



La condizione giovanile e il **BULLISMO**

C'è sempre stato un divario tra le varie generazioni, ognuna vuole distinguersi da quella precedente. Simbologie e linguaggi criptati. Oggi i giovani assorbono molto di più la cultura del loro tempo, nel bene e nel male. Questo è un processo "naturale", ma negli ultimi decenni i processi di cambiamento sono molto più pregnanti, soprattutto per l'incidenza delle nuove tecnologie. I giovani percepiscono tutto in maniera più forte. Il giovane vive in maniera assoluta, non relativa. C'è una discrasia tra la loro età emozionale, ancora in formazione, fragile, e il contesto sociale che li bombarda di stimoli e se li contende. Pensiamo a cosa significa l'esposizione massiccia ai messaggi televisivi, di internet, dei social, senza aver costruito ancora un proprio *database*, un proprio filtraggio, un proprio spirito critico. La condizione giovanile è diversa nelle varie fasi dell'età evolutiva, ma più di qualunque altra fase della vita può essere molto problematica. Da un corpo che non sempre accettano, ad un contesto familiare che sempre meno è quello tradizionale e non è sempre protettivo, fatto di affetto, comprensione, attenzione, dialogo. La dipendenza dai genitori diventa fastidiosa, cresce il bisogno di indipendenza che spinge dal nucleo familiare al gruppo dei pari. Spesso è difficile il rispetto di regole che non hanno contribuito a creare. Da ultimo, i nuovi mezzi di comunicazione sono opportunità, ma esasperano la virtualità, viene meno il senso e la capacità di gestire relazioni dirette. Alla lunga contribuiscono ad un analfabetismo emotivo. La famiglia indebolisce la propria presenza e funzione; la scuola perde di interesse e vocazione educativa; il consumismo moderno li percepisce come facili prede. Il tempo è vuoto, l'identità non trova riscontro, il sé si smarrisce, l'autostima deperisce.

Si indeboliscono i luoghi tradizionali di appartenenza capaci di esempi positivi e i giovani ripiegano verso appartenenze "primitive": la banda, il branco, dove lo sfondo è quello della violenza sui più deboli, la pratica della sessualità precoce ed esibita, l'afasia affettiva, l'ignavia, la perdita della prospettiva. Un humus pericoloso, bacino di banalizzazione o imbarbarimento delle relazioni interpersonali e sociali, di derive violente e di predisposizione all'uso di sostanze "sballanti", "eccitanti" o "anestetizzanti".

Gli stili di vita dei bambini e dei ragazzi contemporanei sono sempre più sedentari. La pratica libera nei cortili, nei prati, il calcio nei campetti improvvisati ... oramai è roba del secolo scorso. Gli sport tradizionali hanno sempre meno attrattiva. Emergono nuovi sport (parkour, slikeline, gli sport estremi, della slide ...) ma incidono ancora troppo poco. Si usa meno il linguaggio del corpo. Un corpo spesso sconosciuto.

La moderna tecnologia ha moltiplicato i mezzi di comunicazione, ma si è indebolita la capacità di comunicare, il vettore comunicativo perde di senso, aumentando il solipsismo, la virtualità, la distorsione della realtà, la dislessia relazionale, emotiva e motoria. Miguel Benasayag nel suo libro, *'L'epoca delle passioni tristi'*, avverte che *"i giovani di oggi non hanno né sogni, né speranze, né fiducia in se stessi. Soffrono di un malessere al quale non sanno nemmeno dare un nome. Il futuro per loro non è più una promessa, ma una minaccia"*. Il mondo è indifferente nei loro confronti. Il giorno è un mondo organizzato che fa a meno di loro, allora preferiscono la notte, perché possono plasmarla a loro misura. Purtroppo il vuoto viene riempito da altro. Noi tutti viviamo di scopi e se quelli che la società propone non sono credibili o fascinosi, i giovani se ne danno altri, purtroppo talora violenti, distruttivi e/o autodistruttivi. Quando non reggono le aspettative o hanno un disperato bisogno di emozioni, la strada più facile spesso e purtroppo è quella dell'intorpidimento, dell'anestesia o dell'eccitazione artificiale.

I ragazzi hanno bisogno di socializzazione, reale, non virtuale. Una volta c'erano gli oratori, le sezioni di partito, gli scout, il cortile/il rione Oggi il rischio è che i luoghi di socializzazione siano delle piattaforme virtuali o peggio le gang o il gruppo dello sballo. Ovviamente non è tutto così ma è indubbio che viviamo in un tempo di forte caduta di gravità valoriale e quindi è inevitabile che si creino sacche di malessere esistenziale e sociale; la mancanza di esempi virtuosi, un'educazione debole o assente ... producono comportamenti autodistruttivi o violenti: violenza fisica, psicologica, diretta o indiretta (cyber bullismo). Sul web si gioca molta parte della vita realizzativa degli adolescenti. Meglio apparire piuttosto che essere. Apparire è la via più breve per ottenere un riconoscimento dei propri pari, purtroppo a spese di qualcuno.

Gli atti di bullismo vanno contrastati, soprattutto non vanno minimizzati, tollerati, derubricati a mascalzonate. Le sanzioni sono educative. Devono imparare che noi siamo responsabili delle nostre azioni e non possiamo nasconderci dietro alibi. Detto questo è importante concentrarci sulla palude inquinata del malessere che genera tutti questi fenomeni. Bisogna agire sia sul carnefice che sulla vittima. Siamo in una fase ancora dove si può "redimere" il bullo e dove si può insegnare alla vittima come non esserlo. Troppo spesso la società si accontenta della repressione, perché prevenire è troppo costoso, troppo difficile ed impegnativo. Attraverso lo sport e l'attività motoria i ragazzi comunicano con il loro corpo e quindi con se stessi, socializzano e comprendono i limiti, le fatiche e le loro potenzialità. Ovviamente sto parlando di uno sport sano, non *dopato*, a propria misura, non selettivo o dedito al campionamento.

Gli *Educatori*, sono delle sentinelle. Spesso hanno un rapporto privilegiato con i ragazzi e possono accorgersi di disagi e malesseri che altri sottovalutano. Il corpo parla, non mente, difficilmente dissimula, per questo hanno una condizione di decodifica, di empatia. Tutti siamo chiamati ad essere attenti, a non distrarci. Spesso siamo complici ignavi. Bisogna conoscere e riconoscere i loro valori, non banalizzarli; tenere sempre aperta la comunicazione, e soprattutto, cominciare presto a comunicare, prestare loro attenzione fin da piccoli (secondo le neuro scienze dai 0 ai 5 anni si formano le mappe cognitive ed emotive, e gli anni successivi sono fondamentali per l'imprinting caratteriale); creare ambienti socializzanti sani, positivi, "controllati" ma autogestiti; dare loro fiducia, responsabilità, farli sentire parte attiva del contesto in cui sono (*peer education*).

A tutto questo solo nei prossimi mesi potremo renderci conto del danno psicologico causato dalla pandemia: dalla paura, dal senso di frustrazione, dalla privazione di relazioni dirette non virtuali, da una vita "normale".

Abbiamo già svolto un seminario per i nostri Insegnanti sul fenomeno del bullismo e sul sito abbiamo conservato diversi interventi <http://www.uisp.it/discorientali/pagina/dw8dhqx>





F4

La prevenzione della violenza in ambito educativo

Sicurezza personale, tra gestione delle emozioni e consapevolezza corporea

Target: studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado

Obiettivo: prevenire la discriminazione, la violenza, e la violenza di genere, attraverso l'educazione al rispetto dell'altro, del diverso, l'integrazione culturale e sociale, il rafforzamento dell'autostima. Promuovere lo sviluppo dell'empatia e permettere di esprimere le emozioni in piena libertà e rispetto. Fornire elementi utili ai giovani per gestire la propria sicurezza

Metodologia: modulo formativo composto da 4 ambiti tematici di lezioni teorico/pratiche da svolgersi in 12 lezioni per un totale di 26 ore. Il percorso psico-motorio di consapevolezza corporea è utile per il riconoscimento e la gestione delle proprie emozioni al fine della sicurezza personale. Vengono, altresì, esplorate le dinamiche comunicative, relazionali, la gestione del conflitto. Far sperimentare, in ambiente protetto, l'espressione dell'aggressività e fornire strumenti per gestirla.

A) Conoscenza del proprio corpo (6h – 2 lezioni)

- Propriocezione, assetto, equilibrio, flessibilità, capacità coordinative (4h)
- Riconoscimento e sperimentazione della versatilità degli schemi motori (2h)

Dottore in Scienze Motorie

B) Riconoscimento delle proprie emozioni (4h – 2 lezioni)

- Quali sono le emozioni e la loro espressione ed interpretazione (1h)
- Principi base di comunicazione (1h)
- Specificità, unicità e dignità delle diversità (1h)
- Rischi della "virtualità" (1h)

Psicologo/a

C) Analisi di situazioni di conflitto e loro gestione (6H – 3 lezioni)

- Approfondimento dei principi comunicativi verbali, non verbali alla base della gestione dei conflitti. (2h)
- Analisi del significato di rischio e pericolo, consapevolezza degli stili di vita ed atteggiamenti che possono esporci ad aggressioni predatorie. (2h)
- Tecniche base di comunicazione e negoziazione per la gestione dei conflitti e il riconoscimento dei prodromici d'aggressione. (2h)

Esperto di dinamiche relazionali e del conflitto

D) Studio dei principi delle arti marziali per gestire un conflitto. (10H – 5 lezioni)

- Shisei, taisabaki, ukemi waza (Assetto, spostamenti, cadute) 2h
- Atemi waza (colpi) 2h
- Difese, evasioni e leve 2h
- Nage e gatame waza (Proiezioni e controllo a terra) 2h
- Ne waza – shime waza (lotta a terra, strangolamenti) 2h

Esperto di arti marzial