



# + Volontari - Bulli

(Progetto presentato nel bando di concorso "*Giovani Protagonisti*" promosso dal Ministero della Gioventù,  
approvato con decreto del Capo Dipartimento del 30/12/2008  
e finanziato con decreto del 16/12/2010)

ATTIVITA' NELLE SCUOLE DI PREVENZIONE E CONTRASTO DEL BULLISMO

**Dott.ssa Gitana Giorgi**  
psicologo, psicoterapeuta, specialista in psicologia clinica

## Perchè “+ volontari e – bulli”?

Il bullismo è una vera e propria incapacità conflittuale, che porta oltre al silenzio emotivo anche l'incapacità di ascoltarsi e ascoltare gli altri, ciò si traduce a livello comportamentale in forme di prepotenze ed aggressività.

I progetti di prevenzione devono quindi tendere a sviluppare la coesione e l'appartenenza comunitaria e la cooperazione, poiché **un clima scolastico caratterizzato da solidarietà, partecipazione e rispetto per l'altro può agire come significativo fattore di prevenzione all'antisocialità e alla violenza.**

Diventa importante quindi intervenire a livello del gruppo classe per offrire un'educazione alle emozioni, un percorso che consenta di riconoscere i propri sentimenti e di riuscire a comunicarli, di suscitare riflessioni e strategie di controllo delle emozioni più forti come la rabbia o di educazione al sentire empatico.

**Il progetto “+ Volontari – Bulli” intende intervenire su questo fenomeno per prevenire e combattere il bullismo diffuso tra i giovani delle scuole elementari e medie, individuando gli antidoti a questi comportamenti proprio nel volontariato e nei suoi valori fondanti.**



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# APPROCCIO MULTIDIMENSIONALE

Il progetto prende in considerazione la matrice sociale all'interno della quale si manifestano gli atti di bullismo, intervenendo sul clima e le dinamiche interne alla classe, con un approccio multidimensionale e globale, cercando di attivare non solo le risorse positive del gruppo, ma di tutto il sistema scuola (dirigente, docenti, genitori e personale non docente). Ecco l'importanza di un progetto che vuole fronteggiare il problema del bullismo con un **intervento che lavora su più livelli**:

- lavoro con il gruppo classe per il potenziamento delle social skills, la promozione dei fattori di protezione nei confronti di comportamenti di bullismo (come la cooperazione e la solidarietà), e l'apprendimento delle abilità di mediazione del conflitto tra i pari;
- lavoro con gli insegnanti tramite un percorso informativo e l'elaborazione di una programmazione scolastica contro le prepotenze;
- lavoro con le famiglie tramite incontri di informazione ed educazione al fine di migliorare le conoscenze e le capacità di individuare precocemente le azioni di bullismo e una fase di partecipazione attiva che permettere di acquisire maggiori competenze nella gestione di questa problematica



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# ASPETTO SOCIALE

Inoltre è stato realizzato un prodotto video del genere docu-fiction e **spot pubblicitari**, in grado di rappresentare e promuovere i valori e la cultura del volontariato come antidoto a quella del bullismo e della devianza giovanile. Il prodotto video verrà impiegato nella promozione e nella diffusione dei suoi risultati, in collaborazione con altre realtà associative, al fine di propagare la cultura del volontariato, solidarietà e collaborazione come antidoto al bullismo.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# LA METODOLOGIA

La modalità di attuazione del progetto ha privilegiato *“il fare”* come modalità di apprendimento infatti i ragazzi sono stati coinvolti in esercizi, role playing, simulazioni, improvvisazioni, giochi; favorendo così la partecipazione attiva. La metodologia proposta integra l'intervento psicologico, tecniche teatrali e video riprese, promuovendo una riflessione spontanea sull'argomento e anche una partecipazione pratica ed emotiva, che portano ad una maggior conoscenza del problema trattato e consapevolezza di se stessi, permettendo così di raggiungere un maggior livello di efficacia.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# IL RUOLO DELLO PSICOLOGO

## Azione I: “Dai giovani alle storie”

- Incontri di presentazione della proposta progettuale, lo psicologo ha illustrato la metodologia e i contenuti del proprio lavoro, concordando con i docenti le attività e coinvolgendoli attivamente nei laboratori.
- Incontri di presentazione del progetto rivolti ai **genitori** degli studenti interessati e aperti agli insegnanti delle classi coinvolte. Lo psicologo ha illustrato la metodologia e i contenuti del lavoro con gli alunni. Inoltre gli incontri sono stati finalizzati all'approfondimento della conoscenza sul fenomeno del bullismo e all'apprendimento dei metodi per riconoscerne i segni e capire se il proprio figlio è bullo o vittima. Sono stati offerti suggerimenti su come affrontare il bullismo in famiglia, sullo stile educativo e le modalità adeguate di relazione con i figli, al fine di promuovere una cultura centrata sul dialogo.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



## IL RUOLO DELLO PSICOLOGO

- Laboratorio nelle classi con lo psicologo.

Durata: 3 incontri di 3 ore.

Gli incontri sono finalizzati a sensibilizzare i ragazzi al fenomeno del bullismo, ad esplorare le emozioni sottostanti tale fenomeno e le proprie, alla risoluzione dei conflitti, ad esplorare le competenze relazionali, comunicative, emotive e di problem solving utili a far cessare tale fenomeno. E' stato creato un clima di fiducia in cui i ragazzi si sentano sicuri di poter portare anche le proprie esperienze personali e trovare nei compagni e negli adulti un possibile supporto. Sono state stimulate riflessioni, per acquisire una maggiore responsabilità delle proprie azioni e promuovere nella comunità il dialogo come strategia per affrontare la conflittualità.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# Metodologia utilizzata

**Brainstorming:** è una tecnica di creatività di gruppo per far emergere idee volte alla risoluzione di un problema. Sinteticamente consiste, dato un problema, nel proporre ciascuno liberamente soluzioni di ogni tipo (anche strampalate o con poco senso apparente) senza che nessuna di esse venga minimamente censurata. La selezione interverrà solo in un secondo tempo, quando la seduta di brainstorming è finita.

**Circle time:** Il circle time è una discussione di gruppo che avviene in circolo per favorire lo scambio reciproco e la condivisione degli argomenti trattati, in cui il conduttore ha il ruolo di “facilitatore”, con la finalità primaria di creare un clima collaborativo e amichevole tra i membri. Affinché possa essere attuato in maniera positiva i bambini devono imparare a rispettare il proprio turno, ad ascoltarsi reciprocamente e a rispettare le idee altrui; per questo sono state comunicate tre semplici regole:

- si parla uno alla volta
- si ascolta quando gli altri parlano
- non si giudica

I bambini si sono sentiti accolti ed ascoltati ed hanno manifestato il bisogno di parlare di se, dei loro problemi, pensieri, emozioni e di episodi di prepotenze subite e/o agite.

# Metodologia utilizzata

Tecniche di **apprendimento cooperativo**, viene proposta un'attività e organizzata la classe in piccoli gruppi in cui ciascun alunno concorre al raggiungimento di uno scopo comune (es: lettura di un brano dove i gruppi dovevano individuare i vari attori del bullismo, le caratteristiche e le emozioni provate e infine elaborare un possibile finale della storia). I principali obiettivi di questa metodologia comprendono: imparare a risolvere i problemi in gruppo, incrementare i comportamenti prosociali, scoprire la naturale propensione ad aiutare gli altri.

**Training di Alfabetizzazione emotiva:** un percorso di educazione alle emozioni, che consente di riconoscere i propri sentimenti e di riuscire a comunicarli, di suscitare riflessioni sul proprio sentire e su quello altrui, un' educazione al sentire empatico. Infine di suggerire strategie di controllo delle emozioni più forti come la rabbia.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# Metodologia utilizzata

**Problem solving** è una locuzione inglese che indica l'insieme dei processi necessari ad analizzare, affrontare e risolvere positivamente situazioni problematiche: è un'attività cognitiva che permette di raggiungere una condizione desiderata a partire da una condizione data. rispettando le seguenti fasi:

- selezione del problema
- definizione del problema
- generazione di soluzioni alternative
- riflessione sulle possibili conseguenze
- selezione di una soluzione
- scelta della soluzione del problema

I bambini sono stati stimolati a riflettere su un problema attraverso la presentazione di un brano legato alla tematica del bullismo. La soluzione prescelta dunque è stata prodotta dalla riflessione di tutti per poter rappresentare l'intera classe. È proprio la riflessione sulle possibili conseguenze di un'azione, attuata senza giudizi e valutazioni, che aiuta i bambini a vedere la realtà sotto diversi punti di vista e a sviluppare comportamenti responsabili. Inoltre il dover arrivare ad una soluzione unica condivisa da tutta la classe ha permesso ai bambini di attivare strategie di mediazione e negoziazione

# Metodologia utilizzata

**Role-Playing:** E' una tecnica di simulazione metacognitiva, che riproduce in chiave teatrale situazioni di prevaricazione tra pari. Situazione in cui viene chiesto ad un individuo di simulare un ruolo. Il role-play si basa sull'ideazione di scenette sul tema trattato. Questa attività permette più di ogni altra di capire le ragioni degli altri e di provare a cambiare il proprio ruolo e il proprio modo di comportarsi. La simulazione prevede sei fasi cardine:

identificazione e analisi del problema

individuazione di una soluzione

scelta condivisa della situazione migliore

progettazione di un piano per realizzarla

attuazione del piano

verifica dell'efficacia



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



## Azione 2: I valori del volontariato come 'antidoto al bullismo'

1. Volontari esperti provenienti dall'AVIS hanno incontrato lo psicologo il quale dopo aver relazionato in merito alle attività condotte e sui contenuti emersi, ha dato indicazioni sulle quali i volontari AVIS hanno basato i loro interventi.
2. I volontari AVIS hanno partecipato ad un incontro di 3 ore con gli studenti delle scuole coinvolte e testimoniando la loro esperienza e il loro impegno nel campo del sociale, sottolineando i valori del volontariato e della partecipazione, moderati dallo psicologo, che ha facilitato la partecipazione attiva degli alunni e la comunicazione. Il racconto delle attività dei volontari ha come finalità proporre agli alunni l'appartenenza ad un gruppo a valenza prosociale (religioso, scout, volontariato, etc.) come modello alternativo di stare in gruppo, in quanto ha un valore preventivo della messa in atto dei comportamenti devianti e aggressivi.

Infine sono stati introdotti i valori della **Prosocialità**: percepire i bisogni dell'altro e sviluppare la capacità di iniziativa, al fine di attuare comportamenti diretti ad aiutare qualcuno come: donare, prestare, condividere le proprie cose, collaborare.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



## **Azione 3: il laboratorio teatrale**

Lo psicologo dopo una breve relazione sull'esito delle attività condotte e sui contenuti emersi, ha dato indicazioni specifiche sulle quali gli attori teatrali hanno basato il loro laboratorio. Lo psicologo inoltre presente al primo incontro del laboratorio teatrale, come figura di riferimento per gli alunni e come esperto che conosce i ragazzi e le dinamiche del gruppo classe, ha fornito indicazioni utili per la realizzazione del lavoro agli attori teatrali. DURATA: UN INCONTRO PER CLASSE DELLA DURATA DI 3 ORE.

## **Azione 4: restituzione finale del percorso agli alunni e ai genitori**

Lo psicologo facilita gli alunni ad un'ultima riflessione sul fenomeno e sul loro lavoro dopo la visione del DVD prodotto. Inoltre ruolo dello psicologo è stato quello di restituire ai genitori il lavoro del gruppo classe offrendo informazioni più specifiche di gestione del fenomeno del bullismo classe con l'ausilio della visione dei DVD prodotti. In tale incontro è stato somministrato un questionario di gradimento a genitori e insegnanti. DURATA: un incontro con i ragazzi per classe e un incontro con i genitori di ciascuna classe.

# CONSIDERAZIONI:

## Bullismo: un fenomeno di gruppo

Gli attori coinvolti nel bullismo, ovvero il bullo, i suoi gregari, i sostenitori del bullo, la vittima, i sostenitori della vittima e gli spettatori, sviluppano sofferenze e disagi legati ai rispettivi ruoli.

Ai cosiddetti **spettatori** che si limitano ad assistere alle prevaricazioni solitamente nel quotidiano viene data scarsa rilevanza, mentre l'intervento ha proposto momenti di riflessione sul significato del loro atteggiamento, aprendo così importanti possibilità di nuove dinamiche di gruppo adattive e risolutive del fenomeno.

L'adulto che si pone in un'ottica punitiva o di minaccia verso il bullo, o iperprotettiva verso la vittima comporta un paradossale rinforzo dei rispettivi ruoli relazionali, inducendo un'identificazione etichettante con essi.

Dunque si è utilizzato un **ascolto attivo, non giudicante** e il rinforzo delle prese di posizione positive dei compagni di classe che di solito fanno da spettatori silenti alle prepotenze; e si è potuto constatare che se adeguatamente stimolati i bambini sono capaci di dimostrare disapprovazione verso il comportamento del bullo e solidarietà alla vittima.

Le vittime sono state stimolate a chiedere aiuto e ad essere più assertive, esprimendo il proprio rifiuto alle prepotenze; mentre il bullo è stato guidato al cambiamento offrendogli in classe occasioni per dirigere la propria forza e leadership verso scopi prosociali. **Un'utile strategia utilizzata è stata quella di proporre al bullo il compito di condurre la vittima a partecipare attivamente al successo della squadra capitanata dal bullo stesso, nelle attività proposte.**



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



# CONSIDERAZIONI

## IL GRUPPO CLASSE

I ragazzi hanno partecipato agli incontri con un coinvolgimento attivo e vivo interesse hanno avuto la possibilità, superato l'iniziale imbarazzo, di confrontarsi con gli altri sui diversi punti di vista e ruoli che caratterizzano il fenomeno del bullismo.

Successivamente attraverso i role-playing si sono sperimentati "nei panni dell'altro" e questo ha sviluppato la loro capacità empatica di relazionarsi con l'altro.

Il risultato più soddisfacente è il fatto che i bambini sono riusciti ad entrare in contatto con le proprie emozioni, ad esprimerle e a confrontarsi con gli altri.

Gli alunni che hanno subito prepotenze hanno espresso emozioni quali: paura, impotenza, associate ad un senso di isolamento, esclusione e bassa autostima; mentre per i ragazzi che spesso agiscono le prepotenze è emerso il bisogno di sentirsi parte del gruppo dei "forti", ricerca di attenzione, bisogno di mostrare la propria forza.

Tra i fattori per cui è difficile intervenire sul fenomeno del bullismo e quindi parlarne con gli adulti (genitori e/o insegnanti) è emersa la paura di essere visti come fragili, incapaci di difendersi da soli, il pensiero che tanto gli adulti non possono farci niente e che farsi difendere dai genitori possa comportare ancora ulteriori prese in giro da parte dei compagni.

Nell'incontro finale, dove è stato proiettato il video realizzato dagli alunni, questi ultimi hanno mostrato una buona consapevolezza del proprio percorso, buona capacità di lettura delle proprie emozioni e migliore capacità di comunicazione.

# CONSIDERAZIONI

## L'INSEGNANTE EDUCATORE INVOLONTARIO?

l'obiettivo di questo progetto è stato proprio quello di proporre un intervento di osservazione e riflessione su questo fenomeno attivando non solo dei gruppi di discussione con i ragazzi, ma anche includendo incontri con genitori e docenti; in quanto riteniamo necessario che genitori e docenti collaborino come modelli e come soggetti promotori di modalità adeguate di interazione

Gli insegnanti si sono rivelati partecipi e sensibili alla tematica proposta ed hanno espresso le loro difficoltà: nell'individuare gli atti di prepotenze in quanto spesso non avvengono in classe, nel sostenere gli alunni "vittime" e nel trovare un modo efficace per rapportarsi con gli alunni "bulli".

I bisogni formativi riferiti dagli insegnanti sono "la gestione negoziata del conflitto"; "gli stili educativi" e "i rapporti con le famiglie, partecipazione genitori a momenti di informazione/formazione".

Il punto di forza del progetto è sicuramente la metodologia utilizzata, unendo tecniche psicologiche a tecniche teatrali, come gli stessi genitori e insegnanti riferiscono nei questionari di gradimento.

# CONSIDERAZIONI

## GENITORI PARTECIPATIVI

Gli incontri di sensibilizzazione con i genitori hanno riportato una buona valutazione sebbene la partecipazione da parte dei genitori sia stata bassa. I genitori riferiscono di aver trovato formativo il progetto non solo per le conoscenze acquisite ma soprattutto perché è stato per loro un'occasione di conoscenza del loro figlio; infatti i genitori lamentano una difficoltà di comunicazione con i figli.

Infatti dai genitori è emersa la necessità di doversi confrontare sulle problematiche inerenti lo stile educativo e le difficoltà comunicative-relazionali.

I genitori riferiscono di sentire l'esigenza di approfondire in futuro alcuni aspetti pratici come gli atteggiamenti da tenere quando si verificano episodi di bullismo.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA

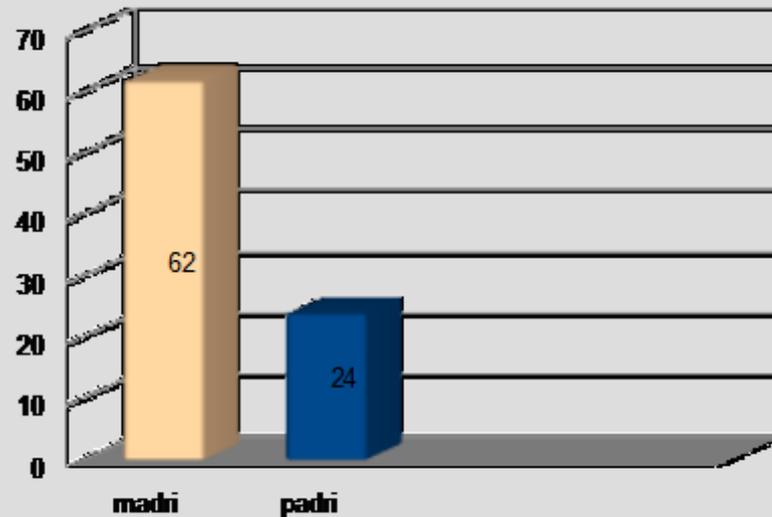


# E GENITORI DISIMPEGNATI

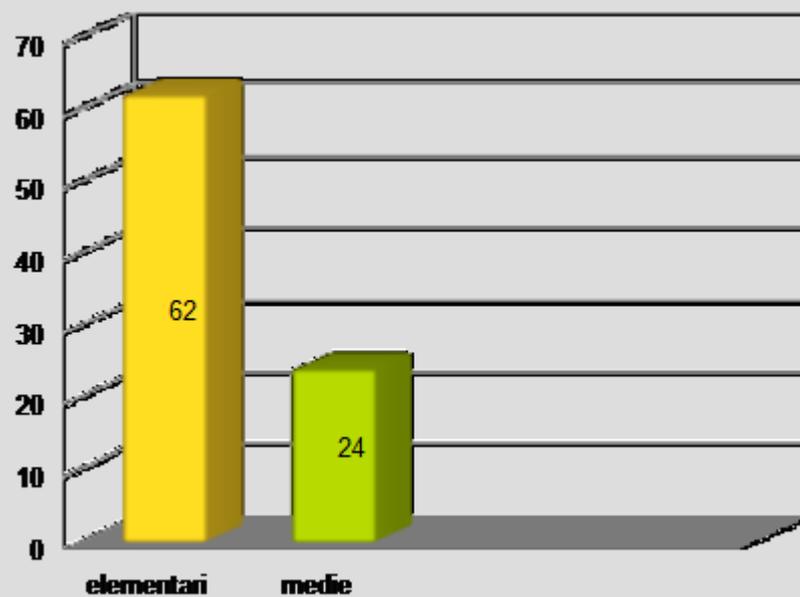
Dai questionari emerge come la partecipazione dei genitori sia stata molto bassa:

## QUESTIONARIO GRADIMENTO GENITORI

Dei 207 Genitori coinvolti nel progetto (corrispondente al numero degli alunni coinvolti nel progetto) sono stati compilati solo 86 questionari (meno della metà). Si rileva dunque una scarsa partecipazione dei genitori, soprattutto dei padri



Si può rilevare una partecipazione maggiore dei genitori degli alunni delle elementari, rispetto ai genitori degli alunni delle medie.



# COLLABORAZIONE SCUOLA-FAMIGLIA: UN'ALLEANZA EDUCATIVA

Dai questionari emerge come la partecipazione dei genitori decresca al crescere dell'età del figlio. Tale dato però contrasta con le dichiarazioni dei genitori che hanno partecipato agli incontri, i quali hanno espresso la difficoltà di parlare con i figli, soprattutto con i figli preadolescenti. Inoltre dai risultati dei questionari compilati dalle insegnanti emerge il loro bisogno di ampliare “i rapporti con le famiglie, partecipazione genitori a momenti di informazione/formazione”.

Tale dato ci deve far riflettere al fine di adottare strategie più efficaci per riuscire a coinvolgere i genitori in modo più attivo e partecipativo all'educazione e formazione dei figli.

La collaborazione e una buona comunicazione scuola-famiglia diviene indispensabile nei progetti di prevenzione: la conoscenza e la prevenzione del fenomeno del bullismo è l'approccio più efficace e risulta possibile laddove vi sia collaborazione tra adulti capaci di individuare i campanelli d'allarme e risolvere i conflitti. Per questo è importante coinvolgere la scuola e le famiglie come risorse fondamentali per tale scopo.

Davanti al fenomeno del bullismo la famiglia è chiamata a svolgere compiti educativi complessi, dove non sempre i genitori dispongono di risorse adeguate, dunque è importante che i genitori siano informati e responsabilizzati su come sostenere i figli.

# IL DIRITTO AL CONFLITTO

L'OBIETTIVO DI QUESTO PROGETTO NON È STATO QUELLO DI ATTUARE UN INTERVENTO PUNITIVO O REPRESSIVO, MA QUELLO DI DECIFRARE, PREVENIRE E CURARE I DISAGI DEI BAMBINI E DEGLI ADOLESCENTI COINVOLTI.

E' STATO PROPOSTO UN **ATTEGGIAMENTO EMPATICO, DI ASCOLTO, NON GIUDICANTE, PROPONENDO UN MODELLO DI ABILITA' RELAZIONALI ALTERNATIVO ALLA VIOLENZA; RINFORZANDO GLI ATTEGGIAMENTI PROSOCIALI E DISAPPROVANDO I COMPORTAMENTI VIOLENTI MA MAI LA PERSONA CHE LI COMPIE.**

LE STRATEGIE PREVENTIVE DEVONO ESSERE OPRONTATE AD INCORAGGIARE LE VITTIME A NON SUBIRE E A FAR COPRENDERE AL BULLO CHE PUÒ MIGLIORARE IL MODO DI PORSI TRAENDONE UN BENEFICIO.

QUESTA METODOLOGIA È FIORIERA DI UNA CULTURA DI COLLABORAZIONE, SOLIDARIETÀ, EMPATIA E PROSOCIALITÀ

I BAMBINI E I RAGAZZI HANNO DIRITTO DI VIVERE I CONFLITTI E DI ARRABBIARSI; IL CONFLITTO RAPPRESENTA UN'OCCASIONE DI APPRENDIMENTO: LITIGANDO I BAMBINI IMPARANO IL SENSO DEL LIMITE, A CONTROLLARE GLI IMPULSI, A DARE SPAZIO ALL'ALTRO.

DIVENTA IMPORTANTE AIUTARE I NOSTRI FIGLI A GESTIRE I CONFLITTI IN MODO NON VIOLENTO, RENDENDOLI CAPACI DI NEGOZIARE E DI RICONOSCERE LE EMOZIONI IN GIOCO: RABBIA, PAURA, AGGRESSIVITÀ; FORNENDO LORO “NOI ADULTI” COME MODELLO POSITIVO.



DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA





DOTT.SSA GITANA GIORGI, PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA



I bimbi imparano ciò che vivono

Se il Bimbo viene criticato,  
impara a condannare.

Se vive nell'ostilità,  
impara ad aggredire.

Se vive deriso,  
impara la timidezza.

Se vive vergognandosi,  
impara a sentirsi colpevole.

Se vive trattato con tolleranza,  
impara ad essere paziente.

Se vive nell'incoraggiamento,  
impara la fiducia.

Se vive nell'approvazione,  
impara ad apprezzare.

Se vive nella lealtà,  
impara la giustizia.

Se vive con sicurezza,  
impara ad avere fede.

Se vive volendosi bene,  
impara a trovare  
amore ed amicizia nel mondo.

(Lewin)