

## SEZIONE VI

### SCHEDA 22 “IL CORAGGIO DI PARLARE”<sup>5</sup>

Facendo specificatamente riferimento ad un episodio, l’insegnante chiede di provare ad analizzare il ruolo di coloro che assistono a un episodio di prepotenza.. Spunti per la discussione:

- problematizzare la differenza tra “fare la spia” e “riferire episodi di prepotenza e/o di abuso”: finché un problema non emerge, non può essere affrontato.
- Fare emergere le emozioni di chi vuole denunciare e trova difficoltà, e come ci si sente dopo aver riferito l’accaduto.
- analizzare le reazioni degli adulti (insegnanti, genitori, personale non docente) quando viene loro riferito un episodio di prepotenza e/o di abuso.

L’attività concretamente si potrebbe svolgere in questo modo:

#### “DENUNCIO SI, DENUNCIO NO”

1. Facendo specificatamente riferimento ad un episodio, l’insegnante chiede di provare ad analizzare il ruolo di coloro che sostengono i ragazzi/e prepotenti e di individuare quali comportamenti mettono in atto.
2. L’insegnante solleva la questione di quale può essere il ruolo degli spettatori negli episodi di prepotenza. Sceglie un episodio in cui lo spettatore non interviene, e chiede ad allievi ed allieve di provare ad immaginare quali sentimenti prova, quale stato d’animo sta vivendo. Si cerca di approfondire che tipo di responsabilità hanno coloro che osservano e non intervengono e se sono responsabili quanto i prepotenti: spettatori o complici?
3. Suddivisa la classe in piccoli gruppi (4-5 studenti), si fa scegliere a ogni gruppo un episodio e si chiede a studenti e studentesse di provare a inventare una storia o un comportamento alternativo dello spettatore: quali sono le conseguenze delle diverse scelte?
4. L’insegnante chiede ad allievi e allieve di pensare a episodi di prepotenza realmente accaduti, e di individuare quale ruolo essi hanno avuto nella dinamica del problema.

<sup>5</sup> rielaborato da 2003, Menesini (a cura di), Bullismo: le azioni efficaci della scuola, Trento, Erickson

### SCHEDA 23: "COME MI SENTO QUANDO..."

Chiedere agli alunni, a turno, di dire come si sentono quando vivono una delle seguenti situazioni (se un alunno non si è mai trovato in una situazione simile, viene esortato a dire come si sentirebbe se dovesse viverla).

- Un compagno ti spintona o colpisce con un pugno o un calcio
- I compagni non ti lasciano giocare con loro durante l'intervallo
- Un compagno minaccia di picchiarti se non lo accontenti
- Un compagno ti prende in giro
- Un compagno ti insulta
- Un compagno dice cose brutte sulla tua famiglia
- Un compagno ti rovina degli oggetti o vestiti
- Un compagno ti ruba degli oggetti
- Un compagno ti obbliga a fare una cosa che non vuoi fare
- Altre esperienze riportate dagli alunni stessi

### SCHEDA 24: "LA CASSETTA DELLA LEGALITÀ"

1. Predisporre una cassetta in cui gli alunni potranno inserire dei biglietti (anche anonimi) per riportare episodi di prepotenza subiti in prima persona o da altri.
2. Prevedere degli incontri periodici in cui aprire la cassetta della legalità, l'insegnante leggerà ad alta voce i biglietti. Evitare che si instauri il gioco "indovina chi l'ha scritto".
3. Individuare un tema, tra quelli emersi nei biglietti, da affrontare con il problem solving (vedi scheda 26). Evitare la trappola di istituire un processo per l'individuazione e la punizione del colpevole. L'obiettivo è invece quello di far emergere eventuali problemi per poi attivare gli alunni nella ricerca ed attuazione di possibili soluzioni.

## SCHEDA 25: "LA CRITICA COSTRUTTIVA"<sup>6</sup>

La critica costruttiva esprime un rilievo negativo specifico in un contesto positivo, ed è fatta con l'intenzione di migliorare il rapporto interpersonale. È diversa dalla critica distruttiva che trasmette messaggi di condanna e ha lo scopo di ferire l'altro.

1. Approfondire le reazioni degli alunni quando ricevono una critica
  - a) Come ti senti quando ricevi una critica?
  - b) Che cosa fai quando ricevi una critica
2. Come reagire a una critica
3. Come fare una critica costruttiva o per aiutare.  
Aiutare gli alunni a distinguere tra i due tipi di critica.
4. Il gioco della critica  
Dividere gli alunni a coppie. A turno uno rivolge una critica (per aiutare o per ferire) e l'altro si allena a rispondere. Invertire i ruoli.

### 1. Approfondire le reazioni degli alunni quando ricevono una critica

- a) Come ti senti quando ricevi una critica?
  - Ci rimango male
  - Ho l'impressione che nessuno mi apprezzi
  - Mi sento imbarazzato
  - Mi sento in colpa
  - Ho l'impressione di non valere niente
  - MI sento rifiutato
  - Mi arrabbio
  - Altro

### b) Che cosa fai quando ricevi una critica

- Rimango in silenzio
- Mi metto a litigare
- Ci penso un po' sopra
- Mi viene da piangere
- Rispondo
- Cerco di giustificarmi
- Mi allontano

<sup>6</sup>rielaborato da 1999, Di Pietro, L'ABC delle mie emozioni, Trento, Erickson

- Altro

## 2. Come reagire a una critica

È utile riconoscere quando le critiche che ci vengono rivolte corrispondono a cose vere e quando invece dicono cose false. Alcune volte le critiche vengono rivolte per aiutare, altre invece sono formulate con l'intento di ferire.

In alcune circostanze le critiche ti fanno apparire come se tu sbagliassi sempre o combinassi sempre pasticci. Questo è dovuto al fatto che le persone tendono ad esagerare quando fanno delle critiche.

Ecco degli esempi di critiche per ferire:

- Sei il solito scemo, sbagli sempre.
- Ti sei dimenticato ancora una volta di restituirmi il gioco che ti avevo prestato, ti dimentichi sempre tutto, non ci si può proprio fidare di te!

Come reagire a una critica (distinguendo tra critiche per aiutare e critiche per ferire):

- Accetta la critica con una semplice risposta: "Sì, è vero, a volte mi comporto così".
- Esprimi disaccordo: "No, non sono d'accordo: non sono uno sbadato" (il tono della voce è deciso ma non arrabbiato).
- Rimani in silenzio: non sei obbligato a reagire.
- Acconsenti riconoscendo la bontà del rilievo: "Sì, è vero, questo è un mio difetto, cercherò di cambiarlo".
- Prendi tempo: "Tu dici che... (ripetere la critica). Ci penserò".

## 3. Come fare una critica costruttiva o per aiutare

- a. Sottolinea gli aspetti positivi.
- b. Fai una critica specifica su un comportamento, senza giudicare l'altro (evita di usare termini assoluti quali: mai, sempre, tutto, niente). Puoi evidenziare le eventuali conseguenze negative.
- c. Offri un suggerimento.

Ecco degli esempi di critiche costruttive (o per aiutare):

- Sei bravo a giocare, ma stavolta hai tirato fuori. Se non seguiamo gli schemi, è meno divertente. La prossima volta passa la palla.
- Sono contento che ti sia piaciuto il gioco che ti ho prestato, ma ci sono rimasto male che oggi non me l'hai riportato. Avevo proprio voglia di

giocarci. Quando vai a casa mettilo subito in cartella così domani me lo riporti.

In sintesi, proviamo a confrontare i due tipi di critiche:

Critiche per ferire	Critiche per aiutare
Sei il solito scemo, sbagli sempre.	Sei bravo a giocare, ma stavolta hai tirato fuori. Se non seguiamo gli schemi, è meno divertente. La prossima volta passa la palla.
Ti sei dimenticato ancora una volta di restituirmi il gioco che ti avevo prestato, ti dimentichi sempre tutto, non ci si può proprio fidare di te!	Sono contento che ti sia piaciuto il gioco che ti ho prestato, ma ci sono rimasto male che oggi non me l'hai riportato. Avevo proprio voglia di giocarci. Quando vai a casa mettilo subito in cartella così domani me lo riporti.

#### 4. Il gioco della critica

Dividere gli alunni a coppie. A turno uno rivolge una critica (per aiutare o per ferire) e l'altro si allena a rispondere. Invertire i ruoli.

## SCHEDA 26: "PROBLEM SOLVING"

Incontrare situazioni problematiche è un aspetto normale dell'esistenza, e la maggior parte delle situazioni può essere affrontata attivamente (in casi limite per ridurre i danni). Le situazioni vissute con disagio possono essere definite problematiche e affrontate seguendo una procedura analitica.

L'insegnante guiderà gli alunni nella pratica del problem solving, che comporta i seguenti passi.

1. Definire il problema: a tal proposito le seguenti domande possono essere utili.
  - Qual è la situazione in cui si manifesta il problema?
  - Dove si verifica il problema?
  - Quando si verifica il problema?
  - Con quale frequenza si presenta il problema?
  - Con chi si presenta il problema?
  - Cosa faccio in quella situazione?
  - Cosa fanno gli altri nella stessa situazione?
  - Cosa mi piacerebbe cambiare in questo esempio specifico?
  - Quali sono le cose che mi mantengono lontano dalla soluzione del mio problema?
2. Produrre più alternative possibili (brainstorming). Pensare al maggior numero di soluzioni possibili senza valutarle, fino a che non si è fatta una lista del maggior numero di soluzioni possibili che vengono in mente. Per stimolare la creatività proporre anche soluzioni stravaganti.
3. Valutare le diverse soluzioni e sceglierne una. Scartare le soluzioni impraticabili, e considerare i possibili risultati a breve e lungo termine delle soluzioni rimanenti. Scegliere la soluzione che sembra più indicata.
4. Preparare un piano di attuazione e metterlo in pratica. Pianificare le azioni per attuare la soluzione prescelta, cercando di essere specifici su ciò che si farà. Attuare il piano.
5. Verificare l'efficacia della soluzione attuata. La situazione problematica è cambiata nella direzione desiderata? Se la soluzione scelta non è stata efficace, ripassare i passi precedenti a ritroso: ad esempio tornare al passo precedente e rivedere il piano d'azione oppure scegliere un'altra soluzione tra quelle individuate con il brainstorming.