



# PROGETTO “Gentilissimo me”



**Prevenzione e contrasto al bullismo**

*Scuola primaria*

*A.S. 2017/2018*

## Premessa

La nostra ipotesi di fondo parte dal presupposto che benessere scolastico e successo formativo non possano prescindere dalla **formazione di un gruppo classe che abbia fra le sue risorse la capacità di collaborare attivamente con modalità cooperative e non prevaricative.**

L' apprendimento e la sperimentazione attiva di abilità sociali va nella direzione di permettere ai bambini e alle bambine di acquisire quelle capacità necessarie per costruire relazioni sane all'interno del gruppo, anche **riconoscendo e accettando la diversità come ricchezza.**

A ricaduta, questa competenza individuale e di gruppo, può risultare un utile strumento di contrasto di fenomeni di disagio (es. bullismo) che si possono manifestare a scuola e nei contesti extra-scolastici.



Il fenomeno del **bullismo** desta sicuramente grande allarme sociale, sebbene atteggiamenti di scarsa comprensione o sottovalutazione persistano ancora. Per affrontarlo occorre riferirsi a un approccio olistico capace di considerare tutti gli aspetti coinvolti e il contesto micro e macro. La matrice sociale del bullismo obbliga tutte le componenti sociali (famiglia, la scuola, la comunità) a interrogarsi e a porre un'argine che sia un'adeguata risposta educativa.

I fenomeni di **bullismo e prevaricazione in generale**, specificatamente, individuano tre figure principali attori dell'atto prevaricatorio: il/la **"bullo/a"** (chi commette il fatto), la **"vittima"** (chi lo subisce) e i cosiddetti **"spettatori"** (ovvero chi assiste). Chi lo subisce diventando la vittima esperisce una condizione grave di svalutazione di Sé e ulteriore abbassamento dell'autostima, oltre, ovviamente, a vivere una profonda sofferenza. Il/la bullo/a invece esercita il proprio potere e si rafforza intimidendo e dominando l'altro che non viene percepito come un "pari", ma inferiore, non degno.

Il gruppo, attraverso il suo atteggiamento/comportamento, **può rinforzare** (consapevolmente o inconsapevolmente) l'atto del bullo (basta una semplice risata o un cenno del capo) oppure, al contrario, **sminuirlo** attraverso l'indifferenza e/o il contrasto dell'azione messa in atto dall'autore, sostenendo così la vittima.

Queste considerazioni preliminari implicano che le attività di prevenzione e di contrasto di questo fenomeno nelle scuole siano rivolte al **gruppo nella sua totalità**, sviluppando **competenze collaborative e un buon clima di classe** e lavorando fin dalla scuola primaria in un'ottica di prevenzione.

## Obiettivi generali

- ✚ Fornire indicazioni per **riconoscere episodi di prevaricazione e non-rispetto** partendo dall'immaginario della classe
- ✚ Favorire l'**espressione delle proprie emozioni** e stati d'animo, specialmente nelle situazioni di difficoltà
- ✚ Fornire le basi per un'**educazione razionale emotiva**

- ✚ Fornire strumenti per saper **comunicare assertivamente** (in maniera né passiva né aggressiva)
- ✚ Offrire strumenti per poter **gestire i conflitti** in maniera costruttiva
- ✚ Allenare alcune **life skill** che rappresentano dei **fattori di protezione** nella prevenzione al bullismo (empatia, pensiero critico e creativo, comunicazione efficace, problem solving, autoefficacia collettiva)

## Strategie di intervento e metodologia

Il progetto mette in atto **percorsi laboratoriali di prevenzione rivolti agli studenti e alle studentesse della scuola primaria**. La scelta di indirizzare l'intervento a questa fascia di età trova fondamento nell'esigenza di abbassare l'età per aumentare l'efficacia dell'azione preventiva. Non a caso anche le Linee Guida della Regione Lombardia ([www.regione.lombardia.it](http://www.regione.lombardia.it)) in tema di prevenzione raccomandano di rivolgere a questa fascia di età strategie di azione.

Anche in linea con le linee guida dell'OMS, si propone di utilizzare strategie di tipo educativo **basate su "life skill training"** considerate le più efficaci a fini preventivi. Tali strategie prevedono l'utilizzo di modelli didattici **partecipativi e attivi**.

Il percorso proposto si avvale di una **metodologia** cooperativo-attiva con azioni che vedranno gli alunni e le alunne come protagonisti del percorso attraverso giochi, attività teatrali, attivazioni (schede, role playing, attività ludico/didattiche a livello singolo, di coppia o di piccolo/grande gruppo).

## I laboratori in classe



**Gentilissimo me**, contraltare al famoso film di animazione *Cattivissimo me*, è il nome che abbiamo scelto per questo percorso di contrasto al bullismo ritenendo importante far sperimentare in prima persona ai bambini e alle bambine l'effetto positivo che il **compiere atti gentili** porta nel clima di classe, nei rapporti tra pari e con gli adulti di riferimento.

L'educazione alla gentilezza è potente nel creare abitudini relazionali positive che contrastano le piccole quotidiane prevaricazioni che non arrivano ad essere tanto eclatanti da destare la preoccupazione degli adulti, eppure preparano il substrato in cui prosperano atti più manifestamente nocivi.

L'intervento si articolerà nella realizzazione in classe di un percorso di n.3 o n.4 incontri da n. 2 ore ciascuno condotti da n.2 psicologhe di **ALA Milano Onlus**. E' prevista la presenza dell'insegnante in classe.

Verranno realizzati **incontri preliminari** con il gruppo dei docenti referenti delle classi coinvolte al fine di condividere strategia, obiettivi ed attività nonché utili alla presentazione delle classi. Al termine degli interventi lo stesso gruppo si ritroverà per un **momento finale di restituzione e valutazione dell'esperienza**. Per ogni classe verrà prodotta relazione dettagliata dell'intervento.

Tema portante del laboratorio sarà l'educazione alla gentilezza attraverso la realizzazione del **Gentilissimo me**: si parte leggendo ai bambini e alle bambine una filastrocca in cui devono indovinare la parola che indica l'argomento della giornata: **gentilezza**. Si chiede poi alla classe di raccontare episodi in cui hanno fatto o ricevuto delle gentilezze e come si sono sentiti nei due casi. Successivamente si spiega al gruppo che ognuno di loro si trasformerà fino al prossimo incontro in un **"super eroe/eroina della gentilezza"** che regala gesti gentili al suo "assistito/a", assegnato/a facendo pescare ad ogni bambino/a il nome di un/una compagno/a. Durante i giorni di pratica della gentilezza ognuno avrà un piccolo diario "top secret" in cui scriverà che gentilezze quotidianamente ha messo in pratica per il suo/la sua assistito/a e come si è sentito nel farle. Al termine dell'attività, nell'incontro successivo, si chiede alla classe di raccontare gli atti di gentilezza scritti sul diario del "gentilissimo me" e come si siano sentiti nel doppio ruolo di assistito/a e super eroe/eroina. Successivamente viene costruito il **vestito del Gentilissimo Me**: a ciascun bimbo/a viene consegnato un pezzo di carta su cui disegnare un atto di gentilezza fatto/ricevuto in classe o che si vorrebbe fare in futuro. I disegni vengono attaccati come un puzzle su un cartellone formando il vestito del supereroe "Gentilissimo me" che ha il super potere della gentilezza e che vola grazie al contributo di gentilezza dato dalle azioni di tutta la classe.

Il laboratorio lavorerà anche, attraverso attivazioni specifiche, lavori di gruppo ed esercitazioni pratiche, rispetto a:

- **La comunicazione efficace**: attraverso role playing in cui verranno coinvolti i bambini e le bambine si potrà sperimentare cosa significhi comunicare in maniera **assertiva** e non passiva o aggressiva, ponendo attenzione soprattutto al linguaggio non verbale spesso fonte di fraintendimenti e conflitti, imparare ad esprimere senza timori le proprie **emozioni** e i propri stati d'animo e mettersi nei panni degli altri.
- **L'empatia**: è considerata la skill più efficace per prevenire situazioni di conflitto e prevaricazione. Attraverso situazioni ludiche e momenti di riflessione, sarà esercitata questa abilità.

Verrà data, inoltre, particolare attenzione alla realizzazione di **giochi cooperativi**, ovvero di giochi di gruppo con cui si intende sviluppare e rafforzare alcune skills tra cui quelle relative alle relazioni inter-personali attraverso i quali, posto un **"problema"** e un **"obiettivo comune"** il gruppo deve risolverlo attivando capacità decisionali, di problem solving, di comunicazione efficace e di autoefficacia collettiva. Il gioco può rappresentare una metodologia accattivante e divertente per fare in modo che nell'ambito del gruppo classe nascano e si sviluppino **dinamiche relazionali collaborative**.

## Incontro con le famiglie

Il progetto intende realizzare alcune **serate formative** rivolta alle famiglie avente come finalità la sensibilizzazione verso il tema in oggetto da parte del mondo adulto. Le tematiche che saranno affrontate verteranno principalmente sulle *opportunità pedagogiche della famiglia* per far in modo che gli stessi adulti si riconoscano come interlocutori adeguati nel confronto con i/le figli/e sui temi connessi la prevenzione ed in contrasto di fenomeni di prevaricazione e bullismo.



La serata sarà occasione di **approfondimento** in merito alla conoscenza del fenomeno (cosa è il bullismo, come si manifesta, quali strategie educative per contrastarlo) e soprattutto di **confronto** tra i genitori sulla base delle singole esperienze educative che emergeranno.

## Workshop docenti per la prevenzione al bullismo

Il percorso di n.2 incontri di n.3 ore ciascuno prevede un primo breve momento frontale al fine di relazionare ai/alle docenti rispetto ai fenomeni del **bullismo/cyberbullismo e discriminazione**: cosa sono, quali le loro caratteristiche, quali segnali cogliere nei bambini e nelle bambine e qualche accenno sugli aspetti legali e sulle buone prassi della scuola nell'affrontare **situazioni di emergenza**.



Successivamente verranno proposte **esercitazioni pratiche** su alcuni casi concreti, anche portati dai/dalle partecipanti. Il gruppo lavorerà, quindi, sulle strategie di intervento possibili rispetto al/alla bullo/a, alla vittima e al gruppo-classe sia in termini di gestione delle emergenze che di prevenzione, con un focus sugli **aspetti pedagogici in merito alla relazione bambino/a-insegnante** (comunicazione, ascolto, empatia, gestione del conflitto).

In ultimo verrà presentato e condiviso il modello del **Gruppo di Cooperazione**, una tecnica pedagogica molto utile per favorire l'ascolto attivo in classe, l'empatia e la cooperazione del gruppo.

## Logistica e costi

Il progetto verrà realizzato nell' anno scolastico 2018/19, il calendario specifico verrà costruito in accordo con la scuola. Gli incontri saranno condotti da n. 2 formatori/trici di ALA Milano Onlus.

## Preventivo dei costi:

Il preventivo fa riferimento ad **una classe** e comprende:

- ✚ Laboratori di prevenzione - **n.3 o n.4 incontri da n. 2 ore ciascuno**
- ✚ Incontri di presentazione, monitoraggio e restituzione con gli/le insegnanti
- ✚ Equipe operativa per la programmazione in itinere
- ✚ Relazione scritta dettagliata delle attività svolte e dei contenuti emersi
- ✚ Materiali per i laboratori
- ✚ Incontro formativo per le famiglie

**Costo totale** (Laboratorio classe da n.3 incontri).....€ **350,00 omnicomprensive**  
**Costo totale** (Laboratorio classe da n.4 incontri).....€ **400,00 omnicomprensive**  
**Workshop docenti** (n.2 incontri x n.3 ore ciascuno).....€ **200,00 omnicomprensive**

N.B. Per n. 4 o più classi acquistate il Workshop docenti è gratuito.



**Antonio D'Ercole**  
Responsabile Area Scuole  
Associazione ALA Milano Onlus  
02.89516464  
a.dercole@alamilano.org  
www.alamilano.org