

Como, 19 ottobre 2021

Oggetto: preventivo progetti Scuola Primaria e Secondaria di primo grado

LE PAROLE NON DETTE

Progetto di prevenzione dell'abuso sessuale

L'intervento preventivo di seguito proposto si propone di potenziare le competenze del bambino affinché sia in grado di riconoscere ed evitare le situazioni a rischio e, qualora in esse si trovi coinvolto, sia capace di agire comportamenti difensivi in grado di evitare l'occorrere di un abuso sessuale.

DESTINATARI

Classi quinte elementari.

I bambini in esse presenti appartengono ad una fascia d'età che i dati epidemiologici riferiscono ad alto rischio; contemporaneamente, sono soggetti che presentano uno stadio di sviluppo del pensiero e dell'intelligenza emotiva tale da renderli in grado di assimilare i concetti astratti presenti nel curriculum educativo a loro proposto e di estrapolare messaggi dalle situazioni ed esperienze in esso incluse. I bambini di questa età, inoltre, hanno già sviluppata, seppur relativamente, la capacità di esporre le proprie emozioni e i propri pensieri.

FINALITÀ

- Fornire al bambino le conoscenze per riconoscere un abuso sessuale
- Sviluppare le sue capacità critiche affinché sia in grado di reagire di fronte a una situazione di disagio per non restarne vittima
- Imparare a richiedere l'aiuto dei genitori o degli adulti di cui si fida

- Modificare eventuali comportamenti di eccessiva fiducia verso persone che si comportano in modo anomalo.

ORGANIZZAZIONE DELL'INTERVENTO

Il percorso è costituito da 5 incontri per ognuno dei quali sono stati individuati specifici obiettivi intermedi al fine di portare i bambini ad acquisire determinate competenze e a prendere coscienza di alcune situazioni ed esperienze vissute. Ogni incontro, inoltre, è caratterizzato da uno slogan che aiuta i bambini a fissare meglio l'argomento trattato.

Obiettivi e tematiche specifiche dei 5 incontri

Primo incontro "Scopriamoci belli e diversi"

- Aumentare la conoscenza del proprio corpo e valorizzare le differenze individuali
- Riconoscersi simili e diversi
- Rafforzare l'autostima

Secondo incontro "Il nostro corpo è bello perché..."

- Scoprire e analizzare le differenze fisiche tra maschio e femmina
- Conoscere e approfondire i cambiamenti del corpo nelle varie fasi dello sviluppo
- Sapere come nasce un bambino

Questo incontro vuole permettere ai bambini di vivere in modo sereno un'esperienza di educazione affettiva e sessuale, in cui ognuno si senta libero di fare domande ed esprimere dubbi in campo sessuale in un clima in cui l'adulto è disponibile a offrire un ascolto caratterizzato dall'accettazione incondizionata di ciò che i bambini vogliono comunicare.

Terzo incontro "Un modo diverso di comunicare"

- Imparare a valorizzare e rispettare il proprio corpo e quello degli altri
- Capire le differenze tra "tocco positivo" e "tocco negativo"

- Incrementare la capacità di dire no

Quarto incontro "Impariamo a evitare i pericoli"

- Riconoscere le situazioni a rischio
- Prevenire le situazioni a rischio
- Scegliere il comportamento adeguato per affrontare una situazione a rischio
- Capire la differenza tra segreto e sorpresa
- Fornire informazioni sulla molestia sessuale
- Capire l'importanza di potersi fidare di alcune persone che ci vogliono bene
- Insegnare le 3 regole di auto-protezione

Quinto incontro "Mi fido di..."

- Identificare e scegliere le persone di riferimento con le quali confidarsi
- Capire l'importanza di confidare alla persona di fiducia situazioni sgradevoli anche se si provano imbarazzo e timore
- Imparare a dire no quando si percepisce una situazione strana

STRUMENTI

- Il "Caro Diario": ogni bambino dovrà possedere un quaderno grande a quadretti per raccogliere il materiale fornito durante gli incontri e per svolgere le attività proposte.
- La "Scatola delle Confidenze": ogni classe dovrà preparare una scatola, chiusa con un lucchetto, che verrà utilizzata come contenitore per domande, confidenze, proposte.

Fasi e tempi dell'organizzazione dell'intervento

1. Incontro preliminare con gli insegnanti delle classi coinvolte per presentare il progetto nei dettagli, formare i docenti sulle tematiche relative all'abuso sessuale infantile e alla sua prevenzione, all'educazione alla sessualità e all'affettività.

2. Incontro informativo con i genitori dei bambini coinvolti (previa adesione al progetto) per presentare il percorso educativo, confrontarsi sul tema dell'abuso sessuale, la sua prevenzione e dell'importanza di una corretta educazione alla sessualità.
3. Cinque incontri per ogni classe con cadenza settimanale condotti da 1 operatore. Ogni incontro dovrebbe durare circa 2 h e svolgersi in palestra dove corpo e mente possono trovare piena espressione attraverso il movimento, l'ascolto di sé, la riflessione.
Nell'intervallo di tempo tra un incontro e l'altro sono previste delle attività in cui gli insegnanti di classe riprendono gli argomenti precedentemente trattati con i bambini dagli operatori esterni. La continuità tra le attività effettuate nei 5 incontri e il lavoro di classe è un pre-requisito fondamentale per garantire l'efficace perseguimento degli obiettivi educativi previsti dal programma.
4. Incontro di restituzione e verifica con gli insegnanti delle classi coinvolte.
5. Incontro di restituzione con i genitori delle classi coinvolte.

MI ASPETTO RISPETTO

Progetto di educazione alle emozioni e al rispetto di sé e dell'altro

L'approccio proposto da questo progetto si basa sullo sviluppo delle Life Skills, caldamente incoraggiato dall'OMS, che attraverso studi di valutazione a livello mondiale ha evidenziato come proponendo fin dalla tenera età interventi di educazione all'affettività, al rispetto della persona e all'educazione sessuale, contestualizzato nella corretta fase di crescita e sviluppo emotivo e cognitivo del soggetto, si svilupperanno quelle premesse necessarie alla prevenzione del disagio nelle sue diverse forme. Ad esempio, aiutare i bambini e gli adolescenti a crescere con una corretta stima di sé, li renderà meno vulnerabili al bullismo, all'abuso sessuale e a relazioni abusanti in età adolescenziale.

Il percorso abbraccia le 3 grandi dimensioni della persona: Mente, Cuore, Corpo. Tali dimensioni devono poter crescere in maniera armoniosa, in costante contatto tra loro, senza prediligerne una a scapito delle altre, perché significherebbe sacrificare lo sviluppo della persona nella sua globalità.

La Mente

La società adulta è una promotrice della cultura del saper fare, che esalta le prestazioni ed i risultati quantificabili, ed, infatti, spesso incontriamo bambini e adolescenti convinti che il loro Essere¹, coincida con la loro capacità di produrre quanto richiesto e pertanto mal tollerano gli errori (spesso spinti dagli stessi adulti che hanno in carico la loro educazione), parte integrante, inevitabile e fondamentale nei processi di apprendimento².

Raramente il mondo educante si chiede se durante il processo di apprendimento i bambini e i ragazzi si divertano, si annoino, si sentano frustrati per le difficoltà o

¹ Ci si riferisce alla dimensione relazionale del sé. Il bambino/adolescente rende propri gli atteggiamenti che gli altri esprimono nei suoi confronti, e queste valutazioni riflesse definiscono quello che metaforicamente viene indicato come il looking-glass-self: una persona vede se stesso attraverso le percezioni di altri ed in cambio acquisisce una sua identità.

² Maria Montessori porta la sua attenzione nei confronti dell'errore, chiamandolo *Signor Errore*. Lei sostiene che l'incontro (intesa come pratica e scoperta), il superamento e il controllo dell'errore, individuale o collettivo, può essere fonte di nascita e sviluppo di sentimenti che attengono alla sfera morale e sociale dell'uomo. Il bambino che ha dimestichezza con l'errore, sia nel commetterlo che nel correggerlo, e osserva il suo simile nelle sue stesse condizioni, si sente a lui legato, attrattato per qualcosa che fa parte della loro natura e formazione.

gli insuccessi. E altrettanto spesso gli stessi adulti non forniscono agli stessi gli strumenti o gli spazi per raccontare le loro emozioni.

Ai nostri adolescenti è richiesto inoltre di saper rielaborare moltissimi stimoli provenienti dal mondo esterno. Non sempre però il loro grado di sviluppo cognitivo permette loro di comprendere la complessità della realtà, soprattutto quando questa riguarda "i grandi".

L'adulto allora deve subentrare e semplificare il messaggio laddove è possibile, spiegare con un linguaggio adeguato, fornire la cornice emotiva che contenga e accolga le difficoltà, i timori o anche le paure dell'adolescente. Per poter fare ciò però, l'adulto deve avere ben chiare le fasi di sviluppo del bambino e poi dell'adolescente, quando le fasi si susseguono e quali sono le competenze che si acquisiscono nelle diverse età. Richiedere ad un bambino capacità che non sono proprie della sua fase di crescita è fonte di frustrazione, fatica, e crea bassa stima di sé.

Il Cuore

Le ricerche degli ultimi anni hanno portato a cambiamenti fondamentali per la comprensione del ruolo che rivestono le emozioni nella nostra vita. La consapevolezza emotiva e la capacità di gestire correttamente i sentimenti giocano un ruolo molto più importante del quoziente intellettivo nel determinare il successo e la felicità in tutti i campi dell'esistenza, non solo in quello affettivo. I ragazzi che vivono in un ambiente familiare che promuove l'educazione emotiva, ottengono risultati migliori in settori quali il rendimento scolastico, la competenza sociale, il benessere emozionale. Inoltre ottengono migliori punteggi anche nei test per il QI (campo matematico e lettura). Molti indici evidenziano inoltre che i bambini e gli adolescenti con un alto quoziente emotivo hanno migliori abilità sociali, provano meno emozioni negative e più emozioni positive e subiscono meno stress nella vita di tutti i giorni³.

In generale i bambini e gli adolescenti con un Quoziente Emotivo alto dimostrano più elevata capacità di rispondere psicologicamente allo stress, a cui segue un rapido ristabilimento della condizione di quiete fisica; ad esempio evidenziano una frequenza cardiaca a riposo più bassa, il battito cardiaco

³ Gottman, J., De Claire, J, Intelligenza emotiva per un figlio. Una guida per genitori, Ed. BUR, 2006, pp 16.

accelera in una situazione d'emergenza, ma torna alla calma in tempi molto brevi e nelle urine sono presenti livelli inferiori di ormoni legati allo stress⁴.

La capacità di gestire lo stress e di rispondervi in maniera adeguata sviluppa la reattività e l'autocontrollo necessari per focalizzarsi in ambito scolastico, per relazionarsi con gli altri, per formare e mantenere le amicizie.

Questi bambini e questi adolescenti sono pronti a notare i segnali emotivi degli altri e a reagire di conseguenza. Sono inoltre in grado di controllare le loro reazioni in situazioni altamente conflittuali.

Paragonando questi soggetti "emotivamente educati" con gli autori di prevaricazioni emerge come questi ultimi abbiano grandi difficoltà ad empatizzare, a mettersi in contatto con le proprie emozioni e a riconoscere cosa provano gli altri.

In particolare essi evidenziano tre caratteristiche:

- La tendenza al contagio emotivo: la propensione a farsi trascinare dagli impulsi degli altri.
- Deficit di empatia: ossia la carenza nella capacità di rappresentarsi ciò che l'altro sente o vive, distinguendolo da ciò che uno prova.
- Tendenza alla rottura emotiva: soffocare inconsciamente le emozioni che possono far soffrire.

È importante che l'educatore e l'adulto in generale, sappia che l'educazione emotiva non significa solo aiutare bambini e poi adolescenti a gestire le emozioni positive (gioia, allegria, soddisfazione ...), ma vuole anche aiutarli a imparare ad affrontare emozioni che la nostra cultura definisce negative, quali ad esempio paura, rabbia o frustrazione.

L'eccesso di gratificazione impedisce la formazione delle strutture psichiche che rendono possibile lo sviluppo del desiderio e della capacità di dare, sviluppando atteggiamenti esclusivamente utilitaristici nelle relazioni interpersonali⁵.

I bambini/adolescenti non sempre sono in grado di gestire le emozioni molto forti quali la tristezza, la rabbia, la noia, la paura. Li vivranno come stati mentali indifferenziati che saranno discriminati e potranno essere gestiti solo attraverso gli stati mentali evoluti dei genitori.

⁴ Giannantonio, M., a cura di (2005), Psicotraumatologia e Psicologia dell'emergenza, Ecomind

⁵ Poli, O. (2004), Non ho paura di dirti di no. I genitori e la fermezza educativa, Ed. San Paolo, pp. 42

Attraverso una grande quantità di scambi comunicativi, profondi ed empatici con gli adulti significativi (genitori, insegnanti, coaches, ecc), i bambini/adolescenti creano la propria identità emotiva, un sistema di affetti, valori ed emozioni, nel quale il linguaggio verbale si arricchisce di quello emotivo (Io sento che tu, adulto significativo, stai sentendo ciò che io percepisco dentro di me adesso).

Mettendo in atto una comunicazione emotiva profonda (intimità, interesse, autorevolezza, aiuto concreto), come bambini prima, e adolescenti poi, essi imparano a fidarsi delle proprie emozioni, a gestire le pulsioni interne, a costruire una serena stima di sé e a migliorare la socializzazione.

Il bambino nel corso degli anni, imparando ed utilizzando regole e divieti, formerà una propria capacità di modulare e dilazionare le pulsioni senza sentire il bisogno di delegare queste funzioni al di fuori di se stesso. Crescerà più sicuro e sereno perché percepirà che qualcuno sta provvedendo a lui/lei. Diventerà perciò un adolescente autonomo, con una buona stima di sé e capace di costruire e mantenere rapporti di intimità con gli altri.

Il Corpo

"Nella sessualità di un uomo ci sono le tracce del suo essere al mondo" (U. Galimberti)⁶

Il corpo ci permette di entrare in contatto con il mondo esterno, filtrando gli stimoli con testa e cuore.

I numerosi messaggi sessualizzati cui sono sottoposti i bambini di oggi in età sempre più precoce rendono necessario un forte intervento educativo che proponga una contro-cultura, che oltre ad informare correttamente, arricchisca di valori un aspetto tanto delicato e profondo della vita di ciascuno di noi.

Presentare ai giovanissimi una cultura della sessualità, che ponga al centro l'individuo, il rispetto di sé e dell'altro, il piacere nelle sue mille sfumature, la conoscenza e l'amore per il corpo, diventa così uno strumento indispensabile nella prevenzione all'abuso sessuale. In quest'ottica, è importante fornire ai più piccoli gli strumenti necessari per ascoltare il proprio corpo e le proprie emozioni; solo così un bambino diventa capace di riconoscere situazioni di

⁶ Galimberti, U. (1983), *Il corpo*, Feltrinelli

rischio e il linguaggio per raccontare a un adulto di riferimento quanto è accaduto.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità afferma che "la sessualità è un bene dell'individuo, che si può vivere anche in coppia, nel rispetto di sé e dell'altro all'interno di un progetto di vita".

Osservando quando viene indicato dall'OMS, emerge che la sessualità ha una valenza positiva, strettamente legata alla storia del singolo ed alle sue scelte e che va ben oltre il solo rapporto sessuale. Emerge inoltre che la sessualità non è legata ad una relazione di coppia, ma che questa è una possibilità legata alla scelta del singolo. Tale elemento ci permette di sottolineare come i bambini abbiano una sessualità ben definita (pur non vivendo una vita di coppia con le modalità proprie del mondo adulto) anche in tenera età, e come questa si modifichi nel tempo andando a caratterizzare il loro progetto di vita.

In quest'ottica l'educazione sessuale si appropria della dimensione globale della persona, insabbiando l'ormai obsoleto approccio alla genitalità, nel quale l'interesse è solo rivolto agli organi genitali e al loro funzionamento, quasi fossero elementi esterni alla persona.

Questo importante passaggio culturale dalla genitalità alla sessualità ha permesso il fiorire di studi sull'educazione sessuale dei bambini e degli adolescenti, sullo sviluppo maschile e femminile, le differenze di apprendimento, di comunicazione, di espressione emotiva.

Tra rispetto e prevaricazione. La prevenzione della violenza nelle relazioni di adolescenti

Per comprendere pienamente il fenomeno della violenza nelle relazioni adolescenziali si ritiene opportuno ricordare che l'innamoramento adolescenziale risponde a delle specifiche funzioni di crescita quali l'individuazione di sé e della propria identità sessuale, facilitando il distacco dal mondo infantile e dal primo oggetto d'amore conosciuto, cioè i genitori. L'innamoramento limita il senso di perdita che deriva dal distacco dall'infanzia e dall'onnipotenza e onnipresenza dei genitori.

Lo sviluppo del corpo generativo e sessuato spinge l'adolescente a uscire dalla famiglia e a cercare un nuovo oggetto d'amore: dopo averlo trovato, lo modella alle proprie esigenze di crescita.

La nascita della coppia pertanto suggella il reciproco bisogno e il riconoscimento di una forza interiore che spinge l'uno verso l'altro. All'interno di questo quadro si ricordi che l'abuso è una forma di potere che usa per imporsi armi quali la forza fisica, la sessualità agita o la pressione psicologica.

La prevenzione alla violenza nelle relazioni in adolescenza

L'adolescenza è una fase di crescita particolarmente adatta alla presentazione di interventi educativi volti allo sviluppo di relazioni sane e rispettose e incentrate sulla risoluzione non violenta dei conflitti. La prevenzione al fenomeno fino a qui descritto ha come finalità la riduzione della violenza nelle coppie e la promozione di sani e rispettosi stili relazionali.

La proposta educativa, sia essa a scuola o in famiglia, deve comprendere informazioni su temi quali le sane relazioni di coppia, il controllo, il potere e la disuguaglianza in una coppia; gli stereotipi legati al genere e ai ruoli accompagnata da una lettura critica dei messaggi mediatici che presentano modelli violenti e abusanti; la dinamica dell'aggressione del bullismo; reagire alla pressione dei pari, rispondere alla rabbia e alla delusione in modi non violenti.

I programmi di prevenzione presentati nelle scuole hanno evidenziato dati molto incoraggianti, riportando una diminuzione degli episodi di violenza (subita o imposta) che varia dal 56% al 92%⁷.

Questi dati sono di estrema rilevanza, considerando che gli studi a nostra disposizione provano che la violenza/abuso sessuale subita nei rapporti di coppia adolescenziali è predittiva di rapporti violenti/abuso sessuale in futuro⁸.

⁷ Foshee, V.A., Bauman, K.E., Ennes S.T., Benefiel, T. Suchindran, C., Assessing the long-term effect of the Safe Date Programs and a booster in preventing and reducing adolescent dating violence victimization and perpetration, American Journal of Public Health, 2004, 4-94, 619-624

⁸ Rich, C.L. Gidycz, C.A., Warkentin, J.B. Loh, C., Weiland, P., Child and adolescent abuse and subsequent victimization: A perspective study, Child Abuse and Neglect 29 (2005) 1373-1394

Il progetto: Mi Aspetto Rispetto

Il percorso proposto si articola in un'unica mattina e si svolge in una aula differente da quella utilizzata quotidianamente dai ragazzi, con solo le sedie e qualche banco posti lungo i muri. Questa scelta permetta di creare un clima alternativo, di accoglienza e di ascolto. Evita inoltre di dover alternare in continuazione momenti di accoglienza e chiusura, che sono necessari all'inizio e a al termine di un incontro. I ragazzi lavorano singolarmente ed in gruppo, alternando esercizi cognitivi ad esercizi emotivi, riflessioni personali, di gruppo, e di lettura dei messaggi mediatici.