

BIC PROGRAMMA ANTI-BULLISMO

MANUALE PER OPERATORI – UNITÀ 1



Co-Funded by the
REC programme of
the European Commission


Amici dei Bambini
IL DIRITTO DI ESSERE FIGLIO

*Si ringraziano Deusa, Diogo, Giovanni, Lia, Olmo, Pietro, Tito e Diego
per aver contribuito alla realizzazione del manuale*

Il Programma di intervento anti-bullismo BIC (Bullying in Institutional Care) mira a prevenire e contrastare il bullismo tra i bambini e gli adolescenti che vivono in contesti di cura residenziali

Il BIC è stato sviluppato nell'ambito di un Programma Europeo, da parte di esperti dell'Università di Firenze, Italia.

I materiali e le attività del programma BIC sono differenziate per i bambini più piccoli e più grandi. L'Unità 1 del programma BIC include materiali e attività per bambini di età compresa tra 6 e 11 anni, mentre l'Unità 2 include materiali e attività per gli adolescenti di età compresa tra 12 e 18 anni.

L'obiettivo generale del Programma è quello di rendere gli ambienti di assistenza residenziale per i bambini un luogo sicuro. Il Programma BIC anti-bullismo mira ad aumentare la consapevolezza sul bullismo tra gli operatori e i ragazzi e a contrastare il fenomeno. Il progetto mira anche a promuovere relazioni sociali positive tra i bambini e a migliorare la qualità della loro vita negli ambienti residenziali.

Gli obiettivi specifici del progetto sono:

- 1) Aumentare la conoscenza e la comprensione del fenomeno del bullismo tra gli operatori e i bambini
- 2) Aumentare l'efficacia degli operatori nel gestire le situazioni di bullismo
- 3) Aumentare le capacità relazionali (sociale ed emotiva in particolare) tra tutti i bambini
- 4) Migliorare le strategie di problem solving e le capacità di adattamento e coping tra tutti i bambini
- 5) Incoraggiare i testimoni ad aiutare la vittima
- 6) Ridurre il bullismo ed le forme elettroniche di bullismo tra i bambini.

Manuale degli operatori

Questo manuale è rivolto agli operatori (educatori, psicologi, pedagogisti, insegnanti, assistenti sociali) che lavorano in contesti residenziali per i bambini dai 6 agli 11 anni. Esso comprende quattro laboratori da realizzare con i bambini. In ogni laboratorio, gli operatori troveranno spiegazioni dettagliate su come condurre le attività.

Prima di effettuare ogni laboratorio, vi suggeriamo di leggere le attività, che verranno realizzate. Si dovrebbero anche preparare tutti i materiali necessari per le attività.

Il manuale è uno strumento agile per guidare l'utente attraverso i laboratori. Pertanto, si consiglia di tenerlo a portata di mano durante i laboratori.

Le attività incluse in ogni laboratorio sono divise in due parti, secondo l'età dei bambini. La prima parte comprende attività raccomandate per i bambini di 6-8 anni, mentre la seconda parte comprende attività per i bambini di età compresa tra 9 e 11 anni. Le attività per bambini 6-8 e 9-11 anni dovrebbero essere eseguite in parallelo. Tuttavia, è necessario assicurarsi che i bambini siano concentrati sulle proprie attività.

All'inizio di ogni sezione del manuale, potete trovare i punti principali di ogni laboratorio, così come la lista dei materiali necessari.

Il **testo nero** si propone di fornire informazioni agli operatori. Queste informazioni devono essere date ai bambini durante i laboratori. Il **testo colorato** si riferisce alle attività che devono essere eseguite.

Azioni Universali: workshop

Le **azioni universali** includono laboratori condotti da operatori che lavorano in ambiti di cura residenziali. Esse sono rivolte a tutti i bambini. **L'obiettivo generale** delle azioni universali è di scoraggiare

il bullismo e incoraggiare i bambini a sentirsi responsabili quando si verifica un incidente di bullismo e aiutare i loro coetanei vittime. Tutti i bambini devono essere consapevoli che il bullismo è sbagliato e che è un comportamento inaccettabile.

I **laboratori** sono parte delle **azioni universali**. I **laboratori** comprendono storie, attività di ruolo, giochi e brevi video sul bullismo. I contenuti dei laboratori includono argomenti specifici relativi al bullismo, alla sua dinamica e alle conseguenze, nonché argomenti più generali, come emozioni, problem-solving, strategie di coping, rispetto, amicizia e comportamento prosociale.

I laboratori dovrebbero essere rivolti a gruppi di non più di 20-25 bambini.

Durante il laboratorio si dovrebbero spiegare le attività con parole semplici e supervisionare i bambini, aiutandoli quando è necessario. I bambini dovrebbero essere incoraggiati a riflettere sul significato delle attività. Per fare ciò, si possono porre loro le domande che si trovano alla fine delle attività.

Alcune delle attività dovrebbero essere svolte in gruppo, mentre altre possono essere svolte da due bambini in coppia, o individualmente. È importante che vengano accoppiati bambini che non sono amici, o che non sono soliti trascorrere insieme il tempo. Pertanto, i gruppi possono essere formati in modo casuale (ad esempio in base al numero di scarpe o al colore dei vestiti).

Durante ogni laboratorio ciascun bambino dovrebbe avere a portata di mano il BIC Learning Toolkit.

I **laboratori** sono destinati a durare due ore. Tuttavia, se non c'è abbastanza tempo per svolgere tutte le attività incluse in ogni laboratorio, potete svolgere solo alcune di esse. In quest'ultimo caso, potete scegliere quelle che potrebbero funzionare meglio (essendo più interessanti e divertenti) con il vostro gruppo di bambini. Potete anche dividere i laboratori in due o più sessioni.

Gli obiettivi di ogni laboratorio sono riassunti nella Tabella 1.

LABORATORIO	TEMI	OBIETTIVO PRINCIPALE	OBIETTIVO SPECIFICO
Laboratorio 1	Bullismo	Aumentare la consapevolezza sul bullismo tra i bambini	1) Comprendere le caratteristiche del bullismo 2) Comprendere i tipi di bullismo 3) Comprendere i ruoli nel bullismo
Laboratorio 2	Emozioni e regolazione emotiva	Aiutare i bambini a capire quali sono le emozioni e come regolarle in modo appropriato	1) Riconoscere le emozioni 2) Esprimere le emozioni 3) Imparare le strategie di regolazione emotiva
Laboratorio 3	Problem solving e strategie di coping	Imparare le tecniche di problem solving e aiutare i bambini a riflettere sui modi per risolvere le situazioni conflittuali	1) Imparare le tecniche di problem-solving 2) Pensare a strategie alternative per risolvere i conflitti e il bullismo 3) Usare le tecniche di problem-solving
Laboratorio 4	Rispetto, amicizia e comportamento prosociale	Promuovere il rispetto e l'amicizia e incoraggiare i bambini ad aiutarsi a vicenda	1) Capire il significato di rispetto 2) Capire la differenza tra amici e conoscenti 3) Capire il comportamento prosociale e l'essere collaborativo

Il bullismo e i temi legati al bullismo dovrebbero essere discussi in generale, piuttosto che facendo riferimento a casi di bullismo realmente avvenuti tra i bambini. Il team BIC, insieme agli operatori e

con i bambini coinvolti, discuterà i casi più gravi di bullismo.

I bambini dovrebbero essere incoraggiati a parlare. Nel caso in cui essi non siano loquaci, gli operatori possono dividere il gruppo grande in gruppi più piccoli.

Le abilità apprese durante i laboratori dovrebbero essere trasferite nei contesti sociali in cui i bambini vivono (ad esempio, negli ambienti di cura residenziale, così come a scuola, ecc.). Nella prima fase, le abilità appena apprese dai bambini vengono utilizzate durante i laboratori. Nella seconda fase, le stesse abilità vengono utilizzate durante i successive laboratori. Gli operatori dovrebbero lodare i progressi di apprendimento dei bambini. Infine, i bambini dovrebbero essere in grado di generalizzare le abilità che hanno imparato durante i laboratori. In altre parole, essi dovrebbero usare queste abilità in contesti sociali quotidiani.

Alla fine di ogni laboratorio, potete trovare un **motto**. Il motto sintetizza il messaggio chiave dell'intero laboratorio.

In ogni sezione troverete le seguenti **icone**, ognuna corrisponde ad una specifica attività:



Video: I video sul bullismo dovrebbero essere guardati all'interno dei laboratori. I bambini dovrebbero prestare attenzione ai video e poi discuterne alla fine.



Discussione di gruppo: I bambini più grandi (quelli di età compresa tra 9 e 11 anni) sono incoraggiati a svolgere discussioni di gruppo su temi diversi. Gli operatori hanno la responsabilità di guidare il dibattito, ponendo domande. Gli operatori non suggeriscono soluzioni ai problemi, ma permettono ai bambini di riflettere su ogni tema. I bambini possono sedersi in semicerchio durante i laboratori, in modo che possano facilmente vedersi l'un l'altro. È importante sottolineare che non ci sono risposte giuste e sbagliate e che ognuno è libero di esprimere la sua opinione.



Role-playing: I bambini sono incoraggiati a rappresentare storie di bullismo, che possono essere

trovate nei vari laboratori. Ogni bambino dovrebbe avere un ruolo, come a teatro. Se qualcuno non si sente a proprio agio a partecipare all'attività di ruolo, lui/lei possono contribuire in qualche altro modo. Per esempio, coloro che non recitano un ruolo possono aiutare a coordinare la scena. La tecnica di imparare facendo, consente di insegnare abilità e competenze attraverso il coinvolgimento attivo in attività pratiche.



Letture di racconti: Gli operatori sono invitati a leggere i racconti e lasciare che i bambini riflettano su di essi. Le storie possono essere lette anche da parte di bambini volontari. Tuttavia, bisogna assicurarsi che i bambini volontari si alternino l'un l'altro.

Azioni indicate

Il BIC include anche azioni indicate, propriamente azioni specifiche necessarie per affrontare i singoli casi di bullismo, di cui vengono a conoscenza gli operatori. Le azioni indicate sono rivolte a bambini e adolescenti che sono stati già coinvolti nel fenomeno come bulli o vittime o che sono a rischio di essere coinvolti.

L'obiettivo in questo caso è di: 1) gestire i casi acuti di bullismo, dare sostegno alla vittima e far cessare gli episodi di bullismo; 2) indicare (per rilevare e rendicontare) una situazione di bullismo ad alto rischio e attivare una procedura per prevenire ulteriori episodi. Date le specificità delle strutture tra i vari paesi, sarà necessario definire insieme più in profondità questa procedura durante il secondo meeting transnazionale.

FASI DEL PROGETTO BIC

Il Programma BIC non è destinato a durare per un periodo definito. Dovrebbe invece essere parte della politica anti-bullismo istituzionale in corso e può essere un programma da attuare in modo permanente nel piano educativo dei contesti residenziali.

L'intervento è strutturato nelle seguenti fasi:

1. LANCIO DEL PROGRAMMA

1a. Lancio del progetto con gli operatori: i formatori organizzano un incontro (2 ore) con gli operatori, con un duplice obiettivo: a) aumentare la consapevolezza sul bullismo in generale, così come sul bullismo in contesti istituzionali; b) informare gli operatori circa gli obiettivi del progetto.

Questo lancio deve essere condotto dai formatori prima della formazione per gli operatori, al fine di motivarli.

1b. Lancio del progetto con gli operatori, i bambini e gli adolescenti: i formatori e gli operatori organizzano un incontro (2 ore) con i bambini, gli adolescenti e lo staff delle residenze. Gli obiettivi sono di: a) aumentare la consapevolezza sull bullismo tra i bambini e gli adolescenti; b) presentare il progetto BIC. Questo lancio può essere effettuato solo dopo la formazione degli operatori, dato che i formatori insieme con gli operatori devono presentare il progetto a bambini e adolescenti.

2. FORMAZIONE

Per gli operatori che lavorano con i bambini e gli adolescenti, la formazione di 9-10 ore sarà focalizzata sul Manuale per i bambini e sul Manuale per gli adolescenti, nonché sulle attività incluse in entrambi i manuali.

2.a BIC PER BAMBINI E ADOLESCENTI: Formazione per operatori: i formatori organizzano la formazione per gli operatori che lavorano con i bambini di età compresa tra 6 e 11 anni e con gli adolescenti di età compresa tra 12 e 18 anni. La formazione dovrebbe durare 9-10 ore. Gli obiettivi della formazione degli operatori sono: a) fornire nozioni teoriche sul bullismo in generale e sul bullismo nei contesti residenziali (3 ore); b) Spiegare i contenuti delle azioni universali per i bambini (Manuale per i bambini, cioè come condurre i laboratori) (3 ore); c) spiegare i contenuti delle azioni universali per adolescenti (Manuale per adolescenti, cioè come condurre i laboratori) (3 ore) d) azioni indicate (1 ora).

2.b BIC ADOLESCENTI: Formazione per peer educator: tutti gli adolescenti saranno formati per diventare peer educator. Gli obiettivi della formazione dei peer educator sono: a) fornire informazioni sul bullismo e le sue caratteristiche; b) fornire conoscenze pratiche sul loro ruolo di peer educator; c) aumentare le loro capacità di comunicazione, le capacità empatiche e relazionali (ad esempio, la capacità di ascolto, apertura, problem-solving). Tutti gli adolescenti parteciperanno alla prima formazione congiunta, che sarà incentrata su nozioni teoriche sul bullismo e sul Programma BIC e sul miglioramento delle capacità relazionali e di comunicazione (4-5 ore). Nella seconda fase, i ragazzi saranno formati per condurre i laboratori - insieme con gli operatori - e per diventare agenti di cambiamento nel gruppo dei pari. Quindi, la seconda fase della formazione è rivolta a quattro gruppi di adolescenti, che saranno formati separatamente per uno dei laboratori (3 ore). Gli operatori che lavorano con gli adolescenti parteciperanno a questa fase della formazione, al fine di imparare a monitorare i laboratori per ragazzi.

3. AZIONI UNIVERSALI: IMPLEMENTAZIONI

3.a BIC PER BAMBINI: 4 laboratori (2 ore ciascuno) condotti dagli operatori con bambini di età 6-11 anni. Gli obiettivi dei laboratori sono: a) permettere ai bambini di comprendere le caratteristiche del bullismo e aumentare la loro capacità di affrontare gli episodi di bullismo; b) aumentare la capacità di regolazione emotiva; c) aumentare la loro capacità di risolvere situazioni conflittuali utilizzando strategie positive (ad esempio strategie alternative alla reazione aggressiva e alla vendetta); d) aumentare il comportamento prosociale e il senso di comunità tra i bambini.

3.b BIC PER ADOLESCENTI: 4 laboratori (2 ore ciascuno), condotti da peer educator con adolescenti di età compresa tra 12 e 18 anni, monitorati dagli operatori. Gli obiettivi sono gli stessi citati sopra. Inoltre i laboratori per gli adolescenti hanno lo scopo di incoraggiare i ragazzi ad agire come modelli positivi per i loro coetanei, attraverso la peer education.

3.c LABORATORI INTEGRATI: 2 laboratori (2 ore ciascuno) in cui saranno coinvolti tutti i bambini e gli adolescenti, monitorati dagli

operatori. L'obiettivo dei laboratori integrati sono di creare video, disegni o altri tipi di materiali sul bullismo. Questi laboratori hanno lo scopo di rafforzare la cooperazione tra i bambini e gli adolescenti.

3.d SISTEMA DI PEER MENTORING: un sistema strutturato e controllato in cui i bambini più grandi diventano mentori per i più giovani (ad esempio, al fine di orientare, dare consigli, dare sostegno e aiuto, suggerimenti, informazioni). L'obiettivo di un'azione integrata è di aumentare la collaborazione e il comportamento prosociale tra i bambini e gli adolescenti.

4. AZIONI INDICATE/ SISTEMA DI SEGNALAZIONE: IMPLEMENTAZIONE

Dopo la formazione e in parallelo alle azioni universali, saranno svolte le azioni indicate e sarà attivato il sistema di denuncia/ segnalazione. L'obiettivo delle azioni indicate è di affrontare casi specifici di bullismo che arrivano all'attenzione degli operatori, dando supporto alla vittima e di fermare l'episodio di bullismo.

BIC Materiali e strumenti

Il BIC include i seguenti strumenti:

1) Manuale per operatori: include informazioni generali sul programma e informazioni su come implementare il programma BIC nel proprio paese.

2) Manuale per operatori che lavorano con bambini di età 6 -11 anni: include informazioni generali sul programma, e una guida specifica e pratica per lo svolgimento di quattro laboratori (bullismo, emozioni e regolazione emotiva; problem solving e strategie di coping; rispetto, amicizia e comportamento prosociale);

3) Manuale per adolescenti (peer educator) ed operatori che lavorano con adolescenti di età 12 -18 anni: include informazioni generali sul programma, e una guida specifica e pratica per lo svolgimento di quattro laboratori (bullismo, emozioni e regolazione emotiva; problem solving e strategie di coping; rispetto, amicizia e comportamento prosociale);

4) **Learning toolkit per bambini di età 6-11 anni:** include attività da realizzare durante i laboratori con i bambini.

5) **Learning toolkit per adolescenti di età 12-18 anni:** include attività da realizzare durante i laboratori con gli adolescenti.

Concetti chiave del programma BIC anti-bullismo

BIC in sintesi

Il BIC è un programma anti-bullismo specificamente progettato per ambienti istituzionali di cura. Si basa su recenti ricerche sul bullismo e sui precedenti programmi anti-bullismo realizzati in paesi europei.

Il BIC è caratterizzato dai seguenti aspetti:

1) **Materiali molto agili** per gli operatori; ogni attività viene spiegata con esempi e figure.

2) **I laboratori** vengono condotti dagli operatori attraverso diversi tipi di attività, come video, storie, giochi e attività di role-playing.

3) **Approccio olistico:** il BIC comprende azioni universali e azioni indicate. Le prime mirano a prevenire il bullismo tra tutti i bambini. Le seconde mirano a risolvere specifici casi di bullismo. Esse sono specificamente orientate verso il bullo e la vittima. L'obiettivo è quello di risolvere i casi di bullismo specifici.



LABORATORIO 1

IL BULLISMO

MESSAGGI CHIAVE

Obiettivo del laboratorio

- Alla fine del laboratorio i bambini:
- Conosceranno le caratteristiche del bullismo
 - Conosceranno i diversi tipi di bullismo esistenti
 - Sapranno che ci sono diversi ruoli nel bullismo

Materiale necessario per bambini 6-8 anni

- Learning Toolkit
- Un proiettore
- Carte sul bullismo
- Fogli di carta
- Pastelli colorati

Materiale necessario per bambini 9-11 anni

- Learning Toolkit
- Un proiettore
- Immagini di forme geometriche, colori o strumenti musicali
- Un poster

Durante il laboratorio spiegare ai bambini cos'è il bullismo usando parole semplici.

"Un bambino è vittima di bullismo, o ne è preso di mira, quando uno dei suoi pari o un gruppo di bambini gli/le dicono cose brutte o spiacevoli. È bullismo anche quando un ragazzo/ragazza viene colpito, preso a calci, minacciato, chiuso dentro una stanza, quando gli/le vengono inviate citazioni sgradevoli, o quando nessuno mai gli/le parla e cose del genere. Questi fatti possono accadere frequentemente ed è difficile per la vittima difendersi. È bullismo anche quando un ragazzo/ragazza viene preso in giro ripetutamente in modo sgradevole. Ma non è bullismo quando due bambini pressappoco della stessa forza lottano o litigano".

I laboratori hanno tre obiettivi principali:

1) Comprendere le caratteristiche del bullismo:

a) **Il bullismo è intenzionale**, significa che coloro che agiscono da bulli hanno l'intenzione di nuocere a qualcuno (fisicamente, o psicologicamente). Le discussioni e le liti sono del tutto normali in una relazione sociale. Quando i bambini hanno una discussione, o una lite, l'intenzione non è quella di causare alcun danno.

b) **Il bullismo è ripetitivo**: Accade varie volte (da ogni giorno a più volte alla settimana/mese), mentre le discussioni e le liti in genere accadono ogni tanto.

c) **Sbilanciamento del potere**: Il bullo è fisicamente, o psicologicamente più forte della vittima. La vittima non è in grado di difendersi da attacchi di bullismo ed è spesso debole e più giovane del bullo. Questo non accade nelle liti e discussioni tra i bambini. Infine i bambini che litigano, manifestano lo stesso grado di forza fisica e psicologica.

2) Comprendere le diverse forme di bullismo:

a) **Bullismo fisico**: percosse, spinte, colpi, calci e distruzione o furto delle proprietà altrui.

b) Bullismo verbale: anche insulti, minacce, offese verbali, brutte parole e prese in giro ostili sono bullismo.

c) Bullismo indiretto: dire cose brutte alle spalle di qualcuno, spettegolare malignamente, ignorare, isolare ed escludere un pari dal gruppo.

d) Cyberbullismo: strumenti sociali e social media sono utilizzati per colpire una vittima mirata, per diffondere pettegolezzi e insultare.

3) Conoscere i ruoli nel bullismo:

Al di là di quelli che agiscono da bulli e di coloro che ne sono vittima, nelle situazioni di bullismo alcuni bambini si divertono con il bullismo, aiutando il bullo, o ridendo e incitando, alcuni altri bambini difendono i loro coetanei vittime, mentre la maggior parte dei bambini è testimone passivo del bullismo o rifugge.

I PARTE – ATTIVITÀ PER BAMBINI DI ETÀ 6-8 ANNI

Il primo obiettivo del laboratorio è di permettere ai bambini di capire cos'è il bullismo, le sue caratteristiche e dinamiche.



1) CAPIRE COS'È IL BULLISMO

1A) INIZIARE IL LABORATORIO PRESENTANDO UN CARTONE ANIMATO SUL BULLISMO. SCEGLIERE IL CARTONE DALLA LISTA FORNITA DAGLI AUTORI DI QUESTO MANUALE.

Dopo aver guardato il cartone, porre le seguenti domande: pensate che il video parli di bullismo? Come avete capito che si tratta di bullismo?

1B) CARTE SUL BULLISMO

L'obiettivo di questa attività è capire la differenza tra bullismo e altri comportamenti sociali. I bambini dovrebbero guardare le carte e dire se si tratta di bullismo o meno e dire come l'hanno capito.

Cosa stanno facendo i bambini in ogni figura? Come riconosci se è bullismo o meno?



Lasciate che i bambini riflettano sul fatto che il bullismo si verifica quando un bambino è incapace di difendere se stesso, mentre le liti tra pari sono diverse dal bullismo. Le liti possono verificarsi in una relazione sociale e generalmente i bambini ripristinano il loro rapporto dopo una lite.

1C) FACCIAMO UN DISEGNO SUL BULLISMO

Questa attività ha l'obiettivo di comprendere le differenze tra bullismo e altri comportamenti che non sono il bullismo. I bambini dovrebbero fare un disegno sul bullismo su una metà pagina del loro Learning Toolkit e sull'altra metà pagina dovrebbero fare un disegno di un comportamento che non è bullismo (ad esempio: discussioni tra amici; attacchi dei bambini con le armi).

2) CONOSCERE I TIPI DI BULLISMO

2A) STORIA SUL BULLISMO INVISIBILE

Questa storia si propone di:

- 1) capire che esistono diversi tipi di bullismo e che il bullismo può essere subdolo;
- 2) incoraggiare i bambini a riflettere sulle conseguenze negative del bullismo.

Il vento e il ragazzo. "Un giovane ragazzo era così arrabbiato con il suo amico Paolo, che pensava di vendicarsi e diffondere false notizie su di lui. Ha iniziato ad urlare alcune frasi al vento, in modo che potessero essere facilmente diffuse. Il vento soffiava così forte che le parole vennero rapidamente diffuse in tutto il paese. Tutte le persone vennero a conoscenza dei pettegolezzi su Paolo e iniziarono ad escluderlo ed isolarlo. Il giovane ragazzo cominciò a rendersi conto



di aver agito molto male alle spalle del suo amico. Così chiese consiglio ad un uomo saggio, che gli disse: "Dovresti chiedere al vento di fermarsi immediatamente". Il ragazzo corse fuori e chiese al vento di fermarsi. "Ok, io posso fermarmi - disse il vento - ma le voci, si sono già diffuse in tutta la città". Così, il ragazzo tornò scoraggiato dall'uomo saggio e gli disse: "Il vento ha già diffuso i pettegolezzi in tutta la città e ora tutte le persone li conoscono". L'uomo saggio annuì ... "Bene, ora dovresti aver capito. Una volta che diffondi pettegolezzi non si può tornare indietro. Puoi sentire il vento, anche se non puoi vederlo. Le voci sono come il vento: non è possibile vederle, ma una volta udite, non si può impedire loro di far del male".



Dopo aver letto la storia, fate ai bambini le seguenti domande: "Di cosa parlava la storia? cosa sono i pettegolezzi? Questo è bullismo? Se sì, perché? Se no, perché? A quali conseguenze portano i pettegolezzi? Come possiamo fermare i pettegolezzi una volta diffusi? Che cosa possiamo fare quando sentiamo dei pettegolezzi?" (Esempi: non prender parte ai pettegolezzi; dire che non sono veri; dire che i pettegolezzi sono malvagi e fanno del male alla persona coinvolta).

Ora, chiedete ai bambini di fare un disegno della storia sul loro Learning Toolkit.

2B) IL GIOCO DELL'INCLUSIONE E DELL'ESCLUSIONE



L'obiettivo di questa attività è lasciare che i bambini riflettano sulle situazioni di inclusione ed esclusione. In particolare, i bambini dovrebbero pensare a come si sentono quando possono entrare in un gruppo e come si sentono quando ne sono esclusi.

Preparate alcune immagini di forme geometriche (per esempio: quadrato, rombo, cerchio), colori o strumenti musicali. Le immagini devono essere pari al numero di giocatori, ma dovrebbero rappresentare 2-3 forme geometriche diverse.

Chiedete ai bambini di formare un cerchio in cui tutti i volti sono rivolti verso l'esterno del cerchio. I bambini devono chiudere gli occhi. Dite loro che metterete alcune immagini di forme geometriche sulla loro schiena (nota: i bambini non dovrebbero guardare la schiena dei loro compagni).

Poi chiedete ai bambini di aprire gli occhi e di mettersi a camminare. Ogni bambino vedrà la forma geometrica raffigurata sulla schiena degli altri bambini, ma non la sua. Al vostro segnale, dovrebbero raggrupparsi tra bambini con la stessa forma geometrica. Possono farlo parlando. I gruppi dovrebbero essere della stessa dimensione (ad esempio, se ci sono venti bambini, è possibile utilizzare quattro forme geometriche, in modo che possano formare quattro gruppi di cinque bambini ciascuno). Assicurarsi che ogni bambino sia incluso nel gruppo.

Alla fine riflettere sull'inclusione: "Come ci si sente quando si trova un gruppo di bambini in cui si può entrare?"

Ripetere il gioco, questa volta ponendo immagini diverse sulla schiena di ogni bambino. Le immagini potrebbero essere dei colori, strumenti musicali, verdura, frutta. Dopo un po' i bambini si renderanno conto che non possono raggrupparsi.

Alla fine riflettere sull'esclusione: "Come ci si sente quando non è possibile trovare un gruppo in cui è possibile inserirsi?"

Lasciate che i bambini riflettano sul fatto che esistono diversi tipi di bullismo e che il bullismo può avvenire anche escludendo e dicendo cose brutte.

3) COMPRENDERE LO SBILANCIAMENTO DI POTERE:

Questa attività mira a far capire ai bambini che il bullo è più forte della vittima. Potete utilizzare le carte sul bullismo per lasciare che i bambini riflettano sullo squilibrio di potere. Fate le seguenti domande:

"Il bullo è più forte della vittima? La vittima è in grado di difendersi? Come lo capite?"

II PARTE – ATTIVITÀ PER BAMBINI DI ETÀ 9-11 ANNI

Cos'è il bullismo?

1) CAPIRE L'INTENZIONALITÀ DEL BULLISMO

L'obiettivo di questa attività è di permettere ai bambini di capire le caratteristiche del bullismo.

1A) INIZIARE IL LABORATORIO PRESENTANDO UN CARTONE ANIMATO SUL BULLISMO. SCEGLIERE IL CARTONE DALLA LISTA (A PAGINA 73) FORNITA DAGLI AUTORI DI QUESTO MANUALE.

Dopo aver guardato il video, porre le seguenti domande: pensate che il video parli di bullismo? Come avete capito che si tratta di bullismo?

Potete anche leggere la definizione di bullismo data all'inizio di questo laboratorio.

Dopo aver riflettuto sul video e spiegato che cosa è il bullismo, gli operatori o bambini volontari leggono le seguenti storie sul bullismo.

1B) STORIE SUL BULLISMO

L'obiettivo della storia che segue è capire l'intenzionalità che sta dietro al bullismo. I bambini dovrebbero essere incoraggiati a riflettere sulle conseguenze negative del bullismo.

"Daniele è il nuovo arrivato in istituto; da quando è arrivato, è stato un facile bersaglio per i bulli. Essi sanno che Daniele era in istituto da quando aveva due anni ed utilizzano queste informazioni a loro vantaggio, dicendo che nessuno vuole prendersi cura di lui e cose del genere. Essi diffondono brutte voci su Daniele e



dicono agli altri bambini di lasciarlo da solo. Lo insultano tutto il tempo, dicendogli che puzza. I bulli postano su Facebook immagini e video brutti su di lui. Gli hanno preso i libri di scuola e i vestiti e hanno spremuto un po' di shampo sul letto. Una volta hanno rubato le sue felpe e Daniele è rimasto senza vestiti che lo riparassero dal freddo. Egli non sa cosa fare e non parla mai, perché non sa a chi dire che lui è vittima di bullismo".

"Lucy è vittima di bullismo in istituto, perché viene da un altro paese.

Lei non ha amici e tutti tra i suoi coetanei la isolano.

Ha pianto e pianto, ma non ha trovato il coraggio di dire agli adulti quello che sta succedendo. Il personale l'ha ignorata e lei si sente abbandonata.

Viene spesso accusata dai suoi coetanei per cose che non ha mai fatto. Gli adulti

non le credono, perché i bulli agiscono in modo diverso di fronte a loro rispetto a quanto non facciano con Lucy. I bulli si prendono gioco di lei, insultandola. La prendono anche in giro per il modo in cui parla. Ridono sempre di lei senza motivo e la additano. Lei è sempre l'ultima ad essere scelta nelle squadre sportive, nonostante sia brava negli sport".



Dopo la lettura di ogni storia, incoraggiate i bambini a riflettere sull'intenzionalità del bullismo. Fate le seguenti domande per il primo esempio: "Pensi che questa storia parli di bullismo? Come l'hai capito?"

Fate le seguenti domande per il secondo esempio: "Perché i bambini prendono in giro Lucy? Perché escludono Lucy dagli sport?"



Cosa non è bullismo

È importante distinguere il bullismo da discussioni, liti, contese e scherzi.

Il bullismo non è un gioco rude. Quando due o più bambini della stessa forza fisica litigano o lottano, non si tratta di bullismo. È importante notare che in questo tipo di situazioni tutti i bambini giocano e si divertono e nessuno è danneggiato o in difficoltà.

Il bullismo non è avere una discussione, o una contesa. Questo tipo di situazioni potrebbe essere abbastanza normale in una relazione sociale. L'intenzione dietro le discussioni e le liti non è quella di fare del male o di mettere in difficoltà un compagno.

Il bullismo non è fare degli scherzi. È abbastanza normale tra ragazzi farsi degli scherzi divertenti. Se tutti si stanno divertendo e nessuno si fa male o è turbato, questo non è bullismo

Scherzi o bullismo?

L'obiettivo di questi esempi sul bullismo è: 1) capire la differenza tra bullismo e scherzi; 2) capire che il bullismo non è uno scherzo e che fa male alla vittima mirata.

Dopo ogni esempio, i bambini dovrebbero valutare se si tratta di bullismo, o di uno scherzo.

Esempio 1: Ultimamente, i bambini hanno dato dei soprannomi a Luca, come "elefante" e "ippopotamo". A Luca non piacciono tutti questi soprannomi. Egli condivide la stanza con tre coetanei. Ieri, prima di andare a letto, hanno spremuto del dentifricio sul suo letto. Luca non se ne è accorto. Quando è andato a letto, il pigiama e i capelli si sono sporcati di dentifricio. Tutti gli altri ragazzi nella stanza hanno cominciato a ridere e ad indicarlo. Luca ha pianto di fronte a loro ed è corso in bagno.

Fate ai bambini le seguenti domande: "Questo è bullismo, o è solo uno scherzo? Come fai a saperlo? Come si sente Luca?"

Esempio 2: Oggi, quando Rosa è tornata da scuola, non è riuscita a trovare le sue compagne di stanza. Le ha cercate in camera da letto, poi in soggiorno e infine in cortile. Tuttavia, sembrava non esserci nessuno. È tornata in camera da letto e ancora una volta le ha cercate. Improvvisamente sono uscite dall'armadio urlando ad alta voce, Rosa ha iniziato a ridere, anche se era un po' spaventata.

Fate ai bambini le seguenti domande: "È bullismo, o è solo uno scherzo? Come fai a saperlo? Come si sente Rosa?"

Chiedete ai bambini come hanno capito che era bullismo, piuttosto che uno scherzo. Chiedete loro se uno scherzo può diventare bullismo e anche se è possibile il contrario.

2) COMPRENDERE LA RIPETITIVITÀ DEL BULLISMO

2A) POSIZIONE SCOMODA

L'obiettivo di questa attività è lasciare che i bambini riflettano sul fatto che il bullismo è dannoso per la vittima, a causa della sua ripetitività. I bambini dovrebbero riflettere sul fatto che rimanere nella stessa situazione negativa per più tempo è molto doloroso per la vittima.

Facciamo il seguente esercizio.

Mettetevi in una posizione scomoda, o tenete in mano un oggetto e sollevate il braccio. Rimanete in questa posizione il più a lungo possibile. Comunque ognuno può interrompere l'esercizio in ogni momento, quando sente che non riesce più a stare in quella posizione.

Gli operatori controllano il tempo con un cronometro e chiedono al gruppo, circa ogni 30 secondi, come si sentono in quella posizione. "È comodo?" "Senti qualche dolore ai muscoli?"

Discutete insieme al gruppo della ripetitività del bullismo. Fate alcune domande: "Come ci si sente a vivere la stessa situazione in modo ripetuto?"



2B) FUMETTI

Guardate le frasi nei fumetti e parlate della ripetitività del bullismo.

LUNEDÌ
"Sei un tale
perdente"



MARTEDÌ
"Sarà meglio che non
dici a nessuno quel che
ti facciamo"



MERCOLEDÌ
"ti odiano
tutti"



GIOVEDÌ
"Non puoi venire
con noi"



VENERDÌ
"Sei davvero
strano"



SABATO
"Nessuno vuole
essere tuo amico"

DOMENICA
"sei così
stupido"



Dopo aver letto i fumetti, riflettiamo sulla **ripetitività** del bullismo. Fate ai bambini alcune domande, come ad esempio: "Come ci si sente quando si è vittima ogni giorno?"

3) COMPRENDERE LO SBILANCIAMENTO DI POTERE

3A) POSTER

L'obiettivo di questa attività è far comprendere ai bambini che il bullo è più forte della vittima, grazie alla sua forza fisica, e per il fatto che lui/lei ha amici che lo sostengono. Al contrario la vittima è spesso isolata dai suoi coetanei e non è in grado di difendersi.

I bambini devono dividere un poster in quattro riquadri. Scrivere su un lato le caratteristiche comportamentali del bullo e sull'altro lato le caratteristiche della vittima. I bambini dovrebbero suggerire le caratteristiche del bullo e della vittima.

Aspetto fisico: come sono di corporatura il bullo e la vittima: forti, deboli, robusti, alti, bassi;

Come si comportano il bullo e la vittima: sembrano fragili e insicuri o al contrario appaiono sicuri di sé. Sono soli e isolati o al contrario hanno amici e fanno parte di un gruppo.

Il poster dovrebbe avere il seguente aspetto:

Vittima: aspetto fisico	Bullo: aspetto fisico
Vittima: come si comporta	Bullo: come si comporta

Dopo aver scritto le caratteristiche del bullo e della vittima, fate ai bambini le seguenti domande: "Il bullo si sente più forte della vittima? La vittima è in grado di difendersi?"

3B) INCLUDERE QUALCUNO

L'obiettivo di questa attività è lasciare che i bambini riflettano sulle situazioni di inclusione ed esclusione. In particolare i bambini dovrebbero pensare a come si sentono quando sono accolti in un gruppo e come si sentono quando ne sono esclusi.

Chiedete ad una persona volontaria di lasciare la stanza. I partecipanti rimanenti si raggruppano secondo una o più caratteristiche, che hanno in comune con la persona esclusa (ad esempio: il colore degli occhi, colore dei capelli, scarpe, colore dei vestiti, interessi comuni, ecc). Si devono formare almeno due gruppi.

Ad esempio i bambini del primo gruppo dovrebbero avere gli occhi marroni, se gli occhi del bambino escluso sono marroni e così via. I bambini del secondo gruppo potrebbero amare la stessa musica del bambino escluso.

Dopo che i bambini hanno deciso le caratteristiche comuni, il bambino escluso può tornare nella stanza. Ora lui/lei dovrebbe indovinare a quale gruppo appartiene. Le domande potrebbero essere sulle sue caratteristiche, così come sulle cose che gli/le piacciono. Per esempio, potrebbe fare alcune domande come le seguenti: "Le persone del gruppo di cui faccio parte hanno gli occhi marroni? È rosso il colore preferito dei bambini appartenenti al mio gruppo?"

Una volta che la persona esclusa trova il suo gruppo, dovrebbe anche indovinare i bambini che appartengono a ciascun gruppo (in base alle caratteristiche comuni o interessi comuni).

Alla fine chiedete al bambino che ha lasciato la stanza: "Come ti sei sentito all'inizio, quando hai cominciato a cercare il tuo gruppo?"
Come ti sei sentito quando l'hai trovato? Come ti sei sentito quando hai potuto entrare in un gruppo? "



Chiedete al resto del gruppo: "Come vi comportate quando fate parte di un gruppo? è facile escludere/ includere qualcuno?"

A seconda del tempo a disposizione, è possibile ripetere il gioco con un altro bambino volontario che lascia la stanza.

4) COMPRENDERE I DIVERSI TIPI DI BULLISMO

4A) [STORIA SUL BULLISMO INVISIBILE. LEGGI LA STORIA SUL BULLISMO INVISIBILE \(LA PUOI TROVARE NELLE PAGINE PRECEDENTI\)](#)

La storia si propone di: 1) capire che esistono diversi tipi di bullismo e che il bullismo può essere subdolo; 2) incoraggiare i bambini a riflettere sulle conseguenze negative del bullismo.

4B) [FAI UNA COPIA DEL MIO DISEGNO!](#)

L'obiettivo di questa attività è permettere che i bambini capiscano che le forme subdole di bullismo mirano a: 1) diffondere false informazioni su una vittima mirata, con l'obiettivo di escluderla e di isolarla; 2) distorcere le informazioni sulla vittima al fine di farle del male.

Un bambino fa un semplice disegno su un pezzo di carta (ad esempio: una casa con porte e finestre, un albero con le mele, un fiore con diversi petali). Un altro bambino dovrebbe guardare il disegno brevemente (per pochi secondi) e cercare di copiarlo. Poi il secondo disegno viene mostrato ad un altro bambino, che lo copia e così via. Alla fine si confronta il primo disegno con l'ultimo.

Incoraggiate i bambini a riflettere sul fatto che le cose possono essere distorte e che false voci possono essere diffuse. Fate ai bambini le seguenti domande: "Pensi che le cose a volte possono



essere facilmente modificate? che cosa possiamo fare se qualcuno diffondere notizie false su di noi?"

5) COMPRENDERE I RUOLI NEL BULLISMO

5A) FACCIAMO UN GIOCO DI RUOLO

L'obiettivo di questa attività è fare in modo che i ragazzi capiscano i ruoli nel bullismo. Il bullismo non è solo qualcosa che succede tra il bullo e la vittima.

Infatti sono coinvolti anche altri compagni.

Chiedete al gruppo di recitare le seguenti scene

1) Matteo è vittima di bullismo piuttosto malvagio in istituto. C'è un ragazzo in particolare, Simone, che cerca di farlo sentire inferiore in ogni modo, lui sa come. Ad esempio gli getta continuamente roba addosso, gli sfrega la testa, lo prende a pugni, lo chiama "brutto" e "stupido". Gli dice che lo picchierà se oserà reagire. Quando Matteo è vittima di bullismo, anche Alex lo chiama "brutto" e "stupido"; Paolo ride tutto il tempo, mentre alcuni altri ragazzi se ne vanno e fanno finta di non vedere il bullismo. C'è Luca in istituto, un ragazzo grande, che è molto gentile con tutti i bambini, in particolare con i più piccoli: quando Luca è presente, aiuta Matteo dicendo agli altri di smetterla.



2) Sara ha iniziato a essere vittima di bullismo in istituto fin da quando è arrivata. Le ragazze più grandi hanno cominciato a prenderla in giro in ogni modo possibile. Giovanna, in particolare, la chiama "grassa", "stupida", "ritardata", e "puzzona". Quando Giovanna insulta Sara, un'altra ragazza del gruppo, Simona, ride, mentre, Monica cerca di consolare Sara e le dice che Giovanna e il suo gruppo sono solo meschine. Ultimamente, Giovanna ha iniziato a diffondere brutte voci su Sara su Facebook. Ha anche pubblicato diverse false foto imbarazzanti di Sara. Le altre ragazze del gruppo fanno finta di non vedere le immagini su Facebook e se ne vanno sempre quando Sara viene insultata.

Il gruppo dovrebbe essere diviso in due. Se il gruppo è piccolo, si può scegliere di recitare solo una delle storie.

Ogni gruppo utilizza alcuni minuti per leggere le scene e decidere chi reciterà ogni ruolo. Poi le storie vengono recitate una alla volta. Gli altri bambini prestano attenzione ad ogni storia. Gli operatori dovrebbero assicurarsi che tutti guardino e ascoltino in silenzio.

Dopo aver visto le storie, riflettere su ogni ruolo. Fate alcune domande: "Ci sono altri ruoli oltre al bullo e alla vittima? Che cosa fa il gruppo durante gli episodi di bullismo?"

Dopo la discussione, date la seguente spiegazione dei ruoli nel bullismo. I bambini devono indovinare chi recitava ogni ruolo nelle scenette presentate in precedenza.



Sostenitori del bullo. Alcuni bambini aiutano il bullo, o approvano il bullismo in qualche altro modo. Per esempio, anche loro picchiano, o escludono la vittima, oppure incitano il bullo e ridono. Anche solo fare il tifo e ridere, incoraggia il bullismo, perché il bullo si rende conto che i suoi coetanei stanno divertendo.

Spettatori. Alcuni altri bambini sono testimoni di situazioni di bullismo senza prendere posizione, vale a dire fanno finta che non stia accadendo nulla, oppure se ne vanno quando si verificano episodi di bullismo.

Difensori. Alcuni bambini difendono la vittima di bullismo, affrontando il bullo e dicendogli di smetterla, oppure confortando la vittima.

ATTIVITÀ COMUNI PER TUTTI I BAMBINI (età: 6-11 anni)

L'obiettivo di questa attività è lo sviluppo di una serie di regole condivise anti-bullismo.

1) SVILUPPARE REGOLE CONTRO IL BULLISMO

Alla fine del laboratorio chiedete al gruppo di pensare alle **regole che devono essere seguite per prevenire il bullismo**. Scrivete le regole su

una lavagna. Quindi lavorate con il gruppo riassumendo le idee in una serie finale di regole di condotta.

NOTA: Limitate la serie finale di regole a non più di 3-4, in modo che siano facili da ricordare. Inoltre scrivete ogni regola come un'esortazione positiva (ad esempio, "trattare gli altri con cortesia e rispetto"), piuttosto che come un divieto (ad esempio, "Non urlare o non insultare gli altri").



Un esempio di serie di regole anti-bullismo potrebbe essere:

- Usate le parole solo per dire cose carine.
- Fate sentire tutti a proprio agio e inclusi.
- Aiutate chi è vittima di bullismo o preso di mira.

I bambini dovrebbero scrivere le regole su un poster e appenderlo in un'area comune. Ogni bambino dovrebbe firmare il manifesto.

2) PREMIARE I COMPORAMENTI POSITIVI



I bambini dovrebbero essere ricompensati per i loro comportamenti positivi. L'obiettivo è permettere ai bambini di manifestare comportamenti sociali positivi nel corso del tempo.

Ogni bambino dovrebbe disegnare un serpente come quello nella figura. Essi possono trovarne uno nel loro Learning Toolkit e ritagiarlo. Dovrebbero scrivere il proprio nome sulla parte superiore del foglio. Ogni foglio dovrebbe essere tenuto in uno spazio comune. Ogni volta che i bambini si comportano positivamente (per esempio: sono gentili con i loro coetanei o includono i loro coetanei), sono autorizzati a disegnare e colorare una stella in una casella del serpente. Le stelle corrispondono a un qualche tipo di ricompensa. Ad esempio, sono necessarie tre stelle per ottenere un giocattolo; sono necessarie

cinque stelle per fare un gioco, ecc. Si dovrebbe concordare il tipo di ricompensa con i bambini. Quando in ogni casella del serpente vi è una stella, i bambini ottengono una ricompensa consistente: qualcosa che desiderano avere, o qualche attività che desiderano fare.

Infine, un bambino volontario legge ad alta voce il **primo motto** dell'Accordo BIC:

"Siamo tutti contro il bullismo"



LABORATORIO 2

EMOZIONI E REGOLAZIONE EMOTIVA

MESSAGGI CHIAVE

Obiettivi del laboratorio

- Alla fine del laboratorio i bambini:
- impareranno a riconoscere le emozioni
 - capiranno che le emozioni dovrebbero essere espresse in un modo adeguato in relazione al contesto sociale
 - impareranno strategie appropriate per regolare le proprie emozioni

Materiale necessario per bambini età 6-8 anni

- Learning Toolkit
- Una piccola scatola
- Carte emozioni
- Pastelli colorati

Materiale necessario per bambini età 9-11 anni

- Learning Toolkit
- Due o più poster
- Pastelli colorati e penne

Questo laboratorio si concentrerà sulle Emozioni.

Spiegate le emozioni con parole semplici. Ad esempio chiedete ai bambini di ripensare al giorno trascorso o qualcosa di simile e chiedete loro: "Vi ricordate di essere stati felici, tristi, paurosi o arrabbiati rispetto ad un voto o ad una prova, o ad una conversazione con un amico? Questi eventi risvegliano emozioni perchè siete preoccupati rispetto ai risultati?"

Le emozioni sono risposte a stimoli, o situazioni, che colpiscono fortemente una persona, in modo positivo o negativo. Le risposte emotive avvengono su tre livelli.

1) Il **primo livello** include reazioni corporee: incremento del battito cardiaco, aumento della respirazione e della sudorazione. Per esempio, il cuore batte velocemente e la faccia arrossisce quando sei arrabbiato.

2) Il **secondo livello** include i comportamenti. Le emozioni influenzano le vostre azioni. Per esempio, quando sei arrabbiato potresti urlare, o tirare oggetti.

3) Il **terzo livello** include cognizione e linguaggio. Potresti etichettare le tue emozioni e ragionare sull'evento emotivo. "Sono arrabbiato"; "Sono triste"; "Sono felice"; "Sono frustrato".

QUANTE EMOZIONI SPERIMENTIAMO?

Espressioni facciali delle emozioni:

Qui di seguito potete trovare le caratteristiche emotive del viso e del corpo.



Rabbia Sopracciglia alzate e fronte corrucciata, aumento del battito cardiaco, postura rigida, camminata veloce, contrazione dei muscoli, parlata veloce, pugni chiusi, urla o broncio.



Tristezza sguardo basso, sopracciglia basse, abbassamento degli angoli della bocca, spalle curvate, corpo ritratto, mento tremolante, voce debole ed emotiva, pause lunghe e numerose, parlata e camminata lenta, energia bassa.



Felicità faccia rilassata, angoli della bocca e degli occhi alzati, sorriso, grande energia, aspetto sognante, contatto visivo, camminata rilassata, movimenti armonici.



Disgusto naso arricciato, abbassamento e restringimento degli angoli della bocca, fronte corruciata, desiderio di allontanarsi dallo stimolo emotivo.



Paura sopracciglia alzate, occhi spalancati, gambe o mani tremolanti, mani fredde, aumento del battito cardiaco, contrazione dei muscoli, urla, voce tremolante, scarsa salivazione.



Sorpresa occhi spalancati, sopracciglia alzate, respiro affannato. La sorpresa è generalmente un'emozione di breve durata che viene spesso seguita da un'altra emozione, come felicità, tristezza, delusione, paura.



Colpevolezza è generalmente espressa da un'avversione al contatto visivo, testa bassa, tensione corporea, spalle curve, ci si copre o tocca il viso.



Vergogna è caratterizzata da testa e palpebre abbassate; aumento del battito cardiaco, aumento della respirazione, contrazione dei muscoli, faccia e collo arrossati, o al contrario, faccia pallida accompagnata da un senso di debolezza.

I PARTE – ATTIVITÀ PER BAMBINI DI ETÀ 6-8 ANNI

1) RICONOSCERE LE EMOZIONI

Lo scopo di questa attività è di riconoscere l'espressione facciale associata alle diverse emozioni.

1A) I DADI DELLE EMOZIONI.

Stampate dei disegni di volti che rappresentano diverse emozioni. Incollare i volti sui sei lati di una piccola scatola. Fate lanciare la scatola ai bambini e quando si ferma lasciate che i bambini identifichino l'emozione corrispondente. Chiedete ai bambini di imitare l'espressione emotiva e chiedere loro in quale situazione le persone possono provare un'emozione simile.

Questa attività aiuterà i bambini a distinguere le proprie emozioni dalle emozioni degli altri e ad usare un vocabolario emotivo.

1B) CARTE EMOTIVE

L'obiettivo di questa attività è categorizzare le emozioni e dar loro un'etichetta adeguata.

I bambini devono classificare le carte emozione, mettendole in ogni categoria emozionale. Per esempio, dovrebbero mettere le immagini sulla tristezza nella categoria tristezza, quelle sulla rabbia nella categoria rabbia e così via. Supervisionate il loro lavoro e aiutateli quando è necessario.



2) ESPRIMERE LE EMOZIONI

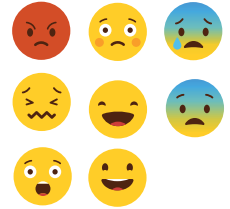
L'obiettivo di questa attività è capire che ogni emozione è associata ad una specifica espressione del viso, gesti e segni del corpo.

Lasciate che i bambini disegnino le espressioni facciali delle emozioni (vedi sopra). Piegate le carte e metteteli in un cestino. Poi, ogni bambino sceglie una carta e imita attraverso l'espressione del viso e i gesti l'emozione scelta. Ogni bambino a turno imiterà le emozioni e gli altri bambini devono indovinare l'emozione.

2A) FARE UN DISEGNO DELLE PROPRIE EMOZIONI

L'obiettivo di questa attività è lasciare che i bambini riflettano sulle proprie sensazioni, dando loro un'etichetta adeguata.

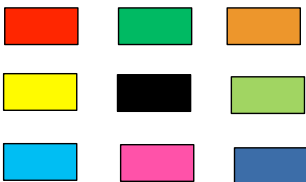
Spiegate l'esercizio: "Le emozioni dicono molto su come ci si sente. È importante essere in grado di identificare le emozioni e sapere come agire. Le vostre emozioni sono come un dipinto. Ognuna delle vostre emozioni è un pezzetto che compone la vostra persona intera. Disegnate dei volti che mostrano le diverse emozioni che avete provato oggi, all'interno della cornice qui sotto".



2B) I COLORI DELLE EMOZIONI

L'obiettivo di questa attività è capire che alcune emozioni fanno star bene le persone e alcune altre fanno star male le persone.

I bambini dovrebbero abbinare ogni carta colorata con una, o più emozioni. In primo luogo, fate un esempio: "Oggi sono giallo, perché mi sento felice, che colore è la felicità per voi? Perché?"



2c) MUOVIAMOCI!

L'obiettivo di questa attività è imparare a riconoscere le emozioni dalle espressioni facciali, dai gesti e segni del corpo.

Dopo che i bambini hanno abbinato le emozioni alle carte colorate, dividete il gruppo in gruppi più piccoli. Ogni gruppo dovrebbe scegliere un'emozione e un colore per essa. Poi i bambini devono camminare nella stanza, mimando l'emozione (attraverso espressioni facciali, gesti e il modo di camminare). Gli altri bambini devono indovinare quale emozione viene imitata e di che colore è l'emozione.

3) REGOLAZIONE EMOTIVA

3A) LA TECNICA DELLA TARTARUGA

L'obiettivo di questa attività è imparare a gestire le emozioni negative. I bambini devono capire che quando si sentono nervosi e arrabbiati, dovrebbero prendersi tempo per calmarsi e riprendersi dalle emozioni negative.



Per insegnare la tecnica della tartaruga, i bambini dovrebbero stare in semicerchio. Quindi date loro le seguenti istruzioni:

- 1) Chiudete gli occhi e immaginate di avere un guscio, come una tartaruga.
- 2) Immaginate di essere in collera: il vostro battito e il respiro sono veloci, la vostra faccia diventa rossa e vorreste urlare.
- 3) A questo punto fermatevi, fate un respiro profondo, rilassate i muscoli e ritiratevi nel vostro guscio.
- 4) Riuscite a sentire il vostro cuore e il respiro? Sono più lenti ora?
- 5) Rimanete nel vostro guscio fino a che vi sarete calmati. Poi potete uscire da esso.

La "tecnica della tartaruga" potrebbe essere una strategia efficace per calmarsi e un buon passo prima di impegnarsi nella soluzione dei problemi. Al bambino viene chiesto di immaginare di avere un guscio, come una tartaruga, in cui può ritirarsi. Gli viene chiesto di immaginare di ritirarsi nel suo guscio, facendo respiri profondi e pensando a se stesso. "Stop, fate un respiro profondo e calmatevi". Mentre il bambino sta facendo tali respiri, gli viene chiesto di concentrarsi sul suo respiro e di rilassare i muscoli. Il bambino è incoraggiato a rimanere nel suo guscio fino a che non si sente abbastanza tranquillo per venire fuori. Insegnare ai bambini ad parlare con se stessi in modo positivo, fornisce loro strategie di regolazione emotiva.

3B) TERMOMETRO DELLE EMOZIONI

Grazie a questa attività, i bambini dovrebbero imparare che situazioni diverse generano emozioni diverse e che l'intensità delle emozioni è legata alle situazioni specifiche.

I bambini guardano il termometro delle emozioni sul loro Learning Toolkit e pensano alle situazioni che li fanno sentire bene o arrabbiati. Lasciate che riflettano sul fatto che situazioni diverse potrebbero generare diversi livelli di rabbia.

3C) DISTRICATEVI DALLE VOSTRE EMOZIONI!



L'obiettivo di questa attività è far capire ai bambini che possono liberarsi delle emozioni negative, prendendosi tempo per calmarsi e rilassarsi.

Chiedete ai bambini quali situazioni li fanno sentire male (tristi, arrabbiati, nervosi).

Cosa possiamo fare per affrontare queste emozioni? Lasciate che i bambini suggeriscano alcune idee.

Ora chiedete loro di sedersi sul pavimento e di rannicchiarsi su se stessi.

Chiedete loro di chiudere gli occhi e immaginare di essere un gomitolo di lana.

Tutte le emozioni negative sono intrappolate nel gomitolo. Quindi, chiedete ai bambini di liberarsi lentamente dalle emozioni negative. Essi si aprono lentamente e scuotono il corpo, finché non si sentono abbastanza liberi dalle emozioni negative: "Ora, cerchiamo di scuotere la nostre braccia, le gambe e le spalle, per sbarazzarci dalle emozioni".

Al termine di questa attività, ponete ai bambini le seguenti domande: "Ti sei sbarazzato delle emozioni negative? Come ti senti?"

L'esercizio può essere ripetuto. Se è possibile, si può anche far ascoltare qualche musica rilassante.

II PARTE – ATTIVITÀ PER BAMBINI DI ETÀ 9-11 ANNI

1) RICONOSCERE LE EMOZIONI

Gli obiettivi di questa attività sono: 1) capire che emozioni diverse sono associate ad espressioni facciali distinte; 2) distinguere le espressioni facciali delle emozioni; 3) capire che situazioni diverse generano emozioni diverse; 4) associare le espressioni facciali delle emozioni a situazioni specifiche.

1A) ABBINATE EMOZIONI E SITUAZIONI!

Fate abbinare ai bambini le situazioni sociali sulla sinistra, con le espressioni facciali sulla destra. Ogni situazione può essere abbinata con più di una emozione.



1) Essere invitato ad una festa



2) Ricevere un regalo








3) Essere rimproverato dall'insegnante



4) Avere una discussione con un compagno di classe

5) Andare dal dentista

6) Essere preso in giro dal compagno di stanza

-  7) Guardare un film horror
-  8) Andare in gita con i compagni di classe
-  9) Escludere un compagno dal gioco
-  10) Essere escluso dal gruppo tavola a pranzo
-  11) Aver diffuso pettegolezzi sui compagni di stanza
- 12) Cadere dalla bicicletta

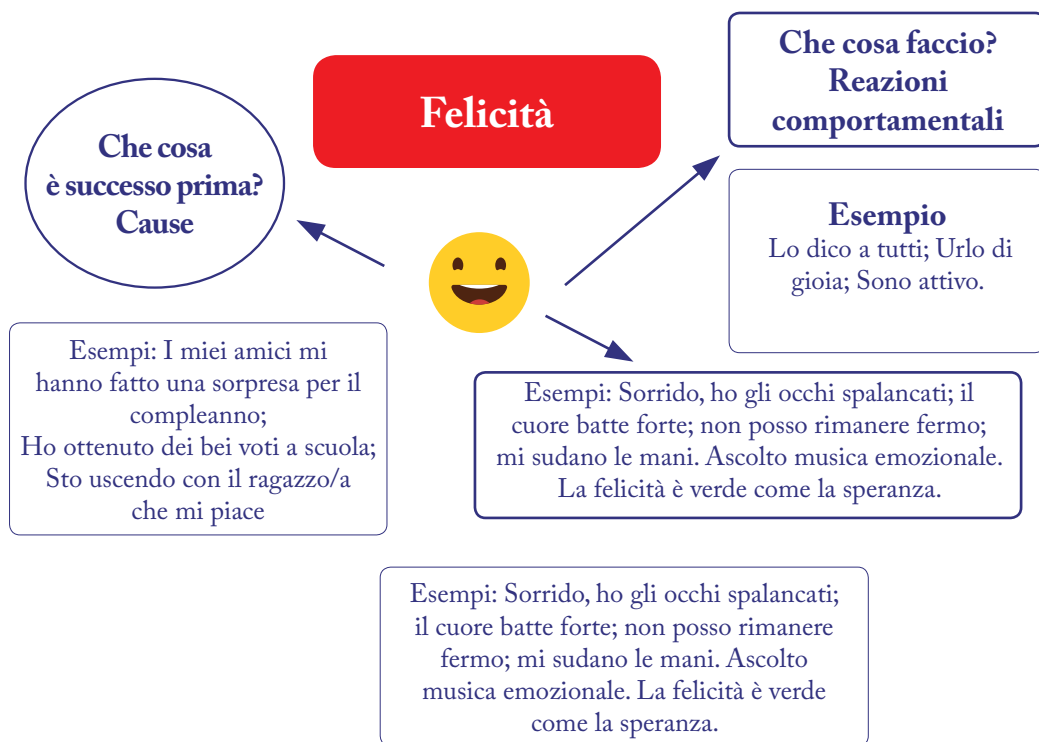
2) CAPIRE LE EMOZIONI: ANTECEDENTI, CAUSE E REAZIONI

2A) LEGGETE LA STORIA E DISEGNATE LA MAPPA DELLE EMOZIONI

L'obiettivo di questa storia è far riflettere i bambini sul fatto che la stessa situazione potrebbe generare emozioni diverse in persone diverse.

Leggete ad alta voce la seguente storia ai bambini e fateli riflettere sulle emozioni dei protagonisti:

"La squadra di calcio di Alex sta giocando contro la squadra migliore del campionato. Questa è la partita finale del campionato. Si tratta di un gioco serrato, ma la squadra di Alex è decisamente avanti. Tutta la squadra è entusiasta per l'eccitazione. Tuttavia, negli ultimi 10 minuti, improvvisamente il gioco cambia e l'altra squadra passa avanti di tre punti. La pressione è alta! Uno dei giocatori diventano così ansioso che lancia la palla verso la propria porta, invece che nella porta avversaria. L'altra squadra alla fine vince l'incontro, Alex è così arrabbiato che calcia in porta la palla. Urla ad alta voce; il suo cuore batte forte e il suo viso diventa rosso. Marco invece scoppia in lacrime e lascia il campo. I suoi occhi sono bassi e le sue spalle sono curve".



Lasciate che i bambini riflettano sul fatto che le persone possono provare emozioni diverse nella stessa situazione e possono reagire con emozioni diverse nella stessa situazione. L'intensità delle emozioni può anche variare tra le persone.

Dividete il gruppo in due gruppi più piccoli. Ogni gruppo deve disegnare su un poster la mappa delle emozioni legata alle emozioni espresse da Alex e Marco.

Come creare la mappa delle emozioni:

Scrivete su un poster l'emozione che avete scelto. Scrivete la parola in stampatello maiuscolo: deve essere ben visibile!!!

Scrivete gli antecedenti e le cause dell'emozione, assieme al comportamento assunto dalla vittima. Scrivete le espressioni facciali associate a quella emozione. Cosa sente la vittima? Fate riferimento ai segnali fisici (esempio: battito cardiaco, sudorazione, tremolio).

Pensate a film, colori, suoni e musiche, che possano essere associate all'emozione.

Se volete, potete anche provare a disegnare l'emozione. C'è qualche immagine che associate all'emozione? Disegnate l'espressione facciale collegata all'emozione. Cercate di immaginarvi nella stessa situazione e pensate a come cambia la vostra espressione facciale.

Nel caso vi serva aiuto, guardate lo schema nella pagina precedente.

Dopo aver disegnato la mappa, discutete su ogni poster. Innanzitutto, un bambino di ogni gruppo spiega la mappa a tutto il gruppo. Quindi, l'intero gruppo riflette sulle emozioni, che possono essere espresse in risposta alla stessa situazione.

Gli operatori guideranno la discussione, chiedendo: "È possibile per persone diverse provare emozioni diverse nella stessa situazione? Come fai a sapere come si sente una persona?"



3) REGOLAZIONE EMOTIVA

Qualche volta le emozioni potrebbero essere sovrastanti. Ti senti come se non potessi fare nulla per controllarle. Comunque, non è bene reagire quando siamo sovrastati dalle emozioni.

Per esempio, quando sei arrabbiato potresti fare e dire cose che successivamente rimpiangerai. Inoltre, se non riesci a controllare la tua rabbia, le persone attorno a te potrebbero spaventarsi.

Comunque, puoi **influenzare le tue emozioni fino a un certo punto**.

Per esempio, i tuoi pensieri possono influenzare i tuoi sentimenti. Quando sei arrabbiato, puoi provare queste **strategie**: Conta fino a 10; lascia correre; stringi un antistress; esci a fare due passi; parla nella tua mente a te stesso in maniera calma: "posso controllarmi"; cerca supporto e consigli dei tuoi amici

Chiedete al gruppo se hanno altre idee in mente su come regolare le emozioni. Cosa possiamo fare quando siamo arrabbiati, tristi o impauriti?

3A) INSEGNATE AI BAMBINI I SEGUENTI PASSI PER REGOLARE LA LORO RABBIA

L'obiettivo di questa attività è imparare a gestire le emozioni negative, come la rabbia. I bambini dovrebbero riflettere sul fatto che quando si sentono arrabbiati: 1) dovrebbero prendersi tempo per fermarsi a riflettere, prima di reagire; 2) dovrebbero prendersi tempo per calmarsi; 3) dovrebbero trovare una soluzione al problema che li fa arrabbiare, invece di reagire con comportamenti inappropriati.

Il primo passo consiste nel **riconoscere i segnali interni** del fatto che stanno per arrabbiarsi. Ai bambini bisognerebbe insegnare che ci sono alcuni eventi fisiologici che si verificano immediatamente prima della rabbia. È importante che imparino a riconoscerli. Riconoscendo ciò che accade al loro corpo prima di arrabbiarsi, avranno la possibilità di distrarsi, o di andare via prima di reagire. Per esempio, potete chiedere: "Che cosa notate nel vostro corpo poco prima di arrabbiarvi?" I bambini spesso dicono: sensazione

di caldo dappertutto; notano che il battito è in aumento; chiudono le mani a pugno; tengono i denti molto stretti; iniziano ad agitarsi; sentono i loro muscoli che si contraggono.

1) Pensare prima di fare: fermarsi e pensare alla risposta comportamentale, prima di agire.

2) Regolare ed esprimere la rabbia nel giusto modo: fare un respiro profondo e prendersi un attimo per pensare: "Ok, posso farcela"; "Sono in grado di controllarmi".

Per poter insegnare come gestire la rabbia, fate disporre i bambini in semicerchio. Date loro le seguenti istruzioni:

1) Chiudete gli occhi e immaginate una situazione in cui siete arrabbiati.

2) Sentite qualcosa nel vostro corpo che sta cambiando? Lasciate che i bambini rispondano alla domanda.

3) Forse vorreste urlare, o essere aggressivi verso coloro che vi hanno fatto arrabbiare. Comunque fermatevi per un po' e pensate prima di reagire.

4) Fate un respiro profondo e pensate "Posso controllarmi"; "Devo solo lasciare correre" "Chiederò l'aiuto di qualcuno".

3B) GESTIRE LA MIA RABBIA.

Questa attività dovrebbe permettere ai bambini di riflettere prima far scoppiare la loro rabbia. Per calmare la mia rabbia posso provare questi pensieri:



Ora suggerite alcune frasi con cui potreste cercare di gestire la vostra rabbia. Scrivete i pensieri all'interno dei fumetti:



3c) TERMOMETRO DELLE EMOZIONI

Grazie a questa attività, i bambini dovrebbero imparare che situazioni diverse generano emozioni diverse e che l'intensità delle emozioni è legata alle situazioni specifiche. I bambini guardano il termometro delle emozioni sul loro Learning Toolkit e pensano alle situazioni che li fanno sentire bene o che li fanno arrabbiare. Lasciateli riflettere sul fatto che situazioni diverse potrebbero generare diversi livelli di rabbia.



Toglietevi di dosso la rabbia!

L'obiettivo di questa attività è lasciare che i bambini capiscano che possono liberarsi delle emozioni negative, prendendosi del tempo per calmarsi e rilassarsi.

I bambini stanno in piedi in semicerchio.

Chiedete quali situazioni li fanno arrabbiare.

Cosa possiamo fare per far fronte a queste emozioni?

Lasciate che i bambini suggeriscano alcune idee.

Ora, chiedete ai bambini di ripetere la seguente frase: "Sono arrabbiato quando ...". Ogni bambino dovrebbe dire quando lui/lei è arrabbiato. Dopo che tutti i bambini hanno detto quando sono arrabbiati, lasciate che si scrollino di dosso l'emozione: "Ora scuotiamo le braccia, le gambe e le spalle, per sbarazzarci dell'emozione".

Ripetete l'esercizio con altre emozioni negative (ad esempio: tristezza,

rabbia, paura).

Alla fine i bambini dovrebbero completare la frase: "Quando ho a che fare con un'emozione negativa, so come gestirla attraverso:"

3D) LEGGIAMO LE STORIE E FACCIAMO UN ROLE PLAYING!

L'obiettivo di queste storie è lasciare che i bambini riflettano sulle strategie di regolazione emotiva, nello specifico su come gestire le emozioni. Ora chiedete a quattro bambini di leggere ad alta voce le quattro storie sul bullismo.

1) Un gruppo di ragazzi e ragazze in istituto esclude Simone dalla squadra sportiva e dai giochi da tavola. Simone viene lasciato da solo durante il pranzo. Siede da solo al tavolo e non parla con nessuno. I suoi compagni di stanza gli nascondono i vestiti e i libri e spalmano shampoo e dentifricio sul suo letto. Quando fanno queste cose, Simone impazzisce. Il suo battito cardiaco aumenta e la sua faccia diventa rossa. Urla infuriato e lancia oggetti in giro.

2) Daniele è l'ultimo arrivato in istituto e da quando è arrivato, è diventato un bersaglio facile per i bulli. Sanno che sin da quando aveva due anni è in istituto e usano queste informazioni a loro vantaggio, dicendo che nessuno vuole prendersi cura di lui e cose simili. Hanno incominciato a spargere maldicenze su Daniele e detto agli altri compagni di lasciarlo solo. Ogni volta che lo bullizzano, Daniele è incapace di difendersi. La sua voce e le sue mani tremano e il suo battito cardiaco aumenta.

3) Un gruppo di ragazze in istituto sta bullizzando Lucia giorno e notte. La escludono da ogni attività, la insultano. Di notte, saltano improvvisamente sul letto di Lucia, mentre lei sta dormendo, e incominciano anche a picchiarla. Lucia piange di fronte a loro; la sua voce è tremolante e il suo corpo ritratto. Piange sempre sotto le coperte.

4) Anna non ha amici e tutti in istituto la ignorano. Piange sempre, ma non ha il coraggio di dire agli adulti cosa sta succedendo. Viene spesso incolpata dai suoi compagni per cose che non ha mai fatto. Gli adulti non le credono, perché i bulli si comportano diversamente

davanti a loro, rispetto a come si comportano con lei. I bulli si prendono gioco di come parla. Ridono sempre di lei senza alcuna ragione e la additano. Viene scelta sempre per ultima nelle squadre sportive, malgrado sia brava negli sport. Quando viene bullizzata, abbassa sempre la testa e le palpebre. Respira velocemente e la sua faccia diventa rossa. Vorrebbe sempre sparire o nascondersi.

Dopo aver letto le 4 storie chiedete di fare il role playing. Prima di recitare le scene, ogni gruppo deciderà un finale alternativo, nel quale la vittima dovrebbe usare una strategia per gestire l'emozione in un modo appropriato (per esempio allontanarsi dalla situazione; chiedere aiuto; avvisare gli adulti).

4) COMPRENDERE L'EMPATIA

Empatia

Proviamo empatia quando:

- Capiamo i sentimenti degli altri.
- Cerchiamo di comprendere il comportamento degli altri e le sue cause.
- Rispondiamo alle necessità degli altri, o agiamo al posto di qualcuno.

L'empatia permette alle persone di "mettersi nei panni dell'altro".

Nell'empatia, la comprensione e l'espressione delle emozioni si intrecciano, in quanto sia la consapevolezza delle emozioni altrui, sia l'esperienza vicaria di quelle emozioni sono necessarie per una risposta empatica.

Più specificamente l'empatia comprende due componenti:

La componente emotiva: include la possibilità di provare l'emozione di un'altra persona, o di rispondere emotivamente in un modo simile.

La componente cognitiva: include la capacità di rilevare diverse emozioni e di assumere la prospettiva emotiva di un altro.

È importante capire e sperimentare le emozioni perché porta a comportamento prosociali, o altruistici, cioè di azioni di cui beneficiano altre persone, senza alcun compenso previsto per se stessi.

4A) COSA SENTONO LE PERSONE IN SITUAZIONI DIVERSE? METTETEVI NEI PANNI DI QUALCUN'ALTRO.

L'obiettivo di questa attività è capire come le persone si sentono in situazioni diverse.

Lasciate che i ragazzi indovinino come si sente il protagonista di queste situazioni.

1) Maria sta facendo i compiti. È stanca di stare tutto il giorno al chiuso! Vuole uscire a giocare con i suoi amici.



2) Marco sta guardando una partita di calcio e la sua squadra preferita ha vinto.



3) Il tuo amico andrà in gita con la scuola.



4) I bambini sono troppo rumorosi e la maestra chiede loro di concentrarsi sulla lezione.



Infine un bambino volontario legge il **secondo motto** del BIC Agreement:

"Impariamo a gestire le nostre emozioni"



LABORATORIO 3

PROBLEM SOLVING

MESSAGGI CHIAVE

Obiettivi del laboratorio

- Alla fine del laboratorio i bambini:
- conosceranno la tecnica del problem-solving
 - impareranno ad usare la tecnica del problem-solving
 - apprenderanno le strategie per aiutare la vittima di bullismo

Materiale necessario per bambini età 6-8 anni

- Learning Toolkit
- Fogli di carta colorati
- Colla
- Forbici
- Nastro adesivo

Materiale necessario per bambini età 9-11 anni

- Learning Toolkit
- Un poster

Questo laboratorio si concentrerà sul **Problem-solving**. Qui di seguito spieghiamo cosa è il problem-solving.

Potete anche trovare uno schema sul problem-solving nella pagina successiva.

I bambini possono imparare le fasi di risoluzione dei problemi, guardando i fumetti sul loro Learning Toolkit.

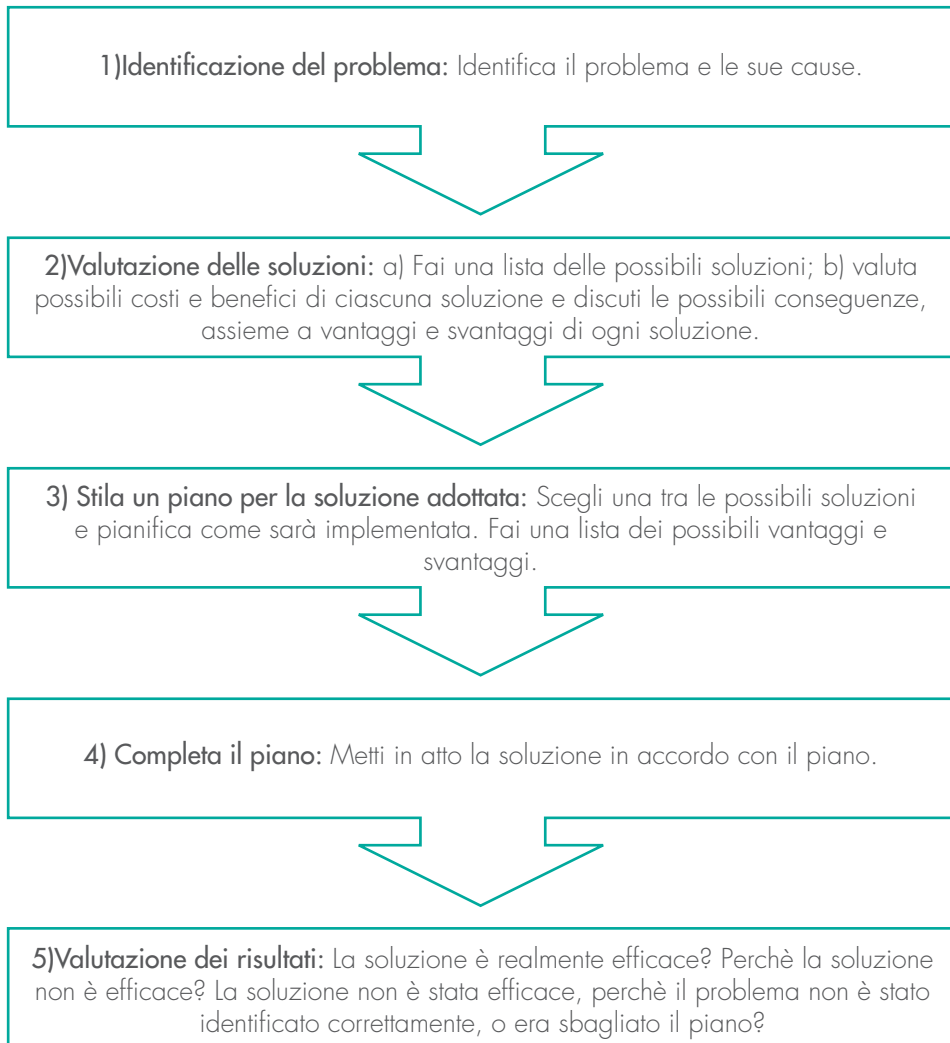


Non ci sono soluzioni perfette ai problemi. Infatti, una soluzione che può andare bene per una persona in una situazione specifica potrebbe rivelarsi inefficace in futuro. Tuttavia, la stessa soluzione potrebbe essere inappropriata per un'altra persona. Il Problem solving è una tecnica che può essere utile per una situazione specifica o per una persona in particolare.

Per problem solving sociale si intende la creazione e l'applicazione di strategie, che risolvono o prevengono i contrasti, con conseguente esiti che sono accettabili per gli altri e che sono anche utili per se stessi.

Le situazioni sociali conflittuali potrebbero suscitare emozioni, che possono sopraffare la capacità dei bambini di affrontare efficacemente i problemi. Per esempio, un bambino che è vittima di bullismo verbale di fronte ai compagni potrebbe scoppiare in lacrime. Questa reazione potrebbe addirittura aumentare il bullismo.

Al contrario, imparare strategie per risolvere i problemi sociali può aiutare i bambini ad affrontare meglio i conflitti e il bullismo.



I PARTE ATTIVITÀ PER BAMBINI 6-8 ANNI

1) IMPARARE LA TECNICA DEL PROBLEM-SOLVING

L'obiettivo di questa attività è di pensare a strategie per gestire i problemi. I Bambini dovrebbero usare le fasi del problem-solving (vedi pagina precedente) per risolvere il problema. Dovrebbero cooperare per trovare una soluzione effettiva al problema.



Dividete il gruppo in due gruppi più piccoli. Ogni gruppo ha un grande pezzo di carta sul quale i bambini dovrebbero disegnare e fare un collage su un episodio di bullismo. I bambini dovrebbero disegnare anche la soluzione per la situazione di conflitto. Un gruppo possiede tutto il materiale necessario per disegnare (pastelli, fogli di carta colorati), mentre l'altro gruppo ha solo l'occorrente per fare il collage (colla, forbici, nastro adesivo).

Potete dire: "Bene, un gruppo possiede l'occorrente per disegnare e l'altro tutto l'occorrente per fare un collage. Comunque, entrambi i gruppi devono fare un disegno e un collage. Come potete risolvere questo problema?" Lasciate pensare i bambini su come possono gestire il problema.

I due gruppi devono cooperare al fine di trovare una soluzione al problema (per esempio: usare a turno i materiali).

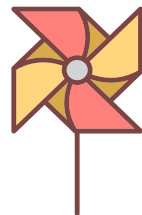
Quando i bambini hanno completato il disegno, lasciateli riflettere sull'importanza della cooperazione per trovare una soluzione insieme. Ponete le seguenti domande: "Entrambi i gruppi sono stati in grado di fare il disegno?; siete stati in grado di trovare una soluzione al problema?"

2) TROVARE STRATEGIE PER RISPONDERE AL BULLISMO

2A) COSTRUIAMO LA GIRANDOLA DELLE SOLUZIONI

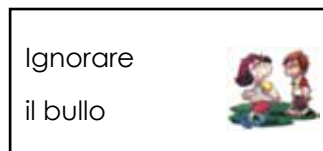
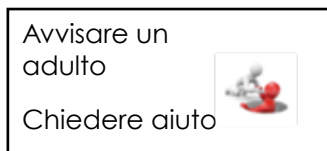
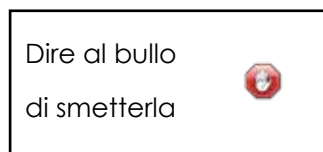
L'obiettivo di questa attività è di pensare a strategie alternative per rispondere al bullismo.

Chiedete ai bambini quali strategie si possono usare quando hanno a che fare con il bullismo, o quando vedono un altro bambino vittimizzato. Un supporto visivo con le



differenti soluzioni può essere uno strumento efficace per i bambini. Disegnate o costruite una girandola. Fate disegnare ai bambini su ogni pala della girandola, le azioni appropriate da usare quando hanno a che fare con casi di bullismo

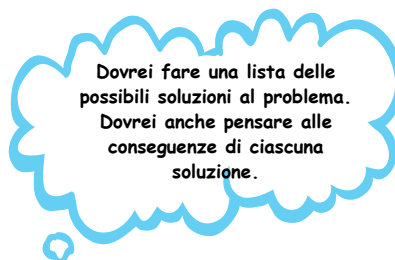
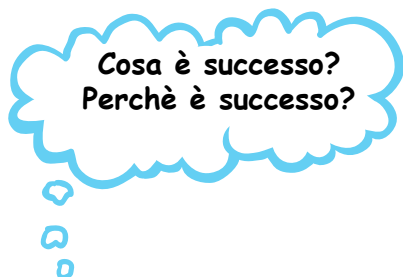
Potete trovare spunto su cosa disegnare qui di seguito.



PARTE II – ATTIVITÀ PER BAMBINI 9-11 ANNI

IMPARIAMO INSIEME A DANIELE I PASSAGGI DEL PROBLEM-SOLVING...

L'obiettivo delle fasi del problem-solving è di imparare come gestire i problemi. Attraverso la tecnica del problem-solving, i problemi possono essere divisi in una serie di passaggi, ciascuno corrispondente a uno stadio della risoluzione del problema.



Ora, dovrei scegliere una soluzione.

Proverò questa soluzione!

La soluzione è stata efficace? Ha funzionato?

1) IMPARARE LA TECNICA DI PROBLEM-SOLVING

1A) IL VIAGGIO NEL DESERTO



Gli obiettivi di questa attività sono duplici: 1) riflettere sulle conseguenze delle proprie scelte (vantaggi e svantaggi); 2) cooperare e trovare un accordo al fine di trovare una buona soluzione al problema. Per completare questa attività è necessario seguire i passaggi del problem-solving (vedi pagina precedente).

Dividete il gruppo in due gruppi più piccoli (o più gruppi se ci sono tanti bambini). Chiedete ai bambini di immaginare di andare a fare un viaggio nel deserto. Devono camminare molto per raggiungere l'oasi più vicina. Ci vorranno tre giorni di cammino e dormiranno nel deserto. Hanno solo un piccolo zaino, quindi possono portare solo 5 oggetti in totale. Ricordatevi di portare abbastanza cibo per ogni membro del gruppo e che durante le ore notturne fa freddo nel deserto!

Ogni gruppo dovrebbe scegliere cinque oggetti dalla seguente lista:

Acqua – Forbici – Coperte – Jeans – Magliette – Succo di frutta – Occhiali da sole – Coltello – Scarpe – Biscotti – Latte – Riso – Tramezzini – Libro – Lettore mp3



Dopo aver compilato la lista, il gruppo dovrebbe discutere sui cinque

oggetti che vogliono portare e perché (esempio: Vorremmo portare le coperte perché farà freddo di notte). Infine, il gruppo intero dovrebbe discutere degli oggetti scelti e fare una lista definitiva includendo cinque oggetti.

Riflettete sull'importanza di considerare le conseguenze di ogni scelta e di trovare una soluzione tutti assieme. Ponete ai bambini le seguenti domande: "Avete pensato alle conseguenze delle vostre scelte? In che modo? È stato difficile/facile raggiungere un accordo?";

2) PENSARE A STRATEGIE PER RISPONDERE AL BULLISMO

2A) ABBINA LE CARTE!

Gli obiettivi di questa attività sono: 1) riflettere sulle strategie per rispondere al bullismo; 2) pensare alle conseguenze di ogni strategia.

Cosa faresti se fossi bullizzato? E cosa faresti se qualcun altro fosse bullizzato? Abbinare le carte della pagina seguente. Per ogni situazione può essere usata più di una soluzione. Comunque, potete saltare una soluzione, se pensate non sia adatta. Mentre abbinano le carte, i bambini dovrebbero pensare alle conseguenze di ogni strategia, usando i passaggi del problem-solving.

Dopo aver abbinato le carte, il gruppo discute le soluzioni.

Il mio amico viene preso in giro da un gruppo di bambini più grandi	Chiedo aiuto agli adulti
So che i miei compagni stanno spargendo brutti pettegolezzi alle mie spalle	Penso a un modo per risolvere il problema
Vengo sempre insultato	Chiedo aiuto ai miei amici per picchiare i bulli
So che i miei compagni stanno spargendo brutti pettegolezzi alle spalle del mio migliore amico	Ignoro i bulli
Ho subito episodi di bullismo fisico	Sono arrabbiato: urlo; lancio oggetti
Un compagno di scuola viene insultato durante l'orario di pranzo	Spargo pettegolezzi sui bulli

2B) PENSARE A STRATEGIE PER AIUTARE LE VITTIME DEL BULLISMO

Questa attività è incentrata sul ruolo dello spettatore. I bambini sono incoraggiati a pensare a strategie alternative, che gli spettatori possono utilizzare quando sono posti davanti ad episodi di bullismo.

Leggete le storie e usate la tecnica del problem-solving

Ricordate i ruoli del bullismo di cui abbiamo parlato nel primo laboratorio? Spesso, coloro che sono testimoni di episodi di bullismo non fanno nulla, perché non sanno cosa fare.

Due bambini volontari leggono le seguenti storie su bullismo e cyberbullismo.

1) Ultimamente, i compagni di stanza di Emanuele hanno incominciato a pubblicare alcune sue foto indecenti su Facebook. Gli hanno anche mandato messaggi offensivi su WhatsApp, come: "Nessuno vuole essere tuo amico. Sarai sempre un perdente"; "Sei un tale idiota. Rimarrai sempre solo". Condividono false immagini di Emanuele e mettono in giro brutte voci sul suo conto su Facebook. Altri ragazzi nel gruppo

condividono online le immagini e le maldicenze. Pensano che non ci sia nulla di male a scherzare. Un altro gruppo di ragazzi finge che non stia succedendo nulla. Sanno che è ingiusto, ma hanno paura della vendetta degli altri ragazzi, pensando che se cercano di fermare tutto ciò, potrebbero essere le prossime vittime.

2) Ultimamente, i compagni di stanza di Nicole hanno incominciato a insultarla malamente. La chiamano "stupida", "ritardata mentale" e "idiota". Dicono che Nicole puzza, quindi tutti le stanno lontano. Addirittura si tappano il naso ogni volta che la incontrano. Lo scorso fine settimana Nicole è stata esclusa da una festa di compleanno in istituto, perché i suoi compagni di stanza hanno sparso la diceria che sia affetta da una qualche malattia contagiosa. Alcuni dei suoi compagni sanno che questi comportamenti sono sbagliati, ma comunque quando viene insultata, o esclusa, fanno finta di nulla. Altri ragazzi e ragazze fuggono ogni volta che Nicole viene insultata, o maltratta.

Dopo che entrambe le storie sono state lette, usate le tecniche del problem-solving per pianificare strategie alternative che gli spettatori potrebbero usare per aiutare la vittima. Scrivete le strategie suggerite dal gruppo intero, su un poster, o una lavagna. Per ogni strategia, dovrete indicare:

- 1) Vantaggi
- 2) Svantaggi
- 3) Difficoltà da 1 a 10
- 4) Ipotesi conseguenze

2C) RECITIAMO LE STORIE PENSANDO A STRATEGIE PER AIUTARE LA VITTIMA

L'obiettivo di questa attività è di permettere ai bambini di condividere idee sulle strategie per aiutare le vittime del bullismo e mettere in pratica le loro idee.

Fate il role-playing delle storie sul bullismo e cyberbullismo. Dividete il gruppo in due gruppi più piccoli. Un gruppo farà il role-playing della storia sul bullismo e l'altro della storia sul cyberbullismo. Gli spettatori useranno le strategie suggerite dal gruppo per aiutare la vittima.

Infine, un volontario leggerà il **terzo motto** del Contratto BIC:

"Aiutiamo chi ha bisogno"



LABORATORIO 4

RISPETTO, AMICIZIA E COMPORAMENTO PROSOCIALE

MESSAGGI CHIAVE

Obiettivi del laboratorio

- Alla fine del laboratorio i bambini capiranno:
- cosa si intende per rispetto
 - cosa si intende per amicizia
 - l'importanza del comportamento prosociale e della cooperazione per vivere in una comunità felice

Materiale necessario per bambini età 6-8 anni

- Learning Toolkit
- Un grande foglio di carta
- Pastelli colorati

Materiale necessario per bambini età 9-11

- Learning Toolkit
- Nastro colorato



Rispetto

...

Vivere insieme rispettosamente è la base delle relazioni sociali. Mostrare rispetto significa trattare gli altri come persone uniche e speciali. È importante trattare le persone in maniera equa, il che significa che ognuno merita rispetto.

Vivere insieme significa rispettare la privacy altrui, come anche il loro spazio e i loro effetti personali. Ciò significa che non è permesso intromettersi quando qualcuno è concentrato su qualche compito o attività (es. studiare).



Questo laboratorio è incentrato su Rispetto, Amicizia e Comportamento prosociale. Prima di iniziare, spiegate ai bambini cosa è il rispetto. Il primo obiettivo del laboratorio è comprendere il significato di rispetto.

I PARTE – ATTIVITÀ PER BAMBINI 6-8 ANNI

1) COMPRENDERE IL SIGNIFICATO DELL'AMICIZIA

1A) CARTE DELL'AMICIZIA

L'obiettivo di questa attività è di comprendere le caratteristiche dei diversi tipi di relazioni.

Spiegate la differenza tra amicizia e altre relazioni sociali.

I bambini dovrebbero indovinare se le figure rappresentate sui loro Learning Toolkits riguardano l'amicizia, o altri tipi di comportamenti.

Aiutate i bambini a riflettere sul significato di amicizia. Ponete le seguenti domande: "Cosa stanno facendo i bambini in ogni figura? Come sapete se la figura riguarda l'amicizia?"

2) COMPRENDERE LA COOPERAZIONE E IL COMPORTAMENTO PROSOCIALE

2A) FACCIAMO UN DISEGNO TUTTI INSIEME!

L'obiettivo di questa attività è di imparare la cooperazione e aiutarsi l'un l'altro per raggiungere un obiettivo comune.

Dividete il gruppo in gruppi più piccoli, così che i bambini possano muoversi liberamente attorno al tavolo. Mettete un grande foglio di carta su ciascun tavolo. Fate fare ai bambini un disegno sull'amicizia. In precedenza ciascuno gruppo dovrebbe decidere cosa disegnare. I bambini dovrebbero collaborare al disegno e ognuno dovrebbe dare il proprio contributo al fine di completare il disegno.



Dopo aver completato il disegno, ponete le seguenti domande ai bambini: "È stato facile/difficile cooperare per il disegno? Ti è piaciuto? "

3) COMPRENDERE LE DIFFERENZE

3A) LEGGIAMO LA STORIA

Leggete la seguente storia e aiutate i bambini a riflettere sul suo significato.

Un giovane pittore era solito comprare ogni giorno dei fiori freschi al mercato. Una farfalla lo incontrava lì ogni giorno. Un giorno la farfalla decise di seguirlo a casa. Quando il pittore raggiunse casa sua, la farfalla guardò i suoi dipinti dalla finestra. Raffiguravano tutti dei fiori. La finestra era aperta e la farfalla decise di avvicinarsi al pittore e dirgli: "I tuoi dipinti sono carini, ma ti prego, dimmi: perché sono tutti fiori?" Il giovane pittore rispose: "Devo esercitarmi a dipingere fiori come compito per la scuola di Arte" La farfalla lo guardò pensosa. Dopo un poco rispose: "Capisco, ma i fiori sono tutti uguali. Ci sono molte altre cose che potresti disegnare" Il pittore era infastidito dall'affermazione. Pensò per un poco, poi rispose: "No, i fiori non sono tutti uguali. Ognuno ha una caratteristica peculiare che lo rende diverso dagli altri. Alcuni sono colorati, altri sono semplicemente bianchi. Alcuni hanno tanti petali, come le margherite e altri non hanno alcun petalo, come i gigli. Sono tutti stupendi, ma lo sono ancora di più quando sono messi assieme. Le loro differenze li rendono speciali".

Dopo aver letto le storie, ponete ai bambini le seguenti domande: "Perché il pittore dipinge fiori? Cosa rende meravigliosi i fiori secondo il pittore? Pensate che i fiori siano tutti uguali? Cosa li rende differenti l'uno dall'altro? Cosa rende speciali le persone?".

II PARTE – ATTIVITÀ PER BAMBINI 9-11 ANNI

1) COMPRENDERE COSA SI INTENDE PER RISPETTO:

1A) IL POSTER DEL RISPETTO

Dopo aver fornito una spiegazione su cosa significa rispetto, il gruppo intero discute sugli aspetti del rispetto reciproco, che sono alla base della vita in comunità

L'obiettivo della discussione di gruppo è condividere idee sui comportamenti che esprimono rispetto verso gli altri.

Ponete alcune domande:

"Come capisci che qualcuno ti sta rispettando?
Quale tipo di azioni dimostra rispetto in istituto"?"



Un bambino volontario scrive su un poster o su una lavagna gli aspetti del rispetto reciproco che vengono suggeriti dal gruppo. I bambini possono dividere il poster in due riquadri, in cui inserire rispettivamente le caratteristiche del rispetto, come anche disegni sul rispetto.

1B) ASCOLTAMI!

Gli obiettivi di questa attività sono: 1) imparare che ascoltare gli altri è alla base del rispetto; 2) comprendere che non ascoltare le persone fa loro del male.

Per comprendere il significato di rispetto fate il seguente role-playing.

Un volontario racconta come è stata la sua giornata (ad esempio: mi sono alzato/a, poi ho fatto colazione, etc.). Un altro volontario siede di fronte alla persona che sta parlando, senza prestare attenzione: guarda in giro, fischietta, etc. Il resto del gruppo osserva la scena in silenzio.

Alla fine, discutete la scena. Ponete alcune domande: "È stato rispettoso non ascoltare? Come si è sentita la persona?"

1C) PENSO CHE TU SIA CARINO!

Questa attività incoraggia i bambini a riconoscere e apprezzare le

qualità positive dei loro compagni.

Attraverso questo laboratorio, abbiamo imparato che il bullismo è far del male a qualcuno senza motivo. Pensiamo ai comportamenti che sono l'opposto del bullismo.

Fate suggerire ai bambini comportamenti buoni.

In seguito ogni bambino scrive su un pezzo di carta il proprio nome. Mettete tutti i nomi in un contenitore. Ogni bambino pesca un nome e scrive una qualità riferita alla persona che è stata pescata. Le qualità dovrebbero riguardare sia comportamenti che abilità (per esempio: lui/lei sa danzare/fare sport; lui/lei è sempre paziente e gentile). I pezzi di carta con le qualità vengono rimessi nel contenitore.

Un bambino volontario legge le qualità di ogni bambino. Il bambino di cui è stata letta la qualità dovrebbe indovinare chi l'ha scritta.

Alla fine, ponete le seguenti domande: "È stato difficile pensare ad una qualità di una persona?"

Differenti tipi di relazioni sociali

Possiamo avere differenti tipi di relazioni sociali. I compagni con cui condividiamo i nostri pensieri e sentimenti sono i nostri migliori amici. I migliori amici collaborano, si aiutano a vicenda e si godono il tempo insieme. Condividono anche alcuni interessi comuni. Altri ragazzi sono semplicemente compagni di classe. Li conosciamo perché andiamo a scuola insieme. Ciononostante, con loro non abbiamo una relazione stretta, come con i migliori amici. Ci sono altri ragazzi, come anche adulti, che sono solo conoscenti, di fatto persone che conosciamo poco. Comunque, dovremmo rispettare tutte queste persone, anche se non sono amici, o non le sentiamo vicine a noi. Le persone meritano rispetto anche se non ci piacciono molto, se provengono da una cultura differente e parlano una lingua diversa dalla nostra.

Amicizia

L'amicizia è una relazione reciproca che comporta compagnia, condivisione, comprensione di pensieri e sentimenti, interesse e supporto reciproco nei momenti di bisogno. In più, le amicizie mature durano nel tempo e sopravvivono a conflitti occasionali e discussioni. L'amicizia è reciproca, il che significa che entrambe le persone coinvolte hanno deciso di essere amici. L'amicizia è basata su fiducia e rispetto. Amicizia significa condividere beni materiali, così come pensieri, sentimenti e interessi. Gli amici sono sensibili: cercano di capire i sentimenti e i pensieri dell'altro e si supportano a vicenda. Gli amici sono collaborativi e si comportano in maniera prosociale, ciò significa che sono inclini ad aiutarsi. L'amicizia è basata sull'uguaglianza, ciò significa che nessuno sovrasterà l'altro. Invece la relazione comporta benefici sociali ed emotivi (aiuto, support e cura) per tutti gli individui coinvolti.

2) COMPRENDERE COSA SI INTENDE PER AMICIZIA

L'obiettivo di questa attività è comprendere le differenze tra i diversi tipi di relazioni sociali. Facciamo il seguente gioco:

Date a ciascun bambino 4 pezzetti di carta. I bambini scrivono su ogni foglietto un'attività sociale che fanno rispettivamente con: 1) Amici; 2) Migliore/i amico/i; 3) Compagni di classe; 4) Conoscenti. I bambini dovrebbero scrivere solo cosa fanno quando si incontrano, o passano del tempo insieme ai loro amici, migliore/i amico/i, compagni di classe e conoscenti. Non devono scrivere sui foglietti né nomi, né tipologie di legami sociali (amici, compagni di classe, etc.).

Le frasi su ciascun foglietto dovrebbero assomigliare alle seguenti: 1) Amiamo trascorrere il tempo insieme; 2) Posso contare su di lui/lei; 3) Facciamo i compiti insieme; 4) Li saluto quando ci incontriamo.

Dopo che ogni bambino ha completato l'esercizio, chiedete loro di mettere i foglietti in una scatola. Poi dividete il gruppo in due gruppi più piccoli. I membri di ogni gruppo pescheranno a turno un foglietto e discuteranno sul tipo di relazione associata all'attività pescata.

Anche l'altro gruppo rifletterà sul tipo di relazione sociale e potrebbe essere in accordo, o disaccordo con il primo gruppo.

Riflettete sulle differenze tra amici, migliori amici, compagni di classe e conoscenti. Guidate la discussione, ponendo le seguenti domande: "Come capisci che una persona è tua amica, piuttosto che un semplice conoscente? Può un tuo compagno di classe essere anche il tuo migliore amico?"

AMICI	MIGLIORI AMICI
COMPAGNI DI CLASSE	CONOSCENTI

Ciò che rende le persone diverse le rende speciali!

Le differenze rendono le persone uniche. È importante rispettare le persone con la propria unicità e differenze. Per esempio, ogni bambino ha i suoi vestiti preferiti, interessi e attività preferite, che possono differire da quelle di altri bambini. È necessario rispettare l'individualità di ogni bambino. Per esempio, alcuni bambini appartengono a culture diverse e possono avere abitudini che sono diverse dalle nostre. È importante capire che la diversità può essere un modo di imparare e guardare le cose da una prospettiva diversa.

3) COMPRENDERE LE DIFFERENZE

3A) SIAMO TUTTI SIMILI E DIFFERENTI

Questa attività ha due obiettivi: 1) comprendere che alcuni aspetti comportamentali rendono simili le persone e altri le rendono differenti; 2) comprendere l'importanza del rispettare le persone, a prescindere dal fatto che possano essere simili o diverse da noi.

I bambini che partecipano al laboratorio dovrebbero essere accoppiati casualmente e dovrebbero sedere uno di fronte all'altro.

Ogni membro della coppia dovrebbe dire all'altro "Mi sento simile a te perché...." "Mi sento diverso da te perché..." Dovrebbero scrivere su un foglio le cose che li rendono simili e quelle che li rendono differenti. Similitudini e differenze dovrebbero riguardare aspetti comportamentali. Il foglio dovrebbe assomigliare al seguente:

=	≠
=	≠

Dopo aver scritto cinque cose che li rendono simili o diversi dall'altro, i bambini dovrebbero condividere con il resto del gruppo somiglianze e differenze. Incoraggiate i bambini a riflettere sulla propria unicità, come anche sulla possibilità di appartenere a gruppi differenti. Chiedete loro: "È stato facile/difficile trovare somiglianze e differenze?".

4) COMPRENDERE IL COMPORTAMENTO PROSOCIALE

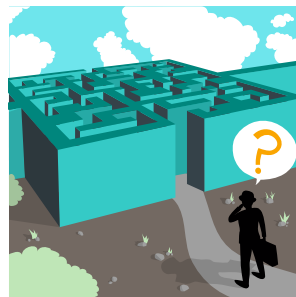
Il comportamento prosociale è un insieme di comportamenti collaborativi volti ad aiutare coloro che ne hanno bisogno. Il comportamento prosociale promuove relazioni positive ed è associato all'accettazione sociale da parte dei compagni. Sebbene il comportamento prosociale rifletta una disposizione di personalità, in qualche misura viene appreso nei contesti sociali in cui i bambini crescono. I bambini modellano il loro comportamento sul comportamento degli adulti (educatori o altri adulti significativi). Lungo tutto lo sviluppo vengono interiorizzati i valori prosociali, che orientano il comportamento sociale dei bambini nei confronti dei pari. Il comportamento prosociale include: condivisione (divisione o concessione); aiuto (confortare un compagno in un momento di stress); cooperazione (lavorare assieme per raggiungere un obiettivo comune). È importante aumentare il comportamento prosociale tra i bambini perché rafforza le relazioni sociali positive e il benessere psicosociale.

Lo sviluppo delle abilità prosociali richiede anche l'abilità di assumere una prospettiva. Il comportamento prosociale si articola nei seguenti passaggi: a) riconoscere che una persona ha bisogno di aiuto; b) decidere di aiutare; c) agire selezionando un comportamento appropriato per quella situazione specifica.

4A) ATTRAVERSARE IL LABIRINTO

Questa attività ha l'obiettivo di aumentare la cooperazione e un comportamento altruistico tra i bambini.

Fate costruire ai bambini un labirinto usando delle sedie, tavolini e altri oggetti a disposizione. In alternativa potete usare anche del nastro adesivo colorato da fissare al pavimento. Se possibile, i bambini possono usare un gessetto per tracciare il labirinto sul pavimento. Due bambini bendati



devono camminare mano nella mano attraverso il labirinto. Il resto del gruppo dovrebbe aiutarli ad attraversarlo, fornendo loro indicazioni. Si possono usare solo le seguenti parole: avanti – indietro – destra – sinistra.

I bambini dovrebbero fornire le indicazioni uno per volta (ogni bambino a turno può dire una delle parole sopra riportate).

Dopo aver giocato, aiutate i bambini a riflettere sull'importanza

dell'aiutarsi a vicenda e della cooperazione. Potete porre le seguenti domande: " È importante cooperare per trovare una soluzione al problema?"

ATTIVITÀ COMUNI PER TUTTI I BAMBINI (ETÀ 6-11 ANNI)

1) CREARE UN COMITATO DI BENVENUTO PER I NUOVI ARRIVATI



I nuovi arrivati potrebbero avere pochi amici nel nuovo ambiente e di conseguenza essere un bersaglio facile per i bulli. Per aiutare questi bambini a sviluppare relazioni più velocemente, create un "comitato di benvenuto". L'obiettivo del comitato di benvenuto è quello di aiutare i nuovi arrivati ad entrare nel gruppo e sentirsi parte di esso.

1) Il compito principale del comitato di benvenuto è quello di orientare i nuovi arrivati nella casa di residenza e far loro compagnia. Per esempio, il comitato di accoglienza potrebbe portare il nuovo arrivato a fare un giro dell'istituto, mostrare dove sono i materiali e le forniture didattiche, mostrare le routine usuali e includere il nuovo arrivato nelle attività ricreative della casa.

2) Questo orientamento da parte del comitato di benvenuto potrebbe durare una settimana. Comunque, dovrebbe dare al nuovo arrivato un punto di appoggio per costruire amicizie con i compagni che possono proteggerlo dagli episodi di bullismo.

2) L'AMICO SEGRETO

L'obiettivo di questa attività è di incoraggiare i bambini ad essere cooperativi con i loro compagni.



FRIENDSHIP

Per concludere il laboratorio, ogni partecipante scrive il suo nome su un foglietto di carta, poi piegato accuratamente.

Dopo che ogni foglietto è stato messo in un contenitore, i partecipanti ne pescano uno. Ognuno legge il nome sul foglietto di carta; ma il nome deve essere tenuto segreto. Ognuno deve essere gentile per una settimana, nei confronti della persona di cui hanno pescato il nome. Comportamenti gentili potrebbero essere: inclusione, condivisione di giochi e attività;

Dopo che è passata una settimana, il gruppo si ritroverà per discutere sull'amico segreto. 1) Innanzitutto, ognuno cercherà di indovinare chi era il suo amico segreto durante la settimana passata. Dopo che ogni partecipante ha detto il nome, il supposto amico segreto, dirà se era effettivamente lui.



2) Se il partecipante non ha indovinato correttamente, il vero amico segreto si rivelerà.

3) Gli operatori guideranno la discussione, chiedendo all'amico segreto chi si è comportato bene nei confronti di un compagno: "È stato facile/difficile avere un amico segreto? Cosa hai fatto per mostrarti gentile? Come ti sei sentito?"

Le seguenti domande invece saranno poste all'amico segreto oggetto del comportamento gentile: "Hai notato che l'amico segreto era gentile con te? Cosa ha fatto? Come ti sei sentito?"

I partecipanti risponderanno alle domande uno alla volta.

Infine, un bambino volontario legge il **quarto motto** dell'Accordo BIC:

"Vogliamo creare una comunità felice"

FILM PER BAMBINI SUL BULLISMO E CONTRO LA VIOLENZA

Per i più piccoli:

Ant Bully – una vita da formica, Appena arrivato in una nuova città, senza amici e tormentato da un bullo del quartiere, il piccolo Lucas Nickle sfoga la sua frustrazione su un nido di innocenti formiche del suo giardino. Ma un giorno le formiche reagiscono. Usando una pozione magica, fanno rimpicciolire Lucas alle loro dimensioni e lo condannano a vivere come una formica nella loro colonia. In questo nuovo mondo, Lucas imparerà un'importante lezione sull'amicizia, inizierà a vedere la vita in modo diverso e infine troverà il coraggio per difendersi.

Zootropolis è un'enorme metropoli abitata da animali antropomorfi. Qui gli uomini non sono mai esistiti e i mammiferi, prede e predatori, hanno imparato a convivere civilmente superando le differenze e gli istinti primordiali. È in questo scenario che conosciamo Judy Hopps, una coniglietta proveniente da una famiglia numerosissima (ha più di duecento fratelli), che non subisce il destino di diventare una contadina come i suoi simili e lotta per realizzare il suo sogno da bambina, ovvero essere la prima poliziotta "in miniatura" in una società in cui il ruolo delle forze dell'ordine è in mano agli animali più forti (leoni, rinoceronti, tigri, bufali, elefanti, ecc). Entrare in polizia però risulta molto più facile che non venire accettata dai suoi colleghi. Per farlo dovrà risolvere il caso di una lontra scomparsa e avrà soltanto 48 ore per riuscirci. Ad aiutarla, anche se malvolentieri, la furba volpe Nick Wilde. Ma il caso si rivelerà molto più complesso del previsto...

Ralph Spaccatutto è il cattivo di un videogioco ma durante una riunione di "Cattivi Anonimi", Ralph rivela che dopo trent'anni passati a rompere palazzi e vivere in una discarica di mattoni, si è stancato di essere un cattivo e decide di riscattarsi dal disprezzo di tutti e dimostrare che anche lui può essere buono e valoroso, ma gli altri "cattivi" lo avvertono di non fare come un certo Turbo. Dopo l'ennesima angheria da parte degli abitanti del condominio, Ralph litiga con i suoi colleghi e scommette sul suo riscatto da eroe. Desideroso di rivalsa, abbandona il videogioco fuggendo attraverso i cavi di alimentazione e decide di entrare in Hero's Duty, un gioco sparattutto in prima persona collegato da poche settimane alla sala giochi, in cui spera di potersi aggiudicare una medaglia per dimostrare a tutti di essere un eroe.

Wonder August Pullman è un bambino di undici anni con una malformazione facciale che gli impedisce una vita normale. Subisce circa 27 interventi chirurgici, e un po' per questo e un po' per paura della reazione degli altri bambini, non è mai andato a scuola in vita sua. Ma quando deve entrare in prima media i genitori decidono che per lui è arrivato il momento di andare a scuola insieme agli altri, e gli fanno visitare la Beecher Prep School. Il preside, il signor Tushman, decide di fargli mostrare la scuola da tre studenti di nome Julian, Jack e Charlotte. Durante la pausa pranzo tutti i tavoli sono affollati, mentre al tavolo dove si siede Auggie non si siede nessuno.

Un ponte per Terabithia (film 2007) Jess Aarons è un ragazzo di dodici anni, ama correre e disegnare, vive con i genitori e le quattro sorelle, due più grandi e due più

piccole di lui: le più grandi, Ellie e Brenda, litigano in continuazione tra loro.

La sua famiglia ha gravi difficoltà economiche e questo porta i genitori a trascurare i bisogni morali di Jess, che ha poca fiducia in sé stesso e fa fatica ad allacciare rapporti di amicizia. A scuola Jess è preso di mira dai bulli, in particolare da Scott Hooger e un ragazzino dai capelli rossi, Gary Faulcher, fido compagno di Hooger. C'è anche una bulletta, Janice Avery, che si scoprirà in seguito che si comporta così perché il padre la picchia. La sua vita cambia il primo giorno di scuola, in cui arriva una nuova alunna nella sua classe, Leslie Burke, una ragazzina venuta da un'altra città, con una grande fantasia e un cuore grande. Nonostante le prime diffidenze, scoprono di essere vicini di casa e diventano amici. .. Così ogni pomeriggio i due vanno a Terabithia e, immaginano di vivere fantastiche avventure, combattendo contro le forze del male.

Il sapore della vittoria – Uniti si vince Nel 1971, l'allenatore nero Herman Boone è chiamato dal Comitato Scolastico del liceo T.C. Williams di Alexandria come capo allenatore della squadra di football, in sostituzione del precedente coach, Bill Yoast. Quest'ultimo, inizialmente deciso ad andarsene, pressato dai ragazzi bianchi, accetta il ruolo di vice-capoallenatore e coordinatore della difesa. Le tensioni razziali, ben presenti in tutto lo stato della Virginia a quell'epoca, all'interno della squadra si disciolgono gradualmente durante lo stage estivo di selezione, ma al ritorno a scuola le cose non vanno per il meglio. Emblematico è il rapporto tra bianchi e neri, in particolare quello tra Gerry Bertier e Julius Campbell, dapprima litigiosi nemici e poi inseparabili amici.

7 Minuti dopo la mezzanotte Un ragazzino di nome Conor O'Malley si trova in un momento difficile della propria vita. La madre è affetta da un male incurabile, benché neghi l'evidenza, e Conor trascorre le sue giornate con l'odiata nonna o con i bulli della scuola che lo tormentano. Ma una notte, sette minuti dopo la mezzanotte, un gigantesco uomo-albero gli fa visita nei suoi sogni per raccontargli delle strane favolette morali. E infine per ascoltare la sua storia, quella di Conor O'Malley.

La Storia Infinita Bastiano Baldassarre Bucci è un bambino di dieci o undici anni che, dopo la morte della madre, non riesce più a comunicare con il padre e si è chiuso in se stesso, rifugiandosi nella lettura e nelle storie fantastiche. A scuola è un tipo solitario che viene preso in giro e maltrattato dai suoi compagni di classe. Un giorno, fuggendo dall'ennesima persecuzione, trova riparo nella libreria antiquaria del signor Carlo Corrado Coriandoli. L'uomo stava leggendo un libro misterioso intitolato La storia infinita. Bastiano è immediatamente attirato dal tomo, poiché aveva sempre desiderato leggere una storia senza fine, così, quando squilla il telefono del negozio e il signor Coriandoli lascia la sala, ruba il libro e fugge fino alla soffitta della sua scuola. Qui inizia a leggere La storia infinita.

Karate Kid Daniel Larusso, un sedicenne di origini italiane, si trasferisce con la madre dal New Jersey alla California. Il giorno del loro arrivo, il ragazzo conosce l'addetto alle manutenzioni del loro nuovo appartamento, un gentile, eccentrico e umile immigrato di Okinawa di nome Kesuke Miyagi.

Ad una festa sulla spiaggia, Daniel conosce la bionda e attraente Ali Mills, una cheerleader della scuola superiore di Encino. Johnny Lawrence, ex ragazzo di Ali, è il miglior studente di un dojo di karate chiamato "Cobra Kai"; questo cerca malamente di parlare con la ragazza, rompendo anche la sua radio, e quando Daniel prova a intervenire viene facilmente sopraffatto e umiliato da Johnny, fisicamente più prestante. Ad una festa di Halloween, il ragazzo cercherà di vendicarsi dei suoi persecutori giocando uno scherzo a Johnny, ma viene scoperto e inseguito dal bullo e i suoi complici. Dopo essere stato catturato, viene picchiato selvaggiamente. Miyagi interviene e lo salva, respingendo i cinque attaccanti facilmente e dimostrando insospettabile abilità nel karate.

Edward mani di Forbice Un'anziana signora racconta alla sua nipotina la storia di Edward Mani di Forbice, un ragazzo artificiale che ha come mani delle forbici. Il suo inventore era uno scienziato molto determinato, morto poco prima di completare Edward.

Molti anni dopo la creazione di Edward, la rappresentante dei cosmetici Avon Peggy Boggs visita la villa gotica localizzata in cima alla collina della città, dove trova Edward tutto solo e isolato. Rendendosi conto che l'essere dalle dita taglianti è innocuo, Peggy decide di portarlo a casa sua nella radiosa cittadina dove vive. Nonostante il contrasto dell'oscuro ed intimidatorio aspetto di Edward con le colorate persone del quartiere, egli stringe una sincera amicizia con il figlio minore di Peggy, Kevin, e col marito Bill. Fra l'altro, Edward si innamora perdutamente della bellissima Kim, la figlia adolescente di Peggy, nonostante l'iniziale terrore che Kim prova per lui.

Il ragazzo invisibile Michele Silenzi è un ragazzo di tredici anni che vive a Trieste, introverso e timido, impopolare a scuola, preso molte volte in giro dai suoi compagni e invaghito della compagna di classe Stella, che sembra quasi non accorgersi di lui. Vittima di un'età mai facile, nessuno lo comprende, inclusa Giovanna, sua premurosa madre. La monotonia quotidiana, però, verrà sconvolta da un avvenimento incredibile: un giorno, per una festa di halloween, Michele indossa un vestito di un supereroe cinese comprato in un bazar. Dopo l'ennesima presa in giro da parte dei suoi compagni accadrà una cosa sconvolgente: Michele, il giorno dopo, guardandosi allo specchio scoprirà che il suo corpo è sparito, capisce così di essere diventato invisibile. Stupefatto dalla strana trasformazione pensa di essere un mostro, poi usa il suo potere per vendicarsi degli atti di bullismo subiti. Deve però essere completamente nudo per essere invisibile, comincia così ad essere sempre raffreddato. Scopre anche che, dopo del tempo, ritorna visibile: la prima volta gli accade quando è nello spogliatoio delle ragazze, che così cominciano a guardarlo male e a bersagliarlo con bigliettini con su scritto "Silenzi maniaco".



Co-Funded by the
REC programme of
the European Commission



Manuale realizzato dal Dipartimento di Scienze della Formazione e
Psicologia dell'Università degli studi Firenze

Ersilia Menesini

Annalaura Nocentini

Angela Mazzone

Benedetta Emanuela Palladino

Le informazioni contenute in questa pubblicazione
non riflettono necessariamente la posizione o l'opinione
della Commissione Europea.

Questo manuale è stato realizzato con il contributo del Programma
Rights, Equality and Citizenship (REC) dell'Unione Europea. I
contenuti della pubblicazione sono di responsabilità di Amici
dei Bambini e non riflettono necessariamente la posizione della
Commissione Europea



Comune di San Giuliano