

Attività di prevenzione e contrasto al bullismo e al cyberbullismo tratte dalla Piattaforma Elisa

Il nostro Istituto propone attività finalizzate alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo, con l'obiettivo di favorire un clima scolastico positivo, sicuro e inclusivo.

All'interno delle proposte è specificato il grado scolastico di destinazione, al fine di orientare una scelta consapevole e coerente con il contesto classe.

Le attività saranno selezionate e calibrate dai docenti in relazione all'età degli alunni e alle specifiche caratteristiche di ciascun gruppo classe, garantendo interventi efficaci, inclusivi e rispondenti ai bisogni formativi degli studenti.

Sensibilizzazione sul fenomeno

1. Caratteristiche del bullismo

ATTIVITÀ - Proponiamolo in classe

La presente attività può essere proposta per sensibilizzare bambini e ragazzi sul tema del bullismo

Può essere proposta a bambini della primaria e ai ragazzi dei primi anni della scuola secondaria di primo grado. In base al livello di età, sarà importante tarare il linguaggio, le domande e gli obiettivi.

Obiettivi: iniziare a far riflettere i ragazzi sul fenomeno del bullismo e sulle sue caratteristiche. Approfondire la differenza tra bullismo e altre forme di comportamento.

Materiali: le immagini sotto

Indicazioni per il conduttore: il docente mostra un'immagine alla volta ai ragazzi e chiede loro se si tratta o no di bullismo. Il docente con opportune domande e spunti, aiuta i ragazzi nella riflessione cercando di guidarli verso l'individuazione delle caratteristiche del fenomeno (intenzionalità, squilibrio di potere, ripetizione nel tempo).

Spunti di riflessione: "tra le caratteristiche che abbiamo descritto, qual è quella che vi ha più colpito? Perché?"; "riflettiamo un po' sull'intenzionalità: se io faccio uno scherzo ad un amico per ridere CON lui si tratta di bullismo?"; "riflettiamo un po' sullo squilibrio di potere: se scoppia una rissa tra due tifoserie (o tra due ragazzi) si tratta di bullismo?"; "riflettiamo un po' sulla ripetizione nel tempo: se dopo una prepotenza, bullo e vittima si incontrano a scuola cosa accadrà?"; "cosa mostravano le immagini che abbiamo visto?"; "riflettiamo sul perché, secondo voi, per poter parlare di bullismo devono essere presenti tutte le caratteristiche sopra citate...".

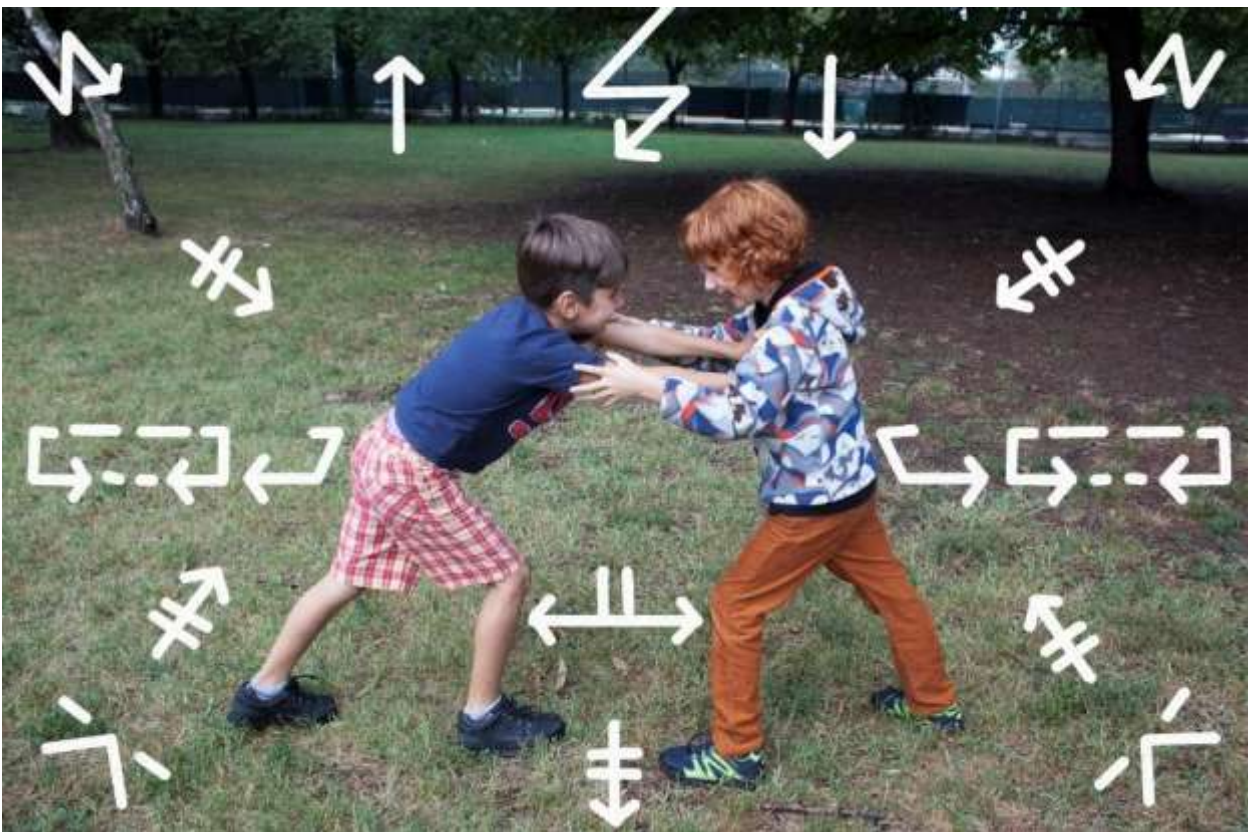


Foto tratte da Manuale BIC (ANTI-BULLYING PROGRAM), BIC - Bullying in Institutional Care, progetto Daphne JUST/2014/RDAP/AG/BULL/7625 Funded by the European Commission), Amici de Bambini



Foto tratte da Manuale BIC (ANTI-BULLYING PROGRAM), BIC - Bullying in Institutional Care, progetto Daphne JUST/2014/RDAP/AG/BULL/7625 Funded by the European Commission), Amici de Bambini

2. Ruolo degli spettatori nel bullismo

MATERIALE: focalizzarsi sulla terza immagine del punto 1

DOMANDE PER STIMOLARE LA DISCUSSIONE:

- Secondo voi nell'immagine, oltre al ragazzo che fa prepotenze e a quello che le subisce, ci sono altre persone?
- Perché le prepotenze vengono fatte quando gli altri compagni di classe possono vederle?
- Cosa fanno gli altri ragazzi che non sono direttamente coinvolti?
- Cosa fa la ragazza in primo piano con gli occhiali? Perché non fa niente? (*paura, non sa che fare*)
- Chi assiste e non fa niente ha qualche responsabilità nei confronti della vittima? E rispetto al comportamento del bullo? (*La vittima si sente sola, abbandonata, pensa che a nessuno importi di lei; il bullo si sente incoraggiato o quantomeno legittimato a continuare*).

3. Caratteristiche cyberbullismo

(scuola secondaria di 1[^] grado)

ATTIVITÀ - Le caratteristiche del cyberbullismo

Guarda il video "Condividi chi?", realizzato da Generazioni Connesse (www.generazioniconnesse.it). Il video ha lanciato lo slogan "Connect with Respect" scelto per celebrare il decimo anniversario del *Safer Internet Day* (6 Febbraio 2013)

<https://youtu.be/1sJ-zcm01Fc>

ATTIVITÀ - Proponiamolo in classe

Una volta che gli studenti avranno compreso cos'è il bullismo e avranno approfondito le caratteristiche di tale fenomeno, può essere proposta loro un'attività con lo scopo di sensibilizzare i ragazzi sul tema del cyberbullismo.

La presente attività può essere proposta ai ragazzi della **scuola secondaria di primo e secondo grado**. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età della classe coinvolta.

Obiettivi: iniziare a riflettere con i ragazzi sul fenomeno del cyberbullismo, approfondendo sia gli aspetti specifici del contesto online, sia gli aspetti di continuità rispetto al bullismo tradizionale.

Materiali: video Condividi Chi link: <https://www.youtube.com/watch?v=1sJ-zcm01Fc&feature=youtu.be> ;

Indicazioni per il conduttore: il docente mostra il video ai ragazzi e approfondisce con loro come e se le caratteristiche del bullismo, (intenzionalità, squilibrio di potere, ripetizione nel tempo) siano ancora presenti quando si parla di cyberbullismo. Il docente guida i ragazzi all'approfondimento delle caratteristiche del contesto online che influenzano i comportamenti di prepotenza (anonimato, diffusione ad un pubblico ampio, no limiti di spazio e di tempo). Durante l'attività, il docente riporta sul cartellone le risposte dei ragazzi in una sorta di brainstorming guidato. Alla fine, sarà importante aprire una riflessione riepilogando quanto appuntato sul cartellone, sulle caratteristiche del bullismo e del cyberbullismo, ricercando le sfumature e i punti in comune tra i fenomeni.

Spunti di riflessione: "Anonimato: in che modo secondo voi si può agire in questo modo?". "Definiamo che ruolo hanno i vari ragazzi nel video: ragazza (cybervittima),

il ragazzo e la ragazza (cyberbulli), il ragazzo che non vuole condividere e che aiuta a spegnere il fuoco (sostenitore della vittima)”; “riflettere sul bullismo e come potrebbe trasformarsi in cyberbullismo”; “è stato semplice trovare le caratteristiche relative al cyberbullismo?”; “**riflettiamo sull’anonimato** all’interno del cyberbullismo: può essere considerato uno squilibrio di potere?”; “**riflettiamo sull’intenzionalità**: avere davanti uno schermo invece che una persona ha degli effetti? Fa percepire meno il danno che si sta creando all’altro?”; “**riflettiamo sulla ripetizione**: è necessario ripetere nel tempo un’azione online? Condividere in tanti un contenuto offensivo può essere considerato ripetizione?”; “confrontando bullismo e cyberbullismo, secondo voi quale fenomeno provoca più sofferenza? Perché?”.

4. Tipologie di bullismo - focus sul bullismo indiretto

(scuola secondaria di 1[^] grado)

DOMANDE PER STIMOLARE LA DISCUSSIONE:

- Vi vengono in mente altri tipi di comportamento oltre quelli di cui abbiamo parlato? Elenchiamoli (*insultare, minacciare, costringere a fare qualcosa, spingere, strattonare, picchiare, escludere, mettere in giro voci etc*).
- Che differenza c’è tra prendere in giro qualcuno e parlare alle sue spalle? (*nel primo caso la vittima è al corrente della prepotenza, nel secondo è ignara di tutto, quindi non può difendersi*)
- Si può parlare di bullismo anche quando si esclude qualcuno? Come possiamo chiamare questa forma di bullismo? Secondo voi questa forma di bullismo è più frequente tra i maschi o tra le femmine?

5. Il ruolo dei compagni di classe nel bullismo

(scuola secondaria di 1[^] grado)

DOMANDE PER STIMOLARE LA DISCUSSIONE:

- Cosa succede se i compagni e le compagne non fanno niente? Come si sente la vittima? Come si sente il bullo? Cosa pensano gli studenti? (*viene fatto passare il messaggio che il bullismo è accettabile, la vittima si sente sola e indifesa, il bullo si sente legittimato*);
- Chi sono secondo voi i ragazzi/le ragazze che intervengono maggiormente? (*quelli che si sentono più preparati sull’argomento, quelli che non accettano le prepotenze etc*).

6. L'importanza dell'abilità di ascolto per accogliere le richieste di aiuto

(scuola secondaria di 1[^] grado)

DOMANDE PER STIMOLARE LA DISCUSSIONE:

- Perché a volte i compagni non fanno niente? (*sottovalutano le conseguenze, temono di essere presi in giro/di mira a loro volta, hanno paura di essere esclusi insieme alla vittima*);
- Cosa si può fare per chiedere aiuto agli insegnanti? Cosa si può fare per chiedere aiuto ai compagni? Quando avete un problema e ne parlate con un amico cosa vi aspettate da lui? (*ascolto, comprensione, sostegno emotivo*)

7. Promozione di un clima di classe positivo

(scuola secondaria di 1[^] grado)

DOMANDE PER STIMOLARE LA DISCUSSIONE:

- Cosa potrebbero fare i compagni di classe per evitare che si presentino questi fenomeni?
- Cosa significa star bene in classe?
- Cosa invece può aumentare il malessere in classe

L'approccio curricolare - percorsi basati su stimoli culturali (narrativa, film, video, letture)

1. APPROFONDIMENTO - Stimoli letterari

ATTIVITÀ DIDATTICA – WONDER: Intervistiamo August e Julian

Attività per la prevenzione del bullismo e la promozione dell'empatia attraverso la letteratura.

Descrizione dell'attività

La presente attività è pensata per aiutare bambini e ragazzi a mettersi nei panni della vittima e del bullo attraverso l'utilizzo di uno stimolo letterario molto popolare. Grazie alla tecnica dell'intervista, sarà possibile approfondire gli stati interni dei personaggi: emozioni, pensieri, motivazioni e meccanismi di **disimpegno morale**.

Target

- **Classi quarte e quinte della scuola primaria**
- **Scuola secondaria di primo grado**

Il linguaggio e gli obiettivi devono essere calibrati in base all'età degli alunni.

Obiettivi

- Approfondire il ruolo del bullo e comprenderne le motivazioni.
- Comprendere il vissuto emotivo della vittima.
- Sviluppare empatia e consapevolezza emotiva.
- Promuovere una riflessione critica sul bullismo.

Su cosa si lavora

- Conoscenze sul fenomeno del bullismo
- Emozioni e stati mentali
- Empatia

- Disimpegno morale
- Autocolpevolizzazione

Materiali

- Palacio R.J. (2012). **Wonder**. Brano: "La Formaggite". Giunti Editore.
- Palacio R.J. (2014). **A Wonder Story: Il libro di Julian**. Brano: "Crudele". Giunti Editore.

Entrambi i brani fanno riferimento al cosiddetto "gioco della peste", ideato da Julian e subito da August.

Indicazioni per i conduttori

1. Leggere o far leggere ad alta voce i brani, partendo da "La Formaggite".
2. Dividere la classe in due gruppi.
3. Ogni gruppo immagina e scrive un'intervista al protagonista del brano assegnato.
4. Preparare domande e risposte come un copione.
5. Mettere in scena le interviste.
6. Discussione finale guidata dal docente.

Spunti di riflessione

Per **August** gli spunti di riflessione potrebbero essere:

- le **emozioni negative** causate dalle prepotenze (es. "Come ti sei sentito quando hai scoperto che i compagni evitano di toccarti?" "Triste, imbarazzato, umiliato, arrabbiato");
- l'**autocolpevolizzazione** (es. "Secondo te perché i tuoi compagni si comportano così?" "Perché la mia faccia è mostruosa, è colpa mia, non dovevo iniziare ad andare a scuola");
- **il senso di impotenza** (es. "Perché non ti ribelli?" "Sarebbe inutile, sono solo contro tutti. E poi non saprei cosa fare").

Per quanto riguarda **Julian** i punti salienti emersi dalla lettura del brano e dalla sua intervista potrebbero essere:

- la **mancanza di empatia** (es. "Perché fai così?" "Perché non me ne importa nulla di August, di quello che prova, non mi preoccupa quello che prova e non me ne frega niente se sta male");
- **Considerare le prepotenze divertenti** (es. "Perché fai così? Ma ti diverti a comportarti così?" "Sì, i miei compagni ridono quando lo prendo in giro, quindi è divertente, non c'è niente di male");
- la **colpevolizzazione della vittima** (es. "Perché te la prendi proprio con August?" "È colpa sua, dovrebbe nascondere la sua faccia raccapricciante");
- la **confusione tra scherzo e prepotenza** (es. "Perché ti comporti così?" "Non sono cose dette con cattiveria. Sono solo cose scherzose").

Conclusione

L'attività consente di esplorare in profondità i diversi ruoli coinvolti nel bullismo e favorisce nei ragazzi lo sviluppo dell'empatia e della responsabilità personale.

2. APPROFONDIMENTO - Stimoli audio-visivi

ATTIVITÀ - Discutiamo insieme il video tratto da "La solitudine dei numeri primi"

Target: Per le tematiche trattate **il video può essere particolarmente adatto agli studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado.**

Obiettivi: Riflettere su un esempio di bullismo. Individuare le caratteristiche tipiche del bullismo, come la ripetizione nel tempo, l'intenzionalità di fare del male all'altro e lo squilibrio di potere tra il bullo e la vittima. Riflettere sulle emozioni che prova la vittima, e sulle possibili conseguenze a breve e a lungo termine delle prepotenze.

Su cosa si lavora: Conoscenze relative alle caratteristiche e alle conseguenze del bullismo.

Materiali: Video tratto da "La solitudine dei numeri primi" (scena negli spogliatoi).
Lim o altra strumentazione idonea a proiettare il video.

Indicazioni per i conduttori: Mostrare il video e guidare una discussione su quanto visto. Se possibile disporre gli studenti a semicerchio per favorire la discussione. Un canovaccio che può aiutare nella conduzione della discussione può essere il seguente:

- Si tratta di bullismo? Riuscite ad individuare le caratteristiche tipiche del bullismo?
- Il bullismo si verifica solo una volta o più volte?
- Bullo e vittima si trovano sullo stesso piano? Quali sono le caratteristiche del bullo e quali quelle della vittima?
- Quale è l'intento del bullo? Quale è la differenza tra bullismo e scherzo?
- Quali possono essere le conseguenze a breve e lungo termine del bullismo?

Spunti di Riflessione: Il bullismo è un tipo di comportamento che si ripete nel tempo, quali possono essere le emozioni che prova la vittima? Provare queste emozioni negative tutti i giorni, a quali conseguenze può portare? A chi potrebbe chiedere

3. APPROFONDIMENTO - Stimoli di attualità

ATTIVITÀ - Dibattito su un caso di bullismo

Target: Studenti di scuole secondarie di secondo grado.

Obiettivi: Stimolare la riflessione sul bullismo attraverso una rielaborazione del tema che parta direttamente dai ragazzi. L'attività è pensata per stimolare il pensiero critico e la capacità di argomentare e comunicare oralmente. Permette al tempo stesso di riflettere su posizioni discordanti.

Su cosa si lavora: Riflessioni sul ruolo dello spettatore e sul "cosa fare".

Materiali: Articoli di cronaca. Si consiglia di cercare e di utilizzare per l'attività, articoli di cronaca **aggiornati** e **tarati sull'età** degli studenti e studentesse con cui si intende lavorare.

Indicazioni per i conduttori: Leggere insieme l'articolo e assicurarsi che tutti abbiano capito quanto raccontato. Iniziare una riflessione insieme a partire dagli spunti presentati sotto, e da domande come: "I ragazzi che hanno assistito

all'episodio senza intervenire, hanno qualche responsabilità rispetto a quanto avvenuto? Come mai non hanno fatto nulla?". A questo punto selezionare 15-18 ragazzi e ragazze (in base alla numerosità della classe) e suddividerli in 2 squadre che si confronteranno in un dibattito dal titolo "Cosa avrebbero dovuto fare i ragazzi che hanno assistito all'episodio per aiutare la vittima?". Ciascuna squadra dovrà sostenere una delle seguenti posizioni:

squadra 1: i ragazzi "spettatori" avrebbero dovuto dividere i bulli e la vittima;

squadra 2: i ragazzi "spettatori" avrebbero dovuto cercare l'aiuto di un adulto.

Il resto della classe osserverà il dibattito su "cosa avrebbero dovuto fare gli spettatori" con l'obiettivo di decretare la squadra che, fornendo le migliori argomentazioni, ha proposto le migliori azioni da intraprendere. Dopo aver spiegato le regole del dibattito (vedere di seguito), lasciare alle squadre un po' di tempo per trovare la propria tesi, le argomentazioni a sostegno e per decidere uno o due portavoce. Evidenziare più volte che l'obiettivo non è trovare "un colpevole" ma focalizzarsi su "cosa fare". Una volta che le due squadre si sentiranno pronte, avrà luogo il dibattito vero e proprio, che seguirà la seguente scaletta:

- I portavoce delle squadre, a turno, avranno 3 minuti di tempo a testa per presentare brevemente la propria posizione;
- A seguire, a turno, ciascuna squadra, per mezzo dei propri portavoce, argomenterà la propria posizione. Ciascuna squadra avrà dai 5 ai 10 minuti di tempo. Se i portavoce sono in difficoltà i compagni di squadra possono aiutarli. Mentre una delle due squadre argomenta la propria posizione, l'altra deve ascoltare in silenzio, pensando (e eventualmente appuntandosi) possibili repliche;
- Quando tutte le squadre avranno esposto le proprie argomentazioni, avranno dai 5 ai 10 minuti a testa per replicare, sostenendo o controbattendo, alle argomentazioni delle squadre avversarie;
- Alla fine, gli altri compagni e l'insegnante, per alzata di mano, dovranno decretare i vincitori del dibattito, cioè la squadra che ha presentato la miglior strategia di azione;
- L'insegnante tirerà quindi le fila dell'attività, sottolineando i punti di forza e di debolezza delle argomentazioni, e ricapitolando gli spunti emersi.

Spunti di riflessione: "è importante nel bullismo la responsabilità di chi guarda e non fa nulla (spettatori passivi)? Se sì, quanto? Se no, perché?"; "Quali sono, secondo voi, le motivazioni degli spettatori a rimanere passivi?"; "Riflettiamo sul

silenzio...Perché tutto tace e si preferisce far finta di niente tra gli spettatori passivi? Quali effetti provoca il silenzio degli spettatori sulla vittima? E sul bullo?”.

N.B: Visto che l'attività è pensata per studenti della scuola secondaria di secondo grado, per alleggerirla e proporla anche alla scuola secondaria di 1^ grado, anziché proporre un articolo di cronaca o di giornale, si può pensare a un'attività basata sul far scrivere agli alunni una pagina del giornalino della scuola in cui si descrive un episodio inventato di bullismo puntando sulla reazione degli spettatori e successivamente procedere come nella scheda sopra.

A tal proposito si riporta un esempio elaborato dalla Referente bullismo e cyberbullismo della scuola ins. Simona Borromeo

Il Corriere della Media – Speciale Bullismo- Giornale scolastico della Scuola Media XYZ. Articolo di fantasia ispirato a situazioni reali.

Quando il silenzio pesa più delle parole.

Prese in giro, spettatori immobili e il coraggio di parlare: un episodio che fa riflettere la comunità scolastica.

Scuola Media XYZ – Un episodio di bullismo ha coinvolto alcuni studenti dell'istituto. Luca, 13 anni, racconta di essere stato preso in giro dai compagni durante la ricreazione, mentre altri studenti hanno osservato la scena senza intervenire. Nessun adulto era presente al momento dell'episodio e la situazione è stata segnalata solo in un secondo momento agli insegnanti, che hanno successivamente preso provvedimenti disciplinari nei confronti dei ragazzi coinvolti. Le prese in giro erano principalmente verbali, con commenti offensivi rivolti all'aspetto fisico e agli interessi personali di Luca. Marco, uno studente che ha assistito alla scena, racconta: "Molti di noi non hanno fatto nulla, non volevamo metterci nei guai." La vicenda ha acceso un dibattito tra gli studenti sulla responsabilità di chi assiste senza intervenire. L'episodio dimostra come il bullismo possa diventare un problema silenzioso: mentre alcuni mettono in atto prepotenze, altri restano spettatori, lasciando la vittima sola.

Riflessione finale

Questo racconto vuole sensibilizzare studenti, insegnanti e famiglie sull'importanza di riconoscere e affrontare il bullismo in tutte le sue forme. Il silenzio degli spettatori può pesare quanto le parole offensive: intervenire è un atto di coraggio e di responsabilità.

Le tecniche di rielaborazione

1. Scrivere una lettera

ATTIVITÀ - Wonder: August e Julian scrivono una lettera

Questa attività è pensata come proseguimento dell'attività - Wonder: intervistiamo August e Julian. È possibile, tuttavia, utilizzarla singolarmente adattando adeguatamente la consegna. Scrivere una lettera dal punto di vista del bullo pentito o della vittima che chiede aiuto permette di riflettere su come è possibile uscire da una situazione di bullismo focalizzando l'attenzione sui diretti protagonisti. Il confronto tra i diversi elaborati può essere lo spunto per comprendere le strategie più efficaci per far fronte a queste situazioni.

Target: Bambini di quarta e quinta della scuola primaria e ragazzi della scuola secondaria di primo grado. È importante utilizzare un linguaggio e delle consegne tarate sull'età dei partecipanti.

Obiettivi: Riflettere su come poter fare per rimediare a una prepotenza; pensare a possibili soluzioni che può mettere in atto la vittima per risolvere il problema.

Su cosa si lavora: Come e cosa fare per aiutare la vittima.

Materiali: Brano "La Formaggite" tratto da [Palacio \(2012\). Wonder. Giunti Editore](#) . Brano "Crudele" tratto da [Palacio \(2014\). A Wonder Story: il libro di Julian, Giunti Editore](#). In entrambi i brani si fa riferimento al "gioco della peste", inventato da Julian e diffuso tra i compagni di scuola all'insaputa di August, vittima del "gioco". Nei due brani la stessa situazione viene dunque descritta da due diversi punti di vista.

Indicazioni per i conduttori: Ciascuna ragazza e ragazzo, individualmente, produrrà un elaborato scritto, scegliendo una delle seguenti consegne:

- Consegna A - "Immagina che August decida di chiedere aiuto a qualcuno per mettere fine alle prepotenze subite. Prova a scrivere una lettera di richiesta di aiuto. Decidi a chi sarà indirizzata tale lettera (es. ai professori, al Dirigente, a un compagno, a tutti i compagni di classe, a Julian, ai genitori). Nella lettera August dovrà spiegare cosa è successo, come si sente, e in che modo si aspetta che potrà essere aiutato dal destinatario della lettera".
- Consegna B - "Immagina che Julian abbia assistito all'intervista di August, e si sia pentito del suo comportamento. Prova a scrivere una lettera di scuse per August. Nella sua lettera Julian dovrà anche offrire il proprio aiuto ad August

per essere accettato anche dagli altri compagni e per mettere fine alle prepotenze.

Lettura in classe degli elaborati, discussione e creazione di cartelloni di sintesi delle proposte.

Spunti di riflessione: Il confronto tra le diverse lettere da parte di August, realizzate dai ragazzi, permette di riflettere sul fatto che ci sono diverse persone che possono aiutare la vittima. In base alla persona a cui si rivolge la vittima può cambiare il tipo di aiuto ricevuto: "Cosa può fare un professore per aiutare la vittima?"; "Cosa possono fare i genitori?" + "Cosa possono fare i compagni di classe?". Per quanto riguarda la lettera di Julian, uno spunto di riflessione è che non è mai troppo tardi per cambiare e chiedere scusa. Il bullo non va condannato, vanno condannati i suoi comportamenti ma bisogna essere disposti a perdonarlo se mostra di essersi pentito: "Il bullo può essere perdonato?"; "Ci sono strategie attraverso le quali il bullo può aiutare la vittima se si rende conto dell'errore e vuole dare un segnale di profondo cambiamento?"; "Quali strategie possono essere utilizzate?"; "In che modo?" (es.- confortarla, convincere i compagni a smettere se dovesse ricapitare, dare il buon esempio ai compagni ecc.).

2 Scrittura e narrazione creativa

ATTIVITÀ - Inventiamo una storia

L'attività è finalizzata a stimolare la scrittura creativa sui temi del bullismo. Prevede una fase di preparazione del materiale e una di attività in piccoli gruppi.

Prima di svolgere questa attività si consiglia di svolgere una sensibilizzazione in classe (*vedi la sensibilizzazione sul fenomeno*).

Target: Bambini e bambine delle classi quarta e quinta della primaria e i ragazzi e le ragazze della scuola secondaria di primo grado. Le riflessioni, le consegne e gli spunti andranno tarati sull'età dei partecipanti.

Obiettivi: Riflettere sulle caratteristiche delle vittime di bullismo, sui luoghi in cui è più probabile che tali episodi avvengano e sulle conseguenze a lungo termine del bullismo.

Su cosa si lavora: Caratteristiche della vittima, contesto in cui si verifica il fenomeno e conseguenze.

Materiale: Tre fogli di cartoncino per creare i cubi; forbici; penne; fogli bianchi.

Indicazioni per il conduttore: Far preparare ai ragazzi tre piccoli cubi. Per le scuole elementari potrebbero essere preparati precedentemente. Per ciascun cubo, su ogni faccia saranno riportati rispettivamente i protagonisti della storia (cubo "Chi?"), le possibili ambientazioni (cubo "Dove?"), le possibili conseguenze a lungo termine del bullismo (cubo "Conseguenze"). Prendendo spunto dalle seguenti proposte, si può decidere se suggerire ai ragazzi cosa scrivere nelle facce dei diversi cubi, o dar loro la libertà di inventare le diverse opzioni, sempre rispettando il tema/dimensione del cubo. Un'ulteriore possibilità è quella di fornire un paio di esempi per ciascun cubo per poi lasciare completare in autonomia le altre facce. A questo punto dividere la classe in 4 o 5 gruppi. Ciascun gruppo dovrà lanciare i tre cubi e creare una storia a partire dai tre elementi conosciuti. La consegna sarà: "Provate a immaginare cosa è successo al vostro protagonista in quella circostanza per arrivare a quella conseguenza. Pensate anche a cosa può aver fatto il protagonista dopo la conseguenza. Discutetene insieme e poi scrivete insieme un racconto che abbia una introduzione, una trama e una conclusione." Una volta che tutti i gruppi avranno sviluppato la storia leggere gli elaborati in classe. È possibile ripetere l'attività più volte, magari facendo lavorare i ragazzi in maniera individuale o cambiando il tema di ciascun cubo. Possibili esempi:

- CHI? ESEMPLI: Una ragazza sensibile; Un nuovo compagno di classe; Un ragazzo bravo a scuola; Il "buffone" della classe; Il più "cool" della classe; Il "nerd" della classe; Una studentessa che ha litigato con la propria amica.
- DOVE? ESEMPLI: Su Instagram; In classe a ricreazione; In corridoio al cambio dell'ora; Su Whatsapp; Durante la lezione; All'uscita di scuola.
- CONSEGUENZE? ESEMPLI: Smette di andare a scuola; Prova vergogna; Si isola; Si arrabbia e spesso provoca i compagni; Diventa triste; Non crede più in se stesso; Ha paura.

Spunti di riflessione: "Il bullismo può colpire chiunque?"; "Esistono ambienti reali o virtuali in cui è più probabile che si verifichi un episodio di bullismo: perché? Cosa hanno in comune questi luoghi e momenti?"; "Anche una piccola prepotenza può innescare conseguenze gravi. Vi trovate d'accordo? Se sì, perché? Vi trovate in disaccordo? Se sì, perché?"

2. Approfondimento Brainstorming

ATTIVITÀ - Come stare bene in classe

Questa attività si presta bene ad essere svolta all'inizio dell'anno scolastico. Il materiale prodotto potrà essere continuamente aggiornato e rimarrà un promemoria a cui riferirsi durante l'intero anno scolastico, ogni volta che l'insegnante o gli studenti stessi lo riterranno necessario (ad esempio nel caso di un litigio, o di tensioni in classe). L'insegnante potrà partire da quanto suggerito dai ragazzi per avviare un percorso che permetta di incrementare in maniera sistematica e graduale gli aspetti salienti per un buon clima di classe.

Target: Bambini e ragazzi di ogni ordine e grado a partire dai primi anni della scuola primaria. Per i più piccoli si può adattare l'attività sostituendo i post-it con dei disegni proposti dall'insegnante come possibili opzioni tra cui scegliere, o da far realizzare direttamente ai bambini.

Obiettivi: Riflettere sugli atteggiamenti e i comportamenti da adottare per stare bene in classe. Incentivare l'instaurarsi di un clima di classe positivo.

Su cosa si lavora: Clima di classe

Materiale: Cartellone; post-it (almeno uno per studente e insegnante); penne o pennarelli colorati.

Indicazioni per il conduttore: Scrivere al centro del cartellone la frase: "Cosa serve per stare bene in classe", e attaccarlo in un luogo ben visibile e raggiungibile da tutti gli studenti (es. non troppo in alto). Consegnare diversi post-it a ciascuno studente e dar loro un paio di minuti per pensare e scrivere in autonomia gli ingredienti fondamentali per stare bene in classe (uno per post-it). Anche l'insegnante avrà il proprio post-it da completare. Far attaccare i post-it al cartellone. Leggere gli spunti e eventualmente raggruppare i post-it dai contenuti simili. Partendo da quanto emerso, aprire una discussione. L'insegnante, anche in momenti successivi dell'anno, potrebbe proporre di aggiungere dei nuovi post-it per promuovere alcune competenze che risultano carenti (es. "non aver paura a dire la propria opinione", "chiedere aiuto se si è in difficoltà", "coinvolgere tutti nei giochi", "imparare a conoscersi a vicenda" ecc.)

Spunti di riflessione: Star bene in classe non è scontato. Tutti dobbiamo impegnarci per star bene. Nella nostra classe alcuni aspetti sono particolarmente importanti (es. in molti potrebbero aver scritto nel post-it la parola "rispetto" o

“parlare uno per volta” o “condividere il materiale” o “aiutarsi a vicenda” o “divertirsi insieme” ecc.). Cosa possiamo fare per migliorare il clima nella nostra classe?

3. Approfondimento Role Play

ATTIVITÀ - Mettiamo in scena le esperienze degli spettatori

L'attività permette di esperire direttamente, di "vivere" un episodio di bullismo in un ambiente protetto e guidato. I bambini e i ragazzi avranno modo di mettersi nei panni dei diversi ruoli e di "sentire" le loro emozioni e focalizzarsi sui propri pensieri.

Target: Studenti della scuola secondaria di primo e di secondo grado.

Obiettivi: Mettersi nei panni della vittima, dello spettatore e del bullo. Capire le loro emozioni e i loro pensieri, e come questi possano cambiare in base ai comportamenti adottati dagli altri partecipanti.

Su cosa lavora: Punti di vista della vittima, dello spettatore e del bullo; su cosa possono fare gli spettatori.

Indicazioni per il conduttore: Dopo aver introdotto il tema del bullismo e aver fatto alcuni esempi sulle diverse tipologie (fisico, verbale, indiretto, cyberbullismo), dividere i ragazzi in gruppetti di 4 o 5, e chiedere loro di raccontare agli altri membri del gruppo una situazione del passato in cui hanno assistito da **spettatori** a un episodio di bullismo. In ciascun gruppo i ragazzi dovranno scegliere uno dei racconti e riportarlo brevemente in un foglietto rendendo non riconoscibili i protagonisti della vicenda. Nel foglietto bisognerà scrivere anche le reazioni avute in quella situazione da chi scrive e da eventuali altri spettatori presenti (es. non ho fatto niente, ho aiutato la vittima, ho riso, ho chiesto aiuto). Sottolineare che la situazione deve essere vista dal punto di vista dello spettatore e non della vittima (*per evitare che un'eventuale vittima si senta troppo esposta nel raccontare una sua esperienza diretta*). Una volta che tutti avranno finito, l'insegnante raccoglierà i bigliettini, leggendoli a voce alta e selezionandone uno da utilizzare come traccia per il role playing (*è preferibile evitare di scegliere un esempio di bullismo fisico*). A questo punto chiedere se ci sono dei volontari per mettere in scena la situazione. Dare ai ragazzi qualche minuto di tempo per prepararsi. Ad ogni passaggio chiave della scenetta, l'insegnante dovrà congelare la situazione, utilizzando ad esempio il comando "*Freeze!*". A questo punto l'insegnante chiederà ai vari protagonisti come si sentono in quel momento (restando sempre nei panni del personaggio che interpretano), o che cosa stanno pensando. La scenetta riprenderà quindi diverse

volte. Una volta drammatizzata, l'insegnante propone di rifarla chiedendo agli altri studenti (gli spettatori) di entrare in scena per provare a cambiare il corso della storia, creando così dei finali alternativi (es. *lo spettatore può provare a difendere la vittima, o può chiedere aiuto a qualche compagno per fermare il bullo; la vittima può provare a reagire in modo assertivo*). Anche in questo caso l'insegnante congelerà la situazione per indagare se e come cambiano i pensieri e le emozioni dei protagonisti al cambiare della situazione.

Spunti di riflessione: "riflettiamo sull'impotenza della vittima: perché non riesce a reagire di fronte al bullo?"; "Quali emozioni prova? Positive? Negative?"; "In che modo le emozioni possono 'bloccare' la vittima?"; "Perché il bullo si sente forte?"; "Riflettiamo su come e cosa spinge il bullo a desistere dal fare prepotenze.."; "Gli spettatori sono dispiaciuti per la vittima ma al tempo stesso hanno paura della reazione del bullo..."; "Perché spesso non agiscono gli spettatori? Hanno paura? Non sanno cosa fare? Perché?"; "Riflettiamo sull'importanza di aiutare la vittima...in che modo può modificare la dinamica dell'episodio?"; "Fare qualcosa (non fare nulla) che impatto ha su di noi spettatori?"; "Quando la vittima sente il supporto dei compagni, può sentirsi più forte e capace di affrontare la situazione?".

Attività con diversi stimoli e tecniche - una cassetta degli attrezzi

1. ATTIVITÀ - Il ritratto del bullo e della vittima

Stimoli: di attualità o letterario

La presente attività può essere utilizzata per sensibilizzare i bambini e le bambine sul tema del bullismo attraverso stimoli letterari e la produzione di disegni. Allo stesso tempo, utilizzando fatti di cronaca recenti e adattando la consegna, può essere utilizzata con i ragazzi e le ragazze della secondaria. L'attività di ritratto (disegno o elaborato scritto) può far emergere la visione condivisa della figura del bullo e della vittima, che permette di riflettere sulle caratteristiche tipiche di queste due figure, ma anche e soprattutto, su possibili stereotipi.

Target: Stimolo letterario e disegno: bambini delle classi quarte e quinte della scuola primaria. Stimolo di attualità e elaborato: studenti della scuola secondaria.

Obiettivo: Stimolare una riflessione sul bullismo e far emergere la visione condivisa della figura del bullo e della vittima.

Su cosa si lavora: Sensibilizzazione sul tema del bullismo

Materiali: Procurarsi un testo o un brano che riporti un episodio di bullismo o cyberbullismo; fogli bianchi; matite, pennarelli.

Di seguito alcuni esempi di testi letterari da poter utilizzare:

Per i più piccoli:

- Carle, E., *La coccinella prepotente*, Milano, Mondadori, 2008.
- Polverini, R., *Il sogno di Bilù*, Trivulzio, Kaba Edizioni, 2009.
- Garavaglia, M.D, *Un bullo da sballo*, Cinisello Balsamo, Edizioni San Paolo, 2007.

Per i più grandi:

- McEwan, I., *Il prepotente*, in *L'Inventore di sogni*, Torino, Einaudi, 1993.
- Ammaniti, N., *Io non ho paura*, Torino, Einaudi, 2001.
- Casariego, M., *Il branco e la nebbia*, Roma, Atmosphere, 2011.

Indicazioni per i conduttori: Consegnare il testo (letterario o articolo) ad ogni partecipante e leggerlo alla classe. Il docente apre una discussione per riflettere sulle caratteristiche e le conseguenze del bullismo, riferendosi al caso presentato. In seguito, presenta l'attività ai bambini: dovranno provare a immaginare e disegnare un ritratto del bullo e della vittima. Alla fine, verranno confrontati i disegni, mettendo in evidenza le somiglianze e le differenze tra le due figure. Per i ragazzi e le ragazze più grandi la consegna sarà di scrivere un testo che descriva a diversi livelli il bullo e la vittima (es. non solo caratteristiche fisiche e visibili).

Spunti di riflessione: "Quali sono i comportamenti che fanno soffrire la vittima?"; "La sofferenza della vittima è solo fisica o anche emotiva?"; "Quale comportamento vi ha colpito di più e perché?"; "Come si può distinguere un gioco da un comportamento di bullismo?"; "Quali caratteristiche fisiche associate alla figura del bullo?"; "Quali sono quelle della vittima?"; "Quale emozione è leggibile sul volto del bullo?"; "E su quello della vittima?".

2. ATTIVITÀ - Idee in movimento

Tecnica: Brainstorming

Con questa attività i ragazzi avranno modo di produrre più idee possibili relativamente a 4 temi chiave del bullismo. Per ciascun tema, dal confronto tra le varie idee, potrà nascere una discussione e riflessione sulla complessità del fenomeno.

Target: i ragazzi e le ragazze delle scuole secondarie di primo e secondo grado.
Tarare linguaggio e consegne in base all'età.

Obiettivi: Riflettere su 4 temi "scottanti" che spesso dividono gli adolescenti, come la necessità di non colpevolizzare la vittima o di non stigmatizzare il bullo come "il cattivo in senso assoluto". Riflettere su possibili strategie per affrontare il problema (*coping*) da entrambi i punti di vista.

Su cosa si lavora: le caratteristiche del bullo e della vittima, le Strategie di coping (cosa fare)

Indicazioni per i conduttori: dividere la classe in quattro gruppi. Assegnare un cartellone a ciascun gruppo, al cui centro sarà presente una delle seguenti domande o altre definite in base alle caratteristiche della classe e degli obiettivi che ci si è posti per l'attività:

- Perché spesso la vittima non reagisce?
- Cosa spinge i bulli a comportarsi così?
- Cosa potrebbe fare la vittima per uscire da questa situazione?
- Come potremmo convincere il bullo a smettere di fare prepotenze?

Ciascun gruppo avrà 5 minuti di tempo per scrivere sul cartellone tutte le idee che verranno loro in mente. Allo scadere dei 5 minuti i cartelloni dovranno ruotare in senso orario in modo che tutti i gruppi abbiano modo di lavorare su tutti 4 temi.

Alla fine, tutti i cartelloni verranno letti e l'insegnante guiderà la discussione.

Spunti di riflessione: La vittima potrebbe sentirsi impotente di fronte alle prepotenze perché annientata dalla paura, o dalla vergogna e l'imbarazzo, oppure perché si sente sola contro tutti. Adirittura, potrebbe arrivare a pensare di meritarsi le offese. I bulli dal canto loro, potrebbero agire in modo prepotente non perché "cattivi" in senso assoluto, ma perché non conoscono altri modi per affermarsi nel gruppo: anche il bullo può e deve essere aiutato a cambiare. Ci sono tanti modi per

uscire dal bullismo, alcuni però potrebbero essere più efficaci di altri in base alla situazione e alle differenze individuali, quali strategie sono più efficaci?

Le regole anti bullismo

1. ATTIVITÀ - Un esempio di applicazione della Token Economy

Ti proponiamo ora una possibile applicazione della Token Economy da utilizzare in classe. Tale tecnica può essere utilizzata con i bambini e le bambine della scuola primaria, fin dai primi anni. Ti ricordiamo di utilizzare un linguaggio adeguato all'età dei bambini e adattare i comportamenti positivi che si intendono incrementare e i premi in base alle esigenze della classe e all'età dei bambini.

Obiettivi: Approfondire la tecnica della Token Economy ed il suo utilizzo efficace in classe.

Target: Bambini e bambine della scuola primaria

Su cosa si lavora: tecnica della Token Economy

Materiali: Scarica l'[Esempio di applicazione della Token Economy](#) (vedi sotto)

Indicazione per i conduttori: Una volta scaricato l'esempio di applicazione della Token Economy, è possibile ricreare la tabella su un cartellone ed attaccarlo al muro della classe, da poter renderlo visibile a tutti.

Sarà necessario prevedere un numero di righe corrispondente al numero totale dei bambini e delle bambine della classe (scrivendo il loro nome) e un numero di colonne adeguato al numero prestabilito di punti per raggiungere il premio. È consigliato, inoltre, stabilire i comportamenti e i premi insieme alla classe e definirli in modo chiaro. Il docente dovrà specificare che i premi sono previsti per i singoli studenti (al raggiungimento dei punti totali previsti per ognuno) e per l'intera classe (quando tutti gli studenti avranno raggiunto tutti i punti). Nelle caselle vuote saranno applicati i punti (es. adesivi, spille, faccine) direttamente dall'insegnante o dai bambini stessi, ogni qual volta il comportamento in questione si manifesta.

Spunti di riflessione: "Perché secondo te può essere utile questa tecnica?"; "Quali premi sono più efficaci con i bambini e le bambine?"; "Come modifichereesti l'esempio proposto? Aggiungeresti o toglieresti qualcosa?".

Un esempio di applicazione della Token Economy

| AIUTARE UN/UNA COMPAGNO/A IN DIFFICOLTÀ <i>(Esempio di comportamento da rinforzare)</i> | | | | | | | | | | | | ESSERE ASSISTENTE DELL'INSEGNANTE PER UN GIORNO <i>(Esempio di premio per il/a singolo/a bambino/a)</i> | VISIONE DI UN FILM <i>(Esempio di premio per la classe)</i> |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | |
| STUDENTE1 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE2 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE3 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE4 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE5 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE6 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE7 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE8 | | | | | | | | | | | | | |
| RISPETTARE IL PROPRIO TURNO NELLE ATTIVITÀ DI GRUPPO <i>(Esempio di comportamento da rinforzare)</i> | | | | | | | | | | | | DISEGNI DA COLORARE <i>(Esempio di premio per il/a singolo/a bambino/a)</i> | 10 MINUTI DI RICREAZIONE <i>(Esempio di premio per la classe)</i> |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | |
| STUDENTE1 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE2 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE3 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE4 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE5 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE6 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE7 | | | | | | | | | | | | | |
| STUDENTE8 | | | | | | | | | | | | | |

Attività su competenza emotiva ed empatia - una cassetta degli attrezzi

1. ATTIVITÀ - Mi hai contagiato...di emozioni

Target: Bambini degli **ultimi anni della scuola** primaria e ai ragazzi e alle ragazze **della scuola secondaria di primo e secondo grado**. È importante l'utilizzo di un linguaggio adeguato all'età dei partecipanti.

Obiettivi: Comprendere come un'emozione possa contagiare l'altro.

Su cosa si lavora: Contagio emotivo.

Materiali: LIM o computer connesso a videoproiettore con audio. Video scelti dall'insegnante preventivamente.

Indicazioni per i conduttori: L'insegnante deve proporre uno stimolo audio-visivo, come un video di un neonato o di un bambino piccolo che ride di gusto. Tale stimolo dovrebbe suscitare negli studenti e nelle studentesse una risposta emotiva di felicità.

Spunti di riflessione: "Cosa avete provato?"; "Le emozioni provate dall'altro possono contagiarci?"; "Le emozioni di base sono riconoscibili in quanto hanno un carattere universale e sono più contagiose"

2. ATTIVITÀ - Una tempesta di emozioni

Tutti noi sperimentiamo emozioni diverse in base alle cose che ci capitano, alle persone che incontriamo e alle cose che facciamo. La presente attività permette, tramite la tecnica del brainstorming di far emergere tutte le idee e i pensieri che i ragazzi e le ragazze hanno sulle emozioni.

Target: Ragazzi della **scuola secondaria di primo e secondo grado**. La stessa attività può essere proposta anche ai bambini di **quarta e quinta elementare**, ma adattandola, ad esempio usando come stimolo delle immagini di volti che esprimono emozioni primarie e utilizzando un linguaggio più semplice adeguato all'età.

Obiettivi: Capire la differenza tra emozioni primarie e secondarie.

Su cosa si lavora: Riconoscimento di emozioni primarie e secondarie.

Materiali: Cartelloni, pennarelli colorati.

Indicazioni per i conduttori: Si dividono i ragazzi in gruppi e si chiede di scrivere tutte le emozioni che vengono loro in mente. L'insegnante dà un tempo ai partecipanti (circa 5 minuti) e poi li stoppa. Si passa quindi alla seconda consegna: per ogni emozione aggiungere "quando si prova", in quali situazioni lasciando altri 10-15 minuti. Ogni gruppo, sceglie un portavoce, che parla a nome di tutti. L'insegnante quindi chiede ad ogni gruppo cosa ha scritto. A partire da quanto riportato dai ragazzi, l'insegnante guida una discussione differenziando i diversi tipi di emozioni (innate es. felicità, tristezza, paura, rabbia, disgusto e sorpresa sono emozioni primarie). L'insegnante stimolerà le ragazze e i ragazzi per arrivare a definire le emozioni secondarie (es. vergogna, gelosia, imbarazzo, senso di colpa etc sono emozioni secondarie in quanto richiedono auto-consapevolezza che implica coscienza, "senso di me" e consapevolezza dell'altro).

Spunti di riflessione: "In quali situazioni si provano emozioni?"; "Posso provare diverse emozioni nello stesso momento? Se sì, perché? Se no, perché?"; "Ci sono situazioni che suscitano emozioni diverse?"; "Perché?"; "Possiamo quindi dividere le emozioni tra quelle primarie e secondarie, vediamo le differenze".

3. ATTIVITÀ - Riconoscere le emozioni

Target: Ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado.

Obiettivi: Approfondire le caratteristiche del volto caratteristiche delle emozioni primarie

Su cosa si lavora: Riconoscimento delle emozioni.

Materiali: 6 cartelloni. Su ciascuno riportare una foto/immagine che rappresenti le emozioni primarie (ndr si possono usare immagini evocative o relative a situazioni specifiche): rabbia, felicità, tristezza, paura, disgusto, sorpresa. 6 cartoncini (x2) con la descrizione delle caratteristiche di ciascuna emozione (es. felicità=volto disteso, angoli degli occhi e della bocca rivolti verso l'alto, sorriso, energia nel parlare; tristezza=sguardo rivolto verso il basso, sopracciglia abbassate, movimenti lenti in generale, ripiegamento su sé stessi, voce flebile).

Indicazioni per i conduttori: Disporre i cartelloni di fronte alle studentesse e agli studenti. Dividere la classe in 2 squadre. Ad ogni gruppo vengono dati 6 cartoncini con la descrizione delle caratteristiche di ciascuna emozione. Ogni squadra nominerà un portavoce, il quale, confrontandosi con il proprio gruppo, assegnerà la caratteristica all'emozione corrispondente. Alla fine dell'associazione cartellone-cartoncino, l'insegnante aprirà una discussione relativa alle associazioni fatte dai ragazzi. Inoltre, l'insegnante assegnerà 2 punti per ogni associazione corretta. La squadra con il punteggio più alto vince.

Spunti di riflessione: l'universalità delle emozioni: "Secondo voi, una volta che si conoscono le caratteristiche delle emozioni, è più semplice riconoscerle?". Valore adattivo/disadattivo delle emozioni: "il fatto che la felicità o la tristezza siano facilmente riconoscibili nel volto dell'altro, può essere utile per capire come comportarci?". Regole sociali delle emozioni: "Come mai a volte cerchiamo di

camuffare alcuni elementi legati all'emozione che stiamo provando, come ad esempio arrossire?".

4. ATTIVITÀ - Che faccia hai?

Target: Ragazze e ragazzi delle scuole secondarie di primo e secondo grado

Obiettivi: Riconoscimento delle espressioni associate alle singole emozioni di base.

Su cosa si lavora: Riconoscimento delle emozioni.

Materiali: Foglio di carta, penne e/o matite colorate.

Indicazioni per i conduttori: Utilizzando la tecnica del brainstorming, dividere il foglio in due colonne: nella prima colonna fare elencare ai partecipanti tutte le emozioni che conoscono e nella colonna a fianco iniziare ad indicare le caratteristiche che contraddistinguono le singole emozioni e permettono di riconoscerle negli altri (es. caratteristiche del volto, indici verbali e comportamentali e fisiologici – come sudare, arrossire, avere il battito accelerato).

Spunti di riflessione: L'universalità delle emozioni: "Come riusciamo a capire quando qualcuno prova una certa emozione?"; "Ci sono caratteristiche specifiche di certe emozioni?"; "Le emozioni si manifestano nello stesso modo?"; "Ci sono parti del corpo che manifestano più apertamente le emozioni?". Valore adattivo/disadattivo delle emozioni: "Il fatto che la felicità o la tristezza siano facilmente riconoscibili nel volto dell'altro, può essere utile per capire come comportarci?".

5. ATTIVITÀ - Riconoscere l'espressione facciale

Il riconoscimento dell'espressione facciale di chi abbiamo di fronte, ci aiuta a capire quali emozioni sta provando.

Target: Bambini e bambine della scuola primaria.

Obiettivi: Creare un cartellone in cui riassumere tutte le caratteristiche, per i diversi elementi del volto, che sono associate alle diverse emozioni (es. occhi=spalancati se sono sorpreso o spaventato, socchiusi se sono arrabbiato).

Su cosa si lavora: Riconoscimento ed espressione delle emozioni.

Materiali: Foto o immagine semplificata di personaggio o persona. Cartellone. Riviste, disegni, foto.

Indicazioni per i conduttori: Mostrare alla classe un'immagine per volta. I bambini devono etichettare verbalmente l'emozione rappresentata nella foto/immagine e spiegare quali sono gli elementi del volto (es. configurazione labbra, occhio) che li hanno fatti pensare a quella emozione. Il conduttore potrebbe appuntare ciò che emerge alla lavagna. Successivamente realizzare il cartellone in cui per ciascuna emozione verranno riportati gli indici associati. Il cartellone può essere arricchito con una descrizione delle diverse emozioni fornita dai partecipanti stessi, e con con foto o ritagli di giornali: diamo spazio alla creatività!

Spunti di riflessione: Universalità dell'espressione delle emozioni: "Come riconosciamo quando una persona è felice?"; "Quando vediamo una persona con la bocca spalancata e gli occhi ben aperti, cosa pensiamo possa essere successo?"; "Vi è mai capitato di avere questa espressione? Quando?".

6. ATTIVITÀ - Mimiamo le emozioni

Target: Classi quarte e quinte della scuola primaria.

Obiettivi: Saper esprimere le emozioni e la loro diversità.

Su cosa si lavora: Riconoscimento e Espressione delle emozioni.

Materiali: Racconti, stimoli letterari.

Indicazioni per i conduttori: L'insegnante suggerisce delle situazioni/antecedenti attraverso, ad esempio, alcuni stimoli letterari come la lettura di un racconto.

L'insegnante chiede quindi ai partecipanti di identificare l'emozione provata dal protagonista e, a coppie, di provare a mimarla: mentre un bambino la prova a mimare, l'altro deve indicare cosa vede nel volto del proprio compagno.

Spunti di discussione da introdurre gradualmente a partire dal confronto: "È difficile rappresentare le emozioni?"; "Perché è difficile rappresentarle?"; "È facile capire le emozioni di un'altra persona?"; "Come fai a riconoscerle?"; "Quali sono gli elementi ti permettono di riconoscerle?".

7. ATTIVITÀ - Mettiamo in scena le emozioni

La presente attività è pensata per riuscire ad esprimere le emozioni e capire in cosa si differenziano le une dalle altre, tramite la tecnica del Role Play. La presente attività può essere utilizzata come lavoro successivo all'incontro di sensibilizzazione per riflettere sulle emozioni che prova la vittima.

Target: Ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado.

Obiettivi: Comprendere a fondo un'emozione.

Su cosa si lavora: Espressione delle emozioni.

Materiali: Preparare cartoncini su cui scrivere il nome di diverse emozioni (primo mazzo) e i diversi livelli di intensità - poco, abbastanza, tanto, tantissimo - (secondo mazzo).

Indicazioni per i conduttori: Dividere la classe in due gruppi. Mostrare il contenuto dei cartoncini per far capire loro di cosa si tratta. Ogni gruppo pesca una carta da ciascun mazzo e mima una scena con i due vincoli indicati (es. felicità/tanto). L'altro gruppo deve provare ad indovinare ciò che viene rappresentato dal compagno/compagna in scena (emozione ed intensità).

Spunti di riflessione: "È difficile rappresentare le emozioni?"; "Alcune emozioni sono più difficili da rappresentare di altre?"; "È facile capire le emozioni rappresentate da qualcun altro?"; "È possibile nascondere un'emozione? Come? Vi è mai capitato di farlo?".

8. ATTIVITÀ - Regolare le emozioni

La presente attività può essere inserita in un percorso più strutturato di tipo curricolare.

Target: Studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado

Obiettivi: Identificare le emozioni provate all'interno dello stimolo e le possibili conseguenze delle diverse reazioni emotive con i relativi vantaggi e svantaggi.

Su cosa si lavora: Regolazione delle emozioni.

Materiali: Vignette o stimoli creati ad hoc. Come possibile esempio, si possono utilizzare le vignette riportate in fondo alla pagina. Adattare contenuto e stimolo all'età dei partecipanti.

Indicazioni per i conduttori: Suddividere i ragazzi in piccoli gruppi (da 5-6 persone) e dare loro la consegna di identificare l'emozione provata dal protagonista della vignetta e di elencare tutte le possibili reazioni e i pensieri che la giustificano (es. se il protagonista prova molta rabbia, potrebbe reagire rispondendo male a tutti, perchè pensa che tutti ce l'abbiano con lui; se invece nella vignetta è rappresentato uno scenario spaventoso, il protagonista potrebbe restare paralizzato dalla paura, e questo gli impedisce di pensare a come uscire da quella situazione). Il passo successivo può essere quello di identificare le possibili conseguenze delle diverse reazioni emotive (Se rispondo male a tutti, questi mi eviteranno; se resto paralizzato non evito il pericolo) e di pensare a reazioni alternative maggiormente efficaci.

Spunti di riflessione: "È sempre possibile manifestare le emozioni che si provano?"; "Con chi e in quali situazioni vi capita di potervi lasciare più andare?"; "Perché a

volte non potremmo farci trasportare da emozioni di grandi intensità?"; "Quali potrebbero essere le conseguenze?"



tratto da: E. Menesini & A. Nocentini (2015) *"Il bullismo a scuola"*. Come prevenirlo, come intervenire. Collana Psicologia e Scuola. Firenze: Giunti Scuola & Giunti O.S.

9 ATTIVITÀ - Mappiamo le emozioni

Target: Scuola secondaria di primo e secondo grado.

Obiettivi: Analizzare le emozioni chiave legate ad una certa situazione tramite la creazione di cartelloni in cui i ragazzi esprimono creatività e punti di vista.

Su cosa si lavora: Riconoscimento delle emozioni. A seconda del tipo di discussione e di focus specifici, si può lavorare a livello cognitivo su aspetti dell'espressione e della regolazione delle emozioni.

Materiali: Cartellone, pennarelli.

Indicazioni per i conduttori: Riunire la classe in piccoli gruppi (da 4-5 persone) e far scegliere loro un'emozione su cui soffermare l'attenzione e della quale comprendere la situazione che ha portato a provarla; come ci si sente a provarla; come ci si comporta durante l'emozione. Ecco una possibile consegna: pensate ad un'emozione (dare un titolo al cartellone) e definite i seguenti punti: "Che cosa è successo prima?" (cause - es. ho avuto un buon voto a scuola); "Come mi sento?" ; "Cosa sento?" (reazioni fisiologiche - es. sorrido, il cuore batte forte, le mani sudano). "Cosa faccio?" (reazioni comportamentali - es. grido di gioia). Una volta completati i cartelloni, i ragazzi espongono il proprio lavoro alla classe. Questa attività può essere immaginata come step successivo ad una sensibilizzazione sul bullismo e sul cyberbullismo focalizzando l'attenzione sulle emozioni provate dalla vittima e dagli spettatori passivi.

Spunti di riflessione: "Esistono diversi modi di vivere un'emozione?"; "Non ci sono emozioni giuste o sbagliate ma reazioni comportamentali più funzionali di altre... Cosa ne pensate?"; "Qualche volta emozioni diverse portano alle stesse conseguenze fisiologiche e comportamentali; vi vengono in mente alcuni esempi?".

9. ATTIVITÀ - Capire le emozioni dell'altro

Target: Ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado.

Obiettivi: Riflettere su come ci si potrebbe sentire in determinate situazioni e come si potrebbero sentire i propri compagni di classe, riflettendo su cosa significa provare empatia e capire le emozioni dell'altro.

Su cosa si lavora: Riconoscimento delle emozioni, "mettersi nei panni di..", empatia.

Materiali: Cartelloni, pennarelli

Indicazioni per i conduttori: Preparare dei cartelloni, su ciascuno dei quali sarà descritta una breve situazione prototipica. È possibile, ad esempio, prendere spunto da frasi come "domani vai gita", "hai perso il quaderno con i compiti che avevi fatto ieri pomeriggio", "non hai studiato e oggi la professoressa ti interroga", "sei a casa da solo-sola". Presentare i cartelloni, chiedendo ai ragazzi che cosa proverebbero loro in quella situazione. Si cerca di riportare sui cartelloni le diverse emozioni che emergono dal gruppo classe, scrivendole sotto la descrizione della situazione. Il secondo step consiste nel leggere nuove situazioni, chiedendo agli studenti come si sentirebbe secondo loro uno/a specifico/a ragazzo/a della classe (es. Secondo voi come si sentirebbe la vostra compagna Giulia in questa situazione?). Il/la ragazzo/a in questione non deve rivelare l'emozione che proverebbe, aspettando che siano i compagni a indovinare. Solo alla fine sarà chiesto al diretto interessato/a come pensa che si sarebbe potuto sentire.

Spunti di discussione da introdurre gradualmente a partire dal confronto:

Riflettere su come una stessa situazione possa produrre diverse emozioni a seconda della persona coinvolta. Soffermarsi sulle reazioni contrastanti: "Perché non avete risposto nello stesso modo?", "Chi ha indovinato l'emozione?", "Perché qualcuno

l'ha indovinata e qualcun altro no?"," Quali sono le caratteristiche di chi l'ha indovinata (es. è un amico Giulia, la conosce bene)?"

10 ATTIVITÀ - Empatizziamo!

Non è sempre facile mettersi nei panni dell'altro, capire cosa prova e perché. La presente attività è pensata proprio per aumentare la consapevolezza dei ragazzi sul significato di empatia e sul perché è importante nella relazione con l'altro.

Target: Ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado.

Obiettivi: Riflettere sulle caratteristiche di una risposta empatica.

Su cosa si lavora: Empatia.

Materiali: LIM o computer connesso a videoproiettore con audio. Stimolo audiovisivo tratto dal film d'animazione INSIDE OUT (realizzato dai Pixar Animation Studios e distribuito dalla Walt Disney Pictures, diretto da Pete Docter insieme al co-regista Ronnie del Carmen). Nello specifico selezionare la scena in cui Gioia e Tristezza cercano di consolare Bing Bong (dal minuto 0:47:30 al minuto 0:49:39).

Indicazioni per i conduttori: Dopo la visione del video, avviare una discussione di classe, guidata dall'insegnante. Potrebbe essere utile seguire i seguenti step:

1. Dividere la lavagna in due parti: a destra scrivere "Cosa ha fatto Gioia per aiutare Bing Bong?" e a sinistra "Cosa ha fatto Tristezza per aiutare Bing Bong?". Avviare una discussione cercando di far emergere le caratteristiche salienti dei due tipi di risposta, dal punto di vista del linguaggio non verbale e di quello verbale. È importante che siano i ragazzi e le ragazze stessi a trovare le caratteristiche. L'insegnante dovrà "limitarsi" a scrivere alla lavagna quanto suggerito da studenti e studentesse, e fare domande per stimolare la riflessione su caratteristiche non emerse spontaneamente (es. A livello di

linguaggio non verbale cosa avete notato?). Per guidare al meglio la discussione, è importante che il docente abbia già in mente le caratteristiche a cui vuole arrivare. Esempi: alcune caratteristiche dell'ascolto effettuato da "Gioia" sono: cerca di distrarre Bing Bong; cerca di farlo ridere; ha fretta; resta in piedi; si muove; dice subito che si aggiusterà tutto. Alcune caratteristiche dell'ascolto di Tristezza sono: si siede accanto a Bing Bong; fa domande per capire meglio; fa capire a Bing Bong che capisce cosa sta provando (es. in risposta al racconto di Bing Bong, lei afferma "È triste!"); lo guarda; non ha fretta; non sminuisce il suo problema; usa un tono di voce basso.

2. Far riflettere su quale delle due risposte è stata più efficace (Chi è riuscito a far star meglio Bing Bong? Perché?).
3. Riepilogare le caratteristiche in modo da arrivare a costruire insieme la definizione di empatia (es. mettersi nei panni dell'altro cercando di CAPIRE con la testa le sue emozioni e di SENTIRE DENTRO DI SÉ un po' di quelle emozioni) e le caratteristiche di buona risposta empatica che sia di aiuto per l'altro.

Spunti di riflessione: "Cosa significa mettersi nei panni dell'altro?"; "Gioia e Tristezza hanno CAPITO l'emozione che stava provando Bing Bong?"; "È sufficiente CAPIRE CON LA TESTA l'emozione che sta provando l'altro per mettersi nei suoi panni?"; "Perché Tristezza è riuscita ad avere più successo?"; "A livello non verbale, in che modo possiamo far capire all'altro che stiamo cercando di metterci nei suoi panni? E a livello verbale cosa possiamo dire?"; "È utile fare domande?"; "Consolare o far distrarre l'altro è sempre utile? Quali sono i rischi?".

Attività sui SuperErrori nel web

Di seguito si propongono degli spunti per alcune attività sul bullismo e il cyberbullismo; sui rischi in rete e l'uso positivo e sicuro delle tecnologie digitali e sugli aspetti giuridici connessi al proprio comportamento online. Tali attività potranno essere strutturate in un percorso di prevenzione universale più completo da svolgere in classe; potranno essere portate avanti in sequenza o si potrà scegliere i temi più salienti per i propri studenti e le proprie studentesse. Ogni attività si compone di una breve descrizione seguita dagli obiettivi principali, alcune indicazioni su come svolgerle e spunti per riflettere.

Si raccomanda sempre di tarare le varie attività in base al target specificato, utilizzando un linguaggio e delle consegne adeguati all'età degli studenti e delle studentesse che parteciperanno.

All'interno del progetto [GenerazioniConnesse](#) è stata prodotta la [mini-serie](#) sui "I SuperErrori", una serie di video che possono essere utilizzati come strumento di lavoro in classe per un approfondimento sui rischi online, sul cyberbullismo e sull'uso positivo delle tecnologie digitali.

Ogni episodio della mini-serie dei SuperErrori propone spunti di riflessione su alcuni aspetti riguardanti la vita degli studenti e delle studentesse e sulle loro dinamiche relazionali nel contesto reale e virtuale.



<https://www.youtube.com/watch?v=U8lfWanN9q0>

1. ATTIVITÀ - I SuperErrori: Chat Woman

https://youtu.be/OX9seH1Vn_4?si=NLHUpyzkhy-S-tLD

“Per dirla tutta, senza uno schermo tra me e il mondo non mi sento proprio a mio agio”

Chi è #ChatWoman? *Colei che chattava, chattava, chattava... I compiti sono troppo difficili? I compagni la mettono a disagio? Nessun problema: lei si fa una bella chattata e passa la paura! Non si ricorda bene quando ha iniziato, magari voleva solo scrivere qualcosa di carino, comunicare con gli amici, divertirsi. Fatto sta, ora il cellulare ce l'ha incollato alla mano e lo usa a scuola, a pranzo, a cena, mentre dorme. È così che è diventata... Chatwoman*

PER NON TRASFORMARTI *La chat è formidabile quando ti aiuta a comunicare, non a nasconderti sempre. È l'invenzione del secolo quando ti fa conoscere meglio i tuoi amici, non quando ti fa pensare che sono tutti amici. Se ne abusi, può darti una vera e propria dipendenza che ti impedisce di vedere tante cose bellissime e importantissime intorno a te. Se poi chatti anche di notte... perdi ore di sonno, peggiori a scuola e rischi di ritrovarti con gente strana, molto più grande, a volte poco raccomandabile.*

Target: Ragazzi e ragazze **della scuola secondaria di primo e secondo grado.** È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

Obiettivi: Riflettere sul confine tra uso e abuso delle chat e sull'autenticità delle relazioni online; aumentare la consapevolezza del regolamento di Istituto in merito all'utilizzo del telefono a scuola.

Su cosa si lavora: Consapevolezza sul proprio comportamento nel mondo delle chat, e sul regolamento di Istituto in merito all'utilizzo del telefono a scuola.

Materiale: Video "I SuperErrori: Chat Woman"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione.

Indicazioni per il conduttore: Dopo aver proposto il video di "Chat Woman", può essere condotta in classe una discussione sul modo in cui gli studenti stessi utilizzano le chat. Si può partire con un'indagine per alzata di mano su quanti di loro utilizzano "whatsapp", per poi passare a chiedere quante ore della giornata dedicano complessivamente a quest'attività e che priorità ha nella loro quotidianità (es. rispondono anche mentre stanno facendo i compiti o gli allenamenti?). Far

riflettere sulle motivazioni per cui il mondo delle chat è così attrattivo, e sulle motivazioni che a volte fanno prediligere questo mezzo alla comunicazione faccia a faccia. Spostare infine il focus sulle regole di utilizzo del cellulare a scuola, vagliando non solo la conoscenza di tali regole da parte degli studenti, ma anche la consapevolezza della loro utilità.

Spunti di riflessione: Qual è il mio rapporto con l'uso delle chat? Posso definire il mio uso delle chat una "dipendenza"? Quali strategie possono essere utilizzate per resistere alla tentazione di chattare? Perché nel video la protagonista dice di indossare una maschera? In che modo le chat possono aiutarmi a indossare una maschera? Quali sono le regole di utilizzo del cellulare in classe? Sono regole formulate a livello di istituto o regole di classe applicate ogni giorno? A cosa servono tali regole?

2. ATTIVITÀ - I SuperErrori: Tempestata

<https://youtu.be/5gKP3kj3fNg>

"Le persone da lontano sembrano tutte uguali, è da vicino che invece sono tutte diverse"

Chi è #Tempestata? *Colei che postava ogni cosa.. È una come minimo... molto ottimista! Perché mette online le sue informazioni personali rendendole visibili a tutti. Il suo numero telefonico, l'indirizzo di casa.... Come se non bastasse racconta sul suo blog esperienze personali, anche intime, citando amici e conoscenti senza preoccuparsi di quello che pensano. Poi però, delle brutte persone, hanno cominciato a prenderla di mira ed è diventata... Tempestata!*

PER NON TRASFORMARTI *Fai attenzione a quello che condividi, soprattutto se si tratta del tuo mondo intimo e personalissimo. Ma soprattutto non condividere i tuoi dati personali e il tuo indirizzo di casa. Non sai chi potrebbe leggere e cosa se ne potrebbe fare delle tue confidenze e dei tuoi dati. Se vuoi parlare della tua vita reale, leggi e applica le impostazioni della privacy del social network che stai utilizzando. Non esporti ai cyberbulli e difendi anche i tuoi amici, non pubblicando mai i loro numeri di telefono o le loro info private.*

Target: Ragazzi e ragazze della scuola secondaria di primo e secondo grado. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

Obiettivi: Riflettere su un esempio di cyberbullismo. Individuare le caratteristiche tipiche del cyberbullismo, come la diffusione rapida a un pubblico ampio, la mancata percezione della gravità delle proprie azioni da parte di chi condivide i messaggi e le immagini offensive, il fatto che le offese online possono raggiungerci sempre e in qualsiasi luogo. Riflettere sulle emozioni della vittima e sulle possibili conseguenze a breve e a lungo termine delle prepotenze.

Su cosa si lavora: Sensibilizzazione sulla condivisione di informazione personali in rete e sul cyberbullismo

Materiale: Video "I SuperErrori: Tempestate"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione.

Indicazioni per il conduttore: Mostrare il video e guidare una discussione su quanto visto. Se possibile disporre gli studenti a semicerchio per favorire la discussione. Un canovaccio che può aiutare nella conduzione della discussione può essere il seguente:

- Si tratta di bullismo? Riuscite a individuare le caratteristiche tipiche del bullismo? (Intenzione di far male, squilibrio di potere e ripetizione)
- Facendo un confronto con le prese in giro a scuola, trovate delle differenze? (Ad esempio, quanti sono gli spettatori a scuola e quanti online? Quando e dove posso essere raggiunto dalle offese faccia a faccia e da quelle online?)
- Che emozioni prova la protagonista?
- Secondo voi cosa ferisce di più la vittima?
- I compagni che condividono la foto sono responsabili della sofferenza della protagonista?
- Quali potrebbero essere le conseguenze a lungo termine della sua sofferenza?
- Cosa potrebbe fare la protagonista per uscire da questa situazione? (es. - denunciare alla polizia postale)
- Quali sono le informazioni personali da mettere sui social e quelle da non condividere (Es. numero di cellulare, indirizzo di casa etc.). Il seguente grafico può essere utilizzato per un confronto con un campione di loro coetanei

adolescenti



Spunti di riflessione: Come aiutare una persona che è presa di mira? Quali sono i segnali di sofferenza di una vittima? Voi che informazioni personali avete messo online? Chi sono gli attori coinvolti negli episodi di cybervittimizzazione? Quali reati commette chi "tempesta" Giulia di messaggi offensivi? (Atti persecutori, stalking - art. 612 codice penale). Tempestate non aveva mai smesso di cercare aiuto: a scuola esiste un modo per chiedere aiuto in casi simili?

3. ATTIVITÀ - I SuperErrori: Silver Selfie

<https://youtu.be/Crf6X1S7W5U>

Chi è #SilverSelfie? *Colui che viveva scattando... Uno che si sveglia e si fa un selfie. Mangia? Si fa un selfie. Gli esce un brufolo? Si fa un selfie. Per lui ogni occasione è buona per scattarsi una foto e condividerla sui social. È come se vivesse solo lì! È ossessionato dalla propria immagine e da quello che pensa la gente online. Senza dimenticare che scatta foto anche in situazioni pericolose, distraendosi mentre attraversa la strada o cose di questo genere. Stiamo parlando di... Silver Selfie!*

PER NON TRASFORMARTI *Le fotografie sono belle perché ci fanno ricordare un momento passato. E postarle è fantastico perché le condividiamo con gli altri! Ma questo momento, prima di ricordarlo o di condividerlo, bisogna viverlo, no? E allora fallo! Vivi di più nella vita reale, tanto le persone su Internet non ti vedono per quello che sei veramente. E mentre ti fai un selfie, fai in modo che non sia l'ultimo: niente scatti in bicicletta o mentre attraversi la strada, per esempio.*

Target: Ragazzi e ragazze della scuola secondaria di primo e secondo grado. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

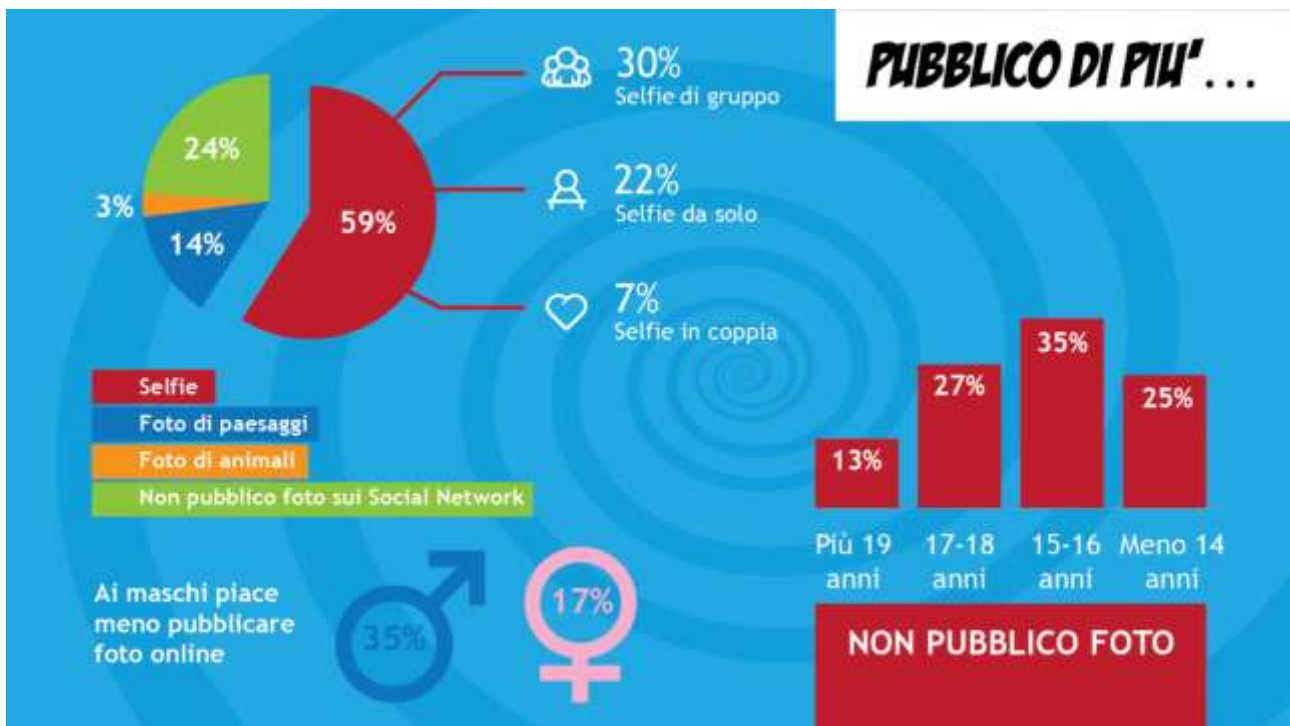
Obiettivi: Riflettere sulle motivazioni che stanno dietro ai "selfie";

Su cosa si lavora: Uso consapevole delle tecnologie digitali- la condivisione di immagini

Materiale: Video "I SuperErrori: Silver Selfie"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione; un foglio per ciascuno studente; penne.

Indicazioni per il conduttore: Dopo la proiezione del video, chiedere di pensare all'ultimo selfie postato. Ciascun ragazzo dovrà quindi scrivere su un lato del foglio come appare nel selfie (es. spensierato, felice, sicuro di sé), mentre nell'altro lato dovrà scrivere come si sentiva realmente quando ha postato quel selfie. Chiedere a qualche volontario di leggere quanto scritto nel proprio foglio. Se non ci sono volontari, raccogliere i fogli (anonimi) e leggerne alcuni facendo attenzione a non far riconoscere la calligrafia alla classe. Aprire una discussione sulla differenza tra ciò che mostriamo sui social e come siamo o ci sentiamo realmente.

Il seguente grafico può essere utilizzato per un confronto con un campione di loro coetanei adolescenti



Spunti di riflessione: Quali tipi di selfie esistono e quale significato hanno? Qual è il mio obiettivo quando posto un selfie? Cosa provo quando ottengo pochi like? Se non esistessero i like e i commenti, la gente posterebbe ugualmente i selfie? Quando sei con gli amici, per te è più importante divertirti o pubblicare un selfie con loro per mostrare agli altri quanto ti diverti? Quale può essere un giusto equilibrio tra condividere e vivere? Quali sono i limiti legali al selfie quando sono presenti altre persone? (Se un privato pubblica un'immagine altrui senza aver ottenuto il consenso di chi vi è ritratto commette un illecito civile; se la foto intacca la reputazione dell'altro si commette il reato di diffamazione – art. 595 del Codice Penale).

4. ATTIVITÀ - I SuperErrori: L'Uomo Taggo

<https://youtu.be/SzeUzGhiUSc>

Chi è l'UomoTaggo? *Colui che taggava chiunque... È il più veloce della scuola a condividere un video, il primo a far girare una foto ricevuta in privato. Tagga gli amici senza mai chiedere il permesso e come se non bastasse aggiunge persone che non conosce sui social per osservare le loro abitudini e coinvolgerli in condivisioni imbarazzanti. È per queste leggerezze che è diventato... l'Uomo Taggo!*

PER NON TRASFORMARTI *Usa i social in modo responsabile, rispettando la privacy di tutti. Non condividere immagini private di persone che non lo sanno, sia se te l'hanno date loro, sia se non le conosci nemmeno. Quando tagghi qualcuno chiedi sempre il permesso: se per te può essere un gioco, non puoi mai sapere se per gli altri è lo stesso. Infine scopri le impostazioni della privacy dei social network, e impara a difenderti da chi non ti rispetta. E a difendere anche gli altri.*

Target: Ragazzi e ragazze della scuola secondaria di primo e secondo grado. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

Obiettivi: Riflettere su come la ricerca della popolarità online può oltrepassare i limiti del rispetto per gli altri.

Su cosa si lavora: Popolarità online

Materiale: Video "I SuperErrori: L'Uomo Taggo"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione.

Indicazioni per il conduttore: Dopo la visione del video aprire una discussione in classe sulle motivazioni e i rischi che si nascondono dietro i tag.

Spunti di riflessione: Cosa ottengo taggando gli altri? Essere popolari e piacere agli altri sono sinonimi? Essere popolari è più importante di rispettare gli altri? Perché è importante chiedere il permesso prima di taggare qualcuno in una foto o in un post? Quali sono i rischi? Cosa posso fare se vengo taggato in una foto o un post offensivo (Art.2)? È possibile controllare i post in cui sono taggato/a?.

5. ATTIVITÀ - I SuperErrori: Il Postatore Nero

<https://youtu.be/KHdSuW7jmoE>

Chi è il #PostatoreNero? *Colui che si sentiva il più forte (online)... Molti lo conoscono perché insiste a voler chattare, anche quando non vuoi. Ma la sua specialità è pubblicare post offensivi sui social network, alla ricerca dell'applauso facile. Forse deve compensare la sua enorme insicurezza. E allora c'è chi dice che per un "mi piace" si venderebbe anche l'anima. Una volta ha creato un finto profilo per mettere nei guai dei suoi amici e così è diventato... il Postatore Nero!*

PER NON TRASFORMARTI *Non nasconderti dietro false identità. Nel mondo virtuale valgono gli stessi principi che segui nel mondo reale: essere gentili, rispettosi, altruisti. Usa Internet per dare il meglio di te... magari diventa supereroe! Ma non l'opposto. I contenuti offensivi, così come il furto d'identità, oltre che perseguibili dalla legge fanno male a te e agli altri. Il bello e il brutto della rete dipendono anche da come ti comporti tu.*

Target: Ragazzi e ragazze della scuola secondaria di primo e secondo grado. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

Obiettivi: Riflettere sul maggiore facilità di incorrere in comportamenti rischiosi nel mondo online rispetto a quello faccia a faccia.

Su cosa si lavora: Uso consapevole delle nuove tecnologie

Materiale: Video "I SuperErrori: Il Postatore Nero"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione. Cartelloni.

Indicazioni per il conduttore: Avviare una discussione sui "SuperErrori" nei quali è possibile incorrere. Può essere utile passare in rassegna i diversi video e chiedere ai ragazzi se è a loro è mai capitato di comportarsi come i protagonisti dei filmati. Far riflettere su quali possono essere i rischi di un uso eccessivo o inconsapevole dei social. Può essere utile far realizzare un cartellone per ogni SuperErrore in cui viene riepilogato cosa fare per risolvere o per evitare di incorrere in quel problema.

Spunti di riflessione: Perché online è più facile commettere errori di questo tipo? Nella vita reale commetteremo gli stessi errori? Che responsabilità ha chi osserva gli

altri commettere questi errori e non fa niente? Quali reati si possono commettere con questo tipo di comportamenti?

6. ATTIVITÀ - I SuperErrori: La Ragazza Visibile

<https://youtu.be/BJzKltUlkmq?si=dms4l7VD22RMTyt3>

“Ognuno di noi ha una parte di sè più intima e personalissima”

Chi è la #RagazzaVisibile? *Colei che postava senza pensare.. Una che si fa prendere dall'entusiasmo e... invia, pubblica, condivide come se non ci fosse un domani! Magari dando informazioni personali che la espongono ai bulli o anche peggio. Come l'indirizzo di casa, il numero di telefono o va a sapere cosa. Una volta ha inviato al suo ragazzo delle foto sexy, lui le ha girate a un amico "fidato" e... sono ancora in giro. È diventata così La Ragazza Visibile!*

PER NON TRASFORMARTI *Fai sempre attenzione a cosa invii e condividi, con chi lo fai e quali possono essere le conseguenze. Nell'incertezza o se ti senti un po' in imbarazzo, meglio rimandare la decisione! Le foto pubblicate su Internet, anche se cancellate, possono essere state viste da molte persone oppure scaricate e ripubblicate da altri. Quando spedisce una foto potrebbe diffondersi in modi che non riesci a immaginare. Ricorda: prima pensare, poi inviare!*

Target: Ragazzi e ragazze della scuola secondaria di primo e secondo grado. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

Obiettivi: Riflettere sulle conseguenze del proprio comportamento online; Conoscere il punto di vista dei ragazzi sulla sessualità online; incrementare la consapevolezza di quali sono le conseguenze e i rischi del sexting; porre attenzione sul ruolo che può giocare il gruppo-spettatore.

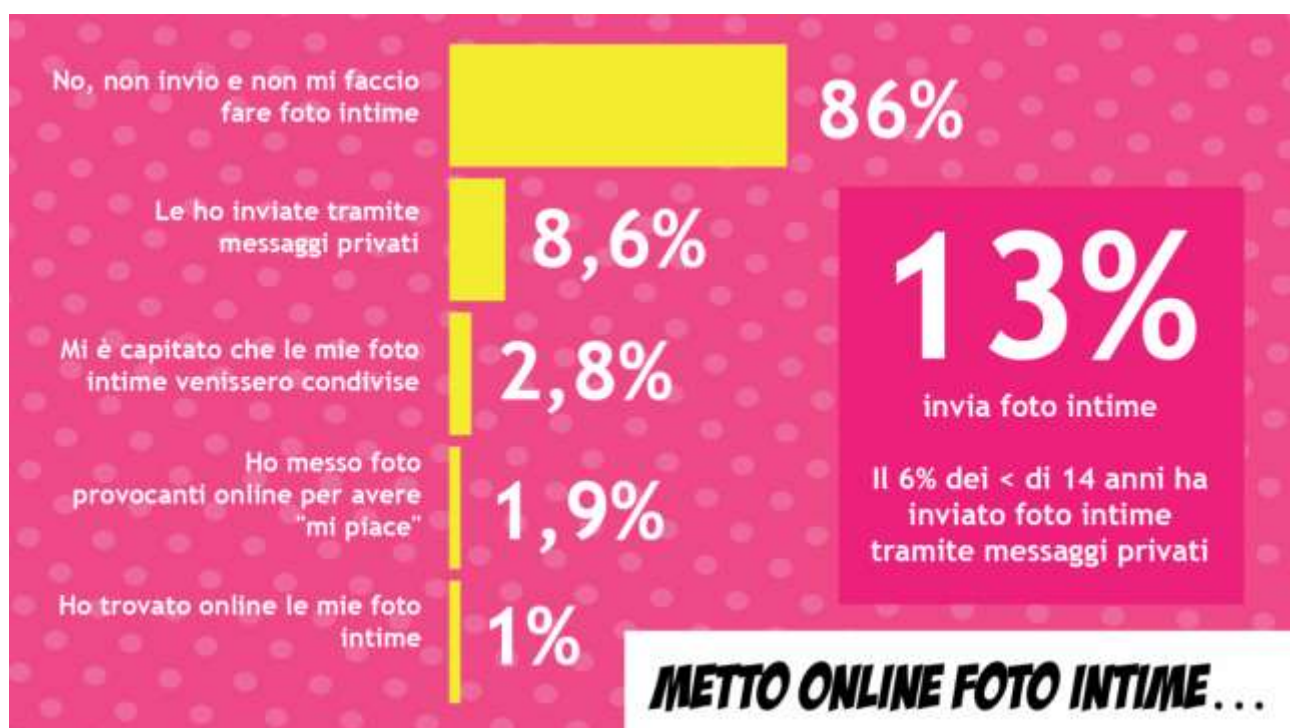
Su cosa si lavora: il sexting

Materiale: Video "I SuperErrori: La ragazza visibile"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione; cartellone e pennarelli.

Indicazioni per il conduttore: Mostrare il video e guidare una discussione su quanto visto. Se possibile disporre gli studenti a semicerchio per favorire la discussione. Appendere un cartellone suddiviso in tre parti relative

a: "cosa si rischia"; "come evitare di trovarsi in questa situazione"; "cosa si può fare una volta che alcune immagini iniziano a circolare". Gli studenti e le studentesse scriveranno di volta in volta, nello specifico campo, quanto emerge dalla discussione.

Il seguente grafico può essere utilizzato per un confronto sui dati riportati da un campione di adolescenti



Spunti di riflessione: Che cos'è il sexting? Nel caso del video, è giusto giudicare male la protagonista? Come pensate si senta la protagonista? Cosa le direste se vi avesse raccontato questa storia? Cosa avrebbe dovuto fare Silvia per evitare di finire in questa situazione? Cosa può fare una volta scoperto che le immagini hanno iniziato a girare online? Che responsabilità hanno Marco e Luca? E tutti i compagni che ricevono la foto? Quali sono le conseguenze legali dei loro comportamenti? (es. Detenzione e/o diffusione di materiale pedopornografico - Art. 600 quater codice penale) Sapete cosa dice la legge sul cyberbullismo in merito alla l'istanza per il blocco/oscuramento/rimozione dei contenuti online (art.2)? Sapete cos'è "l'ammonimento" (art. 7)?

7. ATTIVITÀ - I SuperErrori: L'Incredibile URL

<https://youtu.be/YG SINUXjT0>

Chi è #l'incredibileURL? *Colui che cliccava su tutto... Uno che clicca sempre, tanto che potrà succedere? Per fare un esempio: quando gli arriva una email con un link, lui clicca senza leggere. Quando naviga su siti sconosciuti inserisce e invia dati personali con noncuranza, clicca bottoni neanche fosse un videogioco! Il dramma arriva dopo, quando si arrabbia ma ormai è troppo tardi. È così che è diventato... L'Incredibile Url!!*

PER NON TRASFORMARTI *Clicca con la testa: non è sempre un gioco. Se ti arriva una email che richiede l'inserimento delle tue credenziali di accesso per un servizio online, controlla sempre che il sito sia attendibile: potrebbero rubartele. Sul tuo browser, ad esempio, se c'è il disegno di un lucchetto chiuso prima dell'indirizzo web, sei in una connessione sicura. Quando ti chiedono l'iscrizione a un servizio online, leggi sempre con attenzione, potresti iscriverti senza volerlo a servizi a pagamento.*

Target: Ragazzi e ragazze della scuola secondaria di primo e secondo grado. È importante utilizzare un linguaggio adeguato all'età delle studentesse e degli studenti coinvolti.

Obiettivi: Riflettere su come evitare i malware

Su cosa si lavora: Uso consapevole delle nuove tecnologie

Materiale: Video "I SuperErrori: L'Incredibile URL"; Lim o altra strumentazione idonea alla proiezione; 4 Fogli; penne

Indicazioni per il conduttore: Dividere la classe in 4 squadre. Ogni squadra avrà 1 minuti di tempo per trovare il maggior numero di risposte alle seguenti domande:

1. Dove posso trovare un link falso? (es. mail, messaggi whatsapp, video in streaming)
2. Come riconosco un link falso? (es. url sospetto, messaggio inverosimile, testo tradotto alla lettera dall'inglese)
3. Come posso evitare i virus online? (es. analizzare l'url prima di cliccare, usare software antivirus)

Vince la squadra che totalizza più punti. Successivamente avviare una discussione.

Spunti di riflessione: Siete capaci di riconoscere un link falso o un messaggio contenente virus? Quali sono i rischi di cliccare su tutto? Quali sono le caratteristiche di un link contenente un malware? Come viene reso attrattivo? Che reato commette chi invia questi link? **(Reati informatici - es. art 635 bis e art.640 ter del Codice Penale).**

A partire dall'attività su L'incredibile URL, può essere strutturato un approfondimento anche sulle "Fake News".

Al [seguente link](#) è possibile trovare e scaricare del materiale didattico relativo a #BastaBufale! iniziativa promossa congiuntamente dalla Camera dei Deputati e dal MIUR - un progetto finalizzato a sviluppare nelle studentesse e negli studenti competenze di media literacy e a consentire ai docenti di avviare in classe (scuola secondaria di primo e secondo grado) percorsi per insegnare a riconoscere le notizie false, individuarne le fonti, indagare sulla veridicità della stessa. Sempre allo stesso link è disponibile il #decalogo #BastaBufale! che potete trovare anche qui sotto

DECALOGO #BASTABUFALE

1. CONDIVIDI SOLO NOTIZIE CHE HAI VERIFICATO.

Chi mette in giro notizie false, e magari trae anche guadagno dalla loro circolazione, conta sul nostro istinto a condividerle, senza rifletterci troppo. O sul fatto che siamo portati a credere che una notizia sia vera solo perché ci arriva da qualcuno che conosciamo. Se non ci assicuriamo che una notizia sia vera prima di condividerla, però, contribuiamo alla circolazione incontrollata di informazioni false, che possono anche creare rischi per la società e diventare pericolose per le persone. Perciò non condividere se prima non hai verificato, resisti alle catene e non farti imbrogliare.

2. USA GLI STRUMENTI DI INTERNET PER VERIFICARE LE NOTIZIE.

Cerca informazioni su chi è che pubblica e diffonde ogni notizia, verifica se si tratta di una fonte autorevole o meno. Guarda bene il nome del sito che pubblica la notizia che stai leggendo: magari è una storpiatura o la parodia di un sito più famoso, pensata per ingannarti. Controlla l'autenticità e la data delle foto usando i motori di ricerca: magari la foto è vera, ma riferita a un altro evento passato. Ricorda che sui social puoi sempre controllare il giorno e l'ora in cui un video è stato caricato. Cerca la fonte originale di una notizia scrivendo su un motore di ricerca, fra virgolette, un nome di persona o di luogo citato dalla notizia. Cerca quel nome anche sui siti antibufala e su siti autorevoli (per esempio quelli di giornali e TV di qualità). Guarda se il profilo social di chi pubblica la notizia ha il bollino di autenticità. Bastano pochi clic per fermare una bufala.

3. CHIEDI LE FONTI E LE PROVE.

Controlla sempre la provenienza di ogni notizia: chi la pubblica e come la presenta. Guarda se la notizia indica bene le fonti dei dati, le date e luoghi precisi in cui avvengono i fatti. Se non lo fa, forse la notizia è falsa o sbagliata. Chiedere le fonti a chiunque è un tuo diritto: fallo valere. Chi non ti risponde ha probabilmente qualcosa da nascondere e non merita la tua fiducia.

4. CHIEDI AIUTO A UNA PERSONA ESPERTA O A UN ENTE DAVVERO COMPETENTE.

Internet è piena di utenti che credono o fingono di sapere tutto. E anche i giornalisti a volte possono sbagliare. Controlla se chi pubblica una notizia è realmente competente in materia, cerca degli esperti fra chi conosci, su Internet o fuori da Internet, a cui chiedere conferme indipendenti.

5. RICORDA CHE ANCHE INTERNET E I SOCIAL NETWORK SONO MANIPOLABILI.

La Rete è una grande opportunità, un importante strumento di conoscenza, ma vi operano tante organizzazioni e tanti truffatori che usano strumenti informatici potenti per creare eserciti di follower e Like finti e per seminare notizie false che generano soldi o manipolano le opinioni. Non fidarti di chi non conosci soltanto perché ti piace quello che dice, non è detto che dica la verità.

6. RICONOSCI I VARI TIPI E GLI STILI DELLE NOTIZIE FALSE.

Sono in tanti a pubblicare notizie false o manipolate, intenzionalmente o per errore: complottisti, "bufalari" per denaro, burloni, gente in cerca di fama, pubblicitari scorretti, propagandisti, provocatori e semplici utenti incompetenti. Spesso li puoi riconoscere perché usano titoli drammatici e allarmisti, scrivono con tanti punti esclamativi, dicono cose esagerate o incredibili o hanno pagine confuse e piene di pubblicità.

7. HAI UN POTERE ENORME: USALO BENE.

Il tuo clic, il tuo Like, la tua condivisione possono diventare denaro per i fabbricanti di notizie false: ricordalo ogni volta. Ma soprattutto ricordati che diffondere o condividere una notizia falsa può avere conseguenze pesanti: potresti spaventare, diffamare, umiliare, istigare odio e violenza o creare angoscia inutile. E, una volta messa in giro, una menzogna non si ferma più.

8. DAI IL BUON ESEMPIO; NON LAMENTARTI DEL BUIO, MA ACCENDI UNA LUCE.

Crea anche tu, magari con gli amici, una pagina social, un blog, un sito per segnalare le notizie false che hai scoperto e mostrare come le hai smascherate. Ispirati allo stile di chi fa buon giornalismo. Aiuterà te e chi ti legge a capire come e perché nasce una notizia, come la si racconta bene e come la si critica, senza strillare o insultare. Sarà la tua palestra di giornalismo e sarà visibile nei motori di ricerca per aiutare gli altri a non farsi ingannare dalle bufale.



In collaborazione con:

