

Educazione

In A.MO.RE®

Metodologia integrata per l'Educazione
dell'Intelligenza Affettivo-Motoria Relazionale

BULLISMO

Trasformare la paura in azione positiva di cambiamento.

Sia la ricerca scientifica, sia l'esperienza diretta di genitori e insegnanti, ha dimostrato la tendenza dell'attuale generazione di bambini e ragazzi, a manifestare un maggior numero di difficoltà **emozionali e relazionali** rispetto a quelle precedenti.

E' al contempo emersa la strettissima relazione fra **vita emotiva, qualità delle relazioni, rendimento scolastico e salute psicofisica di tutti gli attori dell'azione educativa.**

Riteniamo pertanto che la presenza di programmi specifici di **educazione integrativa delle competenze emotive e sociali**, a cura di esperti esterni presso le scuole, sia oggi un validissimo strumento di supporto per giovani, famiglie, insegnanti, educatori al fine di sostenere lo sviluppo **dell'identità dei giovani** e permettere loro di affrontare con maggiori risorse personali i cosiddetti **compiti di crescita** dei periodi di passaggio cruciali come quelli **dall'infanzia all'adolescenza e l'adolescenza stessa.**

L'EDUCAZIONE SOCIO-EMOTIVA A SCUOLA

L'Essere Umano è interdipendente da un'enorme quantità di relazioni che rappresentano la rete di comunicazione e scambio d'informazioni che gli permettono di **creocere** accompagnandolo dall'infanzia alla vecchiaia. Le **competenze sociali – social skills** – con il loro patrimonio di complessità e varietà cognitiva, emotiva e comportamentale, si rivelano **le fondamenta** sulle quali i giovani edificano la propria **identità** e dalle quali deriva in larga misura il loro **successo esistenziale, scolastico, professionale.**

L'intelligenza, in questa prospettiva, riguarda **la gestione delle emozioni**, quelle che il ragazzo vive in se stesso e nella **relazione** con gli altri e quelle che sperimenta all'interno dei **gruppi – o sistemi sociali - di appartenenza.**

Fra questi, **la scuola** assume il ruolo di **sistema sociale di riferimento** non solo per la quantità di tempo che i bambini e i ragazzi passano al suo interno, ma soprattutto perché in essa si svolge uno dei principali processi della formazione dell'identità umana: quella dello sviluppo della **socialità extra familiare.** La scuola è il più grande **laboratorio umano** entro il quale il giovane applica le capacità psicosociali acquisite soprattutto in famiglia, che egli rappresenterà in base al proprio temperamento e carattere, sia con i pari – i compagni – sia con i non pari – gli insegnanti. Dal nido all'università i ragazzi incontrano il più vasto campionario di tipi caratteriali, temperamenti, personalità di tutta la loro vita. E' naturale, anche se mai sufficientemente considerato, che in questa fucina di relazioni, emergano i potenziali psicosociali di ognuno, le inclinazioni positive e negative, costruttive e distruttive. L'aumento della frequenza di alcuni fenomeni sociali estremi nelle scuole, ha oggi il merito, se non altro, di riportare con urgenza l'attenzione delle istituzioni e delle famiglie sull'inevitabile ruolo che la scuola ha nell'educazione socio-emotiva. Uno di questi fenomeni estremi è **il bullismo.**

IL BULLISMO

Il bullismo è un fenomeno sempre esistito che può essere definito il prodromo giovanile di molti comportamenti sociali caratterizzati da violenza, minaccia, esclusione, sopraffazione, vessazione, squalifica, ingiuria volti a sminuire, minare o distruggere la **dignità umana** delle vittime designate. Esso si declina in **nonnismo**, tipico delle forze armate, **mobbing**, praticato nei posti di lavoro, **teppismo**, **vandalismo**. La versione tecnologica e sempre più virulenta nel mondo dei ragazzi, si chiama **cyber-bullismo** e consiste nel perpetrare l'azione violenta tramite i social-media.

Gli attori

Quando si pensa al bullismo ci si riferisce, erroneamente, a due massimo tre soggetti coinvolti nel fenomeno: **il bullo, la vittima, il complice**.

Il bullo è colui o colei che, in genere a scuola ma anche al di fuori, utilizza strategie continue di tensione e minaccia dell'integrità **fisica, psicologica, sessuale e della reputazione sociale** delle sue vittime costruendo intorno ad esse uno stigma negativo e intorno se stessi un alone di dominio e leadership altrettanto negativa. Il bullo si circonda di uno o più **complici o attendenti** che lo sostengono **attivamente** nelle azioni aggressive. I complici arrivano a esporsi e assumersi le colpe al posto del bullo che, di norma è piuttosto pavido.

La vittima può essere una persona che per una ragione psicologica, fisica o sociale è percepita come debole, svantaggiata o "diversa". Più spesso è un ragazzo o una ragazza affettivamente sensibile alla "presa in giro" o al giudizio sociale e che non riesce a rispondere in modo adeguato alle aggressioni rimanendo intrappolata in una sorta di sequestro emozionale fatto di paura, vergogna, rabbia inespressa, isolamento e impotenza.

In realtà ciò che oggi fa del bullismo un'emergenza, è il diffondersi a livello sistemico-sociale di una vera e propria **mentalità bullista** che ha bisogno, per attecchire a scuola, di una **quarta categoria** di attori: **il gruppo scolastico** formato da spettatori che, rimanendo nell'indifferenza, nell'omertà, nella paura e nell'inazione, in qualche modo, **legittimano passivamente** il comportamento del bullo e dei suoi attendenti. In alcuni casi il ruolo dei cosiddetti **complici attivi** è svolto dall'intera classe o da folti gruppi della scuola.

L'APPROCCIO SISTEMICO AL BULLISMO

La nostra impostazione consiste nell'affrontare il problema del bullismo da un punto di vista **sistemico**. Prima ancora di tradursi in comportamenti aggressivi a danno di una vittima, il bullismo è un **atteggiamento mentale**, che emerge dove c'è un terreno sociale che lo alimenta, seppure inconsapevolmente. L'inquietudine dei giovani, la loro voglia di trasgressione da una parte e gli atteggiamenti di ritiro sociale, apatia e non-impegno dall'altra, creano una sorta di assuefazione a stili di vita e valori disfunzionali, inducendo troppo spesso il mondo adulto a metterli sul conto della modernità, anziché considerarli una pericolosa anticamera dell'illegalità. Inconsciamente, si tende a promuovere **un'etica della furbizia** che premia il successo a basso costo o "a ogni costo", l'individualismo, l'arroganza e la prepotenza a discapito di valori pro-sociali come l'amicizia, l'inclusione, la fratellanza, la collaborazione, l'empatia compassionevole, la resilienza comunitaria. La mancanza o l'allentamento del senso **d'identità del gruppo-classe** - processo lasciato un po' troppo spesso a se stesso, in termini educativo-didattici - è forse il marker predittivo più rappresentativo dell'emergere di fenomeni di bullismo. Il bullo trova più spazio laddove la classe è disunita o frammentata.

BULLISMO E PAURA

Il bullismo **matura nell'emozione della paura**: della vittima, della classe e del bullo stesso. Quest'ultimo soffre della paura di non avere visibilità, di non essere accettato, di non riuscire ad attendere alle aspettative della famiglia e/o della comunità di appartenenza. Ricorrendo alla sopraffazione, il bullo riesce a crearsi un proprio spazio sociale popolato da una "corte" che ne riconosce il potere e ne riflette l'immagine. La vittima è sopraffatta dalla paura non solo per la propria

incolumità fisica, ma anche paura dell'esclusione e del giudizio altrui amplificato da social network capaci di vere e proprie gogne mediatiche.

L'invidia è il desiderio di avere qualcosa che appartiene a qualcun altro (talento, bellezza, intelligenza, voti, fidanzato/a, oggetti, denaro) e origina dal non sentirsi mai veramente all'altezza delle situazioni. E' un sentimento molto complesso e distruttivo, ancora poco riconosciuto fra le con-cause del bullismo.

La classe vive immersa in un clima emotivo alterato dalla tensione e da sentimenti di rabbia repressa, impotenza e incapacità di comunicare il disagio. Lo sfaldamento dell'unità di classe spesso è alla base della disaffezione dei ragazzi rispetto alla vita scolastica e al peggioramento del rendimento.

EDUCAZIONE SOCIO-EMOTIVA E BULLISMO

Oltre alle caratteristiche già menzionate, **i bulli presentano:**

- *difficoltà nel riconoscimento delle emozioni, in particolare delle proprie paure profonde;*
- *difficoltà nella gestione di rabbia e impulsività;*
- *difficoltà non tanto a sentire quello che sente l'altro (sente molto bene quello che prova l'altro...) ma a provare empatia compassionevole per la paura, l'imbarazzo e la vergogna dell'altro. Egli, al contrario, prova gusto e in un certo senso si nutre delle emozioni negative che riesce a suscitare nella vittima e in classe;*
- *scarsa consapevolezza delle conseguenze delle proprie azioni: nei casi più gravi sembra non mostrare sensi di colpa per gli esiti delle prepotenze;*
- *grandi problemi di autostima e autoefficacia ovvero percezione intima di "non farcela", di non essere all'altezza di affrontare le prove della vita se non aggredendola.*

In modo quasi complementare, **la vittima**, afflitta anch'essa da mille paure, presenta:

- *difficoltà di comunicazione;*
- *rabbia intensa rivolta verso se stessa;*
- *senso di impotenza e indegnità;*
- *non riconoscimento dei propri talenti;*
- *senso di esclusione, sfiducia anche nelle figure adulte e solitudine profonda;*
- *fantasie di rivalsa e vendetta (che qualche volta sono la profonda causa del suicidio: "così ora sarete contenti...");*
- *generale fragilità identitaria;*
- *scarsa autostima ed auto efficacia.*

Tutte queste caratteristiche si ritrovano in modo diffuso nella maggior parte dei soggetti della classe e si esprimono in principale modo nella:

- *mancanza di un leader positivo e di un suo seguito capace di contrastare il fenomeno e di regolare emotivamente la classe;*
- *paura delle conseguenze di contrastare il bullo e i suoi complici;*
- *paura di uscire "dal branco" passivo, di agire in modo creativo e divergente per esempio denunciando, creando un movimento di difesa della vittima, di opposizione o di assunzione di responsabilità;*
- *difficoltà a percepire d'essere agenti propositivi, per cui attori capaci di un cambiamento;*
- *bassa autostima;*
- *alto grado di emotività inespressa: tipica reazione di quando in classe emerge il problema in modo esplicito, è il pianto liberatorio a diretto di molti.*

IL PROGETTO EDUCATIVO

La figura dell'adulto educatore, diventa qui fondamentale: grazie al suo ruolo chiave nella crescita e nello sviluppo psicofisico e socio-cognitivo del ragazzo, può **sostenere le vittime, aiutare i bulli e rafforzare il gruppo**. La cosa più importante da fare è osservare e ricreare un rapporto di fiducia, **anche e soprattutto col bullo**. La paura che diventa rabbia e affonda le radici chissà dove, il bisogno di sentirsi parte di qualcosa in contrapposizione alla scarsa autostima e alla sfiducia in sé e nel prossimo, sono sentimenti facilmente rintracciabili in tutti, protagonisti e comparse del dramma del bullismo. E' importante non aver paura del bullo ma lavorare sulla sua inclusione e percezione di **poter agire su se stesso un cambiamento pro-positivo anziché distruttivo**.

OBIETTIVI SPECIFICI

L'azione educativa, nell'ambito del contenimento, correzione e prevenzione del bullismo ha i seguenti obiettivi:

1. *fare emergere con cautela il problema creando una sensazione di spazio-protetto nel quale sono possibili condivisioni e processi emotivi;*
2. **comprendere il bullo e la/le vittime**, le loro dinamiche interiori e reciproche ed entrare in empatia con i giovani nel contesto dell'intera classe;
3. **offrirgli sostegno e appoggio** per costruire un rapporto di fiducia sul quale sappiano tutti di poter contare per chiedere aiuto, consigli, informazioni;
4. al tempo stesso **smantellare il bozzolo di silenzio**, dell'impotenza e della paura della classe facendo emergere le origini del vissuto, comprendendone le motivazioni;
5. **rafforzare l'identità di gruppo**, creando **una rete** di riferimento grazie alla quale i ragazzi possano comunicare fra loro chiedendo, in caso di bisogno, la mediazione di adulti di fiducia;
6. **sbloccare il tappo emozionale** lavorando sulle emozioni più scomode quali: rabbia, paura, tristezza, invidia e sviluppare capacità di trasformazione emozionale fornendo tecniche fruibili da tutti;
7. **ripristinare un sistema valoriale pro-sociale**, virtuoso e mostrare i vantaggi che esso porta in termini di serenità, realizzazione di sé, unità, senso del gruppo, uscita dall'isolamento.

OBIETTIVI GENERALI

1. **Rafforzamento dell'identità**, del senso di sé e l'integrazione delle competenze emozionali tramite il riconoscimento della gamma di emozioni che lo compongono;
2. **Aumento dell'autostima;**
3. **Sviluppo della capacità di autoregolazione emotiva;**
4. **Preparazione a sane relazioni col genere maschile, femminile e di coppia;**
5. **Sviluppo dell'empatia** compassionevole e della capacità di inclusione e perdono;
6. **Prevenzione dei disturbi del comportamento** d'origine emotivo-relazionale;
7. **Sviluppo della creatività esistenziale**, della capacità di **problem-solving**, rinnovamento, resilienza;
8. **Sviluppo della percezione sistemica**, olistica della vita e gestione della complessità.

CONCLUSIONI

Si può affermare che alla base di ogni comportamento c'è una motivazione.

Tutto ciò che è chiesto al mondo adulto è **comprendere, vedere e riconoscere** queste "molle" comportamentali senza fermarsi all'atto così come appare. Quando l'adulto e il suo sistema di riferimento – in questo caso il sistema scuola-famiglia - si pone esso stesso in una posizione di **inclusione e accoglienza** può gettare le basi per il processo di **perdono**, essenziale per risanare le ferite del bullo, della vittima e di tutti gli attori trasformando così il disagio in **opportunità di crescita per tutti**.

DESTINATARI

Con il relativo adeguamento delle tecniche, dei tempi e degli spazi e in base alle esigenze delle classi o delle scuole i nostri progetti sono rivolti **a tutti i protagonisti dell'azione educativa sia nel tempo scolastico, sia extrascolastico. Possono riguardare il gruppo-classe, gruppi trasversali (formati da più classi), in co-presenza degli insegnanti.**

Negli opportuni spazi sono possibili programmi di formazione per:

- corpo docente, educatori, operatori, genitori.

STRUTTURA

Il progetto è strutturato in **laboratori** esperienziali.

A chiusura del percorso è prevista una sessione di **feed-back** (restituzione) con i genitori e gli insegnanti. In caso di emersione di contenuti particolari, sono previsti **colloqui privati** di supporto e feed-back individuali con i genitori e gli insegnanti del ragazzo.

Il percorso può essere variabilmente strutturato in base alle esigenze specifiche delle classi e di calendario.

Di seguito alcuni esempi di intervento:

Intervento tipo di 12 laboratori

- 1 incontro di presentazione ai genitori e insegnanti;
- 8 laboratori da 75 minuti;
- 2 follow-up (laboratori di verifica a distanza di uno e due mesi dalla fine del percorso);
- 1 incontro di restituzione a genitori, insegnanti e dirigenza scolastica.

Intervento tipo semi intensivo:

- 1 incontro di presentazione ai genitori e insegnanti;
- 3 laboratori da 3 ore circa;
- 2 follow-up da 75 minuti (laboratori di verifica a distanza di uno e due mesi dalla fine del percorso);
- 1 incontro di restituzione a genitori, insegnanti e dirigenza scolastica.

Intervento tipo intensivo:

- 1 incontro di presentazione ai genitori e insegnanti;
- 2 laboratori da 5 ore circa;
- 2 follow-up da 75 minuti (laboratori di verifica a distanza di uno e due mesi dalla fine del percorso);
- 1 incontro di restituzione a genitori, insegnanti e dirigenza scolastica.

METODOLOGIA E ORIENTAMENTO TEORICO

In **A.MO.RE®** è un metodo integrato di matrice olistica, umanistica e sistemica, ispirato all' Educazione Biocentrica, alla Sistemica relazionale, alla Teoria della Mente (T.o.M) e alla Teoria dell'Attaccamento. Include tecniche narrative di **Teatro- Educazione** (ARTE MOVIDA*) integrati con la semantica musicale e supporti video selezionati. Le rappresentazioni *vivenciali* di situazioni, personaggi e immagini archetipiche, facilitano *insight* legati ai vissuti emotivi e agli **affetti complessi** come l'invidia, la vergogna, l'imbarazzo, il senso di esclusione, la gelosia, il desiderio, la fiducia, la speranza, l'amore.

A base **teorico-esperienziale** e **psicomotoria-relazionale**, In **A.MO.RE®** è un metodo applicabile sia in campo educativo sia formativo. Ha come obiettivo generale **l'integrazione delle strutture primarie dell'identità individuale e sociale** – cognitive, emotive, fisiche e relazionali – e lo sviluppo delle capacità individuali fondamentali di autostima, autoefficacia, empatia, e resilienza.

Su questa base sono possibili efficaci interventi mirati su **bullismo e cyberbullismo, comportamenti critici emergenti del gruppo classe, a rischio, autolesionistici** (legati a sessualità, alimentazione, assunzione di sostanze, ecc.) e **abbandono scolastico**.

MECCANISMI D'AZIONE

Il carattere esperienziale, **affettivo-motorio** dei laboratori, suscita un elevato grado di attenzione, profondità e partecipazione generale, coinvolgendo anche quei ragazzi ritenuti più "difficili" e vivaci. Il criterio generale è quello di lavorare sullo sviluppo delle massime potenzialità individuali e pro-sociali del **gruppo-classe** che, una volta rafforzato **funziona da eco-fattore positivo** trainante per i ragazzi con maggiori difficoltà garantendo al contempo la crescita dei soggetti maggiormente dotati in termini affettivo-sociali. L'interazione con gli insegnanti, permette di integrare l'elaborazione dei contenuti emersi nei laboratori anche nelle attività curriculari in aula, amplificandone gli effetti.

RESPONSABILI DEL PROGETTO

Il progetto è a cura della Cooperativa Socio Educativa **La Via di Casa** Onlus, di Vergiate (Va). Le responsabili del progetto sono la **Dott.ssa Monica Antonioli**, consulente sistemico, dottore in scienze e tecniche psicologiche, operatore di Biodanza e regista teatrale e la **Dott.ssa Francesca Berrini**, educatrice e psicomotricista. Sono coadiuvate da uno staff composto di formatori e operatori di crescita personale che lavorano nei progetti educativi de La Via di Casa.



RESPONSABILI DEL PROGETTO

Il progetto è a cura della Cooperativa Socio Educativa **La Via di Casa** Onlus, di Vergiate (Va). Le responsabili del progetto sono la **Dott.ssa Monica Antonioli**, consulente sistemico, dottore in scienze e tecniche psicologiche, operatore di Biodanza e regista teatrale e la **Dott.ssa Francesca Berrini**, educatrice e psicomotricista. Sono coadiuvate da uno staff composto di formatori e operatori di crescita personale che lavorano nei progetti educativi de La Via di Casa.

LOGISTICA E MATERIALI

Si richiede: uno **spazio vuoto di dimensione idonea** come una palestra, un atrio o un refettorio senza i tavoli, preferibilmente con pavimento a materiale caldo (linoleum, legno, coperture) e isolato dalle altre classi; possibilmente uno stereo di buona qualità (**in caso di non disponibilità lo fornisce la cooperativa**), materassini e cuscini.

Eventuali ulteriori materiali saranno procurati a cura della cooperativa (oggetti, stoffe, colori ...) o pattuiti con la scuola in corso d'opera.

**Vedi progetti di Teatro-Educazione in Arte Movidà*

COSTI

*Ogni percorso educativo e di **sviluppo delle potenzialità umane fondamentali** non è un costo ma un **investimento** che frutterà tutta la vita.*

I costi sono da concordarsi in base alla struttura e durata del percorso.

Referente:

Dott.ssa Francesca Berrini

333 246611

francescaberrini84@gmail.com

