



SAFEBOOK SECONDA EDIZIONE

UN MANUALE SULLA SICUREZZA GIOVANILE

SCRITTO E CURATO DA
KOM 018 - CLUB FOR YOUTH EMPOWERMENT 018

IN COLLABORAZIONE CON
BEYOND BORDERS – ITALIA
IDEA FOR LIFE – POLONIA
RED CROSS NOVO SARAJEVO – BOSNIA ERZEGOVINA
YOUTH CENTER – PERSPEKTIVA - ALBANIA
JORDAN YOUTH INNOVATION FORUM – GIORDANIA
EURO-MED EVE - TUNISIA

“Co-finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.”

INDICE

Capitolo 1: Introduzione	4
Capitolo 2: Analisi della Situazione	7
Serbia	
Italia	12
Bosnia Erzegovina	18
Polonia	22
Albania	26
Giordania	31
Tunisia	33
Capitolo 3: Laboratori Tematici	38
3.1: Violenza tra Pari	
3.2: Cyberbullismo	54
3.3: Discriminazione	85
3.4: Sostanze Psicoattive	102
3.5: Salute Mentale	121
Capitolo 4: Laboratori Creativi	134
4.1: Fotografia Concettuale	
4.2: Grafica Concettuale	146
4.3: Produzione Video Concettuale	155
4.4: Produzione Musicale Concettuale	167
Capitolo 5: Esempio di Implementazione	179
Capitolo 6: Programma Erasmus+	184

CAPITOLO 1

INTRODUZIONE

INTRODUZIONE

INFORMAZIONI SUL PROGETTO

Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018), Serbia, desidera candidarsi al programma Erasmus+ per il progetto CBY "Safebook for safe youth" in collaborazione con Beyond Borders – Italia, Idea for Life – Polonia, Youth Center “Perspektiva” – Albania, Croce Rossa Novo Sarajevo – Bosnia ed Erzegovina, Jordan Youth Innovation Forum – Giordania e Euro-Med EVE in Tunisia per un periodo di 24 mesi. L'idea del progetto si concentra sulla sicurezza dei giovani, in particolare quelli colpiti dalla pandemia di COVID-19. Il progetto "Safebook for safe youth" mira a promuovere la cultura della sicurezza tra i giovani attraverso il nuovo manuale “Safebook” per il lavoro giovanile nel campo della sicurezza giovanile (<http://kom018.org.rs/wp-content/uploads/2022/03/ENG-Safebook-Manual.pdf>).

Il manuale è stato prodotto attraverso una partnership strategica nel campo della gioventù nel 2021 dal Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018) insieme a Beyond Borders – Italia e partner della Croazia e della Macedonia del Nord ed è riconosciuto come un progetto di buona pratica da Erasmus+. Il manuale "Safebook" include metodologie nuove e innovative e strumenti creativi sotto forma di un manuale user-friendly per i lavoratori giovanili. Il nuovo manuale si concentra su 5 segmenti della sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale durante il COVID-19. **Periodo di implementazione:** 01.01.2023 – 31.12.2024.

OBIETTIVO DEL PROGETTO

Motivare i lavoratori giovanili e i giovani a prendere un ruolo più attivo nella promozione della cultura della sicurezza.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Dotare i lavoratori giovanili e gli educatori di competenze per la ricerca.
- Dotare i lavoratori giovanili e gli educatori di nuovi strumenti educativi nel campo della sicurezza giovanile concentrandosi su 5 segmenti: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale durante il COVID-19 attraverso il nuovo manuale sulla sicurezza giovanile “Safebook”.
- Fornire ai lavoratori giovanili di 7 paesi competenze e conoscenze per utilizzare foto concettuali e video come metodi di lavoro nel campo della sicurezza giovanile.
- Creare una rete di giovani di 7 paesi con diverse competenze e strumenti per promuovere la cultura della sicurezza giovanile.

PACCHETTI DI LAVORO

Il progetto include 5 pacchetti di lavoro:

WP1. Gestione e implementazione del progetto.

WP2. Attività di ricerca.

WP3. Attività di formazione – potenziamento dei lavoratori giovanili.

WP4. Attività di sensibilizzazione.

WP5. Attività di disseminazione.

CAPITOLO 2

ANALISI SITUAZIONALE

ANALISI SITUAZIONALE

SERBIA

VIOLENZA FRA PARI

La ricerca condotta dal Consiglio Nazionale dei Giovani nella seconda metà di aprile 2023 ha evidenziato una tendenza preoccupante tra i giovani riguardo alla violenza. Non c'è stata alcuna riduzione nella percentuale di giovani esposti a varie forme di violenza e discriminazione. Anzi, in molte categorie, questa percentuale è aumentata. I dati presentano un quadro allarmante, rivelando che il 49% dei giovani ha segnalato di aver subito violenza fisica, un aumento significativo rispetto al 40% dell'anno precedente. La violenza verbale ha registrato una leggera diminuzione dal 73% al 71%, mentre la percentuale di giovani esposti alla violenza digitale è salita dal 40% al 47%. Secondo la stessa ricerca, la violenza, soprattutto digitale e verbale, è diventata un fenomeno quotidiano, manifestandosi principalmente sulle piattaforme dei social media. La discussione ha rivelato un legame tra la violenza fisica nelle scuole e i successivi episodi di violenza digitale e verbale. Sono state esplorate anche le esperienze di discriminazione, con il 62% dei giovani che ha indicato di essere stato oggetto di qualche forma di discriminazione, una leggera diminuzione rispetto all'anno precedente. Notabilmente, la discriminazione basata sull'età è diminuita dal 44% al 38%. Tuttavia, la violenza motivata da caratteristiche personali è rimasta costante. Questi dati contribuiscono significativamente al senso di insicurezza tra i giovani, portando a un calo dell'autostima e al desiderio di abbandonare il proprio ambiente. In risposta a questi risultati inquietanti, il Consiglio dei Giovani si è riunito per discutere misure preventive e attività per migliorare la sicurezza e la salute mentale dei giovani. Tra le proposte figurava l'istituzione di centri di consulenza giovanile nelle comunità locali, coinvolgendo professionisti della salute mentale e operatori giovanili. È stata inoltre proposta una campagna per promuovere la salute mentale dei giovani, ma al momento di questa relazione non è stata formalizzata. In conclusione, la prevalenza della violenza tra pari rimane una questione critica che incide sul benessere dei giovani in Serbia. Le misure proposte, se attuate, potrebbero svolgere un ruolo fondamentale nella creazione di un ambiente più sicuro per i giovani. Tuttavia, è evidente l'urgente necessità di azioni concrete e cambiamenti sistemici, poiché le misure discusse devono ancora essere adottate.

CYBERBULLISMO

Nel regno delle interazioni digitali, i giovani, considerati nativi digitali, stanno affrontando una crescente ondata di cyberbullismo. Secondo il Rapporto Alternativo sulla posizione e sui bisogni dei giovani in Serbia, il 95% degli episodi di cyberbullismo è guidato dai pari, con il 66% degli studenti delle scuole superiori che ha subito violenza digitale. I pericoli si estendono ulteriormente, poiché il 30% degli studenti ha assistito a coetanei che sono caduti vittima di cyberbullismo. Sorprendentemente, l'84% degli studenti delle scuole superiori ammette di mettersi a rischio su Internet. Il cyberbullismo si manifesta in varie forme, tra cui messaggi molesti, furto di password, diffusione di informazioni private o false online, invio di immagini offensive, creazione di sondaggi online sulle vittime, invio di virus, distribuzione di pornografia o spam e impersonificazione di altre persone. La mancanza di consapevolezza tra i giovani riguardo alle misure di supporto per il cyberbullismo aggrava il problema. Una delle sfide principali nella lotta contro il cyberbullismo è la risposta inadeguata delle istituzioni. Le politiche e i protocolli esistenti non riescono ad affrontare le sfumature della violenza digitale. La scarsa familiarità dei giovani con il supporto disponibile aggrava il problema, permettendo al cyberbullismo di persistere ed intensificarsi. Per combattere efficacemente il cyberbullismo è essenziale un approccio multifaccettato. È necessario lanciare campagne di sensibilizzazione per educare sia i giovani che gli adulti sulla prevalenza e le conseguenze della violenza digitale. Inoltre, le istituzioni devono dare priorità allo sviluppo e all'implementazione di politiche e protocolli robusti specificamente progettati per affrontare il cyberbullismo. In conclusione, il cyberbullismo rappresenta una seria minaccia per il benessere dei giovani in Serbia. L'integrazione di misure complete, che includano educazione, consapevolezza e politiche mirate, è imperativa per creare uno spazio digitale più sicuro per i giovani.

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

Ogni anno, circa 210 milioni di persone nel mondo fanno uso di droghe, con circa 200.000 decessi come conseguenza. L'abuso di sostanze psicoattive non solo rappresenta una minaccia per la salute, ma comporta anche un significativo onere socio-economico a livello globale. La prevenzione primaria, controllando l'uso di tutte le sostanze psicoattive, è fondamentale. Tuttavia, in Serbia, gli interventi preventivi sono prevalentemente nel campo della prevenzione universale, mentre gli interventi selettivi e indicati per specifici gruppi a rischio sono poco utilizzati. Il Sondaggio Nazionale sugli Stili di Vita della Popolazione della Repubblica di Serbia del 2014 ha rivelato che l'8,0% della popolazione di età compresa tra 18 e 64 anni ha utilizzato droghe illegali almeno una volta nella vita. La cannabis è stata la droga illegale più comunemente usata, segnalata dal 7,7% dei rispondenti. Sedativi e ipnotici sono stati utilizzati dal 22,4% dei rispondenti nell'anno precedente. Sebbene i documenti strategici e le politiche siano allineati con le linee guida dell'UE, la loro attuazione incoerente richiede maggiore attenzione da parte delle istituzioni competenti.

La situazione dell'uso e abuso di alcol tra i giovani in Serbia è allarmante. Negli ultimi anni, è quasi diventato normale che ogni uscita dei giovani, celebrazione di compleanni o esami superati sia accompagnata da grandi quantità di alcol. Il trend del consumo di alcol tra i giovani è in costante aumento, come indicato da numerosi studi sia a livello mondiale che nel nostro paese. Secondo le ultime ricerche della Commissione Europea, un abitante su cinque dell'Unione Europea tra i 15 e i 24 anni beve regolarmente e in modo eccessivo. In Serbia, secondo la ricerca dell'Istituto per la Protezione della Salute "Trampoline", circa il 50% dei giovani beve occasionalmente bevande alcoliche, il 20% si ubriaca occasionalmente e il 7% beve regolarmente. La ricerca dell'Istituto Trampoline mostra che, in media, la prima ubriacatura in Serbia si verifica all'età di 13,5 anni, e al massimo all'età di 20 anni. I segni di dipendenza compaiono in media intorno ai 21,5 anni, mentre i giovani cercano trattamento tra i 25 e i 27 anni. A Belgrado, quasi la metà degli alcolisti trattati ha meno di 30 anni. La situazione del consumo di alcol tra i giovani in Serbia è allarmante. Studi mostrano che circa il 50% dei giovani beve occasionalmente bevande alcoliche, con il 20% che si ubriaca occasionalmente. La prima esperienza di ubriacatura avviene, in media, all'età di 13,5 anni. I segni di dipendenza compaiono intorno ai 21,5 anni, con trattamento richiesto tra i 25 e i 27 anni. Sebbene vari enti, tra cui il Ministero della Salute, il Ministero degli Affari Interni, il Ministero della Gioventù e dello Sport e altri, partecipino alle azioni di prevenzione, vi è una notevole lacuna nell'implementazione di interventi preventivi selettivi e indicati. L'attuale focus sulla prevenzione universale non riesce a soddisfare le specifiche esigenze degli individui e dei gruppi a rischio. Un approccio comprensivo e multi-settoriale è cruciale per affrontare l'abuso di sostanze psicoattive e il consumo di alcol tra i giovani. Gli sforzi dovrebbero includere programmi di prevenzione mirati durante tutte le fasi dell'educazione, coinvolgendo genitori, educatori e operatori sanitari. I documenti strategici e le politiche necessitano di un'implementazione coerente, con un focus su interventi preventivi selettivi e indicati. In conclusione, sono necessari sforzi urgenti e coordinati per mitigare i rischi associati all'abuso di sostanze psicoattive e al consumo di alcol tra i giovani in Serbia.

DISCRIMINAZIONE

In Serbia, la discriminazione rappresenta una sfida formidabile, influenzando significativamente il benessere dei giovani. Questo capitolo esplora gli aspetti multifaccettati della discriminazione, evidenziando varie forme e gettando luce su gruppi vulnerabili e sfide sistemiche. La discriminazione nell'istruzione rimane un problema urgente, con bambini, specialmente Rom e quelli con disabilità, che affrontano pratiche discriminatorie all'interno delle istituzioni educative. La mancanza di misure preventive tempestive e risposte inadeguate contribuisce alla persistenza di questo problema pervasivo. Le statistiche rivelano una tendenza preoccupante, con 370 casi segnalati di violenza di terzo livello nel 2021. Questo segna un aumento del 44,3% dei casi segnalati dal 2013 al 2019, sottolineando l'urgenza di interventi mirati e riforme sistemiche. Le persone con disabilità incontrano discriminazioni in vari settori, inclusi istruzione, lavoro, vita comunitaria e accesso ai servizi. La stigmatizzazione e la segregazione persistono a causa di pregiudizi radicati e disinformazione.

La discriminazione quotidiana viene segnalata, in particolare nell'istruzione, nel lavoro e nell'accesso ai servizi, sottolineando la necessità di politiche complete e inclusive. I Gruppi Vulnerabili identificati nella Strategia Nazionale per i Giovani, inclusi quelli a rischio di povertà, giovani Rom e giovani con disabilità, sono a maggior rischio di discriminazione. Questo evidenzia l'intersezionalità della discriminazione, necessitando di un approccio sfumato e mirato per affrontare le sfide specifiche affrontate da questi gruppi. La discriminazione nel trattamento tra pari è un'altra dimensione, con i bambini Rom spesso vittime di trattamenti discriminatori da parte dei pari. La prevalenza del trattamento discriminatorio tra pari rimane alta, sottolineando la necessità di una comprensione completa della discriminazione oltre gli atti individuali. Le sfide nel combattere la discriminazione sono multifaccettate. Un ostacolo significativo è la tendenza a categorizzare i comportamenti discriminatori esclusivamente come violenza tra pari. La discriminazione richiede un approccio distinto e completo per affrontarne le cause profonde e le manifestazioni sistemiche. In conclusione, la discriminazione continua a gettare un'ombra sulla vita dei giovani in Serbia. Le statistiche sottolineano l'urgente necessità di interventi mirati, riforme politiche e iniziative educative per promuovere una società inclusiva che valorizzi la diversità e respinga la discriminazione. La lotta contro la discriminazione richiede non solo il riconoscimento, ma anche uno sforzo concertato da parte delle istituzioni e delle comunità per smantellare pregiudizi radicati e garantire pari opportunità per tutti.

SALUTE MENTALE DEI GIOVANI

La pandemia da COVID-19, che è iniziata nel marzo 2020 in Serbia, ha lasciato un'impronta duratura sulla salute mentale della popolazione, colpendo particolarmente i giovani. Il paese affronta le conseguenze di una crisi in corso, come evidenziato dalla situazione epidemiologica stabile ma in evoluzione.

Le sfide per la salute mentale sono aumentate durante la pandemia, manifestandosi con livelli elevati di ansia, depressione e abuso di sostanze tra i giovani. Fattori come le condizioni di vita poco salubri, l'instabilità economica e le esperienze traumatiche hanno aggravato queste sfide, ponendo un rischio significativo per il benessere dei giovani. Uno studio di ricerca completo per il 2023 condotto dal Consiglio Nazionale dei Giovani di Serbia fornisce spunti allarmanti. I giovani si sono sentiti significativamente preoccupati per la propria salute mentale, la maggior parte sperimentando un'ansia aumentata. I dati statistici evidenziano ulteriormente la gravità della situazione:

- Sentimento di Pericolo: Risposta media su una scala da 1 a 5: 2,90; I giovani provenienti dalle grandi città si sono sentiti più vulnerabili degli altri.
- Ottimismo Riguardo al Futuro: Talvolta ottimisti: 49,5%
- Percezione di Perdere la Propria Mente: Talvolta: 23,2%; Spesso: 18,9%; Sempre: 8,7%

L'accesso ai servizi di salute mentale rimane una sfida, con insoddisfazione espressa riguardo alla loro disponibilità ed efficacia. Le raccomandazioni per affrontare la crisi della salute mentale includono interventi urgenti e mirati, l'integrazione dell'educazione alla salute mentale nel sistema educativo formale, il miglioramento dell'accessibilità dei servizi di

salute mentale, la conduzione di workshop nelle istituzioni educative e la promozione di una comunità solidale. Approfondendo ulteriormente l'analisi della salute mentale dei giovani, un gruppo di discussione a Niš ha rivelato ulteriori sfumature:

- Esperienza di Stress, Ansia e Depressione: Il 60% dei giovani non ha incontrato questi problemi, mentre il 35,4% li ha sperimentati in qualche misura.
- Frequenza di Incontri con Problemi di Salute Mentale: Stress: 72,1%; Ansia: 52,7%; Depressione: 37,8%

Il gruppo di discussione ha sottolineato lo stress della vita quotidiana (valutato con un punteggio di 4 su una scala da 1 a 5) e la scarsa informazione sulla salute mentale, principalmente proveniente da internet. Le preoccupazioni per la salute mentale, la insoddisfazione riguardo all'accessibilità dei servizi e il ricorso al supporto tra pari sono emerse come temi ricorrenti. I partecipanti hanno riconosciuto l'importanza della salute mentale ma hanno ammesso di trascurarla nella pratica. La cura sistemica per la salute mentale in Serbia è stata percepita come carente, con raccomandazioni che includono un miglioramento dell'educazione alla salute mentale, un aumento dell'accessibilità ai servizi e l'espansione di modelli come centri di consulenza psicologica gratuiti per i giovani. In conclusione, il panorama della salute mentale in Serbia, specialmente tra i giovani, riflette il profondo impatto della pandemia da COVID-19. Sono necessarie azioni urgenti per garantire il benessere dei giovani, richiedendo un approccio olistico e collaborativo da parte dei decisori politici, degli educatori e degli operatori della salute mentale.

ITALIA

VIOLENZA FRA PARI

Nelle scuole e nelle comunità italiane, la violenza tra pari rimane una problematica preoccupante, richiedendo strategie complete per la prevenzione e l'intervento. Infatti, le statistiche recenti indicano una prevalenza preoccupante della violenza tra pari nelle scuole italiane, con un notevole aumento degli episodi segnalati. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, l'Italia è tra i paesi con la più alta prevalenza di bullismo tra gli undicenni, con il 34% dei ragazzi e il 28% delle ragazze che dichiarano di essere stati bullizzati almeno due o tre volte nei mesi precedenti. Inoltre, secondo uno studio di Statista, nel 2019 ci sono stati 1.271 casi di violenza o minacce contro gli studenti nelle scuole italiane, con un aumento del 13,6% rispetto all'anno precedente. Lo stesso studio ha anche riportato che il cyberbullismo era un fenomeno in crescita, che interessava il 9,5% degli studenti di età compresa tra 11 e 17 anni. Inoltre, l'UNICEF ha affermato che la violenza tra pari può avere impatti negativi sulla salute fisica e mentale dei bambini, così come sul loro rendimento accademico e sulle capacità sociali. Il rapporto ha inoltre sottolineato la necessità di programmi efficaci di prevenzione e intervento che coinvolgano scuole, famiglie, comunità e media. Nonostante siano stati compiuti sforzi per contrastare questa tendenza, rimane una preoccupazione urgente. Alcune regioni e gruppi di età sono più suscettibili alla violenza tra pari, sottolineando la necessità di interventi mirati in queste aree. Per approfondire ulteriormente l'argomento, è importante menzionare che la prevalenza di questo fenomeno sul territorio si esprime soprattutto come conseguenza di atti di violenza tramite segnalazioni delle istituzioni educative e sondaggi condotti tra gli studenti indicano una prevalenza preoccupante. Persistono casi di aggressioni fisiche, abusi verbali e cyberbullismo, che colpiscono gli studenti di diverse fasce d'età e regioni. Negli ultimi anni, c'è stato un preoccupante aumento degli episodi segnalati di violenza tra pari. Questo aumento è attribuito, in parte, alla proliferazione dei canali di comunicazione digitali, che rende più facile per i bulli prendere di mira le loro vittime online. Il cyberbullismo è diventato più diffuso, creando nuove sfide per educatori, genitori e autorità. Studi rivelano disparità regionali nella prevalenza della violenza tra pari. Alcune aree, soprattutto i centri urbani, registrano tassi più elevati di bullismo rispetto ad altre. Queste disparità regionali evidenziano la necessità di interventi mirati in comunità e scuole specifiche. Sebbene la violenza tra pari colpisca studenti di tutte le età, ci sono gruppi di età specifici più suscettibili al bullismo. È essenziale notare che i casi segnalati potrebbero rappresentare solo una frazione degli episodi effettivi. L'under reporting rimane una sfida significativa a causa di vari fattori, tra cui la paura di ritorsioni, lo stigma sociale e la mancanza di fiducia nell'efficacia degli interventi. Molti vittime e testimoni scelgono di non segnalare, rendendo difficile valutare la vera entità del problema.

La prevalenza della violenza tra pari influisce direttamente sull'ambiente accademico. Affrontare la situazione attuale della violenza tra pari in Italia richiede un approccio multifattoriale. Gli sforzi dovrebbero concentrarsi non solo sulla comprensione della prevalenza e dei modelli, ma anche sull'incoraggiamento delle segnalazioni, sulla promozione della consapevolezza e sull'attuazione di interventi basati su evidenze, adattati a diverse fasce d'età e regioni. La collaborazione tra scuole, comunità e autorità è cruciale per creare un ambiente più sicuro per tutti gli studenti.

CYBERBULLISMO

Il cyberbullismo in Italia si riferisce all'uso della tecnologia digitale, come smartphone e piattaforme di social media, per molestare, intimidire o prendere di mira individui, specialmente giovani. Presenta sfide uniche a causa della sua natura online, rendendo essenziale comprendere le varie forme che assume e l'impatto che ha sulle vittime. Concentrandoci sulla situazione attuale di tale fenomeno nel paese, è in aumento con un numero significativo di casi segnalati tra i giovani. Internet e le piattaforme di social media forniscono vie per molestie anonime, aggravando il problema. Naturalmente, i progressi nella tecnologia, inclusi smartphone e app di messaggistica, hanno facilitato la diffusione del cyberbullismo in Italia. La costante connettività ha reso più facile per i perpetratori prendere di mira le loro vittime in qualsiasi momento e ovunque, inclusi i gruppi demografici mirati, in particolare adolescenti e giovani adulti, che sono più vulnerabili al cyberbullismo. La ricerca mostra che gli adolescenti sono frequenti bersagli a causa della loro presenza attiva sulle piattaforme di social media. Tra le diverse cause e i fattori di rischio ci sono l'anonimato e l'impersonificazione e l'influenza dei social media. Per il primo, è ben riconosciuto che l'anonimato fornito dalle piattaforme online incoraggia i cyberbulli, consentendo loro di molestare gli altri senza paura di essere identificati. Anche l'impersonificazione, dove i perpetratori creano profili falsi per attaccare le loro vittime, è un problema diffuso. D'altro canto, le piattaforme di social media amplificano l'impatto del cyberbullismo. Pertanto, il desiderio di validazione sociale, unito alla pressione per mantenere una presenza online, rende i giovani suscettibili a molestie online. La natura digitale del cyberbullismo lo distingue dal bullismo tradizionale, consentendo ai perpetratori di estendere il loro raggio d'azione oltre i confini fisici. Le piattaforme di social media come Facebook, Instagram e Snapchat, così come le app di messaggistica come WhatsApp, forniscono un terreno fertile per gli episodi di cyberbullismo. Diverse forme di cyberbullismo includono la creazione di profili falsi per impersonare le vittime, la circolazione di foto o video imbarazzanti e l'uso di linguaggio offensivo attraverso messaggi di testo o commenti. In effetti, l'impatto del cyberbullismo sulle vittime è profondo e sfaccettato. Oltre al disagio emotivo immediato, le vittime spesso sperimentano effetti psicologici a lungo termine, tra cui ansia, depressione e una diminuita autostima. Le prestazioni accademiche possono risentirne a causa dell'incremento dell'assenteismo e delle difficoltà di concentrazione in classe. Inoltre, le più ampie conseguenze sociali del cyberbullismo includono una cultura online tossica che può influenzare la coesione sociale e l'interazione digitale tra i cittadini.

Affrontare il cyberbullismo richiede un approccio multifattoriale che coinvolga scuole, genitori, decisori politici e aziende tecnologiche. Programmi educativi che promuovono la alfabetizzazione digitale, l'empatia e un comportamento online responsabile sono cruciali. Misure legali, incluse leggi specifiche mirate al cyberbullismo, sono necessarie per rendere gli autori responsabili. Tra le misure preventive, scuole e organizzazioni in Italia stanno implementando programmi educativi per sensibilizzare sul cyberbullismo. Queste iniziative educano gli studenti sulla sicurezza online, sull'uso responsabile di internet e sulle conseguenze del cyberbullismo. Inoltre, educare i genitori sulla alfabetizzazione digitale e incoraggiare una comunicazione aperta con i propri figli è cruciale, poiché il coinvolgimento dei genitori aiuta a identificare segni di cyberbullismo e fornisce supporto alle vittime.

SALUTE MENTALE DEI GIOVANI

La pandemia di COVID-19, che ha afferrato il mondo in modo senza precedenti, ha portato con sé una serie di sfide per la salute mentale. L'Italia, tra i paesi più colpiti durante le fasi iniziali della pandemia, ha affrontato questioni uniche e profonde riguardanti il benessere psicologico dei suoi cittadini. Per quanto riguarda gli effetti psicologici, gli stress indotti dalla pandemia, che includevano preoccupazioni per la salute, incertezze economiche e misure di lockdown rigorose, hanno avuto un impatto significativo sulla popolazione italiana. L'ansia e la paura permeavano la vita quotidiana, creando un diffuso senso di disagio. Inoltre, la nazione ha lottato con un profondo dolore e perdita, con famiglie e comunità che piangevano la perdita di cari a causa del virus. Questi traumi collettivi hanno contribuito a un aumento dei casi di depressione e altri disturbi mentali. Gli operatori sanitari di prima linea sono emersi come eroi silenziosi, sopportando il peso della crisi. I loro sforzi incessanti per salvare vite sono venuti a un costo, portando a esaurimento, stanchezza ed affaticamento emotivo. Gli individui anziani, specialmente quelli nelle strutture di cura a lungo termine, hanno affrontato rischi aumentati, portando ad un aumento dell'isolamento e dello stress mentale. Ultimi ma non meno importanti, gli studenti e i giovani hanno subito interruzioni nell'istruzione e nelle interazioni sociali, esacerbando sentimenti di solitudine e ansia. Per quanto riguarda le strategie di coping e i sistemi di supporto, il governo italiano ha elaborato diverse iniziative, poiché ha rapidamente riconosciuto il tributo alla salute mentale della pandemia, implementando diverse soluzioni e supporti possibili. Questi ultimi includevano linee telefoniche con personale di professionisti della salute mentale, che offrivano consulenza e supporto psicologico alle persone che lottavano con ansia, depressione e dolore. Sono stati sviluppati piattaforme online e applicazioni mobili per fornire strategie di coping basate su evidenze, esercizi di mindfulness e risorse per gestire la salute mentale a casa. Inoltre, sono stati allocati finanziamenti d'emergenza ai servizi di salute mentale per espandere la loro capacità e far fronte alla domanda crescente. D'altro canto, le comunità locali e le organizzazioni non profit hanno svolto un ruolo cruciale nel fornire supporto emotivo e pratico. Sono state avviate iniziative guidate da volontari per assistere le popolazioni vulnerabili, come gli anziani e le persone con condizioni di salute mentale preesistenti, con la spesa alimentare, la consegna dei farmaci e l'interazione sociale tramite telefonate o videochiamate.

I centri comunitari hanno organizzato gruppi di supporto virtuali, creando spazi sicuri per le persone condividere le loro esperienze e strategie di coping. Queste iniziative hanno favorito un senso di appartenenza e ridotto i sentimenti di isolamento tra i membri della comunità. Naturalmente, come sistema di coping, sono stati istituiti numerosi gruppi di supporto online e servizi di consulenza per soddisfare le diverse esigenze di salute mentale della popolazione. I professionisti della salute mentale hanno offerto il loro tempo per facilitare sessioni di terapia virtuali, consulenze di gruppo e workshop focalizzati sulla gestione dello stress e sulla resilienza. Questi servizi erano accessibili a chiunque avesse una connessione internet, garantendo che le persone, indipendentemente dalla loro posizione, potessero ricevere il supporto di cui avevano bisogno. Molti di questi servizi erano gratuiti, rimuovendo le barriere finanziarie all'accesso alle cure per la salute mentale. Per quanto riguarda le conseguenze, è attestato che la pandemia ha accelerato l'adozione di servizi di teleterapia e teleconsulenza nel paese. I professionisti della salute mentale hanno adattato la loro pratica per offrire sessioni di consulenza a distanza, garantendo la continuità delle cure nel rispetto delle linee guida di distanziamento sociale. Le piattaforme di teleterapia hanno garantito la riservatezza e la sicurezza delle sessioni, consentendo alle persone di ricevere terapia dalla sicurezza e dal comfort delle proprie case. Questo approccio non solo ha garantito l'accesso al supporto per la salute mentale, ma ha anche normalizzato il concetto di terapia online, riducendo il pregiudizio associato alla ricerca di aiuto per problemi di salute mentale. Seguendo l'onda, la telemedicina è emersa come un faro di speranza, consentendo consulenze di salute mentale a distanza.

DISCRIMINAZIONE

Definendo la discriminazione come il trattamento ingiusto o pregiudizievole di individui o gruppi sulla base di caratteristiche come razza, etnia, genere, orientamento sessuale, disabilità o religione, è universalmente riconosciuto come possa influire negativamente sui diritti umani, sulla dignità e sul benessere delle persone e delle comunità. Uno dei tipi più diffusi di discriminazione in Italia riguarda i migranti, i richiedenti asilo e i rifugiati, che frequentemente incontrano ostilità, violenza ed esclusione dalla società. Human Rights Watch riporta che l'Italia ha implementato politiche e pratiche che minano i diritti e la protezione di questi gruppi, come negare loro l'accesso a condizioni di accoglienza adeguate, cure sanitarie, istruzione e assistenza legale. Inoltre, l'Italia ha collaborato con la Libia per impedire ai migranti di raggiungere l'Europa via mare, esponendoli a gravi violazioni dei diritti umani nei centri di detenzione libici. Un rapporto esposto da Amnesty International ha dichiarato che nel 2022 l'Italia ha continuato a sostenere la Guardia Costiera libica per intercettare e rimpatriare i migranti in Libia, nonostante le prove di torture, stupri, schiavitù e omicidi che affrontano lì. Un altro tipo di discriminazione in Italia riguarda le persone Rom, che sono una minoranza etnica storicamente emarginata e perseguitata in Europa. Le persone Rom in Italia subiscono discriminazioni in vari ambiti della vita, come alloggio, istruzione, impiego e assistenza sanitaria. Affrontano anche discorsi d'odio, violenze e sfratti forzati dai loro insediamenti. Nel 2022, un politico italiano del partito di estrema destra Fratelli d'Italia ha minacciato di espellere le persone Rom dal paese se il suo partito avesse vinto le elezioni generali di settembre.

Questa dichiarazione illustra i pericoli che i Rom europei affrontano a causa dell'ascesa del nazionalismo e del populismo. Un terzo tipo di discriminazione in Italia riguarda le persone con disabilità, che spesso incontrano ostacoli alla loro piena partecipazione e inclusione nella società. Le persone con disabilità in Italia affrontano sfide nell'accesso a servizi di supporto individualizzati, ragionevoli accomodamenti, vita indipendente e un adeguato tenore di vita. Nel 2022, il Comitato delle Nazioni Unite sui Diritti delle Persone con Disabilità ha emesso una decisione storica contro l'Italia per la violazione dei diritti di una famiglia di persone con disabilità a cui lo stato ha negato servizi di supporto adeguati. Il Comitato ha esortato l'Italia a fornire loro assistenza e compensazione appropriate e ad adottare misure per prevenire violazioni simili in futuro. È risaputo che l'Italia ha compiuto passi avanti nella legislazione antidiscriminazione, tra cui la Direttiva sull'Uguaglianza Razziale, che mira a combattere la discriminazione razziale. Tuttavia, esistono sfide nell'applicazione e c'è bisogno di una implementazione coerente di queste leggi. I confronti con gli standard internazionali evidenziano aree di miglioramento, tra cui una legislazione più completa e sanzioni più severe per pratiche discriminatorie. Sono stati fatti diversi sforzi per combattere la discriminazione, tra cui iniziative governative e importanti iniziative da parte delle ONG. Per quanto riguarda il governo italiano, ha avviato campagne per promuovere l'inclusione e la diversità culturale. D'altra parte, gli sforzi collaborativi con le ONG hanno portato a iniziative di costruzione della comunità, workshop e campagne di sensibilizzazione. Il sostegno finanziario a queste organizzazioni svolge un ruolo cruciale nel favorire l'integrazione sociale e combattere la discriminazione.

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

L'abuso di sostanze in Italia comprende l'uso improprio di varie sostanze psicoattive, sia legali che illegali, con conseguenti gravi preoccupazioni per la salute pubblica. Le sostanze psicoattive alterano la funzione cerebrale e possono portare a dipendenza, tossicodipendenza e a una serie di conseguenze fisiche, mentali e sociali. Questo problema è complesso e colpisce individui, famiglie e comunità, richiedendo sforzi completi per la prevenzione, il trattamento e la riabilitazione. Per quanto riguarda i tipi e i modelli di abuso di sostanze, l'Italia sperimenta un ampio spettro di abuso di droghe, con cannabis, cocaina ed eroina come le droghe illegali più comunemente abusate. Tuttavia, un trend preoccupante è l'abuso di farmaci prescritti, in particolare oppioidi e benzodiazepine. La disponibilità e l'abuso di questi farmaci contribuiscono al carico complessivo dell'abuso di sostanze nel paese. Allo stesso modo, l'abuso di alcol è pervasivo, interessando varie fasce demografiche. L'abuso di alcol nei giovani adulti e il consumo di alcol da parte dei minorenni sono modelli significativi. Il consumo eccessivo di alcol non solo porta a problemi di salute come le malattie epatiche, ma contribuisce anche ad incidenti, violenza e disagio sociale all'interno delle famiglie e delle comunità. Nel corso dello sviluppo di modelli simili, è possibile riconoscere alcuni fattori comuni, tra cui fattori sociali, economici e psicologici. Per quanto riguarda i primi, è stato attestato che le disparità socioeconomiche influenzano significativamente i tassi di abuso di sostanze. Le persone che affrontano povertà e disoccupazione spesso ricorrono alle sostanze come meccanismo di coping. L'accesso limitato all'istruzione e alle opportunità di lavoro esacerba il ciclo dell'abuso di sostanze, colpendo in modo sproporzionato le comunità svantaggiate.

D'altra parte, i fattori psicologici, come lo stress, il trauma e i disturbi mentali come depressione e ansia, spesso sottendono ai problemi di abuso di sostanze. Le persone potrebbero ricorrere a droghe o alcol per automedicarsi e fuggire dal dolore emotivo. I disturbi mentali concomitanti complicano il panorama del trattamento, richiedendo approcci integrati per un intervento efficace. Per quanto riguarda le conseguenze sulla salute, l'abuso di sostanze comporta un impatto devastante che si riflette in una miriade di problemi di salute, che vanno dalla cirrosi epatica causata dall'abuso di alcol ai problemi respiratori associati al consumo di droghe. L'uso di droghe per via endovenosa comporta il rischio di malattie infettive come HIV/AIDS ed epatite. I disturbi mentali, inclusa la psicosi indotta da sostanze, peggiorano ulteriormente il benessere complessivo. Le conseguenze sociali sono altrettanto evidenti quanto sottovalutate, la maggior parte delle volte. L'abuso di sostanze danneggia le relazioni sociali, portando a conflitti all'interno delle famiglie e delle comunità. Gli episodi di violenza domestica spesso coinvolgono l'abuso di sostanze, creando ambienti insicuri. Gli incidenti correlati alle sostanze, i crimini e il giudizio compromesso dovuto all'ubriachezza comportano rischi significativi per la sicurezza pubblica, richiedendo l'intervento delle forze dell'ordine. Gli sforzi di prevenzione includono programmi educativi completi rivolti a scuole e comunità. Questi programmi sensibilizzano sui rischi associati all'abuso di sostanze e promuovono meccanismi di coping sani. Le campagne di sensibilizzazione pubblica mettono in evidenza le conseguenze dell'abuso di sostanze, mirando a dissuadere gli individui, in particolare i giovani adulti, dall'esperimento con droghe o alcol. Per quanto riguarda la riabilitazione e il trattamento, l'Italia offre una gamma di opzioni di trattamento, tra cui consulenza, terapie comportamentali e trattamenti assistiti per la tossicodipendenza. I centri di riabilitazione forniscono programmi strutturati, affrontando gli aspetti fisici e psicologici dell'abuso. Le strategie di riduzione del danno, come i programmi di scambio di siringhe e i locali per il consumo di droghe assistito, privilegiano la sicurezza e la salute degli utenti di sostanze, mirando a ridurre al minimo i rischi associati all'uso di droghe.

BOSNIA ERZEGOVINA

VIOLENZA FRA PARI

La violenza tra coetanei è una preoccupante questione sociale che richiede attenzione in Bosnia ed Erzegovina. Comprendere l'entità e le conseguenze della violenza tra coetanei è essenziale per sviluppare strategie efficaci per prevenire e affrontare questo problema. I dati provenienti da studi di ricerca condotti in Bosnia ed Erzegovina indicano che la violenza tra coetanei è un problema significativo che colpisce i giovani. Secondo un sondaggio condotto da un'ONG locale nel 2018, circa il 30% dei giovani bosniaci ha riportato di aver subito qualche forma di violenza tra coetanei nella propria vita. I tipi più comuni di violenza tra coetanei segnalati sono stati abusi verbali, aggressioni fisiche ed esclusione dai gruppi sociali. Le scuole sono un contesto prominente in cui si verifica la violenza tra coetanei. Lo stesso sondaggio ha rivelato che oltre il 40% degli studenti ha subito bullismo a scuola. Il bullismo fisico e gli abusi verbali erano forme prevalenti di violenza nell'ambiente scolastico. Il bullismo non colpisce solo la vittima, ma può anche creare un ambiente di apprendimento ostile per tutti gli studenti. Con l'aumentato utilizzo della tecnologia digitale, il cyberbullismo è emerso come una preoccupazione significativa tra i giovani bosniaci. Uno studio condotto dall'UNICEF nel 2020 ha scoperto che circa il 25% degli adolescenti in Bosnia ed Erzegovina ha riportato di essere stato vittima di cyberbullismo. Piattaforme di social media e app di messaggistica erano i mezzi più comuni per gli incidenti di cyberbullismo. L'impatto della violenza tra coetanei sulla salute mentale dei giovani è sostanziale. Le vittime di violenza tra coetanei spesso sperimentano angoscia emotiva, ansia, depressione e un calo delle performance accademiche. L'esposizione a lungo termine alla violenza tra coetanei può avere effetti duraturi sull'autostima e sulle interazioni sociali. Riconoscendo la gravità del problema, sono state implementate varie iniziative per prevenire e affrontare la violenza tra coetanei in Bosnia ed Erzegovina. Sono state introdotte politiche anti-bullismo nelle scuole, focalizzandosi sulla promozione di un ambiente di apprendimento sicuro e inclusivo. Organizzazioni non governative e centri giovanili organizzano anche campagne di sensibilizzazione e workshop per promuovere empatia, risoluzione dei conflitti e comunicazione positiva tra i giovani. Le istituzioni educative giocano un ruolo cruciale nella prevenzione della violenza tra coetanei. Gli insegnanti e il personale scolastico dovrebbero essere formati per identificare e affrontare tempestivamente casi di violenza tra coetanei. Inoltre, coinvolgere famiglie, comunità e portatori di interessi rilevanti è fondamentale nel sostenere i giovani e creare una cultura di rispetto e tolleranza. La violenza tra coetanei è una significativa questione sociale che richiede un'azione collettiva in Bosnia ed Erzegovina. La prevalenza della violenza tra coetanei, particolarmente nelle scuole e sulle piattaforme online, sottolinea l'urgenza di sforzi preventivi e di intervento completi. Affrontando le cause profonde e promuovendo una comunicazione positiva ed empatica, la società bosniaca può creare un ambiente più sicuro per i suoi giovani e promuovere una cultura di rispetto e comprensione.

CYBERBULLISMO

Il cyberbullismo si riferisce all'uso deliberato di strumenti di comunicazione digitale, come i social media, la messaggistica istantanea o l'email, per danneggiare, minacciare, molestare o imbarazzare un individuo o un gruppo. Può assumere la forma di messaggi offensivi, diffusione di voci, condivisione di informazioni private o creazione di contenuti denigratori, spesso provocando angoscia emotiva e danni psicologici alle vittime. Il cyberbullismo è emerso come una significativa minaccia alla sicurezza dei giovani in tutto il mondo, compresa la Bosnia ed Erzegovina. Con l'avanzare della tecnologia, i giovani sono sempre più esposti alle piattaforme online, rendendoli suscettibili a varie forme di cyberbullismo. Il cyberbullismo è un problema diffuso che colpisce i giovani in Bosnia ed Erzegovina. Con l'aumentare dell'uso di internet e dei social media, i casi di cyberbullismo sono aumentati significativamente. Una mancanza di alfabetizzazione digitale e consapevolezza sulla sicurezza online può aggravare il problema, rendendo i giovani più vulnerabili al cyberbullismo. Il cyberbullismo ha profonde conseguenze sulla sicurezza e sul benessere dei giovani bosniaci. Le vittime di cyberbullismo spesso sperimentano ansia, depressione, bassa autostima e ritiro sociale. Nei casi più gravi, il cyberbullismo è stato collegato a ideazioni e tentativi suicidi, evidenziando ulteriormente l'urgente necessità di affrontare questo problema. La Bosnia ed Erzegovina ha compiuto sforzi per affrontare il cyberbullismo attraverso il suo quadro giuridico esistente. La legislazione relativa alla protezione dei dati, al cyberbullismo e alla protezione dell'infanzia può includere disposizioni che coprono i casi di cyberbullismo. Inoltre, si incoraggia le istituzioni educative ad adottare politiche anti-bullismo, che dovrebbero includere disposizioni relative alla prevenzione e all'intervento del cyberbullismo. Diverse organizzazioni non governative e agenzie governative in Bosnia ed Erzegovina stanno lavorando per sensibilizzare sul cyberbullismo e implementare misure preventive. Queste iniziative includono programmi educativi nelle scuole e nelle comunità che promuovono l'alfabetizzazione digitale, la sicurezza online e l'uso responsabile di internet. Empowerare i giovani con conoscenze e competenze può aiutarli a proteggersi e proteggere i propri coetanei dal cyberbullismo. L'accesso a servizi di supporto e consulenza è cruciale per le vittime di cyberbullismo. In Bosnia ed Erzegovina, sono stati istituiti linee telefoniche di assistenza, centri di consulenza e piattaforme online per fornire assistenza e supporto emotivo ai giovani che affrontano incidenti di cyberbullismo. La disponibilità di tali risorse è essenziale per aiutare le vittime a far fronte all'impatto emotivo del cyberbullismo. Il cyberbullismo rappresenta una seria minaccia alla sicurezza dei giovani in Bosnia ed Erzegovina, richiedendo sforzi collettivi da parte di tutte le parti interessate per combatterlo efficacemente. Misure legali, programmi educativi e servizi di supporto devono essere integrati per creare un ambiente digitale sicuro per i giovani bosniaci. Fostering a culture of respect and empathy, e promuovendo un uso responsabile di internet, il paese può compiere significativi passi avanti nel garantire la sicurezza e il benessere della sua giovane popolazione nell'era digitale.

SALUTE MENTALE DEI GIOVANI

La pandemia di COVID-19 ha avuto un profondo impatto sulla salute mentale degli individui in tutto il mondo, compresa la popolazione giovanile in Bosnia ed Erzegovina.

La pandemia ha portato sfide senza precedenti, tra cui la paura di contrarre l'infezione, l'isolamento sociale a causa dei lockdown e delle misure di distanziamento fisico, l'incertezza economica, la perdita di persone care e le interruzioni nell'istruzione e nella vita quotidiana. Questi fattori hanno contribuito ad aumentare i livelli di ansia, stress e incertezza, che possono portare a varie problematiche di salute mentale. La rappresentazione mediatica del COVID-19 come minaccia esclusiva e la costante copertura della pandemia possono esacerbare il panico e lo stress tra gli individui. La disinformazione, i pettegolezzi e il sensazionalismo possono alimentare ulteriormente ansia e paura, rendendo più difficile per i giovani affrontare le incertezze portate dalla pandemia. Alcune delle problematiche di salute mentale che la popolazione giovanile in Bosnia ed Erzegovina, come in molti altri luoghi a livello globale, potrebbe aver affrontato a causa della pandemia includono: Disturbi d'ansia - L'incertezza della pandemia e la paura della diffusione del virus possono scatenare o esacerbare disturbi d'ansia nei giovani. Disturbo ossessivo-compulsivo (DOC) - La paura di contaminazione e il lavaggio eccessivo delle mani o la pulizia in risposta alle minacce percepite della pandemia possono portare a sviluppare o peggiorare i sintomi del DOC. Disturbo da stress post-traumatico (PTSD) - I giovani che hanno vissuto gravi malattie, perdite di persone care o significative interruzioni della vita durante la pandemia possono essere a rischio di sviluppare il PTSD. Depressione - L'isolamento sociale, le pressioni accademiche e le incertezze economiche possono contribuire allo sviluppo di sintomi depressivi nei giovani. Problemi di sonno - Lo stress e l'ansia legati alla pandemia possono portare a disturbi del sonno e insonnia nella popolazione giovanile. È importante che individui, famiglie e comunità riconoscano l'impatto della pandemia sulla salute mentale e cerchino il supporto e le risorse appropriati. I governi e le istituzioni sanitarie devono anche dare priorità ai servizi di salute mentale e promuovere il benessere mentale, in particolare per la popolazione giovanile, durante e dopo la pandemia. Il supporto accessibile ed economico per la salute mentale può contribuire a mitigare gli effetti a lungo termine della crisi da COVID-19 sulla salute mentale.

DISCRIMINAZIONE

La discriminazione tra i giovani è un problema sociale urgente che richiede attenzione in Bosnia ed Erzegovina. La discriminazione in varie forme, come quella etnica, religiosa, razziale e basata sul genere, è segnalata tra i giovani bosniaci. Secondo uno studio condotto dal Programma di Sviluppo delle Nazioni Unite (UNDP) nel 2019, circa il 30% dei giovani in Bosnia ed Erzegovina ha sperimentato almeno una volta nella vita la discriminazione. La discriminazione etnica è stata segnalata come il tipo più comune, seguita dalla discriminazione religiosa. Le scuole possono essere un ambiente significativo in cui si verifica la discriminazione. I dati dello stesso studio UNDP hanno rivelato che circa il 20% dei giovani ha sperimentato discriminazioni nel contesto educativo. La discriminazione nelle scuole può avere un impatto negativo sul rendimento scolastico e sul benessere emotivo dei giovani studenti, portando a sentimenti di esclusione e alienazione. I dati dello studio UNDP hanno anche indicato che la discriminazione è diffusa nel settore dell'occupazione. I giovani delle minoranze, in particolare quelli delle minoranze etniche o religiose, incontrano ostacoli nell'accesso alle opportunità di lavoro e sono più inclini a subire discriminazioni sul posto di lavoro.

La discriminazione può avere effetti dannosi sulla salute mentale e sul benessere dei giovani bosniaci. I giovani che subiscono discriminazioni sono più inclini all'ansia, alla depressione e allo stress. Possono anche incontrare difficoltà nel formare connessioni sociali e nello sviluppare un'identità positiva. Il governo bosniaco, le ONG e le organizzazioni della società civile stanno lavorando per combattere la discriminazione e promuovere l'inclusione tra i giovani. Misure legali, come le leggi contro la discriminazione, mirano a proteggere i diritti degli individui e a combattere pratiche discriminatorie. Iniziative educative e campagne di sensibilizzazione vengono anche condotte per promuovere la tolleranza, il rispetto e la diversità. Le istituzioni educative svolgono un ruolo cruciale nel favorire un ambiente inclusivo. L'implementazione di curricula che enfatizzano la diversità culturale e la promozione del dialogo interculturale possono contribuire a ridurre le attitudini discriminatorie tra i giovani bosniaci. Inoltre, il supporto e il coinvolgimento della comunità sono fondamentali nel contrastare comportamenti discriminatori e nel creare una società più accogliente. La discriminazione rimane un problema preoccupante che colpisce i giovani in Bosnia ed Erzegovina. La diffusione della discriminazione, in particolare nelle scuole e nel lavoro, richiede sforzi concertati per promuovere l'inclusione, il rispetto e la comprensione tra i giovani bosniaci. Affrontando atteggiamenti e comportamenti discriminatori e fornendo supporto a coloro che ne sono colpiti, la Bosnia ed Erzegovina può lavorare per creare una società più armoniosa che abbracci la sua ricca diversità culturale.

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

L'abuso di sostanze psicoattive tra i giovani è una seria preoccupazione per la salute pubblica in Bosnia ed Erzegovina. I dati di un sondaggio nazionale condotto nel 2020 dall'Istituto per la Salute Pubblica della Federazione di Bosnia ed Erzegovina hanno rivelato che circa il 13% dei giovani tra i 15 ei 24 anni ha dichiarato di aver fatto uso di droghe illecite almeno una volta nella vita. Le sostanze più comunemente abusate includevano la marijuana, seguita dai cannabinoidi sintetici e altre droghe illecite. Lo stesso sondaggio ha indicato che l'uso di alcol e tabacco tra i giovani bosniaci era diffuso. Circa il 34% dei giovani ha dichiarato di consumare alcol, e circa il 20% ha riferito l'uso di tabacco nel mese precedente. Diversi fattori di rischio contribuiscono all'abuso di sostanze psicoattive tra i giovani bosniaci. Fattori socioeconomici, pressioni dei pari, dinamiche familiari e esposizione alle sostanze attraverso i media e gli ambienti sociali giocano ruoli significativi nell'influenzare i comportamenti legati all'uso di sostanze. L'abuso di sostanze psicoattive può avere gravi conseguenze sulla salute fisica e mentale dei giovani. L'uso di sostanze in giovane età può portare a compromissioni cognitive, dipendenza, difficoltà accademiche e problemi di salute a lungo termine. Inoltre, l'abuso di sostanze è spesso associato a un aumento del rischio di problemi di salute mentale come ansia e depressione. Il governo bosniaco e varie organizzazioni stanno lavorando per affrontare l'abuso di sostanze tra i giovani. Programmi di prevenzione, campagne educative e iniziative di sensibilizzazione mirano a aumentare la consapevolezza sui rischi dell'abuso di sostanze e promuovere scelte di vita salutari. Garantire l'accesso ai servizi di trattamento e riabilitazione è cruciale per i giovani che lottano con l'abuso di sostanze. Servizi di supporto, consulenza e programmi di riabilitazione sono essenziali per aiutare i giovani a superare la dipendenza e reintegrarsi nella società.

POLONIA

VIOLENZA FRA PARI

La violenza tra pari tra i giovani è diventata un problema significativo in tutto il mondo, avendo un effetto negativo sul benessere fisico e mentale. La Polonia non fa eccezione, poiché casi di bullismo, molestie e aggressioni tra giovani sono stati segnalati in vari contesti sociali, tra cui scuole e quartieri. La violenza tra pari, una forma di aggressione e violenza tra persone di età simile, è un grave problema sociale in Polonia. I giovani, che dovrebbero vivere un periodo pieno di apprendimento, divertimento e accettazione reciproca, diventano spesso vittime o autori di violenza nel loro ambiente. Questo pone una sfida sociale difficile da sottovalutare, che coinvolge molti giovani di diverse età e background. La violenza tra pari si manifesta in varie forme, come violenza fisica, psicologica, emotiva e anche cyberbullismo. Questo problema non solo comporta gravi conseguenze per la sicurezza e la salute dei giovani, ma influisce anche sul loro sviluppo emotivo, sociale ed educativo. Tuttavia, manca una completa raccolta di dati ufficiali sulla violenza tra pari in Polonia, il che può rappresentare una sfida nel monitorare ed affrontare efficacemente il fenomeno. Le statistiche della polizia sono spesso limitate ai crimini che avvengono nelle scuole o in altre istituzioni educative. Tuttavia, i dati disponibili suggeriscono che la violenza tra pari rimanga un problema significativo nelle scuole polacche. Secondo i rapporti della polizia del 2021, i crimini più frequentemente registrati nelle istituzioni educative erano il furto di proprietà altrui, i furti e i danni materiali. Tuttavia, va notato che negli ultimi anni vi è stato un calo nel numero di crimini di violenza tra pari nei luoghi scolastici. Tuttavia, va esercitata cautela nell'interpretare questi dati, poiché l'impatto della pandemia da COVID-19 sull'apprendimento a distanza potrebbe avere influito sul numero di crimini segnalati. I rapporti di ricerca presentano un quadro più complesso della violenza tra pari in Polonia. Una diagnosi nazionale della scala e dei determinanti del maltrattamento dei minori, condotta su un campione nazionale di bambini e adolescenti di età compresa tra 11 e 17 anni, mostra che la violenza tra pari è la categoria di vittimizzazione più diffusa. Più della metà dei partecipanti (57%) ha subito violenza tra pari nella propria vita, e il 36% l'ha subita nell'ultimo anno. Le forme di violenza più frequentemente citate sono state violenza fisica e psicologica, aggressioni di gruppo, bullismo e violenza nei rapporti sentimentali. Esistono differenze di genere ed età nella prevalenza della violenza, con le ragazze più inclini a subire violenza psicologica e gli adolescenti più anziani più inclini a subire violenza nei rapporti sentimentali. La maggior parte della violenza tra pari avviene tra conoscenti, sottolineando l'importanza dell'educazione alla tolleranza, al rispetto e alle relazioni sane tra adolescenti. La violenza tra pari può avere varie fonti. Spesso deriva da una mancanza di capacità di risoluzione dei conflitti, bassa autostima o imitazione di modelli di aggressione nei media. La violenza può anche essere innescata dalla pressione del gruppo di pari, dal desiderio di dominio o dalla mancanza di capacità di empatia e comprensione degli altri. Per le vittime di violenza tra pari, l'esperienza dell'aggressione può portare a gravi conseguenze emotive, come ansia, depressione, problemi di concentrazione o bassa autostima.

Per gli autori, d'altra parte, l'aggressività in giovane età può diventare un modello distruttivo di comportamento che si perpetua nella vita adulta. Il governo polacco, le istituzioni educative e le organizzazioni non governative stanno adottando misure per combattere la violenza tra pari e garantire la sicurezza dei giovani. I programmi educativi governativi si concentrano sulla prevenzione della violenza tra pari, educando i giovani sul conflitto, sull'empatia, sull'assertività e sulla risoluzione pacifica dei problemi. Le scuole ricevono supporto nel contrastare la violenza tra pari, e gli insegnanti vengono formati per riconoscere e rispondere agli episodi di violenza. Inoltre, esistono una varietà di iniziative della comunità che offrono supporto psicologico e assistenza in caso di crisi. Le organizzazioni non governative conducono campagne pubbliche, organizzano workshop e formazioni, supportano le vittime e offrono loro spazio per esprimere le proprie esperienze. La cooperazione tra il settore pubblico e le ONG è un elemento chiave nel combattere la violenza tra pari.

CYBERBULLISMO

La situazione in Polonia riguardante il cyberbullismo tra i giovani è sempre più allarmante. Con lo sviluppo della tecnologia e l'ampio accesso a Internet, questo fenomeno sta guadagnando terreno e influenzando la vita di molti giovani. Inoltre, c'è un divario tra genitori e insegnanti e gli studenti in termini di conoscenza e consapevolezza del cyberbullismo. Il cyberbullismo è una forma di aggressione che utilizza la tecnologia moderna, come i social media, i messaggi di testo, le email o i forum online, per danneggiare, insultare, intimidire e ridicolizzare gli altri. Una delle principali sfide del cyberbullismo è la mancanza di statistiche accurate. Molti casi non vengono segnalati e le vittime spesso hanno paura di chiedere aiuto per vergogna, paura di ritorsioni o mancanza di fiducia nelle istituzioni competenti. Tuttavia, pochi rapporti e studi indicano che un numero significativo di giovani in Polonia è colpito dal problema. Secondo lo studio Rapporto Bambini sul Web 2020 condotto dalla Fondazione Dajemy Dzieciom Siłę (FDSD), ben il 43% dei bambini e degli adolescenti dai 9 ai 17 anni ha subito una forma di cyberbullismo. Le forme più comuni sono state gli insulti e le molestie, che hanno coinvolto rispettivamente il 30% e il 24% dei partecipanti al sondaggio. Inoltre, il 18% dei partecipanti al sondaggio è stato vittima di ridicolo e il 17% ha subito diffamazione e pettegolezzi. Preoccupante anche il fatto che il 10% dei partecipanti al sondaggio sia stato vittima di phishing e il 6% abbia subito sorveglianza o abuso dei propri contenuti privati. I bambini stanno entrando nel mondo di Internet e della tecnologia moderna sempre più precocemente. Secondo lo studio Nastolatki 3.0, già all'età di 7-8 anni un gruppo significativo di bambini inizia la propria avventura online. Inoltre, circa il 20,5% degli adolescenti ha ammesso di avere un proprio telefono con accesso a Internet a quell'età. I risultati dello studio mostrano che questa tendenza è in aumento e che prima dell'età di 6 anni alcuni giovani utenti online, fino al 12,9% dei partecipanti al sondaggio, avevano già i propri dispositivi con accesso a Internet, tra cui telefoni (3,4%) e computer (9,5%). Le ragioni più comuni per essere odiati sono le convinzioni (14,9%), l'aspetto (13,5%), gli hobby (11,6%), la nazionalità (8,1%) e l'abbigliamento (8,0%). Tuttavia, molte persone non ammettono di essere vittime di cyberbullismo, per vergogna o paura della reazione degli altri. Il silenzio delle vittime rende difficile rilevare il furto e può portare a gravi conseguenze psicologiche, come depressione o tentativi di suicidio.

Il cyberbullismo può avere gravi conseguenze per i giovani. Le vittime spesso subiscono effetti emotivi negativi, come ansia, depressione, sentimenti di isolamento o bassa autostima. Possono anche avere difficoltà a stabilire relazioni sane con i pari e gli adulti, il che può portare a problemi psicologici a lungo termine. Inoltre, gli studi mostrano che la maggior parte degli studenti non parla ai propri genitori delle proprie attività online. Solo l'8% di loro discute spesso del comportamento online a casa. I genitori spesso non sono partner nelle discussioni sul cyberbullismo o sulla sicurezza informatica. Di conseguenza, c'è una mancanza di fiducia reciproca tra genitori e figli, rendendo difficile combattere efficacemente il problema. Una sfida aggiuntiva è l'inadeguata educazione alla sicurezza informatica sia nelle scuole che nelle famiglie. Gli studenti spesso non sono consapevoli delle conseguenze delle proprie azioni online, e i genitori spesso non sono interessati a ciò che i loro figli fanno online. La mancanza di consapevolezza di molti fenomeni negativi e l'ignoranza su come rispondere al cyberbullismo rendono i giovani più vulnerabili. Il governo sta lanciando una serie di campagne sociali per avvertire i genitori e gli operatori sanitari dei problemi associati a questo fenomeno e ha preparato un'applicazione mobile che consente il supporto nell'impostazione delle regole per l'uso di Internet e delle app e dà ai genitori accesso alle informazioni sull'attività del loro figlio sul proprio dispositivo: smartphone, tablet, computer. Funziona collegando - abbinando l'attrezzatura dei genitori e dei bambini.

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

La situazione riguardante l'abuso di sostanze psicoattive da parte dei giovani in Polonia è allarmante e richiede particolare attenzione. I giovani spesso si trovano sotto pressione dai propri coetanei, stress e le sfide dell'adolescenza, che possono favorire l'esperimento con varie sostanze alla ricerca di divertimento, di un'evasione dai problemi o per riequilibrare l'umore. Questo, a sua volta, può portare a gravi conseguenze sulla salute e sociali. Secondo i dati provenienti da vari studi e rapporti, il numero di giovani che abusano di sostanze psicoattive come alcol, sigarette, marijuana, anfetamine, ecstasy o droghe sintetiche è ancora significativo. Alcune di queste sostanze sono disponibili legalmente, il che potrebbe influenzare una maggiore accessibilità per gruppi di età più giovani. Uno studio su studenti del primo anno delle scuole superiori di 14-15 anni ha mostrato che i fattori ambientali, come l'influenza dei pari, il sostegno dei genitori, il legame con la scuola, le norme soggettive e i tratti della personalità, giocano un ruolo chiave nella decisione degli adolescenti di utilizzare sostanze psicoattive. Durante la pandemia da COVID-19, è stato osservato un aumento della prevalenza della depressione tra gli adolescenti, ma allo stesso tempo si è osservata una riduzione dell'abuso di sostanze. La pandemia ha influenzato l'organizzazione della vita sociale, il che potrebbe aver accentuato certe tendenze legate all'uso di sostanze e alla depressione. È stato anche interessante scoprire che gli studenti più giovani erano meno propensi a utilizzare sostanze psicoattive rispetto agli studenti più anziani, il che è stato sorprendente nel contesto della riforma dell'istruzione che ha introdotto i seienni in prima elementare. Le restrizioni legate alla pandemia potrebbero aver influenzato gli studenti più giovani a proteggersi dalle influenze negative dei coetanei più grandi.

Il predittore più importante dell'uso di sostanze sembrava essere la partecipazione a raduni sociali dove venivano utilizzate droghe. Nonostante le restrizioni legate alla pandemia, gli adolescenti hanno continuato a partecipare a tali raduni, il che è un problema da comprendere. Inoltre, indipendentemente dalla situazione pandemica, l'aumento della popolarità di nuove sostanze psicoattive che spesso appaiono sul mercato con effetti sulla salute sconosciuti è anche un problema. Molte di queste sostanze possono essere molto pericolose e causare gravi rischi per la salute e la vita degli utenti, specialmente i giovani, che sono più inclini a comportamenti rischiosi. Le autorità polacche stanno adottando misure per prevenire l'abuso di sostanze tra i giovani attraverso programmi educativi, campagne sociali e il rafforzamento del sistema di supporto e assistenza per i tossicodipendenti. Tuttavia, c'è ancora bisogno di attività di prevenzione più efficaci e di una migliore coordinazione tra le istituzioni per contrastare il problema.

ALBANIA

VIOLENZA TRA PARI

Nell'analizzare la violenza contro i bambini in Albania, è necessario considerare le barriere socioeconomiche affrontate dalle famiglie albanesi. Uno studio sull'"Etica nel sistema educativo albanese" ha rivelato che l'83% dei bambini in età scolare segnala la presenza di comportamenti non etici da parte del personale scolastico, tra cui: insulti, linguaggio sarcastico, nomignoli denigratori, ecc. Secondo la signora Ilina Polena, assistente sociale che lavora con i giovani a Tirana, si auspica un cambiamento nei servizi psico-sociali nelle scuole. A causa dell'alto numero di bambini per psicologo, 2500 bambini per psicologo, distribuiti su più scuole, si crea un ambiente impossibile per fornire a ciascun bambino cure adeguate individualmente. La signora Polena spiega che "nel servizio psico-sociale, il problema principale in Albania è che il servizio dello psicologo è molto disperso. E lui/lei/ deve andare a scuola solo una volta a settimana o al massimo due. Il numero di studenti nelle scuole è relativamente alto, quindi è impossibile soddisfare completamente le loro esigenze". La signora Polena suggerisce che il sistema educativo nelle scuole dovrebbe avere 1 psicologo per scuola al fine di aumentare il ruolo e la qualità dei servizi che lo psicologo può fornire. Ilina Polena, afferma che nel corso degli anni i bambini sono più aperti con lo psicologo e chiedono il suo parere in ogni caso. "I bambini sono molto più inclini a parlare con lo psicologo che con i loro genitori. Mentre i genitori pensano che andare dallo psicologo sia un problema importante, i bambini sono favorevoli al nostro servizio e vengono con molto divertimento a condividere qualsiasi preoccupazione. Anche alcuni bambini, oltre alla consulenza individuale, cercano anche la consulenza di gruppo tra loro per capire e chiarire i loro problemi". L'Agenda nazionale per i diritti dei bambini (AKDF) è stata redatta nello spirito della Strategia europea per i diritti dell'infanzia, considerando nei suoi 4 obiettivi politici i 6 obiettivi: 1. Partecipazione alla vita politica e democratica: un'UE che permette ai bambini di essere cittadini attivi e membri di società democratiche; 2. Inclusione socio-economica, salute ed educazione: un'UE che combatte la povertà infantile, promuove società inclusive e amiche dei bambini, sistemi sanitari ed educativi; 3. Combattere la violenza contro i bambini e garantire la protezione dell'infanzia: un'UE che aiuta i bambini a crescere liberi dalla violenza; 4. Giustizia amica dei bambini: un'UE in cui il sistema giudiziario sostiene i diritti e i bisogni dei bambini; 5. Società digitale e informazione: un'UE in cui i bambini possono navigare in sicurezza nell'ambiente digitale e utilizzare le sue opportunità; 6. Dimensione globale: un'UE che sostiene, protegge ed emancipa i bambini a livello globale, anche durante crisi e conflitti.

CYBERBULLISMO

L'uso dei social network da parte dei giovani albanesi ha raggiunto cifre relativamente elevate, con oltre l'85% dei giovani albanesi che hanno accesso a Internet e il tempo medio che trascorrono online è superiore alle 3 ore al giorno.

Questi dati sono positivi se li relazioniamo al diritto all'informazione e negativi quando ci confrontiamo con i rischi del mondo online. Questo può essere detto riguardo ai casi online, quando il bullismo è più misurabile, ma cosa possiamo dire dei casi offline, che di solito non vengono segnalati! Fonti secondarie (AMA, INSTAT, ecc.) mostrano che ci sono cifre elevate di utilizzo del bullismo verbale in Albania sia online che offline. Il 60% dei bambini e dei giovani in Albania sono vittime di bullismo online (isigurt.al 2019). Durante gli anni 2016-2018, sono stati segnalati oltre 300 casi di bambini e giovani alla piattaforma, di cui circa il 62% ha subito bullismo online. La stessa situazione è stata notata nel 2019, dove da gennaio a giugno 2019, su 35 casi segnalati, il 60% di essi è stato collegato a discorsi d'odio, minacce online e ricatti. Secondo uno studio intitolato "Uno studio sulla sicurezza online dei bambini in Albania", il bullismo, il furto di password e la visione di pornografia coinvolgono il 45% dei bambini ogni giorno. Solo il 44% dei bambini riceve informazioni sulla sicurezza online dai genitori o da vari canali per segnalare gli incidenti online.

SALUTE MENTALE DEI GIOVANI

Le istituzioni dovrebbero durante la pandemia, che dovrebbe servire anche come momento per riflettere su questo aspetto anche in seguito, prima di tutto aumentare il numero di psicologi nelle scuole. In futuro, dovrebbero essere aggiunte lezioni specifiche per la salute mentale dei bambini, dove si parla del Covid-19 da una prospettiva diversa, cercando di ridurre il panico che i bambini possono provare a causa delle notizie che sentono nei media e nei social network. I social network, oltre agli elementi positivi già conosciuti, possono presentare un pericolo per l'equilibrio mentale dei gruppi sociali, dove vengono isolati bambini e adolescenti. Vari studi hanno dimostrato che vi è una relazione tra l'uso eccessivo dei vari social network e un aumento della depressione e dell'ansia. In secondo luogo, i media, attraverso programmi informativi ed educativi, possono ampliare lo spazio durante la pandemia in questo aspetto, concentrandosi sui bambini come categoria, poiché come ho evidenziato all'inizio dell'articolo, stanno vivendo lo stress peggiore della pandemia. Un ruolo ancora più importante è svolto dall'istituzione della famiglia. I genitori svolgono indubbiamente il loro ruolo nell'educazione dei figli e dovranno essere più attenti in questo periodo, cercando di spiegare la pandemia ai bambini senza influenzerli negativamente, aumentando il loro panico o causando loro stress e ansia. Questa crisi sanitaria può anche servire per nuove opportunità di cooperazione tra genitori e figli, in modo che il loro legame sia rafforzato. I genitori e i bambini si trovano già in una situazione difficile, sotto l'ansia creata dal virus, la sovrapproduzione di panico da parte dei media e le difficoltà economiche. Aiuto è stato fornito da varie organizzazioni come OMS e UNICEF, che hanno collaborato per pubblicare risorse online durante questo periodo, dove vengono forniti consigli dettagliati per una genitorialità più sana. Durante una pandemia, le richieste di personale sanitario sono straordinarie e costanti. I risultati positivi in termini di salute pubblica sono chiaramente condizionati dal funzionamento efficace del personale all'interno del sistema sanitario, poiché senza dubbio è necessaria una risposta che coinvolga tutta la società. L'ideale sarebbe un sistema sanitario con un numero sufficiente di personale, con un assenteismo minimo dovuto all'infezione da virus, personale che lavori al massimo delle proprie potenzialità e mostri bassi livelli di burnout e stress, nonché personale dotato degli adeguati dispositivi di protezione individuale, attrezzature e farmaci necessari per trattare i pazienti.

Pertanto, il monitoraggio e la cura del benessere psicologico del personale in queste condizioni diventano ancora più necessari. Dal momento dell'insorgenza di COVID-19 fino ad oggi, il personale del sistema sanitario, specialmente quelli negli ospedali, ha affrontato numerosi e continui problemi che non avevano mai incontrato prima. Le decisioni devono essere prese rapidamente, dalla tracciatura efficiente (trriage), all'isolamento dei pazienti sospetti di essere infetti, al trattamento appropriato, all'alta mortalità fino alla decisione se chiudere o meno una particolare ala o centro sanitario quando un paziente o un membro del personale risulta positivo. D'altra parte, l'uso di materiali protettivi per lunghi periodi ha causato difficoltà nella respirazione, restrizioni nell'assunzione di acqua o nell'uso del bagno, causando affaticamento fisico e mentale. L'elevato numero di pazienti ospedalizzati con COVID-19, rispetto alla preparazione in termini di risorse umane e materiali, con carenze di personale, nei materiali necessari per la protezione individuale o nelle attrezzature mediche come i ventilatori, la necessità di utilizzarli con parsimonia tutto ciò, accompagnato da profondi dilemmi etici e morali, nonché dall'impossibilità di avere un vaccino in così breve tempo, ha reso questa pandemia piuttosto stressante per il personale medico in generale. Gli obiettivi dello studio "Insieme per la vita" avevano due obiettivi principali: Identificare il livello di attrezzature con i materiali di protezione individuale necessari e il senso di sicurezza di medici e infermieri a tutti e tre i livelli del sistema sanitario pubblico; Esaminare le preoccupazioni e le conseguenze psicologiche di fronte alla pandemia di COVID-19 tra il personale sanitario a tutti e tre i livelli del sistema sanitario pubblico. La fase dello studio quantitativo è stata sviluppata sotto forma di un sondaggio quantitativo online, che è stato auto-amministrato dai soggetti partecipanti, medici e infermieri, coprendo tutti i livelli del sistema sanitario pubblico (primario, secondario e terziario) nel rango nazionale. In totale, 686 professionisti erano interessati a partecipare, di cui 279 questionari sono stati esclusi per incompletezza, 101 casi sono stati esclusi poiché lavoravano solo nel settore privato o in posizioni amministrative e 306 casi sono stati considerati interviste riuscite (45%). Più specificamente, il profilo dei partecipanti è presentato di seguito: Dall'insieme di 306 interviste riuscite, il 56% sono infermieri, il 41% sono medici e il 3% sono altri (laboratoristi, ostetriche, ecc.). Otto su dieci intervistati (81%) lavorano solo nel settore pubblico.

DISCRIMINAZIONE

Sviluppo del quadro normativo per garantire l'uguaglianza e la non discriminazione in Albania - La Costituzione della Repubblica di Albania sancisce il principio di uguaglianza e non discriminazione. L'articolo 18 prevede che "Tutti sono uguali di fronte alla legge e che nessuno può essere discriminato in modo ingiusto per motivi come il genere, la razza, la religione, l'etnia, la lingua, le convinzioni politiche, religiose o filosofiche, lo status economico, l'istruzione, l'affiliazione sociale o parentale". Albania è parte di strumenti internazionali per la protezione dei diritti umani e della non discriminazione. Le norme internazionali hanno un'influenza molto importante sul sistema giuridico e sulle politiche nazionali del nostro paese. Il loro rapporto con la legislazione nazionale vigente, determinato dalla Costituzione della Repubblica di Albania, dà l'opportunità di fare riferimento a importanti documenti internazionali nell'attività della nostra istituzione. In raccomandazioni legislative e altre raccomandazioni, nelle decisioni relative alla revisione delle denunce, nei rapporti annuali e nei rapporti speciali, la KMD ha fatto riferimento ad atti internazionali ratificati dallo stato albanese.

Il quadro normativo nel campo dell'uguaglianza e della non discriminazione ha subito sviluppi durante il 2014, che stiamo illustrando in questa edizione del rapporto: La Convenzione del Consiglio d'Europa "Sulla prevenzione e la lotta contro la violenza contro le donne e la violenza in famiglia" è stata ratificata dall'Albania nel 2012. Con la legge n. 104/2012, "Sulla ratifica della Convenzione del Consiglio d'Europa 'Sulla prevenzione e la lotta contro la violenza contro le donne e la violenza domestica'", lo stato albanese ha mostrato la sua disponibilità a completare il quadro normativo che affronta la violenza domestica e ad adempiere agli obblighi che derivano da questa Convenzione. La convenzione è entrata in vigore l'1 agosto 2014. Questa convenzione considera la violenza domestica come una delle forme più gravi di violazioni dei diritti umani. La Convenzione riconosce la violenza contro le donne come espressione di relazioni di potere storicamente diseguali tra donne e uomini. La Convenzione si applica a tutte le forme di violenza contro le donne, compresa la violenza domestica, che colpisce in modo sproporzionato le donne. La prevenzione, la protezione delle donne da tutte le forme di violenza, il perseguimento dei responsabili, l'eliminazione della violenza contro le donne e la violenza domestica, l'eliminazione di tutte le forme di discriminazione contro le donne, nonché la promozione della reale parità tra uomini e donne sono alcuni dei pilastri principali di questo atto internazionale. La situazione della discriminazione in Albania Questa parte presenta la situazione riguardante alcuni dei tipi più diffusi di discriminazione, facendo riferimento alle fonti esistenti e alle conclusioni delle attività del Commissario per la protezione dalla discriminazione. Dalla pratica di attuazione della legge n. 10221, del 4.2.2010, "Sulla protezione dalla discriminazione", anno dopo anno si nota una maggiore consapevolezza del pubblico in generale e dei gruppi speciali sui mezzi legali per la protezione dalla discriminazione. Questo si riflette anche nell'aumento del numero di denunce registrate e nell'attuazione della legge "Sulla protezione dalla discriminazione" anche nei tribunali. Ma, anche se il numero di denunce è aumentato, la consapevolezza della popolazione rimane comunque una priorità per la KMD. È importante notare che l'aumento del numero di denunce presentate all'ufficio della KMD è evidenziato anche nel Rapporto di Progresso per l'Albania per il 2014, che afferma: "Nel campo dell'antidiscriminazione, il numero di denunce trattate dal Commissario per la protezione dalla discriminazione (KMD) è aumentato da 107 nel 2012 a 256 denunce nel 2013, mentre il numero di indagini d'ufficio avviate dalla KMD è aumentato da 16 nel 2012 a 31 nel 2013". Ma, facendo riferimento a questo rapporto, "Il livello di consapevolezza pubblica sulla legge e sul meccanismo delle denunce rimane basso".³ Riguardo alla situazione della discriminazione in Albania, emerge che rappresentanti di diversi gruppi come i rappresentanti delle comunità Rom ed Egiziane, persone disabili, donne, rappresentanti della comunità LGBT, ecc., affrontano varie forme di discriminazione."

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

La proliferazione della droga è un tumore sociale in espansione. Alcune ricerche indicano che ci sono 30 mila consumatori di sostanze psicoattive. Il traffico di droga è una delle attività illegali più redditizie nel crimine organizzato mondiale insieme al traffico di esseri umani, al contrabbando, al crimine economico e al riciclaggio di denaro. L'Albania non è solo una rotta di transito per droghe illegali, ma è il luogo dove la droga viene coltivata

(principalmente Cannabis Indica), prodotta (olio di hashish e marijuana), commerciata localmente e abusata. Non possiamo parlare di un numero esatto di consumatori di droga tra i giovani albanesi, ma l'Istituto di Sanità Pubblica in collaborazione con altre organizzazioni nazionali e internazionali ha condotto e continua a condurre una serie di studi su questo campo. Secondo lo studio YRBS (indagine sui comportamenti a rischio dei giovani) condotto nelle scuole con giovani dai 14 ai 18 anni, il 5,4% dei partecipanti aveva sperimentato cannabis, il 4% ecstasy, il 1,4% aveva usato eroina e il 1,6% aveva usato cocaina. La capitale ospita il maggior numero di consumatori di droga che sono adolescenti e giovani adulti. L'Istituto di Sanità Pubblica, ma anche i centri che li trattano, segnalano un aumento dei casi di persone che assumono stupefacenti a Tirana. Di anno in anno, il livello di consumo di droga da parte dei giovani albanesi ha una tendenza crescente, ma ciò che rimane più problematico è che questi consumatori sono adolescenti. Circa il 6-7 per cento dei giovani usa droghe a partire dalle più semplici, come fumare hashish, fino alla cocaina, all'eroina, con iniezioni. Circa il 7-9 per cento dei giovani delle scuole superiori è stato esposto alla droga all'interno o intorno ai locali scolastici. Quindi gli è stata offerta l'opportunità di usare droghe vicino all'ambiente scolastico, il che significa che i trafficanti di droga, già lavorano ovunque, persino vicino alle scuole. Si osserva un maggior numero di utenti maschi, la maggior parte dei quali sono giovani provenienti dalle aree urbane, principalmente dalle grandi città come Tirana, Fier, Durazzo, Vlora.

GIORDANIA

VIOLENZA TRA PARI

La violenza tra pari rimane una preoccupazione significativa in Giordania, colpendo molti giovani in contesti diversi, in particolare all'interno delle scuole. Secondo uno studio condotto dal Ministero dell'Istruzione, circa il 20% degli studenti in Giordania ha subito qualche forma di violenza tra pari. Tra le vittime, il 55% ha riportato di aver subito violenza fisica, il 30% ha affrontato abusi verbali e il 15% ha subito esclusione sociale. Tale violenza può manifestarsi sotto forma di aggressione fisica, abusi verbali o esclusione sociale. Inquietantemente, lo studio ha rivelato che la violenza tra pari colpisce i ragazzi più frequentemente delle ragazze, e le ripercussioni negative includono sentimenti di depressione, ansia e bassa autostima tra le vittime.

CYBERBULLISMO

L'avvento della tecnologia e dei social media ha portato alla luce una nuova forma di aggressione nota come cyberbullismo. Il Centro Nazionale per i Diritti Umani ha riportato che il 15% degli studenti in Giordania ha subito cyberbullismo. A differenza delle forme tradizionali di bullismo, il cyberbullismo avviene nel mondo virtuale, dove gli individui affrontano molestie, minacce o umiliazioni. Inquietantemente, lo studio ha riscontrato che il cyberbullismo è più diffuso tra le ragazze e concentrato principalmente nelle aree urbane. Il pedaggio emotivo sulle vittime può essere altrettanto grave, portando a sintomi di depressione, ansia e autolesionismo. Le piattaforme più comuni per il cyberbullismo erano i social media (70%), seguiti dalle app di messaggistica istantanea (20%) e dalle comunità di gioco online (10%).

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

L'abuso di sostanze psicoattive è una grave preoccupazione tra i giovani giordani, contribuendo a una serie di conseguenze dannose. Secondo uno studio del Ministero della Salute, il 10% degli studenti in Giordania ha fatto uso di sostanze psicoattive. Tra gli utilizzatori di sostanze, il 42% ha ammesso di fare uso di cannabis, il 33% ha utilizzato farmaci su prescrizione senza consulenza medica e il 25% ha provato altre sostanze illecite. L'abuso è più comune tra i ragazzi e nelle comunità urbane. Le ramificazioni dell'abuso di sostanze possono essere gravi, spaziando dall'assuefazione e dai problemi di salute mentale all'coinvolgimento in attività criminali.

DISCRIMINAZIONE

La discriminazione rimane un problema persistente che colpisce molti giovani in Giordania. Uno studio condotto dalle Nazioni Unite ha rivelato che il 5% degli studenti nel paese ha subito discriminazioni basate sulla loro razza, religione o genere. Le principali forme di discriminazione includono discriminazione razziale o etnica (45%), discriminazione religiosa (30%) e discriminazione di genere (25%). Questa forma di pregiudizio può essere particolarmente difficile per i rifugiati e le minoranze ed è più diffusa nelle aree urbane. Il costo emotivo della discriminazione è significativo, portando a sentimenti di depressione, ansia e bassa autostima tra le sue vittime.

SALUTE MENTALE DEI GIOVANI

L'epidemia di COVID-19 ha portato sfide uniche alla salute mentale dei giovani in Giordania. Uno studio dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ha rilevato che 1 giovane su 5 in Giordania ha avuto problemi di salute mentale dall'inizio della pandemia. Tra coloro con problemi di salute mentale, il 60% ha riportato sintomi di ansia, il 35% ha sperimentato sintomi depressivi e il 5% ha mostrato segni di disturbo da stress post-traumatico. Questi problemi includono livelli elevati di ansia, depressione e disturbo da stress post-traumatico. Rispetto ad altri paesi, la Giordania ha subito un impatto particolarmente grave sulla salute mentale della sua popolazione giovanile, probabilmente a causa degli effetti profondi della pandemia su vari aspetti della vita.

TUNISIA

VIOLENZA TRA PARI

Esplorare il panorama della violenza tra pari in Tunisia rivela importanti conoscenze sulle sfide affrontate dalle persone, in particolare dalle vittime di violenza. La ricerca condotta dal Dipartimento di Medicina Legale presso l'Ospedale Universitario Ibn El Jazzar di Kairouan (Tunisia) durante un periodo di otto anni (2009-2016) mette in luce gli aspetti demografici delle vittime. Lo studio ha coinvolto 216 vittime, con un'età compresa tra 3 e 82 anni, con un'età media di 20,4 anni. Sorprendentemente, la maggioranza delle vittime era single (84,3%), non sposate (90,7%) e risiedeva prevalentemente in zone rurali. Lo stupro, una forma grave di violenza, è stato commesso da un singolo individuo in una percentuale significativa dei casi (94,9%), e solo il 26,8% dei casi coinvolgeva un aggressore conosciuto. Questi risultati sottolineano l'urgente necessità di interventi mirati e meccanismi di supporto per le persone colpite dalla violenza tra pari, specialmente nelle aree rurali dove l'accesso alle risorse e all'assistenza può essere limitato. Inoltre, la prevalenza di singoli aggressori nei casi di stupro richiede una comprensione più approfondita dei fattori che contribuiscono a tali eventi e delle strategie preventive efficaci. Affrontare la violenza tra pari richiede un approccio multifattoriale che tenga conto non solo delle conseguenze immediate per le vittime, ma anche dei fattori sociali e culturali che possono perpetuare tale comportamento. Lo studio fornisce una base preziosa per lo sviluppo di politiche basate su evidenze e interventi mirati alla prevenzione e al contrasto della violenza tra pari in Tunisia. Inoltre, affrontare la violenza tra pari richiede una comprensione completa dei fattori di rischio e delle potenziali azioni preventive. È cruciale esplorare le dinamiche della violenza tra pari, compreso il ruolo degli spettatori, l'impatto degli ambienti scolastici e l'influenza dei fattori familiari e comunitari. Questo approccio olistico è essenziale per creare strategie preventive efficaci e promuovere una cultura di sicurezza e rispetto tra i giovani tunisini.

CYBERBULLISMO

Nel mutevole panorama delle interazioni digitali, il cyberbullismo emerge come una preoccupazione pressante, specialmente tra la popolazione giovanile nel mondo islamico, dove l'80% degli individui tra i 13 e i 19 anni utilizza intensivamente internet e i siti social. Secondo il Centro Arabo per la Ricerca Educativa per i Paesi del Golfo, il cyberbullismo è caratterizzato dall'uso deliberato e ripetuto delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione per comportamenti aggressivi contro una vittima che potrebbe faticare a difendersi. Lo studio condotto nel 2015, che coinvolgeva un campione multistadio rappresentativo di 1584 studenti nella Regione di Sousse, Tunisia, utilizzando il questionario Olweus Bully/Victim riveduto, fornisce un'idea della prevalenza e delle dimensioni del cyberbullismo tra gli adolescenti. I risultati rivelano che il 11,7% dei partecipanti è stato classificato come vittime puri, il 7,8% come bulli puri, il 3,2% come bulli-vittime e il 75,5% come spettatori.

Comprendere le sfumature del cyberbullismo comporta il riconoscimento di varie forme, come il bullismo scritto (incluse chiamate telefoniche, messaggi di testo ed email), il bullismo visivo (pubblicazione di immagini indecenti), l'esclusione da gruppi internet o chat e la sofisticata forma di impersonificazione, che comporta il furto dell'identità di una persona o l'utilizzo dell'account di un'altra persona. È importante notare che solo il 30,3% delle vittime di cyberbullismo ha indicato di aver denunciato gli incidenti a qualcuno, indicando una significativa sottodenuncia e la necessità di aumentare la consapevolezza e i meccanismi di segnalazione. La maggior parte degli studenti percepisce che i compagni di classe (54,1%) e gli insegnanti (39,5%) non abbiano preso alcuna misura per contrastare il bullismo, sottolineando l'importanza di promuovere un ambiente di sostegno. Categorizzare il cyberbullismo e il suo impatto in Tunisia comporta il riconoscimento della sua associazione con esperienze infantili avverse (ACE), tra cui abusi fisici o sessuali e assistere alla violenza domestica. Lo studio sottolinea l'interconnessione di questi fattori stressanti, evidenziando la loro relazione graduale con il disfunzionamento della salute mentale nell'adolescenza e nell'età adulta. Inoltre, il Global School-Based Student Health Survey condotto tra il 2018 e il 2020 in Libia, Marocco e Tunisia indica che il 33% degli studenti ha riportato di essere stato vittima di bullismo nel mese precedente. Comprendere i fattori che possono incoraggiare il cyberbullismo in Tunisia comporta la considerazione di fattori di rischio individuali, tra pari, scolastici, genitoriali e sociali, sottolineando la necessità di un approccio globale e multi-livello alla prevenzione.

DISCRIMINAZIONE

Esaminare il panorama della discriminazione in Tunisia rivela sfide complesse e aree di intervento. L'iscrizione delle ragazze all'istruzione si è accelerata e il tasso di alfabetizzazione tra le giovani donne (età 15-24 anni) è aumentato significativamente dal 63% al 96% tra il 1984 e il 2019. La Tunisia si distingue come uno dei primi paesi arabi a ratificare la Convenzione sull'eliminazione di tutte le forme di discriminazione contro le donne (CEDAW) nel 1985, sottolineando il suo impegno per l'uguaglianza di genere. Nel campo dell'occupazione, le donne affrontano disparità, essendo meno propense a lavori retribuiti e più inclini a impegnarsi in occupazioni precarie e informali, guadagnando sostanzialmente meno dei loro colleghi maschi. Questa discriminazione di genere sul mercato del lavoro riflette sfide più ampie della società e necessita di sforzi mirati per garantire pari opportunità e trattamento equo. Esplorando il contesto educativo, alcuni fattori di rischio contribuiscono al bullismo scolastico in Tunisia. Fattori individuali, come essere sottopeso o obesi, appartenere a uno status socioeconomico più alto e essere maschi, possono influenzare le dinamiche del bullismo. Fattori tra pari, come la non conformità alle norme del gruppo di pari e avere un record delinquenziale, sono associati al bullismo. Fattori scolastici, come l'ambiente scolastico generale e le risposte degli insegnanti al comportamento di bullismo, giocano anche un ruolo. Inoltre, fattori genitoriali, come l'esperienza di abusi fisici e provenire da famiglie con basso status socioeconomico e genitori autoritari, contribuiscono alla complessità della questione. Comprendere le sfumature della discriminazione implica anche riconoscere le disparità nei livelli di stress tra i generi. Le ragazze in Tunisia percepiscono di essere più stressate dei ragazzi, evidenziando possibili fonti di stress legate al genere che richiedono attenzione e strategie di mitigazione.

Gli sforzi per combattere la discriminazione dovrebbero anche affrontare le attitudini e le percezioni della società. Le pratiche discriminatorie e i pregiudizi che si manifestano in vari ambiti, compresa l'istruzione e l'occupazione, richiedono interventi mirati. Campagne di sensibilizzazione e programmi educativi possono sfidare gli stereotipi e promuovere una cultura inclusiva che valorizzi la diversità.

SALUTE MENTALE DEI GIOVANI

La ricerca sulla salute mentale in Tunisia ha affrontato vari aspetti, incluso il benessere psicosociale tra gli adolescenti, particolarmente nelle aree urbane. Un'indagine trasversale che coinvolgeva 699 studenti delle scuole secondarie ha rivelato un preoccupante tasso di sovrappeso del 20,7%, mettendo in luce il potenziale incrocio tra salute fisica e benessere mentale. Le prospettive degli insegnanti sulle cause e gli interventi per le malattie mentali hanno fornito preziose intuizioni sulle attitudini prevalenti. Una scoperta degna di nota è stata che il 43,8% degli studenti riteneva che la mancanza di autocontrollo e volontà fosse una causa significativa di malattie mentali. Inoltre, una parte sostanziale degli insegnanti ha identificato eventi stressanti della vita come causa di schizofrenia. Lo studio ha sottolineato l'importanza della comprensione delle percezioni della società, poiché queste giocano un ruolo cruciale nella formazione delle attitudini verso la salute mentale. Esaminando le differenze basate sul genere, è emerso che una percentuale significativa (21,9%) della popolazione femminile non considerava la depressione come una malattia mentale. Questo solleva interrogativi sull'awareness e sulla comprensione dei problemi di salute mentale, specialmente tra le giovani donne. La riluttanza o la percezione di improbabilità nel cercare aiuto da parte di professionisti della salute tra una parte considerevole dei rispondenti (39,6%) ha anche indicato potenziali ostacoli all'accesso ai servizi di salute mentale. Inoltre, lo studio ha approfondito l'impatto della pandemia da COVID-19 sulla salute mentale dei giovani segmenti. La crisi globale ha amplificato le sfide esistenti della salute mentale, portando a livelli più alti di stress psicologico, ansia, solitudine e stress cronico. L'analisi, condotta su articoli focalizzati su stress, angoscia, ansia e depressione, ha rivelato le diffuse conseguenze psicologiche della pandemia, sottolineando la necessità di interventi mirati. Un altro aspetto considerato è stata la variazione nell'impatto dell'epidemia da COVID-19 sulla salute mentale a livello mondiale, con un focus specifico sui paesi arabi del Medio Oriente e del Nord Africa (MENA). La ricerca in questa regione ha indicato una prevalenza elevata di depressione tra la popolazione anziana, sottolineando la necessità di approcci sfumati per affrontare le sfide della salute mentale attraverso diverse fasce d'età.

ABUSO DI ALCOOL E SOSTANZE PSICOATTIVE

La questione dell'abuso di sostanze psicoattive tra i giovani tunisini richiede una risposta completa, considerando la natura complessa del problema. I dati epidemiologici disponibili indicano una tendenza preoccupante, con circa 350.000 consumatori di droga in Tunisia nel 2012. Ciò sottolinea l'urgenza di affrontare l'abuso di sostanze e di implementare misure efficaci di prevenzione e intervento.

Per quanto riguarda il consumo di tabacco e alcol, le statistiche sono allarmanti. In un sondaggio nazionale del 2020, il 34,5% dei giovani fuori dalla scuola (età 15-24) ha dichiarato di fumare tabacco, con una differenza di genere significativa - il 54,4% per i ragazzi e il 7,5% per le ragazze. Inoltre, lo studio nazionale del 2020 sui giovani di età compresa tra i 15 e i 19 anni ha rivelato che il 7,9% ha ammesso di bere alcol, con significative variazioni di genere - il 15,2% per i ragazzi e lo 0,3% per le ragazze. Le disparità regionali nell'uso di alcol sottolineano ulteriormente la necessità di interventi mirati. La Tunisia orientale ha registrato il tasso più alto di consumo di alcol, pari al 10,7%, mentre il Sud della Tunisia ha riportato il più basso, con il 1,4%. Questo sottolinea l'importanza di adattare le strategie di prevenzione dell'abuso di sostanze per affrontare le variazioni regionali e i fattori di rischio specifici. Comprendere i fattori socioeconomici che contribuiscono all'abuso di sostanze è cruciale per interventi efficaci. La correlazione tra le avversità sociali infantili e la dipendenza dalla nicotina, con il 74% e il 58% spiegato rispettivamente nelle femmine e nei maschi, sottolinea la necessità di interventi precoci e sistemi di supporto per i giovani a rischio. Inoltre, il legame tra esperienze avverse durante l'infanzia (ACE), come abusi fisici o sessuali e la testimonianza di violenza domestica, e comportamenti dipendenti richiede un approccio completo. L'adattamento recente della misura ACE da parte dell'Organizzazione Mondiale della Sanità consente una valutazione sfumata dell'impatto negativo di esperienze avverse aggiuntive, mettendo in luce l'interconnessione di vari fattori stressanti nell'adolescenza. Per affrontare l'abuso di sostanze psicoattive, è essenziale una strategia multipla. Questo include programmi educativi mirati nelle scuole, campagne di sensibilizzazione basate sulla comunità e servizi di supporto accessibili per le persone alle prese con l'abuso di sostanze. Inoltre, la collaborazione tra le autorità sanitarie, le istituzioni educative e le organizzazioni comunitarie è fondamentale per creare un quadro completo per la prevenzione e l'intervento.

NOTE: All'interno del progetto sono stati effettuati sondaggi e focus group con giovani provenienti da Serbia, Italia, Bosnia ed Erzegovina, Albania, Giordania e Tunisia. Per ulteriori informazioni sui risultati di queste attività, consulta il documento "Ricerca sulla sicurezza dei giovani".

CAPITOLO 3

WORKSHOP THEMATICI

CAPITOLO 3.1

WORKSHOP TEMATICI

**VIOLENZA TRA
PARI**

ETICHETTE

 DURATA
60'

Con questo workshop, i partecipanti impareranno di più sui diversi tipi di violenza tra coetanei, come riconoscere il bullo e la vittima in diverse situazioni e analizzare le cause delle situazioni di bullismo..

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere diversi tipi e livelli di violenza tra coetanei • Riconoscere le caratteristiche dei bullo e delle vittime • Sensibilizzare riguardo ai problemi della violenza tra coetanei
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Proiettore e schermo • Lavagna a fogli mobili • Materiale informativo • Carta • Penne/matite
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Preparare il materiale necessario per il lavoro: 5 fogli mobili, pennarelli e materiale informativo per ogni gruppo (1 tipo di violenza per gruppo).

ISTRUZIONI

Questo workshop dovrebbe iniziare mostrando un breve video concettuale sul tema della violenza tra pari ai partecipanti - "Violenza tra Pari - Safebook" - Link diretto: <https://youtu.be/My0YE5Cx5GA>. Dopo questo, i facilitatori dovrebbero guidare la discussione con domande come: Dove può avvenire la violenza tra pari, cosa distingue la violenza dalla violenza tra pari, come possiamo riconoscere che la violenza sta accadendo, ecc. Dopo questa introduzione all'argomento, che non dovrebbe durare più di 5 minuti, i facilitatori spiegheranno ai partecipanti che analizzeranno diversi tipi di violenza tra pari esplorando le principali caratteristiche sia delle vittime che degli aggressori e li divideranno in 5 gruppi. Ogni gruppo riceverà un foglio mobili, pennarelli e la definizione di 1 tipo di violenza tra pari (vedi materiale informativo). I partecipanti avranno da 20 a 30 minuti per il lavoro di gruppo, dopodiché presenteranno il tipo di violenza tra pari che il loro gruppo ha ricevuto e le principali "etichette" delle vittime e degli aggressori che hanno definito. Quando tutti i gruppi hanno terminato le loro presentazioni, verrà svolta una sessione di discussione e valutazione da parte di tutto il gruppo.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Porre ai partecipanti le seguenti domande per concludere tutte le lezioni apprese:

- Come vi sentite? Cosa avete imparato?

- Cosa è stato più difficile, descrivere le vittime o gli aggressori? Perché?
- Avete cercato di capire il background degli aggressori e le loro ragioni per la violenza? Qual è la vostra conclusione?
- Le etichette che avete ideato sono il prodotto di una ricerca su Internet o delle vostre opinioni ed esperienze?
- Quanto è giusto etichettare le persone? In quali situazioni potete giustificare gli stereotipi?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

Utilizzare il video concettuale (Link diretto: <https://youtu.be/My0YE5Cx5GA>); è possibile utilizzare anche altri video sulla violenza tra pari e il cyberbullismo. Sta a voi decidere quanti video mostrare, ma tenete presente che questa parte della sessione deve essere seguita da una breve discussione e non dovrebbe durare più di 5 minuti. Per quanto riguarda la parte principale della sessione, fate attenzione e osservate i partecipanti. Alcuni di loro potrebbero essere vittime di violenza e i loro traumi potrebbero essere scatenati da questo workshop. Ricordate loro che si trovano tutti in un luogo sicuro e che non sono obbligati a partecipare a nessuna attività che possa nuocere al loro benessere.

HANDOUT

Violenza fisica	<p>Il bullismo fisico è la forma più evidente di bullismo. Si verifica quando i ragazzi usano azioni fisiche per ottenere potere e controllo sui loro bersagli. Esempi di bullismo fisico includono calci, schiaffi, pugni, sputi, spintoni e altri attacchi fisici.</p>
Violenza verbale	<p>I perpetratori del bullismo verbale usano parole, frasi e insulti per ottenere potere e controllo su un bersaglio. Tipicamente, i bulli verbali useranno insulti implacabili per denigrare, umiliare e ferire un'altra persona. Scelgono i loro bersagli in base a come si presentano, agiscono o si comportano.</p>
Bullismo emotivo	<p>Il bullismo emotivo (psicologico) avviene quando le persone cercano di escludere uno dei loro pari cambiando il loro status sociale, ponendosi così in una posizione più potente e popolare nel processo. Si tratta di un tipo molto calcolato di manipolazione sociale che può lasciare i bersagli sentirsi isolati e soli.</p>
Molestie sessuali / Abusi	<p>Il molestare sessualmente consiste in azioni ripetute, dannose e umilianti che prendono di mira una persona sessualmente. Gli esempi includono chiamate sessuali, commenti volgari, gesti osceni, toccamenti non richiesti, proposte sessuali e la condivisione o la creazione di materiali pornografici. Un bullo potrebbe fare un commento volgare sull'aspetto di un compagno, sulla sua attrattività, sul suo sviluppo sessuale, sull'orientamento sessuale o sull'attività sessuale. Nei casi estremi, il bullismo sessuale apre la porta alla violenza sessuale.</p>
Cyberbullismo	<p>Il cyberbullismo si verifica quando qualcuno utilizza Internet per condividere commenti offensivi, diffamare, imbarazzare, minacciare, molestare o danneggiare in altro modo qualcun altro. Se l'evento avviene con un adulto presente, il termine cambia in cyber-molestia. Può anche essere chiamato cyberstalking.</p>

PRESSIONE TRA PARI

DURATA
45'

L'obiettivo di questo workshop è mettere in luce varie influenze sociali sugli individui attraverso una discussione guidata, ovvero dovrebbe aiutare i partecipanti a comprendere quanto sia forte l'impatto dell'ambiente sul loro comportamento, ma anche quanto sia grande il loro potere personale e la loro responsabilità nei confronti di tali influenze. Il problema centrale del workshop è l'influenza del gruppo dei pari sugli individui, in particolare il meccanismo della pressione dei pari.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Incoraggiare i partecipanti a comprendere e assumersi la responsabilità personale delle proprie decisioni e comportamenti individuali e di gruppo• Aiutare i partecipanti a pensare in modo indipendente, valutare criticamente il comportamento di un gruppo di pari e imparare a dire "NO!" quando necessario
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Fogli con domande preparate,• Per ogni gruppo (Handout 1)• Cartelloni a fogli mobili• Pennarelli• Carta formato A4
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prima del workshop, il facilitatore prepara / modifica una copia dell'elenco delle domande (Handout 1) per ciascun gruppo.

ISTRUZIONI

All'inizio, il facilitatore avvia una conversazione su un argomento guidato dalle seguenti domande: Chi e cosa ti influenzano esternamente, le tue azioni, il tuo comportamento? Il facilitatore incoraggia le risposte, ricorda famiglia, scuola, TV, compagni, e scrive le risposte sul flipchart, rendendo l'elenco il più completo possibile. Per ciascuna di queste categorie, chiedi un'esplicazione su come influiscono sul loro comportamento. Quando l'elenco degli impatti è abbastanza completo, il facilitatore avvia una breve discussione sui seguenti argomenti:

- Tutte le influenze sono della stessa potenza? Di chi consideri l'influenza più forte / debole?
- Qualcuno pensa diversamente?
- Puoi prendere decisioni autonome su quali influenze accetterai o meno?
 - Quali influenze puoi accettare e quali non puoi?
 - Qualcuno pensa diversamente?
- Cosa pensi dell'influenza dei tuoi compagni? Quanto è forte quell'influenza? Puoi resistere o no?

Il tema di questo workshop sarà l'influenza di un gruppo di pari.

Dopo una discussione, che non dovrebbe durare più di 10 minuti, il facilitatore divide i partecipanti in gruppi di cinque-sei membri e chiede loro di ascoltare attentamente la seguente storia (Materiale informativo 2 - "Mi hanno costretto a farlo").

Dopo aver letto la storia, ogni gruppo riceverà una lista di domande correlate alla storia (Materiale informativo 1). È importante ascoltare attivamente la situazione dalla storia, discuterne e rispondere alle domande. Hanno 10 minuti di tempo per lavorare. Dopo di che, ogni gruppo presenta la sua opinione.

Il facilitatore invita i gruppi a scambiare le loro risposte in una discussione congiunta. Fanno ciò riferendo a ciascun gruppo le loro risposte alle domande.

È importante che il facilitatore colleghi le risposte date dai partecipanti, sottolineando la gravità delle conseguenze che i personaggi della storia non hanno considerato prima di intraprendere l'avventura.

Quando la relazione è completa, il facilitatore rivolge la domanda all'intero gruppo:

- In effetti, cosa ha spinto Mark a unirsi ai suoi compagni, anche se lui stesso non era entusiasta della proposta?
- Perché alla fine ha acconsentito? Cosa voleva ottenere?
- Anche il suo consenso è stato influenzato dal fatto che aveva paura di qualcosa? Cosa?

DISCUSSIONE FINALE:

- Cosa avrebbe potuto fare Mark in questa situazione per non accettare la persuasione dei suoi amici e rimanere in buoni rapporti con loro?

Il facilitatore può invitare i partecipanti a ricordare situazioni in cui non hanno resistito alla persuasione dei loro compagni. Questo può riguardare solo quelle situazioni dopo le quali hanno rimpianto di aver accettato di partecipare. Come si sono sentiti in quella situazione? Come avrebbero potuto reagire diversamente? Durata prevista da 5 a 10 minuti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Poni ai partecipanti le seguenti domande:

- Quanto è realistica la storia di Mark e dei suoi amici?
- Pensate che l'influenza dell'ambiente / dei compagni sia ora minore / maggiore rispetto a qualche tempo fa?
- Come rafforzare i giovani affinché non siano soggetti all'influenza dei loro compagni?
- Pensate che dopo questo workshop siate più pronti a resistere alla cattiva influenza dei vostri compagni? Perché?

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

La discussione dovrebbe essere condotta nella direzione della scoperta dei bisogni e delle paure del protagonista. Si prevede che i partecipanti scopriranno che Mark si è impegnato nell'avventura perché voleva dimostrare ai suoi amici che era leale con loro, allo stesso tempo temendo di essere ridicolizzato e dichiarato codardo. **IMPORTANTE** - Potrebbe esserci un problema di mancanza di motivazione dei partecipanti o potrebbe essere loro difficile parlare delle loro esperienze. Il facilitatore può incoraggiarli facendo un esempio come primo, ma non della sua esperienza personale.

HANDOUT 1

- *Come si sentiranno i genitori di Mark quando riceveranno una chiamata dalla stazione di polizia?*
- *Cosa pensi che i genitori faranno al riguardo?*
- *Come pensi che gli amici di Mark giustificheranno ciò che hanno fatto?*
- *Cosa ha pensato e come si è sentito Mark alla fine?*

HANDOUT 2 - "ME L'HANNO FATTO FARE"

Mark è uno studente liceale di 16 anni e ha difficoltà a fare amicizia nella sua classe. Ma la settimana scorsa la ragazza che gli piaceva, Sofi, ha invitato tutta la classe alla sua festa di compleanno perché i suoi genitori erano fuori città, quindi ha deciso di organizzare una grande festa per tutti. Mark era molto emozionato di andare e passare del tempo con i suoi compagni, ma era nervoso e non aveva idea di quale regalo dovrebbe farle. Ha chiesto consiglio a una sua amica e lei gli ha detto che tutti i ragazzi della classe avrebbero comprato un grande regalo per lei e che Mark poteva contribuire con loro. Dopo la scuola si è avvicinato al gruppo di ragazzi che stavano in cerchio e sussurravano e ha chiesto di unirsi al regalo di compleanno. Gli hanno detto che Sofi voleva provare alcune droghe da ballo e che avevano trovato un ragazzo che vendeva ecstasy e MDMA e che Mark poteva dare loro parte del denaro per le droghe. È rimasto sorpreso da questo, ma gli hanno detto che non era un grosso problema e che lo avevano già fatto in precedenza. Mark ha deciso di dare loro 50 euro perché questa era un'opportunità per lui di far parte del gruppo e di fare una buona impressione su Sofi, ma ha detto loro che non sarebbe andato con loro a casa del pusher. Prima della festa, Mark era ansioso e nervoso, ma ha deciso che questa era un'opportunità unica nella vita per impressionare i suoi compagni e la ragazza che gli piaceva, così è andato all'indirizzo. C'erano molte persone a casa di Sofi, le luci erano spente e la musica era molto alta. Uno dei ragazzi si è avvicinato a lui e gli ha detto che il loro regalo era in bagno e che poteva andare lì dentro per concedersi, ma Mark ha ignorato ciò e si è seduto nell'angolo del salotto aspettando l'opportunità di parlare con Sofi. Un'ora dopo, la musica si è improvvisamente fermata e qualcuno ha gridato: "La polizia è qui!". La polizia ha trovato una borsa di plastica con droga sul lavandino del bagno e un biglietto: Buon compleanno, Sofi! I tuoi amici John, Stan, Shorty, Steve, Alex, Jumbo, Miles e Mark. Gli agenti hanno identificato tutti quelli che erano alla festa e hanno portato tutti i ragazzi che hanno firmato il biglietto al commissariato di polizia e hanno chiamato i loro genitori.

AMARA REALTA'

L'obiettivo di questo workshop è avvicinare i partecipanti ai sentimenti dell'individuo quando vengono respinti dal gruppo dei loro coetanei, aumentando così il livello di empatia in loro, ma anche per introdurli all'esistenza delle diverse istituzioni responsabili della sicurezza dei giovani e quali sono i modi di reagire e segnalare la violenza tra pari.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Consentire ai partecipanti di comprendere come si sente chi respinge e bullizza e come si sente la vittima.• Identificare approcci costruttivi e passi che potrebbero essere intrapresi dalle vittime, dai bulli e dagli osservatori neutrali.• Fornire ai partecipanti una comprensione più approfondita delle conseguenze della violenza tra pari.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Handout 1. "Storie vere"• Fogli A4• Matite
Gruppi:	20-30
Preparazione:	Prima del workshop, il facilitatore dovrebbe preparare abbastanza copie del Handout 1 "Storie Vere" e della Lista di domande (Handout 2) per ogni gruppo.

ISTRUZIONI

Dividi i partecipanti in 4 gruppi. Ogni gruppo dovrebbe trovare un posto nella stanza, fare un cerchio per sé e rimanere lì in attesa delle istruzioni future. Un volontario da ciascun cerchio dovrebbe stare al centro e, dopo di lui, tutti si avvicineranno al centro di quel cerchio, in modo che tutti i membri di ciascun gruppo passino per questa posizione. Il loro compito è quello di stare tranquilli in un cerchio, non dire nulla e seguire semplicemente ciò che accade intorno a loro. Il compito di tutti gli altri è di muoversi lentamente in cerchio intorno a chi è al centro del cerchio e guardarlo, misurarlo, valutarlo, osservarlo con curiosità e calma, come se cercassero un difetto. Quando tutti contano fino a 30, voltano le spalle alla persona al centro e continuano a muoversi. Quando tutte le persone nel gruppo voltano le spalle, viene scelto il prossimo partecipante nel gruppo per stare al centro del cerchio e l'intero processo viene ripetuto. Quando tutti i gruppi hanno finito con l'esercizio, tornano al grande cerchio.

This is followed by a "guided discussion" by the facilitator through questions such as:

- Come ti sei sentito quando eri al centro del cerchio?
- Cosa è stato più difficile o più scomodo: mentre ti guardavano o quando ti voltavano le spalle?
- Come ti sei sentito quando facevi parte del gruppo che osservava chi era al centro?
- Cosa è stato più difficile per te - mentre eri al centro del cerchio o mentre facevi parte del gruppo più grande

Invita i partecipanti a tornare nei loro gruppi e dai a ciascun gruppo un esempio di violenza tra pari (Handout 1. "Storie Vere"). I partecipanti devono leggere attentamente le loro storie e rispondere alle seguenti domande incluse nell'Handout 2. Dai loro almeno 15 minuti per questo. Dopo che tutti i gruppi hanno finito, leggeranno prima le loro storie e poi presenteranno le loro risposte al resto dei partecipanti. Aspetta che tutti i gruppi finiscano le loro presentazioni e per iniziare il debriefing e quindi di loro che tutte queste storie sono vere.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Per concludere questo workshop e sottolineare le lezioni apprese, chiedi ai partecipanti le seguenti domande:

- Quanto è stato difficile immaginarsi vittime durante la prima parte della sessione? Perché?
- Come vi siete sentiti mentre leggevate le vostre storie?
- Quanto è stato difficile trovare soluzioni alternative per le storie?
- Ci sono delle somiglianze e dei modelli tra questi casi?
- Come vi sentireste se vi dicessi che tutte queste storie sono vere?
- Le vostre opinioni sono cambiate ora che sapete che si tratta di eventi realmente accaduti? Se sì, qual è la differenza? Qualcuno pensa diversamente?

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

Durante l'attuazione della prima parte della sessione, il facilitatore deve assicurarsi che tutti i gruppi lavorino a circa lo stesso ritmo, in modo da non interrompere il processo. Durante questa attività, è estremamente importante che tutti rimangano in silenzio mentre la eseguono e che si presti particolare attenzione a come si sentono durante questo esercizio. Se durante la seconda parte della sessione i partecipanti hanno difficoltà a rispondere alle domande, il facilitatore dovrebbe aiutarli un po' dando alcune idee.

HANDOUT 1 - STORIE VERE

Storia No.1

La violenza contro Alex è iniziata nel settembre 2010, quando uno studente lo ha aspettato davanti alla scuola, lo ha buttato a terra e lo ha picchiato. Il mese successivo, ad ottobre dello stesso anno, lo stesso studente lo ha portato fuori dagli spogliatoi e lo ha brutalmente picchiato nel bosco di fronte alla scuola. Lo ha calciato e colpito alla testa. Tutto è stato registrato dalle telecamere della scuola. Alex è finito in ospedale con un'infusione. Il terzo mese di violenza tra pari, nel novembre 2010, un altro studente ha attaccato fisicamente Alex e lo ha minacciato. Studenti più giovani della sesta classe hanno anche cercato di picchiarlo su istigazione dei più grandi. Si è nascosto nella macchina dell'insegnante, lo hanno circondato e hanno scosso la macchina. È stato picchiato otto volte. Inoltre, lo minacciavano costantemente, lo insultavano e lo inseguivano dopo la scuola. Ha chiesto aiuto ai suoi genitori e alla scuola. I suoi genitori hanno informato il preside, lo psicologo della scuola, l'insegnante di classe, diversi altri insegnanti, gli agenti di polizia scolastica e la polizia riguardo agli abusi subiti dal figlio. Si sono anche rivolti all'Amministrazione Scolastica, all'Ispettorato dell'Istruzione e al Ministero dell'Istruzione. La scuola ha una volta informato la polizia e ha avviato procedimenti educativi e disciplinari contro uno studente identificato come leader dei bulli, ma anche contro Alex. La supervisione educativa aumentata sul "leader" è terminata il 28 marzo come "conclusa con successo", anche se ha brutalmente picchiato Alex solo due giorni prima. Il "leader" ha terminato l'anno scolastico con un comportamento eccellente, mentre ad Alex è stata assegnata una votazione ridotta per il comportamento perché era "agitato e disturbava le lezioni". Ha iniziato a perdere l'appetito, soffriva di insonnia o tremava quando si svegliava. A causa delle minacce ricevute, aveva paura per sua madre, sua sorella e suo padre. Andava regolarmente giù davanti all'edificio per controllare se qualcuno di quelli che lo minacciavano aveva davvero dato fuoco alla macchina di famiglia. Secondo le conclusioni degli psicologi e dei neuropsichiatri, questo tipo di violenza tra pari ha causato ansia e umore subdepressivo ad Alex. Gli è stata prescritta una terapia, e si è deciso presso la sua casa che si sarebbe trasferito in un'altra scuola immediatamente dopo la fine dell'anno scolastico. Alcuni giorni dopo ha saltato dal terzo piano dell'edificio dove viveva. Al momento in cui Alex si è ucciso, il 10 maggio 2011, dopo che sette coetanei lo avevano abusato per più di otto mesi, aveva una commozione cerebrale, una gamba ingessata e una diagnosi di sindrome post-traumatica. Amava il calcio, la musica, i computer e voleva essere un pilota militare.

HANDOUT 1 - STORIE VERE

Storia No.2

Anne ha appena iniziato il liceo quando si è innamorata del ragazzo di un'altra classe e hanno iniziato a frequentarsi; aveva molte amiche e attirava l'attenzione di altri ragazzi della sua scuola. Tutto andava bene finché ha deciso di porre fine alla sua relazione di un anno. Dopo la rottura è tornata a casa ed è lì che i suoi problemi sono iniziati. Ha ricevuto degli screenshot di una chat in cui il suo ex ragazzo descriveva come aveva perso la verginità con lei e cosa le piaceva a letto. Le sue amiche inizialmente l'hanno sostenuta, ma presto quei messaggi sono diventati di dominio pubblico nella scuola e la gente ha cominciato a parlarle alle spalle. Ha chiesto aiuto alla consulente scolastica ma ha ricevuto solo consigli di non prestare attenzione ai pettegolezzi. Sono passati alcuni mesi e lei continuava a ricevere messaggi inappropriati da numeri sconosciuti e profili falsi che le offrivano denaro per sesso, chiedevano foto provocanti, le inviavano contenuti pornografici e insulti. Alla fine ha cancellato tutti i suoi account sui social media e si è chiusa in se stessa. I suoi genitori e insegnanti non hanno notato improvvisi cambiamenti nel suo comportamento o, se lo hanno fatto, lo hanno attribuito alla pubertà. Quasi esattamente un anno dopo che i messaggi del suo ex ragazzo hanno circolato nella scuola, il volto di Anne è stato photoshoppato su una foto esplicita di un'attrice porno e condiviso con tutti, ma lei non era consapevole di ciò che stava accadendo e cercava di capire perché la gente mormorava intorno a lei, le puntava il dito e rideva di lei ma nessuno voleva parlare con lei. Ha cercato di parlare con le sue amiche ma loro l'ignoravano deliberatamente. Dopo alcuni giorni, una sua amica l'ha chiamata e le ha parlato della foto; questa ragazza le ha detto che i suoi genitori le avevano proibito di essere sua amica perché avevano scoperto anche loro della foto. Anne si è trovata completamente sola e il bullismo è peggiorato, veniva chiamata con epiteti, spintonata, i suoi compagni le lanciavano cose addosso ed era imbarazzata a parlare con chiunque. Solo poche settimane dopo che la famigerata foto ha circolato nella scuola, Anne si è tolta la vita. Si è impiccata nella sua camera da letto.

HANDOUT 1 - STORIE VERE

Storia No.3

Sladjana è nata in Croazia. La sua famiglia si è trasferita negli Stati Uniti d'America nel 2001, quando aveva nove anni. È stata descritta come una ragazza carina, energica e affascinante che amava ballare e cucinare e che era orgogliosa delle sue origini. Mentre frequentava ancora la scuola media, Sladjana ha iniziato a partecipare a sessioni di consulenza scolastica, riferendo frequentemente le sue difficoltà nel formare amicizie, il suo abbigliamento, l'accento, il nome e l'etnia che venivano derisi e le accuse di essere lesbica che derivavano da voci sulla sua limitata interazione con molti dei suoi coetanei maschi. Ha anche minacciato di suicidarsi con il suo consulente scolastico. La gravità del bullismo che sua figlia ha subito nella scuola media ha portato sua madre a chiedere che sua figlia fosse trasferita in un'altra scuola media del distretto, ma questa richiesta è stata negata. Sladjana ha cercato di fare amicizia con i suoi coetanei a scuola. Suo fratello minore, Goran, si sarebbe successivamente ricordato del bullismo quasi quotidiano che sua sorella ha subito nella scuola media e, successivamente, al liceo, che spesso la portava a tornare a casa da scuola sconvolta e/o in lacrime. Il bullismo che ha subito è aumentato notevolmente dopo l'iscrizione al liceo. Come era già successo nella sua scuola media, gli studenti la prendevano in giro per questioni come il suo accento distinto e il suo nome, con compagni di classe, alcuni dei quali erano stati suoi amici, che la chiamavano regolarmente "Slutty Jana" e "Sladjana Vagina". In un incidente, un ragazzo adolescente l'ha spinta giù dalle scale, ma non è stato punito dal personale scolastico per l'incidente a causa del suo status di atleta di élite. L'incidente è stato determinato dalla scuola come un incidente. In un'altra occasione, una ragazza l'ha colpita in faccia con una bottiglia d'acqua. Era anche nota per aver avuto la porta del suo armadietto chiusa sulla sua mano almeno una volta e la sua borsa rubata, con il suo contenuto vuotato su un tavolo. Probabilmente a causa di questo aumento del bullismo, le sue registrazioni di frequenza scolastica sono rapidamente calate in decima classe, e era nota per aver saltato occasionalmente le lezioni e le detenzioni. Sua sorella maggiore si è anche ricordata che i chiamanti scherzosi chiamavano spesso sua sorella o le inviavano messaggi al suo cellulare, dicendole che lei e la sua famiglia dovrebbero "tornare in Croazia", altrimenti sarebbe stata "morta la mattina" o i suoi tormentatori l'avrebbero trovata dopo la scuola. Sladjana si è suicidata legando un'estremità di una corda intorno al collo e l'altra intorno a un palo del letto prima di saltare fuori dalla finestra della sua camera da letto. Aveva 16 anni. Nella sua nota di suicidio di quattro pagine, ha scritto che, per più della metà della sua vita, aveva subito bullismo dai suoi compagni di classe. La sua nota di suicidio ha dettagliatamente descritto l'abuso che aveva subito dalle mani dei suoi tormentatori a scuola, elencando questioni come essere criticata per il suo accento, subire insulti denigratori come essere chiamata "puttana" e "prostituta", e subire che le persone le lanciassero cibo e bevande durante l'ora di pranzo, portandola a mangiare il suo pranzo da sola nel bagno della scuola.

HANDOUT 1 - STORIE VERE

Storia No.4

Il quattordicenne Kenneth ha iniziato ad essere preso in giro e bullizzato dai compagni di scuola dopo aver dichiarato di essere gay all'inizio di quell'anno. Persone che inizialmente erano sue amiche si sono rivoltate contro di lui, molte persone si sono unite ai bulli o erano troppo spaventate per dire qualcosa. Ha subito un costante bullismo, è stato preso in giro, gli puntavano il dito contro, lo spingevano nei corridoi, è stato escluso da tutti i gruppi e durante le pause veniva completamente ignorato o attaccato dai suoi coetanei che un tempo erano suoi amici. Il bullismo omofobico è continuato anche online, dove i suoi compagni hanno creato un gruppo d'odio contro i gay e hanno aggiunto gli amici di Kenneth come membri, peggiorando quando il ragazzo ha iniziato a ricevere minacce di morte da parte di studenti sul suo telefono. Questo gruppo incitava all'odio e alla violenza verso tutti i membri della comunità LGBTQ, ma Kenneth era il principale bersaglio e spesso riceveva gli stessi messaggi condivisi in quel gruppo. Viveva nel terrore per la sua sicurezza man mano che le minacce diventavano più serie e frequenti. Veniva seguito, gli facevano regolarmente scherzi telefonici, manomettevano i suoi effetti personali, ignorandolo completamente ogni volta che cercava di contattare i suoi coetanei. Sua madre ha raccontato che suo figlio le aveva detto: "Mamma, non sai cosa si prova ad essere odiati." Alla fine, a causa della violenza subita quotidianamente, ha deciso di togliersi la vita.

HANDOUT 2 -DOMANDE

- 1. Perché la vittima è stata bullizzata?*
- 2. Quali tipi di violenza hai identificato?*
- 3. Chi è responsabile del bullismo*

AZIONI ANTI-BULLISMO

DURATA
45'

Questo workshop è un seguito della sessione precedente. I partecipanti riconosceranno tutti gli attori chiave nella prevenzione della violenza tra pari e analizzeranno tutti gli strumenti e le misure possibili che possono proteggere i giovani dal subire qualsiasi forma di violenza dai propri coetanei.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Fornire ai partecipanti un'idea chiara di chi è responsabile della sicurezza dei giovani e quali istituzioni sono incaricate di risolvere e mitigare i conflitti tra pari• Creare sistemi di supporto per le vittime• Sviluppare strategie per riconoscere e rispondere alla violenza tra pari
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Flip-chart papers• Markers
Gruppi:	20-30
Preparazione:	Prima del workshop, i facilitatori dovrebbero familiarizzare con gli organi scolastici, le autorità e le istituzioni responsabili della risoluzione dei problemi legati alla violenza tra pari per fornire ai partecipanti il supporto e le informazioni necessarie

ISTRUZIONI

Invita i partecipanti a riflettere sui workshop precedenti e sulle conclusioni tratte da essi. Successivamente, avvia una sessione di brainstorming sul tema della 'Prevenzione della violenza tra pari'. Chiedi loro di pensare a tutti i modi con cui la violenza può essere prevenuta, quali sono i passaggi più importanti nella prevenzione, chi sono i principali attori nella prevenzione della violenza tra pari, quali sono i risultati di una buona prevenzione, ecc. Dopo il brainstorming, analizza brevemente le risposte dei partecipanti e spiega ulteriormente i termini meno familiari. Quando questa parte introduttiva è terminata, dividi i partecipanti in gruppi (puoi formare gli stessi gruppi del workshop precedente) e dagli istruzioni per riconoscere e definire tutti i problemi legati alla violenza tra pari (come inizia, perché accade, quali sono le conseguenze), chiedendo loro di concentrarsi equamente sui problemi delle vittime, delle loro famiglie, degli altri studenti che hanno assistito alla violenza e degli aggressori stessi. Quando hanno finito di analizzare questi problemi, invitali a proporre soluzioni per tutto ciò che riconoscono come un problema della violenza tra pari. Digli di concentrarsi sulla violenza tra pari in generale, ma incoraggiali ad utilizzare anche storie dai workshop precedenti.

Dagli almeno 20 minuti per lavorare in gruppi e quando tutti i gruppi hanno finito, dovrebbero presentare le loro idee.

DEBRIEFING AND EVALUATION

Fai loro le seguenti domande per coinvolgerli nella discussione:

- Quanto eri consapevole di tutti i sistemi di supporto e prevenzione esistenti menzionati durante questo workshop?
- Quanto sono realistiche le strategie e le misure proposte?
- Quali sono gli ostacoli principali e le sfide nel processo di valutazione e mitigazione una volta che la violenza è stata segnalata alle autorità?
- Perché il sistema ha fallito le vittime di queste storie?
- Perché abbiamo fatto questa sessione, perché è importante imparare su questo argomento?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI:

Prima del workshop effettua una ricerca su questo argomento. Scopri chi sono i principali attori nella prevenzione e nel contrasto della violenza tra pari, quali sono i principali passaggi in questi processi, qual è la gerarchia tra le istituzioni responsabili della sicurezza dei giovani, specialmente nelle scuole primarie e secondarie, ecc. Permetti ai partecipanti di mettere in discussione le proprie opinioni, incoraggiali a difendere il loro punto di vista ma anche ad accettare le opinioni degli altri. Tutto ciò li renderà più forti e fornirà loro gli strumenti, la conoscenza e il coraggio necessari per promuovere un comportamento sicuro tra i loro coetanei.

CAPITOLO 3.2

WORKSHOP TEMATICI

CYBERBULLISMO

CYBER VIOLENZA – PANORAMICA

DURATA
90'

Questo workshop ha l'obiettivo di aumentare la consapevolezza sociale dei giovani riguardo al cyberbullismo, definendo di cosa si tratta e analizzando i diversi tipi di cyberbullismo.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Capire il termine cyberbullismo• Analizzare la terminologia collegata al cyberbullismo• Esplorare diverse situazioni di cyberbullismo che possono verificarsi
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Lavagna a fogli mobili• Fogli di carta• Strumenti per scrivere• Dispense sul cyberbullismo e i suoi tipi
Gruppi:	20-30
Preparazione:	<p>I facilitatori dividono i partecipanti in gruppi di 4-5 persone in base al numero totale di partecipanti. A ciascun gruppo verrà assegnato un diverso Termine (o più di uno) collegato al Cyberbullismo da analizzare.</p> <p>Elenco dei termini: Cyberbullismo, Outing e Doxing, Cyberstalking, Scamming, Molestie</p>

ISTRUZIONI

I partecipanti di ciascun gruppo avranno circa 25 minuti per cercare online o nelle risorse fornite i Termini assegnati. Dopo aver acquisito una chiara comprensione del Termine, creeranno una presentazione per introdurre e chiarire il/i Termine/i al resto del gruppo, in plenaria. Ogni gruppo dovrebbe includere anche alcuni esempi, sia dalla vita reale che esempi trovati su Internet. Dopo ogni presentazione, i partecipanti possono fare domande e supportare il gruppo condividendo idee su come possiamo proteggerci e avranno anche l'opportunità di condividere esperienze personali.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Per la parte di debriefing, puoi fare domande come:

- Quanto conoscevi questi termini prima?
- Cosa hai imparato durante questa sessione?
- Quanto bene riesci ora a riconoscere diverse azioni?

CONSIGLI PER IL FACILITATORE

I facilitatori possono preparare alcuni handout sulla Terminologia per supportare la ricerca dei partecipanti. Inoltre, possono supportare i gruppi durante il debriefing chiedendo di condividere esperienze personali dei partecipanti relative a ciascun Termine. Inoltre, i facilitatori possono presentare alcune delle misure di supporto e dei modi per segnalare nei paesi dei partecipanti (vedi Analisi della situazione).

HANDOUT - TERMINOLOGIA DA CONDIVIDERE COI PARTECIPANTI

<p>Cyberbullismo</p>	<p>Il cyberbullismo è una forma di bullismo che avviene attraverso l'uso delle tecnologie digitali. Può avvenire sui social media, sulle piattaforme di messaggistica, sulle piattaforme di gioco e sui telefoni cellulari. Si tratta di comportamenti ripetuti, mirati a spaventare, far arrabbiare o umiliare le persone prese di mira. Esempi includono:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diffondere bugie o pubblicare foto imbarazzanti di qualcuno sui social media - Inviare messaggi offensivi o minacce tramite piattaforme di messaggistica - Impersonare qualcuno e inviare messaggi cattivi agli altri a suo nome. <p>Il bullismo faccia a faccia e il cyberbullismo possono spesso verificarsi contemporaneamente. Tuttavia, il cyberbullismo lascia una traccia digitale – un record che può risultare utile e fornire prove per aiutare a fermare l'abuso.</p>
<p>Outing e Doxing</p>	<p>L'outing è l'atto di condividere o pubblicare informazioni private online. Questo include quando le persone condividono informazioni private che sono state progettate per essere visualizzate da una sola persona ma che vengono poi diffuse al mondo. Questo può includere informazioni finanziarie o personali, come indirizzi. Un esempio è inviare un messaggio di testo destinato ai tuoi migliori amici, che poi lo diffondono. Inoltre, l'outing è definito anche come la pratica di rivelare l'identità sessuale o di genere di una persona.</p> <p>Il doxing è l'atto di rivelare pubblicamente informazioni personali precedentemente private su un individuo o un'organizzazione, solitamente attraverso Internet. I metodi utilizzati per acquisire tali informazioni includono la ricerca in database pubblicamente disponibili e siti web di social media (come Facebook), hacking e ingegneria sociale. Il doxing può essere effettuato per vari motivi, tra cui la gogna online, l'estorsione e l'assistenza di giustizia fai-da-te alle forze dell'ordine.</p>

Cyberstalking

Il cyberstalking si riferisce all'uso di Internet e di altre tecnologie per molestare o perseguitare un'altra persona online ed è potenzialmente un reato in alcuni paesi. Questo tipo di molestia online, che è un'estensione del cyberbullismo e dello stalking in persona, può assumere la forma di e-mail, messaggi di testo, post sui social media e altro ed è spesso metodico, deliberato e persistente. Molte volte, le interazioni non finiscono nemmeno se il destinatario esprime il proprio dispiacere o chiede alla persona di smettere. I contenuti diretti al bersaglio sono spesso inappropriati e a volte addirittura disturbanti, il che può far sentire la persona impaurita, angosciata, ansiosa e preoccupata. Ecco alcuni esempi di cose che le persone che fanno cyberstalking potrebbero fare:

- Pubblicare commenti scortesi, offensivi o suggestivi online
- Seguire il bersaglio online unendosi agli stessi gruppi e forum.
- Inviare messaggi o e-mail minacciosi, controllanti o osceni al bersaglio.
- Usare la tecnologia per minacciare o ricattare il bersaglio.
- Etichettare eccessivamente il bersaglio in post, anche se non hanno nulla a che fare con loro.
- Commentare o mettere "mi piace" a tutto ciò che il bersaglio pubblica online.
- Creare account falsi per seguire il bersaglio sui social media.
- Mandare messaggi ripetuti al bersaglio.
- Entrare illegalmente o dirottare gli account online del bersaglio.
- Tentare di estorcere sesso o foto esplicite.
- Mandare regali o oggetti indesiderati al bersaglio.
- Divulgare informazioni confidenziali online.
- Pubblicare o distribuire foto vere o false del bersaglio.
- Bombardare il bersaglio con foto sessualmente esplicite di sé stessi.
- Creare post falsi progettati per vergognare la vittima.
- Seguire i movimenti online del bersaglio installando dispositivi di tracciamento.
- Entrare illegalmente nella fotocamera del bersaglio sul loro laptop o smartphone come modo per registrare segretamente le loro azioni.
- Continuare il comportamento molesto anche dopo che è stato chiesto di smettere.

Scamming

Lo scamming è una forma di frode ed è uno dei tipi più comuni di truffe. Lo schema tipico prevede la promessa alla vittima di una quota significativa di una grande somma di denaro, in cambio di un piccolo pagamento anticipato, che il truffatore sostiene verrà utilizzato per ottenere la grande somma. Se una vittima effettua il pagamento, il truffatore inventa una serie di ulteriori commissioni da pagare o semplicemente scompare. Alcuni tipi di truffa includono:

- Tentativi di ottenere le tue informazioni personali

I truffatori utilizzano tutti i tipi di approcci subdoli per rubare i tuoi dati personali. Una volta ottenuti, possono utilizzare la tua identità per commettere attività fraudolente come utilizzare la tua carta di credito o aprire un conto bancario.

- Acquisto o vendita

I truffatori prendono di mira consumatori e aziende che acquistano o vendono prodotti e servizi. Non tutte le transazioni sono legittime.

- Appuntamenti e relazioni

I truffatori approfittano delle persone in cerca di partner romantici, spesso attraverso siti Web di incontri, app o social media fingendo di essere compagni potenziali. Sfruttano i trigger emotivi per farti dare soldi, regali o dettagli personali.

- False organizzazioni benefiche

I truffatori si fingono beneficenze genuine e chiedono donazioni o ti contattano per raccogliere denaro dopo disastri naturali o eventi importanti.

- Investimenti

Se stai cercando un modo veloce per fare soldi, attenzione: i truffatori hanno inventato ogni sorta di opportunità fasulle per far soldi per approfittare del tuo entusiasmo e ottenere i tuoi soldi.

- Lavoro e occupazione

Le truffe lavorative ti ingannano facendoti dare i tuoi soldi offrendoti un modo "garantito" per fare soldi velocemente o un lavoro altamente remunerato con poco sforzo.

- Minacce ed estorsioni

I truffatori useranno qualsiasi mezzo possibile per rubarti l'identità o i soldi, compresa la minaccia alla tua vita o l'"hijacking" del tuo computer.

<p>Scamming</p>	<p>- Denaro inaspettato I truffatori inventano ragioni convincenti e apparentemente legittime per darti false speranze su offerte di denaro. Non esistono schemi per diventare ricchi velocemente, quindi pensaci sempre due volte prima di dare i tuoi dettagli o i tuoi soldi.</p> <p>- Vincite inaspettate Non lasciarti tentare da una vincita a sorpresa. Queste truffe cercano di farti dare denaro anticipato o le tue informazioni personali per ricevere un premio da una lotteria o una competizione alla quale non hai mai partecipato.</p>
<p>Molestia</p>	<p>La molestia è una categoria ampia in cui rientrano molti tipi di cyberbullismo, ma generalmente si riferisce a un modello costante e continuo di messaggi online lesivi o minacciosi inviati con l'intenzione di fare del male a qualcuno.</p> <p>La molestia sessuale online comprende una vasta gamma di comportamenti che utilizzano contenuti digitali (immagini, video, post, messaggi, pagine) su una varietà di piattaforme diverse (private o pubbliche).</p> <p>La vendetta pornografica è definita come la divulgazione di immagini o video sessualmente espliciti di una persona pubblicati su Internet, tipicamente da un ex partner sessuale, senza il consenso del soggetto e al fine di causare loro angoscia o imbarazzo.</p> <p>Lo "slut shaming" è una tattica di cyberbullismo che mira principalmente a una donna. Una forma di cyberbullismo sessuale, lo "slut shaming" si verifica quando un cyberbullo registra immagini o video della vittima che possono essere facilmente interpretati come sessualmente provocatori. Spesso, le immagini e i video utilizzati per vergognare la vittima sono stati catturati senza il consenso o la conoscenza del bambino. Una volta ottenute queste immagini e video, il cyberbullo pubblica queste informazioni in tutta la scuola e all'interno dei siti di social networking.</p>

IN CHE MODO LA PANDEMIA HA CAMBIATO IL NOSTRO MODO DI COMUNICARE?

Questo workshop introdurrà i partecipanti al concetto di comunicazione online e a ciò che questo implica. Capiranno meglio perché e come le loro vite sono cambiate e saranno in grado di separare le conseguenze negative della comunicazione online da quelle positive.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Fornire ai partecipanti conoscenze su diverse forme di comunicazione.• Comprendere meglio come Internet abbia influenzato diversi aspetti delle nostre vite.• Individuare e comprendere quali sono gli aspetti negativi della comunicazione online e quali sono quelli positivi.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Flipchart• Fogli• Handout
Gruppi:	20-30
Preparazione:	Scrivi la parola: comunicazione su un flip chart. Prima dell'inizio del workshop, prepara anche 4 fogli di carta separati e scrivi quanto segue su ciascun foglio: istruzione, vita sociale, informazione (eventi attuali), intrattenimento e svago; quindi dividi ogni foglio con un pennarello a metà e metti un + e un - su ogni foglio del flipchart.

ISTRUZIONI

Invita i partecipanti a fare una sessione di brainstorming sulla parola "Comunicazione". Scrivi le loro risposte e discuti brevemente tutto ciò che viene annotato. Riassumi le risposte in alcune categorie (verbale, non verbale, scritta, visiva, ecc.). Chiedi ai partecipanti se possono spiegare con parole proprie cos'è la comunicazione, ascolta le risposte e utilizza la definizione più vicina come buona risposta, quindi consegnagli il foglio con la definizione scritta e leggila ad alta voce. Poi chiedi ai partecipanti le seguenti domande:

- Come è cambiato il loro modo usuale di comunicare durante la pandemia?
- Pensano che questo cambiamento avrà conseguenze a lungo termine sulla società?

Dopo una breve discussione, dividi i partecipanti in 4 gruppi e dai a ciascun gruppo i fogli di carta preparati in precedenza. Spiega loro che discuteranno su come questo cambiamento nella comunicazione ha influenzato l'area specifica della vita assegnata al loro gruppo. Di loro di separare gli effetti positivi e negativi. Dagli 15 minuti per fare questo. Dopo che hanno finito, ogni gruppo presenterà il proprio lavoro.

DEBRIEFING E VALUATAZIONE:

Poni loro le seguenti domande:

- Quanto è stato difficile trovare esempi per il vostro gruppo? Perché?
- Pensate che qualche altro gruppo abbia avuto un compito più facile o più difficile del vostro gruppo? Se sì, perché?
- Quanto eravate consapevoli di tutti gli esempi che avete sentito durante questa sessione?
- Alcuni esempi vi hanno sorpreso, quali?

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

Ascoltate attentamente i partecipanti durante il brainstorming e guidateli con domande di approfondimento (la comunicazione si realizza solo attraverso la conversazione, qual è l'obiettivo della comunicazione, a cosa servono i graffiti, ecc.). Applicate questo approccio anche durante il lavoro di gruppo.

HANDOUT

La comunicazione è un processo mediante il quale le informazioni vengono scambiate tra individui attraverso un sistema comune di simboli, segni o comportamenti. La comunicazione ha lo scopo di scambiare informazioni.

Tipi di comunicazione:

Verbale (conversazione - faccia a faccia, telefono, radio o televisione e altri media simili)

Non verbale (linguaggio del corpo, gesti, come ci vestiamo o ci comportiamo, dove ci troviamo e persino il nostro odore. Ci sono molti modi sottili con cui comunichiamo (forse anche involontariamente) con gli altri. Ad esempio, il tono della voce può fornire indizi sullo stato d'animo o emotivo, mentre segnali manuali o gesti possono aggiungersi a un messaggio parlato)

Visiva (grafici e tabelle, mappe, loghi, foto, video, arte, disegni e altre visualizzazioni possono comunicare messaggi)

Scritta (lettere, e-mail, social media, libri, riviste, Internet e altri media simili)

LEONI DA TASTIERA

Durante questa sessione, i partecipanti avranno l'opportunità di comprendere meglio che la comunicazione online e soprattutto la violenza online influiscono sulle persone allo stesso modo della comunicazione offline. Oltre a ciò, il comportamento dei cyber bulli sarà portato all'assurdità attraverso la drammatizzazione per suscitare reazioni dai partecipanti.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Familiarizzare i gruppi con il termine cyberbullismo• Discutere e analizzare i commenti negativi online• Ribaltare il punto di vista sui commenti online• Migliorare le abilità di scrittura creativa e interazione
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Handout 1 con esempi diversi di violenza online• Handout 2
Gruppo:	20-30
Preparazione:	In the handout section you can find 3 examples of cyberbullying, these Nella sezione degli handout puoi trovare 3 esempi di cyberbullismo; questi handout possono essere utilizzati, ma dovresti esplorare nuovi esempi di violenza online e adattare quelli esistenti al gruppo.

ISTRUZIONI

Discuti brevemente con i partecipanti il problema del cyberbullismo. Ricorda loro che questo è uno spazio sicuro e che possono condividere le loro esperienze personali o eventi accaduti nella loro comunità. Chiedi loro cosa implica il cyberbullismo, chiedi perché pensano che questo stia accadendo, discuti brevemente delle diverse piattaforme di social media e del loro ruolo nella violenza online. Dì loro che per la prossima parte di questo workshop avrai bisogno di volontari per la drammatizzazione di diverse situazioni. Informa che non tutti i partecipanti devono necessariamente prendere parte all'esercizio poiché potrebbe essere un trigger per alcune persone. Chiedi alla prima coppia di venire davanti al gruppo e spiega loro la situazione. Uno sarà il bullo e l'altro la vittima, una volta deciso il ruolo consegna il copione al "bullo" (questo sarà l'handout), il bullo leggerà le sue battute e reciterà secondo il contenuto del copione. Dopo la prima coppia, la seconda coppia o gruppo ripeterà il processo e così via finché tutti i volontari avranno partecipato. Questo dovrebbe essere fatto rapidamente senza discussioni tra una drammatizzazione e l'altra, e i partecipanti che si sono offerti volontari come vittima o bullo possono scambiare il ruolo per diversi esempi. Al termine di questa fase, invita i partecipanti a sedersi in un cerchio chiuso per discutere più approfonditamente questa sessione.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE:

Questa è la parte più importante del workshop e richiede concentrazione e ascolto attivo. Siediti con i partecipanti nel cerchio chiuso e guida la discussione con le seguenti domande:

- Come ti sei sentito durante questo esercizio (come osservatore, come vittima e come bullo)?
- Cosa pensavi mentre gli altri ti urlavano contro o ti minacciavano?
- È stato più difficile essere un bullo o una vittima per coloro che hanno recitato entrambi i ruoli? Perché?
- Qual è stato il tuo primo pensiero su come reagire alla violenza?
- Reagiresti diversamente ora che hai avuto del tempo per rifletterci?
- Qual è la differenza tra violenza online e offline?
- Qual è il modo più appropriato di rispondere al bullo / leone da tastiera?
- Questo workshop ha cambiato la tua comprensione o opinione sul cyberbullismo? Se sì, come, cosa è diverso?

I facilitatori possono terminare il workshop evidenziando le principali domande e risposte fornite dall'UNICEF sul tema del cyberbullismo, come:

- Sono vittima di bullismo online? Come si distingue tra una battuta e il bullismo?
- Quali sono gli effetti del cyberbullismo?
- A chi dovrei parlare se qualcuno mi sta bullizzando online? Perché è importante segnalare?
- Sto vivendo il cyberbullismo, ma ho paura di parlarne con i miei genitori. Come posso avvicinarmi a loro?
- Come posso aiutare i miei amici a segnalare un caso di cyberbullismo, specialmente se non vogliono farlo?
- Come possiamo fermare il cyberbullismo senza rinunciare all'accesso a internet?
- Come posso prevenire che le mie informazioni personali vengano utilizzate per manipolarmi o umiliarmi sui social media?
- Esiste una punizione per il cyberbullismo?
- Le compagnie internet sembrano non preoccuparsi del bullismo e delle molestie online. Vengono ritenute responsabili?
- Esistono strumenti online anti-bullismo per bambini o giovani?

Alla fine del workshop, i facilitatori forniranno l'Handout 2 ai partecipanti.

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

Questo workshop potrebbe scatenare alcuni ricordi negativi per i partecipanti che sono stati vittime di bullismo. Osserva i partecipanti e ricorda loro che si tratta di recitazione e che se non si sentono a proprio agio, possono limitarsi ad osservare, ma includili nella parte di discussione finale. Durante la fase di discussione finale dovresti guidare la discussione, ma se senti che i partecipanti sono motivati a parlare tra loro, lascia che si esprimano liberamente.

HANDOUT 1



HANDOUT 1



HANDOUT 1



Richgean Elow White That's a slut outfit absolutely not she shouldn't be wearing that and girls wonder why men call them sluts , bitches, hoes, if you dress like that you will be addressed like that

Like · Reply ·  2 · April 11 at 1:17pm



Darrett really? you can judge a book by its cover?

Like · Reply ·  2 · April 11 at 3:43pm



Richgean Elow White Like I said it's a slut outfit only reason you're upset is because you can't get to bend the bitch over it screams easy you ever heard of leaving something to a man's imagination?? This is all on display

Like · Reply ·  2 · April 11 at 4:20pm



Write a reply...



HANDOUT 1



ask.fm

You are fat
sorry
3 months ago

Do you try to look ugly or do you always look like that?
I try to look pretty but...
3 months ago

They would never like you
:-(
3 months ago

HANDOUT 1



HANDOUT 1



HANDOUT 1

Go back to your dirty caravan, you filthy gypsy! Nobody wants your kind around here.

You and your filthy gypsy family don't belong here. You're just a bunch of thieves and beggars.

helloooo

Why don't you go back to your shantytown where you belong? Nobody wants your kind polluting our neighborhood.

Why are you even bothering to come to school, gypsy? You're never going to amount to anything anyway. Just go back to begging on the streets where you belong.

HANDOUT 1

Why are you sharing those private moments between us with the whole world? What satisfaction do you get out of ruining my life?

Oh, please! You're acting like you're some kind of innocent victim, but we all know the truth. You're just a dirty slut who deserves to be exposed.

If you send it to me, who else got it, you thing I am a full

I trusted you, and you used that trust to hurt me. How could you be so cruel and heartless?

Cruel??? Heartless?? hahah That's rich coming from someone who's willing to do anything for attention. Maybe if you weren't such a desperate attention-seeker, this wouldn't have happened.

VERSIONE 2 – CYBER POLIZIA

DURATA
60'

Questa attività è un gioco pensato per sensibilizzare sul cyberbullismo e sull'utilizzo improprio del linguaggio online, nonché sull'importanza e il potere dei commenti positivi, migliorando le capacità di scrittura creativa e le competenze sociali.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Familiarizzare i gruppi con il termine "cyberbullismo"• Discutere e analizzare i commenti negativi online• Ribaltare il punto di vista sui commenti online• Migliorare le abilità di scrittura creativa e le competenze
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Accesso a internet• Carta e strumenti per scrivere (penne, pennarelli)• Handout 1
Gruppo:	20-30
Preparazione:	I facilitatori dovrebbero essere pronti per una discussione sui problemi di cyberbullismo e commenti negativi, trovare alcuni articoli o post online su argomenti socialmente "sensibili" (ad esempio, body positivity, femminismo, eventi politici o religiosi) con molti commenti.

ISTRUZIONI

1. All'inizio del workshop, i facilitatori introducono l'argomento del workshop e avviano la discussione sul cyberbullismo. I partecipanti discutono insieme dell'argomento del cyberbullismo e dei suoi aspetti negativi sui giovani. Viene dedicata maggiore attenzione ai commenti negativi online e a come influenzano le persone. Ai partecipanti viene chiesto di condividere anche le proprie esperienze personali. La discussione iniziale dovrebbe durare fino a 10 minuti.

2. I facilitatori dividono il gruppo in un paio di piccoli gruppi con 4-5 persone per gruppo. Vengono formati i gruppi di polizia cibernetica. Tutti ricevono il compito di analizzare post o articoli sui social network con argomenti socialmente "sensibili". In questa attività, l'attenzione dell'analisi dovrebbe essere posta sulla sezione dei commenti piuttosto che sull'articolo stesso. Inoltre, i partecipanti possono utilizzare le proprie esperienze personali (i propri post o post dei loro amici) se preferito.

I gruppi di polizia cibernetica devono esaminare i commenti e prestare attenzione a quanti di essi sono positivi e di supporto, quanti sono negativi. Dovrebbero decidere quali commenti bloccare e perché. Inoltre, la polizia cibernetica dovrebbe suggerire come riscrivere i commenti negativi rendendoli positivi! Il tempo per questa attività è fino a 30 minuti.

3. Se i workshop venissero estesi, la polizia cibernetica potrebbe creare un muro di commenti positivi. In questo caso, dovrebbero scrivere alcuni dei migliori e più ispiranti commenti che hanno trovato o, ancora meglio, creare i propri bei e positivi commenti e scriverli su questo muro dei commenti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Alla fine dell'attività, tutti i gruppi di polizia cibernetica dovrebbero presentare i loro risultati e discutere quanto sia stato facile trovare commenti positivi, quale sia il bilancio tra commenti negativi e positivi, che tipo di commenti sceglierebbero di bloccare e perché e anche come abbiano riscritto i commenti negativi in positivi, se è stato facile o no e perché. I facilitatori possono concludere il workshop evidenziando le principali domande e risposte fornite dall'UNICEF sul tema del cyberbullismo, come:

1. Sto subendo bullismo online? Come si fa a distinguere tra uno scherzo e il bullismo?
2. Quali sono gli effetti del cyberbullismo?
3. Con chi dovrei parlare se qualcuno mi sta bullizzando online? Perché è importante segnalare?
4. Sto subendo cyberbullismo, ma ho paura di parlarne con i miei genitori. Come posso avvicinarmi a loro?
5. Come posso aiutare i miei amici a segnalare un caso di cyberbullismo, specialmente se non vogliono farlo?
6. Come possiamo fermare il cyberbullismo senza rinunciare all'accesso a internet?
7. Come posso impedire che le mie informazioni personali vengano utilizzate per manipolarmi o umiliarmi sui social media?
8. C'è una punizione per il cyberbullismo?
9. Le compagnie internet sembrano non preoccuparsi del bullismo e delle molestie online. Sono ritenute responsabili?
10. Ci sono strumenti online anti-bullismo per bambini o giovani?

Alla fine del workshop, i facilitatori forniscono l'Handout 2 ai partecipanti. Il tempo per l'attività è fino a 20 minuti.

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

Questi workshop possono essere combinati con altri argomenti selezionando articoli o post specifici; inoltre, possono essere forniti ai gruppi diversi tipi di post per vedere quali argomenti sociali ricevono più commenti negativi rispetto ad altri o se i commenti differiscono da argomento ad argomento (questa discussione dovrebbe essere inclusa nella fase di discussione finale).

HANDOUT 1

Esempi di articoli o post socialmente sensibili possono essere preparati su richiesta, le istruzioni sono indicate sopra.

1. Sono vittima di cyberbullismo? Come distinguere uno scherzo dal bullismo?

UNICEF:

Tutti gli amici si prendono in giro tra loro, ma a volte è difficile capire se qualcuno si sta solo divertendo o sta cercando di ferirti, specialmente online. A volte rideranno di esso con un "scherzo, eh!" o "non prenderla troppo sul serio". Ma se ti senti ferito o pensi che gli altri stiano ridendo di te anziché con te, allora lo scherzo è andato troppo oltre. Se continua anche dopo che hai chiesto alla persona di smettere e ti senti comunque disturbato, allora potrebbe trattarsi di bullismo. E quando il bullismo avviene online, può portare a un'attenzione indesiderata da parte di una vasta gamma di persone, compresi gli estranei. Ovunque possa accadere, se non sei felice di ciò, non dovresti doverlo sopportare. Chiamalo come vuoi: se ti senti male e non smette, vale la pena chiedere aiuto. Fermare il cyberbullismo non riguarda solo denunciare i bulli, ma anche riconoscere che tutti meritano rispetto, online e nella vita reale.

2. Quali sono gli effetti del cyberbullismo?

UNICEF:

Quando il bullismo avviene online, può sembrare di essere attaccati ovunque, persino all'interno della propria casa. Può sembrare che non ci sia via di fuga. Gli effetti possono durare a lungo e influenzare una persona in molti modi:

- **Mentalmente:** sentirsi turbati, imbarazzati, stupidi, persino arrabbiati
- **Emotivamente:** sentirsi in imbarazzo o perdere interesse per le cose che ami
- **Fisicamente:** essere stanchi (perdita di sonno) o sperimentare sintomi come mal di stomaco e mal di testa. La sensazione di essere presi in giro o molestati dagli altri può impedire alle persone di parlare o cercare di affrontare il problema. Nei casi estremi, il cyberbullismo può persino portare le persone a prendere la propria vita. Il cyberbullismo può influenzarci in molti modi. Ma questi possono essere superati, e le persone possono riacquistare fiducia e salute.

3. Con chi dovrei parlare se qualcuno mi sta bullizzando online? Perché è importante denunciare?

UNICEF:

Se pensi di essere vittima di bullismo, il primo passo è chiedere aiuto a qualcuno di cui ti fidi, come i tuoi genitori, un familiar stretto o un altro adulto di fiducia. A scuola, puoi rivolgerti a un consulente, all'allenatore sportivo o al tuo insegnante preferito. E se non ti senti a tuo agio a parlare con qualcuno che conosci, cerca una linea di assistenza nel tuo paese per parlare con un consulente professionista. Se il bullismo avviene su una piattaforma sociale, considera di bloccare il bullo e segnalare formalmente il suo comportamento sulla piattaforma stessa. Le aziende di social media sono obbligate a mantenere al sicuro i loro utenti. Può essere utile raccogliere prove - messaggi di testo e screenshot dei post sui social media - per mostrare ciò che sta accadendo. Perché il bullismo smetta, deve essere identificato e denunciato è fondamentale. Può anche aiutare a mostrare al bullo che il suo comportamento è inaccettabile. Se sei in pericolo immediato, dovrei contattare la polizia o i servizi di emergenza nel tuo paese.

Facebook/Instagram:

Se stai subendo bullismo online, ti incoraggiamo a parlare con un genitore, un insegnante o qualcun altro di cui ti puoi fidare -- hai il diritto di essere al sicuro. Rendiamo anche semplice segnalare qualsiasi bullismo direttamente su Facebook o Instagram. Puoi sempre inviare al nostro team una segnalazione anonima da un post, un commento o una storia su Facebook o Instagram. Abbiamo un team che esamina queste segnalazioni 24 ore su 24 in tutto il mondo in più di 50 lingue, e rimuoveremo qualsiasi cosa sia abusiva o bullizzante. Queste segnalazioni sono sempre anonime. Abbiamo una guida su Facebook che può aiutarti a affrontare il bullismo -- o cosa fare se vedi qualcun altro subire bullismo. Su Instagram, abbiamo anche una Guida per i Genitori che fornisce raccomandazioni per genitori, tutori e adulti di fiducia su come affrontare il cyberbullismo, e un centro principale dove puoi informarti sui nostri strumenti di sicurezza.

Twitter:

Se pensi di essere vittima di cyberbullismo, la cosa più importante è assicurarti di essere al sicuro. È essenziale avere qualcuno con cui parlare di ciò che stai vivendo. Questo potrebbe essere un insegnante, un altro adulto di fiducia o un genitore. Parla con i tuoi genitori e amici su cosa fare se tu o un amico state subendo cyberbullismo. Incoraggiamo le persone a segnalarci gli account che potrebbero violare le nostre regole. Puoi farlo attraverso le pagine di supporto del nostro Centro Assistenza o tramite il meccanismo di segnalazione in-Tweet cliccando sull'opzione "Segnala un Tweet".

4. Sto subendo cyberbullismo, ma ho paura di parlarne con i miei genitori. Come posso avvicinarmi a loro?

UNICEF:

Se stai vivendo cyberbullismo, parlare con un adulto di fiducia - qualcuno con cui ti senti a tuo agio a parlare - è uno dei primi passi più importanti che puoi fare. Parlare con i genitori non è facile per tutti. Ma ci sono cose che puoi fare per agevolare la conversazione. Scegli un momento per parlare quando sai di avere la loro piena attenzione. Spiega loro quanto sia grave il problema per te. Ricorda, potrebbero non essere così familiari con la tecnologia come lo sei tu, quindi potresti doverli aiutare a capire cosa sta succedendo. Potrebbero non avere risposte immediate per te, ma probabilmente vorranno aiutarti e insieme potrete trovare una soluzione. Due teste sono sempre meglio di una! Se sei ancora incerto su cosa fare, considera di rivolgerti ad altre persone di fiducia. Spesso ci sono più persone che si preoccupano di te e sono disposte ad aiutarti di quanto tu possa pensare!

5. Come posso aiutare i miei amici a segnalare un caso di cyberbullismo, specialmente se non vogliono farlo?

UNICEF:

Chiunque può diventare vittima di cyberbullismo. Se vedi che questo sta accadendo a qualcuno che conosci, cerca di offrire supporto. È importante ascoltare il tuo amico. Perché non vogliono segnalare di essere vittime di cyberbullismo? Come si sentono? Fagli sapere che non devono necessariamente segnalare formalmente nulla, ma è cruciale parlare con qualcuno che potrebbe essere in grado di aiutarli. Ricorda, il tuo amico potrebbe sentirsi fragile. Sii gentile con loro. Aiutali a riflettere su cosa potrebbero dire e a chi. Offriti di andare con loro se decidono di segnalare. Ancora più importante, ricordagli che sei lì per loro e vuoi aiutarli. Se il tuo amico ancora non vuole segnalare l'incidente, allora sostienilo nell'individuare un adulto di fiducia che possa aiutarlo a gestire la situazione. Ricorda che in certe situazioni le conseguenze del cyberbullismo possono essere potenzialmente letali. Non fare nulla può far sentire la persona che tutti sono contro di loro o che nessuno si interessa. Le tue parole possono fare la differenza.

Facebook/Instagram:

Sappiamo che può essere difficile segnalare qualcuno. Ma non è mai accettabile bullizzare nessuno. Segnalare contenuti a Facebook o Instagram può aiutarci a mantenerti al sicuro sulle nostre piattaforme. Il bullismo e il molesto sono altamente personali per natura, quindi in molti casi abbiamo bisogno che una persona ci segnali questo comportamento prima di poterlo identificare o rimuovere. Segnalare un caso di cyberbullismo è sempre anonimo su Instagram e Facebook, e nessuno saprà mai che ci hai informato su questo comportamento. Puoi segnalare qualcosa che hai sperimentato tu stesso, ma è altrettanto facile segnalare per uno dei tuoi amici utilizzando gli strumenti disponibili direttamente nell'app. Maggiori informazioni su come segnalare qualcosa sono incluse nel Centro assistenza di Instagram e nel Centro assistenza di Facebook. Potresti anche informare il tuo amico su uno strumento su Instagram chiamato Restrizione, dove puoi proteggere discretamente il tuo account senza dover bloccare qualcuno -- cosa che può sembrare dura per alcune persone.

Twitter:

Abbiamo abilitato la segnalazione da parte di terzi, il che significa che puoi fare una segnalazione per conto di un'altra persona. Ora questo può essere fatto anche per segnalazioni di informazioni private e impersonificazione.

6. Come possiamo fermare il cyberbullismo senza rinunciare all'accesso a Internet?

UNICEF:

Essere online offre molti vantaggi. Tuttavia, come molte cose nella vita, comporta rischi dai quali devi proteggerti. Se subisci cyberbullismo, potresti voler eliminare alcune app o restare offline per un po' per darti il tempo di riprenderti. Ma staccarti completamente da Internet non è una soluzione a lungo termine. Non hai fatto nulla di sbagliato, quindi perché dovresti essere svantaggiato/a? Potrebbe persino inviare ai bulli il segnale sbagliato, incoraggiando il loro comportamento inaccettabile. Tutti vogliamo che il cyberbullismo finisca, ed è per questo che segnalare il cyberbullismo è così importante. Ma creare l'Internet che desideriamo va oltre il denunciare il bullismo. Dobbiamo riflettere su ciò che condividiamo o diciamo che potrebbe ferire gli altri. Dobbiamo essere gentili l'uno con l'altro online e nella vita reale. Dipende da tutti noi! Dobbiamo riflettere su ciò che condividiamo o diciamo che potrebbe ferire gli altri.

Facebook/Instagram:

Mantenere Instagram e Facebook luoghi sicuri e positivi per l'espressione di sé è importante per noi -- le persone saranno confortevoli nel condividere solo se si sentono al sicuro. Ma sappiamo che il cyberbullismo può mettere i bastoni tra le ruote e creare esperienze negative. Ecco perché su Instagram e Facebook ci impegniamo a guidare la lotta contro il cyberbullismo. Lo stiamo facendo principalmente in due modi. In primo luogo, utilizzando la tecnologia per impedire alle persone di sperimentare e vedere il bullismo. Ad esempio, le persone possono attivare una impostazione che utilizza la tecnologia di intelligenza artificiale per filtrare e nascondere automaticamente i commenti di bullismo destinati a molestare o turbare le persone. In secondo luogo, stiamo lavorando per promuovere comportamenti e interazioni positivi dando alle persone strumenti per personalizzare la propria esperienza su Facebook e Instagram. Restrizione è uno strumento progettato per consentirti di proteggere discretamente il tuo account mantenendo comunque sotto controllo un bullo.

Twitter:

Dato che centinaia di milioni di persone condividono idee su Twitter, non sorprende che non siamo tutti d'accordo. Questo è uno dei vantaggi perché possiamo imparare tutti da disaccordi e discussioni rispettose. Ma a volte, dopo aver ascoltato qualcuno per un po', potresti non volerli più sentire. Il loro diritto di esprimersi non significa che tu sia obbligato a ascoltarli.

7. Come posso impedire che le mie informazioni personali vengano utilizzate per manipolarmi o umiliarmi sui social media?

UNICEF:

Pensa due volte prima di pubblicare o condividere qualcosa online: potrebbe rimanere online per sempre e potrebbe essere utilizzato in seguito per danneggiarti. Non fornire dettagli personali come il tuo indirizzo, numero di telefono o il nome della tua scuola. Informarti sulle impostazioni sulla privacy delle tue app social preferite. Ecco alcune azioni che puoi intraprendere su molte di esse:

- Puoi decidere chi può vedere il tuo profilo, inviarti messaggi diretti o commentare i tuoi post regolando le impostazioni sulla privacy del tuo account.
- Puoi segnalare commenti, messaggi e foto offensivi e richiedere che vengano rimossi.
- Oltre a "rimuovere dagli amici", puoi bloccare completamente le persone per impedire loro di vedere il tuo profilo o di contattarti.
- Puoi anche scegliere di far apparire i commenti di determinate persone solo per loro senza bloccarle completamente.
- Puoi eliminare i post dal tuo profilo o nasconderli a persone specifiche.
- Sulla maggior parte dei tuoi social media preferiti, le persone non vengono notificate quando le blocchi, le limiti o le segnali.

8. Esiste una punizione per il cyberbullismo?

UNICEF:

La maggior parte delle scuole prende sul serio il bullismo e prenderà provvedimenti contro di esso. Se stai subendo cyberbullismo da parte di altri studenti, segnalalo alla tua scuola. Le persone che sono vittime di qualsiasi forma di violenza, inclusi il bullismo e il cyberbullismo, hanno il diritto alla giustizia e a far rendere conto l'aggressore delle proprie azioni. Le leggi contro il bullismo, in particolare sul cyberbullismo, sono relativamente nuove e non esistono ancora ovunque. Ecco perché molti paesi si affidano ad altre leggi pertinenti, come quelle contro il molesto, per punire i cyberbulli. Nei paesi che hanno leggi specifiche sul cyberbullismo, il comportamento online che provoca deliberatamente gravi disagi emotivi è considerato attività criminale. In alcuni di questi paesi, le vittime di cyberbullismo possono cercare protezione, vietare la comunicazione da parte di una persona specificata e limitare l'uso dei dispositivi elettronici utilizzati da quella persona per il cyberbullismo, temporaneamente o permanentemente. Tuttavia, è importante ricordare che la punizione non è sempre il modo più efficace per cambiare il comportamento dei bulli. Spesso è meglio concentrarsi sulla riparazione del danno e sul ripristino della relazione.

Facebook/Instagram:

Su Facebook, abbiamo un insieme di Standard della Comunità, e su Instagram, abbiamo Linee guida della Comunità che chiediamo alla nostra comunità di seguire. Se troviamo contenuti che violano queste politiche, come nel caso di bullismo o molestie, li rimuoveremo. Se pensi che i contenuti siano stati rimossi erroneamente, consentiamo anche ricorsi. Su Instagram, puoi appellarti alla rimozione di contenuti o account attraverso il nostro Centro Assistenza. Su Facebook, puoi anche seguire lo stesso processo sul Centro Assistenza.

Twitter:

Applichiamo rigorosamente le nostre regole per garantire che tutte le persone possano partecipare alla conversazione pubblica liberamente e in sicurezza. Queste regole coprono specificamente diverse aree, tra cui:

- Violenza
- Sfruttamento sessuale dei minori
- Abusi/molestie
- Condotta odiosa
- Suicidio o autolesionismo
- Media sensibili, tra cui violenza grafica e contenuti per adulti.

Come parte di queste regole, adottiamo diverse azioni di enforcement quando il contenuto viola le regole. Quando prendiamo provvedimenti di enforcement, possiamo farlo sia su un singolo pezzo di contenuto (ad esempio, un singolo tweet o messaggio diretto) che su un account.

9. Le aziende di Internet sembrano non preoccuparsi del bullismo e delle molestie online. Vengono ritenute responsabili?

UNICEF:

Le aziende di Internet stanno sempre più prestando attenzione al problema del bullismo online. Molte di esse stanno introducendo modi per affrontarlo e proteggere meglio i loro utenti con nuovi strumenti, orientamenti e modi per segnalare gli abusi online. Tuttavia, è vero che c'è ancora molto da fare. Molti giovani subiscono il cyberbullismo ogni giorno. Alcuni affrontano forme estreme di abuso online. Alcuni hanno persino perso la vita a causa di ciò. Le aziende tecnologiche hanno la responsabilità di proteggere i loro utenti, specialmente i bambini e i giovani. Sta a tutti noi renderli responsabili quando non riescono a rispettare queste responsabilità.

10. Ci sono strumenti online contro il bullismo per bambini o giovani?

UNICEF:

Ogni piattaforma sociale offre strumenti diversi (vedi quelli disponibili qui sotto) che ti permettono di limitare chi può commentare o visualizzare i tuoi post o chi può connettersi automaticamente come amico e di segnalare casi di bullismo. Molti di essi prevedono semplici passaggi per bloccare, silenziare o segnalare il cyberbullismo. Ti incoraggiamo a esplorarli. Le aziende di social media forniscono anche strumenti educativi e linee guida per bambini, genitori e insegnanti per imparare sui rischi e modi per restare al sicuro online. Inoltre, la prima linea di difesa contro il cyberbullismo potresti essere tu. Rifletti su dove avvenga il cyberbullismo nella tua comunità e sui modi in cui puoi aiutare - alzando la tua voce, denunciando i bulli, rivolgendoti ad adulti di fiducia o sensibilizzando sull'argomento. Anche un semplice atto di gentilezza può fare la differenza. Se sei preoccupato per la tua sicurezza o per qualcosa che ti è successo online, parla urgentemente con un adulto di cui ti fidi. Molti paesi hanno una linea telefonica speciale a cui puoi chiamare gratuitamente e parlare con qualcuno in forma anonima. Visita Child Helpline International per trovare aiuto nel tuo paese. La prima linea di difesa contro il cyberbullismo potresti essere tu.

Facebook/Instagram:

Abbiamo diversi strumenti per aiutare a mantenere i giovani al sicuro:

- Puoi scegliere di ignorare tutti i messaggi da un bullo o utilizzare il nostro strumento Restrizione per proteggere discretamente il tuo account senza che quella persona venga notificata.
- Puoi moderare i commenti sui tuoi post.
- Puoi modificare le impostazioni in modo che solo le persone che segui possano inviarti un messaggio diretto.

E su Instagram, ti inviamo una notifica quando stai per pubblicare qualcosa che potrebbe oltrepassare il limite, incoraggiandoti a riconsiderare. Per ulteriori consigli su come proteggerti e proteggere gli altri dal cyberbullismo, consulta le nostre risorse su Facebook o Instagram.

Twitter:

Se le persone su Twitter diventano fastidiose o negative, abbiamo degli strumenti che possono aiutarti, e la seguente lista è collegata alle istruzioni su come configurarli.

- Muto - rimuovere i tweet di un account dalla tua timeline senza smettere di seguirlo o bloccarlo.
- Blocca - impedire a specifici account di contattarti, vedere i tuoi tweet e seguirti.
- Segnala - presentare una segnalazione su comportamenti abusivi.

INSTAGRAM VS. REALTA'

I partecipanti avranno l'opportunità di discutere quanto i social media stiano influenzando le loro personalità, la loro autostima e l'immagine di sé, il che consentirà loro di comprendere meglio le conseguenze dei commenti odiosi e offensivi.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Incoraggiare i partecipanti a riflettere sull'influenza dei social media sulle loro vite personali • Promuovere il pensiero critico tra i partecipanti • Comprendere cosa significano i termini "standard di bellezza", "body positivity", "self-absorption"
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Due disegni di feed di Instagram su due fogli di carta da flip-chart, • Post-it • Pennarelli
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Disegna due post del feed di Instagram, uno dovrebbe avere almeno 2 mila 'mi piace' e molti commenti, e l'altro solo 10 'mi piace'. Tutto il resto deve essere uguale, lascia vuoto lo spazio dove normalmente va la foto.

ISTRUZIONI

Chiedi ai partecipanti se hanno account Instagram, se sono account privati o aziendali, chiedi loro quanto tempo trascorrono su questa app e chiedi a coloro che non usano Instagram di spiegare perché non usano questa app. Dopo questo, rivela due disegni di post su Instagram e chiedi loro di notare le differenze. Dopo che la grande differenza nel numero di 'mi piace' è stata riconosciuta, dai a ciascun partecipante alcuni post-it e dai loro l'istruzione di descrivere cosa potrebbe esserci in questi due post che ha portato a così tanti / così pochi 'mi piace' e di mettere le loro idee sul flipchart appropriato. Incoraggiali a scrivere quante più idee possibili. Dopo che tutti hanno finito, leggi ogni post-it ad alta voce e chiedi i commenti dal gruppo (se sono d'accordo, se no perché; se questo accade nella realtà, se a loro piacerebbero questi post, quanti di quei commenti sono negativi, ecc.). Dopo questo, il facilitatore dovrebbe guidare la discussione con le seguenti domande:

- Le tue risposte si basavano su esempi reali, stereotipi o pregiudizi?
- Secondo te, chi è più probabile che sia esposto al cyberbullismo: una persona con 2 mila 'mi piace' o 10 'mi piace'?
- Cosa sono gli standard di bellezza?

- Quanto influenzano questi standard di bellezza i giovani, ci sono differenze basate sul genere? Chi ne è più colpito, ragazzi o ragazze? Perché?
- Cos'è l'autostima? Formiamo la nostra autostima basandoci su influenze esterne o interne? Spiega.
- Puoi davvero conoscere qualcuno solo attraverso il suo Instagram (o qualsiasi altro social media)?
- Perché le persone tendono ad abbellire le loro vite e la realtà sui social media?
- Chi è più probabile che riceva commenti e messaggi offensivi su Instagram, una persona famosa o una non famosa? Perché?
- È più facile per gli influencer o le persone famose affrontare la negatività e il cyberbullismo? Spiega.

Dopo che la discussione è terminata, chiedi loro come si sentono e di loro che ora si concentreranno sui lati positivi di Instagram (e altri social media). Ogni partecipante dovrebbe trovare almeno un esempio dei benefici di Instagram o di altri social media simili. Consigliamo loro di essere concreti quando danno esempi, di usare la loro esperienza personale o esempi vicini per ottenere diversità nelle risposte.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Per concludere il workshop e riassumere le lezioni apprese, avvia la conversazione con le seguenti domande:

- Quale parte di questa sessione è stata la più interessante per te, perché?
- Sei stato sorpreso da alcune opinioni e atteggiamenti durante la discussione?
- Userai Instagram in modo diverso dopo questa sessione? Come?

CONSIGLI PER IL FACILITATORE

Tieni presente che alcuni dei partecipanti possono essere disturbati da questa sessione o sentirsi attaccati da altri partecipanti durante le discussioni. Cerca di rilassare il gruppo prima della discussione, ricorda loro che questo è un posto sicuro dove tutti possono esprimersi liberamente ma senza ferire i sentimenti di qualcun altro.

SFIDA GLI SFIDANTI

I partecipanti dovrebbero sviluppare le competenze per riconoscere le tendenze potenzialmente dannose e pericolose sui social media e utilizzare la loro immaginazione, creatività e pensiero critico per contrastare tali fenomeni negativi.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Comprendere le conseguenze negative e i rischi per la sicurezza delle sfide popolari sui social media• Motivare i partecipanti a contrastare le tendenze pericolose su Internet e promuovere la sicurezza online• Creare nuove sfide alternative promuovendo comportamenti sicuri tra i giovani
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Connessione Internet• Carta• Pennarelli
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara in anticipo alcune delle sfide popolari di TikTok nel caso in cui i partecipanti non riescano a trovare o decidere su un esempio.

ISTRUZIONI

Chiedi ai partecipanti quanti di loro hanno un account su TikTok, avvia la conversazione con loro sul contenuto che seguono su questa piattaforma e chiedi a coloro che non usano questo social network di condividere le loro ragioni. Chiedi loro se hanno sentito parlare o partecipato a qualche sfida popolare e di descrivere la sfida in questione. Dopo questa breve conversazione, dividili in 5 gruppi e spiega loro che nella prima parte di questa sessione troveranno una sfida o una tendenza potenzialmente pericolosa che porta i giovani a essere feriti in qualche modo. Tieni presente che tutti i gruppi dovrebbero avere casi diversi, quindi i facilitatori dovrebbero monitorare attentamente questa parte della sessione per evitare sovrapposizioni tra i gruppi. Quando tutti i gruppi hanno i loro esempi, invitali ad analizzare la sfida, chi è il gruppo target, perché è dannoso / pericoloso, se ci sono vittime o esiti tragici, chi è responsabile, ecc. La seconda parte della sessione sarà quella di proporre sfide o tendenze alternative che promuoveranno essenzialmente comportamenti sicuri, stili di vita sani o creatività tra i giovani. Quando tutti i gruppi hanno finito, presenteranno una breve recensione del caso negativo che hanno usato come ispirazione per la loro nuova sfida.



SAFEBOOK

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Chiedi ai partecipanti di sedersi nei loro gruppi e chiedi loro le seguenti domande:

- Sapevate di tutti gli esempi presentati oggi?
- Siete stati sorpresi di sentire parlare di una specifica sfida, perché?
- Quali sfide positive vi sono piaciute di più? Perché?
- Se pensate all'inizio di questa sessione e alla conversazione che abbiamo avuto, ci sono più aspetti positivi o negativi nei nuovi social media come TikTok?
- Vi unireste a alcune delle sfide positive presentate oggi?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

Le idee sviluppate possono essere utilizzate nella vita reale e promosse sui social media, quindi i facilitatori dovrebbero incoraggiare i partecipanti che sono familiari con l'argomento a lanciare quelle idee e metterle in pratica.

MATERIALE PER I FACILITATORI

Nel caso in cui i partecipanti, per qualche motivo, non siano in grado di trovare esempi appropriati, ecco il link con alcune delle sfide passate e anche le tendenze attuali su TikTok.

(https://www.distractify.com/p/most-dangerous-tiktok-challenges?bclid=IwAR15-eIhRMZ5_2CV1dzOdRGAoHN78kupxJKn0HBy6A9_3GXcAG2D1dPziCQ) 11 luglio 2021

CAPITOLO 3.3

WORKSHOP TEMATICI **DISCRIMINAZIONE**

DIVERSITY CAFÉ

I partecipanti avranno l'opportunità di discutere alcune delle importanti questioni sociali come la discriminazione, comprenderanno meglio la posizione dei gruppi marginalizzati e di coloro che sono a rischio di esclusione sociale, si concentreranno su esempi concreti per cercare di individuare le radici del problema e le modalità per combatterlo.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Fornire ai partecipanti l'opportunità di condividere le loro opinioni e esperienze sulla discriminazione• Motivare i partecipanti a utilizzare le proprie capacità di pensiero critico per comprendere meglio i problemi sociali che li circondano
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Handouts• Fogli e pennarelli• Tavoli
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prima della sessione, posiziona 3 tavoli agli angoli diversi della stanza e delle sedie intorno ad essi. Metti una storia su ciascun tavolo (Materiale 1, 2, 3). Cerca di creare un'atmosfera da caffè e una scenografia. Il facilitatore può indossare un grembiule e un vassoio; quando tutti i gruppi si siederanno ai loro tavoli, il facilitatore servirà loro con degli spunti di conversazione.

ISTRUZIONI

Dividi i partecipanti in 3 grandi gruppi e assegnagli il numero del loro tavolo. Devono scegliere una persona che guiderà la discussione (moderatore) e un partecipante che prenderà appunti. Dovrebbero leggere attentamente la loro storia e il moderatore dovrebbe iniziare facendo alcune domande relative alla storia. Il facilitatore "servirà" domande o "spunti di conversazione" precedentemente preparati a ciascun tavolo che dovrebbero utilizzare nel caso abbiano bisogno di aiuto aggiuntivo per avviare la conversazione. Sia il moderatore che il partecipante che prende appunti dovrebbero partecipare alla discussione, e il resto del gruppo dovrebbe aiutarli a creare una breve presentazione sul loro caso. I facilitatori dovrebbero monitorare il lavoro nei gruppi e aiutarli a rimanere concentrati su quella storia, ma anche incoraggiarli ad utilizzare altri esempi simili per comprendere meglio perché avviene la discriminazione. Chiedi loro di pensare agli stereotipi o ai pregiudizi che portano alla discriminazione, di analizzare l'ambiente in cui è avvenuta la discriminazione, se ci potrebbe essere una giustificazione legale per la discriminazione, ecc. Dacci almeno 20 minuti per questo. Ogni gruppo presenterà le conclusioni delle loro discussioni. Dopo le presentazioni, i partecipanti dovrebbero tornare alla semicerchia per fare il debriefing e valutare questa sessione.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Fai ai partecipanti la seguente domanda e permetti loro di fare domande anche:

- Ci sono stati conflitti e / o disaccordi all'interno dei vostri gruppi, in caso affermativo di cosa si trattava? Lo avete risolto e come?
- Quanto è stato difficile immaginare queste situazioni accadere nella vita reale? Cosa ci dice questo?
- Come vi sentite riguardo a tutto ciò che avete sentito durante questa sessione? (Ogni partecipante dovrebbe rispondere a questa domanda)

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

Il facilitatore può cambiare le storie, adattare o aggiungere più storie se pensa che il gruppo lavorerà meglio con meno membri, o se l'intero gruppo è più grande di 30 partecipanti. Tieni presente che è meglio avere diversi esempi di discriminazione in ogni storia in modo che si possano coprire più argomenti.

HANDOUT - TAVOLO 1

Mark ha telefonato a un'agenzia di viaggi per prenotare un cottage per le vacanze per la prima settimana di giugno. Gli è stato detto che era disponibile per le date desiderate. Dopo ciò, ha spiegato che stava venendo per la luna di miele con suo marito e che stavano davvero guardando avanti a questo viaggio. L'agenzia ha poi detto che non poteva affittare il cottage. Lo stesso giorno, la sua amica Zelda, telefona alla stessa agenzia e le permettono di prenotare il cottage per la prima settimana di giugno. L'agenzia di viaggi ha rifiutato un servizio a Mark a causa della sua orientazione sessuale.

HANDOUT - TAVOLO 2

Susan ha presentato la sua candidatura per il suo lavoro da sogno in uno studio legale. Secondo il profilo del candidato, è perfetta per il lavoro. Il colloquio è andato liscio ed era sicura di sé. Non era nervosa; tutte le domande erano facili per lei e entrambe le parti sembravano godersi la conversazione. Le hanno chiesto di aspettare nella hall per alcuni documenti da firmare e che sarebbe stata informata della decisione finale. Mentre stava aspettando, un'assistente è venuta da lei, le ha dato i documenti e ha iniziato una chiacchierata amichevole con lei. L'assistente ha "notato" che Susan indossava un anello di fidanzamento e le ha chiesto del suo fidanzato, quando sarà il matrimonio, se stanno pianificando di avere una grande famiglia, ecc. Susan ha iniziato a sentirsi un po' a disagio, ma la donna sembrava amichevole, quindi ha risposto, ha detto che il matrimonio è imminente e che pianificano una famiglia ma non grande. Non ha ottenuto il lavoro; la sua amica della facoltà di legge le ha telefonato per dirle che a tutte le donne che sono state intervistate per il lavoro è stato chiesto dei loro piani per avere figli e che alla fine hanno assunto un uomo.

HANDOUT -TAVOLO 3

Lisa è una persona transgender, e ha appena iniziato la sua transizione e ha deciso di trasferirsi fuori casa dei suoi genitori e iniziare la sua vita indipendente. Ha trovato diversi appartamenti che rientravano nel suo budget e ne ha presentata domanda per tutti. Le è stato chiesto di venire di persona a incontrare il proprietario dell'appartamento che le piaceva di più. Era nervosa perché aveva vissuto alcune situazioni spiacevoli a causa del suo genere, ma ha deciso di essere sicura di sé poiché questo doveva essere un nuovo inizio per lei. Appena arrivata sul posto, il proprietario l'ha guardata e dopo un imbarazzante silenzio le ha detto che non può affittarle l'appartamento. Lisa ha chiesto il motivo, e lui le ha detto che in questo edificio si rispettano i valori tradizionali e che non permettono ai "mostri" di vivere accanto alle famiglie normali e ai bambini.

HANDOUT - STARTERS DI CONVERSAZIONE:

- *Chi è la vittima?*
- *Che tipo di discriminazione è questa?*
- *Perché sta accadendo questo?*
- *Questo è qualcosa che avviene solo nelle società meno sviluppate?*
- *Chi è responsabile di questo tipo di discriminazione?*
- *Come reagiresti se fossi la vittima in questo caso?*

HANDOUT

STEREOTIPI – Opinioni semplificate e generalizzate su un certo gruppo di persone, supposizioni che tutti i membri del gruppo abbiano le stesse caratteristiche (possono essere negative e positive). Ad esempio, "Le persone rom sono ladri" o "Tutti gli afroamericani sono grandi giocatori di basket".

PREGIUDIZI – Sentimenti e atteggiamenti negativi verso un individuo o un certo gruppo sociale, non basati su conoscenze ragionevoli ed equilibrate ed esperienze su quell'individuo o gruppo; a differenza degli stereotipi, i pregiudizi coinvolgono emozioni e valutazioni nel ragionamento. Ad esempio, "Le persone cinesi sono sporche, sono disgustose".

DISCRIMINAZIONE - In tutte le sue possibili forme ed espressioni, la discriminazione è una delle forme più comuni di violazione e abuso dei diritti umani. Colpisce milioni di persone ogni giorno ed è una delle più difficili da riconoscere. Si verifica quando le persone vengono trattate meno favorevolmente rispetto ad altre persone in una situazione comparabile solo perché appartengono o sono percepite come appartenenti a un certo gruppo o categoria di persone. Le persone possono essere discriminate a causa della loro età, disabilità, etnia, origine, convinzioni politiche, razza, religione, sesso o genere, orientamento sessuale, lingua, cultura e su molti altri motivi. La discriminazione, spesso il risultato dei pregiudizi, rende le persone impotenti, impedendogli di diventare cittadini attivi, limitandoli nello sviluppo delle loro competenze e, in molte situazioni, nell'accesso al lavoro, ai servizi sanitari, all'istruzione e ad altre aree della vita. Pregiudizi + azione = discriminazione.

VERSIONE 2

DURATA
45'

Aumentare la consapevolezza sociale dei giovani sulla discriminazione mediante l'analisi di diversi tipi di discriminazione, le loro cause e i loro effetti.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Aumentare la consapevolezza dei giovani su diversi tipi di discriminazione• Portare l'attenzione dei giovani sulle possibili soluzioni sociali Flipchart
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Flipchart• Carta• Strumenti di scrittura• Materiale informativo sui tipi di discriminazione• Tavoli
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Preparare gli Handouts per ogni tavolo.

ISTRUZIONI

I facilitatori dovrebbero dividere i partecipanti in 6 gruppi. A ciascun gruppo verrà assegnato un tavolo con diversi tipi di discriminazione. I partecipanti dovrebbero esplorare le cause, le conseguenze e alcune possibili soluzioni ai problemi dei tipi di discriminazione loro assegnati. I facilitatori "serviranno" domande precedentemente preparate o "avviatori di conversazione" a ciascun tavolo che dovrebbero utilizzare nel caso in cui abbiano bisogno di ulteriore aiuto per avviare la conversazione. Ai partecipanti verranno dati circa 25 minuti per discutere ed analizzare tipi concreti di discriminazione e potranno utilizzare internet per alcune definizioni, statistiche o articoli. Le loro presentazioni saranno preparate su carta per flipchart che verrà divisa in due parti, nella prima parte scriveranno delle Cause (contesto e stereotipi e pregiudizi che portano a questo tipo di discriminazione in primo luogo) e nella seconda parte scriveranno degli Effetti (conseguenze). Includeranno anche alcune raccomandazioni concrete per prevenire e combattere la discriminazione.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero guidare la discussione, ma i partecipanti dovrebbero essere motivati e incoraggiati a prendere il comando e fare domande agli altri gruppi. Inizia con le seguenti domande:

- Quanto eri consapevole di tutti questi diversi tipi di discriminazione?
- Cosa hai imparato da questa attività?
- Quanto è stato difficile trovare dati rilevanti su internet riguardo ai tuoi argomenti?
- Puoi dare degli esempi della discriminazione affrontata dal tuo gruppo?
 - Come ti senti riguardo a tutto ciò che hai sentito durante questa sessione? (Ogni partecipante dovrebbe rispondere a questa domanda, se c'è tempo)

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

Monitora il lavoro dei partecipanti nei gruppi e aiutali a superare le difficoltà se ne hanno. Tieni presente che alcuni partecipanti potrebbero avere connessioni personali con la discriminazione e supportali ulteriormente, consentendo loro di condividere la loro storia se sono disposti a farlo.

HANDOUT

STEREOTIPI - Opinioni semplificate e generalizzate su un certo gruppo di persone, supposizioni che tutti i membri di quel gruppo hanno le stesse caratteristiche (possono essere negative e positive). Ad esempio, "Le persone rom sono ladri" o "Tutti gli afroamericani sono grandi giocatori di basket".

PREGIUDIZI - Sentimenti e atteggiamenti negativi verso un individuo o un certo gruppo sociale, non basati su conoscenze ragionevoli ed equilibrate ed esperienze su quell'individuo o gruppo; a differenza degli stereotipi, i pregiudizi coinvolgono emozioni e valutazioni nel ragionamento. Ad esempio, "Le persone cinesi sono sporche, sono disgustose".

DISCRIMINAZIONE - In tutte le sue possibili forme ed espressioni - è una delle forme più comuni di violazioni e abusi dei diritti umani. Colpisce milioni di persone ogni giorno ed è una delle più difficili da riconoscere. Si verifica quando le persone vengono trattate meno favorevolmente rispetto ad altre persone in una situazione comparabile solo perché appartengono o sono percepite come appartenenti a un certo gruppo o categoria di persone. Le persone possono essere discriminate a causa della loro età, disabilità, etnia, origine, convinzioni politiche, razza, religione, sesso o genere, orientamento sessuale, lingua, cultura e su molti altri motivi. La discriminazione, spesso il risultato dei pregiudizi, rende le persone impotenti, impedendogli di diventare cittadini attivi, limitandoli nello sviluppo delle loro competenze e, in molte situazioni, nell'accesso al lavoro, ai servizi sanitari, all'istruzione e ad altre aree della vita. Pregiudizi + azione = discriminazione.

HANDOUT

Tavolo 1. Discriminazione basata sull'età (ageismo)

Tavolo 2. Discriminazione basata sulla disabilità (abilismo)

Tavolo 3. Discriminazione basata sul sesso (sessismo)

Tavolo 4. Discriminazione basata su orientamento sessuale e identità di genere

Tavolo 5. Discriminazione basata sulla religione

Tavolo 6. Discriminazione basata sulla razza, incluso colore, nazionalità, origine etnica o nazionale (razzismo)

HANDOUT 2 - STARTER DI CONVERSAZIONE

- 1. Chi sono le vittime di questo tipo di discriminazione?*
- 2. Quali sono le conseguenze a breve e a lungo termine della discriminazione?*
- 3. Quali sono le principali differenze tra coloro che discriminano e coloro che sono discriminati?*
- 4. Come viene attuato questo tipo di discriminazione?*

DISCRIMI-
NAZIONE

RESPONSABILITA' SOCIALE

DURATA
45'

I partecipanti esploreranno tutte le aree della società in cui è presente principalmente la discriminazione e analizzeranno tali aree attraverso casi studio, in modo da poter comprendere meglio cosa deve essere fatto per combattere e prevenire la discriminazione nelle nostre società.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendere quanto la discriminazione impedisca a certe persone di avere vite dignitose e dignitose • Esplorare e identificare il livello di responsabilità degli individui e delle istituzioni quando si tratta della discriminazione di determinati gruppi di persone • Proporre e raccomandare alcune misure e azioni per combattere la discriminazione
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Proiettore • Schermo per proiettore • Connessione Internet • Telefoni cellulari • Carta per flipchart e pennarelli
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prima del workshop, il facilitatore dovrebbe creare una presentazione interattiva (Mentimeter) per il brainstorming con la domanda: In quali aree della società esiste la discriminazione?

ISTRUZIONI

Invita i partecipanti a utilizzare i loro telefoni per questa parte della sessione. Devono aprire la piattaforma Mentimeter e inserire il codice che fornisci loro. Quando tutti i partecipanti si uniscono alla presentazione, avranno alcuni minuti per digitare tutte le risposte che pensano alla domanda scritta sullo schermo – “In quali aree della società esiste la discriminazione?”. Mentre stanno digitando, le risposte appariranno sul grande schermo, e quelle risposte che sono mostrate con i caratteri più grandi sono quelle che vengono ripetute e inserite più volte dai partecipanti. Quando hanno finito, discuti brevemente tutte le risposte visibili sul grande schermo. Spiega loro che le 4 parole più grandi (ad esempio: impiego, assistenza sanitaria, vita sociale, media) rappresentano le aree della società che tutti ritengono essere le più esposte alla discriminazione e che saranno divisi in questi 4 gruppi. Quando i gruppi sono formati, digli che esploreranno l'argomento della discriminazione basata su casi reali. Ogni gruppo, in base all'area assegnata, troverà un caso reale che sarà oggetto della loro analisi.

Dopo che i casi sono definiti, divideranno i loro gruppi in due, una parte del gruppo analizzerà un caso specifico dal punto di vista della vittima e l'altra parte del gruppo dal punto di vista della persona/azienda/istituzione in cui si sta verificando la discriminazione. Sottolinea che la persona responsabile, l'azienda o l'istituzione non devono necessariamente essere la parte colpevole ma che devono mitigare e rispondere alla discriminazione che è avvenuta. Entrambi i sottogruppi dovranno elaborare raccomandazioni e proposte per risolvere il problema concreto. Dopo che hanno finito, ogni gruppo presenterà le proprie raccomandazioni. Ricordagli che possono fare riferimento a misure già stabilite ed esistenti e a alcuni possibili modi per migliorare queste misure.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Chiedi ai partecipanti di sedersi in cerchio chiuso e di dire una parola per descrivere le loro emozioni. Dopo questo chiedigli le seguenti domande:

- Chi ha avuto un lavoro più difficile, i gruppi che hanno analizzato la situazione dal punto di vista della vittima o quelli che hanno rappresentato la persona/azienda/istituzione in cui si sta verificando la discriminazione? Perché?
- Quanto è stato difficile trovare soluzioni per problemi già esistenti?
- Hai notato somiglianze tra le soluzioni dei gruppi opposti, perché è così?
- Pensi che le tue raccomandazioni potrebbero essere attuate nella vita reale?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

Prima del brainstorming, assicurati che i partecipanti comprendano il concetto di aree della società, se necessario, fornisci loro esempi: assistenza sociale e sanitaria, legge, media, istruzione, vita culturale, ecc.

CHI NON SI SIEDERA' ACCANTO A TE?

Questa attività è destinata a discutere la discriminazione, i diversi tipi e livelli di discriminazione; i partecipanti approfondiranno i problemi legati alla discriminazione, le cause della discriminazione e analizzeranno quali gruppi sociali sono più esposti alla discriminazione.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Discutere e analizzare diversi tipi di discriminazione • Sensibilizzare sui problemi causati dalla discriminazione • Scoprire quali gruppi di individui sono discriminati di più e perché
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Carta e strumenti di scrittura • La lista dei personaggi immaginari che rientrano in potenziali gruppi di discriminazione su carta da flipchart
Gruppo:	20-30
Preparazione:	I facilitatori dovrebbero preparare l'elenco dei personaggi immaginari che potrebbero essere oggetto di discriminazione (documento), scegliere sei personaggi dal documento e scriverli su carta da flipchart (in una riga verticale) lasciando spazio per punti adesivi rossi e verdi.

ISTRUZIONI

I facilitatori dovrebbero iniziare questa sessione con il suono di un treno che si ferma. Dopo questo, dovrebbero dire al gruppo che ora partiranno per un viaggio molto lungo sul treno appena arrivato alla stazione. In ogni coupé ci sono quattro posti, uno per i partecipanti e tre per gli altri passeggeri. I partecipanti avranno l'opportunità di scegliere i loro compagni di viaggio dall'elenco dei passeggeri, questo è il momento in cui i facilitatori rivelano il flipchart con l'elenco dei personaggi immaginari. Lavoreranno individualmente e dovranno scegliere tre persone con cui condividere una coupé e tre che eviterebbero. I facilitatori dovrebbero ricordare ai partecipanti che non è consentito scegliere più di tre passeggeri dall'elenco per ogni categoria. Per questo avranno 10 minuti. Dopo che tutti hanno finito, leggeranno ad alta voce i loro risultati e i facilitatori annoteranno le loro risposte, punti adesivi verdi o segni più saranno messi accanto ai nomi di quei passeggeri che sono stati scelti mentre punti adesivi rossi o segni meno saranno messi accanto al nome di quelli che non sono stati scelti dai partecipanti. Dopo che tutti hanno finito, si scriverà la lista dei punteggi di tutti i personaggi, il primo dovrebbe essere la persona con meno segni verdi o più e l'ultima persona che ha i segni più verdi e più.

I facilitatori dovrebbero dare alcuni minuti ai partecipanti per osservare l'elenco e riflettere sui risultati. Poi inizierà la parte di discussione e valutazione.

DISCUSSIONE E VALUTAZIONE

Il facilitatore dovrebbe fare le seguenti domande:

- Cosa pensi dei risultati?
- Pensi che questi risultati siano equi?
- Ti è stato difficile scegliere tra questi personaggi? Perché?
- Perché hai scelto determinati personaggi rispetto agli altri?
- Come ti senti riguardo al fatto che hai dovuto scegliere?
- Come hai formato le tue decisioni? / Su quali basi hai preso queste decisioni?
- Sai cosa sono gli stereotipi? I pregiudizi?
- Qual è la principale differenza tra questi due termini?
- Se stessimo facendo questo workshop in un ambiente culturale diverso, i risultati sarebbero gli stessi?
- Invitali a discutere dei primi tre personaggi nell'elenco, perché sono discriminati, quali sono le conseguenze della loro esclusione?

Concludi il workshop con alcune raccomandazioni dei partecipanti per combattere e prevenire la discriminazione.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

Nella scelta, tieni presente i profili dei partecipanti e l'argomento della tua attività. I documenti possono essere aggiustati ulteriormente dai facilitatori se riconoscono la necessità. Dopo aver dato istruzioni, ricorda ai partecipanti che dovrebbero affrontare questa attività in modo oggettivo e che non verranno giudicati in base alle loro decisioni, spiegagli che questo workshop aiuterà a determinare le radici del problema che può fornire loro conoscenze e strumenti aggiuntivi per combatterlo..

HANDOUT 2 - STARTERS DI CONVERSAZIONE

Immigrato illegale con deficit visivo

Senza fissa dimora e tossicodipendente

Uomo musulmano con valigetta

Ragazza rom in sedia a rotelle

Uomo di 70 anni con demenza

Prostituta transgender

Poliziotto omosessuale

Madre single con sindrome di Down

Studente di dottorato con schizofrenia

Giovane ragazza rom con neonato

Immigrato musulmano con PTSD

Giovane con tatuaggi su tutto il corpo, incluso il viso

Giovane uomo di colore

Veterano di guerra che ha perso le gambe in combattimento

Madre single con disturbo bipolare

Giovane uomo rom con dipendenza da eroina

Politico sessantenne con idee di estrema destra

UTOPIA

DURATA
90'

I partecipanti avranno l'opportunità di utilizzare la loro creatività e immaginazione per creare società utopiche e utilizzare quei nuovi sistemi per combattere tutti i fenomeni negativi come la discriminazione.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Stimolare l'immaginazione e la risoluzione creativa dei problemi tra i partecipanti• Incoraggiare i partecipanti a pensare fuori dagli schemi al fine di proporre idee• Comprendere meglio quanto sia diffusa e fino a che punto vada la discriminazione
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Carta• Pennarelli• Fogli da flip-chart• Computer portatili• Proiettore e schermo
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara tutti i materiali necessari, sentiti libero di aggiungere anche ulteriori materiali se ritieni necessario per una migliore drammatizzazione. Stampa 3 parole: razzismo, misoginia, islamofobia e piegale in modo che non siano visibili, quindi mettile in un cappello o in una scatola.

ISTRUZIONI

All'inizio del workshop, fai un breve brainstorming sulla domanda: Cosa non va nella nostra società? Il brainstorming sarà fatto per ricordare ai partecipanti tutte le aree esistenti della società moderna, per riflettere su colpevoli e sistemi che permettono la discriminazione, ad esempio: polizia, politici, stereotipi, consumismo, media, distribuzione della ricchezza, ecc. Dopo il brainstorming, chiedi loro se conoscono il significato di Utopia. Dopo che alcuni partecipanti risponderanno, fornisci una definizione simile per concludere la prima parte del workshop (vedi Handout). Dividi il gruppo in 3 grandi gruppi e digli che hanno un'opportunità unica di creare i propri sistemi sociali, le proprie utopie personali dove tutto è esattamente come vogliono che sia. Incoraggiali a concentrarsi sul sistema politico, l'ideologia, i comportamenti sociali, l'istruzione, l'assistenza sanitaria, la tecnologia, l'economia, ecc. Dì loro di essere creativi e di pensare fuori dagli schemi, dicendo loro che tutto è permesso. Per questo avranno bisogno di circa 25 minuti. Dopo di che, ogni gruppo presenterà il proprio lavoro. I facilitatori, insieme agli altri partecipanti, daranno loro un breve feedback. Fai loro le seguenti domande:

- Hanno apprezzato questo compito?
- Quanto è stato difficile creare un intero sistema in così poco tempo?
- Quanto è stato difficile giungere a un accordo all'interno del gruppo?
- Qual è la migliore Utopia?
- Pensano che questo sia tutto, che abbiamo finito con le nostre nuove società?

Dopo questo, usa l'elemento sorpresa e fai partire della musica drammatica e, se possibile, abbassa le luci. Dagli qualche istante per calmarsi. Digli che hai appena ricevuto la notizia che è successo qualcosa di brutto. Fai in modo che un altro facilitatore ti passi un pezzo di carta e racconta al gruppo che sono accidentalmente viaggiati nel tempo. Sono passati 500 anni da quando hanno creato le loro società e alcuni problemi sono riemersi. Drammatizza questa parte in modo particolare. Digli che non sono in grado di scoprire esattamente quale sia il problema perché sono troppo vicini al problema, fortunatamente gli altri gruppi hanno notato quei problemi e possono aiutarli a scoprirli. Ma questo richiederà del tempo.

Prendi il cappello/scatola con le parole e digli che ogni gruppo pescherà un termine/parola basato sul quale creeranno uno scenario per l'altro gruppo. Gli scenari dovrebbero essere basati sulla parola ricevuta ma anche sulle presentazioni della sessione precedente. I partecipanti dovrebbero cercare di creare problemi molto convincenti, stabilire il numero di persone e/o comunità colpite dal problema, da quanto tempo esiste questo problema, chi è il responsabile, perché è successo, ecc.

Il Gruppo 1 darà brutte notizie al Gruppo 2, il Gruppo 2 al Gruppo 3 e il Gruppo 3 al Gruppo 1. Dai loro 15 minuti per questo. Il compito di ciascun gruppo, una volta ricevute brutte notizie, sarà quello di trovare una soluzione basata sui principi e le regole delle loro società e avranno 15 minuti per trovare la soluzione migliore per questo. Ricordagli che non dovrebbero utilizzare o includere nulla che non abbiano incluso nella storia originale della loro Utopia.

Dopo che tutti i gruppi hanno finito di presentare le soluzioni, siediti in cerchio con il gruppo e inizia il debriefing e la valutazione. Tieni presente che alcuni gruppi potrebbero non essere in grado di trovare una soluzione, ma va bene e questo può anche essere utilizzato come una delle conclusioni. I partecipanti dovrebbero capire, alla fine di queste sessioni, che anche le società più perfette hanno difetti e che nessuno è immune ai problemi, ma ciò significa solo che tutti devono essere inclusi nella promozione della tolleranza, della diversità e della protezione dei diritti umani.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Fai loro le seguenti domande:

- Come vi sentite?
- Come vi siete sentiti mentre eravate tenuti all'oscuro dei problemi nella vostra società?
- Quanto è stato difficile pensare alla storia per gli altri gruppi?
- Quanto è stato difficile trovare una soluzione, avete trovato la soluzione?
- Perché l'Utopia non esiste?
- Come mai tutte le società hanno difetti?
- Se conosceste l'esito di questo workshop, creereste un'Utopia diversa? Come?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

A causa del poco tempo e dei tanti requisiti, i partecipanti possono essere nervosi. Lavorare sotto pressione è il punto di questa sessione perché rappresenta solo la prima parte. Devono concentrarsi sulla creazione della migliore idea senza pensare a cosa succederà dopo che avranno finito questo. Devi monitorare il lavoro dei gruppi per mitigare e risolvere eventuali conflitti. Sentiti libero di dare loro orientamenti e ispirazioni, ma solo su argomenti che non possono essere direttamente collegati alla discriminazione. Dopo l'ultima domanda durante il debriefing, annuncia la seconda parte di questo workshop che inizierà dopo la pausa. Cerca di drammatizzare il più possibile questa sessione, coinvolgendo i partecipanti nel gioco di ruolo e nell'acting. Durante la prima parte di questa sessione, incoraggia ogni gruppo a ricordare i dettagli di ogni società e digli di creare un esempio realistico, ma possono anche usare molta immaginazione per rendere convincente la loro storia.

HANDOUT 1

Definizione di utopia:

- *Un luogo di perfezione ideale, specialmente per quanto riguarda le leggi, il governo e le condizioni sociali*
- *Un progetto impraticabile per il miglioramento sociale*
- *Un luogo immaginario e indefinitamente remoto*

HANDOUT 2

“Cattive notizie”

Gruppo 1: Misoginia

Gruppo 2: Razzismo

Gruppo 3: Islamofobia

CAPITOLO 3.4

WORKSHOP TEMATICI

**SOSTANZE
PSICOATTIVE**

CAMBIA IL METODO

Questa attività utilizza discussioni e lavoro di gruppo per mostrare ai partecipanti gli effetti negativi delle sostanze psicoattive e per esaminare le loro opinioni sugli effetti positivi e negativi delle stesse.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Imparare di più sugli effetti negativi delle sostanze psicoattive• Riconoscere gli effetti positivi e negativi delle sostanze psicoattive• Familiarizzare con le attività che forniscono sensazioni positive
Materiale:	<ul style="list-style-type: none">• Carte da flipchart• Pennarelli• Nastro adesivo
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Su un foglio per flipchart, scrivi in lettere maiuscole SOSTANZE PSICOATTIVE in modo che ogni partecipante possa vedere cosa è scritto sul foglio. Prepara 5 o 6 fogli di carta per flipchart (a seconda del numero di partecipanti, 1 foglio di carta per 5-6 partecipanti). Dividi ogni foglio in 2 colonne dove POSITIVO è scritto sul lato sinistro e NEGATIVO è scritto sul lato destro del foglio.

ISTRUZIONI

Chiedi ai partecipanti se sono familiarizzati con qualche tipo di sostanze psicoattive. Crea un'atmosfera sicura e rilassata in modo che non si sentano a disagio nel parlare dell'argomento. Spiegagli che esaminerai gli effetti diversi che le sostanze psicoattive hanno sulle condizioni mentali e fisiche degli abusatori e come queste sostanze cambiano la nostra condizione generale. Poiché il workshop è creato per 20-30 partecipanti, dividi in gruppi più piccoli di 5-6 partecipanti per gruppo e dagli loro fogli di carta per flipchart già preparati con 2 colonne separate POSITIVO/NEGATIVO e dagli l'istruzione di discutere tra di loro all'interno dei gruppi più piccoli quali sono gli effetti positivi e quali sono gli effetti negativi delle sostanze psicoattive. Digli ai partecipanti di scegliere qualsiasi sostanza psicoattiva con cui siano familiarizzati, che conoscano personalmente, o abbiano letto da qualche parte, o che i loro coetanei abbiano condiviso con loro esperienze. Dì loro che dopo una breve discussione all'interno dei piccoli gruppi, devono scrivere gli effetti POSITIVI/NEGATIVI delle sostanze psicoattive sui fogli di carta per flipchart. Per questa parte dell'attività i partecipanti avranno 15 minuti.

Una volta finito di scrivere, invita i gruppi a presentare le loro conclusioni e avere una breve discussione con l'intero gruppo sulle loro conclusioni. I gruppi avranno 10-15 minuti per la presentazione. Quando ogni gruppo ha finito di presentare le loro conclusioni sui fogli di carta per flipchart, chiedi ai partecipanti di pensare agli effetti POSITIVI delle sostanze psicoattive e digli di pensare alle cose ALTERNATIVE che possiamo fare per provare e sperimentare queste condizioni e sentimenti, ma senza usare sostanze psicoattive. Ad esempio, possiamo provare eccitazione a causa di un successo ottenuto, o possiamo essere felici e soddisfatti a causa di una situazione, ecc. Offri loro 1 o 2 esempi e digli di tornare ai loro gruppi precedenti e di avere una breve discussione, e poi di scrivere le loro conclusioni sui fogli di carta per flipchart. Dai ai partecipanti 10-15 minuti per questa parte del workshop. Quando finiscono di scrivere le cose che ci fanno sentire diversi (felici, eccitati, soddisfatti, sorridendo), chiedi loro di presentare le loro conclusioni e di avere una discussione tutti insieme nel grande gruppo. Per questa ultima attività dai ai partecipanti 15 minuti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Chiedi ai partecipanti di commentare l'attività e di esprimere i loro sentimenti personali e le loro opinioni sulle sostanze psicoattive. Chiedi loro se le sostanze psicoattive sono buone per le nostre condizioni mentali e fisiche, anche se a volte possiamo avere l'impressione che ci stiano influenzando. Provali a trarre la conclusione che le sostanze psicoattive non sono buone per il nostro corpo, neanche in quantità controllate e ridotte. Spiegagli che l'eccitazione che proviamo è davvero breve ma ha un effetto estremamente negativo sulla condizione mentale e fisica del nostro corpo e della nostra mente e può avere conseguenze molto negative. Discuti con loro quali attività possono fornirci felicità, eccitazione e piacere e come possiamo provare questi sentimenti e condizioni senza l'uso di sostanze psicoattive.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori per questa sessione dovrebbero essere informati su diverse sostanze psicoattive e il loro effetto sulle condizioni mentali e fisiche degli utenti. I facilitatori dovrebbero creare un'atmosfera sicura e rilassata in modo che i partecipanti si sentano liberi di discutere sull'abuso di sostanze psicoattive. Di ai partecipanti che non ci sarà nessun giudizio per coloro che condividono le loro esperienze personali e incoraggiali ad essere aperti e onesti quanto possono. I facilitatori concludono il workshop con la conclusione che sono state elencate molte attività alternative per fornirci piacevoli sensazioni e che le sostanze psicoattive sono sempre negative con pericolose conseguenze per noi e per la nostra comunità locale.

GIOCHIAMO

 DURATA
45'

Questo workshop utilizza il gioco (quiz) come metodo di lavoro con i giovani e fornisce loro nuove conoscenze sui diversi tipi di sostanze psicoattive e sui loro effetti negativi sulla condizione mentale e fisica del corpo.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere il tipo di sostanze psicoattive e apprendere di più sui loro effetti negativi • Essere consapevoli degli effetti negativi delle sostanze psicoattive • Imparare a collegare il tipo di sostanze psicoattive e i loro effetti sulle condizioni delle persone
Materiale:	<ul style="list-style-type: none"> • Flips chart • Pennarelli • Handout
Gruppo:	20-30
Preparazione:	I facilitatori dovrebbero scrivere le domande con le risposte corrette su carta per leggerle durante il workshop. Il cartellone dovrebbe essere pronto per annotare i punteggi dei gruppi.

ISTRUZIONI

Uno dei facilitatori spiega che il gruppo giocherà a un quiz sulle sostanze psicoattive. L'intero gruppo viene diviso in gruppi più piccoli di 5-6 partecipanti (dovrebbero essere creati da 5 a 6 gruppi, a seconda del numero totale di partecipanti) e il facilitatore dà istruzioni affinché i partecipanti si siedano nei loro gruppi. Una volta che i partecipanti sono riuniti in gruppi più piccoli, i facilitatori chiedono loro se sono pronti per il quiz. Due facilitatori leggono le domande alternativamente e commentano dopo le risposte, mentre un co-facilitatore scrive i punteggi sul flipchart. Un facilitatore legge una domanda, e i gruppi rispondono uno alla volta finché non ottengono la risposta corretta. Il gruppo con la risposta corretta ottiene un punto che viene scritto sul flipchart. Dopo ogni risposta, i facilitatori commentano brevemente con tutto il gruppo di che cosa trattava la domanda e quale fosse la risposta.

Il concetto delle domande è creato per esaminare gli effetti di specifiche sostanze psicoattive e per fornire ai partecipanti informazioni su quali effetti diverse sostanze psicoattive abbiano sulle condizioni mentali e psicofisiche del corpo di una persona. Durante il quiz, i partecipanti possono collegare diverse sostanze psicoattive con i loro effetti e comprendere meglio quali conseguenze abbiano le sostanze psicoattive sul nostro sistema neurologico e motorio.

Ogni sostanza psicoattiva ha almeno 2 o più effetti e spiegazioni. Per dare a ogni gruppo la possibilità di partecipare, i facilitatori leggeranno una riga per ciascun gruppo e quel gruppo avrà un certo tempo per rispondere (fino a 20'). Se il gruppo indovina la sostanza psicoattiva, il facilitatore leggerà tutti gli effetti e le spiegazioni fino alla fine per quella particolare sostanza psicoattiva. Se il gruppo non riesce a indovinare dopo aver letto un effetto o una spiegazione, allora il facilitatore leggerà un altro effetto o una spiegazione per un altro gruppo. Se non c'è una risposta corretta da parte di nessuno dei gruppi, il facilitatore dirà loro la risposta corretta con una spiegazione aggiuntiva di quella sostanza psicoattiva. Il punto del quiz per i partecipanti non è avere più punti, ma avere l'opportunità di imparare di più su diverse sostanze psicoattive e sui loro effetti negativi.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori chiedono ai partecipanti di commentare come si sono sentiti durante l'attività e se hanno compreso diversi effetti di particolari sostanze psicoattive. Insieme ai partecipanti, i facilitatori forniscono nuovamente spiegazioni sul collegamento tra effetti e specifiche sostanze psicoattive e su come diverse sostanze psicoattive possano avere effetti a breve e lungo termine sul nostro corpo.

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

I facilitatori dovrebbero creare un'atmosfera adatta affinché i partecipanti non competano solo durante il quiz, ma abbiano l'opportunità di imparare qualcosa di nuovo, di rispettare l'opinione di tutti e di non prendere in giro chi risponde alle domande sbagliate.

HANDOUT - SPIEGAZIONE DELLE SOSTANZE PSICOATTIVE E DEI LORO EFFETTI, DURATA DELL'EFFETTO E CONSEGUENZE CHE HANNO PER IL CORPO DI UNA PERSONA

<p>Alcol (Booze, drink)</p>	<p>L'abuso di questa sostanza psicoattiva è ampiamente diffuso nel nostro paese. L'abuso costante di questa sostanza psicoattiva può portare a danni al fegato, al cervello e ad altri organi e sistemi importanti. Mescolare questa sostanza psicoattiva con altre sostanze psicoattive è molto pericoloso. Le persone che abusano di questa sostanza psicoattiva hanno più spesso incidenti stradali, partecipano a risse, ecc.</p> <p>L'abuso di questa sostanza psicoattiva influisce sulla potenza.</p> <p>Consiglio: Non guidare mai se sei sotto l'influenza di questa sostanza psicoattiva. Ricorda: le tue reazioni sono più lente.</p>
<p>Marijuana (erba, verde, cannabis)</p>	<p>L'effetto di questa sostanza psicoattiva dipende da come si sente una persona prima del consumo, dalla quantità della sostanza psicoattiva e dalla sua potenza. Gli effetti di solito iniziano dopo 2-5 minuti e durano tra 1-5 ore.</p> <p>La sostanza attiva di questa sostanza psicoattiva può causare demenza, problemi di apprendimento o problemi sul lavoro. Non dimenticare, questa sostanza psicoattiva porta a un aumento della tensione e persino alla paranoia.</p> <p>Gli effetti che seguono sono bocca secca, pupille dilatate, rossore intorno agli occhi, aritmia, risate incontrollate e allucinazioni.</p>
<p>Hashish (skank)</p>	<p>Gli effetti di questa sostanza psicoattiva dipendono da come si sente una persona prima del consumo, dalla quantità della sostanza psicoattiva e dalla sua potenza. Gli effetti di solito iniziano dopo 2-5 minuti e durano tra 1-5 ore.</p> <p>La sostanza attiva di questa sostanza psicoattiva può causare demenza, problemi di apprendimento o problemi sul lavoro. Non dimenticare, questa sostanza psicoattiva porta a un aumento della tensione e persino alla paranoia.</p> <p>Gli effetti che seguono sono bocca secca, pupille dilatate, rossore intorno agli occhi, aritmia (frequenza cardiaca accelerata), risate incontrollate e allucinazioni.</p>

<p>Speed, Anfetamina</p>	<p>L'abuso di questa sostanza psicoattiva accelera il lavoro del cuore, influisce sulla pressione sanguigna e dà una sensazione di maggiore energia. Gli effetti di solito iniziano dopo 40 minuti e durano per 6-8 ore, seguiti da un collasso. Possono verificarsi affaticamento, attacchi di panico e poi depressione, e le infezioni e i raffreddori sono più comuni.</p> <p>Mescolare queste sostanze psicoattive con antidepressivi può essere letale.</p> <p>Assumere questa sostanza psicoattiva con altre droghe, come l'alcol, è estremamente difficile per il corpo e pericoloso.</p>
<p>LSD allucinogeno e funghi (acido, viaggio, immagine, dosi, zen istantaneo, lente, mellow yellow, Lucy)</p>	<p>Queste sostanze psicoattive sono allucinogeni enormemente potenti. Agiscono in modo tale che, sotto la loro influenza, l'ambiente viene percepito in modo molto strano. Influenzano ciò che si pensa di sé stessi e del proprio ambiente.</p> <p>A causa di esse, oggetti familiari, persone e musica possono sembrare strani. Gli effetti possono durare da 8 a 12 ore, e anche di più, e sono accompagnati da viaggi. I viaggi sono sempre rischiosi. Spesso finiscono come viaggi da incubo, che li rendono paranoici e depressi. Inoltre, possono verificarsi flashback negli utenti, il che significa che lo stesso effetto viene avvertito anche settimane dopo aver assunto l'allucinogeno, anche se non viene assunto nulla di nuovo.</p>
<p>Cocaina (neve, sniff, sasso bianco, crack, coca)</p>	<p>Questa sostanza psicoattiva accelera il lavoro del cuore e aumenta la pressione sanguigna. L'effetto si riflette in una sensazione intensa di euforia che dura circa 2 minuti, seguita da una sensazione leggermente meno intensa che dura 20-30 minuti. Può causare nausea, nervosismo o aggressività. Queste sostanze psicoattive creano rapidamente dipendenza, e molti abusatori ne hanno bisogno sempre di più per avere costantemente quella sensazione di euforia.</p> <p>Conseguenze dell'abuso: incontinenza, paranoia, insonnia, perdita di motivazione, depressione, "bugs di questa sostanza psicoattiva" - una sensazione di formicolio sotto la pelle, malattie cardiache, danni al naso e alle mucose.</p>

<p>Eroina (dose, botta, cavallo, marrone, bestia, eroe)</p>	<p>Questa sostanza psicoattiva è estremamente veloce e facilmente dipendenza, indipendentemente dal modo in cui viene utilizzata. Lo stesso vale per qualsiasi altra sostanza oppiacee, come l'oppio, la morfina, ecc. Questa sostanza psicoattiva causa effetti che appaiono immediatamente quando viene assunta e durano da 4 a 5 ore. La dipendenza da questa sostanza psicoattiva è costosa. La povertà accompagna questa dipendenza. L'uso degli stessi aghi e siringhe tra gli utenti causa infezioni da epatite C e HIV / AIDS. Spiegazione aggiuntiva: l'eroina è una delle droghe più pericolose, spesso causando la morte. L'eroina è una polvere cristallina bianca o marrone che può essere sniffata, fumata o iniettata in una vena.</p>
<p>Ecstasy (MDMA) (Molly, E, XTC, X, Adam, abbraccio, speed dell'amante, droga dell'amore)</p>	<p>Questa sostanza psicoattiva ha diverse forme e dimensioni, colori diversi (nel nostro paese sono solitamente blu e bianchi), con molti segni molto numerosi e diversi impressi sulla superficie (smile, Mercedes, delfino, puma, ..) o sotto forma di polvere. Questa sostanza psicoattiva è una droga sintetica che ha un effetto combinato stimolante e allucinogeno. Gli effetti iniziali iniziano 20-90 minuti dopo il consumo e durano 4-6 ore. Questa sostanza psicoattiva accelera il lavoro del cuore, aumenta la pressione sanguigna, la temperatura corporea, provoca formicolio e sudorazione, visione offuscata, una sensazione di vicinanza con gli altri, insonnia, tensione, allucinazioni, paranoia.</p>
<p>Inalanti (euforici, solventi)</p>	<p>L'abuso di queste sostanze psicoattive può portare rapidamente a danni cerebrali, e il loro effetto sul cuore e sui polmoni può essere letale. L'abuso prolungato porta a danni al fegato, ai reni, ai polmoni e al sistema nervoso. Gli inalanti causano comportamenti aggressivi.</p>

DECIFRA IL CODICE

DURATA
45'

Questo workshop permette ai partecipanti di apprendere come funziona il cervello e di capire come l'uso a lungo termine di sostanze psicoattive influisce negativamente sul cervello.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Esplorare come funziona il cervello• Capire l'esposizione a lungo termine del cervello alle sostanze psicoattive• Ottenere nuove idee su come migliorare la funzione cerebrale
Materiale:	<ul style="list-style-type: none">• Carta• Matite• Cronometri (sui telefoni cellulari)
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara la stanza di lavoro in modo che ogni partecipante abbia un tavolo su cui possa svolgere il compito in modo indipendente. Stampa i materiali per ciascun partecipante.

ISTRUZIONI

Il facilitatore spiega ai partecipanti che il nostro cervello è molto adattabile grazie alle sinapsi. Attraverso di esse, le informazioni vengono trasmesse nel nostro cervello e, con un esercizio a lungo termine, diventano più veloci e più forti. Il facilitatore spiega che i partecipanti giocheranno a un gioco in cui testeranno il cervello decifrando codici. Consegnano a ciascun partecipante l'Handout 1, che contiene un modo per decifrare le frasi (ogni lettera è sostituita da un'altra lettera). Dopo che i partecipanti hanno controllato l'Handout 1, il facilitatore spiega che ora riceveranno un messaggio da decifrare e consegna l'Handout 2 a ciascun partecipante. Spiega anche che ogni partecipante dovrebbe misurare il tempo necessario per decifrare un messaggio tramite il proprio telefono cellulare e, quando terminano la decodifica di un messaggio, dovrebbero scrivere il tempo nella parte "tempo per risolvere:". La stessa cosa viene ripetuta con l'Handout 3 e l'Handout 4. Si prevede che ogni volta i partecipanti risolveranno il messaggio più velocemente rispetto alla volta precedente.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Dopo l'esercizio, il facilitatore pone domande per la discussione:

- Di quanto sei stato più veloce nella decodifica della prima e della terza frase? Quando sei stato più veloce e di quanto?

- Questo è un esempio di come acceleriamo il lavoro del cervello. Esiste la possibilità che il cervello rallenti in qualche modo?
- Pensi che se stessi usando una sostanza psicoattiva il risultato sarebbe lo stesso?
- Quali pensi siano gli effetti a lungo termine del consumo di sostanze psicoattive sul nostro cervello?

Il facilitatore indirizza la discussione verso le sostanze psicoattive e i loro effetti a lungo termine sul cervello. Conclude il workshop notando che le nostre scelte di oggi influenzano il nostro cervello in futuro e che quindi dobbiamo essere responsabili.

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

Queste sono frasi suggerite, altre frasi interessanti possono essere create utilizzando il “codice segreto”.

HANDOUT 1

A = Z, B = Y, C = X, D = W, E = V, F = U, G = T, H = S, I = R, J = Q, K = P, L = O, M = N, N = M, O = L, P = K, Q = J, R = I, S = H, T = G, U = F, V = E, W = D, X = C, Y = B, Z = A

HANDOUT 2

A) Prima parte (tempo: _____)

Vcvixrhv hgivmtgsvmh blfi ylwb zmw rnkilevh blfi nrmw.

HANDOUT 3

B) Seconda parte (tempo: _____)

Ksbhrxzo zxgrergb kilwfxvh kilgvrmh gszg rnkilev nvnlib.

HANDOUT 4

C) Terza parte (tempo: _____)

Vcvixrhv kilwfxvh z yizrm xsvnrxzo gszg rnkilevh nllw.

STILI DI VITA SICURI

 DURATA
45'

Questo workshop permette ai partecipanti di dibattere su alcune affermazioni tratte da situazioni reali e di imparare di più su stili di vita sicuri e su come agire in modo responsabile. I partecipanti apprenderanno di più su diverse situazioni di vita, chi è sicuro e chi non lo è per loro, e quali situazioni dovrebbero evitare.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Esaminare gli atteggiamenti dei giovani riguardo a determinati comportamenti sociali • Fornire ai partecipanti conoscenze sugli stili di vita sicuri e sul comportamento responsabile • Dare ai partecipanti abbastanza spazio per esprimersi e uscire dalla loro zona di comfort
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Carta colorata formato A4 • Nastro adesivo • Pennarelli • Elenco di possibili situazioni di vita reale
Gruppo:	20-30
Preparazione:	<p>Stampa su fogli A4 di tre colori diversi le seguenti affermazioni: COMPORTEMENTO SICURO, COMPORTEMENTO NON SICURO e NON SO DECIDERE e mettile su tre lati diversi della stanza di lavoro. Stampa l'elenco delle possibili situazioni di vita per la lettura.</p>

ISTRUZIONI

Riunisci i partecipanti in un semicerchio e comunica loro che durante questo workshop i loro atteggiamenti e opinioni saranno messi in discussione, ma in un modo diverso dal solito. Dividili in tre gruppi e di loro di sedersi con il gruppo assegnato. Una volta nei loro gruppi, spiega loro che dall'inizio alla fine del workshop saranno rappresentanti di tre diverse opinioni: **COMPORTEMENTO SICURO**, **COMPORTEMENTO NON SICURO** e **NON SO DECIDERE**. Il gruppo 1 dovrebbe alzarsi davanti al foglio colorato con scritto **COMPORTEMENTO SICURO**, il gruppo 2 davanti al foglio con scritto **COMPORTEMENTO NON SICURO** e il terzo gruppo davanti al foglio con scritto **NON SO DECIDERE**. Ogni gruppo rimarrà davanti al cartello assegnato e vi resterà dall'inizio alla fine del workshop. Il facilitatore darà ulteriori istruzioni: saranno lette alcune affermazioni tratte dalla vita reale e i partecipanti dovranno discutere ogni affermazione in base al cartello di fronte al quale si trovano. Il foglio colorato assegnato significa che i partecipanti stanno difendendo questo tipo di opinione.

Quindi, dopo ogni affermazione letta dal facilitatore, i partecipanti di ciascun gruppo dovrebbero commentare e discutere come se quella fosse la loro opinione personale. Il workshop si conclude con i partecipanti seduti in semicerchio come all'inizio e con una breve discussione sull'intera attività. L'obiettivo di mettere i partecipanti davanti a un particolare foglio con scritto **COMPORAMENTO SICURO**, **COMPORAMENTO NON SICURO** e **NON SO DECIDERE** è di stimolare il pensiero critico dei partecipanti e metterli in una situazione in cui devono difendere un'opinione che non è la loro personale. Questo tipo di lavoro aiuta i giovani a dibattere tra loro e a confrontare le opinioni anche quando a volte non sono d'accordo. La combinazione di dibattito e presentazione del pensiero critico è positiva perché coinvolge l'intero gruppo e non solo gli individui che sono spesso attivi nelle discussioni.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

L'obiettivo del workshop è mettere in discussione e provocare l'opinione dei giovani sull'abuso di sostanze psicoattive e alcol e se certe situazioni di vita sono sicure o non sicure per loro, i loro amici, le famiglie e il loro ambiente. Chiedi ai partecipanti come è stata per loro personalmente l'attività e come si sono sentiti quando hanno dovuto difendere un'opinione che non era la loro. Chiedi ai partecipanti come reagirebbero se avessero la possibilità di scegliere le proprie risposte. Invitali a condividere alcune delle loro storie personali, se ne hanno, o storie di coetanei a loro familiari.

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

I facilitatori dovrebbero preparare affermazioni e situazioni di vita adeguate in modo che tutte e tre le opzioni siano rappresentate. I facilitatori dovrebbero creare un'atmosfera sicura affinché i partecipanti si sentano a proprio agio nel condividere le loro opinioni. Il facilitatore dovrebbe spiegare che questo è solo un esercizio e che non rappresenta l'opinione di ciascun partecipante e chiedere ai partecipanti se hanno capito. Il facilitatore dovrebbe fornire ai partecipanti abbastanza spazio per esprimersi e assicurarsi che i partecipanti non si prendano in giro a vicenda, ma che siano di supporto.

HANDOUT - AFFERMAZIONI

1. *Ho ordinato birra alla spina con i miei amici in un bar.*
2. *Una ragazza sconosciuta e bellissima mi dà una pillola a una festa e mi dice di prenderla perché mi farà sentire meglio.*
3. *Mi piace bere cocktail perché consistono in diverse bevande alcoliche.*
4. *Sono uscito in un nightclub e, quando volevo andare in bagno, ho visto diversi ragazzi sniffare polvere bianca. Chiamerò la polizia.*
5. *Sto sempre con amici che fumano erba.*
6. *Prendo ecstasy a ogni festival che visito, perché in questo modo mi diverto di più.*
7. *Chiamerò uno spacciatore e ordinerò qualche grammo di marijuana.*
8. *Ragazzi del mio quartiere, che sono minorenni, mi hanno chiesto di comprare della vodka nel negozio davanti ai palazzi per loro.*
9. *Ogni volta che esco al bar, mischio diverse bevande alcoliche.*
10. *Il mio migliore amico mi ha chiesto di portare una piccola scatola a un indirizzo sconosciuto e mi ha detto che mi daranno qualcosa in cambio.*
11. *Il mio amico, che stava bevendo alcol, mi porterà a casa in macchina.*
12. *Il mio amico mi ha chiesto di prendermi cura di lui quando proverà l'LSD.*
13. *Sto guidando con il mio amico che è estremamente ubriaco e drogato sul sedile anteriore della mia macchina.*
14. *Quando fumo erba o bevo, faccio sesso senza preservativo.*
15. *Ogni notte vedo un ragazzo nella mia strada dare piccoli sacchetti di polvere bianca a persone diverse, lo denuncerò.*

GUARDARE DA UN ALTRO ANGOLO

Lo scopo di questa sessione è offrire ai partecipanti l'opportunità di osservare l'abuso di sostanze psicoattive da diverse prospettive e non solo dal punto di vista dei giovani. La sessione dovrebbe incoraggiare i giovani a pensare in modo aperto e a essere responsabili delle proprie azioni.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Offrire ai partecipanti l'opportunità di osservare l'abuso di sostanze psicoattive da diverse prospettive• Dare ai partecipanti l'opportunità di uscire dalla loro zona di comfort e di capire come l'abuso di sostanze psicoattive e alcol influisce su tutte le categorie della società
Materiale:	<ul style="list-style-type: none">• Fogli per flip chart• Pennarelli• Fogli A4• Penne
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara sei fogli di carta da flip chart e su ciascun foglio scrivi una diversa categoria sociale: decisori (autorità pubbliche), polizia, psicologi, sociologi, genitori, giovani.

ISTRUZIONI

Spiega ai partecipanti che svolgeranno un'attività di role play e che oggi la discussione riguarderà la posizione dell'abuso di sostanze psicoattive e alcol nella società e come le diverse categorie sociali osservano questo argomento. Dividi il gruppo intero in 6 gruppi più piccoli e dì ai partecipanti di sedersi con il numero che hanno ricevuto. Quando i partecipanti sono riuniti nei gruppi più piccoli, consegna a ciascun gruppo un foglio di carta da flip chart con la categoria sociale precedentemente scritta in modo che ogni gruppo rappresenti una categoria sociale. Spiega ai partecipanti che dovranno discutere tra loro all'interno dei piccoli gruppi qual è l'opinione e l'atteggiamento della categoria sociale che hanno ricevuto sul foglio di flip chart riguardo all'abuso di sostanze psicoattive e alcol. I partecipanti avranno 20 minuti per discutere e scrivere sul flip chart le conclusioni a cui arriveranno attraverso la discussione. Quando ogni gruppo avrà terminato di scrivere le conclusioni, presenteranno tutto ciò che hanno scritto agli altri partecipanti e discuteranno alla fine di ogni presentazione. La presentazione delle conclusioni insieme alle discussioni non dovrebbe superare i 30 minuti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

L'obiettivo del workshop è che i partecipanti capiscano che non esiste un solo punto di vista e che l'abuso di sostanze psicoattive e alcol nella società è un problema molto serio che colpisce quasi tutte le categorie sociali e ogni aspetto della società. È un problema generale per tutti, ed è importante che i partecipanti comprendano la posizione dell'abuso di sostanze psicoattive e alcol nella società da ogni aspetto. Chiedi ai partecipanti come si sono sentiti durante l'attività e incoraggiali a condividere eventuali storie personali o esperienze. Chiedi ai partecipanti cosa si può fare per ridurre l'abuso di sostanze psicoattive e alcol nella società,

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

I facilitatori dovrebbero sostenere i partecipanti affinché si sentano inclusi e accettati. Non è facile pensare come qualcun altro e presentare quel tipo di opinione davanti agli altri, e i facilitatori dovrebbero sostenere i partecipanti durante tutte le attività. Questi argomenti sono sensibili, e i facilitatori dovrebbero creare un'atmosfera in cui i partecipanti si sostengano a vicenda e non si prendano in giro. I facilitatori dovrebbero fornire tutto il supporto necessario ai partecipanti durante la loro discussione e presentazione delle conclusioni.

HANDOUT - SPIEGAZIONE DETTAGLIATA DEI RUOLI DELLE CATEGORIE SOCIALI: DECISORI (AUTORITÀ PUBBLICHE), POLIZIA, PSICOLOGI, SOCIOLOGI, GENITORI, GIOVANI NELLA SOCIETÀ.

<p>Decisori (autorità pubbliche)</p>	<p>Come riconosce e criminalizza la legge l'abuso di sostanze psicoattive nel tuo paese? Per quali atti legati all'abuso di sostanze psicoattive la legge punisce individui e gruppi? Come cambieresti le leggi se pensi che non siano abbastanza severe?</p>
<p>Polizia</p>	<p>Qual è l'atteggiamento della polizia verso l'abuso di sostanze psicoattive? Come punisce la polizia le persone che sorprende con qualche tipo di sostanza psicoattiva? La polizia punisce tutti? Come lavora la polizia per ridurre il livello di abuso di sostanze psicoattive, nonché la quantità di queste sostanze nelle strade e la loro disponibilità?</p>
<p>Psicologi</p>	<p>Quali sono i programmi di supporto efficaci per i giovani che abusano di sostanze psicoattive? Come lavorano attivamente gli psicologi per ridurre l'abuso di sostanze psicoattive tra i giovani? Chi coinvolgono nel lavoro con gli utenti di sostanze psicoattive (altri esperti / istituzioni)?</p>
<p>Sociologi</p>	<p>Qual è il ruolo dei sociologi? Come osservano l'abuso di sostanze psicoattive? Quali soluzioni concrete offrono per ridurre l'abuso di sostanze psicoattive? Come coinvolgono i genitori dei giovani che usano sostanze psicoattive?</p>
<p>Genitori</p>	<p>I genitori denunciano i figli che abusano di sostanze psicoattive o cercano di mantenere tutto come un segreto all'interno della famiglia? Come supportano i genitori la dipendenza dei loro figli che abusano di sostanze psicoattive? Come si comportano i genitori nei confronti degli amici dei loro figli che sanno che usano sostanze psicoattive?</p>

Giovani della società	Qual è l'atteggiamento dei giovani verso le sostanze psicoattive? I giovani provano facilmente le sostanze psicoattive? Qual è il bisogno e la ragione per abusare delle sostanze psicoattive?
------------------------------	--

CAPITOLO 3.5

WORKSHOP TEMATICI

**SALUTE
MENTALE**

UNA LETTERA PER RICORDARE

Questa attività è pensata per aumentare la consapevolezza sui problemi di salute mentale durante il periodo del COVID-19 e nei diversi momenti difficili che una persona affronta, e per incrementare l'empatia scrivendo una lettera di supporto per le persone che soffrono di problemi mentali. L'attività fornirà ai partecipanti conoscenze sui diversi tipi di persone che lottano in vari modi.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Aumentare la consapevolezza sulla salute mentale nel periodo del COVID-19 • Discutere i problemi mentali delle persone durante il COVID-19 • Aumentare l'empatia per le persone che soffrono durante il COVID-19 • Sviluppare le competenze sociali e la capacità di confortare e supportare verbalmente
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Elenco dei personaggi ai quali verranno scritte le lettere • Fogli • Pencils • Markers
Gruppo:	20-30
Preparazione:	I facilitatori dovrebbero preparare brevi descrizioni dei personaggi riguardanti le persone che soffrono di problemi di salute mentale (Handout)

ISTRUZIONI

I facilitatori introducono l'argomento del workshop, sottolineando che la pandemia ci ha colpito tutti in modi diversi, ma alcune persone hanno sofferto gravi problemi psicologici a causa di tutto ciò che è accaduto (isolamento, paura, lockdown, incapacità di socializzare e simili). Oltre a questo, le persone affrontano momenti difficili (perdita di una persona a causa di una malattia, essere vittime di bullismo, perdita di lavoro, situazioni familiari difficili). I partecipanti si siedono in cerchio. I facilitatori spiegano che ogni partecipante riceverà un determinato personaggio. Ogni partecipante prende casualmente un foglio con la descrizione del personaggio. I partecipanti scrivono individualmente una lettera di conforto per un personaggio fittizio che hanno scelto, rendendo questo personaggio più familiare "dandogli un nome, un luogo di residenza, ecc.". Alcune lettere vengono lette ad alta voce prima di presentare i personaggi ai quali sono state dedicate le lettere. Il gruppo discute cosa potrebbe essere aggiunto alla lettera, quale considerano il problema principale che la persona sta vivendo e cosa potrebbe confortarla al meglio. Inoltre, potrebbe essere scritta una lettera ai partecipanti stessi e poi confrontata con le lettere scritte agli altri.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE:

Il workshop si concluderà con una discussione in cui verranno menzionati i problemi mentali e ne verrà fatta un'analisi approfondita. Inoltre, i partecipanti insieme ai facilitatori discuteranno modi e parole di conforto che potrebbero essere utilizzati per far sentire gli altri meglio. Tutti esamineranno se è stato difficile o facile cercare di capire cosa potrebbe provare questo personaggio. I facilitatori potrebbero fare le seguenti domande: “Come ti sei sentito/a scrivendo le lettere?”, “È stato facile/difficile provare empatia per i personaggi?” “Hai imparato qualcosa di nuovo riguardo alle emozioni o all'empatia?” “Cosa hai imparato sulla salute mentale in tempi difficili?” “Hai mai pensato a quante persone sono state colpite mentalmente dalla pandemia e/o da altri eventi difficili della vita?”

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI:

I facilitatori dovrebbero essere solidali poiché questo può rivelarsi un workshop molto emotivo. Se alcuni dei partecipanti non vogliono scrivere una lettera di conforto al personaggio che hanno ricevuto, il facilitatore può aiutarli a sceglierne un altro o a crearne uno da soli

HANDOUT - ELENCO DI PERSONAGGI FITTIZI

1. Nonna di 80 anni che soffre di solitudine e abbandono, non vede la sua famiglia dall'inizio della pandemia.
2. Donna di 40 anni che ha perso sua madre a causa del COVID-19 e ora soffre di depressione.
3. Studente che era asociale prima della pandemia e ha sofferto ancora di più durante il lockdown.
4. Donna che subisce violenza domestica quotidianamente e non sa a chi rivolgersi.
5. Ragazza di 26 anni che vive all'estero a causa di difficoltà finanziarie nel suo paese d'origine ma si sente completamente sola senza la sua famiglia.
6. Atleta di 22 anni di un piccolo paese che gioca professionalmente a calcio per un famoso e suo club europeo preferito, ma si è rotto una gamba ed è impossibilitato a giocare e il suo club vuole venderlo.
7. Studente che studia all'estero e non può tornare a casa a causa di un conflitto armato iniziato nel paese in cui studia.
8. Giovane madre single di 2 figli che ha perso il lavoro a causa della diminuzione del lavoro nel negozio in cui lavorava ed è costantemente respinta per il nuovo lavoro.
9. Il proprietario del negozio cinese, che non si sente sicuro nella città in cui vive perché le persone mostrano odio aperto a causa del COVID-19.
10. Giovane tossicodipendente che non riesce a disintossicarsi.
11. Giovane artista bloccato da 4 mesi a migliaia di chilometri da casa perché i voli sono cancellati e le frontiere sono chiuse.
12. Giovane studente di un'altra piccola città che ha perso il suo lavoro part-time e non può pagare l'affitto dell'appartamento a causa di insufficienti finanze.
13. Uomo anziano in pensione che non riesce a camminare, non usciva da giorni perché non aveva assistenza per la deambulazione.
14. Donna di 32 anni, i cui diversi vicini nell'edificio sono morti a causa del COVID-19, ora ha molta paura di uscire e soffre di agorafobia.
15. Ragazza di 16 anni che è stata testimone della sparatoria nella sua scuola dove sono morti un paio dei suoi amici ed ha paura di tornare nella stessa scuola.
16. Insegnante di scuola superiore di 56 anni che è stato costretto a iniziare a utilizzare le piattaforme online per la didattica a distanza e non aveva mai usato l'IT prima.
17. Ragazza di 17 anni che viene bullizzata online e ha pensieri suicidi.
18. Donna di 27 anni bloccata nel paese straniero a causa della guerra e non può tornare a casa.
19. Ragazza di 21 anni che viene molestata sessualmente sul lavoro dal suo capo, e che ha paura di denunciarlo alla polizia a causa dei suoi collegamenti nella società.

20. Uomo rom di 32 anni che viene costantemente respinto quando si candida per un lavoro nonostante abbia una laurea in economia.
21. Trentenne con disabilità fisica che fatica ad accedere agli spazi pubblici e ai trasporti, limitando la sua indipendenza.
22. Ventitreenne in recupero da dipendenza da sostanze, che affronta stigma e giudizio dalla sua comunità, ostacolando il suo percorso di guarigione.
23. Studente universitario diciannovenne che affronta un'estrema pressione accademica e ansia sociale, rendendo difficile far fronte alle richieste della vita universitaria.
24. Genitore single ventottenne con due figli sopraffatto dalle responsabilità della genitorialità e del lavoro, con un supporto limitato.
25. Quattordicenne alle superiori che è bersaglio di bullismo e molestie sia a scuola che online, con impatto sulla sua sicurezza mentale ed emotiva.
26. Quindicenne che vive in un'area soggetta a disastri naturali, che prova ansia per la sicurezza della sua casa e della sua famiglia.
27. Giovane donna ventiduenne che affronta molestie sul posto di lavoro e si sente insicura nel suo lavoro.
28. Diciottenne che è stata testimone di una sparatoria in un bar locale, dove è morta la sua migliore amica, ed è spaventata ad andare in luoghi pubblici.
29. Ventiseienne che ha paura di impegnarsi in una relazione a causa della mancanza di fiducia negli uomini; è stata vittima di revenge porn - il suo ex ragazzo ha pubblicato online sue foto nude.
30. Studentessa delle superiori costantemente bullizzata e derisa attraverso video su TikTok.

TRASFORMAZIONE DELLA NEGATIVITA'

Questa attività utilizzerà la tecnica delle affermazioni positive per motivare i partecipanti a adottare un atteggiamento più positivo verso la vita. I partecipanti acquisiranno nuove capacità e competenze su come trasformare situazioni e frasi negative in positive e affermative e impareranno a trovare il lato positivo di ogni situazione.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Adottare nuovi strumenti per superare i pensieri negativi e ansiosi • Imparare a essere più positivo e utilizzare questa positività in situazioni traumatiche
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Piccoli fogli (dimensione degli adesivi) • Matite • Scatola
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara abbastanza piccoli fogli per tutti i partecipanti (a ciascun partecipante dovrebbero essere dati almeno 2 fogli) e una scatola per raccogliere i fogli.

ISTRUZIONI

Spiegate ai partecipanti che in questa sessione esploreranno diversi modi per superare pensieri negativi e ansiosi durante periodi difficili. Date ai partecipanti materiale di lavoro e chiedete loro di pensare a alcuni pensieri negativi concreti e di scriverli. Sottolineate che questa parte è anonima e che dovrebbero essere sinceri. Dopo che hanno finito, raccogliete tutte le risposte in una scatola e dividete i partecipanti in gruppi, spiegando loro che dovranno creare affermazioni positive per ogni pensiero negativo. Per contesto, fornite loro l'esempio di trasformazione del pensiero negativo in affermazione positiva. Il tempo per il lavoro di gruppo dovrebbe essere tra i 15 e i 20 minuti. Dopo che tutti i gruppi hanno finito, devono presentare il loro lavoro.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Fate ai partecipanti le seguenti domande:

- Come vi siete sentiti mentre scrivevate i pensieri negativi?
- Quanto è stato difficile per voi trovare affermazioni per i pensieri negativi?
- Qual è stato il pensiero negativo più difficile da trasformare?
- Applicate questo nella vostra vita quotidiana?
- La vostra opinione è cambiata riguardo ai problemi che avete scritto?

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

I facilitatori che stanno implementando questo workshop per la prima volta sono consigliati di fare questa trasformazione loro stessi e di pensare a possibili problemi e pensieri negativi che i giovani potrebbero affrontare per essere preparati a possibili scenari. I facilitatori dovrebbero sostenere i partecipanti e incoraggiarli a essere molto sinceri e a partecipare attivamente per avere un alto numero di pensieri negativi che verranno trasformati durante il workshop.

HANDOUT - ESEMPIO DI TRASFORMAZIONE

PENSIERI NEGATIVI	AFFERMAZIONI POSITIVE
Questo è insopportabile.	Posso imparare a gestirlo meglio.
Mi sento di valere meno rispetto ad altre persone.	Lascerò che le persone facciano ciò che fanno. Seguirò il mio percorso di sviluppo interiore e trasformazione che ha un valore uguale. Trovare la pace interiore può anche essere un dono per gli altri.
E se tutto questo non finisse?	Lavorerò su questo passo dopo passo. Non devo sempre prevedere tutto.

SOLLIEVO DALLO STRESS ATTRAVERSO LA VISUALIZZAZIONE

Questa attività utilizzerà il metodo della visualizzazione per offrire ai partecipanti nuove modalità di sollievo dallo stress. I partecipanti impareranno a superare situazioni stressanti con semplici metodi di visualizzazione e immaginazione.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Adottare nuovi strumenti per il sollievo dallo stress • Riconoscere i sintomi dello stress • Sollevare lo spirito dei partecipanti e costruire un atteggiamento positivo per superare lo stress in futuro
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Computer • Telefoni cellulari • Proiettore • Handouts
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara la presentazione con Mentimeter. Prepara le dispense e mettile nella scatola piccola, disponi le sedie a semicerchio e una sedia davanti a loro.

ISTRUZIONI

Comunica ai partecipanti che all'inizio del workshop verrà utilizzata la piattaforma online "Mentimeter". Invita i partecipanti a collegarsi alla piattaforma Mentimeter per questa sessione utilizzando i loro telefoni cellulari. La piattaforma Mentimeter sarà visibile su uno schermo del proiettore attaccato al muro di fronte ai partecipanti. Uno dei co-facilitatori gestirà Mentimeter dal laptop collegato al proiettore. Invita i partecipanti a fare un brainstorming sulla parola "stress" attraverso questa piattaforma interattiva. I partecipanti utilizzeranno i loro telefoni cellulari per scrivere tutte le loro associazioni sulla parola assegnata e le parole appariranno sullo schermo del proiettore. Le parole scritte più volte appariranno più grandi delle altre e dovrebbero essere discusse brevemente. Dopo il brainstorming, i partecipanti rimarranno sulla piattaforma Mentimeter e completeranno un breve sondaggio sui sintomi dello stress, voteranno su tutti i sintomi che hanno sperimentato o pensano siano i più comuni sintomi dello stress e dopo che il voto è finito il facilitatore inviterà un partecipante a essere il primo volontario per la seconda parte di questa sessione.

Il volontario si siederà sulla sedia di fronte al gruppo e sceglierà un foglio con un "luogo felice" - i luoghi felici sono nel Dispensing 1 (ad es. Isola dei Caraibi, Cima di una bella montagna, Nel profondo della foresta pluviale, ecc.). Il facilitatore prepara i luoghi felici in anticipo tagliando le carte e dando ai volontari la possibilità di sceglierne 1.

Il facilitatore darà le seguenti istruzioni al volontario e al resto del gruppo: tutti i partecipanti devono chiudere gli occhi e ascoltare il volontario che guiderà il gruppo attraverso la visualizzazione. Lui/lei utilizzerà il "luogo felice" come punto di partenza nella loro storia e continuerà a descrivere il più dettagliatamente possibile la situazione senza stress che tutti dovrebbero immaginare. Il facilitatore incoraggerà i volontari a usare la loro immaginazione e umorismo per creare un'atmosfera più positiva per tutti i partecipanti. Questo esercizio dovrebbe essere ripetuto diverse volte e non dovrebbe durare più di 20 minuti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Chiedi ai partecipanti di descrivere come si sono sentiti durante questa sessione, se si sono sentiti a proprio agio, se sono riusciti davvero a immaginare quelle situazioni e come li ha colpiti. Chiedi loro se pensano che questo possa aiutarli in situazioni stressanti e se utilizzerebbero questo metodo in futuro. Il facilitatore dovrebbe chiudere il workshop spiegando che questo tipo di strumento semplice può essere altamente efficace in situazioni stressanti e che possono utilizzarlo tutte le volte che ne hanno bisogno.

SUGGERIMENTI PER IL FACILITATORE

I facilitatori di questo workshop dovrebbero essere pronti a essere i primi a guidare la visualizzazione nel caso in cui non ci siano volontari. I facilitatori dovrebbero fare attenzione quando iniziano le visualizzazioni e controllare il livello di risate dei partecipanti per non perdere il corso del workshop e mantenere il controllo della discussione.

HANDOUT

Isola nei Caraibi

In cima a una bellissima montagna

Nel profondo della foresta pluviale

Bellissimo giardino in primavera

Tronco di legno con camino d'inverno

Spa con profumi e olii deliziosi

L'AMICO INTREPIDO

Questa attività permetterà ai partecipanti di esprimere le proprie paure in modo anonimo e di apprendere come altre persone affronterebbero queste paure per superarle. I partecipanti acquisiranno nuove competenze nel superare le proprie paure personali osservandole da prospettive diverse.

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Apprendere le proprie paure personali da prospettive diverse.• Distanziarci dalle nostre paure e trovare soluzioni per superarle.• Acquisire competenze per affrontare e superare le paure.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Foglietti• Matite• Scatola• Carta per lavagna a fogli mobili
Gruppo:	20-30
Preparazione:	Prepara un piccolo foglio di carta per ciascun partecipante e una scatola dove inserire i piccoli fogli. Scrivi sul foglio della lavagna le seguenti domande che dovrebbero rimanere nascoste finché il facilitatore non le rivelerà ai partecipanti: -Quanto è realistica questa paura? -Cosa succederà se la paura si avvera? -Posso impedire che questa paura si avveri? -Se sì, come? -Se no, cosa posso fare per affrontare le conseguenze dell'avverarsi di quella paura?

ISTRUZIONI

Spiegate ai partecipanti che in questa sessione impareranno come affrontare le proprie paure personali con l'aiuto dei loro amici. Dite loro che assumeranno le paure di altre persone per aiutarsi reciprocamente. Invitateli a scrivere una loro paura concreta su un foglio e metterlo nella scatola, poi dovrebbero prendere un foglio dalla scatola (nel caso scegliessero il proprio foglio ne prenderanno un altro) e dare loro del tempo per riflettere su quella paura e mettersi nei panni della persona che ha paura di ciò che è scritto sul foglio. Svelate ai partecipanti il foglio della lavagna a fogli mobili con le seguenti domande:

- Quanto è realistica questa paura?
- Cosa succederà se la paura si avvererà?

- Posso prevenire che questa paura si avveri?
- Se sì, come?
- Se no, cosa posso fare per affrontare le conseguenze dell'avverarsi di quella paura?

Date ai partecipanti alcuni minuti per rispondere a queste domande. Dopo questo, quando tutti hanno finito, formate piccoli gruppi di 3-4 persone il cui compito sarà discutere la paura che hanno selezionato e trovare strategie/azioni/consigli per affrontare questa paura. Date ai gruppi 10-15 minuti per questo. Quando tutti i gruppi hanno finito, dovrebbero presentare quello che hanno fatto: una persona che ha scelto le paure, le legge ad alta voce, risponde alle domande e presenta le strategie per affrontare questa paura che il gruppo ha ideato. Successivamente, nel gruppo legge la prossima paura fino a quando tutto il gruppo presenta le paure e le strategie. L'attività è finita quando tutti i gruppi presentano il loro lavoro.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Chiedete ai partecipanti come si sono sentiti mentre scrivevano le loro paure e come si sono sentiti mentre gli altri partecipanti presentavano le loro paure. Chiedete loro se le loro opinioni sulle loro paure sono cambiate e, in caso affermativo, se applicheranno le strategie suggerite nelle loro vite.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

Tenete presente che alcune delle paure potrebbero scatenare emozioni negative e tristi per alcuni partecipanti e state attenti sia durante la presentazione che durante il debriefing. Sottolineate che questo è un luogo sicuro per i partecipanti per condividere le loro emozioni, ma che non sono obbligati a condividere paure e sentimenti personali pubblicamente. Incoraggiateli ad essere sinceri ed esprimersi il più possibile per avere discussioni di qualità e avere l'opportunità di osservare soluzioni e suggerimenti per affrontare le loro paure da un'altra prospettiva.

CAPITOLO 4

WORKSHOP CREATIVI

CAPITOLO 4.1

FOTOGRAFIA CONCETTUALE

FOTOGRAFIA CONCETTUALE 1

I workshop di fotografia concettuale consistono in 4 workshop separati in cui i partecipanti vengono introdotti gradualmente agli argomenti che stiamo trattando e al modo in cui presenterebbero questi argomenti attraverso contenuti fotografici. Il primo workshop di questo set è dedicato alla presentazione del progetto, alla conoscenza dei partecipanti e alla presentazione degli argomenti su cui stiamo lavorando.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale• Coinvolgere i giovani affinché contribuiscano alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le loro opinioni sulla sicurezza giovanile• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Fogli per lavagna a fogli mobili• Pennarelli
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividere in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima dell'inizio del workshop, preparare i fogli per lavagna a fogli mobili e pennarelli

ISTRUZIONI

I metodi creativi nel lavoro giovanile possono essere organizzati in 2 modi:

1. Workshop creativi come parte di una formazione
2. Workshop creativi indipendenti

SITUAZIONE 1: WORKSHOP CREATIVI COME PARTE DELLA FORMAZIONE

Se i facilitatori organizzano workshop creativi come parte della formazione, i workshop tematici su determinati segmenti della sicurezza giovanile sono già stati implementati e i partecipanti acquisiscono conoscenze sul rispettivo segmento. Inoltre, i partecipanti si conoscono già, ma è possibile che non conoscano il/i facilitatore/i.

Per questo motivo, i facilitatori iniziano il primo workshop presentando se stessi e spiegando che il loro ruolo sarà quello di trasferire loro le competenze sull'uso della fotografia come strumento concettuale per la promozione della sicurezza giovanile riguardo, per esempio, alla protezione della salute mentale.

La prossima attività è conoscere i partecipanti, in cui tutti i partecipanti dovrebbero alzarsi e formare un cerchio. A partire dal facilitatore, ciascuno dovrebbe dire il proprio nome e nominare un animale il cui nome inizia con la prima lettera del nome della persona che si sta presentando. Dopo aver detto il proprio nome e l'aggettivo (es. Petar Positivo), tutti i partecipanti dovrebbero ripetere il nome e l'aggettivo della persona che si sta presentando, dopodiché la prossima persona nel cerchio si presenta fino a quando tutti nel gruppo si sono presentati.

Dopo la presentazione dei facilitatori e dei partecipanti, i facilitatori introducono il metodo della fotografia e come può essere utilizzato come strumento concettuale per la promozione della sicurezza giovanile riguardo, ad esempio, alla protezione dalla violenza tra pari. I facilitatori spiegano in dettaglio perché la fotografia è utile, perché è efficace e sottolineano la popolarità delle foto tra i giovani. I facilitatori discutono anche con i partecipanti se hanno esperienze nella creazione di foto concettuali e, in caso affermativo, di che tipo, quale attrezzatura hanno usato, che tipo di foto hanno creato e simili.

La prossima attività riguarda il tema che sarà trattato durante questo ciclo di workshop. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sul tema della sicurezza giovanile, cosa pensano i partecipanti quando sentono il termine sicurezza giovanile. I facilitatori annotano tutte le risposte su carta da lavagna a fogli mobili e discutono le loro risposte.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE:

Chiedere le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione di oggi?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai sentito durante questa sessione?
- Come ti senti, ti senti a tuo agio con gli altri nel gruppo?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo workshop inizieranno con il processo creativo di realizzazione dei prodotti di Foto Concettuale.

CONSIGLI PER I FACILITATORI:

I facilitatori dei workshop creativi sulla fotografia dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della fotografia.

SITUAZIONE 2: WORKSHOP CREATIVI INDIPENDENTI

Se i workshop creativi non fanno parte della formazione, ma sono organizzati indipendentemente, ad esempio come lavoro regolare dell'organizzazione giovanile, i facilitatori iniziano il primo workshop presentando il progetto ai partecipanti, quali argomenti copre il progetto e quali attività sono pianificate dal progetto.

La prossima attività è conoscere i partecipanti, in cui tutti i partecipanti dovrebbero alzarsi e formare un cerchio. A partire dal facilitatore, ciascuno dovrebbe dire il proprio nome e nominare un animale il cui nome inizia con la prima lettera del nome della persona che si sta presentando. Dopo aver detto il proprio nome e l'aggettivo (es. Petar Positivo), tutti i partecipanti dovrebbero ripetere il nome e l'aggettivo della persona che si sta presentando, dopodiché la prossima persona nel cerchio si presenta fino a quando tutti nel gruppo si sono presentati.

La prossima attività riguarda il tema che sarà trattato durante questo ciclo di workshop. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sul tema della sicurezza giovanile, cosa pensano i partecipanti quando sentono il termine sicurezza giovanile. I facilitatori annotano tutte le risposte su carta da lavagna a fogli mobili e discutono le loro risposte.

La prossima attività consiste nel conoscere meglio gli argomenti che saranno trattati attraverso i workshop creativi. Se i facilitatori lavorano sul tema della discriminazione, dovrebbero scegliere uno o due (a seconda del tempo a disposizione) workshop dal manuale nella sezione Segmento: Discriminazione. I facilitatori implementano il/i workshop selezionati in modo che i partecipanti acquisiscano conoscenze e informazioni di base sull'argomento che tratteranno attraverso i workshop creativi.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE:

Chiedere le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione di oggi?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai sentito durante questa sessione?
- Come ti senti, ti senti a tuo agio con gli altri nel gruppo?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo workshop inizieranno con il processo creativo di realizzazione dei prodotti di Foto Concettuale.

CONSIGLI PER I FACILITATORI:

I facilitatori dei workshop creativi sulla fotografia dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della fotografia.

FOTOGRAFIA CONCETTUALE 2

Nel secondo workshop verrà introdotto ai partecipanti l'intero processo creativo di creazione di una foto concettuale e l'attrezzatura fotografica disponibile. Questo workshop coprirà la ricerca dei partecipanti sugli argomenti che desiderano utilizzare come tema per le loro foto. Elaboreranno lo storyboard e un piano dettagliato per la creazione delle loro foto concettuali.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani affinché contribuiscano alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le loro opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Fogli bianchi• Penne• Pennarelli• Attrezzatura fotografica (fotocamere, luci, telefoni e simili)• Laptop / computer per il montaggio
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividere in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima dell'inizio del workshop, preparare l'attrezzatura fotografica disponibile per la presentazione.

INTRODUZIONE

Questo workshop inizia con la presentazione del processo creativo per la creazione di una fotografia concettuale. Spiega che questo processo ha 5 fasi:

1. **Visione e idea** – ogni partecipante dovrebbe ideare un'idea per una foto, pensare al contenuto della foto, al pubblico di riferimento, alle emozioni che vogliono suscitare, al messaggio che vogliono trasmettere con una foto.

2. **Scegliere il preferito** – ognuno condivide le sue idee di brainstorming. Questo è il momento in cui tutti insieme selezionano ed elaborano le idee che trovano adatte per la creazione.
3. **Creare uno storyboard** – divisi in coppie, i partecipanti dovrebbero creare un piano completo per realizzare la foto concettuale che hanno selezionato. Insieme all'aiuto dei facilitatori, devono sviluppare un aspetto dettagliato delle scene fotografiche, pianificando ogni scena insieme ai dettagli tecnici come il luogo dello scatto, gli attori, le idee per la post-produzione (aggiunta di effetti, slogan, ecc.).
4. **Scattare le foto** – creare un set pianificato e iniziare a scattare le foto. Insieme ai facilitatori, i partecipanti decideranno chi opererà la fotocamera, gli altri partecipanti possono essere attori nella scena fotografica e se hanno bisogno di una persona specifica per la loro foto, possono invitare chiunque sia disposto a far parte di questo processo.
5. **Modificare** – la fase finale della creazione di una foto concettuale. Ai partecipanti verrà presentato un software di editing fotografico e, insieme ai facilitatori, selezioneranno prima le foto da modificare e creeranno le foto concettuali pianificate.

Dopo la presentazione del processo fotografico, i facilitatori presenteranno l'attrezzatura fotografica. I partecipanti devono essere informati sulle fotocamere, le lenti, le luci, ecc., in modo che abbiano in mente che tipo di foto possono scattare con l'attrezzatura disponibile. I prodotti concettuali possono essere fotografati con tutte le fotocamere digitali, analogiche, polaroid, ecc., e i telefoni cellulari che il formatore possiede, così come le fotocamere e i telefoni cellulari dei partecipanti se li hanno portati al workshop per questo scopo.

Durante questo workshop, i partecipanti lavoreranno sui primi tre passaggi del processo creativo: visione e idea, scegliere il preferito e la creazione della scena fotografica.

Iniziando con la "visione e idea", ogni partecipante dovrebbe ricevere un foglio bianco e una penna. Hanno 30 minuti per ideare delle idee per una foto concettuale su diversi segmenti di sicurezza giovanile. Durante il brainstorming, ai partecipanti è consentito utilizzare piattaforme online (come Pinterest) per esplorare esempi di foto concettuali su argomenti specifici. Dovrebbero essere ricordati di pensare al pubblico di riferimento, alle emozioni e al messaggio che vogliono trasmettere con questo prodotto fotografico concettuale. I facilitatori ricordano ai partecipanti di scrivere tutte le idee sul foglio in modo che possano presentarle più facilmente senza dimenticare nulla. Nel caso in cui i partecipanti non abbiano un'idea per un prodotto fotografico per un certo argomento, il facilitatore mostra loro ulteriori esempi di foto concettuali per un determinato problema.

Passando a "scegliere il preferito". Uno per uno i partecipanti presenteranno le loro idee per le foto e gli altri commenteranno. In questa fase, insieme, elaboreranno le idee degli altri e anche le fonderanno. Con l'assistenza dei facilitatori in questo passaggio dovrebbero scegliere e sviluppare le idee che verranno prodotte successivamente. In caso di disaccordo tra i partecipanti, i facilitatori sono obbligati a permettere una breve discussione sulle foto concettuali tra i partecipanti in modo che possano raggiungere una soluzione concreta da soli e indirizzarli verso la fotografia concettuale che contiene idee di entrambi (o più) i partecipanti. Ora è il momento di "creare uno storyboard". I partecipanti dovrebbero essere divisi in coppie e ogni coppia dovrebbe scegliere i concetti che verranno sviluppati. Il loro compito è creare un piano dettagliato per la creazione della foto concettuale.

Devono immaginare l'aspetto completo delle scene fotografiche, il modo di scattare foto per ogni scena, il luogo dello scatto, i costumi, gli accessori, gli attori e la post-produzione. In questa fase i facilitatori dovrebbero essere in costante comunicazione con ogni coppia e consigliarli su tutti i possibili problemi o limitazioni tecniche nel loro piano in modo che possa essere modificato immediatamente.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

In questa parte del workshop, i partecipanti presenteranno i loro piani al resto del gruppo. I facilitatori dovrebbero chiedere agli altri di dare la loro opinione sulle idee presentate.

Chiedere loro le seguenti domande:

- Come ti senti soddisfatto del tuo lavoro oggi?
- Qual è stato il più difficile e qual è stato il più facile?
- Quanto è stato difficile sviluppare un'idea per la foto?
- Non vedete l'ora di scattare le foto?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

In molti casi, i partecipanti iniziano con un'idea e un piano ambiziosi, e i facilitatori dovrebbero attirare l'attenzione su questo e consigliare loro di essere più concreti e scegliere modi più semplici per trasmettere un certo messaggio attraverso le foto.

FOTOGRAFIA CONCETTUALE 3

Questo workshop verte sull'organizzazione ed esecuzione dello scatto delle foto secondo i piani creati nel workshop precedente.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale. • Coinvolgere i giovani affinché contribuiscano alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa. • Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le loro opinioni sulla sicurezza giovanile. • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Attrezzatura fotografica (fotocamere, luci, telefoni e simili) • Accessori
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Preparazione: I facilitatori devono assicurarsi che le batterie di tutta l'attrezzatura elettronica siano completamente cariche, e che tutti gli accessori per le foto siano pronti.

INTRODUZIONE

La prima attività di questo workshop è la preparazione di tutti gli accessori e kit necessari per lo scatto delle foto (ad esempio - farina, una siringa con un ago, caramelle di diverse dimensioni che ricordano droghe e simili per una foto concettuale sull'abuso di sostanze psicoattive; tonalità di trucco rosso scuro, blu, verde e giallo per dipingere lividi e ferite facciali per affrontare il tema della violenza tra pari e così via). I partecipanti creano insieme tutto il materiale necessario e, con l'aiuto dei facilitatori, creano il set e determinano la posizione della fotocamera rispetto allo spazio. Appena prima dello scatto, c'è una conversazione con i partecipanti che saranno gli attori nelle foto attraverso la quale si definisce esattamente cosa ci si aspetta da loro. A seconda della struttura dei partecipanti nel gruppo, lo scatto delle foto può essere fatto individualmente o simultaneamente.

Se ci sono persone nel gruppo che hanno esperienza nello scattare foto, possono assumere il ruolo di leader e scattare contemporaneamente più foto. Il ruolo dei facilitatori in questo workshop è quello di aiutare logisticamente ogni gruppo, organizzare il set e consigliare su come lo scatto delle foto possa essere realizzato in modo più efficiente possibile. Bisogna fare attenzione a garantire che ogni foto venga scattata in modo adeguato e che tutto ciò pianificato riguardo alla scena fotografica venga realizzato. Ogni foto dovrebbe essere scattata con pazienza e ripetuta fino a quando non soddisfa i criteri stabiliti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero invitare i partecipanti a parlare della loro esperienza nello scattare le foto. I facilitatori dovrebbero chiedere loro quali sfide hanno affrontato durante lo scatto, qual è stata la loro opinione sullo scatto, se pensavano che il materiale fotografico fosse abbastanza buono per soddisfare le loro esigenze per realizzare le foto concettuali pianificate.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dovrebbero incoraggiare e sostenere i partecipanti nello scattare le foto come pianificato, ripetendo lo scatto più volte fino a quando non ottengono i risultati pianificati e le foto di cui saranno soddisfatti.

FOTOGRAFIA CONCETTUALE 4

 DURATA
240'

Questo workshop si concentra sull'organizzazione ed esecuzione dello scatto delle foto secondo i piani creati nel workshop precedente.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale. • Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa. • Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile. • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Computer portatili • Smartphone • Software di fotoritocco
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)

INTRODUZIONE

All'inizio di questo workshop, i partecipanti riceveranno tutti i materiali fotografici che hanno creato e il loro compito sarà selezionare gli scatti migliori che verranno utilizzati nei prodotti finali della fotografia concettuale. Una volta selezionato il miglior materiale fotografico, i partecipanti, con l'aiuto dei facilitatori, possono iniziare con il fotoritocco. Come nel workshop precedente, se ci sono partecipanti in un gruppo che hanno conoscenze ed esperienza nel processo di fotoritocco, possono assumere il ruolo di leader e iniziare la post-produzione, simultaneamente ai facilitatori. Il fotoritocco può essere fatto su computer portatili o smartphone, a seconda dei requisiti tecnici della foto concettuale stessa. Ci sono diversi software di fotoritocco che possono essere utilizzati (si propone Adobe Photoshop). Il software scelto dovrebbe essere presentato ai partecipanti e i facilitatori dovrebbero mostrare a tutti le basi del fotoritocco (ad esempio, correzione dell'esposizione, ritaglio, rimozione di elementi indesiderati, aggiunta di testo, regolazione del colore, gioco con la messa a fuoco ecc.) e tutti i partecipanti dovrebbero partecipare al processo di fotoritocco.

Per alcune attività complesse che richiedono una conoscenza competente, i facilitatori o i partecipanti esperti prenderanno in mano e il compito degli altri partecipanti sarà monitorare che tutto proceda secondo il piano e guidare gli editori verso i prodotti finali. Se richiesto dalle regole di visibilità, il facilitatore deve ricordare ai partecipanti che nel prodotto finale concettuale, è necessario inserire il logo del donatore (in base alle regole di visibilità), il logo dell'organizzazione che implementa il progetto, i loghi delle organizzazioni partner del progetto e il logo del progetto stesso. Nella creazione di una foto concettuale, viene aggiunto uno slogan, che i partecipanti considerano adeguato per il prodotto della foto concettuale e lo collegano alla visibilità dell'importanza di determinati problemi (la foto concettuale può, ad esempio, contenere statistiche ufficiali con una fonte). Uno slogan/statistica ufficiale viene aggiunto alla foto concettuale in modo che un gruppo target specifico possa riconoscere un messaggio chiaro ed efficace. Dopo aver completato il fotoritocco di tutte le foto concettuali, è tempo per la presentazione. Tutte le foto prodotte dovrebbero essere raccolte in un unico luogo e presentate ai partecipanti su un grande schermo come un videoproiettore o un monitor più grande. Ogni foto concettuale dovrebbe essere mostrata ai partecipanti e successivamente spiegata dal gruppo che l'ha realizzata e discussa dal resto del gruppo. I partecipanti dovrebbero parlare della loro opinione sulle foto, se gli piacciono o meno, se il messaggio che la foto mirava a trasmettere era chiaro o meno.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero chiedere ai partecipanti:

- Come ti senti riguardo alle foto che hai creato?
- Sei soddisfatto e fiero di loro o no?
- Cosa avresti fatto diversamente ora che vedi le tue foto sullo schermo?
- Quali nuove conoscenze hai acquisito e le userai in futuro?
- Come è stata la tua esperienza complessiva per questo set di workshop?
- Ti sei divertito?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dovrebbero aiutare i partecipanti nella parte di post-produzione poiché richiede conoscenze tecniche sul software utilizzato. Le idee e i contributi dei partecipanti dovrebbero essere riconosciuti. I facilitatori dovrebbero incoraggiare i partecipanti a utilizzare questo metodo e ricordare loro che non è sempre necessario avere attrezzature costose per creare una foto concettuale efficace e che gli smartphone, disponibili a tutti, sono uno strumento particolarmente utile per questo.



Esempi di strumenti creativi sviluppati attraverso i **Laboratori di Fotografia Concettuale**

CAPITOLO 4.2

GRAFICHE CONCETTUALI

GRAFICHE CONCETTUALI 1

I workshop di grafica concettuale consistono in 3 workshop separati in cui i partecipanti vengono gradualmente introdotti agli argomenti che stiamo trattando e al modo in cui presenteranno questi argomenti attraverso contenuti grafici. Il primo workshop di questo insieme è dedicato alla presentazione del progetto, al conoscere i partecipanti e alla presentazione degli argomenti su cui stiamo lavorando.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Carta per flipchart• Pennarelli
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima che il workshop inizi, preparare carta per flipchart e pennarelli.

ISTRUZIONI

Se i facilitatori organizzano workshop creativi come parte della formazione, i workshop tematici sulla sicurezza dei giovani sono già stati implementati e i partecipanti hanno acquisito conoscenze sui rispettivi argomenti. Inoltre, i partecipanti si conoscono, ma è possibile che non conoscano il/i facilitatore/i. In questo caso, i facilitatori iniziano il primo workshop presentandosi e spiegando che il loro ruolo sarà quello di trasferire loro le competenze nell'uso della grafica come strumento concettuale per la promozione della cultura mediatica. Dopo l'introduzione dei facilitatori, si introduce il metodo della grafica e come può essere utilizzato come strumento concettuale per la promozione della cultura mediatica.

I facilitatori spiegano dettagliatamente perché la grafica è vantaggiosa, perché è efficace e evidenziano la popolarità della grafica tra i giovani. I facilitatori chiedono quindi ai partecipanti di presentarsi (nome, qualcosa su di loro). I facilitatori discutono anche con i partecipanti se hanno esperienza nella creazione di grafica concettuale e, in caso affermativo, che tipo di esperienza, quali strumenti hanno usato, che tipo di grafica hanno creato e simili. La prossima attività riguarda l'argomento che verrà trattato in questo set di workshop. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sull'argomento della sicurezza dei giovani, su cosa pensano i partecipanti quando sentono questo termine. I facilitatori annotano tutte le risposte su carta per flipchart e ne discutono. I facilitatori concludono questa parte dando esempi di come alcune delle cose menzionate durante il brainstorming possono essere presentate attraverso la grafica.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori concludono il workshop con una sessione di valutazione e debriefing. Fanno le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione odierna?
- Come ti senti, ti senti a tuo agio con gli altri nel gruppo?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai sentito durante questa sessione?
- In che modo la grafica può contribuire alla promozione della cultura mediatica?
- Quanto ti senti sicuro di sviluppare grafica concettuale?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo workshop in poi inizieranno il processo creativo di realizzazione dei prodotti di grafica concettuale.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei workshop creativi sulla grafica dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della grafica.

GRAFICHE CONCETTUALI 2

Attraverso il secondo workshop verrà introdotto ai partecipanti l'intero processo creativo di creazione di grafica concettuale e i materiali disponibili. Questo workshop coprirà la ricerca dei partecipanti sugli argomenti che vogliono utilizzare come tema nella loro grafica concettuale. Verranno sviluppate idee e un piano dettagliato per la creazione della loro grafica concettuale.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	I metodi grafici concettuali possono essere collage, collage digitale, disegno, pittura, linoleografia, pittura digitale, ecc. A seconda del metodo grafico concettuale che i facilitatori vogliono fare con i partecipanti, possono essere utilizzati vari tipi di materiali.
Materiali fondamentali:	<ul style="list-style-type: none">● Carta bianca● Penne● Pennarelli● Laptop / computer per l'editing● Materiale grafico (a seconda dell'esperienza del gruppo decidere il metodo grafico)
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima che il workshop inizi, preparare carta per flipchart e pennarelli.

Tabella. Materiale grafico (*In base all'esperienza del gruppo, decidere il metodo grafico*)

<p>COLLAGE (difficoltà: semplice)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vari tipi di carta per la base ed elementi per il collage - Giornali stampati e fotografie che possono essere tagliati e disposti all'interno del collage - Materiali adesivi come bastoncini di colla, colla liquida, nastro biadesivo o adesivo spray per attaccare gli elementi del collage alla base. - Forbici o taglierina da hobby - Vernice e pennarelli per aggiungere dettagli al collage - Tappetino per il taglio - Scanner
<p>COLLAGE DIGITALE (difficoltà: semplice)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Laptop / computer - Software di editing delle immagini (Adobe Photoshop, Adobe Illustrator, GIMP (GNU Image Manipulation Program), Procreate, Canva...) - Immagini digitali (Foto libere da copyright, immagini personali) - Le foto gratuite senza copyright possono essere scaricate da siti web come Pexels / Vecteezy / Freepik / Morguefile / Pixabay / Stockvault / Rawpixel
<p>DISEGNO (difficoltà: complessa)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Matite grafite di varie gradazioni (ad es., 2H, HB, 2B, 4B, 6B) per diversi livelli di durezza e intensità delle linee. - Temperamatite - Gomma per cancellare - Carta da disegno (ad es., carta liscia per disegni a matita, carta ruvida per disegni a carboncino o pastello) - Matite colorate - Pastelli morbidi o a olio - Pennarelli a base di alcool o a base d'acqua per linee audaci - Matite acquerellabili
<p>DIPINTO (difficoltà: moderata)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pennelli (varie dimensioni e tipi di pennelli per diverse tecniche) - Palette - Superficie di pittura (pannelli di tela / vari tipi di carta da pittura) - Pittura (pittura acrilica / pittura ad olio / pittura ad acqua / tempera ecc.) - Materiali per il disegno (matite, gomma, temperamatite) - Nastro adesivo per mascheratura - Contenitori per l'acqua

<p>LINOLEOGRAFIA (difficoltà: semplice)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Blocco di linoleum -Strumenti per intagliare (taglierini per linoleografia) -Inchiostro da stampa -Rullo per l'inchiostro -Carta -Palette -Attrezzatura protettiva
<p>PITTURA DIGITALE (difficoltà: moderata)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Laptop / computer / tavoletta grafica -Software di pittura digitale (Adobe Photoshop, Corel Painter, Clip Studio Paint, Procreate, Krita, Autodesk Sketchbook, Canva...)
<p>GRAFFITTI ART / STENCILS (difficoltà: semplice)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Stencil stampati / Mylar per disegnare stencil -Coltelli multiuso / Coltelli di precisione -Superficie di taglio -Vernice spray -Nastro adesivo per mascheratura -Superficie per stencil (cotone naturale, lino, carta)

ISTRUZIONI

Questo workshop inizia con la presentazione del processo creativo di creazione di una grafica concettuale. Spiega che questo processo ha 5 fasi:

1. Visione e idea – ogni partecipante dovrebbe ideare una grafica, dovrebbero pensare al contenuto della grafica, al pubblico di riferimento, alle emozioni che vogliono suscitare, al messaggio che vogliono inviare con la grafica.

2. Scegli il preferito – ognuno condivide le proprie idee di brainstorming. Questo è il momento in cui tutti insieme selezionano ed elaborano le idee che trovano adatte per la creazione.

3. Sessione grafica – Il facilitatore spiega il metodo di grafica concettuale scelto e le tecniche del metodo. I partecipanti realizzeranno le loro grafiche concettuali con il materiale fornito.

4. Modifica – la fase finale della creazione di grafiche concettuali. Ai partecipanti verrà presentato un software di editing grafico, insieme ai facilitatori, sceglieranno prima le grafiche che vogliono modificare e creeranno le grafiche concettuali pianificate.

Dopo aver presentato il processo grafico, i facilitatori forniranno una panoramica dell'attrezzatura e del materiale. I partecipanti riceveranno informazioni su matite, tele, tipi di carta, attrezzature per il colore e altro materiale. Iniziando con la "visione e idea", ogni partecipante riceverà un foglio bianco e una penna, e dovranno ideare idee per grafiche concettuali su diversi segmenti di sicurezza giovanile. Durante il brainstorming, i partecipanti possono utilizzare piattaforme online (come Pinterest) per esplorare esempi di grafiche concettuali su determinati argomenti.

Dovrebbero essere ricordati di pensare al pubblico di riferimento, alle emozioni e al messaggio che vogliono inviare con questo prodotto grafico concettuale. I facilitatori ricordano ai partecipanti di scrivere tutte le idee sul foglio in modo che possano presentarle più facilmente senza dimenticare nulla. Nel caso in cui i partecipanti non abbiano un'idea per un prodotto grafico per un determinato argomento, il facilitatore mostra loro ulteriori esempi di foto concettuali per un determinato problema.

Passando alla fase "Scegli il preferito", uno per uno i partecipanti presenteranno le loro idee grafiche e gli altri commenteranno. In questa fase insieme elaboreranno le idee degli altri e anche le fonderanno. Con l'assistenza dei facilitatori in questa fase dovrebbero scegliere e elaborare le idee che verranno prodotte successivamente. In caso di disaccordo tra i partecipanti, i facilitatori sono tenuti a permettere una breve discussione sulla grafica concettuale tra i partecipanti in modo che possano raggiungere una soluzione concreta da soli e indirizzarli alla grafica concettuale che contiene le idee di entrambi (o più) i partecipanti.

Passando alla "Sessione grafica" i partecipanti riceveranno il materiale per la grafica concettuale e inizieranno a godersi il processo creativo. I facilitatori manterranno una comunicazione regolare con ciascun partecipante, offrendo orientamento e affrontando eventuali sfide o limitazioni tecniche nei loro piani per garantire che le modifiche possano essere apportate tempestivamente. Se è necessario ulteriore aiuto, il facilitatore guiderà i partecipanti attraverso il processo grafico concettuale (il facilitatore fornirà conoscenze su come disegnare dettagli concreti, come tagliare correttamente gli stencil in modo da non avere buchi, come fare la linoleografia in modo sicuro o invierà ai partecipanti ulteriori materiali digitali come font/ pennelli/ icone per i prodotti concettuali digitali).

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Durante questa fase del workshop, i partecipanti presenteranno i loro piani all'intero gruppo. I facilitatori incoraggeranno gli altri a condividere i loro pensieri sulle idee presentate e chiederanno loro le seguenti domande:

- Come ti senti riguardo ai tuoi progressi oggi?
- Quali sfide hai incontrato e cosa è venuto naturalmente?
- Come è stato il processo di sviluppo della tua idea grafica? • Sei entusiasta del prossimo processo di grafica concettuale?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I partecipanti pensano spesso che sia necessaria una conoscenza artistica elevata per i workshop di grafica concettuale. I facilitatori dovrebbero incoraggiare i partecipanti a godersi il processo creativo e dovrebbero guidarli a concentrarsi sulla chiarezza e sulla semplicità.

; F 5: ⇒ < 9'
7CB79HH 5@='

Il terzo workshop copre la scansione delle grafiche concettuali create, la modifica e la presentazione dei prodotti finali delle grafiche concettuali.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti della sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus sui 5 segmenti della sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale. • Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa. Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le loro opinioni sulla sicurezza giovanile. • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Scanner • Software di fotoritocco (Adobe Photoshop, Canva...)
Gruppo:	5-12 (se il gruppo è più grande, suddividerlo in gruppi più piccoli)

ISTRUZIONI

I partecipanti inizieranno questo workshop ricevendo tutte le grafiche concettuali scansionate che hanno creato. Con l'assistenza dei facilitatori, i partecipanti possono iniziare il processo di modifica delle grafiche. Se ci sono partecipanti nel gruppo con competenze nel software di fotoritocco / grafica, possono assumere ruoli di leadership e iniziare il lavoro di post-produzione insieme ai facilitatori. La modifica delle grafiche concettuali può essere fatta sia su laptop che su smartphone, a seconda dei requisiti tecnici di ogni grafica concettuale. Esistono varie opzioni di software di fotoritocco, con Adobe Photoshop come scelta consigliata. Il software selezionato verrà presentato ai partecipanti, e i facilitatori spiegheranno concetti di base come la correzione del colore, il ritaglio, la colorazione digitale, l'aggiunta di testo. Per compiti che richiedono conoscenze avanzate, i facilitatori o i partecipanti esperti guideranno il processo di modifica, mentre gli altri monitoreranno i progressi per garantire il rispetto del piano.

In conformità alle linee guida sulla visibilità, i facilitatori ricorderanno ai partecipanti di includere i loghi del donatore e del progetto stesso nei prodotti concettuali finali. Inoltre, potrebbe essere integrato uno slogan rilevante per la grafica concettuale e supportato da statistiche ufficiali per trasmettere un messaggio chiaro e incisivo al pubblico di riferimento. Al termine della modifica di tutte le grafiche concettuali, seguirà una presentazione. Tutte le grafiche prodotte saranno raccolte e mostrate su un grande schermo come un proiettore video o un monitor. Ogni grafica concettuale verrà mostrata ai partecipanti, con il gruppo responsabile della sua creazione che la spiegherà, e il resto del gruppo che si impegnerà in una discussione sulla sua efficacia e chiarezza del messaggio. I partecipanti condivideranno le proprie opinioni sulle grafiche, valutando se il messaggio inteso è stato comunicato efficacemente. Se possibile, verrà organizzata una piccola mostra dal vivo durante la presentazione digitale.

VALUTAZIONE E DEBRIEFING

I facilitatori possono coinvolgere i partecipanti con le seguenti domande:

- Come ti senti riguardo alle grafiche che hai creato?
- Riflettendo sul tuo lavoro, con quali aspetti sei soddisfatto e cosa cambieresti se avessi l'opportunità?
- In che modo questo workshop ha migliorato le tue competenze o conoscenze nel metodo concreto delle grafiche concettuali e nella modifica, e come hai intenzione di applicare questi nuovi approfondimenti in futuro?
- Quali sono le tue opinioni sull'esperienza complessiva e sul percorso di apprendimento?
- Hai trovato questo processo creativo piacevole e appagante?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori svolgono un ruolo cruciale durante la fase di post-produzione guidando i partecipanti negli aspetti tecnici del software utilizzato. Dovrebbero ascoltare attivamente le idee e i suggerimenti dei partecipanti, incorporandoli nel processo di modifica. Incoraggiare i partecipanti a sfruttare le risorse disponibili rafforza l'idea che le grafiche concettuali efficaci possano essere create senza la necessità di materiali costosi e conoscenze precedenti.

CAPITOLO 4.3

PRODUZIONE VIDEO CONCETTUALE

VIDEO
CONCETTUALE

 DURATA
180'

PRODUZIONE VIDEO CONCETTUALE 1

I laboratori video concettuali consistono in 4 sessioni separate durante le quali i partecipanti vengono gradualmente introdotti agli argomenti che affrontiamo e al modo in cui presenteranno questo argomento attraverso contenuti video. Il primo laboratorio di questo set è dedicato alla presentazione del progetto, alla conoscenza dei partecipanti e alla presentazione degli argomenti su cui stiamo lavorando.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus sui 5 segmenti della sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale. • Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa. • Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile. • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Fogli per flipchart • Pennarelli
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividere in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima dell'inizio del laboratorio, preparare fogli per flipchart e pennarelli.

ISTRUZIONI

I metodi creativi nel lavoro con i giovani possono essere organizzati in 2 modi:

1. **Laboratori creativi come parte di una formazione**
2. **Laboratori creativi indipendenti**

SITUAZIONE 1: LABORATORI CREATIVI COME PARTE DELLA FORMAZIONE

Se i facilitatori organizzano laboratori creativi come parte della formazione, i laboratori tematici su determinati segmenti della sicurezza giovanile sono già stati implementati e i partecipanti acquisiscono conoscenze sul rispettivo segmento. Inoltre, i partecipanti si conoscono già, ma è possibile che non conoscano i facilitatori.

Per questo motivo, i facilitatori iniziano il primo laboratorio presentandosi e spiegando che il loro ruolo sarà trasferire loro le competenze sull'utilizzo della fotografia come strumento concettuale per la promozione della sicurezza giovanile riguardo, ad esempio, la protezione della salute mentale.

L'attività successiva è conoscere i partecipanti, in cui tutti i partecipanti dovrebbero alzarsi e formare un cerchio. Iniziando con il facilitatore, ogni persona dovrebbe dire il proprio nome e il nome di un animale il cui nome inizia con la prima lettera del nome della persona che si sta presentando. Dopo aver detto il loro nome e l'aggettivo (ad es. Mario Mattutino), tutti i partecipanti dovrebbero ripetere il nome e l'aggettivo della persona che si sta presentando, dopodiché la persona successiva nel cerchio è presentata fino a quando tutti nel gruppo si sono presentati.

Dopo la presentazione dei facilitatori e dei partecipanti, i facilitatori introducono il metodo di produzione video e come può essere usato come strumento concettuale per la promozione della sicurezza giovanile riguardo, ad esempio, la protezione dalla violenza tra coetanei. I facilitatori spiegano dettagliatamente perché il video è vantaggioso, perché è efficace e sottolineano la popolarità dei video tra i giovani. I facilitatori discutono anche con i partecipanti se hanno esperienza nella creazione di video concettuali e se sì che tipo, che attrezzature hanno usato, che tipo di video hanno creato e simili.

L'attività successiva riguarda l'argomento che verrà trattato durante questo set di laboratori. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sull'argomento della sicurezza giovanile, a cosa pensano i partecipanti quando sentono il termine sicurezza giovanile. I facilitatori annotano tutte le risposte sulle flipchart e ne discutono.

VALUTAZIONE E DEBRIEFING

Porre le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione odierna?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai ricevuto durante questa sessione?
- Come ti senti, ti senti a tuo agio con gli altri nel gruppo?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo laboratorio inizieranno con il processo creativo di realizzazione del materiale video concettuale.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei laboratori creativi sulla produzione video dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nella produzione dei video.

SITUAZIONE 2: LABORATORI CREATIVI INDIPENDENTI

Se i laboratori creativi non fanno parte della formazione, ma sono organizzati indipendentemente, ad esempio come lavoro regolare dell'organizzazione giovanile, i facilitatori iniziano il primo laboratorio presentando il progetto ai partecipanti, quali argomenti copre il progetto e quali attività sono pianificate dal progetto.

La prossima attività è conoscere i partecipanti, in cui tutti i partecipanti dovrebbero alzarsi e formare un cerchio. Iniziando con il facilitatore, ogni persona dovrebbe dire il proprio nome e il nome di un animale il cui nome inizia con la prima lettera del nome della persona che si sta presentando. Dopo aver detto il loro nome e l'aggettivo (ad es. Mario Mattutino), tutti i partecipanti dovrebbero ripetere il nome e l'aggettivo della persona che si sta presentando, dopodiché la persona successiva nel cerchio è presentata fino a quando tutti nel gruppo si sono presentati.

La prossima attività riguarda l'argomento che verrà trattato durante questo set di laboratori. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sull'argomento della sicurezza giovanile, a cosa pensano i partecipanti quando sentono il termine sicurezza giovanile. I facilitatori annotano tutte le risposte su carta da flipchart e ne discutono.

La prossima attività è conoscere meglio gli argomenti che saranno elaborati attraverso i laboratori creativi. Se i facilitatori lavorano sull'argomento della discriminazione, dovrebbero scegliere uno o due (a seconda del tempo a disposizione) laboratori dal manuale nella sezione Segmento: Discriminazione. I facilitatori implementano il(i) laboratorio(i) selezionato(i) in modo che i partecipanti acquisiscano conoscenze di base e informazioni sull'argomento che affronteranno attraverso i laboratori creativi.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Porre le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione odierna?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai ricevuto durante questa sessione?
- Come ti senti, ti senti a tuo agio con gli altri nel gruppo?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo laboratorio inizieranno con il processo creativo di realizzazione del materiale video concettuale.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei laboratori creativi sulla produzione video dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nella produzione dei video.

PRODUZIONE DI VIDEO CONCETTUALI 2

Attraverso il secondo laboratorio, l'intero processo creativo di creazione di un video concettuale e l'attrezzatura video disponibile per le registrazioni saranno introdotti ai partecipanti. Questo laboratorio coprirà la ricerca dei partecipanti sugli argomenti che vogliono utilizzare come tema nei loro video. Si occuperanno della sceneggiatura e di un piano dettagliato per la creazione dei loro video concettuali.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale • Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa • Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Carta bianca • Pennarelli • Attrezzatura per registrazioni video (telecamere, luci, gimbal e simili) • Laptop / computer per l'editing
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima che il laboratorio inizi, preparare l'attrezzatura disponibile per le registrazioni video per la presentazione.

INTRODUZIONE

Questo laboratorio inizia con la presentazione del processo creativo di creazione di una fotografia concettuale. Spiega che questo processo ha 5 fasi:

1. Visione e idea – ogni partecipante dovrebbe ideare un'idea per un video, dovrebbero pensare al contenuto del video, al pubblico di riferimento, alle emozioni che vogliono suscitare, al messaggio che vogliono trasmettere con un video.

2. Scegliere il preferito – tutti condividono le proprie idee emerse dal brainstorming. Questo è il momento in cui tutti insieme selezionano e sviluppano le idee che trovano adatte per la creazione.

3. Creare una sceneggiatura – divisi in coppie, i partecipanti dovrebbero creare un piano completo per realizzare il video concettuale che hanno scelto. Insieme all'aiuto dei facilitatori, devono ideare una trama dettagliata di un video dall'inizio alla fine, ogni scena deve essere pianificata insieme a dettagli tecnici come la posizione delle riprese, gli attori, le idee di post-produzione (aggiunta di effetti, titoli, ecc.).

4. Registrazione – creazione di un set pianificato e inizio della registrazione dei video. Insieme ai facilitatori, i partecipanti decideranno chi opererà la telecamera, altri partecipanti possono essere attori nel video e, se necessitano di una persona specifica per il loro video, possono invitare chiunque sia disposto a far parte di questo processo. Tutte le sequenze pianificate del video vengono registrate in questa fase.

5. Modifica – fase finale della creazione di un video concettuale. Ai partecipanti verrà presentato il software di editing video, insieme ai facilitatori metteranno insieme tutti i video registrati e creeranno il concept che hanno pianificato.

Dopo la presentazione del processo di produzione video, i facilitatori presenteranno l'attrezzatura per le registrazioni video. I partecipanti dovrebbero essere informati sulle telecamere, le lenti, le luci, ecc. in modo che abbiano in mente che tipo di video sono in grado di realizzare con l'attrezzatura disponibile.

Durante questo laboratorio, i partecipanti lavoreranno sui primi tre passaggi del processo creativo: visione e idea, scegliere il preferito e la creazione della sceneggiatura.

Iniziando con "visione e idea", ogni partecipante dovrebbe ricevere un foglio bianco e una penna. Hanno 30 minuti per ideare idee per un video concettuale su diversi segmenti di sicurezza giovanile. Durante il brainstorming, ai partecipanti è consentito utilizzare piattaforme online per esplorare esempi di foto concettuali su determinati argomenti. Dovrebbero essere ricordati di pensare al pubblico di riferimento, alle emozioni e al messaggio che vogliono trasmettere con questo prodotto video concettuale. I facilitatori ricordano ai partecipanti di scrivere tutte le idee sulla carta in modo che possano presentarle più facilmente senza dimenticare nulla. Nel caso in cui i partecipanti non abbiano un'idea per un video su un determinato argomento, il facilitatore mostra loro ulteriori esempi di video concettuali per un certo problema.

Passando a "scegliere il preferito". Uno per uno, i partecipanti presenteranno le loro idee per i video e gli altri commenteranno. In questa fase, insieme elaboreranno le idee reciproche e anche le uniranno. Con l'assistenza dei facilitatori in questo passaggio, dovrebbero scegliere e ideare le idee che verranno prodotte successivamente.

Ora è il momento di "creare una sceneggiatura". I partecipanti dovrebbero essere divisi in coppie e ogni coppia dovrebbe scegliere i concetti che verranno sviluppati. Il loro compito è quello di creare un piano dettagliato per la creazione del video concettuale. Devono ideare l'intera trama dall'inizio alla fine, il modo di registrare ogni scena, la posizione delle riprese, i costumi, gli accessori, gli attori – gli altri partecipanti – e la post-produzione. In questa fase, i facilitatori dovrebbero essere in costante comunicazione con ogni coppia e consigliarli su tutti i problemi o le limitazioni tecniche possibili nel loro piano in modo che possano essere modificati immediatamente.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

In questa parte del laboratorio, i partecipanti presenteranno i loro piani al resto del gruppo. I facilitatori dovrebbero chiedere agli altri di dare la loro opinione sulle idee presentate. Chiedere loro le seguenti domande:

- Sei soddisfatto del tuo lavoro oggi?
- Qual è stato il più difficile e quale è stato il più facile?
- Quanto è stato difficile sviluppare un'idea per il video?
- Non vedi l'ora di iniziare a registrare i video?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

In molti casi, i partecipanti partono con un'idea e un piano ambiziosi, e i facilitatori dovrebbero attirare l'attenzione su questo e consigliare loro di essere più concreti e scegliere modi più semplici per trasmettere un certo messaggio attraverso i video.

PRODUZIONE DI VIDEO CONCETTUALI 3

Questo laboratorio verte sull'organizzazione e l'esecuzione della ripresa video in base ai piani creati nel workshop precedente.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani a promuovere comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Attrezzatura per la registrazione video (telecamere, luci, telefoni e simili)• Accessori
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)
Preparazione:	I facilitatori devono assicurarsi che le batterie di tutta l'attrezzatura elettronica siano completamente cariche, e che gli accessori per tutti i video siano pronti.

INTRODUZIONE

La prima attività in questo laboratorio è la preparazione di tutti gli accessori e kit necessari per registrare il contenuto video. I partecipanti insieme creano tutto il materiale necessario e con l'aiuto dei facilitatori creano il set e determinano la posizione della telecamera rispetto allo spazio. Appena prima della ripresa, c'è una conversazione con gli "attori" che appariranno nei video attraverso la quale si definisce esattamente cosa ci si aspetta da loro. A seconda della struttura dei partecipanti nel gruppo, la registrazione video può essere fatta individualmente o simultaneamente. Se ci sono persone nel gruppo che hanno esperienza nella registrazione di tale contenuto video, possono assumere il ruolo di leader e registrare contemporaneamente più video allo stesso tempo. Il ruolo dei facilitatori in questo workshop è quello di aiutare logisticamente ciascun gruppo, aiutare a organizzare il set e consigliare su come la registrazione possa essere implementata nel modo più efficiente possibile. Bisogna assicurarsi che ogni inquadratura venga effettuata in modo adeguato e che tutto ciò pianificato sullo storyboard venga realizzato. Ogni scena dovrebbe essere registrata con pazienza e ripetuta fino a soddisfare i criteri dello storyboard.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero invitare i partecipanti a parlare della loro esperienza nella registrazione video. I facilitatori dovrebbero chiedere loro quali sfide hanno affrontato durante la registrazione, quale sia stata la loro opinione sulla registrazione, se pensavano che il materiale video fosse abbastanza buono per soddisfare le loro esigenze per realizzare i video concettuali che avevano pianificato.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dovrebbero incoraggiare e sostenere i partecipanti a registrare i video come pianificato, ripetendo la registrazione più volte fino a ottenere i risultati pianificati e i video di cui saranno soddisfatti.

PRODUZIONE DI VIDEO CONCETTUALI 4

Il quarto workshop copre la selezione del materiale video creato, la post produzione e l'editing video e la presentazione dei prodotti finali dei video concettuali.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani a promuovere comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Laptop• Smartphone• Software di editing video
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)

INTRODUZIONE

All'inizio di questo workshop, i partecipanti riceveranno tutto il materiale video che hanno creato e il loro compito sarà selezionare le migliori riprese che verranno utilizzate nei video finali. Una volta selezionato il miglior materiale video, i partecipanti, con l'aiuto dei facilitatori, possono iniziare con l'editing video e mettere insieme tutto. Come nel workshop precedente, se ci sono partecipanti nel gruppo che hanno conoscenze ed esperienza nel processo di editing video, possono assumere il ruolo di leader e iniziare con la postproduzione, simultaneamente con i facilitatori.

La postproduzione dei video può essere effettuata su laptop o smartphone, a seconda dei requisiti tecnici del video stesso. Esistono diversi software di editing video che possono essere utilizzati.

- Software proposti per PC: - Adobe Premiere Pro - DaVinci Resolve - Sony Vegas.

- Software proposti per telefoni cellulari: - Power Director - InShot – FilmoraGo.

Il software scelto dovrebbe essere presentato ai partecipanti e i facilitatori dovrebbero mostrare a tutti le basi della manipolazione video (ad esempio, taglio, ritaglio, rimappatura temporale, aggiunta di testo, foto ecc.) e tutti i partecipanti dovrebbero partecipare alla post-produzione. Per alcune attività complesse che richiedono conoscenze più approfondite, il formatore o il partecipante esperto prenderà il comando e il compito degli altri partecipanti sarà monitorare che tutto proceda secondo il piano e guidare gli editor verso i prodotti finali.

Dopo aver completato l'editing di tutti i video concettuali, è tempo di presentazione. Tutti i video prodotti dovrebbero essere raccolti in un unico posto e presentati ai partecipanti su una sorta di grande schermo come un videoproiettore o un monitor più grande. Ogni prodotto video concettuale dovrebbe essere riprodotto ai partecipanti e successivamente spiegato dal gruppo che lo ha realizzato e discusso dal resto del gruppo. I partecipanti dovrebbero esprimere la propria opinione sui video, se gli piacciono o no, se il messaggio che il video mirava a trasmettere era chiaro o no.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero chiedere ai partecipanti:

- Come vi sentite riguardo ai video che avete creato?
- Siete soddisfatti e orgogliosi di loro o no?
- Cosa cambiereste ora che vedete i vostri video sullo schermo?
- Quali nuove conoscenze avete acquisito e le utilizzerete in futuro?
- Come è stata la vostra esperienza complessiva per questo set di workshop?
- Vi siete divertiti?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dovrebbero aiutare i partecipanti nella parte di postproduzione poiché richiede conoscenze tecniche sul software utilizzato. Le idee e i contributi dei partecipanti dovrebbero essere riconosciuti. I facilitatori dovrebbero incoraggiare i partecipanti ad utilizzare questo metodo e ricordare loro che non è sempre necessario avere attrezzature costose per creare un video concettuale efficace e che gli smartphone, disponibili a tutti, sono uno strumento particolarmente utile per questo.



Esempi di strumenti creativi sviluppati attraverso i **Laboratori di Video Concettuale**

CAPITOLO 4.4

PRODUZIONE MUSICALE CONCETTUALE

PRODUZIONE MUSICALE CONCETTUALE 1

I workshop di produzione musicale concettuale consistono in 4 workshop separati in cui i partecipanti vengono gradualmente introdotti agli argomenti con cui ci stiamo occupando e al modo in cui presenteranno questi argomenti attraverso contenuti video. Il primo workshop di questo insieme è dedicato alla presentazione del progetto, a conoscere i partecipanti e a presentare gli argomenti su cui stiamo lavorando.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale. • Coinvolgere i giovani a promuovere comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa. • Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile. • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Fogli per flipchart • Pennarelli
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividerlo in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima dell'inizio del workshop, preparare carta da flipchart e pennarelli.

ISTRUZIONI

I metodi creativi nel lavoro giovanile possono essere organizzati in 2 modi:

1. **Workshop creativi come parte di una formazione**
2. **Workshop creativi indipendenti**

SITUAZIONE 1: WORKSHOP CREATIVI COME PARTE DELLA FORMAZIONE

Se i facilitatori organizzano workshop creativi come parte della formazione, workshop tematici su determinati segmenti di sicurezza giovanile sono già stati implementati e i partecipanti acquisiscono conoscenze sul segmento rispettivo. Inoltre, i partecipanti si conoscono, ma è possibile che non conoscano i facilitatori.

Per questo motivo, i facilitatori iniziano il primo workshop presentandosi e spiegando che il loro ruolo sarà quello di trasferire loro le competenze nell'uso della fotografia come strumento concettuale per la promozione della sicurezza giovanile riguardo, ad esempio, la protezione della salute mentale.

La prossima attività è conoscere i partecipanti, in cui tutti i partecipanti dovrebbero alzarsi e formare un cerchio. Iniziando con il facilitatore, ogni persona dovrebbe dire il proprio nome e citare l'animale il cui nome inizia con la prima lettera del nome della persona che viene presentata. Dopo aver detto il proprio nome e l'aggettivo (ad es. Pietro Positivo), tutti i partecipanti dovrebbero ripetere il nome e l'aggettivo della persona che viene presentata, dopodiché la persona successiva nel cerchio viene presentata fino a quando tutti nel gruppo si sono presentati.

Dopo la presentazione dei facilitatori e dei partecipanti, i facilitatori introducono il metodo della musica e come può essere utilizzato come strumento concettuale per la promozione della sicurezza giovanile riguardante, ad esempio, la protezione dal cyberbullismo. I facilitatori spiegano dettagliatamente perché la musica è vantaggiosa, perché è efficace e sottolineano la popolarità che ha tra i giovani. I facilitatori discutono anche con i partecipanti se hanno esperienza nella creazione di musica concettuale e, in caso affermativo, che tipo, che tipo di musica hanno creato, se scrivono testi o cantano e simili. I facilitatori possono anche mostrare ai partecipanti canzoni concettuali sviluppate attraverso il progetto Safebook: [https:// kom018.org.rs/en/safebook-concept-music/](https://kom018.org.rs/en/safebook-concept-music/)

La prossima attività riguarda l'argomento che verrà trattato durante questo insieme di workshop. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sull'argomento della sicurezza giovanile, cosa pensano i partecipanti quando sentono il termine sicurezza giovanile. I facilitatori scrivono tutte le risposte sulla flipchart e discutono delle loro risposte.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Fare le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione di oggi?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai sentito durante questa sessione?
- Come ti senti, ti senti a tuo agio l'uno con l'altro nel gruppo?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo workshop in poi inizieranno con il processo creativo di creazione degli strumenti musicali concettuali.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei workshop creativi sulla produzione musicale dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nella produzione della musica.

SITUAZIONE 2: WORKSHOP CREATIVI INDIPENDENTI

Se i workshop creativi non fanno parte della formazione, ma sono organizzati in modo indipendente, ad esempio come lavoro regolare dell'organizzazione giovanile, i facilitatori iniziano il primo workshop presentando il progetto ai partecipanti, quali argomenti copre il progetto e quali attività sono pianificate dal progetto.

La prossima attività è conoscere i partecipanti, in cui tutti i partecipanti dovrebbero alzarsi e formare un cerchio. Iniziando con il facilitatore, ogni persona dovrebbe dire il proprio nome e citare l'animale il cui nome inizia con la prima lettera del nome della persona che viene presentata. Dopo aver detto il proprio nome e l'aggettivo (ad es. Pietro Positivo), tutti i partecipanti dovrebbero ripetere il nome e l'aggettivo della persona che viene presentata, dopodiché la persona successiva nel cerchio è presentata fino a quando tutti nel gruppo si sono presentati.

La prossima attività riguarda l'argomento che verrà trattato durante questo insieme di workshop. I facilitatori dovrebbero fare un brainstorming sull'argomento della sicurezza giovanile, cosa pensano i partecipanti quando sentono il termine sicurezza giovanile. I facilitatori scrivono tutte le risposte sulla carta da flipchart e discutono delle loro risposte. L'attività successiva è conoscere meglio gli argomenti che verranno trattati attraverso i workshop creativi. Se i facilitatori lavorano sull'argomento della discriminazione, dovrebbero scegliere uno o due (a seconda del tempo a disposizione) workshop dal manuale nella sezione Segmento: Discriminazione. I facilitatori implementano il workshop selezionato in modo che i partecipanti acquisiscano conoscenze di base e informazioni sull'argomento che verrà trattato attraverso i workshop creativi.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

Fai le seguenti domande:

- Cosa pensi della sessione odierna?
- Quanto eri consapevole di tutte le informazioni che hai sentito durante questa sessione?
- Come ti senti, sei a tuo agio l'uno con l'altro nel gruppo?

Alla fine della sessione, i facilitatori dovrebbero spiegare che dal prossimo workshop in poi inizieranno con il processo creativo di creazione della musica concettuale e dovrebbero chiedere se c'è qualcuno nel gruppo che ha esperienza riguardo alla musica (canto, composizione, scrittura dei testi e simili). I facilitatori possono anche mostrare ai partecipanti canzoni concettuali sviluppate attraverso il progetto Safebook: <https://kom018.org.rs/en/safebook-concept-music/>

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei workshop creativi musicali dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della musica. I partecipanti dovrebbero essere incoraggiati a partecipare pienamente, indipendentemente dall'esperienza nella musica. Se parte di loro può, ad esempio, cantare o comporre, mentre parte non può, la parte non esperta dovrebbe essere incoraggiata a contribuire con idee, testi, canto/rap, supporto per l'arrangiamento della canzone e simili. L'importante è che nessuno venga escluso.

PRODUZIONE DI MUSICA CONCETTUALE

2

Attraverso il secondo workshop verrà introdotto ai partecipanti l'intero processo creativo di creazione di una canzone concettuale. Sarà effettuata la selezione del beat/strumentale e verranno sviluppati i testi.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none"> • Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra pari, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale. • Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa. • Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile. • Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none"> • Carta bianca, • Penne, • Pennarelli, • Strumentali, • Attrezzatura musicale (computer portatile, altoparlanti, microfoni, programmi di registrazione e simili).
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividere in gruppi più piccoli)
Preparazione:	Prima dell'inizio del workshop, preparare l'attrezzatura disponibile per la registrazione video per la presentazione.

INTRODUZIONE

Questo workshop inizia con la presentazione del processo creativo dello sviluppo di canzoni concettuali - Sessione Creativa e Sessione in Studio

Spiega che la Sessione Creativa ha 4 fasi:

1. **Selezione del beat.**
2. **Scrittura dei testi e della melodia.**

3. Verifica dei testi.

4. Scelta degli interpreti.

Spiega che la Sessione in Studio ha 3 fasi:

- 1.Registrazione e Modifica - registrazione delle voci.
- 2.Organizzazione della canzone.
- 3.Mixaggio e Mastering.

Durante questo workshop, i partecipanti lavoreranno sulle prime 3 fasi della Sessione Creativa: Selezione del beat, Scrittura dei testi e della melodia e Verifica dei testi.

I facilitatori introducono la Selezione del beat ai partecipanti. I facilitatori preparano in anticipo 5-6 beat/strumentali diversi che possono essere utilizzati per la creazione della canzone concettuale. Ai partecipanti viene dato un beat predefinito o viene loro fornito un gruppo di beat da cui devono sceglierne uno votando. Ricevono istruzioni per annotare le loro impressioni sull'attuale strumentale in riproduzione e formulare una lista delle prime 3 preferenze, che conta come votazione. Lo strumentale con più voti viene selezionato come tema musicale per la canzone da creare. È importante che i partecipanti concordino sullo strumentale come base principale per lo sviluppo successivo della canzone, poiché questo sarà l'ispirazione principale per guidarli attraverso il processo creativo.

I facilitatori introducono il passaggio successivo della creazione della canzone concettuale - Scrittura dei testi e della melodia. I facilitatori fanno un breve brainstorming sul tema della canzone da cui viene selezionato un tema specifico. I facilitatori istruiscono i partecipanti che il loro compito è scrivere un certo numero di versi per la canzone (4 versi, 8 versi e simili) tenendo presente il tema della canzone (ad esempio, salute mentale dei giovani) e lo strumentale selezionato. I facilitatori creano un'atmosfera in cui i partecipanti possono ascoltare lo strumentale scelto e scrivere i testi da soli (lavoro individuale). I facilitatori sono costantemente impegnati a supportare i partecipanti nello sviluppo delle idee, a trovare la parola giusta o a esprimersi meglio. Questo è particolarmente importante quando i partecipanti lo fanno per la prima volta e non hanno esperienza. Dovrebbero lavorare in un ambiente di supporto per non scoraggiarsi. Questa parte del workshop richiede più tempo e dovrebbe durare fino a 1 ora e 30 minuti per consentire ai partecipanti abbastanza tempo per esprimersi e creare testi di cui saranno soddisfatti. Allo stesso tempo, i facilitatori insieme ai partecipanti sviluppano frasi vocali - sviluppano melodie per parti specifiche della canzone (versi, ritornello, bridge e simili).

Il passaggio finale in questa fase è la Verifica dei testi. I facilitatori raccolgono tutti i testi scritti. L'intero gruppo legge i testi prodotti dai partecipanti; vengono selezionate e mescolate le parti che i partecipanti preferiscono di più. In questo modo viene creato un collage di testi a più autori che si adatta meglio all'argomento dato e in cui sono coinvolti la maggior parte dei partecipanti. I facilitatori scelgono un volontario dal gruppo che inserisce i testi selezionati in un documento Word e questo documento viene stampato per ogni partecipante. I partecipanti leggono i testi e le melodie sviluppate per parti specifiche della canzone (versi, ritornello, bridge e simili) vengono esercitate da tutti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

In questa parte del workshop, i partecipanti presentano i loro piani al resto del gruppo. I facilitatori dovrebbero chiedere agli altri di dare il loro parere sulle idee presentate. Fagli le seguenti domande:

- Come ti senti riguardo al lavoro svolto oggi?
- Qual è stato il più difficile e qual è stato il più facile?
- Quanto è stato difficile scrivere i testi?
- Non vedi l'ora di iniziare a registrare una canzone?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei workshop creativi sulla musica dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della musica. I partecipanti dovrebbero essere incoraggiati a partecipare pienamente, indipendentemente dall'esperienza nella musica. Se alcuni di loro possono, ad esempio, cantare o comporre, mentre altri no, la parte che non ha esperienza dovrebbe essere incoraggiata a contribuire con idee, testi, canto/rap, supporto per l'organizzazione della canzone e simili. L'obiettivo è che nessuno venga escluso. Se questo metodo viene utilizzato, ad esempio, in formazioni internazionali, i facilitatori possono incoraggiare i partecipanti a scrivere nella propria lingua madre. In questo modo possono essere prodotte canzoni ancora più efficaci, con più lingue presenti.

PRODUZIONE DI MUSICA CONCETTUALE

3

Questo workshop è dedicato alla registrazione della canzone

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyber bullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyber bullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani nella promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il loro potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Attrezzature per la registrazione musicale
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividere in gruppi più piccoli)
Preparazione:	I facilitatori dovrebbero preparare l'attrezzatura per la registrazione musicale.

INTRODUZIONE

La prima attività di questo workshop è la Registrazione e Montaggio. Questo significa che i facilitatori conducono la discussione a livello di gruppo per selezionare chi dei partecipanti eseguirà quale parte della canzone. La selezione degli interpreti avviene attraverso esibizioni vocali o preferenze dei partecipanti. I facilitatori dovrebbero prestare attenzione a tutti i partecipanti e incoraggiare tutti a partecipare alla registrazione della canzone, anche con una piccola parte. La selezione dell'interprete dovrebbe durare fino a 30 minuti. Successivamente, i facilitatori registrano le parti dei partecipanti della canzone. Le parti vocali vengono registrate digitalmente utilizzando interfacce audio digitali di qualità da studio (microfoni, preamplificatori) in una DAW (Digital Audio Workstation) a scelta (suggerita - Cubase, Logic, ProTools, Studio One). Questo segmento del workshop può essere impegnativo per alcuni partecipanti, specialmente se registrano una canzone per la prima volta. I facilitatori dovrebbero mostrare pazienza e supporto ai partecipanti. Dovrebbero ripetere la registrazione finché ogni partecipante non è soddisfatto della propria registrazione. Con brevi pause, questa sessione dovrebbe durare fino a 2 ore e 30 minuti.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero invitare i partecipanti a parlare della loro esperienza nella registrazione della canzone. I facilitatori dovrebbero chiedere loro quali sfide hanno affrontato durante la registrazione, quale è stata la loro opinione sulla registrazione della canzone, se pensavano che le registrazioni fossero abbastanza buone per soddisfare le loro esigenze per realizzare la canzone concettuale che avevano pianificato.

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori dei workshop creativi sulla musica dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della musica. I partecipanti dovrebbero essere incoraggiati a partecipare pienamente, indipendentemente dall'esperienza musicale. Se alcuni di loro possono, ad esempio, cantare o comporre, mentre altri no, la parte che non è esperta dovrebbe essere incoraggiata a contribuire con idee, testi, canto/rap, supporto per l'arrangiamento della canzone e simili. L'importante è che nessuno venga escluso. Se questo metodo viene utilizzato ad esempio in formazioni internazionali, i facilitatori possono incoraggiare i partecipanti a scrivere nella propria lingua madre. In questo modo possono essere prodotte canzoni ancora più efficaci, avendo presenti diverse lingue.

PRODUZIONE MUSICALE DI CONCETTO 4

Il quarto workshop è incentrato sul mixaggio e mastering di una canzone per ottenere un risultato finale.

Tema:	Si applica a tutti i segmenti di sicurezza: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale dei giovani.
Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">• Educare i partecipanti nel campo della sicurezza giovanile con un focus su 5 segmenti di sicurezza giovanile: violenza tra coetanei, cyberbullismo, abuso di sostanze psicoattive, discriminazione e salute mentale.• Coinvolgere i giovani a contribuire alla promozione di comportamenti sicuri attraverso l'espressione creativa.• Motivare i giovani a utilizzare il proprio potenziale creativo per esprimere le proprie opinioni sulla sicurezza giovanile.• Sensibilizzare i giovani sull'importanza della sicurezza giovanile nella nostra società.
Materiali:	<ul style="list-style-type: none">• Attrezzatura per la registrazione musicale• Software di editing
Gruppo:	5-8 (se il gruppo è più grande, dividere in gruppi più piccoli)

INTRODUZIONE

Sotto la guida dei facilitatori, i partecipanti lavorano sull'arrangiamento della canzone. L'arrangiamento della canzone viene fatto in base alle registrazioni vocali. Dopo di che i facilitatori e i partecipanti lavorano sul mixaggio e mastering della canzone. Il mixing audio è un processo di miscelazione degli elementi individuali in una registrazione per ottenere la migliore versione possibile di una canzone. Il processo di mixing include: Sintonizzazione fina del senso o del suono di ogni strumento utilizzando un EQ (equalizzazione), Bilanciamento dei livelli delle tracce preregistrate. Il mastering è il termine più comunemente usato per riferirsi al processo di prendere un mix audio e prepararlo per la distribuzione. Ci sono diverse considerazioni in questo processo: unificare il suono di una registrazione, mantenere la coerenza in un album e prepararsi per la distribuzione. Il processo di mixaggio e mastering dovrebbe fornire una resa WAV di qualità broadcast a 16 bit e 44100Hz della canzone. Attraverso questa attività i partecipanti non solo partecipano pienamente allo sviluppo della canzone e alla produzione del risultato finale, ma acquisiscono anche nuove conoscenze e competenze su come viene effettivamente prodotta la canzone, come mixare la registrazione e ottenere la canzone completa.

Dopo il completamento della modifica della canzone, è tempo di presentazione. La canzone viene presentata al gruppo. I partecipanti dovrebbero esprimere la propria opinione sulla canzone, se gli è piaciuta o meno, se il messaggio che la canzone mirava a trasmettere era chiaro o meno.

DEBRIEFING E VALUTAZIONE

I facilitatori dovrebbero chiedere ai partecipanti:

- Come vi sentite riguardo alla canzone che avete creato?
- Siete soddisfatti e orgogliosi o meno?
- Quanto è stato impegnativo per voi scrivere i testi o registrare una parte della canzone?

Come vi siete sentiti?

- Cosa avreste fatto diversamente ora che avete sentito la canzone e voi stessi attraverso gli altoparlanti?
- Quali nuove conoscenze avete acquisito e le utilizzerete in futuro?
- Come è stata la vostra esperienza complessiva per questo insieme di workshop?
- Vi siete divertiti?

SUGGERIMENTI PER I FACILITATORI

I facilitatori di workshop creativi sulla musica dovrebbero avere conoscenze ed esperienza nell'uso della musica. I partecipanti dovrebbero essere incoraggiati a partecipare pienamente, indipendentemente dall'esperienza nella musica. Se parte di loro può, ad esempio, cantare o comporre, mentre parte no, la parte che non ha esperienza dovrebbe essere incoraggiata a contribuire con idee, testi, canto/rap, supporto per l'arrangiamento della canzone e simili. Il punto è che nessuno dovrebbe essere escluso. Se questo metodo viene utilizzato ad esempio in training internazionali, i facilitatori possono incoraggiare i partecipanti a scrivere nella propria lingua madre. In questo modo possono essere prodotte canzoni ancora più efficaci, con più lingue presenti.



Esempi di strumenti creativi sviluppati attraverso i **Laboratori di Musica Concettuale**

CAPITOLO 5

ESEMPI DI IMPLEMENTATIONE

Training Course – Esempio 1

1° Giorno	
00:00	Arrivo dei partecipanti
2° Giorno	
10:00-13:00	Introduzione al training e ai partecipanti / Aspettative e paure / Regole Team building / Ice breakers
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Team building / Ice breakers Debriefing Valutazione del giorno
3° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Workshop tematico – Etichette Workshop tematico – Amara realtà
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Workshop tematico – Instagram vs. Realtà Workshop tematico – Chi non si siederà accanto a te? Debriefing Valutazione della giornata
4° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Workshop tematico – Pressione dei coetanei Workshop tematico – Stili di vita sicuri
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Workshop tematico – Sollievo dallo stress attraverso la visualizzazione Introduzione ai metodi creativi – Video concettuali, Fotografia concettuale e Musica concettuale Debriefing Valutazione della giornata
5° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Metodi creativi: Produzione di video concettuali 1 Metodi creativi: Fotografia concettuale 1 Metodi creativi: Musica concettuale 1
13:00 – 15:00	Pausa pranzo

15:00 – 18:00	Metodi creativi: Produzione di video concettuali 2 Metodi creativi: Fotografia concettuale 2 Metodi creativi: Musica concettuale 2 Debriefing Valutazione della giornata
6° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Metodi creativi: Produzione di video concettuali 3 Metodi creativi: Fotografia concettuale 3 Metodi creativi: Musica concettuale 3
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Metodi creativi: Produzione di video concettuali 4 Metodi creativi: Fotografia concettuale 4 Metodi creativi: Musica concettuale 4 Debriefing Valutazione della giornata
7° Giorno	
10:00-14:00	Riflessione sul giorno precedente Presentazione dei prodotti creative Pianificazione delle attività locali Messaggi Valutazione finale
8° Giorno	
00:00	Partenza dei partecipanti

Training course – Esempio 2

1° Giorno	
00:00	Arrivo dei partecipanti
2° Giorno	
10:00-13:00	Introduzione al training e ai partecipanti / Aspettative e paure / Regole Team building / Ice breakers
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Team building / Ice breakers Debriefing Valutazione del giorno
3° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Workshop tematico – Etichette Workshop tematico – Amara realtà
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Workshop tematico – Azioni contro il bullismo Workshop tematico – Analisi della situazione Debriefing Valutazione della giornata
4° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Workshop tematico – Come la pandemia ha cambiato le nostre vite? Workshop tematico – Instagram vs. Realtà
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Workshop tematico – Sfida gli sfidanti Introduzione ai metodi creativi – Video concettuali, Fotografia concettuale e Musica Debriefing Valutazione della giornata
5° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Metodi creativi: Produzione di video concettuali 1 Metodi creativi: Fotografia concettuale 1 Metodi creativi: Musica concettuale 1
13:00 – 15:00	Pausa pranzo

15:00 – 18:00	Metodi creativi: Produzione di video concettuali 2 Metodi creativi: Fotografia concettuale 2 Metodi creativi: Musica concettuale 2 Debriefing Valutazione della giornata
6° Giorno	
10:00-13:00	Riflessione sul giorno precedente Metodi creativi: Produzione di video concettuali 3 Metodi creativi: Fotografia concettuale 3 Metodi creativi: Musica concettuale 3
13:00 – 15:00	Pausa pranzo
15:00 – 18:00	Metodi creativi: Produzione di video concettuali 4 Metodi creativi: Fotografia concettuale 4 Metodi creativi: Musica concettuale 4 Debriefing
7° Giorno	
10:00-14:00	Riflessione sul giorno precedente Presentazione dei prodotti creativi Piano delle attività locali Messaggi Valutazione finale
8° Giorno	
00:00	Partenza dei partecipanti

CAPITOLO 6

PROGRAMMA ERASMUS+

ERASMUS +

Erasmus+ è il Programma dell'UE nei settori dell'istruzione, della formazione, della gioventù e dello sport. L'istruzione, la formazione, la gioventù e lo sport sono aree chiave che supportano i cittadini nello sviluppo personale e professionale. Un'istruzione e una formazione di alta qualità e inclusive, così come l'apprendimento informale e non formale, equipaggiano i giovani e i partecipanti di tutte le età con le qualifiche e le competenze necessarie per una partecipazione significativa alla società democratica, la comprensione interculturale e una transizione di successo nel mercato del lavoro. Basandosi sul successo del programma nel periodo 2014-2020, Erasmus+ rafforza i suoi sforzi per aumentare le opportunità offerte a un maggior numero di partecipanti e a una gamma più ampia di organizzazioni, concentrandosi sul suo impatto qualitativo e contribuendo a società più inclusive e coese, più verdi e digitalmente pronte.

OBIETTIVO GENERALE

L'obiettivo generale del Programma è sostenere, attraverso l'apprendimento permanente, lo sviluppo educativo, professionale e personale delle persone nell'ambito dell'istruzione, della formazione, della gioventù e dello sport, in Europa e oltre, contribuendo così alla crescita sostenibile, all'occupazione di qualità e alla coesione sociale, promuovendo l'innovazione e rafforzando l'identità europea e la cittadinanza attiva. Pertanto, il Programma sarà uno strumento chiave per costruire uno Spazio Europeo dell'Istruzione, sostenendo l'attuazione della cooperazione strategica europea nel campo dell'istruzione e della formazione, con le sue agende settoriali di riferimento, avanzando la cooperazione nelle politiche giovanili nell'ambito della Strategia dell'UE per la gioventù 2019-2027 e sviluppando la dimensione europea nello sport.

OBIETTIVO SPECIFICO

Il Programma ha i seguenti obiettivi specifici:

- Promuovere la mobilità per l'apprendimento di individui e gruppi, nonché la cooperazione, la qualità, l'inclusione e l'equità, l'eccellenza, la creatività e l'innovazione a livello di organizzazioni e politiche nel campo dell'istruzione e della formazione;
- Promuovere la mobilità per l'apprendimento non formale e informale e la partecipazione attiva tra i giovani, nonché la cooperazione, la qualità, l'inclusione, la creatività e l'innovazione a livello di organizzazioni e politiche nel campo della gioventù;
- Promuovere la mobilità per l'apprendimento del personale sportivo, nonché la cooperazione, la qualità, l'inclusione, la creatività e l'innovazione a livello di organizzazioni sportive e politiche sportive.

CHI IMPLEMENTA IL PROGRAMMA ERASMUS+?

LA COMMISSIONE EUROPEA

La Commissione Europea è, in ultima analisi, responsabile della gestione del Programma Erasmus+. Gestisce il bilancio e stabilisce le priorità, gli obiettivi e i criteri del Programma in modo continuo. Inoltre, guida e monitora l'attuazione generale, il follow-up e la valutazione del Programma a livello europeo. La Commissione Europea ha anche la responsabilità generale di supervisionare e coordinare le strutture incaricate di attuare il Programma a livello nazionale. A livello europeo, l'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA) della Commissione Europea è responsabile dell'attuazione di una serie di azioni del Programma Erasmus+.

Maggiori informazioni sul Programma Erasmus+ sono disponibili su: https://www.eacea.ec.europa.eu/index_en

LE AGENZIE NAZIONALI

L'attuazione del Programma Erasmus+ avviene principalmente tramite Gestione Indiretta, il che significa che la Commissione Europea delega compiti di gestione del bilancio alle Agenzie Nazionali; la logica di questo approccio è avvicinare il Programma Erasmus+ il più possibile ai suoi beneficiari e adattarlo alla diversità dei sistemi nazionali di istruzione, formazione e gioventù. Le Agenzie Nazionali promuovono e implementano il Programma a livello nazionale e fungono da collegamento tra la Commissione Europea e le organizzazioni partecipanti a livello locale, regionale e nazionale. Il loro compito è:

- Fornire informazioni appropriate sul Programma Erasmus+;
- Gestire un processo di selezione equo e trasparente per le candidature dei progetti da finanziare nel loro paese;
- Monitorare e valutare l'attuazione del Programma nel loro paese;
- Fornire supporto ai candidati e alle organizzazioni partecipanti durante l'intero ciclo di vita del progetto;
- Collaborare efficacemente con la rete di tutte le Agenzie Nazionali e la Commissione Europea;
- Assicurare la visibilità del Programma;
- Promuovere la diffusione e lo sfruttamento dei risultati del Programma a livello locale e nazionale.

Maggiori informazioni sul Programma Erasmus+ sono disponibili su: https://www.eacea.ec.europa.eu/index_en

Tenendo conto delle opportunità che Erasmus+ offre ai giovani, agli operatori giovanili, alle organizzazioni giovanili, alle istituzioni educative e simili, il manuale "Safebook" può essere utilizzato come strumento di educazione non formale in molti casi. Esempi di ciò possono essere i Progetti di Mobilità per i Giovani – Scambi Giovanili o i Progetti di Mobilità per Operatori Giovanili.

PROGETTI DI MOBILITÀ PER I GIOVANI - “SCAMBI GIOVANILI”

In questa azione, organizzazioni e gruppi informali di giovani possono ricevere supporto per realizzare progetti che riuniscono giovani provenienti da diversi paesi per scambiare idee e imparare al di fuori del loro sistema educativo formale.

OBIETTIVI DELL'AZIONE

Erasmus+ supporta la mobilità per l'apprendimento non formale dei giovani sotto forma di Scambi Giovanili, con l'obiettivo di coinvolgere ed emancipare i giovani affinché diventino cittadini attivi, li connetta al progetto europeo e li aiuti ad acquisire e sviluppare competenze per la vita e il loro futuro professionale.

In particolare, gli Scambi Giovanili mirano a:

- favorire il dialogo interculturale, l'apprendimento e il senso di appartenenza europea;
- sviluppare competenze e atteggiamenti nei giovani;
- rafforzare i valori europei e abbattere pregiudizi e stereotipi;
- sensibilizzare su temi socialmente rilevanti, stimolando l'impegno nella società e la partecipazione attiva.

L'azione è aperta a tutti i giovani, con un'attenzione speciale a quelli con minori opportunità.

DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ

Gli Scambi Giovanili sono incontri tra gruppi di giovani provenienti da almeno due diversi paesi che si riuniscono per un breve periodo per realizzare insieme un programma di apprendimento non formale (un mix di workshop, esercizi, dibattiti, giochi di ruolo, simulazioni, attività all'aperto, ecc.) su un tema di loro interesse, traendo ispirazione dagli Obiettivi della Gioventù Europea. Il periodo di apprendimento comprende una fase di preparazione prima dello scambio, oltre alla valutazione e al follow-up successivo allo scambio.

Le seguenti attività non sono ammissibili per i finanziamenti nell'ambito degli Scambi Giovanili: viaggi di studio accademici; attività di scambio con scopo di profitto; attività di scambio che possono essere considerate turismo; festival; viaggi di vacanza; tournée di spettacoli, riunioni statutarie, corsi di formazione per giovani tenuti da adulti.

REALIZZARE UN PROGETTO

Un progetto è realizzato da almeno due organizzazioni. Le organizzazioni coinvolte in un progetto dovrebbero trarre beneficio dalla loro partecipazione; il progetto deve pertanto essere in linea con i loro obiettivi e rispondere alle loro esigenze. Le organizzazioni coinvolte assumono i ruoli di "invio" dei partecipanti e/o di "ricezione", ossia di ospitare l'attività. Una delle organizzazioni assume anche il ruolo di coordinatore e presenta la candidatura per l'intero progetto a nome del partenariato.

Un progetto è composto da quattro fasi: pianificazione, preparazione, realizzazione e follow-up. Le organizzazioni partecipanti e i giovani coinvolti nelle attività dovrebbero assumere un ruolo attivo in tutte queste fasi, migliorando così la loro esperienza di apprendimento.

- **Pianificazione** (definizione dei bisogni, obiettivi, risultati di apprendimento, formati delle attività, sviluppo del programma di lavoro, calendario delle attività, ecc.);

- **Preparazione** (arrangiamenti pratici, stipula di accordi con i partner, preparazione linguistica/interculturale/didattica e relativa ai compiti per i partecipanti prima della partenza, ecc.);

- **Realizzazione delle attività;**

Follow-up (valutazione delle attività, identificazione e documentazione dei risultati di apprendimento dei partecipanti, nonché diffusione e utilizzo dei risultati del progetto).

PROGETTI DI MOBILITÀ PER GLI OPERATORI GIOVANILI

In questa azione, le organizzazioni possono ricevere supporto per realizzare progetti che comprendono una o più attività di apprendimento per lo sviluppo professionale degli operatori giovanili e delle loro organizzazioni.

OBIETTIVI DELL'AZIONE

Questa azione supporta lo sviluppo professionale degli operatori giovanili e, di conseguenza, lo sviluppo di un lavoro giovanile di qualità a livello locale, regionale, nazionale, europeo e internazionale, attraverso esperienze di apprendimento non formale e informale in attività di mobilità. L'azione contribuisce agli obiettivi della Strategia dell'UE per la Gioventù 2019-2027, in particolare all'Agenda Europea per il Lavoro Giovanile per la qualità, l'innovazione e il riconoscimento del lavoro giovanile.

Più specificamente, i progetti di mobilità per gli operatori giovanili mirano a:

- Fornire opportunità di apprendimento non formale e informale per lo sviluppo educativo e professionale degli operatori giovanili, contribuendo a una pratica individuale di alta qualità e all'evoluzione delle organizzazioni e dei sistemi di lavoro giovanile;

- Costruire una comunità di operatori giovanili che possa supportare la qualità dei progetti e delle attività per i giovani nei programmi dell'UE e oltre;

- Sviluppare pratiche di lavoro giovanile locali e contribuire al rafforzamento delle capacità per il lavoro giovanile di qualità dei partecipanti e della loro organizzazione, avendo un impatto chiaro sul lavoro regolare degli operatori giovanili con i giovani.

DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ

ATTIVITÀ DI SVILUPPO PROFESSIONALE (PDA)

Le attività di sviluppo professionale sono attività di mobilità transnazionale per supportare lo sviluppo professionale degli operatori giovanili. Possono assumere la forma di:

- **Visite di studio e diversi tipi di incarichi**, come il job shadowing, gli scambi tra operatori giovanili e l'apprendimento tra pari, in organizzazioni di lavoro giovanile e organizzazioni attive nel settore giovanile all'estero.
- **Networking e costruzione di comunità** tra operatori giovanili partecipanti all'azione e supporto ai suoi obiettivi.
- **Corsi di formazione** che supportano lo sviluppo delle competenze (ad esempio, basati su modelli di competenza esistenti), per implementare pratiche di lavoro giovanile di qualità o affrontare e testare metodi innovativi (ad esempio, relativi al lavoro giovanile digitale e intelligente).
- **Seminari e workshop** che supportano in particolare la costruzione di conoscenze e la condivisione delle migliori pratiche collegate agli obiettivi, ai valori e alle priorità della Strategia dell'UE per la Gioventù e dei programmi dell'UE che contribuiscono alla sua attuazione.

Le seguenti attività non sono ammissibili per i finanziamenti nell'ambito dei Progetti di Mobilità per gli Operatori Giovanili: viaggi di studio accademici; attività che mirano a ottenere profitto finanziario; attività che possono essere considerate turismo; festival; viaggi di vacanza; tournée di spettacoli; riunioni statutarie. Inoltre, i progetti possono comprendere anche le seguenti attività.

SVILUPPO DEL SISTEMA E ATTIVITÀ DI DIFFUSIONE

I progetti di mobilità per gli operatori giovanili possono includere attività di sviluppo del sistema e di diffusione, che sono attività complementari volte a migliorare l'impatto del progetto di mobilità nel settore. Esse comprendono tutte quelle attività che contribuiscono all'Agenda Europea per il Lavoro Giovanile per la qualità, l'innovazione e il riconoscimento del lavoro giovanile e riportano lezioni apprese e strumenti alle organizzazioni coinvolte nei progetti e oltre. Queste attività complementari rappresentano un'opportunità per beneficiari più esperti e ben equipaggiati di testare metodi innovativi e risposte a sfide condivise, un tipo di "laboratorio europeo per il lavoro giovanile" derivante dalle attività di sviluppo professionale implementate all'interno dei progetti e che hanno una risonanza oltre ad essi.

La produzione di strumenti e la condivisione di pratiche che contribuiscono allo sviluppo e all'evoluzione delle organizzazioni e dei sistemi di lavoro giovanile, attività di diffusione e costruzione di comunità e l'introduzione di metodi innovativi, inclusi l'uso delle tecnologie digitali attraverso il lavoro giovanile, sono alcuni esempi. Queste attività vanno oltre le attività di diffusione del follow-up, che fanno parte del ciclo di vita normale del progetto; tuttavia, attività di diffusione più mirate e strategiche possono rientrare anche tra queste attività complementari.

Un'attività di sviluppo del sistema e di diffusione può essere realizzata a livello transnazionale o nazionale.

REALIZZARE UN PROGETTO

Un progetto sostenuto da questa azione deve includere una o più Attività di Sviluppo Professionale (PDA). Le attività possono essere combinate in modo flessibile, a seconda degli obiettivi del progetto e delle esigenze delle organizzazioni partecipanti e degli operatori giovanili partecipanti.

Un progetto è realizzato da almeno due organizzazioni. Tutte le organizzazioni coinvolte devono essere identificate nella fase di candidatura, poiché una solida partnership è una condizione fondamentale per una realizzazione di progetto di alta qualità. Le organizzazioni coinvolte assumono i ruoli di "invio" dei partecipanti e/o di "ricezione", ossia di ospitare l'attività. Una delle organizzazioni assume anche il ruolo di coordinatore e presenta la candidatura per l'intero progetto a nome del partenariato.

Un progetto è composto da quattro fasi: pianificazione, preparazione, realizzazione e follow-up.

- **Pianificazione** (definizione dei bisogni, obiettivi, risultati di apprendimento, formati delle attività, sviluppo del programma di lavoro, calendario delle attività, ecc.);
- **Preparazione** (arrangiamenti pratici, selezione dei partecipanti, stipula di accordi con i partner, preparazione linguistica/interculturale/didattica e relativa ai compiti dei partecipanti prima della partenza, ecc.);
- **Realizzazione delle attività;**
- **Follow-up** (valutazione delle attività, identificazione e documentazione dei risultati di apprendimento dei partecipanti, nonché diffusione e sfruttamento dei risultati del progetto).

UN PROGETTO DI MOBILITÀ DI QUALITÀ PER GLI OPERATORI GIOVANILI:

- ha un impatto chiaro sul lavoro regolare degli operatori giovanili partecipanti con i giovani e sulla loro organizzazione;
- si basa sul coinvolgimento attivo delle organizzazioni partecipanti e degli operatori giovanili, che dovrebbero assumere un ruolo attivo in tutte le fasi del progetto, migliorando così la loro esperienza di apprendimento e sviluppo;
- è basato su bisogni educativi e professionali chiaramente identificati degli operatori giovanili, in particolare riguardo a qualità, innovazione e riconoscimento, e accompagnato da misure appropriate di selezione, preparazione e follow-up;
- garantisce che i risultati dell'apprendimento non formale e informale dei partecipanti siano adeguatamente riconosciuti e che i risultati del progetto, inclusi metodi, materiali e strumenti, siano trasferibili e utilizzati all'interno delle organizzazioni partecipanti, contribuendo all'evoluzione delle organizzazioni di lavoro giovanile e successivamente diffusi ampiamente nel settore giovanile;
- incoraggia i partecipanti a riflettere su temi e valori europei e fornisce agli operatori giovanili strumenti e metodi per promuovere il rispetto e gestire la diversità nel loro lavoro quotidiano;
- promuove l'uso di pratiche e metodi innovativi, come l'inclusione di attività di lavoro giovanile digitale, con l'obiettivo di essere uno strumento per la prevenzione di forme di disinformazione online e fake news.