempo previsto, tutti i disegni verranno mostrati alla classe. Questo momento servirà da avvio per una riflessione guidata sulle differenze tra i vari punti di vista:



- Che cosa cambia quando guardiamo lo stesso oggetto da un'altra posizione?
- Com'è stato disegnare solo ciò che si vede, senza "immaginare" il resto?
- In quali situazioni della vita quotidiana può essere utile tenere a mente che esistono diversi punti di vista?
- Ti è mai capitato di avere un punto di vista diverso dai tuoi compagni?
- Cosa hai provato?
- Hai avuto la possibilità di esprimerti e, in caso, come ti hanno accolto le altre persone?
- Hai dato agli altri la possibilità di esprimersi?

È possibile ripetere l'attività facendo cambiare posto ai ragazzi per permettere loro di osservare e disegnare l'oggetto da un'altra prospettiva.

Una volta conclusa questa fase, ricordate l'importanza del dialogo e dei diritti umani: quando discutiamo di argomenti in cui non riusciamo a trovarci d'accordo, bisogna essere consapevoli che ognuno ha il proprio personale punto di vista riguardo determinati temi. Si può discutere e crescere per poter integrare un'altra prospettiva alla propria posizione. Anche se non si è d'accordo, ognuno ha sempre il diritto di esprimere ciò che pensa.

Chiedete poi di scrivere a pag. 40 del quaderno Amnesty kids un episodio in cui hanno (o non hanno) rispettato e valorizzato l'opinione diversa di una persona amica o compagna di scuola. Invitate ogni ragazzo e ragazza ad aprirsi senza timore, non ci sarà un giudizio, ma anzi **condividere delle esperienze in cui non siamo stati accoglienti e rispettosi, è importante nel percorso di crescita.**



SIAMO CRESCIUTI INSIEME

**“Se le formiche si mettono d'accordo,
possono spostare un elefante.”**

Proverbio del Burkina Faso



Introduzione

L'obiettivo di questa unità didattica è stimolare, all'interno del gruppo classe, una riflessione consapevole sui rapporti con gli altri e l'acquisizione di strumenti utili per affrontare situazioni in cui le e gli studenti possono sentirsi sopraffatti da alcune emozioni. Si intende sottolineare l'importanza delle emozioni come elemento di comprensione dei diritti umani, anche attraverso la conoscenza dei propri diritti. Particolare attenzione sarà dedicata alla **gestione dei rapporti interpersonali con l'intento di favorire relazioni positive e costruttive**. Una volta elaborato il "Codice del rispetto", la classe sarà pronta a realizzare, con entusiasmo e creatività, un podcast che racconterà quanto appreso durante il percorso.

Obiettivi

- 1 • Fornire strumenti utili per affrontare situazioni di forti emozioni.
- 2 • Imparare a riconoscere e gestire le emozioni, proprie e degli altri.
- 3 • Favorire la comprensione dei propri diritti.
- 4 • Facilitare la costruzione di relazioni positive e costruttive.
- 5 • Riflettere sull'importanza di stabilire regole condivise.
- 6 • Acquisire maggiori competenze sull'uso delle parole e dei media digitali.

Attività 1

Il bastone parlante

Questa semplice attività mira a sviluppare la **capacità di ascolto e di espressione**, permettendo a partecipanti anche di rivelare qualcosa di sé e, una volta acquisita un po' di dimestichezza, può essere utilizzata per impostare dei momenti di confronto con tutta la classe su alcune tematiche importanti.

1. **Spiegate alla classe che le popolazioni native d'America avevano un modo particolare di ascoltarsi a vicenda che garantiva a tutti un'occasione per parlare: il "bastone parlante". Chiunque avesse il bastone parlante aveva il potere di parlare e tutti gli altri avevano il potere di ascoltare. Il bastone poteva passare in cerchio e chi non voleva parlare lo passava.**

Il bastone parlante può essere usato in modi diversi, ad esempio, per dare notizie, esprimere opinioni, aprire un momento di confronto in classe su tematiche o questioni alle quali si vuol far partecipare attivamente l'intero gruppo classe.

È un buon modo per far parlare senza paura le persone timide e persuadere quelle 'più dominanti' a rispettare le opinioni e i diritti altrui.

2. **Portate in classe un bastone nodoso o qualsiasi altro oggetto che possa averne la stessa funzione e fate disporre la classe in cerchio.**

Per cominciare potete prendere il bastone e dire, ad esempio, una cosa che vi piace e vi fa stare bene; quindi passate il bastone a chi vi sta accanto. Non forzate nessuno a parlare.

3. **Dopo l'attività potete avviare una discussione con le seguenti domande-stimolo:**

- Come ti sei sentito a parlare/ascoltare?
- Hai scoperto qualcosa di nuovo di te e/o dei tuoi compagni e compagne?
- Come ti sei sentito/a nel rivelare qualcosa di te?
- Qual è il vantaggio di lasciar esprimere una persona senza interromperla?

4. **Potete poi stimolare la classe, chiedendo di leggere a pag. 46 del quaderno Amnesty kids i seguenti suggerimenti sull'abilità all'ascolto e poi aprendo una discussione.**

CHE COSA CI AIUTA AD ASCOLTARE?	
ASCOLTARE CON IL CORPO E CON LA MENTE...	• Stare di fronte a chi parla • Avere un buon contatto con gli occhi • Assumere una postura aperta (non incrociare le braccia, non girarsi di spalle...) • Rilassarsi
ASCOLTARE CIÒ CHE SI STA DICENDO...	• Ascoltare il tema centrale, non solo i “fatti” • Mantenere la mente aperta • Pensare in modo costruttivo • Analizzare e valutare • Non interrompere
ASCOLTARE COME LO SI DICE...	• Segni non-verbali (per esempio espressioni del viso, postura del corpo) • Tono di voce
ASCOLTARE È IMPORTANTE PERCHÉ	• Mostra alle altre persone che si dà valore alle loro esperienze e a ciò che dicono • Incoraggia gli altri a parlare francamente e liberamente
ALCUNI CONSIGLI PER ASCOLTARE ATTIVAMENTE	
• Non interrompere • Guardare negli occhi • Ascoltare con pazienza e mostrare interesse • Rimanere fermi • Non parlare di sé • Accettare pause e silenzi per trovare le parole giuste • Non prendere in giro, non giudicare, non sminuire	

5. Fate il punto con la classe sul lavoro svolto e proponete un'ultima riflessione sulla “lezione imparata” durante questa attività, ossia l'importanza dell'ascolto e dell'accoglienza dell'opinione altrui, qualunque essa sia.

Infine, chiedete alla classe di svolgere la traccia a pag. 47 del quaderno Amnesty Kids, scrivendo una ipotetica lettera di scuse (ma se fosse ispirata a un evento reale accaduto in cui non sono stati bravi ad ascoltare sarebbe anche meglio!) a qualcuno che non hanno ascoltato come avrebbero dovuto, motivando il perché in quel momento non sono stati in grado di farlo e cosa hanno imparato ripensando a quella occasione.

Attività 2

Allena-menti

L'attività proposta ha lo scopo di accompagnare la classe nella scoperta di **semplici strategie per riconoscere e gestire sentimenti naturali, come la frustrazione, l'indignazione e il senso di impotenza prima che si trasformino in comportamenti dannosi**, che possono potenzialmente essere discriminatori o violare i diritti umani. In modo giocoso e riflessivo, i ragazzi verranno guidati a osservare le proprie emozioni, a nominarle e a trovare strumenti efficaci per mantenere la calma nei momenti di disagio. Questo li aiuterà a gestire meglio emozioni intense prima che diventino ingestibili e possano sfociare in manifestazioni di non rispetto o ancor peggio in prevaricazioni e violenze.

1. **Introducete l'attività spiegando che tutte le emozioni, anche quelle più intense come l'indignazione e il senso di impotenza, fanno parte della nostra vita e sono importanti. Tuttavia, per convivere bene con gli altri e sentirsi bene con se stessi, è fondamentale imparare a riconoscere alcuni segnali di disagio legati a queste emozioni, quando è ancora possibile gestirle.**
2. **Chiedete a una persona di leggere in classe ad alta voce il brano a pag. 48 del quaderno Amnesty kids.**

“ Perché Denise Ritchie e Angela Wyman avessero iniziato a mettere in giro quelle storie sul suo conto, restava un mistero. Aveva capito che per qualche motivo a loro non stava simpatica, ma al di là della ragione, lei ne soffriva tantissimo. Era stata Denise a dire a tutti che Lorna si faceva la pipì addosso a scuola e doveva sempre portare con sé della biancheria pulita per cambiarsi due volte al giorno. Lo raccontava come se fosse dispiaciuta per lei, ma quando poi in classe alzava la mano per chiedere all'insegnante di aprire la finestra perché c'era una puzza strana nell'aria, tutti sapevano a che cosa si riferisse, Lorna compresa.

Angela, per non essere da meno, aveva messo in giro la voce che Lorna rubava qua e là nei vari negozi cittadini, sebbene, nel riferire la notizia, sottolineasse sempre che era la prima a non crederci. Poi, però, se qualcuno scopriva che mancava qualcosa nella borsa, lei con un sospiro e un verso di disapprovazione faceva capire a tutti di sapere, purtroppo, il nome di chi era stato. Di storie come quelle ce n'erano a dozzine, una più crudele dell'altra, e se all'inizio non ci credeva quasi nessuno, nel corso del tempo avevano preso un certo piede. Poi, un giorno, Denise se ne uscì con la storia che il papà di Lorna era scappato con una ragazza non tanto più grande di lei conosciuta alla fermata dell'autobus. E quando si scoprì che quella storia era vera, tutti iniziarono a pensare che anche le altre, magari, avessero un fondo di verità.

Tratto da *Da quando ho incontrato Jessica*, Andrew Norriss, Il Castoro

3. Invitate ogni persona presente in classe a chiudere gli occhi, rileggere in silenzio gli episodi descritti e provare a **immedesimarsi nella ragazza del brano**, ripensando all'atmosfera che deve aver vissuto, allo scherno, il senso di solitudine, l'imbarazzo che può aver provato e a far emergere, dentro di loro, le sensazioni che la lettura del brano hanno suscitato.
4. Suggerite quindi a tutte e tutti di fermarsi un momento e fare un respiro profondo, inspirando ed espirando lentamente per calmare la mente e il corpo. A questo punto, dovranno contare lentamente fino a dieci, permettendo all'emozione di stemperarsi un poco.
5. Successivamente, chiedete ai ragazzi di osservare con attenzione le sensazioni che sono emerse e a riconoscere il disagio, dare un nome all'emozione che hanno sentito — che sia rabbia, fastidio, frustrazione, impotenza — senza giudicarla. Chiedete ora di immaginare di doversi confrontare, dal vivo, con la persona che ha causato loro quelle sensazioni intense, per farle capire, con pacatezza e rispetto, il disagio che hanno provato a causa sua, di quello che ha detto e fatto.
6. Alla fine di questa fase, invitateli a scrivere a pag. 50 del quaderno Amnesty kids come si sono sentiti, ripercorrendo tutte le diverse fasi dell'attività, senza censure (nessuno li giudicherà!) riportando se la strategia di respirare e concedersi del tempo ha stemperato le emozioni forti e se ha cambiato il modo in cui hanno immaginato di dover affrontare, con consapevolezza e senza impulsività, la persona che ha causato loro quelle emozioni.

Sottolineate che non si tratta MAI di reprimere quello che si prova, ma di trovare il modo giusto per esprimere il proprio disagio, ad esempio dicendo: "Questa situazione mi ha fatto sentire... perché...".

Come insegnanti, accompagnate questo processo passo per passo, con un atteggiamento calmo e rispettoso, e incoraggiando ogni persona a fare lo stesso.

Al termine dell'attività, è importante discutere per condividere l'esperienza.

Con il tempo e la pratica, questi piccoli gesti — respirare, riconoscere, contare, parlare con rispetto — possono diventare strumenti potenti che ragazze e ragazzi porteranno con loro, dentro e fuori la scuola.



METTERE IN GIRO DELLE DICERIE IN MANIERA CONTINUATIVA È UNO DEGLI ELEMENTI CHE DEFINISCONO IL FENOMENO DEL BULLISMO. PER AMNESTY INTERNATIONAL IL BULLISMO È UNA VIOLAZIONE DEI DIRITTI UMANI: LEDE LA DIGNITÀ DI CHI LO SUBISCE ED È CONTRARIO A PRINCIPI FONDAMENTALI QUALI L'INCLUSIONE, LA PARTECIPAZIONE E LA NON DISCRIMINAZIONE.

Attività 3

Il Codice del rispetto

Questa attività si pone l'obiettivo di far riflettere sul valore del rispetto, della convivenza pacifica e della responsabilità che ogni persona ha nel **creare relazioni positive** per stimolare la consapevolezza dei propri comportamenti e rafforzare l'idea che ogni gruppo umano – a partire dalla classe – può decidere insieme le regole per vivere meglio, in armonia.

1. Introdurrete il tema con una domanda semplice: “Secondo voi, che cos'è il rispetto?” oppure “Cosa serve per stare bene insieme, a scuola e fuori?”. Spiegate che ogni comunità, per vivere bene insieme, ha bisogno di regole condivise basate sul rispetto reciproco.

2. Stimolate una breve discussione guidata, ponendo le seguenti domande stimolo e chiedendo di pensare alla loro realtà quotidiana:

- Quali comportamenti fanno sentire rispettate le persone?
- E quali invece non rispettate?

Ci sono dei gruppi di persone che rischiano, a vostro avviso, di non essere rispettate con maggiore frequenza? (persone anziane, persone migranti, persone giovani, donne, persone che appartengono a determinati gruppi, persone con disabilità...)

3. A partire dalle risposte della classe, inserite il tema delle regole condivise, non imposte dall'alto, ma frutto di un confronto tra pari. Regole che non servono a reprimere, ma a costruire un ambiente più sicuro e più accogliente.

4. Dividete la classe in gruppi di 4 o 5 partecipanti, ogni gruppo deve confrontarsi e classificare le azioni che trovano a pag. 53 del quaderno Amnesty kids inserendo la lettera corrispondente nella figura a forma di diamante a pag. 53 del quaderno Amnesty kids: in alto dovrebbero mettere l'azione a loro avviso più efficace, e in basso l'azione che ritengono meno efficace per instaurare un clima di rispetto. Le restanti azioni possono essere inserite nel mezzo del diamante.



ELENCO DELLE AZIONI

A • Ascolto le altre persone quando parlano, senza interrompere

B • Tutte le persone hanno il diritto di essere trattate con gentilezza

C • Dico quello che penso senza ferire le altre persone

D • Rispetto le emozioni mie e degli altri

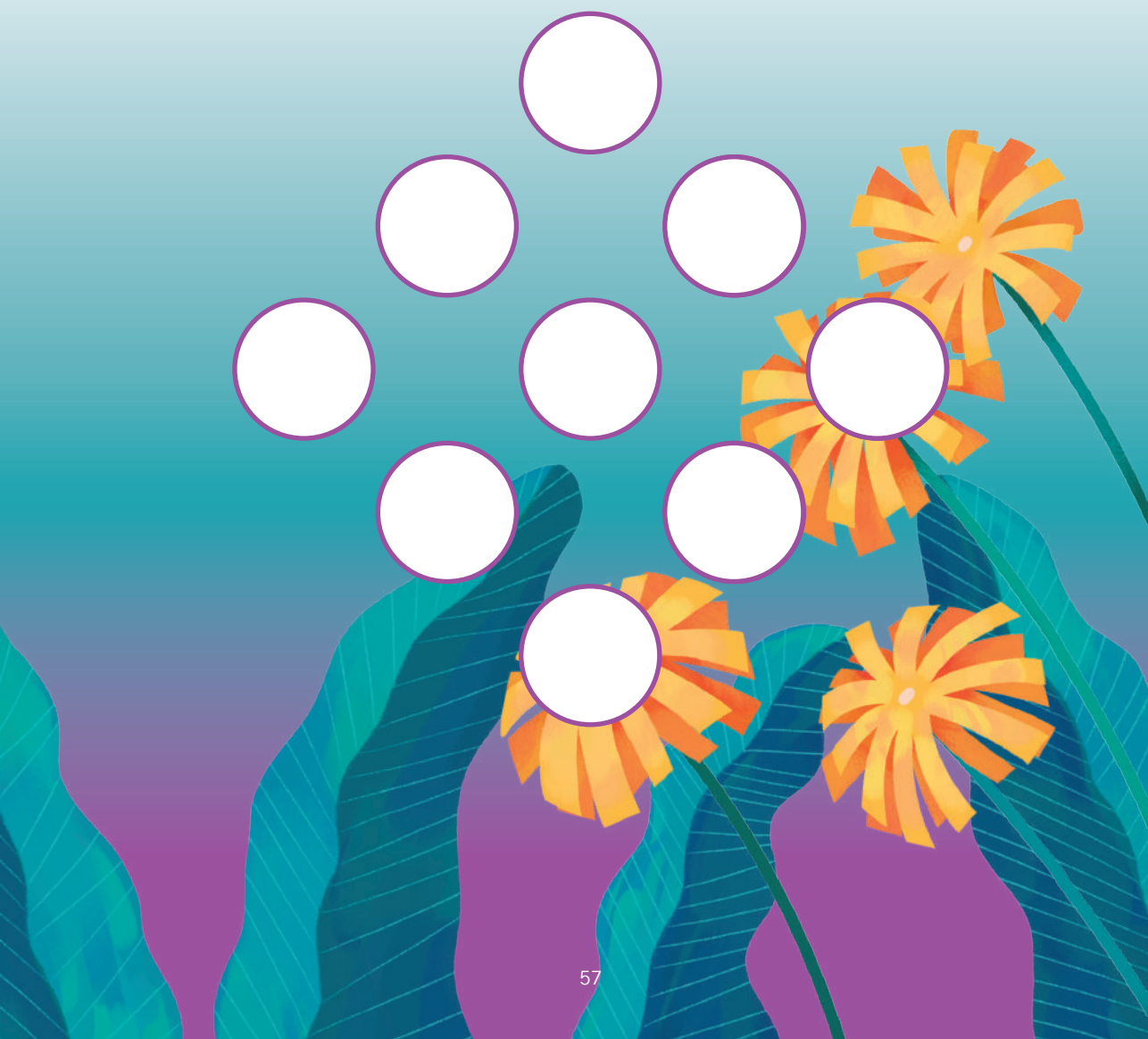
E • Aiuto chi è in difficoltà, anche se non è mio/a amico/a

F • Non escludo nessuno: tutti possono partecipare anche se la pensano diversamente da me

G • Ogni persona è unica e va rispettata così com'è

H • Chiedo scusa se faccio del male o creo disagio, anche senza volerlo

I • Mi sforzo di anteporre sempre il rispetto alle emozioni negative che posso avere (rabbia, frustrazione...)



5. Una volta che tutti i gruppi avranno completato la loro forma del diamante, chiedete di presentare e motivare le loro scelte: ciascuno presenta alla classe il proprio lavoro. In questa fase, incoraggiate l'ascolto attivo e proponete alcune domande per stimolare la riflessione comune:

- Cosa vi ha colpito di questo diamante?
- Ci sono idee che potremmo adottare anche noi come classe?
- Come ci sentiamo quando qualcuno non ci rispetta?
- Tutti i gruppi sono d'accordo?
- Quanto può essere facile (o difficile) mettere in pratica le diverse azioni suggerite?

6. Chiedete di pensare insieme a delle azioni concrete che rispecchiano la realtà della classe, episodi che accadono spesso e che si vorrebbero evitare, oppure progetti da realizzare insieme.

Scrivete alla lavagna le parole chiave che emergono dal confronto.

7. Raccolgete infine le proposte emerse che hanno raccolto maggiore favore e redigete insieme un unico **'Codice del rispetto della classe'** che possa diventare un punto di riferimento quotidiano, frutto del lavoro condiviso e della partecipazione di tutte e tutti.

Questo documento potrà essere:



SCRITTO

su un grande cartellone



FIRMATO

da tutti gli alunni come simbolo di impegno reciproco



AFFISSO

in aula come riferimento quotidiano



SUGGERIMENTI PER L'INSEGNANTE

- Favorire un clima di fiducia e ascolto attivo durante tutta l'attività.
- Valorizzare ogni intervento, anche quelli meno elaborati.
- Prestare attenzione a chi tende a rimanere in disparte e coinvolgerlo delicatamente.
- Aiutare a trasformare eventuali regole negative ("Non urlare") in regole formulate in positivo ("Parla a bassa voce").
- Collegare l'attività ai principi fondamentali dei diritti umani (ad esempio il diritto alla libertà di espressione, alla non discriminazione, alla partecipazione alla vita culturale...).



Attività 4

Il giornalino di scuola nel 2025 (Progetto Digitale)

L'attività ha l'obiettivo di sviluppare nelle ragazze e nei ragazzi la capacità di comunicare in modo consapevole e rispettoso, di utilizzare i media digitali in modo critico e creativo e di **costruire insieme strumenti per analizzare fenomeni più complessi e promuovere una cultura del rispetto**. Allo stesso tempo, offre uno spazio sicuro in cui elaborare e condividere pensieri ed emozioni, rafforzando il senso di responsabilità, appartenenza e solidarietà all'interno del gruppo classe. Creare un podcast con la classe è un modo coinvolgente per far esprimere ragazze e ragazzi su temi importanti, sviluppando la loro capacità di esporre, di ascoltare gli altri e di lavorare in gruppo. L'attività aiuta anche a usare in modo creativo e consapevole la tecnologia.

1. Chiedete alla classe di leggere la breve descrizione di cosa è un podcast a pag. 54 del quaderno Amnesty kids e spiegate che, divisi in gruppi, ne creeranno uno in cui discutere le problematiche legate al rispetto, alla comunicazione verbale e non, all'ascolto e alla collaborazione esponendo le proprie riflessioni, portando testimonianze, intervistando esperte ed esperti (anche tramite videochiamate) e proponendo suggerimenti e buone pratiche.
2. Il progetto si concentrerà su quattro temi fondamentali per la costruzione di relazioni positive:



3. Con il vostro supporto e supervisione, guidate ragazze e ragazzi a esplorare i seguenti link di siti internet creati per generare facilmente dei podcast.

- <https://www.musicpromoter.it/servizi-promuovere-musica-online/anchor/>
- <https://www.spreaker.com/>

Vi troverete una barra laterale a sinistra con la voce “Speaker Create”, cliccando troverete tutte le informazioni per procedere alla creazione del podcast.

Dividete la classe in piccoli gruppi da 4-5, assegnando a ciascuno uno dei quattro temi.

Ogni gruppo potrà:

- riflettere insieme sull'argomento;
- raccogliere storie o testimonianze (anche da familiari o adulti di riferimento);
- scrivere un breve copione;
- registrare il proprio podcast, indicando come durata massima circa 10 minuti.

Se possibile, potete coinvolgere un esperto o una esperta tramite videochiamata, per stimolare la discussione e approfondire i contenuti.

Indicate che a pag. 56 del quaderno Amnesty kids troveranno una pagina in cui scrivere appunti, bozze e il copione per la creazione del loro podcast.



Il podcast finale potrà essere condiviso con le famiglie o all'interno della scuola, come esempio concreto di un percorso di educazione alla cittadinanza attiva, all'empatia e al rispetto. Potete inoltre mandare i vostri podcast a: amnestykids@amnesty.it.

Attività 5

I sottobicchieri dei diritti umani

Questa attività ha lo scopo di **condividere il lavoro svolto** sul rispetto reciproco, sui diritti, sulle relazioni **fuori dalla scuola**, a casa, con parenti e/o amici. Attraverso i sottobicchieri dei diritti umani, ragazze e ragazzi si confronteranno su temi importanti come il diritto di essere ascoltati, il valore delle parole gentili e l'inclusività parlandone anche con le persone care fuori dalla classe, mirando a rafforzare i legami affettivi e incoraggiando una comunicazione empatica e rispettosa.

L'attività utilizza 6 sottobicchieri che riportano diritti che invitano alla riflessione sui rapporti con le altre persone. I sottobicchieri diventano un mezzo per aprire brevi conversazioni significative fuori dalla classe, durante un momento conviviale come una merenda o un pasto.

1. Presentate l'attività e spiegate che i sottobicchieri contengono parole importanti per parlare di rispetto, diritti ed emozioni.

Chiedete a ogni ragazzo o ragazza di ritagliare la scheda che avrete già distribuito con i 6 sottobicchieri. Su ciascun sottobicchiere è scritto un diritto e, dietro, una domanda.

2. Invitate ragazze e ragazzi a portare i sottobicchieri a casa e a scegliere un momento (una cena, una merenda, una colazione del weekend) per usarli con i genitori, altri familiari, gli amici. **Ogni persona sceglie un sottobicchiere, lo legge ad alta voce e risponde alla domanda proposta sul retro.** Non è necessario rispondere a tutte, ma l'obiettivo è creare uno spazio di ascolto e condivisione.
3. Dopo questo momento 'fuori dalla classe', invitate a scrivere a pag. 58 del quaderno Amnesty kids come è andata l'esperienza con i sottobicchieri, raccontando con chi la hanno vissuta, perché hanno scelto o deciso di farla con quella persona specifica e cosa è emerso da questa attività.
4. Chiedete poi, a chi lo desidera, di leggere quanto scritto e raccontare l'esperienza, una frase o un'emozione emersa. Questo consente di rafforzare il legame tra la scuola e l'ambiente affettivo esterno, di valorizzare le relazioni e di interiorizzare i concetti legati ai diritti umani in modo concreto.



**OGNI PERSONA HA VALORE. I DIRITTI
COMINCIANO NEL QUOTIDIANO, QUANDO CI
TRATTIAMO CON RISPETTO E ASCOLTO.**

Hai mai visto qualcuno essere
trattato male solo perché
era diverso?
Come ti sei sentito/a?
Cosa avresti voluto fare?

Art. 2 DUDU

Hai diritto a essere protetto contro
ogni discriminazione. Nessuno può
trattarti diversamente dagli altri per il
colore della pelle, la nazionalità, perché
hai una disabilità, sei ricco o povero o
per qualsiasi altro motivo.



Art. 16 CRC
Hai diritto al rispetto della tua
privacy, anche all'interno
della famiglia, compreso il
diritto ad avere una
corrispondenza privata.



C'è uno spazio o un momento
tutto tuo nel quale ti senti
al sicuro e libero/a?
Qual è?

Ti è mai capitato di non
essere ascoltato/a quando
dicevi qualcosa
di importante?
Come ti ha fatto sentire?

Art. 12 CRC

Hai diritto a esprimere la tua
opinione su tutte le questioni
che ti riguardano. La tua opinione
deve essere ascoltata e presa
in considerazione.



Art. 1 DUDU

Tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti. Essi sono dotati di ragione e di coscienza e devono agire gli uni verso gli altri in spirito di fratellanza.



Cosa significa per te trattare tutte e tutti allo stesso modo?

Puoi raccontare un gesto gentile che hai fatto o ricevuto?

Cosa puoi fare per rispettare gli altri e l'ambiente ogni giorno?

Art. 29 CRC

...ti diritto a una educazione che sviluppi la tua personalità, le tue capacità e il rispetto dei diritti, dei valori, delle culture degli altri popoli e dell'ambiente.



Pensi che venire da altri paesi e avere origini diverse renda ognuno di noi unico e speciale?

Art. 7 DUDU

Hai diritto ad avere un nome e una nazionalità.



VADEMECUM DEL BENESSERE

Qui di seguito trovate una serie di suggerimenti da tenere a mente sui comportamenti e le relazioni con gli altri che possono ispirare la vostra classe. Chiedete alla classe di leggere a pag. 63 del quaderno Amnesty kids il 'Vademecum del benessere', vi potranno trovare suggerimenti e spunti di riflessione sullo stare insieme, rispettandosi.

VADEMECUM DEL BENESSERE

Impara a esprimere sempre ciò che ti fa sentire bene o no e a riflettere su ciò che ti fa stare bene (essere abbracciato, ricevere pizzicotti, altro..) e cosa no.



Impegnati a usare parole rispettose e che tutti possano capire. Quando sei in classe o con il tuo gruppo di amici e vedi che qualcuna/o si sente a disagio, inventa una parola/codice per interrompere subito quello che state facendo.

Anche un'espressione sciocca concordata come "Burro di arachidi" o una più seria come "Intendo sul serio!" va bene. Qualunque cosa che funzioni per tutte e tutti va bene.



Smettete ogni tanto di giocare, fare sport, fare l'attività che state svolgendo per controllarvi gli uni con gli altri, e assicurarvi che tutte e tutti stiano bene.



Impara a osservare anche le espressioni del viso degli altri durante il gioco, l'attività, la partita, per essere sicuro che tutti si stiano divertendo e stiano sulla stessa lunghezza di onda.



Esercitati a interpretare ciò che vedi al parco, in classe, con gli amici, in palestra. Se assisti a episodi di discriminazione e bullismo, e scegli di non fare nulla, non ti sentire in colpa (è normale avere paura!) ma pensa a cosa potresti fare in futuro o avresti potuto fare per fornire aiuto, sempre prestando attenzione alla tua sicurezza.



Ricorda che i tuoi comportamenti hanno un impatto sugli altri. Prova a osservare come le persone reagiscono quando altri fanno tantissimo rumore o lasciano per terra i loro rifiuti. Qualcuno dovrà probabilmente togliere i rifiuti, e sicuramente le persone saranno disturbate dal forte rumore.



Prova a dare una mano, a prestare aiuto. Puoi raccogliere i rifiuti, provare a essere più silenzioso/a per non interrompere la lettura di qualcuno sull'autobus, aiutare a trasportare qualcosa o tenere la porta aperta...

PUOI AVERE UN RUOLO POSITIVO NELLA COMUNITÀ IN CUI VIVI.

AZIONI URGENTI KIDS

Chiedete alla classe di leggere cosa sono, gli obiettivi e quali sono le regole per partecipare alle **'Azioni Urgenti Kids'** a pag. 62 del quaderno Amnesty kids. Durante l'anno riceverete due proposte di attivazione: la prima sarà lanciata in autunno in occasione della maratona di lettere "Write for Rights", mentre la seconda sarà inviata durante la primavera.

Le 'Azioni Urgenti Kids' saranno inviate all'indirizzo e-mail dell'insegnante, indicato sulla scheda di partecipazione al progetto in fase di iscrizione. Saranno inoltre scaricabili dal sito <https://www.amnesty.it/amnesty-kids/>. Potete proporre di partecipare alle "Azioni urgenti kids" anche ad altre classi della scuola che non sono iscritte al progetto Amnesty kids.



FONTI E BIBLIOGRAFIA

- ↪ Nell'introduzione della guida docenti sono citate le *Linee guida del MIUR 2015 per la parità di genere e il contrasto alla violenza*, documento emesso dal Ministero dell'Istruzione.
- ↪ L'attività "Storie sui diritti umani" è stata ispirata dal libro *Difendi i tuoi diritti! Una guida per ragazze e ragazzi di Amnesty International*, Angelina Jolie, Geraldine Van Bueren, Feltrinelli 2022
- ↪ Per l'attività "L' empatia delle parole" è stata usata la poesia della raccolta di Gianni Rodari, *Le parole*, pubblicata la prima volta nel 1974, con il titolo: "Ci vuole un fiore".
- ↪ L'attività "L'empatia delle parole" è stata tratta e ispirata da *Fare lingua a scuola: insegnare le parole come fossero personaggi* . <https://accademiadellacrusca.it/it/contenuti/fare-lingua-a-scuola-insegnare-le-parole-come-fossero-personaggi/37741>
- ↪ L'attività "Io la vedo così" è stata tratta e riadattata da *Laboratorio attività interculturali, storie e percorsi per la scuola primaria*, di Alessandra Tetè, I MATERIALI, Erickson 2011
- ↪ L'attività "Il bastone parlante" è stata ispirata e riadattata da *Primi passi. Manuale di base per l'Educazione ai diritti umani* di Amnesty International.
- ↪ L'attività "Allena-menti" è stata tratta e riadattata da *Compasito. Manuale per l'educazione ai diritti umani con le bambine e i bambini*. Il manuale è stato prodotto in inglese dal Consiglio d'Europa e reso disponibile in italiano da Arciragazzi, Arci Servizio Civile, REDU (Rete Educare ai Diritti Umani) www.compasito.it
- ↪ L'attività "Il codice del rispetto" con la proposta del diagramma a diamante è stata tratta, tradotta e riadattata da: *What is the best action?* (Stride. Global Citizenship Magazine for schools, Classroom activities) www.stridemagazine.org.uk

APPUNTI

