

## SCHEDE OPERATIVE E ATTIVITÀ DA SVOLGERE IN CLASSE

### SCHEDA 1 - L'IMPORTANZA DELLE PAROLE

#### DEFINIZIONE DEL PROBLEMA

(durata minuti 15)

1. Separa gli alunni in gruppi di quattro o cinque e scegli in ogni gruppo uno studente che prenda nota delle idee di tutti.
2. Distribuisci la scheda *“Le parole possono far male”* e invita i gruppi di alunni a leggere la storia di Chiara e Giulia che ricevono insulti attraverso una chat su Internet.
3. Esorta gli alunni a rispondere alle domande e successivamente fai condividere le risposte con la classe. Metti in risalto le risposte che dimostrano empatia per Chiara e Giulia, spiegando che i messaggi sono cattivi e andrebbero bloccati.
4. Chiedi agli alunni di leggere la sezione **“Usa il buon senso!”** della scheda 1/B *“Le parole possono fare male- Esercitazione”*.
5. Esorta gli alunni a condividere le loro storie
6. Rivolgi domande tipo:

**Hai mai visto messaggi offensivi inviati a te o ad altri in rete?**

**Parlane senza usare nomi reali** (le risposte possono variare).

7. Dividi gli alunni in coppie.
8. Invita uno dei due alunni a scrivere su un pezzo di carta la frase *“Tu sei proprio strano”* e a darla al rispettivo compagno, dicendogli che ha appena ricevuto questo messaggio.
9. Chiedi:

**Quali sono le ragioni per cui la persona può aver scritto *“Tu sei proprio strano?”***

1. Sta scherzando
2. Il bambino che ha ricevuto il messaggio ha precedentemente fatto qualcosa di sciocco
3. Un gruppo di bambini lo sta prendendo in giro;
4. Chi ha inviato quel testo pensa davvero che quel bambino sia strano, ma ha paura di dirglielo in faccia.

**Come si sente il compagno che è stato definito "strano"?**

Forse sta allo scherzo, ma potrebbe anche sentirsi preso in giro ed offendersi.

- Chiedi ad uno degli alunni della coppia di dire al proprio compagno: "Tu sei proprio strano" con un sorriso sulla faccia.
- Chiedi:

**Perché in questo secondo caso, vedendo la persona mentre ti parla, dovresti sentire un'emozione diversa dal caso precedente?**

Le persone comunicano anche con le espressioni facciali e con il linguaggio del corpo.

## SCHEDA 2- LE PAROLE POSSONO FAR MALE

ESERCITAZIONE (durata: 10 minuti)

1. Leggi la storia qui sotto e rispondi alle domande che seguono.

A Chiara e Giulia piace molto un sito web nel quale possono chattare e videogiocare con altri bambini. I loro genitori le lasciano navigare su questo sito. Però ultimamente Chiara e Giulia hanno ricevuto alcuni messaggi offensivi, come:

**Giocatore A: Ti odio!**  
**Giocatore B: Stai rovinando il gioco!**  
**Giocatore C: Sei così stupido**  
**Giocatore D: Sei un'idiota**

1. **Come pensi che si sentono Chiara e Giulia quando leggono questi messaggi?**

Chiara e Giulia si sentono \_\_\_\_\_

2. **Come ti sentiresti se ricevesti messaggi di questo tipo?**

Io mi sentirei \_\_\_\_\_

3. **Perché pensi che qualcuno invii messaggi di questo tipo?**

Qualcuno invia questo tipo di messaggi perché \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Usa il buon senso!**

*Bastoni e pietre possono rompermi la casa, ma le parole non mi faranno mai del male.*

Penso che questo detto sia Vero/ Falso perché \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SCHEDA 7: IL VILLAGGIO TRASPARENTE

(durata circa 120 minuti)

George Herbert Mead, filosofo e psicologo, ha scoperto che quando i bambini scelgono insieme un nuovo gioco la prima cosa che decidono è il **ruolo** di ciascuno all'interno del gruppo, ovvero quello che Mead chiama la definizione del Sé. L'identità, che descrive quello che siamo o non siamo, è con noi fin dalla nascita, ma si modella attraverso le relazioni che sperimentiamo fin da bambini. L'attività permette al gruppo classe, in maniera strutturata, di raccogliere indicazioni su come si viene visti dagli altri e sull'attribuzione di ruolo all'interno di un gruppo.

### ISTRUZIONI:

1. L'attività si può proporre ad allievi di tutte le età. Il conduttore invita ogni ragazzo a pensare ad una possibile ambientazione per il villaggio che andrà a costruire e di scriverlo su un foglio. Il villaggio può essere pensato rifacendosi a qualsiasi variante temporale (far west, medioevo, antica Roma, ecc.) o rifacendosi a ciò che è frutto della fantasia (topolinia, cartoni animati, ecc.). In tale villaggio andrà poi ad inserire alcuni componenti del gruppo (a scelta, non tutti) assegnandogli un ruolo coerentemente con l'ambientazione scelta. (ad esempio, Piero = gabelliere, Mario = locandiere, Giulia = Principessa, ecc.). Bisogna individuare una motivazione psicologica o comportamentale per il ruolo scelto. Invitare ogni singolo componente del gruppo a pensare come vedono gli altri partecipanti, cercando di definire quelle caratteristiche che sono a suo parere particolarmente evidenti.
2. Invitare i ragazzi a leggere il proprio villaggio e contemporaneamente gli altri si appuntano i ruoli che gli vengono eventualmente assegnati.
3. Uno alla volta, i partecipanti chiedono ai compagni per quale motivo gli hanno assegnato certi ruoli, ed infine esprimono le proprie impressioni. Perché sono stati visti in un determinato modo, come si sentono ad essere visti in quel modo, è anche l'idea che loro hanno di loro stessi, ecc.

## IL VILLAGGIO TRASPARENTE – PARTE I

Ideato da: \_\_\_\_\_

Villaggio scelto: \_\_\_\_\_

Componenti del gruppo	Ruolo
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----



## IL VILLAGGIO TRASPARENTE – PARTE II

COME MI VEDONO GLI ALTRI...

**Ruolo assegnatomi**

**Da parte di chi**

-----  
-----

-----  
-----

RIFLETTENDO SUI RUOLI ASSEGNATOMI DAGLI ALTRI COMPONENTI DEL GRUPPO, CREDO DI RICONOSCERMI IN PARTICOLAR MODO NEI SEGUENTI PERSONAGGI:

**Ruolo assegnatomi**

**Da parte di chi**

-----  
-----

-----  
-----

ED INVECE NON CREDO AFFATTO DI POSSEDERE LE CARATTERISTICHE DEL:

**Ruolo**

**Poiché**

-----  
-----

-----  
-----

IL RUOLO, INFINE, NEL QUALE MI HA FATTO MAGGIORMENTE PIACERE ESSERE VISTO È STATO QUELLO DEL \_\_\_\_\_

## SCHEDA 8: LA MIA INTELLIGENZA EMOTIVA

Leggi le qualità che seguono e che determinano il livello di intelligenza emotiva che senti di possedere e compila la scheda inserendo i tuoi punti di forza e di debolezza, i tuoi successi e i tuoi insuccessi.

Nome e cognome \_\_\_\_\_

**ALTA**

**BASSA**

So comprendere gli altri  
Socievole, disinvolto  
So lavorare in gruppo  
Persuasivo, convincente  
Buon autocontrollo  
Equilibrio personale, serenità  
Tenace, forte volontà  
Responsabile, proattivo  
Buon umore, allegro  
So gestire stress e noia  
Le difficoltà non mi spaventano  
Generoso  
Consapevole dei miei difetti/qualità

Egocentrico, non attento agli altri  
Introverso, chiuso  
Individualista  
Difficoltà a far valere la mia opinione  
Permaloso, mi arrabbio subito  
Insoddisfatto, triste  
Poco energetico, non mi impegno  
Attribuisco agli altri la responsabilità dei miei errori  
Pessimista cronico  
Ansioso  
Insicuro  
Egoista  
Cieco di fronte ai miei limiti

**I miei punti forti**

**I miei punti deboli**

1) \_\_\_\_\_

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

I miei successi...

-----  
-----  
-----

Ci sono riuscito perché:

- So comprendere gli altri
- Socievole, disinvolto
- So lavorare in gruppo
- Persuasivo, convincente
- Ho un buon autocontrollo
- Ho un buon equilibrio personale, serenità
- Tenace, forte volontà
- Responsabile, proattivo
- Buon umore, allegro
- So gestire stress e noia
- Le difficoltà non mi spaventano
- Generoso
- Consapevole dei miei difetti/qualità

I miei insuccessi...

-----  
-----  
-----

Non ci sono riuscito perché

- Sono egocentrico, non attento agli altri
- Sono introverso, chiuso
- Sono troppo Individualista
- Ho difficoltà a far valere la mia opinione
- Sono permaloso, mi arrabbio troppo facilmente
- Sono insoddisfatto, spesso triste
- Poco energico, non mi impegno
- Attribuisco agli altri la responsabilità dei miei errori
- Pessimista cronico
- Insicuro, ansioso
- Egoista
- Cieco di fronte ai miei limiti

## SCHEDA-10 GALATEO GRUPPO WHATSAPP DELLA CLASSE

Il linguaggio online ha mutato il nostro modo di esprimerci e non è raro che in chat si creino incomprensioni ed equivoci. Per questo motivo è bene darsi delle regole, e stilare un galateo digitale che aiuti i ragazzi ad approcciarsi al meglio alle chat e far sì che tali gruppi permettano il raggiungimento funzionale degli obiettivi.

### INDICAZIONI:

1. Il docente chiede ai ragazzi quali dovrebbero essere secondo loro le regole da rispettare in un gruppo online.
2. Leggerà e commenterà insieme a loro le seguenti regole:
  1. Scegliere un amministratore del gruppo affidabile
  2. Usare un linguaggio sempre gentile e mai offensivo verso gli altri
  3. Tutti devono poter fare parte del gruppo, nessuno escluso!
  4. Si può chiedere aiuto sui compiti (non svolti!)
  5. Prima di condividere riflettere se la notizia è utile per il gruppo
  6. Aspettare con pazienza le risposte senza farsi prendere dall'ansia
  7. Rispettare gli orari, non inviare messaggi di notte
  8. Non usare per conversare ma solo per obiettivi scolastiche
  9. Non scrivere cose di cui poi ci si può pentire
  10. Non offendere i compagni
  11. Non criticare i professori
  12. Evita messaggi vocali lunghi, spam, catene digitali o notizie false
  13. Non condividete in giro ciò che postate nella chat di classe
  14. Se condividete delle foto, chiedete prima il consenso delle persone presenti nelle foto
  15. Se qualcuno viene deriso, non rimanere indifferenti ma intervenire
3. Infine, chiedere ai ragazzi: "Voi rispettate tutte queste regole? Cosa ne pensate? Qual è la vostra esperienza nei gruppi Whatsapp di cui fate parte?"

## SCHEDA 13- LO SPECCHIO DI TALETE

Talete sembra essere l'autore del famoso aforisma *conosci te stesso*. Ci si conosce per mezzo dell'immagine che altri hanno di noi. Si tratta quindi di favorire la conoscenza di sé non attraverso un'autopercezione (come avviene nei test psicologici) ma per mezzo di una etero-valutazione. Si tratta, semplicemente, di rendere strutturato quello che facciamo in maniera inconsapevole ogni giorno, andando perennemente in cerca del consenso sociale.

"In solitudine un uomo può acquisire qualsiasi cosa, ma non un carattere", scriveva Stendhal. Gli altri ci fanno da specchio, permettendoci di possedere un'identità.

"Lo specchio metaforico" - scrive inoltre Alain De Botton - "non riesce ad essere passivo. È invece uno strumento attivo che va a cercare l'immagine dell'altro, è uno specchio che perlustra, vaga, che tenta di catturare le dimensioni di una sagoma in movimento, l'incredibile complessità del carattere di un'altra persona. È uno specchio da mano, e la mano che lo sostiene non è ferma perché essa stessa ha i suoi interessi e preoccupazioni". Con queste parole De Botton vuole sottolineare come nella ricerca della propria identità si finisca quasi sempre per essere poco oggettivi, a causa delle emozioni che inevitabilmente accompagnano tale ricerca. Nella conferma dell'io, inoltre, il pericolo è anche che, avendo bisogno degli altri per legittimare la nostra esistenza, siamo poi alla loro mercè per l'esatta identità da attribuirci. Dipendiamo cioè dai valori di chi ci osserva, che potrebbero non essere uguali né tantomeno migliori dei nostri.

Per i motivi sopra esposti può essere importante fornire un setting strutturato e "assistito" all'azione di "conoscenza di sé attraverso gli altri" che inconsapevolmente mettiamo in atto ogni giorno; in maniera che chi conduce l'attività possa fungere da elemento di equilibrio e di guida.

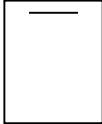
La dinamica di questa attività riprende, come vedremo, un semplice passatempo che tanti ragazzi conoscono.

In realtà sono stati i surrealisti ad introdurlo per la prima volta nel 1924, come esercizio di creatività, conosciuto come "il gioco del cadavere squisito".

### Istruzioni:

1. Per prima cosa chi conduce l'attività sottolinea al gruppo che si tratterà di descrivere i compagni. A questo scopo pone alcuni limiti, come ad esempio evitare descrizioni estetiche negative, evitare prese in giro e stupidaggini, e evitare definizioni troppo generiche (simpatico, antipatico), in quanto come tali non sarebbero sufficientemente descrittive ed utili. Suggesto inoltre di proporre ai ragazzi di non

essere eccessivamente critici. Se i giudizi negativi che una persona esprime sono troppi probabilmente il "problema" è in chi osserva...

2. (Facoltativo) Volendo si può distribuire al gruppo una lista di aggettivi che definiscono il carattere (Vedi allegato 1 e 2), magari anche con lo scopo di accrescere il patrimonio linguistico dei ragazzi. Lo scopo comunque è quello di fornire gli strumenti per una riflessione approfondita. In altri casi è anche possibile impostare una breve lezione su "pregi e difetti nei rapporti interpersonali" (tra gli altri testi di riferimento, si veda anche *Piccolo trattato delle grandi virtù* di André Comte-Sponville, *Intelligenza emotiva sul lavoro* di Daniel Goleman, *Come trattare gli altri e farceli amici* di Dale Carnegie).
3. Ciascun partecipante al gruppo prende un foglio (A4) e inserisce il proprio nome e cognome nell'estremo superiore.  

4. Chi conduce l'attività chiede ad un alunno di passare il proprio foglio al compagno più vicino, il quale a sua volta lo passerà ad un altro compagno differente. In questo modo si crea una sorta di catena, che sia strutturata in maniera da permettere a ciascun foglio di ritornare al proprietario dopo essere passato per tutti i partecipanti al gruppo.
5. A questo punto ciascun alunno (è avvenuto un solo passaggio) si trova sul banco il foglio di un compagno. Dopo ovviamente aver letto di chi si tratta, deve inserire nell'estremo inferiore del foglio una definizione del carattere (aggettivo, frase, non importa) e piegare leggermente il foglio.

## SCHEDA 14 - IMPARIAMO A ESSERE POSITIVI VERSO GLI ALTRI

Scegliere un modo di pensare positivo è molto importante e vantaggioso per la costruzione del proprio benessere. I pensieri positivi sono preziosi per superare gli ostacoli e i problemi della vita. Un approccio positivo agli altri permette di vivere nel modo più sereno possibile all'interno della propria comunità. La seguente attività permetterà di migliorare il clima di classe, inducendo i ragazzi a focalizzarsi sul lato positivo dei propri compagni. Costituisce, in questo senso, una sorta di "addestramento al positivo", cioè vuole suggerire a partecipanti che è sempre possibili cogliere il positivo degli altri, serve solo un piccolo sforzo!

### Istruzioni:

1. A ciascun partecipante viene consegnata la scheda che segue. Ogni allievo scrive il proprio nome sulla sua scheda.
2. L'insegnante imposta una catena di passaggi di scheda. Cioè indica a ciascun allievo a chi deve passare la propria scheda (nella quale ha scritto solo il proprio nome) in maniera che la catena non si interrompa. Per fare un esempio, se i ragazzi fossero in cerchio sarebbe semplicissimo, ma anche in una classe non è difficile "chiudere il cerchio" in maniera che ogni allievo riceva e dia una scheda.
3. Ogni allievo, a questo punto, ha sul banco la scheda di un compagno. Compila la voce più in basso, partendo dal fondo, e piega il foglio in maniera da coprirlo. Passa la scheda allo stesso compagno alla quale la ha passata prima (e non a quello che gliela ha consegnata in precedenza!), in maniera che la catena di passaggi prosegua, nella stessa direzione. A questo punto ogni partecipante avrà sul banco la scheda di un altro compagno, con una frase compilata. Compila la successiva, piega, e passa.
4. Una volta che tutte le schede sono state compilate e quindi ripiegate completamente a fisarmonica (di solito i partecipanti sono meno delle frasi contenute nella scheda, quindi basta un solo passaggio), l'insegnante se le fa consegnare e poi le legge in classe, ad alta voce.

5. Nella fase della lettura, oltre a regalare ai suoi allievi un "iniezione di positività", l'insegnante potrà commentare gli esiti con considerazioni sui rapporti umani o sulle caratteristiche degli allievi, se lo riterrà opportuno.

## IMPARIAMO A ESSERE POSITIVI VERSO GLI ALTRI

Nome \_\_\_\_\_

Gli vorrei chiedere \_\_\_\_\_

In un gruppo di lavoro sa essere utile perché \_\_\_\_\_

Un pregio estetico \_\_\_\_\_

Ci siamo divertiti molto quando \_\_\_\_\_

Se fosse vissuta/o in un'altra epoca sarebbe  
\_\_\_\_\_

Insieme potremmo \_\_\_\_\_

In viaggio con lui/lei andrei \_\_\_\_\_  
Perché \_\_\_\_\_

Lo ritengo un buon amico perché \_\_\_\_\_

Sarebbe un bravo fidanzato/a perché \_\_\_\_\_

Una qualità che possiede è \_\_\_\_\_

È un buon allievo a scuola perché \_\_\_\_\_

Un suo pregio per quanto riguarda il carattere \_\_\_\_\_

La sua presenza in classe è piacevole perché \_\_\_\_\_

In futuro, lo vedrei bene nel ruolo professionale di \_\_\_\_\_

Di lui in futuro mi mancherà \_\_\_\_\_



