

Manuale dei metodi

Per le persone che frequentano la scuola e l'istruzione extrascolastica, i giovani e l'assistenza sociale, nonché per i funzionari del sistema penale minorile aperto e chiuso.

Prevenzione della violenza

promozione della concorrenza
sviluppo sociale ed emotivo dei giovani



International Institute
for Nonviolent Action

una pubblicazione di

SÜDWIND

CREDITI

REDATTORI:

Elisabeth Nagy, Carolina Lebesmühlbacher,
Jennifer Rieder, Johannes Raher

TRADUTTORI:

ITAL: Andrea Antonelli
ENG: Elaine Christina Chen
ESP: Armando Galindo

ANNO E LUOGO DI PUBBLICAZIONE: 2019

DESIGN E DIAGRAMMI: Armando Galindo

IMPRESSIONE: druck.at

RIZOMA CONTRA LA POLARIZZAZIONE

Rizoma contra la polarizzazione mira a prevenire la polarizzazione sociale e la radicalizzazione violenta in Europa, in particolare in Spagna, Italia e Austria, attraverso un approccio basato sui diritti umani e sulla comunità e il rafforzamento della società civile. Il rizoma contro la polarizzazione, il cui nome è quello di ricordare i plessi radicali delle piante, ampiamente ramificati e stabilizzatori, è considerato una buona base contro l'estremismo violento. I pregiudizi attuali e le definizioni di „estremismo violento“ sono messi in discussione considerando tutte le forme di estremismo ed evitando il rischio di stigmatizzare un particolare gruppo.



This handbook is funded by the “Internal Security Fund – Police” of the European Union. This publication reflects the views only of the author, and the European Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained.



International Institute
for Nonviolent Action



Indice



1.	Descrizione del progetto	4
	1.1. Manuale di prevenzione alla violenza	4
2.	Introduzione al lavoro di prevenzione	5
	2.1. Approcci della prevenzione	5
	2.2. Principi per un lavoro di prevenzione	6
	2.3. Dodici consigli pratici per un lavoro di prevenzione	7
3.	Definizioni	8
	3.1. Violenza	8
	3.2. Polarizzazione	10
	3.3. Radicalismo vs. Estremismo	12
	3.4. Estremismo violento	13
	3.5 Le cause dell'estremismo violento	16
4.	Prevenzione della violenza attraverso la promozione di competenze sociali ed emotive	19
	4.1. Esercizi introduttivi	19
	4.1.1. Cosa mi rende unico?	20
	4.1.2. "Visioni del futuro"	21
	4.1.3. PoP - Pick one Pic	21
	4.1.4. Bingo!	22
	4.1.5. Barometro dell'odio	23
	4.1.6. Teatro delle statue	24
	4.2. Comunicazione	25
	4.2.1. Autovalutazione: attraverso quale orecchio si ricevono i messaggi?	27
	4.2.2. Dipingere Immagini	34
	4.2.3. Arte in corda	35
	4.2.4. Esercizio di rilassamento: alfabeto della pace	36
	4.2.5. Esercizio di rilassamento: 45 secondi	37
	4.3. Identità & personalità	37
	4.3.1. "Chi sei tu?"	39
	4.3.2. Powerflower	40
	4.3.1. Test dei privilegi	42
	4.3.3. Passato, presente, futuro	43
	4.3.4. La scatola del tesoro	45
	4.3.4. Metodo di chiusura: Incoraggiamento	45
	4.4. Dinamiche di gruppo & processi di gruppo	46
	4.4.1. Fiori su Fiori	46
	4.4.2. Attraversare la palude	47
	4.4.3. Esclusione	48
	4.4.4. Uova volanti	49
5.	Materiale	51
6.	Bibliografia	57



1. Descrizione del progetto

Rhizome against Polarisation (in questo manuale abbreviato con RaP) è un progetto di tre paesi europei (Austria, Italia e Spagna) con lo scopo di prevenire la polarizzazione e la radicalizzazione attraverso misure di prevenzione primaria come ad esempio la promozione delle competenze sociali ed emotive.

In botanica, con il termine „rizoma“, si intende un sistema di radici con decorso generalmente orizzontale che cresce appena sotto la superficie. Attraverso una metodologia partecipativa, esperti pratici quali insegnanti, educatori e operatori sociali, funzionari giudiziari, così come istituzioni pubbliche e partiti politici vengono dotati di strumenti per prevenire la polarizzazione, la radicalizzazione e, di conseguenza, l'estremismo. L'obiettivo è quello di rafforzare le resistenze dei giovani alle influenze estremiste.

Il rapporto tra polarizzazione e radicalizzazione deve essere considerato come un processo dinamico. Mentre la polarizzazione si riferisce al concetto di oppositori („noi“ e „loro“), la radicalizzazione si rivolge quasi esclusivamente a questioni politiche, sociali e religiose. Entrambe, quando assumono forme di estremismo, possono portare all'ostilità, all'alienazione e all'intolleranza. In Europa, negli ultimi tempi, si notano sempre più spesso atti di estremismo violento. Movimenti che acconsentono a forme di razzismo, islamofobia o ideologie estremiste di destra vengono rappresentati all'interno delle istituzioni. Alla luce di questa situazione, nel manuale relativo al progetto RaP, saranno raccolti alcuni approcci utili a promuovere lo sviluppo di metodi pratici, la loro diffusione e applicazione a livello europeo.

1.1 Manuale di prevenzione alla violenza

Cortometraggi

Inoltre, è possibile utilizzare i sei cortometraggi che accompagnano il manuale, i quali potete trovare sul sito web del progetto, come introduzione visiva o supplemento ai metodi ed eventualmente come stimolo alla discussione.

Nell'ambito del progetto RaP, Südwind ha sviluppato questo manuale metodologico per le persone che lavorano nell'ambito dell'educazione scolastica ed extrascolastica, dei giovani e dell'assistenza sociale, così come per gli agenti delle strutture pubbliche e private di correzione minorile. I metodi sono adatti ad adolescenti e giovani adulti tra i 12 e i 24 anni.

Uso del manuale:

Il manuale fornisce, da un lato una panoramica sulle basi pedagogiche della prevenzione alla violenza primaria, dall'altro lato espone alcuni metodi ed esercizi che hanno lo scopo di promuovere la competenza sociale ed emotiva dei giovani. Il manuale si concentra, in particolar modo, sul sostegno ai giovani nel riconoscere i loro bisogni e i loro sentimenti costruendo così empatia, riflettere su sé stessi promuovendo la loro identità e la loro autostima, creando spazi per lo scambio e la discussione critica.

Alla voce „Materiali“ troverete tutti i modelli necessari per eseguire gli esercizi.

2. Introduzione al lavoro di prevenzione

2.1 Approcci della prevenzione

Nel contesto pedagogico si distingue tra prevenzione primaria, secondaria e terziaria.

PREVENZIONE PRIMARIA

La prevenzione primaria si basa sulla trasmissione di norme e valori. Un elemento centrale è la promozione di competenze sociali e di condizioni di vita che sostengono uno sviluppo sociale positivo, nell'interesse di norme democraticamente negoziate per il bene comune. Non ci sono gruppi target speciali nella prevenzione primaria. Serve ad impedire alle persone di compiere azioni che vanno contro le norme socialmente stabilite.

PREVENZIONE SECONDARIA

Nella prevenzione secondaria, si lavora con gruppi di persone che sono già state segnalate o che sono a rischio. Al fine di prevenire o attenuare comportamenti problematici è importante garantire un sostegno sociale a quelle persone che si trovano ad affrontare situazioni di vita socialmente difficili. Un'attenzione particolare è rivolta ai minori affini alla violenza o con precedenti penali in merito ad azioni violente a sfondo politico.

PREVENZIONE TERZIARIA

Le persone che hanno già violato alcune norme e valori sociali saranno sostenute nel corso della prevenzione terziaria allo scopo di reintegrarle nella società¹.

PUNTO DI VISTA CRITICO DELLA PREVENZIONE

Secondo la dottoressa Michaela Glaser che attualmente svolge attività di ricerca relativa agli approcci pedagogici in prevenzione all'estremismo, la prevenzione è un intervento nella vita delle persone coinvolte in fenomeni di violenza. Ed è per questo, sostiene Glaser, che questa forma di educazione richiede particolari giustificazioni e legittimazioni. Mostra, inoltre, quanto la prevenzione possa divenire problematica se non viene tracciata una linea di demarcazione sufficientemente netta tra le espressioni di critica politico-sociale, giuridicamente protette dalla costituzione e le dichiarazioni antiumane o anticostituzionali².

Questo ci porta ad una questione importante nel contesto del lavoro di prevenzione: il ruolo degli operatori socio-educativi. A tal fine, la parte seguente tratta i principi e le migliori pratiche nella prevenzione della violenza e dell'estremismo.

¹ Kommission Rechtsextremismus* o.J.: 64ff

² Glaser 2011: 17

2.2 Principi per un lavoro di prevenzione

LAVORO SULL'IDENTITÀ

Una sfida centrale che i giovani si trovano inevitabilmente ad affrontare è la formazione della propria identità, cioè lo sviluppo di un'unità interiore del soggetto vissuta come „io“. In seguito a processi globali che hanno portato ad una dissoluzione degli stili di vita tradizionali, le persone del XXI secolo sono fondamentalmente libere di plasmare sé stesse in base ai propri desideri. In questa situazione sociale, caratterizzata anche da profondi sconvolgimenti economici, le persone, specialmente i giovani, di fronte ad una moltitudine di possibilità che favoriscono la creazione della propria identità e di una buona vita, aumentano costantemente le proprie aspettative ed esigenze. Soprattutto i giovani, che hanno poche risorse economiche, sociali e culturali, vivono questa pluralizzazione, non tanto come una libertà, ma come una perdita di sicurezza e affidabilità, quindi come un peso. Questi giovani si sentono sopraffatti dalle loro carenze - reali o attribuite dall'esterno - e possono soccombere alla tentazione di cercare certezze e linee guida morali. I gruppi estremisti rispondono più facilmente alle esigenze dei giovani in cerca di sostegno, orientamento e identità³.

Accompagnare i giovani in questa fase del loro sviluppo è una parte importante in quanto, non solo rappresenta una diretta prevenzione alla violenza e all'estremismo, ma offre anche un sostegno al lavoro sull'identità postmoderna, in cui possono essere affrontate le esigenze di struttura e sicurezza.

SPAZIO PER LO SCAMBIO

La società dovrebbe offrire ai giovani uno spazio sicuro per discutere di questioni delicate come l'orientamento sessuale, il razzismo, le opinioni politiche, le differenze culturali, la religione e la salute mentale. I tabù e le controversie che vengono spesso associati a questi temi creano un senso di insicurezza tra molti genitori e professionisti, evitando così ogni forma di discussione approfondita. Ma l'ignoranza non fa scomparire i problemi. Può infatti emergere un ambiente estremista che fornisce risposte. Discutere di tabù significa certamente correre dei rischi, ma anche assumersi la responsabilità dello sviluppo psicologico delle prossime generazioni⁴.

³Prinzjakowitsch, W. 2015

⁴RAN Issue Paper 2018: 1

2.3 Dodici consigli pratici per un lavoro di prevenzione

1

Incoraggiare i partecipanti ad esprimere le proprie opinioni e idee e a condividere le proprie esperienze. Non giudicare le affermazioni come insignificanti, ridicole, irrilevanti o stupide!

2

Creare **una cultura del rispetto reciproco** e un'atmosfera in cui i partecipanti si sentano al sicuro. Questo può garantire un ambiente in cui i giovani non temono di portare le loro opinioni all'interno del gruppo. Assicuratevi che il gruppo non escluda, ignori, condanni o manchi di rispetto a nessuno. Introdurre le regole fin dall'inizio e assicurarsi che siano rispettate.

3

Non tenere lunghe lezioni ed evitare un uso di affermazioni che tendono a generalizzare, perché così facendo il gruppo non riesce ad identificarsi rischiando di perdere l'interesse dei partecipanti! Rivolgere domande aperte e incoraggiare il gruppo a discutere e analizzare criticamente. Quando le incertezze vengono tematizzate e in seguito affrontate, si crea una connessione con la vita reale dei partecipanti.

4

Conoscere il mondo dei giovani. Un prerequisito fondamentale per una buona collaborazione con i ragazzi è avere una chiara conoscenza dei loro contesti di vita e delle loro condizioni sociali, economiche e culturali.

5

Acquisire conoscenze sulle tematiche più importanti che riguardano i giovani. Durante la discussione gli educatori giovanili possono temere di non conoscere adeguatamente una determinata religione o ideologia ed essere quindi tentati di evitare certi argomenti nella discussione. Tuttavia, nella maggior parte dei casi non è necessaria una solida conoscenza di base, ma è sufficiente avere dimestichezza con alcuni punti chiave per avviare delle conversazioni con i giovani e conoscere il loro punto di vista sulle varie questioni.

6

Evitare di fingere quando non si è a conoscenza di qualcosa. Incoraggiare i partecipanti ad effettuare autonomamente delle ricerche o dire al gruppo che troverete le risposte in questione. Onestà e sincerità nella condotta del gruppo generano rispetto.

7

Dialogare con i partecipanti mantenendo un dialogo paritario e permettere loro di trovare da sé le risposte. Non cercare di forzare una soluzione sul gruppo.

8

Un gruppo si impegna se viene affrontato con serietà e se può partecipare attivamente. Evitare di seguire scrupolosamente i programmi, ma piuttosto tenere conto degli interessi del gruppo.

9

L'empatia è una componente centrale per un lavoro di prevenzione. Chiedete ai partecipanti come si sentono o come si sentirebbero in situazioni speciali. Occorre essere pronti a reazioni inaspettate. Raccogliete i differenti punti di vista che emergono dal gruppo per avere degli esempi concreti.

10

Nella fase introduttiva del percorso è **utile condividere le proprie posizioni in riferimento ai vari argomenti** ed esprimersi chiaramente nel momento in cui si espone il proprio punto di vista. Consentire ai partecipanti di praticare, in maniera individuale e autonoma, una lettura critica delle „verità accettate“. Non usare la tua posizione di capogruppo per bloccare il fluire di una discussione.

11

Distinguere il comportamento di una persona dalla persona stessa. Una relazione duratura può funzionare solo con l'apprezzamento reciproco delle persone coinvolte. Nel caso di cattiva condotta verbale o fisica, la critica deve essere incentrata sull'azione condotta dalla persona piuttosto che sulla persona stessa, soprattutto quando si tratta di violenza, glorificazione della violenza o razzismo.

12

La prevenzione richiede tempo e continuità. Non aspettatevi soluzioni rapide. Un lavoro di prevenzione richiede costanza e pazienza.

3. Definizioni

3.1. Violenza

Per avvicinarsi ad una definizione di violenza, utilizziamo l'approccio teorico denominato „Triangolo della violenza“, elaborato dal famoso ricercatore e sociologo Johan Galtung. I tre tipi di violenza (diretta, strutturale e culturale) sono interdipendenti. Ogni forma di violenza può essere così trasferita e influenzare le altre forme. Ad esempio, se la violenza strutturale è istituzionalizzata e la violenza culturale aumenta, c'è il pericolo che la violenza diretta aumenti.

Secondo Galtung la violenza in contesto di conflitto sociale emerge quando gli esseri umani subiscono influenze tali per cui lo sviluppo delle loro capacità fisiche e mentali rimane al di sotto del loro potenziale.

La violenza sembrerebbe quindi essere la causa della discrepanza tra sviluppo potenziale e sviluppo effettivo, tra quello che potrebbe essere e ciò che è, ed impedirebbe di ridurre la distanza tra i due stati.

Galtung distingue poi tre tipologie di violenza:

VIOLENZA DIRETTA:

Attuata dal soggetto in maniera consapevole e deliberata, rappresenta ciò che normalmente intendiamo per “violenza”. Questo tipo di violenza è visibile e può essere fisica o psicologica.

VIOLENZA STRUTTURALE

È simile all'ingiustizia sociale e alle strutture che la rafforzano. Rappresenta un tipo di violenza meno visibile, composta da strutture che impediscono la realizzazione dei bisogni fondamentali. Secondo Galtung, un atto di violenza è sempre presente dal momento in cui le persone sono influenzate a tal punto che non hanno possibilità di realizzarsi secondo le proprie potenzialità (apartheid, leggi sulla segregazione razziale, norme legislative atte a soggiogare la popolazione civile, condizioni sociali discriminatorie, accesso non equo all'istruzione e alla formazione, degrado delle condizioni abitative, povertà,...)⁵.

VIOLENZA CULTURALE O SIMBOLICA

Aspetti della cultura di una società che legittimano l'utilizzo delle altre due forme di violenza. Si manifesta negli atteggiamenti di una popolazione.

Quando si parla di cause non direttamente visibili ci si riferisce al fatto che la violenza strutturale e culturale tende a non svelare l'identità del responsabile delle azioni di violenza. La violenza strutturale è integrata nel sistema e si manifesta in rapporti di potere disuguali e, di conseguenza, in opportunità di vita non paritarie.

⁵<https://www.lebenshaus-alb.de/magazin/010544.html>

Tutti e tre i tipi di violenza sono interdipendenti. Per evitarne uno, bisogna anche prendere in considerazione gli altri due, intervenendo attivamente⁶.



Il rischio di diventare violenti può essere ridotto in bambini e adolescenti attraverso:

- Affetto dei genitori; relazione positiva con i genitori e altri adulti
- Relazioni stabili
- Competenza sociale
- Sostegno sociale e un ambiente stabile
- Successo ed esperienze positive in ambito scolastico
- Intelligenza medio-alta
- Sviluppo pro-sociale e mantenimento dei valori sociali
- Capacità di risolvere i problemi
- Elevate aspettative di auto-efficacia⁷

⁶ Galtung 1990: 291 y ss.

⁷ MAHLE Natascha, SANDIKCI Murat: „ung in der Schule - Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention“. 1. Auflage 2010//<http://www.selbstsicherschuetzen.com/downloads/Achtung%20in%20der%20Schule.pdf>

3.2 Polarizzazione

Secondo il filosofo olandese Bart Brandsma, non è necessario un vero e proprio conflitto, ma è sufficiente un'idea mentale di "nemico" per incentivare dinamiche che tendono ad una polarizzazione.

Brandsma ha così sviluppato uno schema per descrivere la polarizzazione, che contiene tre precetti e identificando cinque „ruoli“.

I tre precetti:

- La polarizzazione è un processo di natura mentale, un costrutto del pensiero
- Necessita costantemente di sollecitazioni (nuovo carburante)
- E' una sensazione istintiva che non può essere tradotta razionalmente.

I cinque ruoli: (pusher, joiners, media, the silent, costruttori di ponti).

Tra le figure di opinion leader ci sono utenti, i cosiddetti "pusher" che si impegnano attivamente a discapito di "altri". I "pusher" sono persone che scuotono emotivamente i loro sostenitori provocando divisioni sociali e contro-movimenti. Questi "pushers" sono convinti che la loro visione è l'unica vera e i loro seguaci - i "joiners" - si lasciano trasportare dai "pushers", ma disconoscono ogni responsabilità. I media rafforzano questa dinamica attraverso un'informazione unilaterale e sensazionalista, in modo che il centro sociale ("the silent"), in cui la vita sociale vera e propria si svolge giorno per giorno, rimanga inascoltato. I "costruttori di ponti" si posizionano visibilmente tra i due gruppi, fungono da mediatori tra i diversi "pushers" e cercano di mantenere lo spazio per i dibattiti. Con l'aumentare della polarizzazione sociale, la parte intermedia tenderà sempre più a ridimensionarsi. I processi di negoziazione si arrestano e i sostenitori delle due parti polarizzanti diventano più importanti. Chi non vuole appartenere a nessuna delle parti e vuole rimanere nel centro, indipendente, si espone al rischio di diventare il "capro espiatorio" dei due gruppi polarizzati⁸.

Quando la situazione si fa polarizzata, è importante ricordare che la polarizzazione è un processo comunicativo. In questi casi, la comunicazione va deteriorandosi, e quando il conflitto cresce, comunicare è ancor più difficile. Emozioni di delusione, disperazione, dolore e rabbia potrebbero prendere il sopravvento, portando gli attori a usare il loro potere per fare del male e ferire gli altri. La polarizzazione si verifica quando una o entrambe le parti non si sentono ascoltate o comprese, o si sentono ignorate. Un possibile metodo di intervento è concentrarsi sulla comunicazione che sta avvenendo in quel dato momento, incoraggiando entrambe le parti a esprimere non solo le loro posizioni, ma anche le loro sensazioni, esperienze e bisogni. Ciò facilita la creazione di un contesto in cui il dialogo può rallentare (la polarizzazione accelera la situazione invece!), in cui si possono comprendere il proprio potere e relativa posizione ed usarli per il bene dell'intera comunità e non solo per una parte di essa. La polarizzazione è un processo di escalation delle interazioni nel quale uno dei due lati del conflitto diviene sempre più fermo sulla propria posizione, ed incapace di ascoltare l'altro. Questo può facilmente causare emozioni ancor più forti, e creare un'atmosfera in cui l'odio prevale. Come possiamo prevenire questo inasprimento del conflitto ed invece arricchire la comunicazione, non solo con i nostri pareri e le nostre opinioni, ma anche con le emozioni ed esperienze ad essi connessi?

La polarizzazione si verifica quando una o entrambe le parti non si sentono ascoltate o comprese, o si sentono ignorate.

La polarizzazione è un processo di escalation delle interazioni nel quale uno dei due lati del conflitto diviene sempre più fermo sulla propria posizione, ed incapace di ascoltare l'altro.

Uno dei fattori chiave nel prevenire la polarizzazione è l'abilità di creare un dialogo sostenibile, in cui l'ascolto è una parte attiva del processo. Un dialogo in cui non ascoltiamo solo fatti e posizioni, ma ci mostriamo anche aperti alla possibilità di rivalutare i nostri preconcetti, rivedere gli stereotipi, promuovere la diversità come possibilità e non solo come ostacolo.

CONSIGLI PER PREVENIRE LA POLARIZZAZIONE

- Renditi conto dei segnali di intensificazione del conflitto non appena iniziano a manifestarsi.
- Usa il tuo potere a beneficio di tutti; se usato a vantaggio di una sola parte, rischia di diventare un potere abusivo.
- Esercita la tua capacità di comunicazione, ascolta con interesse, cerca di identificare le emozioni che si nascondono dietro alle opinioni, esplora le esperienze che hanno creato quelle emozioni.
- Sii disponibile ad essere “messo in discussione”, a riconsiderare preconcetti, a rompere stereotipi, a pensare alla diversità come opportunità e non solo come ostacolo.
- Promuovi il dialogo interiore ed esteriore.

È molto difficile intervenire quando ci si trova di fronte ad una situazione fortemente polarizzata e in cui il confine della violenza sia già stato superato. Esistono tuttavia alcune pratiche che potrebbero essere utili nel tentare di distendere il conflitto. Se ti trovi ad avere a che fare con una situazione in cui la polarizzazione ha portato a violenza estrema e in cui le due parti non hanno intenzione di reagire, puoi seguire queste indicazioni:

PASSAGGI DI DE-ESCALATION

- Stabilisci delle regole che fermino l'uso della violenza.
- Identifica membri di entrambi i gruppi che non siano felici dell'intensità del conflitto e che siano aperti a trovare modi alternativi per risolverlo.
- Costruisci un minimo di relazione tra le due parti
- Identifica, in entrambi i gruppi, delle persone che abbiano qualche tipo di legame o relazione a individui del gruppo opposto, ovvero due o più individui che, per quanto prese nel mezzo di un conflitto, abbiano un interesse a mantenere il rapporto che esiste tra loro e la persona dell'altro gruppo.
- Una volta identificate queste persone, usa le tue abilità di risoluzione del conflitto per facilitare la comunicazione e la comprensione reciproca

In qualità di facilitatore, puoi usare il tuo potere di dire “No” alla violenza (psicologica, fisica) e “Sì” alla persona al tempo stesso: “Sei forte, e voglio supportarti! Tuttavia, non ti permetterò di usare il tuo potere per danneggiare gli altri. Voglio che tu ne faccia un uso che possa darti soddisfazione, ma senza ferire nessuno.”⁹.

⁹ “Plan of Action” dell’OPEV: Plan de acción de la sociedadEuromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019))

3.3 Radicalismo vs. Estremismo

“Gli estremisti tendono ad essere suprematisti dalla mentalità chiusa, mentre i radicali favoriscono, di norma, una visione più aperta ed egualitaria.”¹⁰

IL TERMINE “RADICALE” può essere usato per descrivere la posizione che le persone assumono nella ricerca di una profonda trasformazione della società in cui vivono. In sé e per sé, il radicalismo non aspira, dunque, a cambiare la società ai danni di altri, né implica l'impiego di metodi violenti.¹⁰

CON “ESTREMISMO” ci si riferisce ad una politica o ad un atteggiamento che abbia come obiettivo un radicale cambiamento della società a spese delle libertà di altri gruppi sociali, e che preveda la sottomissione di questi ultimi. Da questo punto di vista, nell'estremismo è presente un forte focus sulla violenza, assente invece nel radicalismo.

I termini „radicalismo“ ed „estremismo“ sono spesso considerati sinonimi nel linguaggio comune quotidiano. Secondo il parere delle autorità preposte alla sicurezza, esiste una definizione chiara: il radicalismo è il precursore dell'estremismo e non è di per sé perseguibile. Le autorità di Pubblica Sicurezza tracciano la linea di demarcazione nei vari comportamenti illegali. Parlano di estremismo quando la violenza è vista come un mezzo legittimo per affermare i propri interessi politici. I gruppi di estrema sinistra sono classificati allo stesso modo dei gruppi estremisti di destra. Non viene fatta differenza tra gruppi estremisti in base ai loro obiettivi ma vengono considerati estremisti in quanto tali. Si ottiene così una rappresentazione semplificata dei vari contesti sociali.

DALGAARD-NIELSEN assume la seguente posizione in merito a estremismo e radicalismo:

Radicalismo significa manifestare apertamente la propria opinione, individualmente o in gruppo – mantenendo un atteggiamento di rispetto verso gli altri. Questo è in contrasto con l'estremismo, nel quale un attore sociale si batte a sostegno di una ideologia che va a discapito di altre persone, non considerando quindi l'altra parte sociale. Si verificano quindi delle dinamiche per cui alcuni gruppi sociali vengono attaccati direttamente o subiscono ingiurie attraverso le pratiche e i metodi estremisti. Nel momento in cui si verificano attacchi diretti a gruppi sociali possiamo parlare di forme di “estremismo violento”.

L'estremismo violento esiste quando un gruppo sociale vuole dominare gli altri con un atto di violenza diretta¹².

¹⁰ Riprende lo spirito della definizione di Dalgaard-Nielsen direttore dell'Institute for Strategy presso il Royal Danish Defence College, esperto di Prevenzione alla violenza estrema. (2010: 798)

¹¹ Violent and non violent extremism, two sides of the same coin. Si fa anche riferimento a Manus I. Midlarsky, Origins of Political Extremism: Mass Violence in the Twentieth Century and Beyond, (Cambridge: University Press, 2011)

¹² Dalgaard-Nielsen 2010: 798

3.4 Estremismo violento

“L'estremismo violento è un'ideologia che aspira ad ottenere il potere politico per mezzo di metodi violenti anziché della persuasione. Le ideologie di estremismo violento sono basate su valori di totalitarismo, fanatismo, intolleranza, patriarcato, antidemocrazia e anti-pluralismo, e su gruppi, formazioni o Stati estremisti e violenti.”¹³

Esistono differenti forme e livelli di violenza e per ognuno di essi è importante svolgere un lavoro di prevenzione. Gli elementi essenziali per un estremismo violento sono i seguenti:



- Una radicale visione del futuro (estremismo)
- Non esiste un progetto di inclusività (esclusione di alcuni gruppi, i “dissidenti”)
- Ricevere sostegno da parte di gruppi simili
- Impiego di metodologie violente (compresa la violenza strutturale e culturale)

Sebbene le definizioni di estremismo violento stiano diventando sempre più uniformi, non esiste ancora alcuna definizione di carattere universale. Spesso le parole „radicale“ ed „estremista“ sono erroneamente usate come sinonimi di „estremismo violento“ e „terrorismo“. Pertanto, il significato dei termini „radicalismo“, „estremismo“ e „violenza“ deve prima di tutto essere chiarito per definire adeguatamente cosa sia l'estremismo violento e per comprendere i fattori che lo alimentano.

Al fine di esplorare in maniera più approfondita questa definizione, e usando come base le definizioni di violenza ed estremismo, vi presentiamo un'equazione che può essere d'aiuto nell'analizzare cosa sia la violenza estremista:

EXTREMISMO VIOLENTO = (Sottomissione dell "altro-diverso" + violenza diretta) x (insieme all "altro-uguale")

Ci sono due elementi chiave in questa equazione, ovvero l'idea di “altro” e quella di “violenza”. Da un lato, abbiamo l' “Altro-diverso”, da sottomettere perché visto come un nemico, come inferiore o come un ostacolo da eliminare; dall'altro lato vi è poi l' “Altro-uguale”, con cui ci si identifica e con la cui collaborazione si costruisce l'estremismo.

INSIEME ALL'“ALTRO-UGUALE”: l'estremismo violento non è un'espressione di violenza isolata ed esercitata su un solo individuo in maniera casuale. Piuttosto, è una forma di violenza che risponde ad un'identità condivisa, ad un'ideologia che individua un nemico comune e che delinea una precisa visione del mondo che desidera concretizzare. È realizzata da un gruppo che vuole sottometterne un “altro -diverso” proprio per realizzare tale visione. Nel caso di un singolo individuo che agisca in solitaria nel commettere atti violenti, qualora egli fosse motivato da una visione che condivide con altre persone o con un intero gruppo, allora si può ancora parlare di un “con altri”, benché la connessione tra i vari attori si limiti ad un'identità condivisa – si consideri, come caso opposto, una persona che commetta lo stesso crimine per motivazioni puramente personali, quali vendetta, odio o instabilità mentale. L'ideologia di cui si è parlato non rappresenta la motivazione principale per cui ci si unisce a un movimento di estremismo violento; piuttosto, è la percezione di essere sottoposti alla stessa forma di ingiustizia subita da quei gruppi (un fenomeno che prende il nome di “shared victim identity”). Nella maggior parte dei casi, l'ideologia si forma in un momento successivo.

¹³ Diese Definition stammt aus dem „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)

SOTTOMETTERE L'“ALTRO-DIVERSO”, per realizzare la propria visione del mondo: questa forma di violenza viene esercitata su un “Altro-diverso” che è visto come un nemico, un antagonista o un ostacolo nel percorso di realizzazione della propria visione del mondo. I gruppi che esercitano estremismo violento sono spesso caratterizzati dalla presenza di un nemico comune, e l'esistenza stessa del gruppo è giustificata dalla lotta all' “Altro-diverso”.

VIOLENZA DIRETTA: Benché, secondo la nostra definizione, qualsiasi forma di estremismo implichi violenza culturale (data la presenza di ideologie suprematiste e di esclusione), possiamo aggiungere il fatto che l'estremismo violento esercita anche violenza diretta nel concretizzare l'intenzione di imporre una propria visione del mondo.

	Con l'Altro-uguale	Sottomissione dell'Altro-diverso	Violenza diretta	Violenza estremista
Terrorismo	È organizzato da un gruppo o da uno Stato (terrorismo di Stato), con cui condivide la visione di un futuro non egualitario, di supremazia	Per definizione, implica dominazione tramite terrore	Il regime di terrore è realizzato tramite omicidio o altre forme di violenza diretta, per esempio la tortura di individui identificati come nemici, antagonisti, ostacoli	Presenta tutte le caratteristiche dell'estremismo violento
Islamofobia	Può essere l'idea centrale che motiva l'azione di un gruppo. In tal senso, si può definire come ideologia estremista	Musulmani	L'islamofobia include già di per sé elementi di violenza culturale. Esistono diversi gruppi che agiscono in maniera violenta secondo questo principio	L'islamofobia è considerabile come un'ideologia estremista con elementi di violenza culturale. La demarcazione tra violenza e ideologia estremista risiede nella presenza di un gruppo che eserciti violenza diretta
Apartheid	È un sistema organizzato di discriminazione e sottomissione da parte di un gruppo verso uno o più altri gruppi	In sud Africa, la popolazione di colore. In Israele, è la popolazione palestinese	Esiste in diverse forme, come modo per imporre la propria violenza strutturale, suo tratto distintivo	L'apartheid ha la propria identità e le proprie forme internazionali, ma può comunque essere considerato come un regime totalitario che si fonda sull'estremismo violento

	Con l'Altro-uguale	Sottomissione dell'Altro-diverso	Violenza diretta	Violenza estremista
Fascismo	È un'ideologia costruita intorno ad un gruppo ben definito, e che distingue tra diversi gruppi	Il fascismo si basa sull'identificazione di un "altro" che deve essere sottomesso (un capro espiatorio, o un nemico che dia un'identità al gruppo)	Ogni espressione del fascismo prevede violenza culturale, mentre la violenza diretta è uno degli strumenti tramite i quali il fascismo si impone o mantiene il proprio controllo e potere	Presenta tutte le caratteristiche dell'estremismo violento
Ku-Klux-Klan	È un gruppo ben definito	La popolazione di colore	Rappresenta una delle loro strategie e tattiche	Presenta tutte le caratteristiche dell'estremismo violento
Golden Dawn	È un gruppo ben definito, caratterizzato da un'ideologia neo-nazista e fascista	È uno specifico esempio di fascismo. L'altro da sottomettere è una popolazione immigrata, o di altra provenienza/origine	Benché lo neghino, promuovono la violenza; sono stati chiamati più volte in giudizio, alcuni dei suoi membri sono stati arrestati, o accusati di atti di violenza diretta di varia entità	Presenta tutte le caratteristiche dell'estremismo violento.
Guerre	Sono supportate da un gruppo, o da uno Stato.	Solitamente, vengono giustificate come azioni di carattere difensivo (preventivo o reattivo), e vi è un nemico comune	Sono basate sulla violenza diretta	Le guerre ricevono un "trattamento speciale" (sia in termini legali sia di intervento), e, per via della definizione di estremismo è difficile farle ricadere nella categoria dell'estremismo violento
Sessismo	È un'ideologia estremista che crea un'identità comune, sebbene tale identità sia, solitamente, di natura inconscia.	La popolazione femminile	Abuso delle donne, omicidio, molestie ecc...	Il sessismo è un'ideologia estremista che pervade l'intera società. Di conseguenza, potrebbe essere visto come una forma di estremismo, ma non di estremismo violento. Il momento in cui un gruppo specifico se ne serve per sottomettere un altro in maniera violenta, diviene estremismo violento

Il focus di questo documento sulla prevenzione è, perciò, mirato a soddisfare i bisogni in maniera collettiva e non violenta.

Applicando la definizione a diverse pratiche e ideologie estremiste, si può notare come la linea tra ciò che rappresenta estremismo violento e ciò che invece non lo è sia piuttosto vaga, per quanto la distinzione tra ideologie estremiste e non estremiste sia più chiara¹⁴.

Un elemento chiave è la presenza o meno di un gruppo definito che voglia ottenere potere politico o sottomette l'“altro” al fine di realizzare la propria visione del mondo. L'analisi diviene tuttavia complessa con ideologie come il capitalismo, l'islamofobia o il sessismo, poiché esse coinvolgono diversi attori, e si manifestano in una pletera di azioni e atteggiamenti. Ciò non significa che non si debba intervenire su queste forme di violenza o che possano esserci gruppi che, seguendo queste ideologie, praticano estremismo violento. Siamo tuttavia consapevoli che classificarle nel loro insieme come estremismo violento sia più complesso.

In ogni caso, la nostra volontà è di prevenire l'insorgenza di ideologie estremiste che portino gruppi definiti ad esercitare violenza (identità e obiettivi condivisi) per imporre il proprio dominio (raggiungere il potere tramite sottomissione).

3.5 Le cause dell'estremismo violento

Vi sono diversi metodi per analizzare i fattori che potrebbero portare all'emergere dell'estremismo violento. Alcuni di essi si concentrano sull'analisi del contesto (fattori strutturali), altri sull'influenza dei gruppi sociali (fattori sociali), altri ancora sull'evoluzione degli individui (fattori individuali). Alcuni analisti studiano cosa spinga all'estremismo violento e cosa “attraiga” l'individuo ad esso (fattori push e pull), mentre altri esplorano le condizioni di vulnerabilità e di resilienza; tutti presentano elementi tra loro complementari.

Chiave per comprendere il nesso tra personale/strutturale/social

Fattori strutturali: cause di conflitto e fonte di resilienza. Strutture che non soddisfano i bisogni. Ruolo delle istituzioni che risolvono questi bisogni e non mantengono la popolazione calma. Ruolo della corruzione in queste istituzioni. Violenza strutturale.

Fattori individuali: motivazioni, incentivi, rancori, comportamenti, percezioni, e fattori psicologici in reazione a fattori sociali e strutturali. Questi includono la capacità di agency e identificano i fattori e le emozioni come stimoli per l'azione.

Fattori sociali: l'affetto con la famiglia, i coetanei e le comunità (comprese intergenerazioni, le relazioni tra uomini e donne) la partecipazione (impegno nella comunità e nel processo decisionale). Ciò include le relazioni tra le persone e i gruppi a livello locale e nazionale.

L'ipotesi principale è che le persone esposte a violenza (diretta, strutturale, culturale) siano a loro volta più inclini a reagire con violenza. È da tenere a mente il fatto che la violenza strutturale va intesa come una situazione in cui i “bisogni umani fondamentali”¹⁵ non siano soddisfatti o siano soddisfatti in maniera negativa. Se una popolazione e il suo contesto sociale sono esposte a violenza ed essa è esercitata in una situazione di crisi strutturale, le probabilità di una reazione violenta aumentano.

Secondo il concetto di Max-Neef, i bisogni risultano gli stessi per tutti gli esseri umani; il grande obiettivo è la soddisfazione di tutti questi bisogni che sono essenziali.

CI SONO DUE TIPOLOGIE DI SODDISFAZIONE:

1. SODDISFAZIONE SINERGICA COLLETTIVA: viene soddisfatto un bisogno favorendo la realizzazione di altri bisogni e dei bisogni altrui. Questi fattori sono contrari alle logiche dominanti della concorrenza o della coercizione.

2. SODDISFAZIONE NEGATIVA: le modalità tramite le quali vengono soddisfatti i bisogni danneggiano o impediscono la realizzazione di altri bisogni a medio e lungo termine. Inoltre, questo tipo di soddisfazione implica l'impossibilità per gli altri di soddisfare i loro bisogni. Sia i mezzi di prevenzione della violenza che i mezzi di estremismo violento vengono percepiti equamente dalle persone che intendono soddisfare i propri bisogni. Entrambe le forme offrono, in modi totalmente diversi, la soddisfazione delle stesse esigenze. Le modalità offerte da gruppi violenti estremisti sono accompagnate da elementi negativi denominati “fattori di attrazione”. Questi fattori servono ad attirare le persone verso l'estremismo violento utilizzando la soddisfazione negativa come strumento per creare un clima di insicurezza, frustrazione, delusione, perdita di identità individuale o mancanza di partecipazione. Se la prevenzione della violenza sceglie metodi sbagliati e le persone si sentono respinte o minacciate da essa, può anche portarle verso un estremismo incline alla violenza: i cosiddetti “fattori di spinta”.

Gli elementi di soddisfazione positiva o sinergica sono utili per rafforzare la resilienza di ogni comunità e per comprendere la sua capacità di prevenire e trasformare l'estremismo violento. Non è chiara la quantità di bisogni che devono essere insoddisfatti affinché un gruppo o una persona possa aderire a forme di estremismo violento. Ma non c'è dubbio che tra i bisogni insoddisfatti e il passaggio all'estremismo violento ci sia una dinamica di interdipendenza. Inoltre, un alto grado di insoddisfazione per uno dei bisogni porta certamente all'insoddisfazione di altri bisogni¹⁶.

La seguente lista mostra i bisogni fondamentali e alcuni fattori che compromettono la soddisfazione dei bisogni:

¹⁵ MAX-NEEF, Manfred, 1991

¹⁶ Estratto dal „Piano d'azione“ dell'OPEV - Osservatorio topreventextremistviolence

	Bisogni	Fattori	Soddisfazione sinergica collettiva	Soddisfazione negativa
Violenza diretta		Repressione politica, violazione di diritti umani		
Violenza Strutturale	Sussistenza	Assenza di opportunità economiche e di accesso a beni di base (abitazione, cibo, acqua...)	Produzione autogestita	Sussistenza (medio termine), identità, partecipazione
	Protezione	Insicurezza fisica o mentale	Creazione di reti, sostegno reciproco, fiducia	Costruire muri, legittimare vendita armi, isolare chi ti fa sentire insicuro.
	Affettività	Fratture sociali, individualismo, isolamento	Cura condivisa all'interno della comunità (rete di sostegno al welfare)	Esclusione di legami, affetto attraverso l'obbedienza, relazioni di dipendenza.
	Comprensione	Mancanza di capacità critiche, poca ricerca, comunicazione fallace, bassi livelli di educazione	Multi percezione, empatia e capacità di porre domande	Informazione unilaterale da parte dei media; manipolazione, mediazione di una sola "verità"
	Partecipazione	Mancanza di democrazia, sistemi gerarchici o autoritari	Democrazia partecipativa (e alcuni modelli di sociocrazia rappresentativa)	Partecipare attivamente ad un gruppo che emargina o esclude, partecipare senza interesse verso le persone con cui si partecipa, esprimere opinioni ma non alterando significativamente la decisione.
	Identità	Mancanza di autostima, tradizioni a rischio di scomparire, lingue marginalizzate	Identità costruita collettivamente che sfrutta la diversità	Identità costruita su un nemico comune
	Libertà	Inabilità di esprimere il proprio disaccordo o la propria opinione, autocrazia.	Costruire il rispetto, la tolleranza e il sostegno reciproco	Creare aspettative di libertà "mandando gli stranieri a casa loro" (costruire muri,...)
	Creazione	Chiusura verso nuove idee, scarsa curiosità per novità, espressione limitata	Sviluppo democratico e partecipativo di soluzioni	Partecipazione solo per gruppi selezionati; valutazione delle proposte
	Svago	Alti livelli di stress, nervosismo	Flessibilità sul lavoro	Incremento delle ore lavorative regolato da leggi
Violenza Culturale		Marginalizzazione e discriminazione, giustificazione della violenza		

Nella seguente parte si introducono vari metodi che possono essere utili a soddisfare alcuni bisogni umani essenziali: affetto e amore, comprensione, partecipazione, identità, libertà e svago.

4. Prevenzione della violenza attraverso la promozione di competenze sociali ed emotive

Il rapporto NESET II „How to Prevent and Tackle Bullying and School Violence“ di Paul Downes e Carmel Cefai¹⁷ mostra quanto sia indispensabile l'apprendimento emotivo e sociale per svolgere un lavoro di prevenzione.

La relazione conferma che se viene consentito un apprendimento delle competenze sociali ed emotive fin dall'infanzia, ci sarà un maggiore impatto durante la formazione personale di un soggetto. Per essere in grado di relazionarsi, è necessario che i bambini e gli adolescenti scoprano sé stessi, le proprie capacità e imparino a fidarsi di loro stessi. Il riconoscimento e la denominazione dei propri sentimenti, emozioni, bisogni, gioca un ruolo importante nella costruzione dell'empatia verso altre persone. La promozione della competenza sociale ed emotiva favorisce la costruzione di relazioni forti tra persone e gruppi di persone, un atteggiamento di lavoro costruttivo e un senso positivo di autoefficacia, incoraggia ad un approccio costruttivo verso problemi e stress emotivo, nonché un comportamento socialmente benefico¹⁸.

In questo capitolo troverete metodi ed esercizi per una prevenzione della violenza, i quali possono essere utilizzati per svolgere un lavoro con giovani adulti e adolescenti di differenti contesti sociali. Questi metodi possono essere utilizzati sia in ambito educativo, formativo e scolastico, sia in settori che riguardano l'animazione socio-educativa. Gli esercizi possono essere modificati e adattati alle esigenze e agli interessi del gruppo.

4.1 Esercizi introduttivi

Gli esercizi introduttivi sono adatti come „rompighiaccio“, per consentire una maggiore conoscenza reciproca. Anche se il gruppo si conosce già, è consigliabile utilizzare gli esercizi per familiarizzare con i temi dell'identità, della personalità, della violenza e della comunicazione.

¹⁷ NESET II, „How to Prevent and Tackle Bullying and School Violence – Evidence and practices for strategies for Inclusive and Safe Schools“, DOWNES Paul, CEFAL Carmel, 2016

¹⁸ WALLNER, Florian. „Mobbingprävention im Lebensraum Schule“, 2018, p. 45

4.1.1. Cosa mi rende unico?

Dimensione del gruppo: da 10 o più persone

Tempo: 10-20 minuti

Materiale: elenco di frasi con “tutti coloro che...”

Preparazione: Disporre delle sedie formando un cerchio

OBIETTIVI:

- I partecipanti imparano a conoscersi meglio
- I punti in comune e le differenze sono resi visibili
- Introduzione al tema “identità”

SVOLGIMENTO:

“Tutti coloro che...” è un esercizio sociometrico o gioco di posizionamento in cui i partecipanti si riuniscono in gruppi in base a determinate caratteristiche e interessi. L'esercizio mostra le somiglianze e le differenze nel gruppo e rende visibili le diverse biografie e mondi di vita. L'esercizio è adatto anche come introduzione ad un argomento specifico, quando le domande vengono modificate a tal proposito. E' ugualmente possibile utilizzarlo con piccoli gruppi

ESEMPLI:

Tutti coloro che...

- Hanno gli occhi dello stesso colore si mettono insieme
- Hanno la/il t-shirt/pullover dello stesso colore si mettono insieme
- Hanno i capelli dello stesso colore si mettono insieme
- Hanno la stessa lunghezza dei capelli
- Hanno lo stesso numero di fratelli e sorelle si mettono insieme
- Hanno la stessa età
- Vivono nella stessa regione/provincia/quartiere si mettono insieme
- Hanno lo stesso numero di scarpa si mettono insieme
- Possiedono la stessa marca di smartphone si mettono insieme
-

FORME DI RILASSAMENTO

Tutti sono seduti su delle sedie disposte in cerchio - tranne una persona in piedi al centro perché non ci sono abbastanza sedie nel cerchio. Colui/colei che si trova in mezzo pensa a una frase che inizia con “tutti coloro che...”. Chi si sente rappresentato dalla frase si alzerà e dovrà sedersi in un'altra sedia.

4.1.2 “ Visioni del futuro”¹⁹

Dimensione del gruppo: da 5 o più persone

Tempo: 15-30 minuti a seconda del numero di partecipanti

Materiale: Set fotografico con 20-30 immagini (foto di situazioni, montagne, edifici, animali, industria, persone, attività)

OBIETTIVI:

- Introduzione al tema del radicalismo
- Riconoscimento di rappresentazioni personali del futuro

SVOLGIMENTO:

Le diverse immagini sono collocate al centro della stanza. I partecipanti camminano intorno alle immagini finché ognuno ne avrà scelta una. L'immagine selezionata dovrebbe mostrare il futuro che ogni partecipante desidera per sé stesso. Una volta scelta l'immagine, tutti si siedono in cerchio. Se un'immagine è stata selezionata da due persone, i due partecipanti siedono uno accanto all'altro. Quando tutti sono seduti ogni partecipante presenta l'immagine scelta e descrive la sua associazione con la propria visione del futuro.

Dopo il ciclo di introduzioni, vengono poste le seguenti domande come transizione al tema “radicalismo ed estremismo”:

“Siamo tutti radicali quando ognuno di noi desidera un futuro totalmente diverso dal presente, dallo stato attuale? Siamo tutti estremisti?”

4.1.3. PoP - Pick one Pic

Dimensione del gruppo: da 5 o più persone

Tempo: da 10 a 20 minuti

Materiale: Set di 20-30²⁰ immagini (importante è assicurarsi che le immagini siano positive e negative: foto di montagne, edifici, animali, industrie, esplosioni, persone, attività, sangue).

OBIETTIVI:

- Autoconsapevolezza e introspezione
- Creare fiducia nel gruppo attraverso una “apertura reciproca”
- Creare lo spazio per uno scambio di sensibilità personali

PREPARAZIONE:

- Stampare le immagini
- Creare dello spazio in cui muoversi

¹⁹ Troverete le immagini appropriate nel capitolo 5. Materiali

²⁰ Il set di immagini può essere ottenuto singolarmente con foto dal proprio archivio o con immagini da Internet.

SVOLGIMENTO:

Il procedimento è simile all'esercizio "Visioni del futuro" però in questo caso i partecipanti dovrebbero scegliere un'immagine che si adatta personalmente ad una determinata domanda, ad esempio "Come stai oggi?", "Cosa ti preoccupa in questo momento?", "Come è andato il tuo ultimo anno?", "Cosa vuoi per il futuro?"...

Le immagini sono posizionate ben visibili al centro della stanza in modo che i partecipanti ci possano camminare attorno per osservarle. Se sono presenti sufficienti immagini, i partecipanti possono scegliere e prendere una foto, altrimenti la lasciano al centro della stanza.

Ora, in un momento di condivisione, ciascun partecipante illustra brevemente le associazioni che hanno portato alla scelta dell'immagine, in riferimento alla domanda.

4.1.4. Bingo!²¹

Dimensione del gruppo: 10-30 persone

Tempo: 30-45 minuti

Materiale: 1 modello di "Bingo" a persona, penne, nastro adesivo

OBIETTIVI:

- Riconoscere i tratti della personalità
- Rafforzamento dell'auto-riflessione
- Promuovere l'empatia e verso l'altro

SVOLGIMENTO:

Ogni partecipante riceve un modello di "Bingo" da compilare in forma anonima. Una volta che tutti i modelli sono completati, questi vengono raccolti e redistribuiti tra i partecipanti mantenendo coperta la parte scritta. Se qualcuno si ritrova con il proprio modello di "Bingo", dovrà sceglierne un altro. Ora tutti i partecipanti cercano gli autori del modello in possesso. Ad esempio, può essere chiesto: "*Sei tu la persona che ama.....*". Una volta trovata la persona corrispondente al modello, si incolla il foglio alla parete.

²¹ Il modello di "Bingo" lo potete trovare nella parte del manuale relativa al "materiale"

4.1.5. Barometro dell'odio²²

Dimensione del gruppo: da 2 o più persone

Tempo: 15 minuti

Materiale: nastro adesivo crespato

OBIETTIVI:

- Riferimento al tema della “violenza”
- Riconoscere varie modalità di percezione della violenza

PREPARAZIONE:

Collocare sul pavimento una striscia di nastro adesivo utile ad identificare tre aree:

Destra = violenza fisica

Sul nastro = nessuna violenza

Sinistra = violenza mentale/psicologica

SVOLGIMENTO:

Verranno letti degli esempi e gli studenti si posizionano nel lato che considerano appropriato, (destra = violenza fisica, sinistra = violenza psicologica/mentale, al centro sul nastro = nessuna violenza).

- Un padre che per l'arrivo di un'auto afferra suo figlio togliendolo dalla strada per poi picchiarlo
- Un automobilista a 215 km/h in autostrada
- Una madre che chiama suo figlio stupido
- Una ragazza che fa un succhiotto al ragazzo
- Un padre mai presente in casa
- Un pugile professionista
- Stauffenberg che tentò di uccidere Hitler
- Il dirigente/capo di un'azienda che invia i propri rifiuti tossici in paesi in via di sviluppo
- Un macellaio che produce salsicce con carne di vitello
- Un politico che attua una campagna politica contro gli stranieri
- Un poliziotto che notifica una multa di 15 euro per la mancanza di luci nella bicicletta
- Una donna che vieta al marito di incontrare gli amici

²² Brinkmann/Frech/Posselt 2008, p.172/173).

4.1.6. Teatro delle statue²³

Dimensione del gruppo: da 6 o più persone

Tempo: 45 minuti

Preparazione: Creare uno spazio per consentire al gruppo di muoversi facilmente.

OBIETTIVI:

- Discussione creativa su temi legati alla polarizzazione, alla violenza, alla pace e all'estremismo
- Esprimere emozioni attraverso processi creativi

ISTRUZIONI:

I partecipanti formano delle squadre. All'interno di ogni squadra si determinerà chi, al primo turno, sarà uno scultore e chi una statua.

A coloro i quali sarà attribuito il ruolo di scultore viene dato un tema per poter plasmare le loro statue, ad esempio “violenza estremista”, “futuro pacifico”, “coesione sociale”, “violenza psicologica”, “violenza fisica”, “coraggio civile”,...

A questo punto, senza ricorrere all'uso della parola, gli scultori modellano la statua, in modo tale che quest'ultima adotti un atteggiamento tematico che rappresenta una situazione, un sentimento, un concetto. Quando la statua è formata, lo scultore sussurra alla statua una frase o dichiarazione che definisce la posa assunta della statua e per “darle vita”. Questa frase viene sussurrata agli osservatori nel passo successivo, solo quando le statue vengono guardate negli occhi.

Quando gli scultori hanno finito, si riuniscono ai margini della “Mostra delle Statue”.

Ora tutti gli scultori si aggirano per la mostra ed esaminano le statue. Se vogliono sentire la dichiarazione della statua, devono guardarla negli occhi. Si dovrà poi riflettere insieme sugli stati d'animo occorsi alle statue e agli scultori, e quali impressioni sono state formative.

Nel prossimo turno i ruoli nelle squadre saranno scambiati.

4.2 Comunicazione

Il sistema linguistico cambia rapidamente e costantemente, ma una cosa rimane sempre invariata: la comunicazione gioca un ruolo decisivo nelle relazioni interpersonali. Come disse Paul Watzlawick nel 1985: “Non è possibile non comunicare”. La comunicazione, verbale o non verbale, a seconda dell’applicazione, può compromettere fortemente il benessere e la dignità dell’altra persona. Messaggi esclusivisti, offensivi e ingiuriosi possono causare dolore duraturo, aggressività o offuscamento emotivo. I messaggi di buone intenzioni, rispettosi e riconoscenti, invece, promuovono un’interazione aperta e sociale.

In tempi in cui il mondo sembra opaco e le sfide globali insormontabili, il linguaggio utilizzato dalle correnti populiste è particolarmente attraente. Si propongono interpretazioni semplicistiche, in bianco e nero, per fatti complessi, si individuano presunti colpevoli. “Noi e gli altri”, “nostro e straniero”, “il bene e il male”, “l’amico e il nemico” sono contrapposizioni di cui i populisti non possono fare a meno. Questo crea dinamiche in cui hanno luogo polarizzazioni e alienazioni. E’ un linguaggio usato dagli estremisti, integrato con metafore di guerra e richiesta di violenza per reclutare e mobilitare la massa.

Diventa problematico quando questo uso del linguaggio si trasforma in modi quotidiani di esprimersi: “traditori del popolo”, “delinquenti”, “vita indegna”. Oggi questo, accade frequentemente nei social network, ma anche nei cortili delle scuole, nell’opinione pubblica e persino in politica. Il confine di ciò che è permesso diventa sempre più labile. Perfino quei principi democratici fondamentali come l’uguaglianza di tutti i popoli e la non violenza nella convivenza interpersonale rischiano di crollare gradualmente²⁴.

Legittimando il linguaggio violento e polarizzante nei discorsi pubblici e politici, è evidente come questo influenzi anche il linguaggio dei giovani e che il tono della conversazione tra adolescenti diventi più aggressivo. Poiché il linguaggio dei ragazzi ha sempre cercato di distinguersi dal mondo degli adulti attraverso una maggior durezza e brutalità, gli insulti verbali non sono sempre da intendersi come segnali di avvertimento. Un ruolo importante lo gioca anche il contesto della conversazione – tra coetanei i ragazzi usano un linguaggio diverso rispetto a quello usato in presenza di figure adulte e autorevoli²⁵.

Tuttavia, il ricercatore e neurobiologo Joachim Bauer sostiene quanto il linguaggio che usiamo non solo incide nel rapporto con gli altri, ma determina anche il nostro stesso pensiero e la nostra azione. Parlare e agire sono strettamente collegati nel cervello, l’area linguistica neurologica negli esseri umani è integrata nelle reti in cui le azioni sono pianificate. Un linguaggio violento prepara così il terreno per azioni violente. Al contrario, un linguaggio non violento agevola una coesistenza pacifica.

Inoltre, non va ignorato ciò che un linguaggio violento fa alla controparte. Se una persona sperimenta il rifiuto sociale o il rifiuto attraverso il linguaggio verbale o non verbale, nel cervello vengono attivati “centri del dolore” i quali promuovono stati emotivi che portano ad aggressività o depressione. Questi “centri del dolore”

²⁴ <https://www.i-p-bm.com/blog/496-radikalisierung-der-sprache-wenn-das-extreme-in-unseren-alltag-dringt/> von Experto I:P:Bm Nils Böckler

²⁵ <https://www1.wdr.de/wissen/mensch/hass-sprache-wissenschaft-100.html>

diventano attivi nel cervello anche quando in un dialogo, una terza persona viene respinta..

Percepire un gesto come rifiuto dipende innanzitutto dal carattere personale di un individuo. La percezione sarà associata a quell' "orecchio di ricezione" che è maggiormente pronunciato.

Ogni messaggio è costituito da quattro aspetti, che insieme formano il cosiddetto "quadrato della comunicazione"²⁶:

- Informazione oggettiva (contenuto della comunicazione: date, eventi, informazioni)
- Relazione (cosa penso dell'altro e come ci relazioniamo l'uno con l'altro)
- Rivelazione di sé (modo consapevole o meno in cui l'emittente presenta sé stesso nella comunicazione)
- Appello (Ciò che il parlante chiede, esplicitamente o implicitamente, alla controparte di fare, dire, pensare, sentire)

TRADUZIONE

Kommunikationsquadrat

Quadrato della comunicazione

Sachinhalt

Informazione oggettiva

Beziehungshinweis - Relazione

Selbstkundgabe

Rivelazione del sé

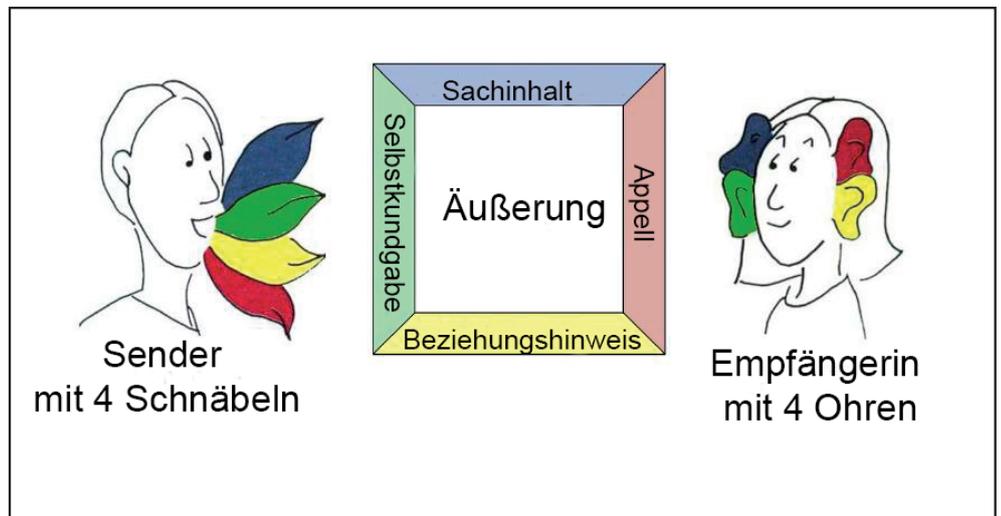
Appell - Appello

Sender mit vier Schabeln

Emittente con quattro contenuti

Empfänger mit vier Ohren

destinatario con quattro orecchie



In ogni messaggio sono presenti non solo informazioni sul contenuto di fatto comunicato, ma anche informazioni sulla persona stessa. Ogni messaggio mostra il rapporto che intercorre tra il mittente e il destinatario. Questo aspetto può essere spesso notato nella formulazione del messaggio, nel tono di voce e in altri segnali di accompagnamento non verbali come la postura. Quasi tutti i messaggi hanno anche la funzione di influenzare il destinatario, che si riflette nell'aspetto dell'appello. Il messaggio serve inoltre ad indurre il destinatario a compiere un'azione o astenersi da un'azione; portare il destinatario a pensare o sentire qualcosa. Questo tentativo di influenzare può essere più o meno evidente o nascosto.

Ma non è solo il messaggio ad essere composto da diversi livelli di comprensione. In linea di principio, anche il destinatario ha la possibilità di scegliere quale delle quattro orecchie utilizzare per ricevere il messaggio: "l'orecchio del contenuto", "l'orecchio di relazione", "l'orecchio della rivelazione del sé" o "l'orecchio dell'appello".

4.2.1. Autovalutazione: attraverso quale orecchio si ricevono i messaggi?

Questo auto-test si basa sul “Modello a 4 orecchie” di Friedmann Schulz von Thun, che può essere utilizzato per scoprire quale delle quattro orecchie è più marcata.

Di seguito vengono descritte dieci situazioni, ognuna con quattro possibili risposte. Segna istintivamente una risposta che più si avvicina alla tua reazione. Non c'è “giusto” o “sbagliato”. Poi trasferite le vostre risposte alla tabella di valutazione.

SITUAZIONE 1

Sei in fila dal panettiere ed è già un po' che aspetti. Finalmente è il tuo turno. Puoi chiedere rapidamente quello che vuoi comprare. La commessa corruga la fronte e mormora lentamente: “oggi è una giornata davvero frenetica”.

- A. Sei d'accordo con lei sul fatto che oggi è una giornata frenetica.
- B. Sei infastidito dal fatto che la commessa ti tratta in maniera scortese, invece di affrettarsi.
- C. Dici alla commessa che non hai tanta fretta.
- D. Immagini quanto deve essere stressante essere al suo posto.

SITUAZIONE 2

Incontri per strada una/un vecchia/o compagna/o di scuola. Lei/lui non ti saluta.

- A. Supponi che lei/lui sia immerso nei suoi pensieri.
- B. Pensi sia normale che dopo tanto tempo non si possa ricordare.
- C. Trovi scortese che la/il compagna/o di scuola ti ignori.
- D. Presumi che lei/lui voglia essere lasciato in pace.

SITUAZIONE 3

Il tuo amico Stefan ti ha invitato ad una festa. Una persona coetanea a te sconosciuta, di sesso opposto ti chiede: “Dove hai conosciuto Stefan?”

- A. Supponi che lei/lui sia una persona socievole e che ami il contatto con gli altri.
- B. Hai l'impressione che lei/lui sia interessato a te e vorrebbe conoscerti.
- C. Supponi che lei/lui conosca poche persone alla festa e ti prendi del tempo per stare con lei/lui.
- D. Pensi da quanto tempo conosci Stefan, rispondi alla domanda non pensando ad altro.

SITUAZIONE 4

Un compagno di scuola con cui hai un rapporto poco confidenziale, viene a casa tua per svolgere un lavoro di gruppo e dice: “Ehi c’è l’aria un po’ viziata qui dentro.”

- A. Pensi: “Può essere. Oggi non ho ancora aperto la finestra”.
- B. Pensi: “Il compagno di scuola vorrebbe chiaramente che io apra la finestra”.
- C. Hai l’impressione che il tuo compagno di scuola attribuisca molta importanza all’aria fresca.
- D. Pensi che può anche andarsene se il posto non lo soddisfa.

SITUAZIONE 5

Torni a casa stanco dopo una lunga e calda giornata estiva. Tua madre/tuo padre ti chiede: “Vuoi prima farti una doccia?”. Lei/lui vuole dirti...

- A. che hai un cattivo odore.
- B. che si preoccupa del tuo benessere e pensa che una doccia ti faccia bene.
- C. che una doccia dopo una dura giornata sia rinfrescante.
- D. che devi andare a farti una doccia.

SITUAZIONE 6

Ricevi una telefonata da tua madre/tuo padre. Lei/lui dice con evidente ironia: “E’ incredibile, posso finalmente parlarti. E’ tutta la mattina che cerco di chiamarti ma era sempre occupato”. Tu rispondi:

- A. con tono irritato: “di che cosa si tratta?”.
- B. con sincerità: “mi dispiace che sia stato sempre occupato”
- C. con il tentativo di rimediare al fastidio: “mi dispiace. Cosa vuoi, posso fare qualcosa per te?”
- D. con tono neutrale: “di che cosa si tratta?”.

SITUAZIONE 7

Ti incontri con una amica in un bar perché vuoi dirle qualcosa che ti opprime. Quando arrivi la tua amica sta digitando sul suo smartphone e dice: “Dimmi pure. Ti ascolto” continuando a digitare sullo smartphone.

- A. Aspetti che la tua amica finisca di scrivere il messaggio perché non vuoi interromperla.
- B. Hai l'impressione che la tua amica sia evidentemente sotto stress perché sta cercando di fare due cose contemporaneamente.
- C. Trovi irrispettoso il fatto che la tua amica continui a scrivere mentre tu vorresti parlarle.
- D. Cominci a parlare e a malapena ti accorgi che sta continuando a scrivere.

SITUAZIONE 8

Durante una discussione con degli amici, uno di loro si rivolge a te con tono severo: “E’ già la terza volta che mi interrompi”.

- A. Capisci che il tuo amico è arrabbiato perché è stato interrotto.
- B. Rifletti sul fatto, se è vero o no, che lo hai interrotto già tre volte.
- C. Provi a non interromperlo più.
- D. Ti senti aggredito e umiliato.

SITUAZIONE 9

Sei seduto al tavolo di casa durante la colazione e sei immerso nella lettura di un nuovo libro. Dopo qualche minuto tua madre ti pone la domanda: “Di un po’, cosa c’è di così interessante da leggere?”

TU RISPONDI:

- A. “Ti da fastidio che leggo, vero?”.
- B. Le spieghi ciò che succede nel libro.
- C. “Avrò il permesso di leggere altri libri”.
- D. “Finisco subito il capitolo”.

SITUAZIONE 10

Nel corso di un incontro per pianificare il tanto atteso weekend con i tuoi amici, proponi di fare un'uscita in bicicletta. Ti piace andare in bicicletta, passare il tempo a contatto con la natura e risparmiare sulle spese di viaggio. Una cara amica è totalmente contraria alla tua idea e dice: "Non sono d' accordo!".

- A. Sei irritato/a perché la tua amica sta affossando la tua proposta e pensi tra te "beh, se vuoi, non venire".
- B. Provi a cambiare la proposta in modo che la tua amica sia d'accordo arrivando ad un compromesso
- C. Spiegghi nuovamente alla tua amica i vantaggi della tua proposta.
- D. Noti che la tua amica si sente insicura di andare con la bicicletta e cerchi di capire quali siano le sue preoccupazioni.

TABELLA DI VALUTAZIONE

Ora trasferisci le tue risposte alla seguente tabella segnando con una croce in ogni colonna. La riga con più croci indicherà quale tra le rispettive „orecchie di comunicazione“ sarà più pronunciato. Spesso possono essere anche due le orecchie maggiormente pronunciate.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Orecchie della Comunicazione	numero
A	B	D	A	C	D	D	B	B	C	Orecchio del Contenuto	
B	C	B	D	A	A	C	D	C	A	Orecchio della Relazione	
C	D	C	B	B	C	A	C	D	B	Orecchio dell' Appello	
D	A	A	C	D	B	B	A	A	D	Orecchio della Rivelazione di sé	

DESCRIZIONE DELLE QUATTRO "ORECCHIE DELLA COMUNICAZIONE"²⁷

ORECCHIO DEL CONTENUTO:

L'informazione del contenuto di una conversazione, di una dichiarazione o di un testo è importante e ti piace prestare attenzione alla sua correttezza, esattezza e completezza. Sei interessato a chiarire un fatto. Ci si attiene sempre alla materia a portata di mano, senza grandi emozioni.

Può essere molto piacevole, anche per il vostro interlocutore. Tuttavia, anche i sentimenti giocano un ruolo importante in un messaggio, ma è difficile sentirli. Non si va molto d'accordo con persone che reagiscono molto emotivamente, perché è difficile capirne il messaggio. I problemi di relazione sono difficili da risolvere, ma si può chiarire bene la situazione.

Tuttavia, alcune situazioni non possono essere risolte con argomenti concreti. Soprattutto nelle relazioni interpersonali può portare a problemi se si discute solo con argomenti fattuali e si ignora il meta-livello. I fronti potrebbero rafforzarsi e la conversazione potrebbe portare ad un forte confronto.

Se si sente principalmente con "l'orecchio del contenuto", diventa fatale se il problema reale risiede nell'area interpersonale. Spesso sorgono situazioni in cui entrambi i partner combattono un problema di relazione a livello fattuale, ad esempio quando non si tratta più della questione in sé, ma chi di loro si trova dalla parte della ragione.

ORECCHIO DELLA RELAZIONE:

Spesso ti chiedi cosa pensa di te l'altra persona. Sei un po' troppo critico nei tuoi confronti. Far parte di un gruppo è molto importante per te; spera sempre che tutto sia in equilibrio tra le persone. Disturbi atmosferici o tensioni interpersonali non sono ben tollerate e vuoi risolverli il più rapidamente possibile. Sei molto aperto a ciò che gli altri pensano di te e al tipo di rapporto che hai con l'altro. Una comunicazione consapevole è molto importante per te, perché prendi molto a cuore le questioni. Spesso si reagisce anche molto emotivamente.

Fai molta attenzione che tutti siano felici con te. La tua forza sta anche nel fatto che puoi interrogarti e parlare apertamente di problemi personali.

Tuttavia, sei anche un po' insicuro e attento, il che porta rapidamente a sentirti attaccato. Se qualcuno è arrabbiato, ti chiedi immediatamente: "l'altra persona è arrabbiata con me?". Quando qualcuno ride, ti chiedi: "sta ridendo di me?". Se non ricevi abbastanza feedback dall'esterno, il „riferirsi a sé stesso“ diventa una dinamica ingestibile. Spesso si sente dagli altri che si è estenuanti.

Ricordate, a volte i messaggi sono intesi come auto-rivelazione e non hanno nulla a che fare con voi!

²⁷ La evaluación fue creada por el Dr. Thomas Hilsenbeck con la ayuda de la elaboración "Los 4 oídos se presentan". http://www.thomas-hilsenbeck.de/wp-content/uploads/Dr-Th-Hilsenbeck-Schulz-von-Tun-Die-4-Ohren-stellen-sich-vor-Vers-6_0.pdf

ORECCHIO DELLA RIVELAZIONE DI SÉ:

Puoi metterti nei panni degli altri e farti coinvolgere dai sentimenti della tua controparte. Sei costantemente interessato all'umore dei tuoi amici ed eventualmente, se e di cosa sono così preoccupati. Non è difficile per te costruire relazioni ed essere vicini agli altri. Ti piace ascoltare gli altri, sei comprensivo ed empatico. Sei in grado di capire le intenzioni degli altri senza che loro dicono molto. L'empatia è una tua grande forza, può aiutare molte persone affinché si sentono comprese.

Tuttavia, se il modo in cui ricevi è troppo unilaterale, potresti non essere in grado di ottenere informazioni che ti riguardano. In tali situazioni non prendi sul serio il tuo interlocutore, ma lo consideri come un oggetto da diagnosticare e il lato fattuale del messaggio non è sufficientemente apprezzato. Qui il metodo dell'“ascolto attivo“ può aiutare. Spesso si è un po' troppo propensi agli altri piuttosto che verso sé stessi. A causa dell'empatia a volte ci si dimentica di sé stessi. Non senti se qualcosa ti infastidisce, se non sei sicuro, se qualcuno ti ha appena offeso.... Questo significa che se qualcuno è veramente infastidito da te, vedi nell'altro una certa sofferenza, ma non capisci se ha a che fare con te. A volte tendi ad interpretare costantemente le persone che ti circondano avvicinandoti troppo a loro.

ORECCHIO DELL'APPELLO:

Sei più predisposto alle chiamate contenute nei messaggi degli altri. Analizzi i messaggi in base a ciò che dovresti fare. Ti piacciono i messaggi chiari che ti dicono esattamente cosa fare. In seguito puoi decidere, chiaramente, se seguire o meno l'invito. Cerchi sempre di compiacere tutti e di ascoltare i desideri degli altri in tutto ciò che viene detto. Se la situazione diventa troppo estenuante per te, reagisci in modo ostinato. A volte non sai nemmeno più esattamente cosa vuoi, perché sei troppo impegnato con i desideri degli altri.

Avere una maggiore predisposizione all'orecchio dell'appello è una grande opportunità per lavorare in gruppo, insieme ad altre persone. Sei in grado di dare conforto alle persone che sono arrabbiate o offese; non è difficile per te chiedere dei loro desideri. Ti senti gratificato quando ricevi elogi soprattutto quando vengono riconosciuti i tuoi sforzi..

Per continuare a lavorare con il “modello a quattro orecchie”, le seguenti domande di riflessione possono essere utilizzate per la post-elaborazione:

- *Con quale orecchio posso “sentire” particolarmente bene?*
- *Quale orecchio è poco accentuato nel mio caso? Vorrei che questo orecchio fosse più marcato?*
- *Come potrebbe aiutarmi l'orecchio meno accentuato nella mia vita quotidiana? Come potrei renderlo più spiccato?*

Alcuni studi in merito alla comunicazione dimostrano che i soggetti in grado di classificare i propri bisogni, percezioni e sentimenti e quindi capaci di comunicarli agli altri, sono in grado di gestire adeguatamente le proprie emozioni²⁸. Attraverso il contatto diretto con i propri bisogni e sentimenti, è più agevole per le persone costruire forme di empatia.

Con il seguente esercizio è possibile praticare una maggior consapevolezza nell'emissione del messaggio. Il mittente ha così la sensazione di differenza che sta tra l'intenzione del messaggio e ciò che viene realmente ricevuto dall'altra persona.

Poiché le incomprensioni possono anche causare frustrazione durante questo esercizio, è essenziale che lo svolgimento sia seguito da una riflessione in cui i partecipanti possono esercitarsi a dare un nome ai loro sentimenti e bisogni.



²⁸ Vgl. Joachim Bauer, <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/hasserfuellte-sprache-wie-du-sprichst-so-handelst-du-auch>

4.2.2. Dipingere Immagini

Dimensione del gruppo: da 2 o più persone

Tempo: 60 minuti

Materiale: 2 differenti modelli di immagini, Carta, Penne, Nastro adesivo

OBIETTIVI:

- Promozione di un ascolto preciso e di una descrizione concreta
- Promozione della competenza in materia di empatia
- Introduzione al tema “comunicazione”
- Consapevolezza dei ruoli di “mittente” e “destinatario” nella comunicazione bidirezionale

PREPARAZIONE:

- Creare sufficiente spazio per lavorare in gruppi

ISTRUZIONI:

Il gruppo è diviso in squadre. Nelle squadre, i partecipanti concordano chi sarà il “mittente” e chi il “destinatario”. Il mittente riceve un modello di immagine che il destinatario non dovrebbe vedere. Il destinatario riceve una penna e un foglio di carta. Ora il mittente inizia a descrivere l’immagine nel modo più preciso possibile e il destinatario cerca di mettere la descrizione su carta. Dopo 20 minuti il primo giro termina e i ruoli vengono scambiati. Il nuovo mittente riceve una nuova immagine

LIVELLO DI DIFFICOLTÀ:

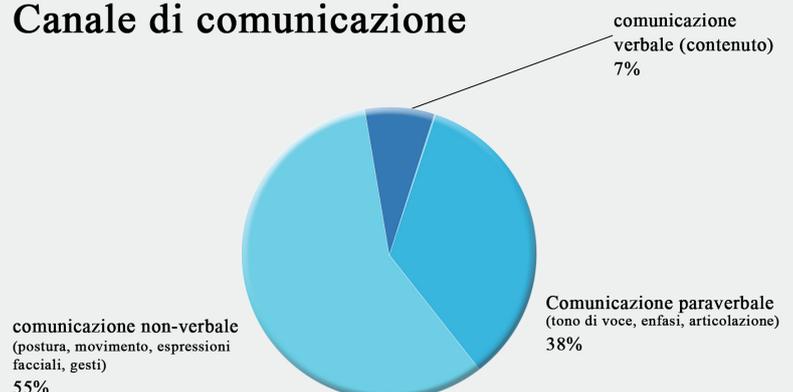
Il destinatario non dovrebbe parlare

Alla fine, la riflessione si svolge insieme:

- In quale ruolo vi siete sentiti più a vostro agio?
- Ci sono state delle difficoltà? Se sì, dove?
- Che altro avreste desiderato?
- Quali sentimenti hai provato durante l’esercizio e quando si sono verificati?

Nell’esercizio seguente, i partecipanti apprendono il funzionamento della comunicazione non-verbale e paraverbale. Le persone non comunicano esclusivamente attraverso le parole; al contrario, molte informazioni vengono trasportate attraverso il tono della voce, le espressioni facciali e i gesti. L’ascoltatore percepisce il messaggio come segue:

Canale di comunicazione



4.2.3. Arte in corda

Dimensioni del gruppo: da 8 o più persone

Tempo: 30-45 minuti

Materiale: 5-10 metri di corda, Penne, Carta

OBIETTIVI:

- Imparare il funzionamento della comunicazione non verbale
- Osservazione delle dinamiche e dei processi di gruppo
- Auto-riflessione: “Come faccio ad affrontare situazioni sconosciute?”
- Osservazione del proprio comportamento nel gruppo
- Riconoscimento delle differenze nella percezione di sé e nella percezione esterna

SVOLGIMENTO:

Il gruppo è diviso in due parti: una metà saranno “osservatori” l'altra metà saranno gli “artisti della corda”.

Gli osservatori siedono lungo la parete della stanza da dove possono osservare gli artisti della corda. Scrivono ciò che possono osservare presso gli artisti di corda: ci sarà chi porta attivamente le idee, chi è critico, chi lascerà agli altri le possibilità di decidere, chi percepisce più facilmente l'umore di gruppo,.....

Gli artisti della corda prendono in mano un pezzo di corda. L'educatore suggerisce ora un'immagine concreta che gli artisti della corda devono “costruire/impostare” in 10 minuti senza parlare. (per esempio: una stella, un cuore, un cerchio, un uovo, un ottagono, lo skyline di Vienna,....).

L'educatore comunicherà quando la metà del tempo sarà scaduto e successivamente quando resta solo un minuto alla fine. Se tutti i membri del gruppo sono soddisfatti del risultato prima dello scadere del tempo, il gruppo può fermare il tempo.

In primo luogo il gruppo avrà un momento di riflessione sull'andamento degli artisti di corda. Possono essere utilizzate le seguenti domande:

- Come è andato l'esercizio?
- In che ruolo ti sei sentito più a tuo agio?
- Che sentimenti hai percepito?
- Come ha funzionato il lavoro di squadra?
- Come hai capito ciò che gli altri membri del gruppo stavano cercando di dire?



Gli osservatori condividono ciò che hanno notato, senza alcuna valutazione.



Al termine del turno vengono scambiati i ruoli.

UN BUON FEEDBACK...

...descrive le proprie percezioni invece di valutare una situazione

...è formulato in modo chiaro e preciso per essere comprensibile

...è senza condanna morale. La persona che riceve il feedback non dovrebbe avere la sensazione di doversi difendere!

...è concreto e situazionale

...è la comunicazione di una pura osservazione, non di ipotesi o interpretazioni

...si svolge al momento giusto, preferibilmente subito dopo una situazione

4.2.4. Esercizio di rilassamento: alfabeto della pace

Dimensione del gruppo: da 10 o più persone

Tempo: 15 minuti

Materiale: 2 lavagne a fogli mobili, penne

OBIETTIVI:

- Esercizio di rilassamento / energizzante
- Stimolare la creatività
- Promozione della competenza nella risoluzione dei problemi
- Promozione delle capacità di lavoro di squadra

PREPARAZIONE:

- Scrivere sui fogli della lavagna le lettere dell'alfabeto (una lavagna per gruppo)

SVOLGIMENTO:

Il gruppo è diviso in due o più gruppi. I gruppi si allineano in file su un lato della stanza. D'altra parte, diverse lavagne a fogli mobili (una lavagna a fogli mobili per gruppo o un alfabeto per gruppo) sono attaccate alle pareti, sulle quali l'intero alfabeto è scritto verticalmente:

A_____	O_____
B_____	P_____
C_____	Q_____
D_____	R_____
E_____	S_____
F_____	T_____
G_____	U_____
H_____	V_____
I_____	W_____
J_____	X_____
K_____	Y_____
L_____	Z_____
M_____	
N_____	

I gruppi in competizione ricevono un argomento. In riferimento alla tematica scelta, devono scrivere una parola a fianco di ogni lettera il più rapidamente possibile. Solo una persona per gruppo può correre a scrivere qualcosa. Una volta che la persona è tornata indietro, la prossima persona nella fila può iniziare.

Questo metodo può essere eseguito con diverse specifiche tematiche. Per collocare l'esercizio nel contesto della prevenzione della violenza, ad esempio, vengono scelti i seguenti argomenti:

Pace, giustizia, coesione, uguaglianza di genere, amici e famiglia, comunità, equità, punti di forza del gruppo, desideri per il futuro dell'umanità, ciò che è necessario per una buona vita per tutti,.....

4.2.5. Esercizio di rilassamento: 45 secondi

Dimensione del gruppo: da 5 o più persone

Tempo: 5-10 minuti

Materiale: Palla, cronometro

OBIETTIVI:

- Esercizio di attivazione per schiarirsi le idee

SVOLGIMENTO:

Il gruppo si dispone in cerchio. Un partecipante lancia la palla a qualcuno e gli dà un termine. Questo termine deve provenire da una categoria precedentemente definita. Ad esempio, si può scegliere la categoria “paesi” - in modo da poter lanciare proverbialmente la parola “Italia” a una persona. La persona che riceve la palla avrà 45 secondi per raccontare qualcosa che lo collega al termine. (Per “Italia” forse una storia sull’ultima vacanza lì).

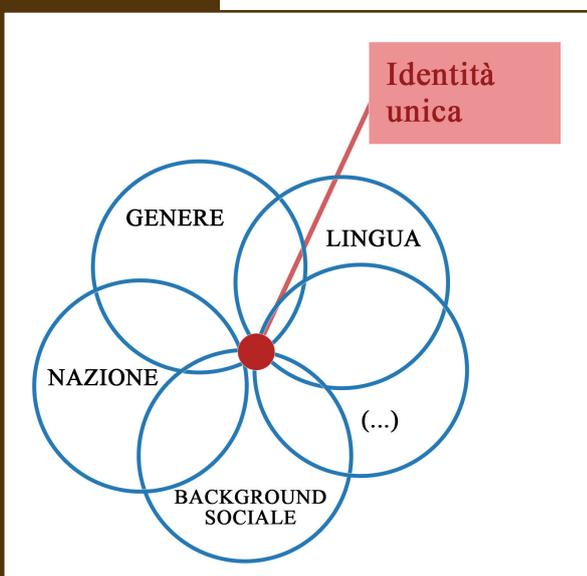
In un gruppo che si è già occupato dell’argomento “estremismo”, è anche possibile specificare l’estremismo come categoria o cambiare categoria a seconda dell’argomento del laboratorio.

4.3 Identità & personalità

Per comprendere il significato di una situazione in cui il bisogno di identità non è soddisfatto, è necessario innanzitutto capire cosa forma l’identità di una persona e quali sono i punti chiave che la costruzione dell’identità richiede.

CONCETTO DI IDENTITÀ

L’identità può essere definita come una combinazione di caratteristiche socio-culturali che alcuni individui condividono e che li distinguono da altri. L’identità di una persona si forma sulla base di una moltitudine di elementi con cui la persona si rapporta e si identifica. Questi possono essere di vario tipo: lingua o gruppi linguistici, credenze religiose, paese di nascita o di residenza, identità culturale, gruppo etnico, colore della pelle, identità di genere, orientamento sessuale, ideologia politica, occupazione, status socioeconomico, età, ecc. L’identificazione in questi elementi permette la condivisione di valori con molte altre persone. Il prodotto di questa interazione sarà rappresentato dalla nostra identità unica²⁹.



²⁹ MAALOUF Amin, “Mörderische Identität“

L'identità può essere costruita e modificata nel tempo. I modelli e le abitudini con cui una persona si identifica variano. L'identità è quindi un'esperienza contestuale e localizzata.

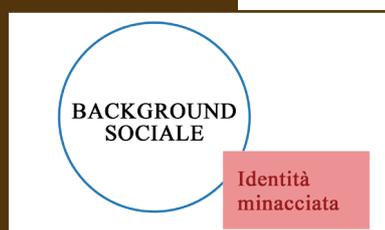
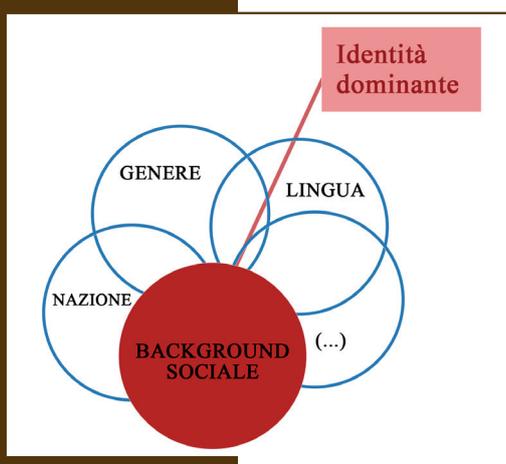
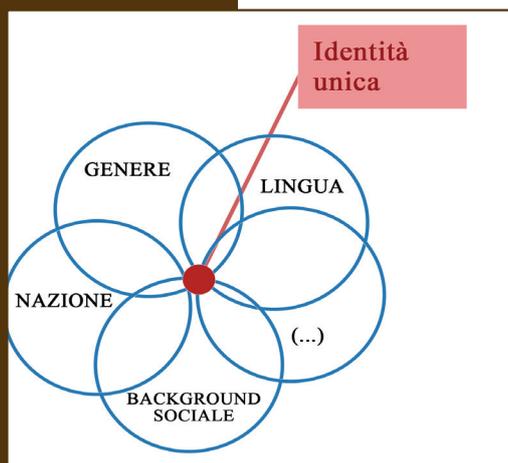
Le persone che ci circondano influenzano il nostro essere, indipendentemente dal fatto che ci identifichiamo con un gruppo o con un altro. Nonostante ci siano diversi elementi che caratterizzano maggiormente la nostra identità in un gruppo, può spesso accadere che si dia priorità ai bisogni identitari individuali. Ci sono diversi punti di vista che possono essere percepiti come priorità: quelli che si accompagnano ad elementi più costanti come la lingua (anche se questo non garantisce un senso di unità tra chi parla la stessa lingua), la religione (soprattutto se il credente sottopone tutte le sue azioni rivolte ad una identità unica). Talvolta capita che gli elementi più importanti nella nostra identità derivino da "incidenti" o eventi una tantum.

LA PERICOLOSITÀ DELL'IDENTITÀ

Quando sentiamo che uno degli elementi della nostra identità è minacciato, tendiamo a riassumere la nostra identità complessiva in questo unico aspetto. Riconosciamo in noi stessi il senso di appartenenza che crediamo sia stato attaccato, e cerchiamo di proteggerlo trascendendo tutti gli altri aspetti dell'identità.

La sensazione che l'identità sia a rischio può portare alla paura o all'insicurezza. Maggiore è la percezione della minaccia, maggiori sono le possibilità di assumere una posizione forte, di polarizzarsi e di sviluppare posizioni estremiste. Tendiamo a creare confini immaginari di appartenenza verso coloro che percepiamo come una minaccia per noi (spesso visti come un insieme omogeneo). Maggiore è la polarizzazione, maggiore è la distanza tra il "sostenitore" e il "dissidente". A volte costruiamo la nostra identità in opposizione di ciò che il "rivale" rappresenta; "ciò che il rivale non è"³⁰.

Nel cuore di ogni comunità che si sente minacciata, c'è bisogno di rispondere a questa sfida. Secondo la logica dell'estremismo violento, le persone o i gruppi che sono uniti sotto la stessa bandiera possono soddisfare il bisogno di un'identità comunitaria forte utilizzando espressioni estreme e sostenendosi reciprocamente all'interno del gruppo, alimentando la sete di vendetta e promuovendo l'idea che "se lo meritano"³¹.



³⁰ Estratto da "Plan of Action" dell'OPEV - Observatory to prevent extremist violence

³¹ MAALOUF, Amin: „Mörderische Identität“

METODI PER IL RAFFORZAMENTO DELLA PERSONALITÀ, LA FORMAZIONE DELL'IDENTITÀ E L'AUTORIFLESSIONE

4.3.1. "Chi sei tu?"

Dimensione del gruppo: da 5 o più persone

Tempo: 15 Minuti

OBIETTIVI:

- I partecipanti conosceranno il concetto di "identità"
- Auto-riflessione e conoscenza di sé
- Rendere visibile la diversità
- Riconoscere i diversi ruoli che ognuno ricopre

ISTRUZIONI:

Per questo esercizio lo spazio disponibile è diviso in due metà. Una metà equivale al „Sì“, l'altra metà al „No“. Può essere utilizzato l'intero spazio tra i due poli (potete immaginare una scala da 0-100%) per collocarsi dove le seguenti affermazioni corrispondono maggiormente alla vostra persona:

“Mi considero un uomo/donna”

“Mi considero divertente/non divertente”

“Mi considero religioso, esoterico, spirituale/non spirituale”

“Mi considero parte della classe lavoratrice o meno”

“Mi considero privilegiato o meno”

“Mi considero introverso/estroverso”

“Mi considero una persona sicura di sé/persona insicura”

“Mi considero una persona critica/tollerante”

Tutti noi siamo costituiti da tutte le nostre diverse identità - il centro di tutte queste identità è la nostra comune identità di gruppo.

Quando un'identità o parti di essa sono minacciate (anche se è solo soggettiva), quella parte tende a diventare dominante ed estrema.

PER RIFLETTERE:

Se solo una delle due identità diventa legittima, l'altra identità si sentirà minacciata.

Instabilità: un'identità cerca di guadagnare potere sull'altra = insicurezza. Quando sento instabilità, cerco persone che sono simili alla mia identità, ad esempio il rapporto tra vari gruppi nazionalisti presenti in Europa.

La chiave della radicalizzazione è = messaggi semplici, chiari e semplificati per problemi complessi.

4.3.2 Powerflower³²

Dimensione del gruppo: 12-30 persone

Piccoli gruppi da 4-6 persone

Tempo: 60 minuti

Materiale: Una copia per ogni partecipante del foglio di lavoro “PowerFlower”, penne

OBIETTIVI:

- Riflessione sul proprio posizionamento nella società
- Gestire la propria posizione di potere (o impotente) e di privilegio e non
- Affrontare le asimmetrie di potere sociale
- Sviluppare un approccio responsabile e costruttivo al proprio potere e ai propri privilegi

PREPARAZIONE:

- Scrivere domande riflessive su una lavagna a fogli mobili

ISTRUZIONI:

Il foglio di lavoro “Power Flower” presenta varie categorie di differenziazione socialmente efficaci (religione, lingua, colore della pelle, ecc.). Le categorie di differenziazione menzionate nel Power Flower sono da intendersi come categorie socialmente costruite che sono comunque efficaci in termini reali.

Insieme come intero gruppo, vengono definite le categorie di differenziazione - ad esempio per il colore della pelle: bianco/non bianco, o per il linguaggio: italiano come lingua madre/altre lingue come lingua madre, ecc.

Nel cerchio centrale (più piccolo dei due petali) viene inserita la categoria che viene considerata privilegiata nel contesto sociale. Nei petali esterni sono inserite quelle categorie che sono considerate meno privilegiate nella società.

Ora i partecipanti dipingono i petali relativi alla categoria a cui appartengono.

I fiori vengono poi discussi facendo una riflessione di gruppo. Dovrebbe diventare chiaro che lo schema PowerFlower si riferisce a categorizzazioni che vengono costruite e, nella loro semplificazione, non riflettono adeguatamente la complessa realtà. Tuttavia, in questa forma sono socialmente efficaci e strettamente legate alla distribuzione dei privilegi e all'accesso alle risorse. Ciò che è importante qui è che spesso siamo costretti a posizionarci o ad essere posizionati in questo sistema dualistico. È anche importante riconoscere che tutti gli individui sono posizionati all'intersezione di diverse categorie di differenziazione e sono quindi in una posizione privilegiata quando sono in un punto e in una posizione non privilegiata quando sono in un altro.

VARIANTE:

Un'altra variante è che i partecipanti elaborano individualmente le categorie “Privilegiato/Meno Privilegiato”, colorano i petali che si applicano a loro, e discutono i risultati in piccoli gruppi.

³² <https://www.mangoes-and-bullets.org/wp-content/uploads/2015/02/8i-Power-Flower.pdf>

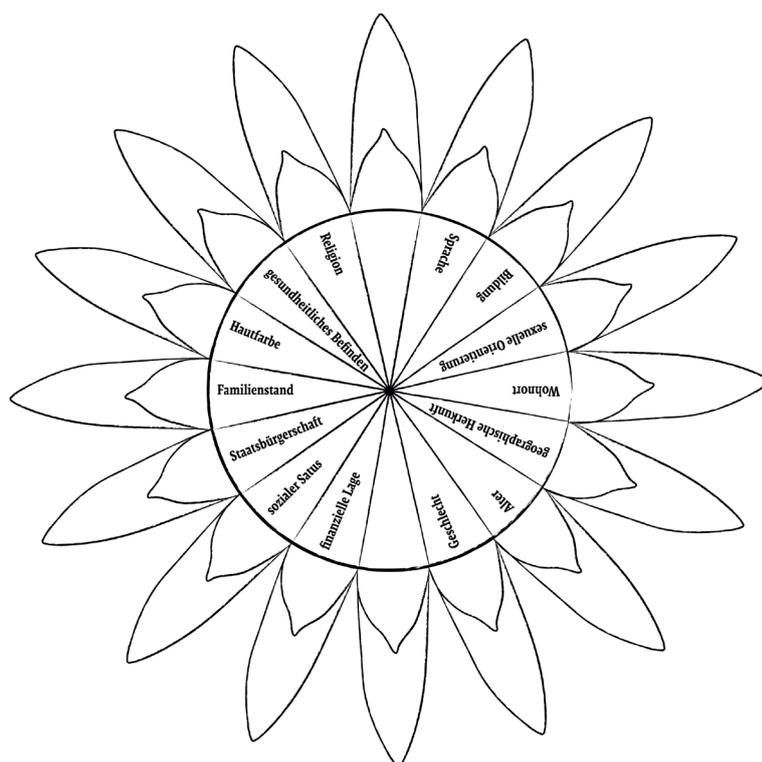
PICCOLI GRUPPI:

Quando tutti i partecipanti hanno finito di marcare i loro fogli di lavoro, vengono formati piccoli gruppi (4-6 persone) per discutere il Power-Flower. Le seguenti domande, che dovrebbero essere visibili a tutti su un poster, possono servire da orientamento:

- Quali gruppi sociali ho scelto? Perché?
- Qual è la relazione tra i fiori interni (privilegiati) ed esterni (non privilegiati) sul mio Power Flower?
- Come ci si sente ad essere nel gruppo interno/esterno?

ULTERIORI DOMANDE DI RIFLESSIONE:

- L'appartenenza alle categorie dei petali è una tua decisione volontaria o questa appartenenza è stata assegnata dall'esterno? Quali sono le conseguenze?
- L'affiliazione ai petali è mutevole?
- Un'affiliazione privilegiata/non privilegiata può portare ad altre affiliazioni?
- Come e quando possiamo essere potenti anche in posizioni emarginate?
- Come ti senti con il tuo potere o impotenza e cosa possiamo fare ora con questa analisi?³³



4.3.3 Test dei privilegi³⁴

Dimensioni del gruppo: 8-30 persone

Tempo: 20-30 minuti

Materiale: Lista di domande, Un cartello con “si” e un cartello con “no”

OBIETTIVI:

- Promuovere l'empatia
- Auto-riflessione dei privilegi e distribuzione delle opportunità

ISTRUZIONI:

Una linea immaginaria è disegnata nella stanza. Ad un'estremità viene posto il cartello “SI”, all'altra estremità il cartello “NO”.

Ora le dichiarazioni vengono lette ai partecipanti e, a seconda di come rispondono individualmente, si posizionano lungo questa linea.

Tra una frase e l'altra, i singoli partecipanti possono essere interrogati sul perché si sono posizionati in questo modo.

1. Non ti sei mai trovato in serie difficoltà finanziarie
2. Vivi in una casa o appartamento con acqua corrente, elettricità e bagno
3. Credi che la tua lingua, religione e cultura siano rispettate nella società in cui vivi
4. Pensi che la tua opinione sulle questioni sociali e politiche sia importante e che viene ascoltata
5. Altre persone cercano il tuo consiglio su vari problemi
6. Non hai timore di essere fermato per un controllo da parte della polizia
7. Non hai mai avuto la sensazione di essere stato discriminato a causa della tua origine
8. Le tue esigenze sociali e mediche sono adeguatamente soddisfatte
9. Hai possibilità di andare in vacanza una volta l'anno
10. Puoi invitare amiche e amici a casa per cena
11. I tuoi genitori ti hanno incoraggiato a realizzare i tuoi desideri
12. Hai una vita interessante e sei sicuro di ciò che vuoi nel tuo futuro
13. Hai la sensazione di poter studiare e realizzare le tue aspirazioni professionali
14. Non hai paura di essere molestato o attaccato per strada o nei social-media
15. Puoi votare in tutte le elezioni
16. Puoi andare al cinema o in un club almeno una volta alla settimana
17. Non sei spaventato per il futuro dei tuoi figli
18. Hai la libertà di innamorarti di chi vuoi
19. Hai la sensazione che le vostre capacità saranno riconosciute nella società in cui vivi
20. Fin da piccolo hai visitato regolarmente i musei, le mostre, il teatro e altri spazi culturali assieme ai tuoi genitori
21. Hai libero accesso a internet
22. Non hai mai avuto la sensazione di essere escluso

In questo esercizio, i partecipanti rivelano molto di sé stessi. È importante lasciare la parola a coloro che vogliono dire qualcosa di sé perché l'apertura reciproca contribuisce alla fiducia reciproca!

RIFLESSIONE:

Spesso non si percepiscono consapevolmente i propri privilegi nella vita quotidiana. Solo chi si trova in situazioni problematiche percepisce che gli altri hanno più possibilità nella vita. E' possibile discutere con i partecipanti su come strutturare la convivenza sociale in modo che anche chi ha pochi o nessun privilegio abbia delle opportunità nella vita.

4.3.4 Passato, presente, futuro

Dimensione del gruppo: da 2 o più persone; lavoro individuale e di gruppo

Tempo: 60 minuti

Materiale: Penne, Fogli di carta, Lavagna a fogli mobili con domande sul passato, presente, futuro

OBIETTIVI:

- Promozione dell'autoriflessione
- Creazione di visioni future positive
- Riconoscere/apprezzare i propri punti di forza, le proprie debolezze, i propri desideri e bisogni
- Rafforzare il senso di autostima

PREPARAZIONE:

- Scrivere domande sulla lavagna a fogli mobili

ISTRUZIONI:

In primo luogo, i partecipanti elaborano personalmente le seguenti domande, le quali vengono poi analizzate in una discussione. Alle domande si risponde una dopo l'altra: passato - presente - futuro.

PASSATO/INFANZIA

1. Cosa volevi diventare da grande quando ancora eri bambino?
2. Di che cosa avevi paura?
3. Che cosa eri bravo a fare?
4. Chi è stato il tuo modello di riferimento? A chi ti ispiravi?
5. Dove ti sentivi particolarmente a tuo agio?
6. Qual era la cosa che più ti piaceva fare?
7. Chi ti ha influenzato nella tua infanzia?
8. Quali esperienze o ricordi ti sono rimasti fino ad oggi?

PRESENTE

1. Cosa ti rende felice al momento? Di cosa sei soddisfatto?
2. Cosa ti preoccupa, cosa ti angoscia?
3. Se avessi un desiderio, cosa vorresti cambiare?
4. Che cosa dovrebbe rimanere per sempre così come è ora?
5. Quali persone accompagnano il tuo cammino, quali ti rafforzano e ti sostengono?
6. Qual è il luogo in cui puoi "fare rifornimento" di nuove energie?
7. Sei attualmente nel luogo in cui vuoi essere? Se sì, dove si trova? Se no, dove vorresti essere?
8. Quali sono secondo te i tuoi punti di forza?
9. Quali sono per gli altri i tuoi punti di forza?
10. Cosa vorresti essere in grado di fare meglio?

FUTURO

1. Qual è il tuo desiderio per i prossimi 5-10 anni?
2. Qual è il tuo desiderio per i prossimi 10-20 anni?
3. Che cosa desideri per tutte le persone e per il pianeta?
4. Che cosa serve per realizzare il futuro che desideri per te stesso e per tutte le persone?
5. Se vi immaginate nel futuro, come vorreste essere?
6. Cosa volete realizzare?

RIELABORAZIONE:

Questo metodo consente ai partecipanti di mettersi in contatto con sé stessi. Serve a rendere consapevole di quanto sia unica ogni persona con la sua storia, i suoi desideri, obiettivi, sogni e speranze. Allo stesso tempo, il metodo ci mostra che tutti abbiamo una cosa in comune - tutti abbiamo desideri e sogni.

Serve a creare una visione positiva del futuro con i partecipanti, in cui diventano consapevoli dei loro sogni e desideri, punti di forza e di debolezza e li accettano come parte di sé. Inoltre, una piccola storia può essere raccontata alla fine del metodo:

LA CREPA NELLA CIOTOLA

C'era una volta una donna anziana che aveva due grandi ciotole appese alle estremità di un palo che portava sulle spalle.

Una delle due ciotole era integra e teneva sempre una porzione intera di acqua mentre l'altra ciotola aveva una crepa e restava sempre mezza piena.

Per due anni questo accadeva ogni giorno: la vecchia donna portava a casa solo una ciotola e mezza d'acqua alla volta. La ciotola perfetta era, naturalmente, molto orgogliosa del suo successo, ma la povera ciotola con la crepa si vergognava del suo difetto e si rattristava di poter fare solo la metà di quello per cui era stata fatta.

Dopo due anni, che sembravano un infinito fallimento, la ciotola con la crepa parlò alla vecchia:

„Mi vergogno così tanto della mia crepa, dalla quale l'acqua scorre fino a casa tua“.

La vecchia sorrise.

„Hai notato che i fiori sbocciano dalla tua parte del sentiero, ma non dal lato dell'altra ciotola? Ho seminato semi di fiori sul tuo lato del sentiero perché ero consapevole del tuo difetto. Ora li innaffio ogni giorno che torniamo a casa. Per due anni ho potuto raccogliere questi bellissimi fiori e decorarci la tavola. Se non fossi come sei, questa bellezza non esisterebbe e onorerebbe la nostra casa“.

Ognuno di noi ha le proprie caratteristiche uniche. Sono proprio quelle unicità che rendono la nostra vita così interessante e gratificante.

Si dovrebbe semplicemente accettare ogni persona così com'è e vedere il buono che c'è in ognuna di essa.

4.3.5. La scatola del tesoro

Dimensione del gruppo: da 5 o più persone

Tempo: 60-120 minuti

Materiale: 1 piccola scatola di fiammiferi vuota per ogni persona, Materiali da tagliare (Riviste, giornali, cartoline, ecc.), Materiali decorativi (colla glitterata, adesivi, ecc.), Forbici, sufficiente pegamento, Colla, Penne, Carta colorata, Tappetino da lavoro.

OBIETTIVI:

- Consolidamento dell'autostima
- Promozione del senso di appartenenza
- Promozione della capacità di empatia
- Riconoscere i modi di percezione degli altri

PREPARAZIONE:

- Preparare i materiali decorativi
- Chiedere ai partecipanti di portare una scatola vuota di fiammiferi; in alternativa verranno fornite dall'educatore

SVOLGIMENTO:

I partecipanti hanno 30-60 minuti per progettare in modo creativo la loro scatola di fiammiferi in modo che si adatti alla loro personalità immaginandola come un piccolo scrigno personale. Ogni gruppo può richiedere diverse tempistiche di realizzazione delle scatole (alcuni partecipanti vorranno approfondire questa attività per un tempo lungo, altri invece saranno pronti in 10 minuti). Qui spetta all'educatore stimare e gestire il tempo dell'esercizio di ogni gruppo nel migliore dei modi.

Da qualche parte sul forziere dovrà essere presente, possibilmente in maniera leggibile, il nome dell'autore di ogni scatola del tesoro.

4.3.6. Metodo di chiusura: Incoraggiamento

Dimensione del gruppo: 10-100 persone

Tempo: 20 minuti

Materiale: Pennarelli, Carta, Nastro adesivo

OBIETTIVI:

- Rafforzare la personalità attraverso il gruppo
- Promozione di un'immagine positiva di sé
- Riconoscimento delle differenze tra percezione di sé e percezione esterna

SVOLGIMENTO:

Tutti i partecipanti riceveranno un foglio di carta e un pennarello. Ogni partecipante scrive il proprio nome sul foglio di carta attaccandolo con del nastro adesivo sulla propria schiena. I partecipanti hanno ora 20 minuti per scrivere sulla schiena dell'altro le qualità che in lui/lei apprezzano, quali punti di forza riconoscono nell'altro, un breve aneddoto su piacevoli esperienze condivise, un desiderio che hanno per l'altra persona,.....

Possono essere scritte solo frasi gentili e di apprezzamento

In qualità di capogruppo, per assicurarsi che l'esercizio funzioni senza volgarità, si può procedere in maniera tale che il nome del partecipante venga sempre scritto sotto la rispettiva frase.

4.4. Dinamiche di gruppo & processi di gruppo

Gli esercizi dinamici di gruppo hanno lo scopo specifico di accompagnare e moderare i processi di gruppo. Si tratta quindi di uno strumento importante nel lavoro di prevenzione. Applicando gli strumenti a disposizione è possibile sciogliersi da quei modelli tradizionali auto-imposti che generalmente sono attribuiti ad un gruppo sociale, ridurre i pregiudizi, riflettere sul concetto del “noi” e sentirsi rafforzati attraverso la condivisione di esperienze positive. Un gruppo virtuoso e ottimista o una comunità in cui tutti si sentono a proprio agio, ben integrati, si sentono visti e ascoltati e quindi “sicuri”, previene atti radicali, di bullismo e qualsiasi altro tipo di violenza

4.4.1. Fiori su Fiori

Dimensione del gruppo: da 10 o più persone

Tempo: 20 minuti

Materiale: Penne e carta

OBIETTIVO:

Promuovere la comprensione della diversità come elemento rafforzante di una comunità

SVOLGIMENTO:

I partecipanti ricevono carta e penna. Viene chiesto a loro di disegnare un fiore senza ulteriori istruzioni, così da lasciare ogni partecipante libero di concentrarsi esclusivamente sul proprio fiore.

Non appena tutti hanno finito, ci sarà un momento di condivisione in cui ogni partecipante mostrerà il proprio disegno agli altri.

Dopo che i partecipanti avranno mostrato i loro fiori l'un l'altro, il responsabile del laboratorio forma due aree nella stanza, e chiede ai partecipanti di collocarsi nell'area adeguata in base al disegno del fiore.

“CHE ASPETTO HA IL TUO FIORE?”

1. con stelo / senza stelo
2. colorato / non colorato
3. cresce dalla terra / senza terra
4. con vaso / senza vaso
5. con petali simmetrici / con petali caotici
6. con foglie / senza foglie”

Dopo l'esercizio ci sarà un giro di riflessioni; i seguenti punti possono essere di aiuto:

- Ci sono piccole e grandi differenze, ma tutti sono “uguali”. Ogni fiore è un fiore, ogni foglia è una foglia anche se hanno un aspetto diverso,.....
- Alcuni fiori differiscono in alcuni punti, in altri sono simili
- Ci sono sempre aspetti in comune con qualcun'altro
- Se non è possibile per qualcuno disegnare un fiore (ad esempio a causa di un handicap), questa si chiama “esclusione”!
- Per certi aspetti si può appartenere ad una minoranza, ma da altri punti di vista si può appartenere alla maggioranza o alla media.
- Quando si appartiene alla maggioranza, spesso è difficile vedere la minoranza.
- Le minoranze possono provare imbarazzo, essere orgogliosi, tristi, - come si sono sentiti i partecipanti nei loro rispettivi ruoli?
- Le minoranze di solito hanno minor potere
- Minoranza + Maggioranza = Diversità! Nessuna esclusione, nessun problema

4.4.2. Attraversare la palude

Dimensione del gruppo: 10-15 persone

Tempo: 30-50 minuti

Materiale: Numero di tessere in PVC (formato A4) corrispondenti al numero di partecipanti
2 oggetti per marcare una linea (corda, bastone, o nastro adesivo), Alcune bende.

OBIETTIVI:

- Acquisizione di competenze sociali
- Cooperazione e competenza nel lavoro di squadra
- Riflessione sul proprio ruolo in un gruppo
- Rafforzamento del gruppo attraverso il processo di problem-solving dinamico condiviso.

PREPARAZIONE:

- Fare spazio
- Delimitare il campo di gioco

SVOLGIMENTO:

Questo metodo può essere eseguito in uno spazio ampio in palestra o preferibilmente all'aperto.

In primo luogo, contrassegnare con due linee un campo di gioco di almeno 10 metri di lunghezza. Per delimitare il terreno utilizzare della corda, dei bastoni o del nastro adesivo. E' possibile inventare una storia di gioco per questo.

L'intero gruppo si trova al di fuori del campo di gioco delimitato dalla prima linea; ognuno di essi riceve un foglio formato A4 di PVC.

Nei punti seguenti sono presenti le regole di gioco:

- L'intero gruppo deve attraversare insieme la palude (il campo di gioco) utilizzando le tessere di PVC come appoggio.
- I partecipanti possono entrare all'interno del campo di gioco esclusivamente con le tessere,
- altrimenti il terreno paludoso li „inghiottirebbe“.
- Quando si verifica un primo passo falso e un piede finisce nella palude, la persona è contrassegnata con del nastro adesivo; se si verifica un secondo passo falso la persona decide se perdere una scarpa o diventare “cieco” e indossare una benda. In caso di un terzo passo errato della stessa persona, l'intero gruppo deve tornare all'inizio e ricominciare l'esercizio tutto da capo.
- Non appena qualcuno entra nella palude con entrambi i piedi contemporaneamente, l'intero gruppo deve tornare indietro e l'esercizio ricomincia tutto da capo.
- Non appena una piastrella tocca il pavimento della palude, deve essere sempre in contatto con una parte del corpo. Se una tegola si trova distrattamente intorno alla zona paludosa, viene rapidamente rimossa dal gioco. Una volta che una tessera è perduta, non potrà essere restituita, nemmeno dopo un riavvio (l'esercizio diventa davvero entusiasmante e cooperativo non appena alcune mattonelle vengono a mancare).
- L'esercizio è terminato solo quando tutti i giocatori e tutte le tessere sono state spostate oltre la seconda linea marcata.
- Il gruppo ha solo 5 minuti per pensare ad una strategia comune.



RIFLESSIONE DI GRUPPO

Una dettagliata riflessione di gruppo dopo l'esercizio è essenziale! Le domande di riflessione possono essere:

- Quali persone hanno avuto un ruolo decisivo?

(Naturalmente TUTTI i membri del gruppo sono decisivi per questo esercizio, questo preconcetto è molto importante per un sentimento di gruppo positivo).

- Dove si sono incontrate difficoltà e come sono state risolte?
- Che cosa è stato importante nel processo?

(Pianificazione, discussione, qualcuno che ha assunto la leadership o la moderazione, ecc.)

- Cosa avreste fatto diversamente?
- Come stai ora?

Se l'esercizio non viene completato, potrebbe accadere che alcuni giocatori vengano incolpati per il fallimento - in questo caso è molto importante intervenire e sottolineare che questo esercizio può essere fatto SOLO in qualità di gruppo e nessuno, singolarmente, è responsabile del fallimento dell'intero gruppo. In questo caso è utile fare una introduzione relativa ad una gestione costruttiva di problematiche e di una cultura positiva del fallimento. Ognuno sperimenterà situazioni nella vita in cui non tutto sempre andrà liscio, ma ciò che è importante è la corretta gestione dei problemi e la capacità di imparare dai propri errori. Gli errori sono i nostri insegnanti più importanti. Affinchè si lasci l'esercizio con sentimenti positivi, se il gruppo è d'accordo, dopo il momento riflessivo si può effettuare un ulteriore tentativo.

4.4.3. Esclusione

Dimensione del gruppo: da 10 o più persone
Tempo: 30 minuti

OBIETTIVI:

- Autoconsapevolezza e auto-percezione
- Riconoscimento delle strategie personali in situazioni difficili
- Riflessione ed esperienza personale delle dinamiche di esclusione
- Promozione della competenza nell'empatia

PREPARAZIONE:

- Riflettere sull'esercizio da svolgere

SVOLGIMENTO:

In questo esercizio verrà simulato l'atto di "essere esclusi"; tutti coloro che partecipano, al termine dell'esercizio, saranno chiamati a riflettere sulle emozioni percepite durante lo svolgimento.

Tre volontari lasciano temporaneamente la stanza in modo da non sentire nulla di ciò che verrà detto al resto del gruppo. Ai partecipanti rimasti nella stanza viene assegnato un compito speciale. I tre volontari vengono richiamati dentro uno dopo l'altro e dovranno cercare di scoprire i compiti che sono stati assegnati ai loro compagni.

I compiti possono essere, ad esempio, i seguenti:

Avere uno sguardo “arrogante” e occupare tutti i posti “strategicamente importanti” nella stanza. I volontari che sono stati esclusi si uniscono al gruppo. Dovrebbero ora trovare uno spazio nella stanza in cui si sentono a proprio agio, fuori dallo sguardo “arrogante” del gruppo. Un compito molto difficile! A questo punto è possibile riflettere e valutare tutti insieme gli stati emotivi percepiti dalla persona esclusa.

Oppure si può ricreare una tipica situazione metropolitana: 8 persone bloccano il passaggio ad una persona che vuole passare, come risolve il problema?

Oppure il gruppo dovrebbe camminare attraverso la stanza e salutarsi calorosamente con una stretta di mano. Tutti salutano tutti, solamente i volontari precedentemente esclusi vengono evitati. Cosa fa lei/lui per far fronte all'esclusione? Rassegnazione? Costringere ad un saluto? Affascinante persuasione? Cerca un partner solidale?

Anche per questo esercizio è molto importante un momento di riflessione!

1. Come si sono sentiti i volontari esclusi?
2. Come si sono sentiti i membri del gruppo escludente?
3. Quali strategie hanno usato i volontari per risolvere la situazione?
4. Quali sentimenti sono stati coinvolti?
5. Alcuni partecipanti hanno sperimentato situazioni/ sentimenti simili nella vita quotidiana?
6. Qualcuno del gruppo escludente ha sentito il bisogno di agire contro le regole date e cooperare con i volontari esclusi

4.4.4. Uova volanti

Dimensione del gruppo: 4-40 persone

Piccoli gruppi: 4-5 persone

Tempo: 45-60 minuti

Materiale per ogni piccolo gruppo:

- Un uovo
- 3 fogli formato A4
- 1 foglio formato A3
- Forbici
- 2 metri di nastro adesivo
- 2 metri di corda
- Penna
- 1 rotolo di carta igienica
- Cotone

L'elenco può essere integrato a seconda delle necessità e alcuni materiali possono essere sostituiti. Minore è il numero dei materiali, maggiore sarà la difficoltà dell'esercizio.

OBIETTIVI:

- Promuovere la cooperazione e le competenze nel lavoro di gruppo
- Auto-riflessione attraverso l'esperienza personale nel gruppo
- Consapevolezza di sé attraverso la comunicazione e l'espressione creativa
- Imparare ad affrontare positivamente gli errori attraverso l'esperienza di gruppo

PREPARAZIONE:

- Un set di materiale per ogni gruppo
- Stanze e tavoli vengono predisposti per ogni piccolo gruppo di lavoro
- Affinché l'uovo volante possa essere testato, deve essere in grado di „decollare“ da un'altezza di 7-10m (ad esempio da una finestra al terzo piano).

SVOLGIMENTO:

Inizialmente viene distribuito un set di materiale per ogni piccolo gruppo. A partire dai materiali a disposizione i partecipanti hanno dai 20 ai 30 minuti per costruire un oggetto che possa far volare l'uovo da un'altezza di 7-10 metri senza che questo si rompa nel momento dell'atterraggio.

Non appena tutti i gruppi hanno finito e avranno dato un nome al loro uovo, i piccoli gruppi

vengono divisi in due parti - una metà lancerà il proprio uovo dal terzo piano, l'altra metà di ogni gruppo aspetta al piano di sotto per vedere se l'uovo è sopravvissuto. (Se tutte le uova sopravvivono, è probabile che i gruppi avevano a disposizione troppi materiali).

Prima che un uovo inizi il volo, l'intero gruppo esegue un conto alla rovescia e saluta affettuosamente l'uovo chiamandolo per nome.

ALLA FINE DEL VOLO, TUTTI I PARTECIPANTI EFFETTUANO UN MOMENTO DI RIFLESSIONE

1. Cosa è stato piacevole durante la costruzione dell'oggetto volante?
2. Cosa non ha funzionato bene?
3. Siete riusciti ad apportare tutte le vostre idee?
4. Come ha funzionato il lavoro di squadra?

5. Materiale

Qui di seguito troverete materiali necessari per l'implementazione di alcune delle attività sopra indicate:

Metodo 4.1.4 "Bingo"

!Bingo!

Chi sono io? (verrà aggiunto successivamente!)	Il mio momento clou dell'anno scorso è stato...	Il mio genere musicale preferito è...
Il mio cibo preferito è...	Quello che ho sempre voluto fare...	Parlo le seguenti lingue...
Il mio luogo preferito...	Se vincessi €10.000...	Persone che stimo
Gli altri mi apprezzano per...	Ho paura quando...	Come mi vedo tra 10 anni

Metodo 4.1.2. "Visioni del futuro"



Grüne Zukunftsstadt: <https://www.n-tv.de/wissen/Gruene-Hochhaeuser-spiessen-in-den-Staedten-article16195471.html>

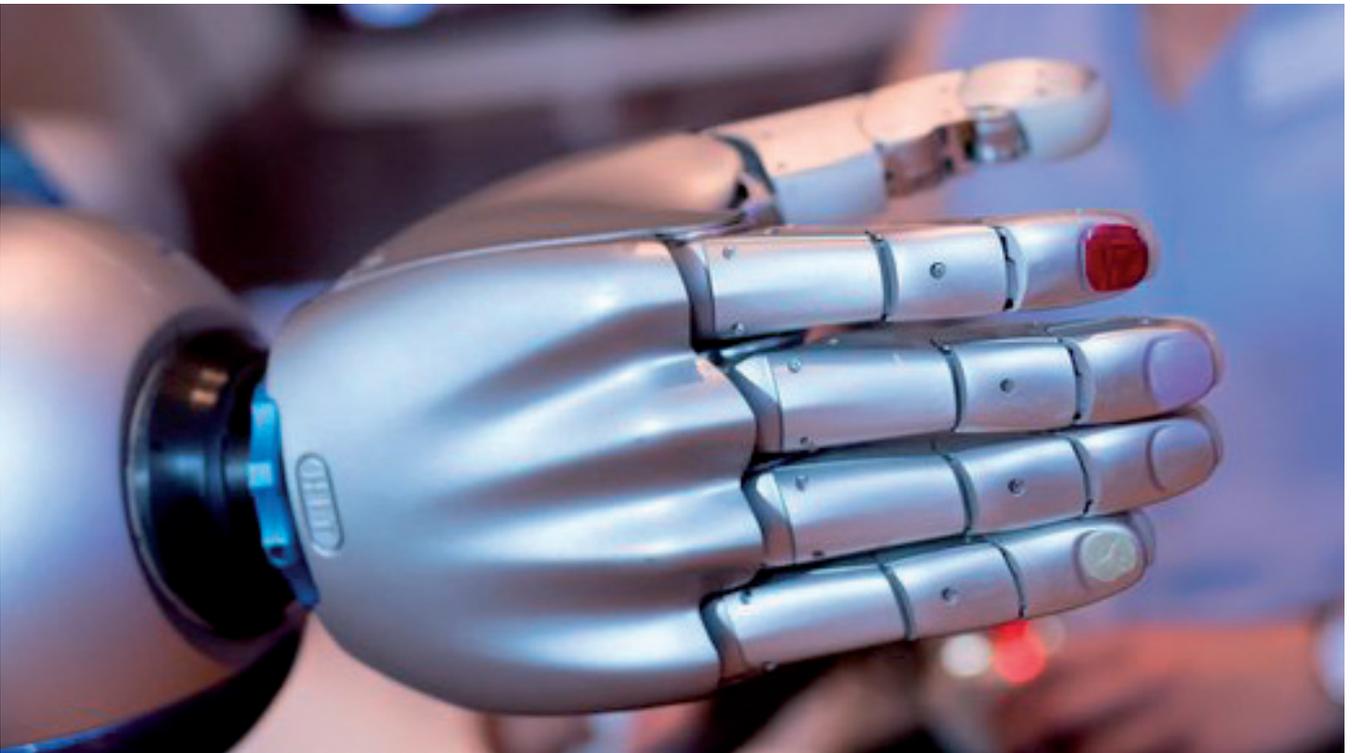


Drohne: <http://www.drohnen-kaufen.com/>

Metodo 4.1.2. "Visioni del futuro"



Freizeit:<https://www.impulse.de/leben/die-generation-y-machen-sie-keine-ueberstunden-mehr/2012250.html>



Computerhand:<https://www.br.de/mediathek/podcast/nachtstudio/mythos-festanstellung-weniger-arbeit-fuer-alle/1301464>

Metodo 4.1.2. "Visioni del futuro"



Bäume pflanzen: www.rp-online.at



"Am Marktstand" by kohlmann.sascha is licensed under CC BY-SA 2.0

Metodo 4.1.2. "Visioni del futuro"

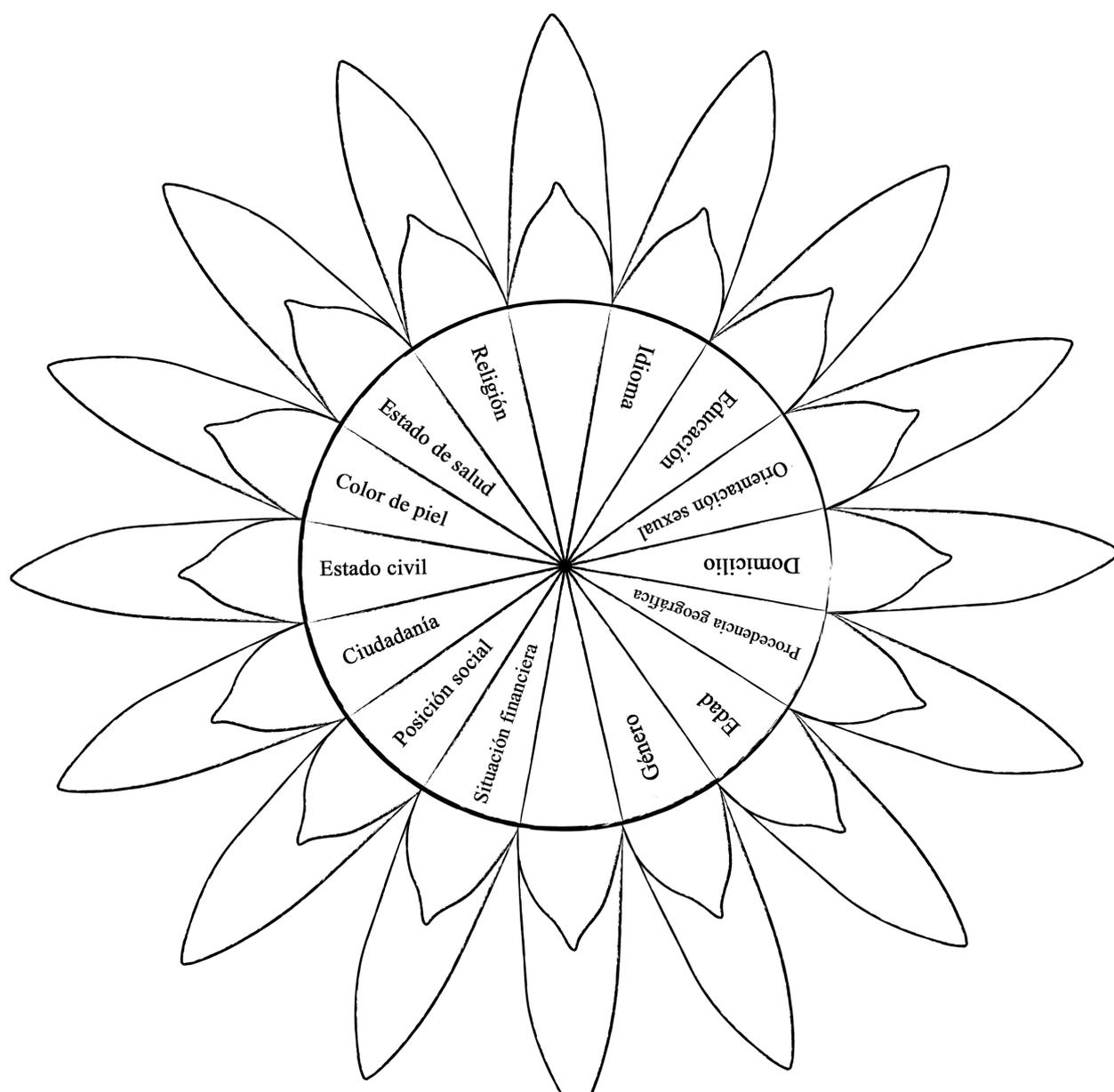


„People Dancing at a Discotheque“ by www.audio-luci-store.it is licensed under CC BY 2.0



Close-up of trees torching during the Manning Creek stand replacement fire" by usis_pnwrs is licensed under CC PDM 1.0

Metodo 4.3.2. "Powerflower"



TRADUZIONE

Sprache

Lingua

Bildung

Educazione

Sexuelle orientierung

Orientamento sessuale

Geografische standpunkt

Prospettiva geografica

Herkunft

Origine

Alter

Età

Geschlecht

Identità di genere

Finanzielle Lage

Situazione finanziaria

Soziale Herkunft

Background sociale

Staatsbürgerschaft

Nazionalità

Familienstand

Situazione familiare

Hautfarbe

Colore della pelle

Mit/ohne Behinderung

con/senza abilità

Religion

Religione

6. Bibliografía

-  Taller Anti-Bias (2007)
<http://www.anti-bias-werkstatt.de/?q=de/content/downloads>
-  Brandsma (2017): Bart Brandsma sobre la dinámica de la polarización.
<https://www.bpb.de/mediathek/261904/bart-brandsma-ueber-die-dynamik-von-polarisierung> (01.08.2019)
-  Dalgaard-Nielsen, Anja (2010): Radicalización violenta en Europa: lo que sabemos y lo que no sabemos. En: Studies in Conflict and Terrorism, 2010.
-  Galtung, Johan (1990): Cultural Violence. En: Journal of Peace Research, Vol. 27, No. 3/1990.
-  Glaser, Michaela / Greuel, Frank / Johannson, Susanne / Münch, Anna Verena (2011): práctica establecida, nuevos retos. En Alemania, la labor educativa preventiva contra el extremismo en la adolescencia se ha centrado hasta ahora principalmente en las manifestaciones de extrema derecha. En: DJI Impulse. Boletín del Instituto Alemán de la Juventud, 2, pp. 15-17.
-  Heitmeyer, Wilhelm (Sociólogo, Universidad de Bielefeld, 2011): alemanes estados. Episodio 10 Berlín: Suhrkamp.
-  Heitmeyer, Wilhelm (Sociólogo, Universidad de Bielefeld, 2011): Estados alemanes. Episodio 10 Berlín: Suhrkamp.
-  Comisión „Right-wing Extremism“ (ningún año): Informe final y propuestas de prevención. http://www.lpr.niedersachsen.de/Landespraeventionsrat/Module/Publikationen/Dokumente/Kommission-Rechtsextremismus-Abschlussberi_F132.pdf (12.05.2019).
-  MAHLE Natascha, SANDIKCI Murat: „8ung in der Schule - Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention“. 1.edition2010//<http://www.selbstsicherschuetzen.com/downloads/Achtung%20in%20der%20Schule.pdf>
-  Max-Neef, Manfred A. (1991), Übersetzung SCHNURPFEIL, Karin (2010): Entwicklung nach menschlichem Maß – Entwurf, Anwendung und weiterführende Betrachtungen, 2010
-  „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)
-  Prinzjakowitsch, W. (2015). La función del trabajo juvenil abierto en relación con el extremismo y la radicalización de los jóvenes inmigrantes. En alemán Jugend, Zeitschrift für Jugendarbeit, Thema Jugend und Migration, número 7/8, Weinheim: Beltz Verlag
-  Documento temático de RAN (2018)
https://ec.europa.eu/home-affairs/sites/homeaffairs/files/what-we-do/networks/radicalisation_awareness_network/about-ran/ran-yf-and-c/docs/ran_yf-c_discussing-taboos_controversial_issues_en.pdf (05.08.2019)
-  El papel del trabajo juvenil en la prevención de la radicalización y el extremismo violento (2017)
https://ec.europa.eu/home-affairs/sites/homeaffairs/files/what-we-do/networks/radicalisation_awareness_network/about-ran/ran-yf-and-c/docs/ran_yf_c_role_youth_work_prevention_radicalisation_violent_extremism_06-07_12_2017_en.pdf
-  Caja de herramientas para la lucha contra la radicalización de la juventud (2018) https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1958/Toolkit%20Youth%20Combating%20Radicalization.pdf



ISBN: 978-3-902906-37-3



International Institute
for Nonviolent Action

una pubblicazione di

