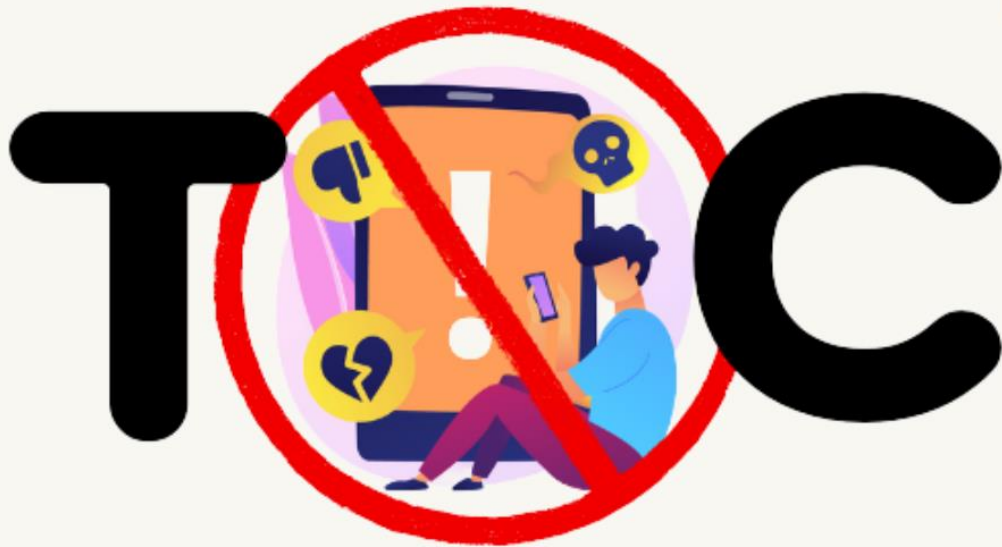




Cofinanziato  
dall'Unione europea

**ERASMUS+**  
**PARTENARIATI DI COOPERAZIONE**  
**NEL SETTORE DELLA GIOVENTÙ**

**INSIEME PER LA LOTTA AL CYBERBULLISMO**  
**"TOC"**



**TRAINING DI**  
**FORMAZIONE**

**PROJECT N°2021-1-IT03-KA220-YOU-000029227**





Cofinanziato  
dall'Unione europea

**L'opuscolo è stato curato e pubblicato nell'ambito del TOC  
Erasmus+ Cooperation Partnerships In Youth. 2021-1-IT03-  
KA220-YOU-000029227.**

### **Coordinatore**

**MV INTERNATIONAL (E10186677 - IT)**

### **Partners**

**Impact Circle (DE)**

**Asociația "Centrul International pentru Educație" (RO)**

**INERCIA DIGITAL SL (ES)**

**KLUB ZA OSNAZIVANJE MLADIH OIS UDRUZENJE (RS)**

**Finanziato dall'Unione europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia  
esclusivamente quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente  
quelli dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura  
(EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili.**



## Introduzione

Al giorno d'oggi, quando trascorriamo la maggior parte del nostro tempo online, il cyberbullismo è diventato un pericolo reale. In un modo o nell'altro, colpisce tutti gli utenti di Internet.

Che cos'è il cyberbullismo? - Il cyberbullismo è l'atto di ferire qualcuno attraverso mezzi digitali. Può trattarsi di dicerie, profili falsi, minacce, umiliazioni pubbliche, ricatti e così via.

Il cyberbullismo è un problema serio, soprattutto tra i giovani. Le statistiche mostrano che il 38% delle persone subisce quotidianamente il cyberbullismo sulle piattaforme dei social media e che il 25% dei giovani vittime di cyberbullismo ricorre all'autolesionismo per reagire. (fonte: <https://www.pandasecurity.com/en/mediacenter/family-safety/cyberbullying-statistics>)

Per sensibilizzare l'opinione pubblica sugli effetti del cyberbullismo e partecipare alla prevenzione e all'intervento su di esso, 5 organizzazioni europee: MV International dall'Italia, International Center for Education dalla Romania, KOM18 dalla Serbia, Interacia Digital dalla Spagna e Impact Circles dalla Germania lavorano al progetto **Together for Tackling Cyberbullying** (TOC) - un partenariato strategico di 24 mesi nel settore della gioventù che mira a sensibilizzare sul Cyberbullismo e a prevenire la violenza tra i giovani. Il progetto coinvolge sia i gruppi target diretti degli operatori giovanili che i giovani. Inoltre, mira a coinvolgere attivamente i giovani come discenti e come veri protagonisti del cambiamento sociale, lottando contro il Cyberbullismo.

TOC svilupperà una nuovissima metodologia educativa che affonda le sue radici nel Digital Storytelling, nelle competenze digitali e nel pensiero critico, per la prima volta complementari tra loro.

## Obiettivo della formazione

"**Prevenire il cyberbullismo**" è un format educativo che mira a dotare gli operatori giovanili di metodologie adeguate ed efficaci per l'educazione dei giovani. Il format formativo capitalizza il valore delle metodologie scelte Digital Storytelling, Pensiero critico e Competenze digitali.

## Metodologia

Il **training formativo** combina attività non formali su diversi argomenti come strumento di sensibilizzazione sulle tematiche del cyberbullismo che contribuiranno ad avere un effetto/impatto diretto a livello nazionale e internazionale.

Gli argomenti trattati dal training formativo sono:

- **"Prevenzione del cyberbullismo"**
- **Conoscenze teoriche sul pensiero critico**
- **Conoscenze teoriche sul Digital Storytelling**
- **Il fenomeno del Cyberbullismo e i bisogni educativi del gruppo target selezionato**
- **Social media e cyberbullismo**
- **Migliorare le competenze digitali concentrandosi sui social media per utilizzarli in modo positivo.**
- **Costruire l'accettazione di sé attraverso il pensiero critico**
- **Il Digital Storytelling come strumento per educare e sensibilizzare i giovani sul Cyberbullismo**
- **"Tutti insieme contro il Cyberbullismo"**

## Giochi per rompere il ghiaccio/Attività di team building

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Giochi per rompere il ghiaccio/Attività di team building</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creare un'atmosfera rilassante nel workshop e far sentire a proprio agio i partecipanti e l'organizzatore.</li> <li>- Aiutare i partecipanti a conoscersi. Susciterà informazioni personali e faciliterà lo scambio di aspetti della personalità di tutti i partecipanti.</li> <li>- Aiutare i partecipanti a sciogliere eventuali tensioni, apprensioni, stress o paure con cui possono arrivare al workshop.</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	15 giovani tra i 18 e i 25 anni
<b>Durata</b>	60-90 minuti
<b>Materiali e preparazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentazioni PPT</li> <li>• Documenti con informazioni teoriche</li> </ul>
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Questa sessione consisterà nello sviluppo di attività con l'obiettivo di creare un legame tra i partecipanti in modo che si sentano parte di un gruppo e non come individui isolati quando inizieranno le sessioni che comporranno questo progetto e i workshop. Le migliori tecniche per rompere il ghiaccio hanno il potere di rafforzare i legami tra i partecipanti, stimolare migliori sessioni di brainstorming e creare un'atmosfera di partecipazione.</p> <p>I rompighiaccio sono essenziali e indispensabili per diversi motivi. Soprattutto perché sono strumenti che creano un feeling di gruppo e fanno sentire i partecipanti a proprio agio nel workshop.</p> <p>Riuscire a creare un'atmosfera partecipativa e di gruppo porterà a un migliore funzionamento del workshop nel suo complesso a breve e lungo termine e stimolerà anche i singoli partecipanti nel loro percorso di acquisizione di conoscenze.</p> <p><u>ATTIVITÀ 1: IL GIOCO DELLE PAROLE</u></p> <p>Questa attività ci permetterà di fornire un contesto iniziale per il workshop e di mettere tutti nella giusta mentalità per continuare con i diversi workshop e sessioni.</p> <p>Per cominciare, i partecipanti saranno divisi in gruppi più piccoli. Dovranno poi pensare per un minuto o due a una parola che descriva o si riferisca al cyberbullismo, dopodiché ogni gruppo dovrà condividere la propria parola.</p>

Questo incoraggerà tutti a riflettere in anticipo su un determinato argomento in gruppi più piccoli, il che può aumentare la partecipazione durante il workshop.

#### ATTIVITÀ 2: QUIZ COLLABORATIVO

L'attività consisterà nella compilazione di un questionario da parte di tutti i partecipanti e dell'organizzatore; il questionario sarà creato attraverso la piattaforma Quizizz. Comprenderà domande generali e alcune domande relative al cyberbullismo.

L'obiettivo è semplicemente quello di incoraggiare il legame di squadra.

#### ATTIVITÀ 3: LA STORIA IMMAGINARIA

In questo rompighiaccio, i partecipanti scriveranno una storia insieme come gruppo. Un partecipante inizierà scrivendo una frase introduttiva. Poi gli altri partecipanti aggiungeranno un'altra frase. L'ultima persona scrive una frase conclusiva.

In un gruppo più grande, si possono creare due gruppi. Alla fine il risultato viene letto ad alta voce.

Anche se la storia è immaginaria, cercheremo di metterla in relazione con il cyberbullismo per aumentare la sensibilità dei partecipanti durante il gioco.

#### ATTIVITÀ 4: COSA PREFERIRESTI

Durante questa attività l'obiettivo sarà quello di conoscere meglio i partecipanti al workshop. L'attività prevede che in ogni turno una persona ponga una domanda Cosa preferiresti e che nelle domande siano incluse due opzioni di risposta il più possibile opposte.

Per esempio: Cosa preferiresti, essere immortale o sapere quando morirai?

Ogni partecipante deve scegliere l'opzione che preferisce.

**Debriefing**

## Prevenzione del cyberbullismo

<b>Titolo del workshop</b>	<b>DIDASCALIA #NON FARE IL BULLO</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• la consapevolezza sul "bullismo online" sarà aumentata.</li> <li>• I partecipanti potranno usare la loro creatività riunendosi con altri giovani intorno a problemi comuni.</li> <li>• Si svilupperà la solidarietà.</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	45 min
<b>Materiali e preparazione</b>	Vecchi giornali, materiali artigianali, come corde, adesivi, note adesive, nastri, foglie, forbici, colle, carte, ecc.
<b>Descrizione della sessione</b>	<p><b>Preparazione:</b> Ai partecipanti verrà chiesto di raccontare le loro esperienze sul bullismo online. Verrà chiesto loro di definire i tipi di bullismo online. È possibile preparare delle sedie o un'area in cui i partecipanti possano creare un cerchio seduto.</p> <p><b>Istruzioni:</b> Per questo workshop vengono creati da 4 a 6 gruppi. Ogni gruppo deve creare il proprio collage identificando un tipo di cyberbullismo precedentemente trovato sulla lavagna a fogli mobili. Questi collage possono essere creati con qualsiasi materiale. Ogni gruppo crea un collage che riflette un genere diverso. I collage possono essere creati con tutti i tipi di titoli, slogan, grandi esempi visivi, ecc. che sensibilizzino sul cyberbullismo. L'importante è che il genere su cui ogni gruppo si concentra sia diverso. Quando i gruppi sono pronti, ciascuno presenta il proprio collage e viene spiegato da un relatore selezionato. Ogni collage deve avere una didascalia instagram, ad esempio #stopbodyshaming, #sayitoutloud ecc. Queste immagini realizzate con la tecnica del collage possono essere utilizzate nelle discussioni future. Dopo aver creato tutti i collage, verrà creato un account instagram per i collage e verranno condivisi.</p>
<b>Debriefing</b>	<b>Debriefing e valutazione:</b> Dopo questa attività, i partecipanti discuteranno di tutte le foto e sceglieranno le migliori da utilizzare per la sfida sui social media e parleranno dell'importanza del tema.

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Polizia informatica</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Far conoscere ai gruppi il termine "cyberbullismo".</li> <li>• Discutere e analizzare i commenti negativi online</li> <li>• Per ribaltare il punto di vista sui commenti online</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Migliorare le capacità di scrittura creativa e di interazione sociale</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	45 min
<b>Materiali e preparazione</b>	accesso a Internet, carta e strumenti di scrittura
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Preparazione: gli organizzatori devono essere pronti per una discussione sul cyberbullismo e sui commenti negativi, trovando alcuni articoli o post online su temi socialmente "sensibili" (ad esempio body positivism, femminismo, eventi politici o religiosi) con molti commenti.</p> <p>Istruzioni:</p> <p>I partecipanti discutono tutti insieme il tema del cyberbullismo e dei suoi aspetti negativi. Maggiore attenzione è dedicata ai commenti negativi online e al modo in cui influenzano le persone. Ai partecipanti viene chiesto di condividere anche la loro esperienza personale.</p> <p>Vengono formati gruppi di cyberpolizia. Tutti hanno il compito di analizzare alcuni post o articoli online con argomenti socialmente "sensibili". Più che l'articolo, è necessaria la sezione dei commenti. Se si preferisce, i partecipanti possono anche utilizzare la propria esperienza personale.</p> <p>I gruppi di cyber-poliziotti devono esaminare i commenti e prestare attenzione a quanti di essi sono positivi e di supporto e a quanti sono negativi. Dovrebbero decidere quali commenti e perché bloccare. Inoltre, la polizia informatica dovrebbe suggerire come riscrivere i commenti negativi facendoli sembrare... positivi!</p> <p>Se i workshop possono essere estesi, la cyberpolizia potrebbe creare un muro di commenti positivi. In questo caso, dovrebbero scrivere alcuni dei commenti migliori e più stimolanti che hanno trovato o, ancora meglio, creare i propri commenti piacevoli e positivi e scriverli su questo muro di commenti.</p>

**Debriefing**

Alla fine dell'attività, tutti i gruppi di cyberpolizia devono presentare i loro risultati e discutere quanto è stato facile trovare commenti positivi, qual è il bilanciamento tra commenti negativi e positivi, che tipo di commenti sceglierebbero di bloccare e perché e anche come hanno riscritto i commenti negativi in commenti positivi, è stato facile o meno e perché.

## Conoscenze teoriche sul pensiero critico

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Conoscenze teoriche sul pensiero critico</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maggiore capacità di fare osservazioni dettagliate su un oggetto o su un'informazione e di trarre conclusioni.</li> <li>• Incoraggiare a mettere in discussione le cose per non essere conformisti; cercare e giudicare il perché di ogni cosa.</li> <li>• Maggiore capacità di essere attenti alle nuove scoperte e di mettere in relazione le nuove conoscenze con le vecchie.</li> <li>• Maggiore disponibilità ad accettare le idee degli altri e a riconoscere quando si sbaglia.</li> <li>• Capacità di affrontare decisioni difficili o di accettare le critiche degli altri in modo costruttivo.</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	15 giovani tra i 18 e i 25 anni
<b>Durata</b>	60-90 minuti
<b>Materiali e preparazione</b>	<p>- Presentazioni PPT</p> <p>- Documenti con informazioni teoriche</p> <p>I formatori, oltre a trasmettere i contenuti teorici, devono essere in grado di arricchire il pensiero critico dei partecipanti attraverso diversi approcci e domande.</p>
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Questa sessione si concentrerà sulla trasmissione ai giovani dell'importanza del pensiero critico come strumento per migliorare il loro sviluppo personale ed educativo. L'obiettivo è far sì che i giovani siano in grado di avere una propria opinione su un argomento (durante la sessione cercheremo di metterlo in relazione con il cyberbullismo). Non è un lavoro facile, ma è molto necessario.</p> <p>I cambiamenti sociali, culturali, scientifici e tecnologici del mondo di oggi richiedono che l'educazione (sia formale che non formale) formi i giovani a pensare in modo critico, per affrontare con successo le nuove sfide che la società impone loro, come le minacce del cyberbullismo. In questo compito, gli operatori giovanili hanno un ruolo fondamentale nell'aiutare i giovani a essere in grado di pensare e prendere decisioni da soli, sapendo elaborare processi, strategie o rappresentazioni mentali in modo competente, privilegiando l'autoregolazione, l'analisi, la riflessione e la critica quando si tratta di risolvere i problemi, formando così cittadini impegnati nel loro sviluppo individuale e sociale.</p> <p>&gt; La sessione inizierà con una scomposizione del termine pensiero critico, cioè verrà presentata prima la definizione del termine pensiero</p>

(comprese le origini storiche e linguistiche di ciascun termine) e poi del termine pensiero critico, e una volta definite indipendentemente, verranno valutate insieme, vedendo quale sia la definizione generale più diffusa e valutando come i due concetti funzionino insieme.

Il formatore può porre ai partecipanti domande su quali siano le loro concezioni dei termini sia separatamente che insieme.

> Dopo la fase introduttiva e definitoria, continueremo con la teoria dello scopo del pensiero critico e dei suoi vantaggi.

Il pensiero critico ci aiuta a distinguere tra argomenti mediocri e brillanti, a distinguere le informazioni preziose da quelle inutili, a smontare i pregiudizi, a trovare conclusioni fondate, a generare alternative, a migliorare la comunicazione e, in breve, a essere padroni dei nostri pensieri e ad agire di conseguenza. Sebbene il pensiero critico sia strettamente legato alla ragione, il suo scopo è orientato all'azione ed è applicabile a qualsiasi aspetto della nostra vita quotidiana, compresa la risoluzione di problemi o il processo decisionale, per cui la sua sfera di influenza spazia dalla sfera personale a quella lavorativa.

> Il passo successivo della sessione sarà la presentazione dell'elenco delle capacità di un pensatore critico. Prima di iniziare con l'elenco delle capacità, il formatore chiederà ai partecipanti quali pensano che siano, le scriveranno e poi presenteranno l'elenco teorico (quello che il formatore ha già nei materiali) e confronteranno quali sono quelle su cui si sono trovati d'accordo o quelle che hanno tralasciato. Questo incoraggia non solo l'apprendimento teorico ma anche la partecipazione durante la sessione.

> La prossima informazione teorica da presentare sarà quella dei fattori chiave e delle loro definizioni che costituiscono il pensiero critico.

- Equità
- Profondità
- Completezza
- Ampiezza
- Logicità
- Precisione
- Significato
- Chiarezza
- Precisione
- Rilevanza

Questi standard universali sono stati determinati dal Dr. Richard Paul e da Linda Elder, ricercatori della Critical Thinking Organization, e sono considerati quelli che dovrebbero essere applicati al pensiero ogni volta che si vuole valutare la qualità del ragionamento.

	<p>&gt; E per concludere questa sessione teorica, si discuterà della capacità di pensiero critico come strumento contro il cyberbullismo.</p> <p>Lo sviluppo della tecnologia ha comportato un aumento dell'accesso alle informazioni di cui disponiamo, il che rappresenta un grande progresso per l'umanità, ma, così come ci sono stati benefici, ci sono stati anche aspetti negativi, come nuove forme di molestie e l'uso del potere attraverso i mezzi tecnologici di comunicazione e le reti sociali.</p> <p>Dopo la presentazione della teoria da parte del formatore, i partecipanti saranno incoraggiati a esprimere le loro opinioni su come il cyberbullismo possa essere combattuto attraverso il pensiero critico.</p>
<b>Debriefing</b>	

## Conoscenze teoriche sul Digital Storytelling

<b>Titolo del workshop</b>	<b>La sua storia</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familiarizzare i partecipanti con il concetto di Digital Storytelling</li> <li>• Aumentare la consapevolezza dei giovani sugli effetti del cyberbullismo</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	60 min
<b>Materiali e preparazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connessione a Internet</li> <li>• Videoproiettore</li> <li>• Computer portatili</li> <li>• Telefoni cellulari</li> </ul>
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Iniziate l'attività spiegando ai partecipanti il Digital Storytelling - utilizzate <a href="#">questo video</a>. Dopo che tutti hanno capito cos'è il Digital Storytelling e come crearlo, utilizzate l'immagine dell'Allegato I e iniziate la storia: <b>Questa è Kim. È una ragazza giapponese di 14 anni. I suoi genitori sono molto severi e non le permettono di usare i social media. Kim ha il permesso di usare il telefono solo per la scuola e per non più di 2 ore al giorno. Nonostante le regole dei genitori, Kim apre un account segreto su Facebook... ma le cose cominciano ad andare male....</b></p> <p>Dividete i partecipanti in squadre da 5 e dite loro che ora devono continuare la storia di Kim attraverso la creazione di un prodotto digitale di storytelling.</p> <p>I video possono essere creati su computer portatili utilizzando applicazioni gratuite come Canva, o per telefono utilizzando CapCut editor, Viva Video, ecc.</p> <p>Date loro 40 minuti per finire le loro storie e chiedete a ogni squadra di presentarle davanti al gruppo.</p>
<b>Debriefing</b>	<p>La sessione di debriefing si baserà sui racconti dei partecipanti, ma è possibile utilizzare alcune domande generali come:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il processo di creazione è stato difficile?</li> <li>• Cosa l'ha spinto a scegliere questo finale per la sua storia?</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siete d'accordo con i genitori di Kim? Perché sì/no?</li> <li>• Pensa che le azioni di Kim l'abbiano in qualche modo influenzata?</li> </ul>
--	---

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Una storia di cyberbullismo</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familiarizzare i partecipanti con il concetto di Digital Storytelling</li> <li>• Aumentare la consapevolezza dei giovani sul cyberbullismo</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	30 min
<b>Materiali e preparazione</b>	Telefono Lavagna a fogli mobili Post-it Marcatori
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Chiedete ai partecipanti di scrivere una per una una parola correlata al cyberbullismo su una lavagna a fogli mobili. Assicuratevi che non ripetano le parole.</p> <p>Dopo che tutti hanno scritto sulla lavagna a fogli mobili, chiedete loro di iniziare una storia. Ognuno di loro deve dire una frase che contenga una delle parole della lavagna a fogli mobili e assicurarsi che la frase sia collegata alla precedente.</p> <p>Chiedete a qualcuno di registrare l'intera storia.</p> <p>Dopo aver terminato la storia, spiegate ai partecipanti che useranno la registrazione in un video di divulgazione che creeranno per il progetto. Per creare il video, utilizzeranno le informazioni ottenute sul Digital Storytelling.</p>
<b>Debriefing</b>	<p>La sessione di debriefing si baserà sulla storia del partecipante, ma è possibile utilizzare alcune domande generali come:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il processo di creazione è stato difficile?</li> <li>• Cosa ne pensate dello sviluppo della storia?</li> <li>• Quali sono le migliori pratiche per prevenire queste situazioni?</li> </ul>

## Il fenomeno del Cyberbullismo e i bisogni educativi del gruppo target selezionato

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Eroi cibernetici</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Far conoscere ai gruppi il termine "cyberbullismo".</li> <li>• Discutere i tipi di problemi creati dal cyberbullismo</li> <li>• Cercare modi creativi per combattere il cyberbullismo.</li> <li>• Sostenere la risoluzione creativa dei problemi e il lavoro di squadra</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	45 min
<b>Materiali e preparazione</b>	fogli e strumenti di scrittura per ogni gruppo
<b>Descrizione della sessione</b>	<p><b>Preparazione:</b> gli organizzatori devono preparare i materiali necessari e le istruzioni della tecnica dei supereroi; prima di iniziare, la tecnica del pensiero creativo dei supereroi deve essere presentata al gruppo.</p> <p><b>Istruzioni:</b></p> <p>Breve descrizione della tecnica: la tecnica dei "supereroi" è stata creata da Arthur B. van Gundy e il suo obiettivo principale è quello di guardare al problema dato da una nuova prospettiva - la prospettiva di un supereroe. Inoltre, come descritto da Lewandowska-Walter et al. (2015), i metodi "super" vengono convertiti o sono fonte di ispirazione per l'invenzione di metodi "reali" di risoluzione del problema.</p> <p>All'inizio, il gruppo di partecipanti prende nota di un problema e fa un brainstorming su quali sono i problemi di cyberbullismo che le persone si trovano ad affrontare al giorno d'oggi e quali sono i problemi che devono essere risolti.</p> <p>Tutti i gruppi nominano alcuni supereroi famosi. Per ciascuno degli eroi nominati, i gruppi scrivono anche i superpoteri (o le caratteristiche principali) dell'eroe e tutti i membri della squadra devono riconoscere tutti i personaggi scelti.</p>

	<p>Ogni gruppo affronta un problema diverso legato al cyberbullismo, menzionato all'inizio del workshop.</p> <p>Poi il gruppo scrive come ciascuno dei supereroi risolverebbe il problema dato usando i propri superpoteri.</p>
<b>Debriefing</b>	<p>L'attività si concluderà con una discussione in cui si analizzerà il problema del cyberbullismo e la capacità di usare il pensiero creativo nella risoluzione dei problemi sociali. Inoltre, i partecipanti e i facilitatori discuteranno se è stato difficile o facile provare a calarsi nei panni di diversi supereroi.</p>

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Analisi della situazione</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• per analizzare la terminologia legata al Cyberbullismo;</li> <li>• per esplorare le diverse situazioni di cyberbullismo che possono verificarsi;</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	45 min
<b>Materiali e preparazione</b>	Lavagna a fogli mobili, fogli, strumenti di scrittura, dispense sul Cyberbullismo
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Preparazione: I facilitatori dividono i partecipanti in gruppi di 4-5 persone in base al numero totale di partecipanti. A ogni gruppo verrà assegnato un termine diverso (o più di uno) legato al cyberbullismo da analizzare.</p> <p>Elenco dei termini: Outing/Doxing, Trickery, Cyberstalking, Scamming, Fraping, Masquerading, Dissing, Trolling, Flaming, ecc.</p> <p>Istruzioni: I partecipanti di ciascun gruppo avranno a disposizione circa 25 minuti per cercare online o sulle risorse fornite il termine o i termini che sono stati loro assegnati. Dopo aver compreso chiaramente il termine, creeranno una presentazione per introdurre e chiarire il termine al resto del gruppo, in plenaria.</p>

<b>Debriefing</b>	Dopo ogni presentazione, i partecipanti potranno fare domande e ricevere supporto nella condivisione di idee ed esperienze personali.
-------------------	---

## Social media e cyberbullismo

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Che cosa dicono di me i miei social media? (Cyberbullismo e social media)</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizzazione sull'importanza dei post che pubblichiamo sui social media.</li> <li>• Sviluppare tra i giovani la conoscenza del cyberbullismo e dei rischi dei social media.</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	40 min
<b>Materiali e preparazione</b>	Lavagna a fogli mobili Marcatori Post-it

<p><b>Descrizione della sessione</b></p>	<p>Questa attività mira a sensibilizzare i giovani sulla loro impronta digitale.</p> <p>Iniziate la sessione spiegando ai partecipanti l'importanza di ciò che pubblicano online. Tutto ciò che decidiamo di pubblicare o condividere sui social media rimane lì in modo permanente, anche se lo cancelliamo. Qualcuno può sempre salvare e condividere i nostri post senza il nostro consenso.</p> <p>Scrivete i nomi di fantasia sui post-it (assicuratevi di avere un post-it per ogni squadra) - potete scrivere nomi comuni come: Jon, Andrew, Isabel, ecc. oppure potete usare nomi utente come @andrew_ff3. Dividete il gruppo in squadre da 5 e chiedete a ciascun gruppo di scegliere un post-it.</p> <p><i>(Suggerimenti per la divisione dei gruppi: Potete dividere i partecipanti in squadre contando da 1 a 5 in una delle loro lingue, oppure potete scegliere di farlo dando loro nomi divertenti: caffè, tè, torta, carota, coniglio, ecc. Quelli con lo stesso nome/numero saranno nella stessa squadra).</i></p> <p>Spiegate ai partecipanti che hanno ricevuto un personaggio di fantasia e che devono lavorare insieme per creare la sua pagina social. Date una lavagna a fogli mobili a ogni squadra e chiedete loro di rappresentare su di essa la pagina dei social media del loro personaggio (possono scegliere qualsiasi piattaforma sociale vogliono rappresentare: Facebook, Instagram, Tik/Tok, Twitter, ecc.)</p> <p>Lasciate loro 20 minuti per terminare il disegno, quindi invitate ogni squadra a esporre la lavagna da qualche parte nella stanza.</p> <p>Dopo aver riunito tutti i flipchart, chiedete alle altre squadre di esprimere la loro opinione sul personaggio in base alla sua pagina sui social media. Dopo aver ottenuto un numero sufficiente di risposte per un personaggio, chiedete alla squadra che ha creato la sua pagina le seguenti domande:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perché avete scelto quella specifica piattaforma di social media?</li> <li>• Quale messaggio voleva trasmettere attraverso la pagina del suo personaggio?</li> <li>• Siete d'accordo con l'interpretazione degli altri sul vostro personaggio? Perché sì/no?</li> <li>• Pensi che il tuo personaggio possa diventare vittima di cyberbullismo a causa della sua pagina? Perché sì/no?</li> </ul> <p>Ripetere l'operazione per ogni squadra.</p>
<p><b>Debriefing</b></p>	<p>In base alle risposte dei partecipanti, si può chiedere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensate che i nostri social media possano trasmettere un messaggio su chi siamo? Perché sì/no?</li> <li>• Pensate che la nostra vita sia influenzata dai social media? Perché sì/no?</li> <li>• Sui social media è possibile essere fraintesi: il vostro profilo trasmette un messaggio diverso da quello che volete effettivamente inviare? - potete chiedere ai partecipanti di fornire alcuni esempi.</li> </ul>

- I social media sono pericolosi?  
*Potete aggiungere tutte le domande che ritenete necessarie.*

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Tutti insieme (Cyberbullismo e social media)</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizzazione sugli effetti del cyberbullismo</li> <li>• Migliorare il lavoro di squadra</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	20-30 partecipanti
<b>Durata</b>	40 min
<b>Materiali e preparazione</b>	Lavagna a fogli mobili Marcatori Post-it

<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Scrivete su dei post-it alcuni degli effetti del cyberbullismo: depressione, bassa autostima, ansia, distanza sociale, ecc. Dividete il gruppo in squadre da 5 e preparate un post-it per ogni squadra. Chiedete loro di scegliere un post-it senza condividere l'effetto su di esso con le altre squadre.</p> <p>Date loro 25 minuti per preparare la scena teatrale. Ricordate che deve riguardare il cyberbullismo sui social media e che la rappresentazione non deve essere più lunga di 4 minuti.</p> <p>Dopo 25 minuti, dite ai partecipanti che è arrivato il momento di recitare. Dopo ogni improvvisazione, chiedete alle squadre di indovinare quale effetto è stato recitato dai partecipanti.</p>
<b>Debriefing</b>	<p>Il debriefing dipende dal comportamento dei partecipanti, ma si possono utilizzare alcune domande generali come:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quali sono gli effetti peggiori del Cyberbullismo?</li> <li>• Perché i social media sono lo spazio migliore per le aggressioni online?</li> <li>• Come possiamo aiutare le vittime a superare questi effetti?</li> </ul> <p><i>Potete aggiungere tutte le domande che ritenete necessarie.</i></p>

## Migliorare le competenze digitali concentrandosi sui social media per utilizzarli in modo positivo.

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Migliorare le competenze digitali concentrandosi sui social media per utilizzarli in modo positivo.</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cyberbullismo e come definire una situazione come azione di cyberbullismo.</li> <li>• i rischi di Internet per i bambini.</li> <li>• I principali rischi di Internet.</li> <li>• La censura su Internet per proteggere i nostri figli dal cyberbullismo.</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	15-22 giovani con età superiore ai 18 anni

<b>Durata</b>	60-90 minuti
<b>Materiali e preparazione</b>	
<b>Descrizione della sessione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definizione di cyberbullismo             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Il bullismo online è al quarto posto, seguito dal ricevere commenti sessuali indesiderati.</li> <li>◦ affrontare i rischi potenziali associati ai mass media e ai media digitali.</li> </ul> </li> <li>• Come distinguere tra scherzi e bullismo, in quale situazione abbiamo detto che è cyberbullismo</li> <li>• Come giudicare la credibilità dei contenuti online sui social media (Facebook, Tik Tok, Youtube, Twitter...), perché rischiamo di farci ingannare da fonti e argomentazioni più complicate o conflittuali di quanto pensiamo.</li> <li>• Come utilizzare i social media in modo positivo</li> </ul> <p><b>1. Cronometro sociale:</b> Utilizzate un timer o un tracker di app per moderare l'uso dei social media. Questo può essere utile per la salute mentale, poiché la ricerca ha dimostrato che limitare l'uso dei social media a non più di 30 minuti al giorno può ridurre i sentimenti di solitudine e depressione. Può essere semplice impostare un promemoria per chiudere i social media o scegliere un tracker per app come Forest o Space, dove l'impostazione delle preferenze può aiutare a monitorare o limitare l'uso dei social media.</p> <p>Stabilire dei limiti al consumo di social media può migliorare anche la produttività: l'uso dei social media può essere una distrazione dalla vita quotidiana, dal lavoro e dai compiti accademici.</p> <p><b>2. Attività sociale:</b> Ricordatevi di fare delle pause per staccare la spina dallo schermo. Un modo per sostenere questo obiettivo è seguire l'adagio "lontano dagli occhi, lontano dal cuore". Modificando le impostazioni e disattivando le notifiche delle app, nascondendo le app in cartelle lontane dalla schermata iniziale o facendo un ulteriore passo avanti e cancellando le app per ridurre ulteriormente la tentazione.</p> <p>Incorporare il tempo libero dallo schermo impegnandosi in un'attività fisica regolare, che riduce le possibilità di sviluppare una dipendenza dai social media. In effetti, sostituire l'uso delle app con una maggiore attività fisica per soddisfare le linee guida canadesi sul comportamento sedentario e trascorrere del tempo attivo all'aria aperta può anche aiutare a ridurre lo stress e la depressione.</p> <p><b>3. Spuntini sociali:</b> Non stiamo parlando di fare uno spuntino mentre scorriamo i social media! Invece, così come consideriamo alcuni alimenti come ricchi di nutrienti che nutrono il nostro corpo (come le mele e le carote), e altri come poveri di nutrienti e meno utili per il nostro organismo</p>

	<p>(come le torte al cioccolato e le caramelle), i social media possono essere considerati allo stesso modo: un impegno che ci fa sentire bene o che ci fa sentire male.</p> <p>Cercate di utilizzare i social media in modi che vi facciano sentire bene o che abbiano uno scopo. Esempi di uso produttivo e positivo dei social media sono i contatti con amici e familiari che vi sostengono o l'utilizzo per reperire informazioni utili. Prima di utilizzare i social media, ricordate di non condividere troppo o di non postare quando siete stressati o ansiosi, perché questo può portare a un'esperienza negativa sui social media.</p> <p><b>4. Responsabilità sociale:</b> Rendete conto a voi stessi e agli altri dell'uso dei social media. Questo potrebbe significare rivolgersi a familiari, amici e colleghi fidati per chiedere loro di ricordarvi gentilmente quando vi vedono controllare il telefono durante un impegno faccia a faccia. Oppure, potete sfruttare le applicazioni di monitoraggio dei social media integrate nel vostro telefono per fissare degli obiettivi di utilizzo dei social media e utilizzare le applicazioni per monitorare i vostri progressi!</p> <p>È utile pensare ai social media come a uno strumento che richiede una certa formazione per essere usato correttamente. Trovando le strategie più adatte a noi per gestire l'uso dei social media, possiamo dare il benvenuto a un rapporto positivo e sano con i social media.</p>
<b>Debriefing</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Come fermare il cyberbullismo a cui noi, la nostra famiglia e i nostri figli possiamo essere esposti.</li> <li>• Campagne online.</li> </ul>

## Costruire l'accettazione di sé attraverso il pensiero critico

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Guardare se stessi</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	Imparare a identificare le caratteristiche personali di uno spettro diverso. Sviluppare capacità di pensiero critico, fiducia in se stessi, empatia verso gli altri.
<b>Dimensione del gruppo</b>	4 o più persone
<b>Durata</b>	60 - 90 minuti
<b>Materiali e preparazione</b>	Fogli A4, penne, pennarelli
<b>Descrizione della sessione</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. L'organizzatore chiede ai partecipanti di tagliare o strappare un foglio di carta in due sezioni e di scrivere su una parte superiore "NEGATIVO" e sull'altra "POSITIVO". Successivamente, chiedete ai partecipanti di dedicare 5-7 minuti a pensare a tutte le affermazioni negative che si dicono, quindi scrivete queste affermazioni sul foglio "NEGATIVO" (ad esempio, sono</li> </ol>

	<p>senza speranza in matematica, non riesco a fare amicizia facilmente).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Spiegare che le cose che le persone si dicono possono farle sentire male o bene ed è importante che le persone esaminino queste cose per vedere se sono vere e che lavorino per darsi cose positive in modo da sentirsi bene più spesso.</li> <li>3. Il facilitatore chiede ai partecipanti di dedicare altri 5-7 minuti a pensare a tutte le frasi positive che si dicono o che potrebbero darsi e di scriverle sulla pagina intitolata "POSITIVO" (ad esempio, sono gentile, sono un buon amico).</li> <li>4. Fate il giro del gruppo e chiedete a ogni partecipante di leggere almeno una frase positiva che ha scritto su di sé. Se un partecipante ha difficoltà a pensare a un'affermazione positiva, chiedete a un'altra persona del gruppo di suggerirne una.</li> <li>5. Chiedete poi ai partecipanti di esaminare le ipotesi contenute nelle affermazioni che hanno scritto per i documenti NEGATIVI e POSITIVI. C'è una differenza nei presupposti? Ad esempio, ci sono più "convinzioni dimostrabili" nelle affermazioni positive o negative? Il pensiero negativo sembra reale quando viene scritto come quando lo hanno sentito nella loro testa?</li> <li>6. Il passo successivo per il facilitatore è spiegare al gruppo che ci sono alcune caratteristiche personali che una persona può cambiare e altre che non può cambiare. Chiedere ai partecipanti di alzare la mano se ritengono di poter cambiare le seguenti caratteristiche:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Altezza</li> <li>• Peso</li> <li>• Colore della pelle</li> <li>• Come esprimiamo i nostri sentimenti</li> <li>• L'anno in cui siamo nati</li> <li>• Come gestiamo l'ansia</li> <li>• Le dimensioni delle nostre famiglie</li> <li>• Il colore dei nostri occhi</li> </ul> </li> </ol> <p>Per concludere, chiedete ai partecipanti di accartocciare i fogli NEGATIVI e di metterli nel cestino dei rifiuti e di mettere le affermazioni POSITIVE nella parte anteriore di una cartella/un'agenda molto usata per ricordarsi di queste affermazioni.</p>
<b>Debriefing</b>	<p>Al termine dell'esercizio, chiedete ai partecipanti di sedersi in completo silenzio per 1 minuto e di riflettere su quanto accaduto. Dopodiché, è possibile condurre un debriefing finale con il gruppo. Domande che possono essere proposte per la discussione:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Come si sente?</li> <li>• Come vi siete sentiti quando avete evidenziato le caratteristiche positive?</li> <li>• Come vi siete sentiti quando avete evidenziato le caratteristiche negative?</li> </ul>

- Quali emozioni avete provato durante l'esercizio?

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Le maschere</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	Sviluppare la conoscenza di sé, rivelarsi agli altri. Meglio conoscersi. Il metodo permette di rendersi conto che la maschera di una persona non è mai chiusa e completa. Inoltre, il metodo permette di osservare le maschere degli altri e, nascondendosi dietro la propria, di esprimere qualità nascoste. Le maschere del lavoro di gruppo possono essere utilizzate in diversi modi. Qui ne vengono presentati solo alcuni.
<b>Dimensione del gruppo</b>	4 o più persone
<b>Durata</b>	Opzionale: 90 minuti o più (può essere tutto il giorno)
<b>Materiali e preparazione</b>	Tutti i mezzi possibili per il lavoro creativo: carta, cartone, forbici, acquerelli, guazzo, pastelli, pennarelli, matite, riviste, colla, fili multicolori.
<b>Descrizione della sessione</b>	L'esercizio si compone di 3 parti (la 2 e la 3 sono facoltative, si possono fare con tempo sufficiente) Per raggiungere gli obiettivi dell'esercizio, consigliamo ai facilitatori di implementare almeno 2 parti dell'esercizio.  Parte 1: Creare la propria maschera Fase I - 30 min Fase II - 30-40 min  <b>Fase I:</b> Ogni partecipante realizza una maschera in cartone e carta. Il facilitatore struttura il lavoro e fornisce un orientamento in base agli obiettivi di apprendimento. Per esempio: - riflettetevi in una maschera; - enfatizzare i diversi tratti del carattere; - Evidenziate nella maschera ciò che vi piace di voi stessi; - Evidenziate nella maschera ciò che non vi piace di voi stessi; - riflettono le caratteristiche che vorreste avere, ecc. - Se le lezioni si sono protratte per più della prima giorno, le maschere possono essere utilizzate, ad esempio, per la riflessione: - quale maschera ho indossato ieri in questo gruppo? - come è cambiata la mia maschera oggi/oggi? <b>Fase II:</b> Ognuno presenta la propria maschera nel cerchio generale.  Seconda parte: Creare una maschera per un compagno (a coppie) Fase I - 40 minuti Fase II - 1 ora  <b>Fase I:</b> I partner si siedono a lungo l'uno di fronte all'altro e guardano

sui loro volti. Compito: creare maschere l'uno per l'altro.

**Fase II:**

Le maschere sono discusse in un circolo generale:

a) L'autore della maschera indossa la maschera e il suo compagno commenta tutto ciò che riesce a leggere nella maschera.

Se la maschera diventa un "riflesso", la persona lo condivide con il gruppo. Commentando ciò che vede nella maschera, infatti, parla di sé.

b) L'autore rimane nella maschera e gli altri membri del gruppo commentano ciò che vedono in questa maschera.

c) L'autore della maschera condivide i suoi pensieri:

- Perché ha fatto al suo partner una maschera del genere?

- Cosa voleva rappresentare con la maschera?

L'identificazione con la propria maschera è un'immersione in un livello emotivo più profondo. La maschera svolge una duplice funzione: copre il volto, come se nascondesse ciò che la persona non vuole mostrare, ma allo stesso tempo, la maschera rivela elementi molto importanti dello stato emotivo della persona.

Parte 3: Rappresentazione di gruppo nelle maschere

Fase I - 1 ora

Fase II - 20 minuti

Riflessione - 1 ora

Questa è un'opportunità, nascosta dietro la vostra maschera, per mettere alla prova le vostre qualità, represses all'interno, che non possono essere espresse in altre situazioni.

**Fase I:**

Il gruppo crea diverse maschere che esprimono diversi personaggi. Ogni membro del gruppo propone un personaggio che vorrebbe provare, e in base ad esso sceglie una delle maschere.

**Fase II:**

Rappresentazione di gruppo nelle maschere.

Riflessione:

- Perché ho scelto questa maschera in particolare?

- Come mi sono sentito nella performance complessiva del gruppo?

- Posso comunicare con altri personaggi?

- Com'era il mio rapporto con loro?

- Con chi non potrei comunicare? Perché?

**Debriefing**

L'essenza del metodo è che quando una persona indossa una maschera, mostra il suo vero volto. Il metodo permette di rendersi conto che le persone vivono con maschere diverse. Possono variare e il loro scopo può essere molto diverso. Il metodo sviluppa la comprensione del fatto che una maschera può proteggere una persona, ma può anche bloccare il contatto con altre persone, la comunicazione e la crescita personale.

La riflessione può essere effettuata dopo ogni fase dell'esercizio.

Opzioni di domanda per la fase 1:

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Come si è sentito con la creazione di una maschera?</li> <li>• Vi piace il risultato finale?</li> <li>• Come vi siete sentiti quando gli altri hanno condiviso i loro risultati?</li> </ul> <p>Opzioni di domanda per la fase 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Come si è sentito quando ha creato una maschera per un'altra persona?</li> <li>• Vi piace il risultato finale?</li> <li>• Come vi siete sentiti quando avete indossato una maschera creata dal vostro partner?</li> </ul> <p>Opzioni di domanda per la fase 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perché ho scelto questa maschera in particolare?</li> <li>• Come mi sono sentito nella performance complessiva del gruppo?</li> <li>• Posso comunicare con altri personaggi?</li> <li>• Com'era il mio rapporto con loro?</li> <li>• Con chi non potrei comunicare? Perché?</li> </ul>
--	---

## Il Digital Storytelling come strumento per educare e sensibilizzare i giovani sul Cyberbullismo

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Il Digital Storytelling come strumento per educare e sensibilizzare i giovani sul Cyberbullismo</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'importanza delle competenze di digital storytelling.</li> <li>• Come e chi può usare lo storytelling?</li> <li>• Perché dobbiamo imparare lo Storytelling?</li> <li>• Vantaggi e svantaggi del Digital Storytelling.</li> </ul>
<b>Dimensione del gruppo</b>	15-22 giovani con età superiore ai 18 anni

<b>Durata</b>	60-90 minuti
<b>Materiali e preparazione</b>	
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>L'importanza del metodo delle competenze di digital storytelling.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• un modo divertente di imparare per gli studenti</li> <li>• diversità degli strumenti di apprendimento e insegnamento</li> <li>• esprimersi attraverso diversi tipi di fonti online</li> <li>• creare e condividere contenuti sull'argomento</li> <li>• aumenta la creatività</li> <li>• capacità di entrare in contatto con gli altri</li> <li>• ci permettono di comunicare a un livello diverso</li> <li>• può essere fatto da insegnanti e studenti</li> <li>• aiuta ad acquisire nuove competenze, essenziali per svolgere attività online in sicurezza</li> </ul> <p>Come e chi può usare lo storytelling.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiettivo chiaro</li> <li>• Briefing dettagliato</li> <li>• Condividere le conoscenze con gli altri</li> <li>• Collaborazione sugli strumenti digitali, non ognuno per sé</li> <li>• Utilizzo di strumenti digitali</li> <li>• Usare la creatività</li> <li>• Lavoro di squadra</li> <li>• Collegare le esperienze della vita reale con quelle digitali</li> <li>• Brevi pause per staccare dallo schermo</li> <li>• Parlare delle cose su cui ognuno sta lavorando</li> <li>• Condividere di persona le esperienze che avvengono online</li> </ul> <p>Perché dobbiamo imparare lo Storytelling?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• per educare</li> <li>• collegare offline e online; esperienze di vita con esperienze digitali</li> <li>• aiuta lo sviluppo degli studenti utilizzando strumenti con cui hanno molta familiarità</li> <li>• gli studenti saranno più liberi di condividere le loro esperienze in modo creativo utilizzando metodi più innovativi</li> </ul> <p>Vantaggi e svantaggi del Digital Storytelling.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rafforzare e potenziare insegnanti e studenti</li> <li>• creare un'esperienza di apprendimento varia attraverso di loro</li> <li>• potete imparare attraverso di loro secondo i vostri tempi</li> <li>• interattività</li> <li>• inclusione digitale</li> <li>• riduce il contatto umano</li> </ul>

<b>Debriefing</b>	
-------------------	--

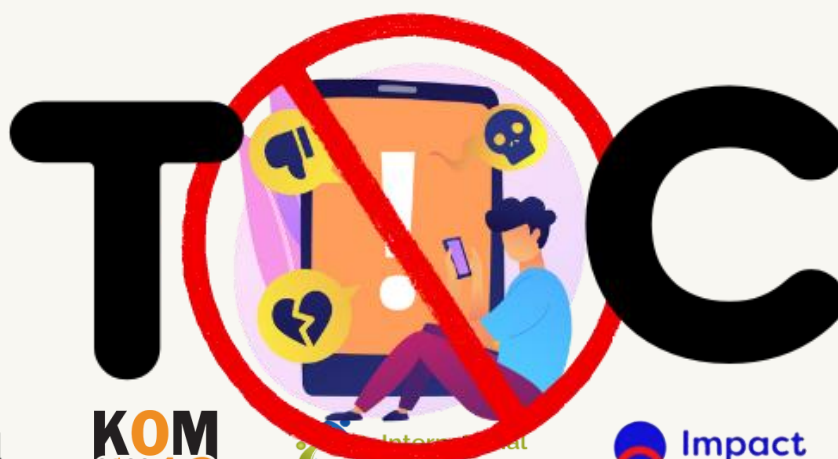
## Tutti insieme contro il cyberbullismo Toolkit

<b>Titolo del workshop</b>	<b>Reazioni di gruppo</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	Realizzare i benefici e l'importanza del feedback, imparare a gestire le diverse emozioni provenienti dall'esterno, rendersi conto dell'influenza delle emozioni circostanti su se stessi. Capire da soli quale sia il tipo di feedback più utile.
<b>Dimensione del gruppo</b>	12-21 persone
<b>Durata</b>	20-30 minuti (esecuzione) + 20 minuti (debriefing)
<b>Materiali e preparazione</b>	Nessuno
<b>Descrizione della sessione</b>	Il facilitatore dice al gruppo che sono necessari 4 volontari. Dovranno uscire dalla porta uno alla volta. Il gruppo dovrà proporre un compito

<b>Debriefing</b>	<p>per ogni "volontario". I partecipanti non possono parlare durante la missione. I volontari dovranno indovinare cosa devono fare esattamente, <b>guidati solo dalla reazione del gruppo</b>.</p> <p>Esce il <b>primo</b> volontario: Il gruppo propone un <b>compito semplice</b>, come aprire una finestra, scrivere il proprio nome su un foglio o su una lavagna, sedersi al posto/alle ginocchia di qualcuno, ecc. La reazione accettabile del gruppo deve essere solo POSITIVA. Ciò significa che quando un volontario fa qualcosa nella direzione giusta, il resto dei partecipanti batte le mani. Più si avvicina al completamento del compito, più il gruppo applaude forte (come nel gioco dei bambini "caldo - freddo"). Il volontario non sa quale sarà la reazione del gruppo; il suo compito è capirlo e verificarlo con le proprie azioni.</p> <p><b>Volontario 2:</b> il principio è lo stesso: il gruppo deve nuovamente proporre un compito semplice. Mentre esce dalla porta, il facilitatore dice al gruppo che ora la reazione sarà solo negativa. Ciò significa che se fa qualcosa di sbagliato, il gruppo batterà i piedi. Nessun'altra reazione! Questo richiede la concentrazione dei membri del gruppo, perché non si può parlare, bisogna monitorare attentamente le azioni del volontario. La reazione sbagliata è troppo disorientante per lui.</p> <p><b>3° volontario:</b> Le regole sono le stesse, solo che ora ci saranno reazioni POSITIVE e NEGATIVE. Quando fa qualcosa di giusto, il gruppo applaude, quando fa qualcosa di sbagliato, batte i piedi.</p> <p><b>Volontario 4:</b> Tutto uguale, ma questa volta nessuna reazione! Qui bisogna essere molto sensibili affinché il gioco non si trasformi in una presa in giro. Di solito i partecipanti si rendono conto che è quasi impossibile affrontare un compito del genere, quindi propongono un compito molto semplice, ad esempio sedersi in cerchio al proprio posto o su una sedia vuota messa da parte. Se il volontario non riesce a fare nemmeno questo, dopo 2-3 minuti il compito viene interrotto e i partecipanti sono invitati a discutere dell'esperienza acquisita.</p>
-------------------	--

<b>Titolo del workshop</b>	<b>4 angoli</b>
<b>Risultati dell'apprendimento</b>	Trovare una soluzione comune per l'argomento, sviluppare il pensiero critico, discutere i diversi aspetti della questione. Imparare a lavorare in armonia.
<b>Dimensione del gruppo</b>	8 o più persone
<b>Durata</b>	20-40 minuti (esecuzione) + 15 minuti (risultati + debriefing)

<b>Materiali e preparazione</b>	Carta per lavagna a fogli mobili, pennarelli
<b>Descrizione della sessione</b>	<p>Ai quattro angoli della stanza ci sono 4 lavagne a fogli mobili con 4 domande diverse su ciascuna lavagna:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qual è l'uso e il pericolo di Internet?</li> <li>- Qual è la responsabilità personale di un giovane su Internet?</li> <li>- Come aumentare l'inclusione e la diversità su Internet?</li> <li>- Come proteggersi dal cyberbullismo?</li> </ul> <p>Il gruppo viene diviso in 4 sottogruppi uguali. I partecipanti ai sottogruppi si dividono tra 4 angoli/flipchart per discutere l'argomento/la domanda scritta sulla carta. I pensieri e le idee vengono annotati su carta. Primo turno - ogni gruppo decide chi diventerà il "proprietario" dell'angolo e quali informazioni dovrà trasmettere ai gruppi successivi. Il suo compito è osservare e registrare la discussione di ogni gruppo che visita l'angolo.</p> <p>Dopo 5-10 minuti, il facilitatore chiede ai partecipanti di spostarsi in altri angoli. Vicino alle lavagne a fogli mobili rimane solo il "proprietario". Ogni volta che si pone una nuova domanda, bisogna ascoltare il proprietario e poi si può esprimere la propria opinione sull'argomento dell'angolo. Le idee principali vengono scritte su carta. L'azione si ripete fino a quando tutti hanno visitato tutti gli angoli.</p> <p>Alla fine, i proprietari degli angoli presentano a tutti gli altri le versioni finali dei flipchart con le principali conclusioni di tutti i gruppi.</p>
<b>Debriefing</b>	<p>Discussione delle informazioni ricevute. Riassumere. Ottenere un feedback.</p> <p>Domande per il debriefing:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Che cosa prova ora?</li> <li>- Quali pensieri avete avuto quando avete ascoltato il messaggio degli altri?</li> <li>- C'è stato qualcosa di nuovo per lei?</li> </ul>





*Insieme per affrontare il cyberbullismo  
Formato di formazione*



**DISCLAIMER**

*Finanziato dall'Unione europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili.*

