

CON IL SOSTEGNO DI



Diversi sì, ma tutti uguali

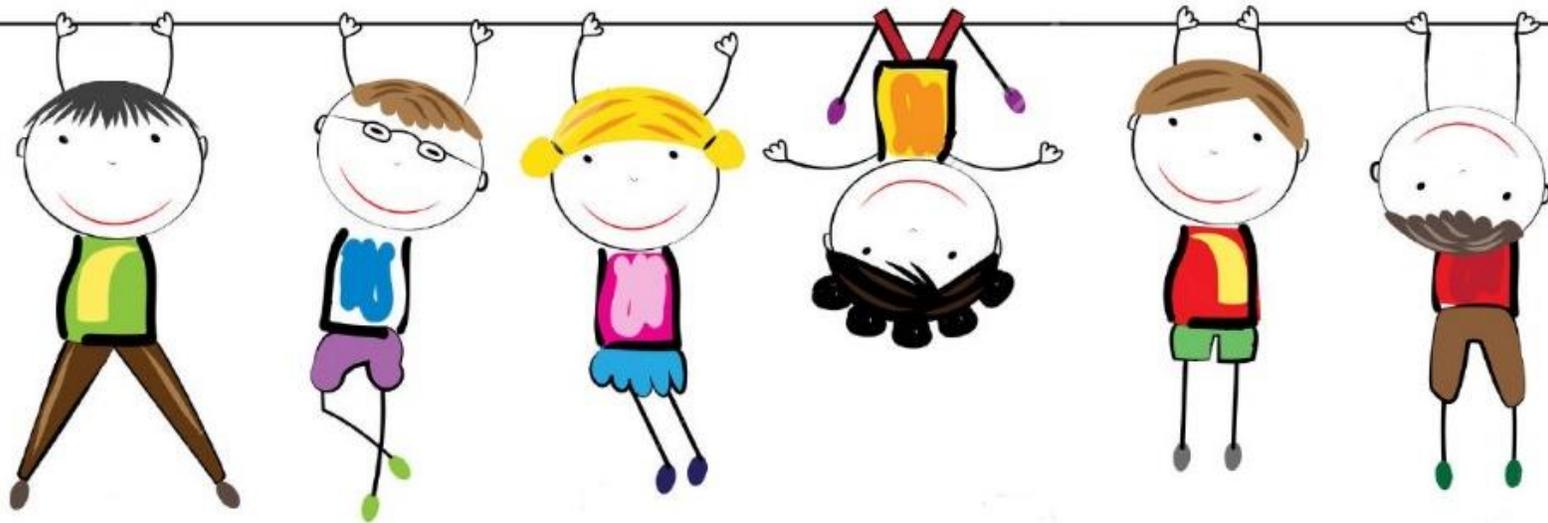
Sensibilizzazione ed educazione
alle pari opportunità

nelle scuole primarie
di Forino, Mercogliano e Monteforte Irp.



PROGRAMMA

Azione prevista dal progetto BE HELP-IS Bando Donne 2017
Fondazione con il Sud



Premessa

L'essere maschio o femmina e piccolo/a o grande sono i primi elementi su cui la persona costruisce la propria identità e si differenzia dagli altri.

È poi il contesto culturale, familiare e sociale che attribuisce a queste categorie permessi, opportunità, vincoli. Ovvero cosa ci è permesso fare come maschio o femmina, piccolo/a o adulto/a, in un certo posto del mondo, in una certa cultura, epoca, in quella specifica famiglia.

In base al **sexso biologico** che abbiamo alla nascita, famiglia, scuola e società ci propongono abiti, giochi, modelli di comportamento e di relazione diversi e distinti tra loro: i cosiddetti modelli di ruolo di genere.

Il **ruolo di genere** cioè la distinzione tra ruoli ritenuti "tipicamente" maschili e/o femminili, è spesso influenzato da stereotipi cioè da aspettative consolidate riguardo i ruoli che uomini e donne dovrebbero assumere, in qualità del loro essere biologicamente uomini o donne. Aspettative che spesso, purtroppo, finiscono per ostacolare la realizzazione delle potenzialità e delle ambizioni personali.

Gli **stereotipi di genere** orientano e influenzano le scelte e i comportamenti delle bambine e dei bambini fin dai primissimi anni di vita, condizionando da subito la costruzione della propria identità; di conseguenza a scuola i bambini e le bambine arrivano con una conoscenza ed un adeguamento già consolidato a ciò che è maschile e a ciò che è femminile, acquisito attraverso un'educazione più o meno consapevole e quotidiana, fatta di divieti, sollecitazioni, esempi, all'interno della famiglia e dei contesti sociali con cui hanno interagito sin dalla nascita. Gli stereotipi sono strutture rigide di senso, cristallizzando rafforzano le identità tradizionali e lasciano poco spazio alla libera costruzione della propria individualità, e una volta formati sono difficili da smontare

L'**identità di genere** invece si sviluppa nella consapevolezza di essere maschio o femmina con la libertà di interpretarne le espressioni più consone alla propria individualità.

Lavorare sull'identità di genere e sui ruoli di genere per destrutturare gli stereotipi significa dunque lavorare sempre e soprattutto e costantemente a livello culturale.

Il collegamento con il mondo educativo della scuola è quindi evidente ed inevitabile.

La Scuola è uno dei luoghi nei quali le rappresentazioni condivise (inclusi stereotipi, pregiudizi, norme su cosa è accettabile e cosa no in una società) si diffondono e si strutturano maggiormente. Il ruolo delle/degli insegnanti in queste dinamiche è fondamentale, sia per comprendere che per agire verso una modifica e una riduzione degli stereotipi sul genere. Lavorare nelle scuole, da questo punto di vista, è uno dei primi, fondamentali, passi per la riduzione della violenza di genere. Per questo motivo, un intervento che miri a incrementare la formazione delle/degli insegnanti per quel che riguarda stereotipi e violenza di genere, sembra quanto mai opportuno.

Il progetto e la Scuola Primaria

In che modo la differenza tra bambine e bambini si trasforma in disuguaglianza tra uomini e donne?

Bambini e bambine distinguono, differenziano e si riconoscono nell'essere quello specifico bambino e quella specifica bambina e nell'appartenere al gruppo delle femmine o al gruppo dei maschi cui attribuiscono comportamenti, desideri e caratteristiche ispirandosi alle donne e agli uomini che vedono e conoscono.

I bambini e le bambine della scuola primaria sono già capaci di cogliere le differenze di genere, di assimilarsi al modello di genere "dominante" o di ribellarsi a esso.



Gli adulti di riferimento possono essere più o meno consapevoli di quello che accade, dei modelli che propongono e dei comportamenti che sanzionano o gratificano.

Il valore delle pari opportunità che devono avere uomini e donne per realizzarsi nella loro vita, è stato riconosciuto come uno dei valori centrali della nostra società, perché, se rispettato da tutte e da tutti, è un valore che mette al riparo da discriminazioni e violenze di genere.

Ma è un valore "giovane" in cui molti ancora non si riconoscono e di cui molti hanno ancora paura, perché le pari opportunità sono rivoluzionarie e possono provocare grandissimi cambiamenti nella nostra società. E si sa, il cambiamento spaventa sempre un po', perché ci toglie le nostre certezze, anche se sono sbagliate.

Gli stereotipi vengono trasmessi e accolti spesso in modo inconsapevole, è quindi importante capire come funziona il meccanismo di trasmissione per poter cambiare i contenuti dei messaggi educativi. Con i bambini e le bambine diventa allora vitale trovare modi di smontare e rimontare tali matrici per liberare l'energia necessaria a percorsi originali, svincolati dai cliché e forti della specificità dei due sessi e delle caratteristiche personali di ciascun bambino e bambina. Non è l'essere maschio o femmina che facilita/pregiudica la possibilità di diventare un astronauta, ma il ruolo attribuito ai due sessi.

L'identità di genere (essere maschio, essere femmina) si struttura sempre all'interno di una relazione. Un cliché, ad esempio, è il pensiero che le questioni di genere riguardano le donne o le questioni di razza riguardano i neri; si tende cioè a pensare che la questione in oggetto riguardi la parte debole, da tutelare, fragile, malata e non la relazione tra due parti.

Le questioni di genere non riguardano le donne, ma la relazione tra uomini e donne.

Il difficile equilibrio che si dovrebbe raggiungere è proprio quello di tenere insieme uguaglianze e differenze perché nessuna delle due da sola è sufficiente.

La pedagogia dell'uguaglianza, cioè del garantire a tutti pari diritti perché a tutti sono offerte pari opportunità, è una pedagogia che schiaccia la riflessione sulla dimensione del diritto che per essere uguale per tutti deve essere diverso per ciascuno.

Le attività che presentiamo in questo progetto per la scuola primaria si propongono come strumenti offerti al mondo scolastico per contribuire alla costruzione di percorsi relazionali alternativi che valorizzino le differenze, sfruttando la naturale curiosità e voglia di sperimentare del/della bambino/a nel suo incontro con l'altro.

Offrire ai bambini e alle bambine nel momento dello sviluppo dell'identità personale dei modelli di persona il più possibile consapevoli e liberi da condizionamenti culturali permette loro di poter diventare maschi e femmine senza per questo dover rinunciare all'affettività (se maschi) o alla fisicità (se femmine): imprescindibile base per la creazione di una società più rispettosa, giusta ed equa.

La scuola può fare la sua parte introducendo, in modo trasversale alle diverse attività, un punto di vista che valorizzi la diversità e la pluralità.

Attraverso i contesti educativi e scolastici è possibile promuovere una cultura di genere capace di valorizzare le differenze tra il maschile e il femminile, educando bambine e bambini, ragazze e ragazzi al rispetto delle differenze in modo da consentire una relazione autentica e positiva tra i generi e sperimentando nell'incontro un'occasione di apprendimento al confronto reciproco.

Sviluppare una familiarità con questi temi aiuta a comprendere che, se è importante proporre attività specifiche, è però fondamentale che l'attenzione alle Pari Opportunità sia soprattutto quotidiana e si esprima nei compiti e nei ruoli di tutti i giorni.

Quello che le bambine e i bambini imparano non è tanto quello che diciamo loro, quanto ciò che vivono e fanno tutti i giorni e ci vedono vivere e fare. Se tra ciò che insegniamo e ciò che sentiamo c'è molta distanza, sarà ciò che noi siamo che verrà colto, non ciò che professiamo come pedagogicamente corretto.

Metodologia



Le ricerche più recenti dimostrano che gli schemi cognitivi di riconoscimento e interpretazione delle differenze di genere traggono le loro origini in modelli culturali appresi nell'ambito dei contesti sociali di sviluppo, familiari ed educativi.

Protagonisti centrali dell'acquisizione di questi modelli di conoscenza sociale sono quindi le persone in età evolutiva. Il progetto si rivolge di conseguenza, nell'ambito dell'età evolutiva, alla fascia di età 6-7 anni. I ruoli sociali ed i modelli ad essi collegati sono una costruzione sociale, che cambiano in base alla cultura di appartenenza ma anche in base all'epoca storica di riferimento.

Il rendere consapevoli di tale processo consente di far emergere differenze di genere che creano disuguaglianza, contribuendo allo sviluppo di relazioni più ugualitarie tra uomini e donne. E' necessario quindi sviluppare un senso critico rispetto ai condizionamenti sociali affinché i bambini e i genitori, in uno con il corpo docente, possano esprimere sé stessi, la propria individualità, riconoscendo i modelli preconfezionati.

Per la eliminazione degli stereotipi di genere è necessario che l'intervento incominci proprio dai luoghi dove la relazione fra generazioni (bambini e adulti) e fra le istituzioni (scuola e famiglie) è più stretta.

Alle bambine e ai bambini serve imparare a cogliere l'origine degli stereotipi, saperli riconoscere e superare. Possono farlo con la mediazione degli adulti, ma, anche, imparando insieme.

La **metodologia** utilizzata sarà interattiva esperienziale cioè metterà i bambini e le bambine in interazione tra loro partendo da uno stimolo che solleciti pensieri ed emozioni.

Attività previste

N.6 Laboratori per le bambine e i bambini delle classi prime delle scuole primarie degli Istituti Comprensivi di Forino, Mercogliano e Monteforte Irpino.

Aspetti organizzativi

DESTINATARI

- n.11 classi prime (5 classi scuola Monteforte, 4 classi Mercogliano, 2 classi Forino)
- gli/le insegnanti e le famiglie di riferimento dei bambini coinvolti

PROGRAMMA

N. 1 INCONTRO INTRODUTTIVO con insegnanti/familiari

N. 6 LABORATORI per bambini/e di 2 ore ciascuno

Laboratori bambini/e della scuola primaria

CLASSI PRIME ELEMENTARI



Il progetto si configura come un percorso di **ricerca-azione**, portato avanti da due formatrici de LA GOCCIA, con una impostazione laboratoriale. L'intento è quello di produrre e testare **modelli sperimentali** di osservazione in grado di contribuire alla decostruzione degli stereotipi e dei pregiudizi, che condizionano la crescita e la formazione individuale e relazionale.

SINTESI INCONTRI ED OBIETTIVI PREVISTI

N	ATTIVITA'	OBIETTIVI
1	<p>Come sono i bambini e le bambine</p> <p>Quali giocattoli sono da maschio e quali da femmina</p>	<p>Lavorare sul tema dell'identità e del ruolo.</p> <p>Verificare la presenza nelle loro scelte degli stereotipi di genere.</p>
2	<p>Autoritratto</p>	<p>Lavorare sulla definizione dell'identità, ponendo attenzione al genere e agli aspetti interculturali. I bambini si definiscono maschi e femmine prima che bianchi, neri o gialli. Mentre il sesso però è dato, l'identità sessuale e di genere non lo è, si costruisce, per tutti.</p>
3	<p>Espressione delle emozioni</p>	<p>Aiutare i bambini e le bambine a decodificare ciò che provano, legittimarli a provarlo e a esprimerlo.</p>
4	<p>La tartaruga e la rabbia</p>	<p>Lavorare sul riconoscimento della rabbia e soprattutto sul modo con cui poterla gestire attraverso la tecnica della tartaruga.</p>
5	<p>Come mi vedi, come sono</p>	<p>Far sperimentare ai bambini e alle bambine cosa significa essere nei panni dell'altro, non soltanto in senso metaforico. Sperimentarsi nei panni degli altri è quello che ciascuno di noi dovrebbe saper fare utilizzando l'empatia cioè la capacità di immedesimarsi negli altri e di immaginare le emozioni altri.</p>
6	<p>Chi si prende cura?</p>	<p>Lavorare sulla parità di genere. Esplorare le pratiche di cura presenti in famiglia e le modalità a esse connesse. Far confrontare i bambini sulle diverse modalità di cura esistenti. Se non si insegna e non si fa sperimentare ai bambini e alle bambine ad avere cura fin da quando sono piccoli, non possiamo pensare che d'improvviso, per chissà quale motivo, magari quando sono adolescenti, inizino ad avere cura di sé e degli altri.</p>

PRIMO INCONTRO

PRESENTAZIONI

ATTIVITA' 1 – Come sono i bambini e le bambine

Obiettivi: Lavorare sul tema dell'identità e del ruolo. Portare i bambini e le bambine a riflettere e a confrontarsi sui diversi punti di vista. Verificare se sono già presenti stereotipi di genere.

Descrizione attività: Si consegnano a ogni bambino/a le fotocopie della scheda 1.a e 1.b con le due immagini e lo/la si invita a colorarla e a scegliere e segnare dalla lista 8 aggettivi che descrivono il bambino e la bambina. Dopo che hanno completato si discute insieme riportando le risposte individuali dei bambini su 2 cartelloni raffiguranti le stesse immagini delle schede compilate. Al termine della discussione si ritirano le schede individuali compilate dai bambini.

Materiali: Scheda 1m e 1f - 2 cartelloni con disegni bambino e bambina



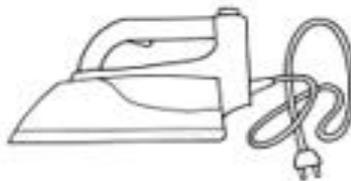
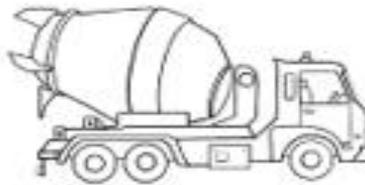
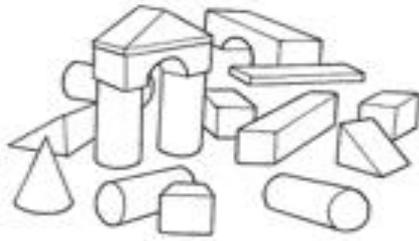
ATTIVITA' 2 – Quali sono i giocattoli da maschi e quali da femmina

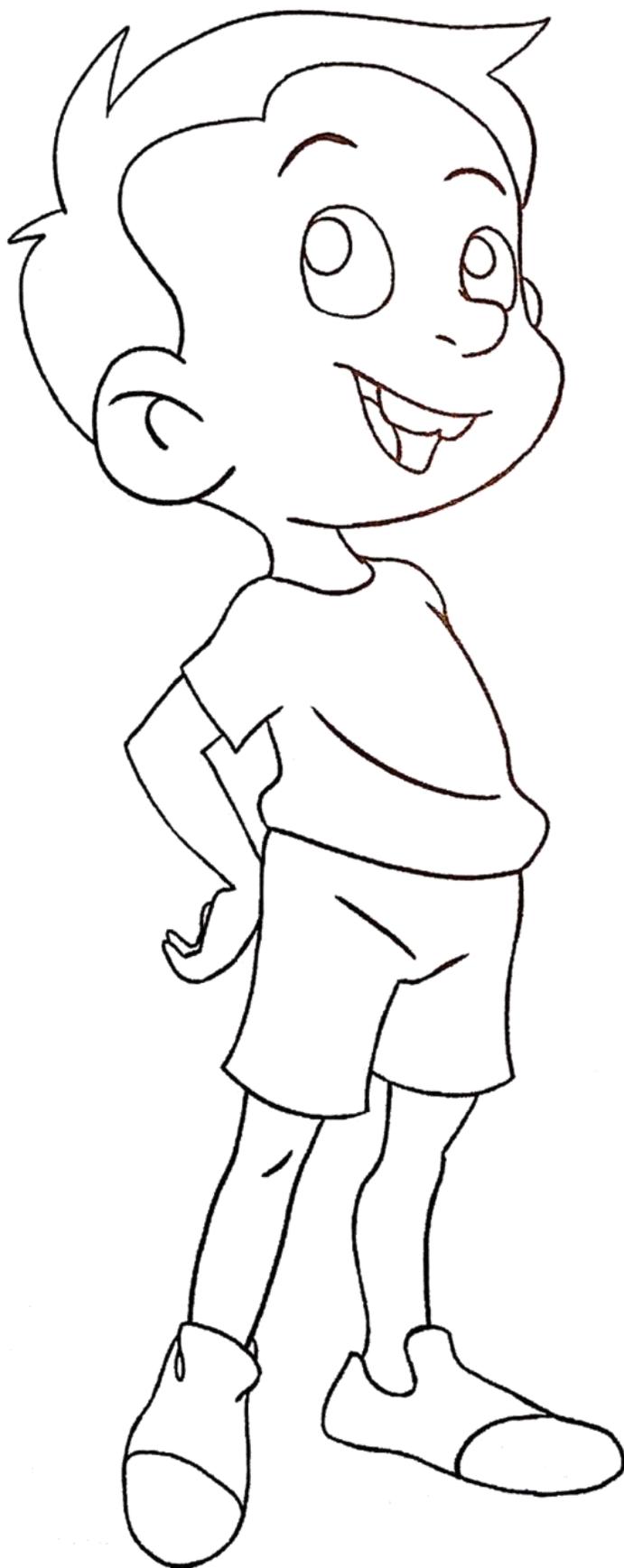
Obiettivi: Lavorare sul tema dell'identità e del ruolo. Portare i bambini e le bambine a riflettere e a confrontarsi sui diversi punti di vista. Verificare se sono già presenti stereotipi di genere.

Descrizione attività: Si consegnano a ogni bambino/a le fotocopie della scheda con i disegni in bianco dei giocattoli e lo/la si invita a colorare di rosa e di azzurro i giocattoli che ritengono siano riconducibili ai maschi o alle femmine. Dopo che hanno completato si discute insieme riportando le risposte individuali dei bambini sulle schede singole di ogni giocattolo in modo da avere per ogni scheda giocattolo quanti bambini hanno detto che era un giocattolo per maschi e quanti per femmina.

Al termine della discussione si ritirano le schede individuali colorate dai bambini.

Materiali: Scheda 2 con tutti i giocattoli in bianco da colorare – schede singole di ogni giocattolo su cui annotare le risposte dei bambini



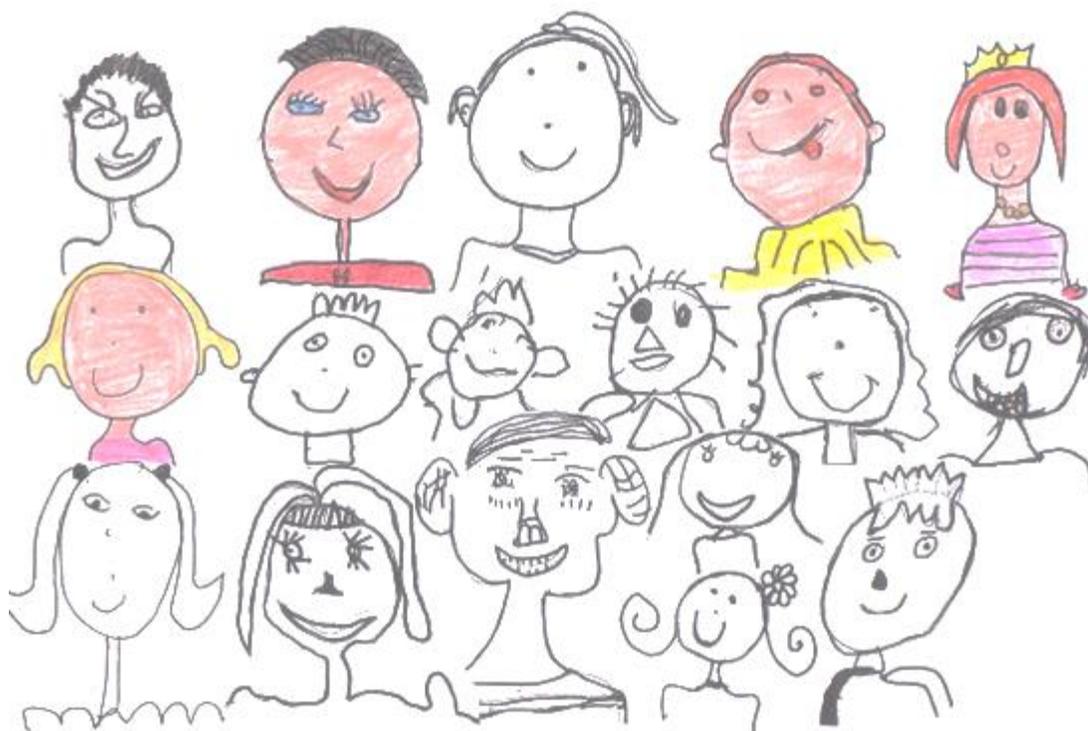


BIONDO
BRUNO
ROSSO
FORTE
ALLA MODA
SORRIDENTE
GENTILE
PREPOTENTE
VIVACE
TRISTE
MALEDUCATO
SPETTINATO
CON LA PELLE ROSA
CON LA PELLE MARRONCINA
MUSCOLOSO
ALLEGRO
ARRABBIATO
VIOLENTO
SIMPATICO
CAPRICCIOSO
SOLO
ATLETICO



ALTA
BIONDA
BRUNA
ROSSA
FORTE
ALLA MODA
SORRIDENTE
GENTILE
PREPOTENTE
VIVACE
TRISTE
MALEDUCATA
SPETTINATA
CON LA PELLE ROSA
CON LA PELLE MARRONCINA
MUSCOLOSA
ALLEGRA
ARRABBIATA
VIOLENTA
SIMPATICA
CAPRICCIOSA
SOLA
ATLETICA

SECONDO INCONTRO



ATTIVITA' 1 - AUTORITRATTO

Obiettivi: Lavorare sulla definizione dell'identità, ponendo attenzione al genere e agli aspetti interculturali. I bambini e le bambine si definiscono maschi e femmine prima che bianchi, neri o gialli. La differenziazione per genere è così interiorizzata che spesso dimentichiamo di parlarne. Tendiamo a dimenticare che mentre il sesso è dato, l'identità sessuale e di genere non lo è, si costruisce, per tutti!

Tipo di attività: Attività individuale.

Descrizione attività: L'attività si svolge in 3 tempi impegnando bambini/e a disegnare:

- 1) l'autoritratto del proprio viso
- 2) *"Se fossi un animale sarei..."*. Questo permette ai bambini di rappresentare più liberamente desideri e aspirazioni, fuori dal rigido schematismo
- 3) *"Come mi vedo da grande"*. Questa attività permette di esplorare le fantasie dei bambini/e sulle possibilità evolutive individuali.

L'attività dà l'opportunità di parlare con i bambini/e di loro stessi, di come si immaginano il loro futuro da grandi e di come vedono il mondo degli adulti.

Materiali: Fogli, colori,

TERZO INCONTRO

ESPRESSIONE DELLE EMOZIONI



Obiettivi: Obiettivo di questa incontro è aiutare i bambini e le bambine a decodificare ciò che provano, legittimarli a provarlo e a esprimerlo.

Dai 6 anni i bambini/e danno un nome alle emozioni, le differenziano e iniziano a convivere con la possibilità che emozioni diverse, anche contrapposte, possano stare fianco a fianco e convivere nello stesso momento e a volte nella stessa persona.

Ma le emozioni non si vedono, i bambini/e provano a capire come funzionano e cosa sono e cosa ce ne si fa, guardando gli adulti intorno a loro.

Anche le emozioni dunque, come tutto il resto, vengono insegnate e imparate in modo diverso per i due generi. Essere tristi è lecito per una femmina, essere arrabbiato è lecito per un maschio. Essere tenera è una prerogativa molto femminile, non mostrare emozioni appartiene prevalentemente al genere maschile.

Ma non è solo codificato socialmente come è legittimo e dignitoso sentirsi, quali emozioni provare, ma anche come provarle: le bambine possono piangere, anche le donne, i bambini vengono scoraggiati e agli uomini è quasi proibito. Le bambine arrabbiate possono “fare le lagnose” ma non picchiare qualcuno, i maschi tristi possono dare calci a un muro ma non cercare coccole.

ATTIVITA' 1 – Prima scena film INSIDE OUT

Visione della prima scena del film INSIDE OUT dove vengono presentate le 5 emozioni fondamentali: tristezza, gioia, rabbia, paura, disgusto.

ATTIVITA' 2 – Il gioco delle emozioni



Descrizione attività: Si mettono in una scatola 5 palline colorate, ogni bambino ne estrae una e imita con sguardo, postura e intonazione della voce, l'emozione corrispondente, gli altri bambini potrebbero indovinare che emozione viene rappresentata.

Si può anche far rispondere il bambino/a alle seguenti domande in base all'emozione estratta:

Pallina GIALLA: *Cosa ti rende felice?*

Pallina ROSSA: *Cosa ti fa arrabbiare?*

Pallina BLU: *Cosa ti rende triste?*

Pallina VIOLA: *Di cosa hai paura?*

Pallina VERDE: *Cosa proprio non ti piace?*

Di seguito alcune possibili risposte:

GIOIA: *"Sono felice quando mamma mi abbraccia", "Sono felice quando c'è il sole", "Sono contento quando papà è a casa con noi"*

RABBIA: *"Mi arrabbio quando Gabri non mi fa giocare con lui", "Mi arrabbio se Gaia mi prende i miei giochi", "Mi arrabbio quando non c'è da mangiare quello che piace a me".*

TRISTEZZA: *"Sono triste quando piove e non posso andare in bicicletta", "Sono triste quando vedo in tv i bambini poveri", "Divento triste quando penso a quando mi sono fatto tanto male".*

PAURA: *"Ho paura del buio", "Ho paura quando vedo le macchine che vanno tanto veloce", "Ho paura delle streghe".*

DISGUSTO: *"Non mi piacciono gli spinaci", "Non mi piacciono le persone cattive che rubano"*

Un po' di teoria per spiegare le emozioni.

Terminato il gioco si spiega ai bambini/e che hanno potuto constatare che siamo composti da tante emozioni, sia piacevoli che meno piacevoli, che si alternano in base alle situazioni che viviamo, ma che con un piccolo sforzo possiamo prendere in mano la situazione e non lasciarsi sopraffare da esse, decidendo come vogliamo sentirci.

Se per esempio siamo arrabbiati, è lecito esserlo, ma non è necessario crogiolarsi in questa emozione troppo a lungo, perché ci perdiamo il bello delle situazioni che vengono dopo.

Si può continuare spiegando loro, nella maniera più semplice possibile, che con un bel respiro profondo e pensando a qualcosa di bello e piacevole, possibile modificare o perlomeno migliorare il nostro stato d'animo.

Cambiamenti a livello fisico

Successivamente si può continuare chiedendo loro che cambiamenti percepiscono a livello fisico quando provano una determinata emozione.

- TRISTEZZA: *a volte vengono le lacrime, La bocca va in giù e anche gli occhi, Mi sento moscio*
- RABBIA: *faccio i pugni. Mi viene la faccia brutta e rossa*
- PAURA: *se ho tanta paura scappo, oppure mi fermo e vorrei nascondermi. Il cuore batte forte*
- DISGUSTO: *se è una cosa da mangiare la allontano. Faccio Bleah!*

A questo punto si chiede loro di chiudere gli occhi e di pensare a quando si sono sentiti molto molto felici e di concentrarsi su cosa percepivano. Le risposte possono essere:

- GIOIA: *Sorrido, la bocca va in su, Sono caldo, ma non come Rabbia, tiepido diciamo. E salto*

Si lascia l'emozione Gioia per ultima in modo che, una volta finito il gioco, rimane loro una sensazione positiva.

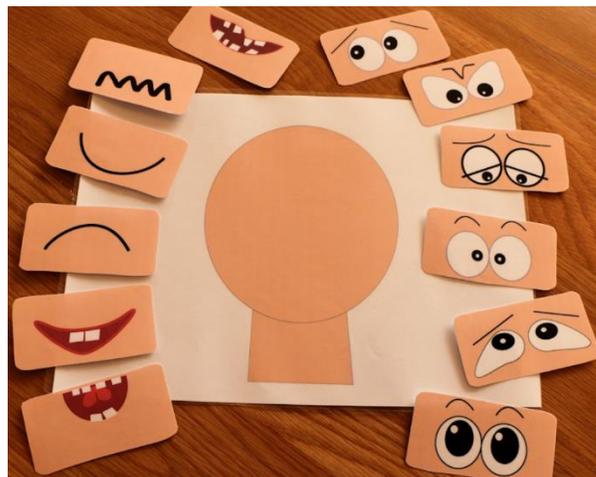
Materiali: Palline colorate, scatola.

ATTIVITA' 3 - Omino delle emozioni

Descrizione attività: Ad ogni bambino/a vengono distribuite le carte raffiguranti le diverse parti del viso. Si invitano i bambini/e a costruire la propria faccia, si prende nota delle facce costruite fotografandole.

Successivamente per verificare se hanno imparato le 5 emozioni, si chiede loro di costruire le diverse facce con la l'emozione richiesta, a turno si chiedono tutte e 5 le emozioni.

Materiali: carte con parti del viso, Cartellone con omino femmina e maschio



ATTIVITA' 4 - GIOCO "POMODORO"

Obiettivo: *Verifica del riconoscimento delle emozioni da parte dei bambini/e e di come le rappresentano con espressioni verbali e non.*

Tipo di attività: a coppie uno di fronte all'altro.

Descrizione attività: Si invitano i bambini a formare due file, ad uno dei due bambini a capo delle file la formatrice dice nell'orecchio l'emozione che deve rappresentare (ad esempio la rabbia) attraverso la parola POMODORO, a questo punto il bambino/a trasmette con la voce, la postura, i gesti e la mimica facciale l'emozione data al bambino che sta di fronte. La formatrice chiede al bambino che ha ricevuto l'emozione dal compagno come si è sentito, cosa ha provato e quale era secondo lui l'emozione che gli è stata trasmessa. Successivamente si scambiano i ruoli e così via a turno fino a che non terminano le due file.

Materiali: nessuno

QUARTO INCONTRO



ATTIVITA' 1 – La tecnica della tartaruga

Obiettivo: *Come gestire la propria rabbia con la tecnica della tartaruga.*

La rabbia può diventare una brutta bestia: se per caso le si lascia spazio, si muove dentro come un piccolo drago che emette fuoco ed esige sempre nuovo e maggiore spazio; fa salire il sangue al cervello, annebbia la vista, è un bruciore che divora e può diventare pervasivo, diventando lo stile dominante delle nostre risposte.

Non che la rabbia, di per sé, sia necessariamente cattiva o sbagliata: è un'emozione; il punto centrale, piuttosto, è come viene percepita, quale spazio le viene lasciato e come viene agita. C'è il *sano impeto di voglia di bene* che conduce ad una reazione messa in campo per bloccare un'ingiustizia, una scorrettezza ma senza livore o desiderio di ritorsione. E poi ci sono le altre rabbie, quelle che - anche - covano vendetta, sono cariche di risentimento o diventano un abito, un modo collerico di vivere.

Che la **rabbia** capiti solo ogni tanto oppure spesso, la differenza, come già detto, è soprattutto data dal modo in cui si la gestisce. E questa è una cosa che si può imparare a tutte le età grazie alla **tecnica della tartaruga**.

Lo scopo della **"tecnica della Tartaruga"** è controllare l'impulsività e l'espressione dei sentimenti in modo appropriato e può essere usata a scuola ma anche a casa. Questa tecnica utilizza l'analogia della tartaruga, che come è noto si ripiega nel suo guscio quando si sente minacciata. Allo stesso modo, al bambino viene insegnato a ritirarsi nel **"guscio immaginario"** quando si sente minacciato, incapace di controllare i suoi impulsi, le sue emozioni, ecc.

Al bambino viene insegnato a rispondere alla parola chiave **"Tartaruga"**, restringendosi, chiudendo il suo corpo, mettendo la testa tra le sue braccia.

1. Dopo che al bambino è stato spiegato il perché dell'uso della parola Tartaruga, gli viene insegnato a rilassare i muscoli mentre imita la Tartaruga. **Il rilassamento infatti è incompatibile con l'innalzamento della tensione dei muscoli**, necessaria a mostrare un comportamento impulsivo e quindi un uso corretto aumenta la probabilità che questo comportamento possa rientrare.
2. Insegnare al bambino ad usare tecniche di **problem solving** per valutare le diverse alternative per gestire la situazione che lo ha portato a fare la tartaruga. Questa fase (-relax-) può essere insegnata in modi diversi: durante un gruppo di discussione, raccontando una storia, con un gioco di ruolo... La padronanza della tecnica di autocontrollo può incoraggiare l'autostima dei bambini con problemi emotivi per vari motivi:
 1. Sono loro che stanno imparando a controllare i propri comportamenti, senza avere un qualcuno che lo richiama/sgrida.
 2. Hanno occasioni di ricevere feedback positivi dall'insegnante e dai compagni.
 3. Si sentono più grandi perché usano il Problem Solving invece di dare libero sfogo ai loro impulsi.

PASSI PER LA TECNICA TARTARUGA



1. LEGGERE INSIEME LA STORIA INIZIALE

2. **SIMULAZIONE.** Dopo aver raccontato la storia l'intera classe deve rispondere alla parola "Tartaruga" imitando la performance dell'insegnante. Questa tecnica può essere pensata come un gioco. L'insegnante spiega ai bambini che sta per indossare le spade e che non appena si rivolge alla classe e dice "**Turtle o Tartaruga**" l'intera classe lo farà. Immediatamente dovrà rinforzare il buon esito della performance.

3. **PRATICA INDIVIDUALE.** Se durante un primo periodo di pratica l'insegnante si rivolge all'intero gruppo classe, deve seguire poi una pratica individuale, rivolta a ciascun bambino separatamente, ponendogli una o più situazioni problematiche di quelle che di solito lui attua in classe. **L'insegnante rafforzerà intensamente e immediatamente le buone prestazioni di ognuno.** Anche la classe dovrà essere istruita a rafforzare, attraverso applausi, ogni bambino che esegue bene la risposta della Tartaruga. Con questo rafforzamento del gruppo si inizia a praticare un'adeguata comunicazione dei sentimenti.

4. **SUPPORTO TRA PARI.** È particolarmente importante insegnare alla classe ad applaudire ed essere felice quando un compagno fa la Tartaruga. In questo modo per es. il bambino oppositivo, che fino ad ora ha ottenuto immediata attenzione per il suo comportamento impulsivo e dirompente, potrà ottenere l'approvazione e l'attenzione dei suoi pari per il suo auto-controllo. Se il bambino non riceve infatti un piccolo sostegno dai suoi compagni di classe quando mette in atto la la Tartaruga, può pensare che questo trucco che sta imparando non sia poi così buono per lui e che sia quindi inutile sforzarsi a farla. Solo attraverso questo supporto il bambino riproverà a fare la Tartaruga, **con la speranza che il suo autocontrollo sia notato dai suoi compagni.** Il supporto della classe è il principale incoraggiamento per rafforzare questa tecnica, **ancora più di quello ricevuto dall'insegnante.**

5. **PREMI/LODE.** I rinforzi verbali devono essere dati immediatamente e in modo contingente alla risposta della Tartaruga. I bambini con problemi comportamentali non useranno la tecnica se non ricevono feedback positivi per farla. **Ogni tentativo di "Tartaruga" che il bambino farà durante tutta la lezione dovrà essere notato e rinforzato.** Quando il bambino perde il controllo, se non lo farà spontaneamente, dovrebbe comunque ricevere l'indicazione dall'insegnante di provare a usare la tecnica della per Tartaruga, concordando insieme che basti per lei dire: "**Tartaruga**", oppure "**Ora puoi fare la Tartaruga**" e continuare ad incoraggiare e rinforzare immediatamente se la esegue.

Tratto, adattato e tradotto liberamente da: <https://www.imageneseducativas.com/la-tecnica-de-la-tortuga-un-metodo-para-el-autocontrol-de-la-conducta-impulsiva/>

Storia: LA TARTARUGA E LA RABBIA



È la storia di una piccola tartaruga. A questa piccola tartaruga piaceva giocare da sola e piaceva giocare con gli amici. Le piaceva guardare la televisione e andare fuori a giocare, ma non le piaceva tanto andare a scuola.

Starsene seduta in classe ad ascoltare per tutto quel tempo il maestro, non le piaceva.

Era durissima. Spesso la tartarughina si arrabbiava con i suoi amici. Le prendevano la matita, a volte la spingevano o la infastidivano e, quando succedeva, la tartarughina si arrabbiava proprio tantissimo. Spesso rispondeva con la stessa moneta o diceva cose cattive.

Dopo un po', gli altri bambini non vollero più giocare con la tartarughina.

La tartarughina rimase spesso da sola nel campo giochi ed era fuori di sé.

Arrabbiata e confusa, si sentiva triste perché non riusciva a controllarsi, né sapeva come venire a capo del problema.

Un giorno incontrò una vecchia e saggia tartaruga che aveva trecento anni e viveva ai margini del paese. La tartarughina le disse: "Che cosa posso fare? Per me la scuola è un problema. Non riesco a comportarmi bene. Ci provo ma non ci riesco mai".

La vecchia e saggia tartaruga le disse: "Dentro di te c'è già la soluzione al problema. **È la tua corazza.** Quando sei fuori di te o ti senti molto arrabbiata, al punto da non riuscire a controllarti, puoi andare dentro la tua corazza". "Quando sei dentro la corazza puoi calmarti. Quando io entro nella mia - disse la vecchia e saggia tartaruga - faccio tre cose: **mi dico di fermarmi; faccio un lungo respiro, e se è necessario ne faccio un altro; poi mi chiedo qual è il problema**".

La vecchia e saggia tartaruga praticò questo metodo con la tartarughina. Quest'ultima disse di volerlo provare al suo ritorno in classe.

Il giorno successivo ecco che mentre sta facendo il suo lavoro, un bambino si mette a infastidirla. Comincia a sentire la rabbia che sale dentro di lei; ha le mani calde e il battito più veloce. Ma si ricorda quello che le ha detto la vecchia tartaruga, così ripiega mani e gambe nella corazza, dove c'è pace e nessuno potrà disturbarla, mettendosi a pensare sul da farsi. Fa un lungo respiro e, quando esce dalla corazza, vede il maestro che le sorride.

Ripete più e più volte il sistema. A volte funziona e a volte no, ma a poco a poco la tartarughina impara a controllarsi usando la corazza. Fa nuove amicizie e comincia ad apprezzare di più la scuola, perché adesso ormai sa come gestire la rabbia.

*Questo racconto ci insegna a capire che cosa è la rabbia e a come affrontarla: prima di tutto è importante **RICONOSCERLA** e cominciare a percepirla nei primi segnali; dopodiché è importante sapere **FERMARSIS** e prendersi del tempo. Uno degli obiettivi fondamentali non è reagire impulsivamente, ma darsi il tempo di sentire, respirare, lasciare andare. Respirare, lasciare andare e guardare cosa sta succedendo dentro e fuori: solo così si può ritrovare la ragione, ritornare presenti, vedere correttamente ciò che succede intorno a noi.*

*A questo punto l'azione che si sceglierà di fare sarà corretta e responsabile, possiamo dire **EFFICACE**. Possiamo quindi concludere che la giusta determinazione può arrivare solo da un sano impulso di rabbia, gestito nel modo giusto.*

N.B. SUGGERIMENTO:

SI PUO' SCRIVERE E APPENDERE IN LUOGO VISIBILE LE RIFLESSIONI DA FARE MENTRE SI FA LA TARTARUGA PER CALMARSIS

1. posso imitare la tartaruga nella sua corazza, dove posso rifugiarmi quando sono arrabbiato
2. faccio un respiro profondo e penso: ho altri amici che mi vogliono bene, l'amico che mi ha offeso ha solo fatto un errore, chiunque può fare errori
3. non è una cosa grave
4. mi calmo, posso farlo, posso controllare la rabbia
5. mi ritiro nella mia corazza finché non mi sarò calmato del tutto
6. ok, mi sono calmato e ora riprovo a continuare la mia giornata !

ATTIVITA' 2 - Sgonfi di Rabbia

Obiettivo: Finalità del gioco è quella di far sfogare la rabbia dei bambini, concretizzandola con dei palloncini che essi stessi riempiranno a fiato.

Descrizione attività: Si comincerà dal fondo della fila e il primo bambino gonfierà un palloncino, che gli verrà chiuso dalla formatrice, lo passerà a quello davanti, che dovrà scoppiarlo con il sedere e così via. Quando si arriva in cima alla fila, si ripete invertendo il percorso. Per rendere la cosa più competitiva, si può fare una sfida a tempo tra più squadre.

QUINTO INCONTRO



ATTIVITA' 2 - COME SONO IO E COME SEI TU, COME SONO IO PER TE

Obiettivi: Lavorare sul tema dell'identità e del ruolo di genere..

Tipo di attività: a coppie maschio/femmina

Descrizione attività: L'attività si svolge in 3 tempi impegnando bambini/e nel disegnare. Ogni bambino/a indossa una pettorina con un foglio sul davanti e uno dietro alla schiena.

- 1) Per la prima attività si invitano le coppie formate a disegnare sul foglio davanti il compagno così come l'altro lo vede: autoritratto di tutto il corpo
- 2) Completati i disegni ogni bambino commenta il proprio lavoro spiegando al compagno perché lo ha disegnato così.
- 3) Finita la restituzione verbale dei disegni ogni bambino ritratto se non è soddisfatto dell'autoritratto che ha avuto, ha la possibilità di modificarlo, aggiungere, eliminare parti che non condivide oppure può scegliere di farne uno nuovo così come lui si vede.

Materiali: Colori, Pettorine con fogli.

SESTO INCONTRO

CHI SI PRENDE CURA



ATTIVITA' 1 – CHI SI PRENDE CURA

Obiettivi: Esplorare le pratiche di cura presenti in famiglia e le modalità a esse connesse. Far confrontare i bambini sulle diverse modalità di cura esistenti.

Per CURA intendiamo il TO CARE inglese, cioè il prendersi cura di, accudire, aver cura, essere responsabili per.

In senso concreto e in senso relazionale: tutti, adulti e bambini, in modo diverso possono “avere cura di”. Se non si insegna e non si fa sperimentare ai bambini e alle bambine ad avere cura fin da quando sono piccoli, non possiamo pensare che d'improvviso, per chissà quale motivo, magari quando sono adolescenti, inizino ad avere cura di sé e degli altri.

Tipo di attività: gruppo classe

Descrizione attività: Fotocopiare le 4 schede e distribuirle una per volta a ciascuno, chiedendo loro di disegnare la persona che è insieme a Gin e Apo, i due personaggi presenti nelle scene.

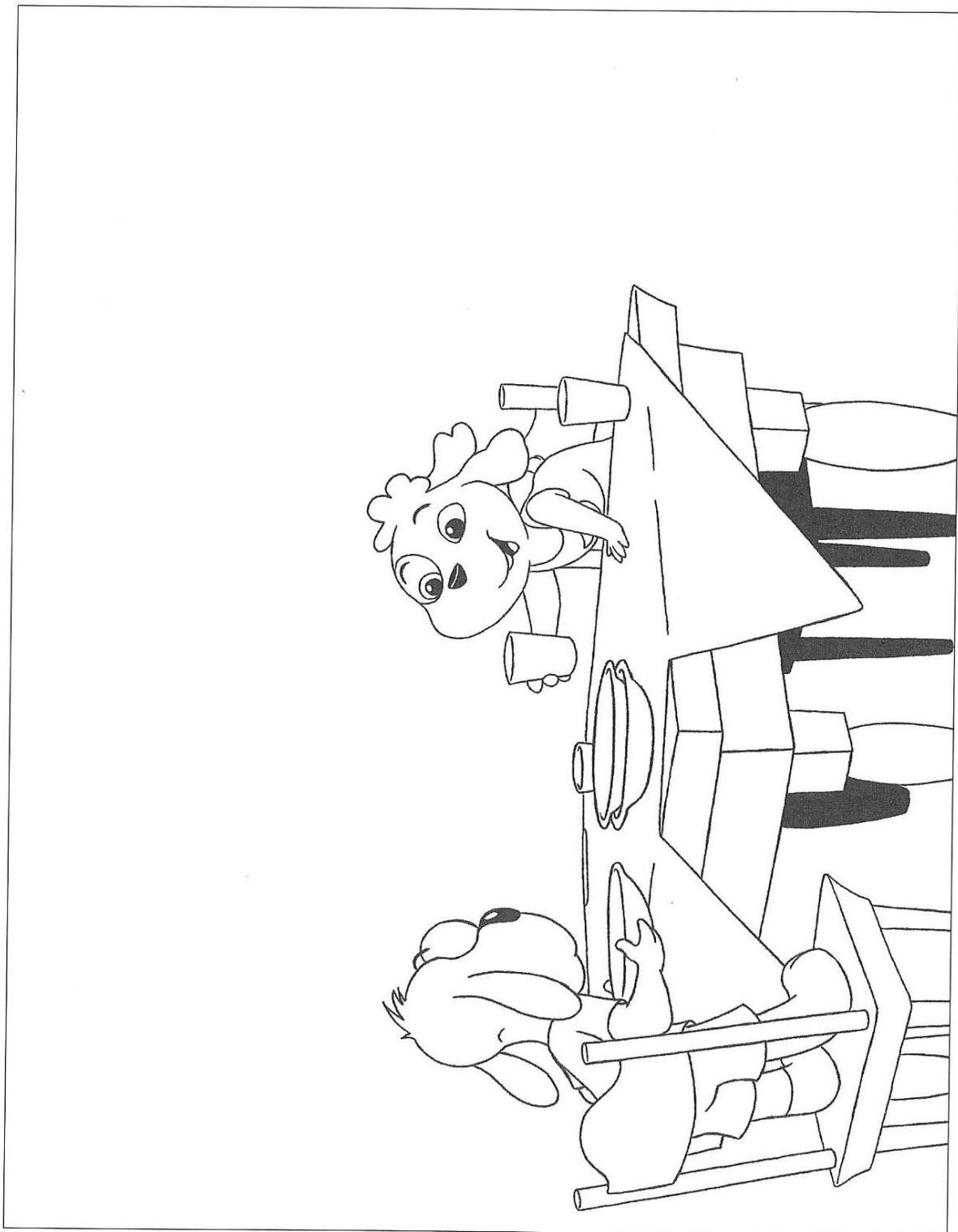
Completato il disegno, la formatrice chiede al bambino chi ha aggiunto e perché.

Materiali: 4 Schede in bianco e nero raffiguranti ciascuna una situazione di vita familiare (Scheda 4.4 La cucina; Scheda 4.5 Pulizie; Scheda 4.6 Malattia; Scheda 4.7 Bagno)

Commento: Le indicazioni della Commissione Europea sono chiare: non ci saranno Pari Opportunità fino a quando non ci sarà condivisione del lavoro di cura. La possibilità che i bambini e le bambine vivano delle relazioni quotidiane in cui sia la mamma sia il papà si prendono attivamente cura di loro, arricchisce la competenza emotiva e cognitiva dei bambini e la loro possibilità di fare esperienza di diversi tipi di relazioni d'intimità.

SCHEDA
4.4

La cucina



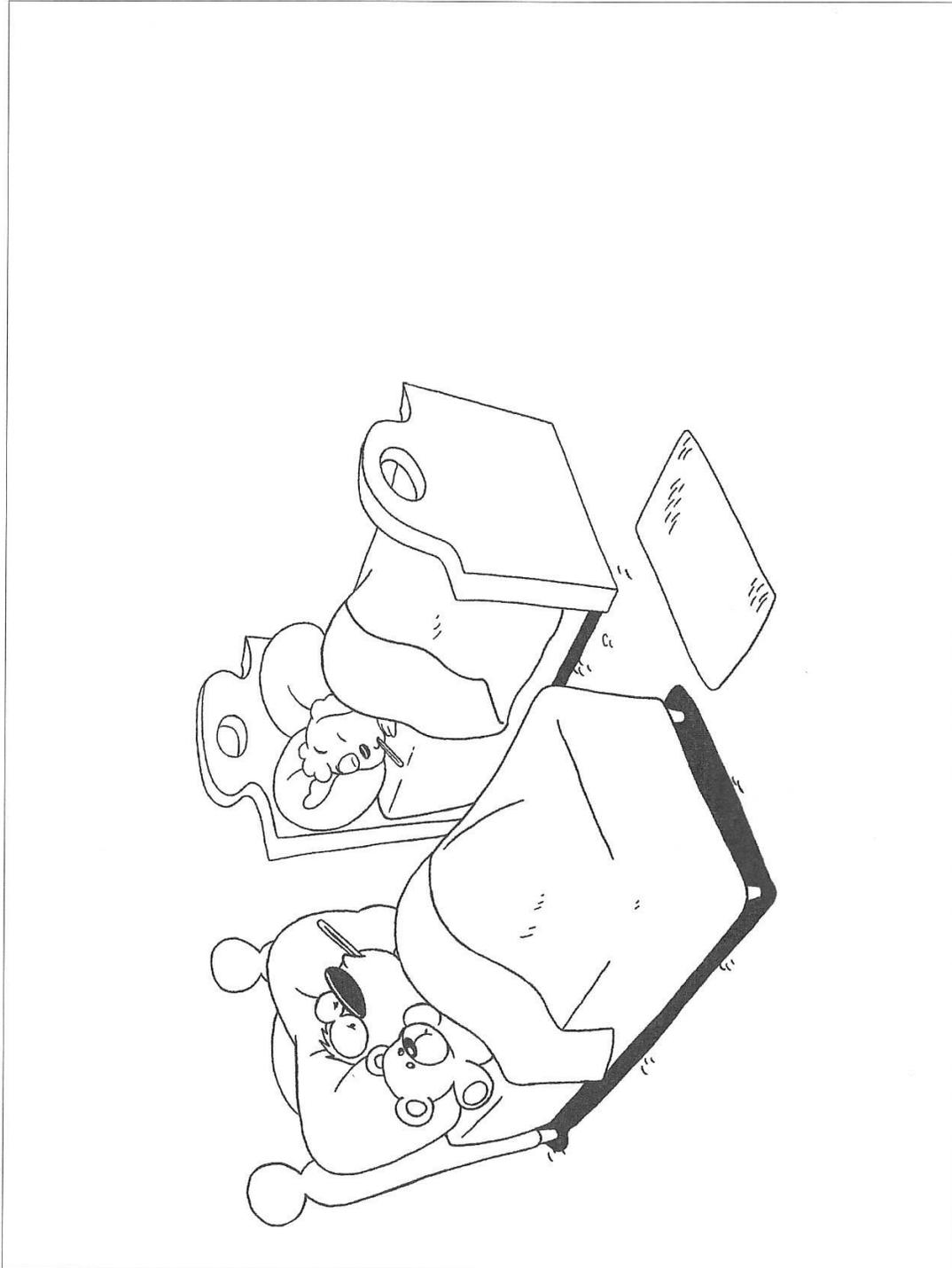
SCHEDA
4.5

Pulizie



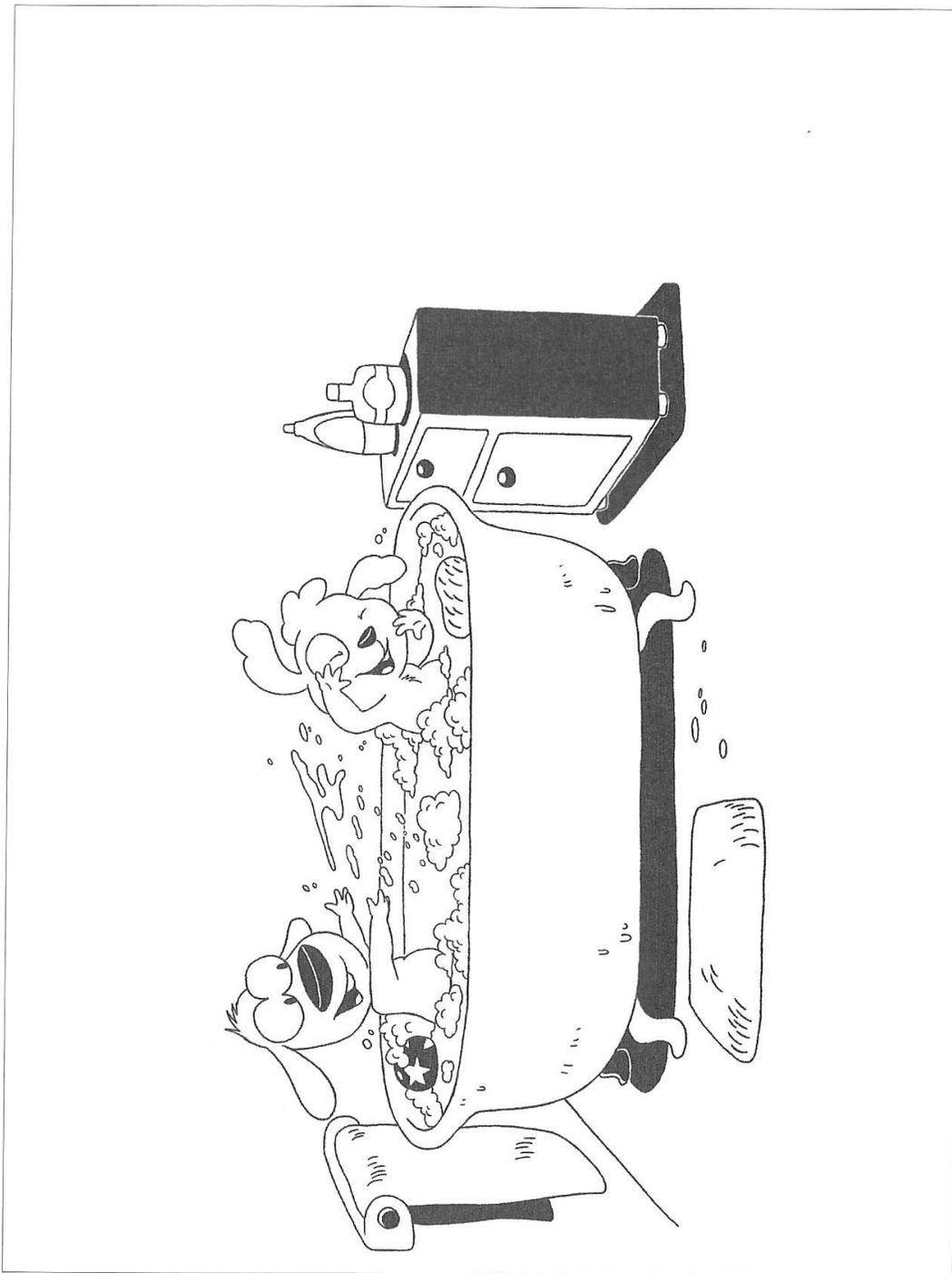
SCHEDA
4.6

Malattia



SCHEDA
4.7

Bagnetto





Il progetto DIVERSI SI, MA TUTTI UGUALI è stato elaborato
dalla Responsabile del progetto Antonella Tomasetta
e dalle formatrici Giusy Pamela Valcalcer e Caterina Sasso
Gennaio 2019