BULLISMO E CYBERBULLISMO: IMPARARE PER COSTRUIRE 2.0

La nostra vision è che la scuola possa essere un luogo in cui ogni ragazza e ogni ragazzo si senta al sicuro e libero di esprimersi

TARGET

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

SOGGETTO PROPONENTE

Associazione di professionisti
Centro Clinico La Mongolfiera
Referente
Dott.ssa Irene Certini tel. 3347358451 e-mail irenecertini@gmail.com
Ordine degli Psicologi della Toscana
Iscrizione all'Albo n°9692
Laureata in Psicologia di Comunità, della promozione del benessere e del cambiamento sociale

IL PROGETTO

Il presente progetto prevede un numero totale di incontri pari a 4 per ogni classe, il primo della durata di 2h e i successivi della durata di 1 ora 30 minuti, da svolgere all'interno delle classi.

OBIETTIVI GENERALI

Il presente progetto vuole **promuovere un clima**, all'interno del sistema scuola, **apertamente contrario ai comportamenti e agli atteggiamenti aggressivi**, soprattutto da parte degli adulti di riferimento. L'omertà e l'accettazione passiva di questi comportamenti contribuisce infatti in modo determinante nello sviluppo o meno di dinamiche di violenza di gruppo come il bullismo e il cyberbullismo. Bullismo e cyberbullismo, come insegna la letteratura più recente, saranno trattati come fenomeni sociali e come un problema di salute pubblica, visti i rischi per la salute fisica e mentale a cui i soggetti vanno incontro durante e dopo aver vissuto all'interno di questo tipo di dinamiche. Con questo progetto si vuole da un lato dare voce all'analisi del bullismo come violazione dei diritti umani e dall'altro dare degli strumenti agli insegnanti e ai giovani coinvolti che permettano loro di sentirsi attori attivi della loro realtà e diventare promotori di cambiamento in un'ottica ecologica e biopsicosociale.

OBIETTIVI SPECIFICI

Gli obiettivi specifici saranno principalmente due e consistono **(1) nell'aumentare la consapevolezza dei partecipanti (insegnanti e ragazzi) rispetto al fenomeno del bullismo e del cyberbullismo**, considerando i rischi per la salute a breve e a lungo termine e **(2)**

potenziare l'empowerment degli spettatori, facendo capire loro l'importanza e la fattibilità di essere difensori davanti a situazioni di violenza piuttosto che attori passivi.

La letteratura recente analizza infatti il bullismo e il cyberbullismo come fenomeni sociali, in cui è necessaria la presenza di un gruppo. Nel momento in cui vengono modificati quegli atteggiamenti e quei comportamenti di omertà e silenzio rispetto alle dinamiche di violenza, il bisogno di potere ricercato da chi mette in pratica comportamenti aggressivi non sarà più soddisfatto dal gruppo (poiché un non-comportamento è un comportamento a favore del bullismo). Lo scopo delle discussioni con i ragazzi e i professori sarà quello di, una volta conosciuto meglio il fenomeno e gli attori in gioco, rendersi conto di avere il potere di cambiare le cose e che possono esistere altri metodi per contribuire ai propri bisogni di successo e efficacia, nell'ottica dell'equivalenza funzionale. La formazione con gli insegnanti in particolare ha lo scopo di rendere il progetto continuativo nel tempo e autosostenibile.

ATTIVITÀ

Le attività proposte sono propedeutiche alla possibile costruzione di un progetto più ampio svolto grazie alla collaborazione con il Centro per l'UNESCO di Firenze che potrebbe coinvolgere tutto il sistema scuola seguendo un approccio ecologico e di comunità. Questi primi 4 incontri hanno infatti lo scopo di formare i ragazzi come peer-educator e rispondere alle domande degli insegnanti, cosicché, in una fase successiva potranno lavorare con i ragazzi più giovani e con i genitori sui temi della prevenzione e del contrasto al bullismo da un punto di vista bio-psico-sociale e normativo.

I metodi proposti in questa prima fase saranno quelli dei Sei Cappelli per Pensare, del Role Playing, dell'educazione razionale emotiva e del Focus Group portando così gli insegnanti e i ragazzi a ragionare utilizzando alcune tra le principali life skills e imparando a pensare e a modificare i propri processi mentali, grazie alla guida di un facilitatore.

I primi 2 incontri risponderanno al primo obiettivo e gli ultimi 2 al secondo.

Tutti gli incontri prevedono dei rompighiaccio specifici e sempre propedeutici alla creazione di una condizione di rilassamento fisico e mentale. Verrà insegnato loro in ogni incontro a creare e rappresentare il proprio posto sicuro, attraverso tecniche specifiche di imagery.

1. PRIMO INCONTRO

Durata: 2h

Target: insegnanti referenti (coloro che poi parteciperanno agli incontri successivi con i ragazzi)

Metodo dei 6 cappelli per pensare dal tema "Bullismo e cyberbullismo come fenomeni sociali: il ruolo dell'adulto".

Questo metodo permette di creare una mappa di pensiero attraverso l'assunzione di diversi ruoli. I 6 cappelli sono

BLU pensiero convergente

VERDE pensiero divergente

NERO svantaggi della questione

GIALLO vantaggi della questione

ROSSO ragionamento emotivo

BIANCO ragionamento neutro

I cappelli ruoteranno sulle teste dei partecipanti, in modo da sperimentare più punti di vista e trovare soluzioni alternative insieme al facilitatore, essendo loro stessi i principali esperti della formazione dei ragazzi.

Nell'ultima fase è prevista una psicoeducazione condivisa sul loro ruolo negli incontri successivi con i ragazzi, verranno spiegate tutte le fasi del progetto.

2. SECONDO INCONTRO

Durata: 1h30m

Target: i ragazzi della scuola secondaria di primo grado

Metodo psicoeducazione sulle emozioni attraverso l'ABC delle emozioni (Educazione Razionale Emotiva). Si vanno ad analizzare insieme situazioni di aggressività reattiva e proattiva (relativa quindi a comportamenti violenti di vario tipo, sia legati al bullismo che a disturbi del comportamento), così da imparare ad analizzare le situazioni da punti di vista differenti e a mettersi nei panni degli altri, esercitando la teoria della mente. Alla fine dell'incontro verrà chiesto ai ragazzi di cercare articoli di giornale relativi a episodi di responsabilità e irresponsabilità sociale con l'aiuto degli insegnanti referenti.

3. TERZO INCONTRO

Durata: 1h30m

Target: i ragazzi della scuola secondaria di primo grado

Metodo Role Playing, i ragazzi si metteranno in gioco e discuteranno gli episodi trovati e altri episodi di vita quotidiana presentati dalla psicologa sul tema della responsabilità sociale, sempre ragionando attraverso l'ABC delle emozioni, ovvero "cosa succede-cosa penso-come sto" e "cosa succede-cosa potrebbe pensare l'altro-come sta".

Alla fine dell'incontro verrà fatto un cartellone con le regole della classe firmato e condiviso da tutti i membri. Il cartellone deve rispondere alla domanda "Come si

rende la classe un luogo sicuro?". In questo modo i ragazzi avranno quindi rappresentato sia il proprio luogo sicuro, costruito nei primi due incontri e necessario alla propria personale gestione dello stress sia quello collettivo e potenziale, come vision da costruire insieme.

4. QUARTO INCONTRO

Durata: 1h30m

Target: insegnanti referenti

Metodo focus group con i referenti di tutte le classi, in cui i partecipanti saranno guidati con delle domande nella comprensione di cosa possono fare loro per aiutare i ragazzi a percepire la classe e poi quindi la scuola un posto sicuro dove sentirsi a casa.

Trasversalmente al focus group, necessario anche per il monitoraggio e la valutazione degli incontri precedenti, verrà fatto una psicoeducazione rispetto all'utilizzo dell'ascolto attivo, pillole di comunicazione assertiva e coordinamento con la figura dello psicologo scolastico presente, così da rendere il progetto continuativo nel tempo.

RISULTATI ATTESI

Ci si aspetta da questo progetto una maggiore consapevolezza dei ragazzi e degli insegnanti sull'importanza di conoscere il fenomeno bullismo e cyberbullismo da un punto di vista di comunità. Grazia all'utilizzo dell'approccio ecologico ci si aspetta che la scuola presti un'attenzione particolare alla costruzione di una policy scolastica apertamente contraria alla violenza in tutte le sue forme. Un altro risultato atteso riguarda la sensibilizzazione alla costruzione di un clima scolastico in cui ogni individuo si senta al sicuro e dove si utilizzi maggiormente la giustizia riparativa, piuttosto che un approccio punitivo, andando a considerare i comportamenti aggressivi come violazioni relazionali piuttosto che puramente disciplinari. Per fare ciò è necessario strutturare un progetto più ampio in cui tutti gli attori del sistema scuola si muovano attivamente in modo consapevole, coinvolgendo tutto il personale della scuola (dirigente, docenti e personale
ATA), i ragazzi e le famiglie.

MONITORAGGIO E VALUTAZIONE

Interviste preliminari agli insegnanti referenti sulla situazione della scuola e della classe per personalizzare lo stile degli interventi.
Diario di tutti gli incontri per monitorare l'andamento.
Focus group finale con i docenti.
Questionari sul benessere percepito a inizio e a fine degli incontri per i ragazzi.