



Primaria

Dalle parole arrabbiate alle parole con stile

CITTADINANZA DIGITALE

EMOZIONI

CONFLITTO



ARGOMENTO

- Cittadinanza digitale
- Conflitto
- Emozioni

MATERIA

- Educazione Civica
- Area Umanistico-Letteraria

COMPETENZE CHIAVE

- Competenze sociali e civiche
- Imparare a imparare
- Consapevolezza ed espressione culturale
- Comunicazione nella madrelingua

PUNTO/I DEL MANIFESTO DELLA COMUNICAZIONE NON OSTILE

- 01. Virtuale è reale
- 08. Le idee si possono discutere. Le persone si devono rispettare

DOMANDE FONDAMENTALI

- Ci si può arrabbiare in un modo costruttivo?
- Perché è importante riflettere sulle parole che si dicono quando ci si arrabbia?
- E' possibile arrabbiarsi con stile?

SVOLGIMENTO



60'

Per lo svolgimento di questo step utilizza delle letture sulla rabbia, a scelta dell'insegnante.

L'insegnante introduce il tema della rabbia: è una delle emozioni principali e universali, che tutti/e proviamo.

Infatti, a ognuno/a succede di arrabbiarsi: come tutte le emozioni, arriva e passa dopo un po' che l'abbiamo provata; mentre siamo arrabbiati/e però può succedere di esprimerla in modi che non fanno bene a noi stessi/e o agli/alle altri/e.

Quando ci sentiamo arrabbiati/e ad esempio anche le nostre parole cambiano: diventano appuntite e dobbiamo prestare molta attenzione a come le usiamo.

Quando ci arrabbiamo i pensieri corrono veloci e il percorso che li porta a diventare parole si accorcia; a volte escono fuori da sole, senza che ce ne accorgiamo. E sono così appuntite che possono ferire qualcuno/a!

Quindi, cosa possiamo fare?

Possiamo innanzitutto seguire delle piccole regole per esprimere la rabbia: quando la tiriamo fuori, dobbiamo far attenzione a non far male a noi stessi/e, a non far male alle altre persone (con le parole e con i gesti) o non rompere le cose.

Parlarne aiuta!

Ci sono tantissime parole che possiamo usare per spiegare come ci sentiamo e cosa ci fa arrabbiare: proviamo a trasformare in "parole con lo stile" le nostre veloci parole arrabbiate!

Le parole con lo stile sono parole che ci aiutano a dire cosa pensiamo o come ci sentiamo a chi abbiamo accanto rispettando i dieci principi del Manifesto della comunicazione non ostile.

Parole arrabbiate

20'

Per lo svolgimento di questo step utilizza una scatola di cartone e dei fogli A4

L'insegnante chiede a ogni alunno/a di scrivere su un foglio, senza riportare il proprio nome, la frase che dice più spesso quando si arrabbia e discute con un/a compagno/a, oppure con i propri fratelli o sorelle, e che non rispetta le regole citate precedentemente (ad es. sei stupido/a, sei un bugiardo/a, non ti sopporto più, ecc..).

Al termine di quest'attività, tutte le "parole arrabbiate" verranno raccolte all'interno di una scatola predisposta precedentemente.

L'insegnante ne rileggerà alcune o se preferisce tutte, allo scopo di far emergere che l'utilizzo di quelle parole non facilita la comprensione dell'altro/a e non aiuta chi le dice a sentirsi meglio.

Pesca dei bigliettini

parole
stili

Il Manifesto della comunicazione non ostile

1. Virtuale è reale

Dico o scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.

2. Si è ciò che si comunica

Le parole che scelgo raccontano la persona che sono: mi rappresentano.

3. Le parole danno forma al pensiero

Mi prendo tutto il tempo necessario a esprimere al meglio quel che penso.

4. Prima di parlare bisogna ascoltare

Nessuno ha sempre ragione, neanche io. Ascolto con onestà e apertura.

5. Le parole sono un ponte

Scelgo le parole per comprendere, farmi capire, avvicinarmi agli altri.

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola può avere conseguenze, piccole o grandi.

7. Condividere è una responsabilità

Condivido testi e immagini solo dopo averli letti, valutati, compresi.

8. Le idee si possono discutere. Le persone si devono rispettare

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

9. Gli insulti non sono argomenti

Non accetto insulti e aggressività, nemmeno a favore della mia tesi.

10. Anche il silenzio comunica

Quando la scelta migliore è tacere, taccio.

paroleostili.it

È necessario dunque realizzare la trasformazione: le parole arrabbiate diventeranno parole con lo stile.

Ogni bambino/a entrerà così a far parte della scuola di magia non ostile: ciascuno/a può iniziare scegliendo il proprio nome da mago/a!

L'insegnante leggerà ad alta voce il Manifesto della comunicazione non ostile, come se fosse la ricetta di una pozione magica: si soffermerà in particolare sul principio 8, spiegandolo proprio in vista della trasformazione che la classe dovrà realizzare.

Verrà chiesto poi a ciascuno/a di pescare un bigliettino contenuto nella scatola delle parole arrabbiate e di trasformarlo in una frase con lo stile, che rispetti le 3 regole prima considerate e i principi del Manifesto.

Dopo la trasformazione, ogni bambino/a leggerà ad alta voce prima la frase arrabbiata e poi quella con stile, spiegando il segreto del suo incantesimo (ad es. sei un/a bugiardo/a potrebbe diventare "mi sono arrabbiato/a perché non hai mantenuto la promessa che mi avevi fatto").

Conclusione

5'

Spiegazione del tema e dell'esercizio

L'insegnante sottolineerà che usare parole con stile permette di essere maggiormente capiti/e dalle altre persone, esprimendo comunque ciò che si prova.

È un utile esercizio da fare, anche per la vita online: quante volte si scrivono messaggi pieni di parole arrabbiate!

Questo esercizio di trasformazione si può applicare a tutte le parole, sia quelle dette che quelle scritte. Anzi, con quelle che si scrivono forse è anche più facile: basta prendersi un po' di tempo e pensare bene a come raccontare che ci si è arrabbiati/e.

Ulteriori attività di approfondimento



Una volta investiti/e del ruolo di mago/a, alunni/e porteranno avanti l'opera di trasformazione delle parole arrabbiate ogni volta che sarà necessario.

Si può scegliere a turno che ogni settimana uno/a di loro sia il/la custode della magia per la classe: verificherà che vengano rispettate le indicazioni nei momenti di discussione.