

# UNDERSTAND ME! MOM, DAD, TEACHER



*Schema del workshop per gli insegnanti dell'istruzione  
post-secondaria e superiore - supporto alle persone LGBT+*

## 1. Introduzione

Lo scopo di questa dispensa è quello di aumentare le conoscenze degli insegnanti delle scuole post-secondarie e complementari in merito al sostegno degli studenti LGBT+ nei contesti di educazione degli adulti. Il workshop mira a fornire una comprensione della situazione specifica degli studenti adulti, spesso attivi professionalmente e socialmente, e a fornire agli insegnanti strumenti pratici per sostenere la creazione di ambienti di apprendimento sicuri e inclusivi.

- Fornire le definizioni di base e i termini relativi alle tematiche LGBT+.
- Consentire agli insegnanti di comprendere la diversità delle identità di genere e degli orientamenti sessuali.
- Fornire una guida pratica sull'organizzazione di eventi contro la discriminazione.
- Fornire strumenti per avere conversazioni aperte e costruttive con gli studenti sulle tematiche LGBT+.
- delineare i metodi per affrontare la discriminazione e l'esclusione.
- Identificare le principali sfide affrontate dai genitori di persone LGBT+ e indirizzarli verso fonti di supporto adeguate.
- Discussione sulle tecniche di mediazione tra pari.
- Sottolineare l'importanza di un approccio proattivo al tema della diversità e dell'"alterità".
- Per evidenziare gli errori più comuni commessi da chi è vicino alle persone LGBT+.
- Delineare le strategie per far sì che i bambini imparino l'accettazione di sé e l'assertività.

Formazione rivolta a:

- Insegnanti di scuole post-secondarie
- Insegnanti di scuole per adulti (integrative)
- Educatori di adulti e di formazione continua
  - Insegnanti di scuola secondaria
  - educatori
  - educatori che lavorano con giovani di età compresa tra 15 e 19 anni

Obiettivo della formazione:

- Aumentare la competenza degli insegnanti nel sostenere i discenti LGBT+ nell'educazione degli adulti.
- Sviluppare le capacità di condurre un dialogo sicuro e di supporto con i discenti adulti.
- Apprendere metodi di risoluzione dei conflitti e di lotta alla discriminazione nel contesto di gruppi misti per età e professione.

- Aumentare le conoscenze degli insegnanti sulla comunità LGBT+ e la comprensione della diversità delle identità di genere e degli orientamenti sessuali.
- Sviluppare le competenze per sostenere gli studenti LGBT+ nell'ambiente scolastico, compreso il riconoscimento dei loro bisogni e la risposta ai comportamenti omofobici.
- Fornire agli insegnanti strumenti e metodi pratici per parlare di tematiche LGBT+ a studenti e genitori.
- Rafforzare le competenze degli insegnanti nella mediazione tra pari e promuovere l'accettazione di sé e l'assertività tra gli studenti.
- Contribuire alla creazione di uno spazio scolastico sicuro, aperto e inclusivo che favorisca l'accettazione e il rispetto della diversità.

#### **Risultati attesi dopo la formazione:**

- Comprendere i concetti chiave relativi alla diversità delle identità di genere e degli orientamenti sessuali.
- Aumentare la capacità di riconoscere e rispondere ai comportamenti omofobici a scuola.
- Ottenere strumenti pratici per parlare di tematiche LGBT+ a studenti e genitori.
- Sviluppare le capacità di mediazione tra pari e il supporto emotivo per gli studenti LGBT+.
- Una migliore comprensione delle sfide affrontate dai genitori di persone LGBT+ e la capacità di indirizzarli verso forme di supporto adeguate.

#### **L'implementazione dei risultati del workshop contribuirà a:**

- Creare un ambiente scolastico più aperto, sicuro e solidale per tutti gli studenti, indipendentemente dalla loro identità di genere o dal loro orientamento sessuale.
- Ridurre i livelli di discriminazione ed esclusione nelle scuole.
- Rafforzare il legame tra insegnanti, studenti e genitori attraverso una comunicazione aperta e onesta.
- Promuovere l'uguaglianza, l'accettazione e il rispetto all'interno della comunità scolastica, con un impatto positivo sullo sviluppo emotivo e sociale di tutti gli alunni.

Questionario: Allegato 1

(durata 15 min)

## **2. L'importanza del sostegno alle persone LGBT+ a scuola**

Il sostegno alle persone LGBT+ a scuola è estremamente importante per diversi motivi fondamentali:

- Sicurezza e benessere degli studenti: Gli studenti LGBT+ sono spesso a rischio di discriminazione, violenza ed esclusione. Fornire sostegno e creare un ambiente scolastico sicuro aiuta a proteggere la loro salute mentale e fisica.
- Promuovere l'accettazione e la diversità: La scuola è il luogo in cui si formano gli atteggiamenti e i valori dei giovani. Sostenendo le persone LGBT+ ed educando l'intera comunità scolastica alla diversità, è possibile promuovere l'accettazione e la tolleranza nella società.
- Sviluppo personale degli studenti: Il sostegno degli insegnanti all'accettazione di sé e all'assertività aiuta gli studenti LGBT+ a sviluppare un'immagine positiva di sé e la fiducia in se stessi, che è fondamentale per il loro successo sia a scuola che nella vita.
- Ridurre i livelli di stress e depressione: Le ricerche dimostrano che la mancanza di accettazione e di sostegno nell'ambiente scolastico può portare ad alti livelli di stress, depressione e persino a tentativi di suicidio tra i giovani LGBT+. Un sostegno adeguato può ridurre significativamente questi rischi.
- Coerenza con i valori democratici e i diritti umani: l'educazione e il sostegno alle persone LGBT+ sono coerenti con i valori democratici e i principi dei diritti umani che promuovono l'uguaglianza, il rispetto e la dignità di tutte le persone.
- Fornire supporto agli studenti LGBT+ a scuola non solo favorisce il loro sviluppo e benessere individuale, ma contribuisce anche a costruire una società più inclusiva ed equa.

### 3. Chi sono le persone LGBT+?

LGBT+ è un acronimo che indica identità di genere e orientamenti sessuali multipli. L'acronimo si espande come segue:

- L: Lesbiche - donne che sono emotivamente, romanticamente e/o sessualmente attratte da altre donne.
- G: Uomini gay - uomini che sono emotivamente, romanticamente e/o sessualmente attratti da altri uomini.
- B: Bisessuali - persone che sono emotivamente, sentimentalmente e/o sessualmente attratte da più di un genere.
- T: Transgender - persone la cui identità di genere differisce dal sesso assegnato loro alla nascita. Possono identificarsi come maschi, femmine, non-binari o altro.
- +: Il plus simboleggia altre identità e orientamenti sessuali non menzionati nel brief di base, come queer, asessuali, pansessuali, agender, bigender e altri.

#### 4. Diversità delle identità di genere e degli orientamenti sessuali

La diversità delle identità di genere e degli orientamenti sessuali copre un ampio spettro di esperienze e identificazioni. Eccone alcune:

**Queer:** termine ombrello che può comprendere una varietà di identità sessuali e di genere al di fuori delle categorie tradizionali. Alcuni lo usano per esprimere la loro opposizione alle rigide norme sessuali e di genere.

**Individui asessuali:** Individui che provano poca o nessuna attrazione sessuale. Possono comunque provare attrazione romantica.

**Individui pansessuali:** Persone che sono emotivamente, sentimentalmente e/o sessualmente attratte da persone indipendentemente dal loro sesso.

**Individui non binari:** Persone che non si identificano esclusivamente come maschi o femmine. Possono identificarsi come agender (senza genere), bigender (con due generi), genderqueer (che rifiutano le categorie binarie di genere) e altri.

**Genderfluid:** individui la cui identità di genere può cambiare nel tempo e può includere diversi aspetti di identità maschile, femminile e/o di altro genere.

#### 5. Mitologie e fatti della comunità LGBT+

Ci sono molti miti e idee sbagliate che circolano intorno alla comunità LGBT+ e che portano a stereotipi e discriminazioni. Ecco alcuni dei miti più comuni e i fatti che li sfatano:

**Mito: le persone LGBT+ sono un fenomeno nuovo.**

Fatto: le storie di persone con identità di genere e orientamenti sessuali diversi sono presenti nelle culture di tutto il mondo da migliaia di anni. Sono state accettate in varia misura in epoche e società diverse.

**Mito: essere LGBT+ è una scelta.**

Fatto: l'orientamento sessuale e l'identità di genere sono profondamente radicati nell'individuo e non sono una questione di scelta. Le ricerche dimostrano che sono il risultato di una complessa interazione di fattori genetici, ormonali e ambientali.

**Mito: le persone LGBT+ sono più inclini a mostrare comportamenti "immorali".**

Fatto: l'orientamento sessuale e l'identità di genere non sono correlati alla moralità o al comportamento etico. Le persone LGBT+ hanno comportamenti e valori diversi da quelli delle persone eterosessuali e cisgender.

**Mito: l'educazione LGBT+ nelle scuole "indottrina" i bambini.**

Fatto: l'educazione alla diversità sessuale e di genere aiuta gli studenti a comprendere e rispettare le differenze tra le persone, portando a una società più inclusiva e tollerante. Le ricerche dimostrano che questi programmi riducono i livelli di discriminazione e violenza nelle scuole.

## **6. Come organizzare un evento antidiscriminazione interessante ed efficace a scuola**

Stabilire un obiettivo chiaro per l'evento, che potrebbe essere quello di aumentare la consapevolezza della discriminazione e promuovere l'uguaglianza nella scuola.

Scegliere un tema che coinvolga gli alunni, ad esempio "La diversità ci arricchisce" o "Insieme contro la discriminazione".

Coinvolgere l'intera comunità scolastica. Consiglio degli studenti: Collaborare con il consiglio studentesco per coinvolgere i giovani nella pianificazione e nella realizzazione dell'evento. Insegnanti e personale: incoraggiare gli insegnanti e il personale scolastico a partecipare attivamente e a sostenere l'iniziativa.

Genitori e assistenti: informare i genitori dell'evento previsto e invitarli a partecipare, ad esempio partecipando a workshop o sessioni informative.

Partenariati con organizzazioni ed esperti, ONG: stabilire partenariati con organizzazioni specializzate nell'educazione antidiscriminatoria e nei diritti umani.

Possono fornire materiale didattico, relatori e condurre workshop.

Esperti: invitare esperti dei settori della psicologia, della sociologia e dei diritti umani che possano condurre sessioni educative e discussioni. Pianificazione e programmazione dell'evento

Workshop e seminari: organizzare workshop interattivi per dare agli studenti una migliore comprensione della diversità e della lotta alla discriminazione. Esempi di argomenti sono: "Il ruolo dei testimoni nella lotta alla discriminazione" o "Empatia e comprensione degli altri".

Discussioni di gruppo: ospitare tavole rotonde con studenti, insegnanti e ospiti invitati sulle esperienze di discriminazione e su come combatterle. Mostre e presentazioni:

Creazione di mostre tematiche e presentazioni multimediali con storie di persone vittime di discriminazione e successi nella lotta contro di essa. Comunicazione online: utilizzo dei social media e del sito web della scuola per promuovere l'evento e incoraggiare la partecipazione. Valutazione e riflessione post-evento, sondaggi e feedback: condurre sondaggi tra i partecipanti per raccogliere feedback sull'evento e sulla sua efficacia.

Riunioni di riflessione: Organizzazione di incontri con studenti, insegnanti e organizzatori per discutere le lezioni apprese e pianificare le future attività contro la discriminazione.

Preparazione di una relazione che riassume lo svolgimento dell'evento, gli obiettivi raggiunti e le raccomandazioni per il futuro (valutazione).

## 7. Come parlare agli studenti delle tematiche LGBT+

## 1. Preparazione al colloquio

### a. Acquisizione di conoscenze

Obiettivo: l'insegnante deve avere una solida base di conoscenze sulle tematiche LGBT+.

Attività:

Leggere la letteratura sul tema LGBT+.

Approfittate della formazione e dei workshop disponibili.

Esplorare le risorse online, come i siti web delle organizzazioni LGBT+.

### b. Creare un ambiente sicuro

Obiettivo: garantire che gli studenti possano esprimere apertamente i propri pensieri e sentimenti senza timore di essere giudicati.

Attività:

Stabilite regole chiare in classe sul rispetto e l'empatia.

Utilizzare tecniche di ascolto attivo e di sostegno.

## 2. Scegliere il momento e il contesto giusto

### a. Integrazione dell'argomento nel curriculum

Obiettivo: introduzione naturale di tematiche LGBT+ in varie materie.

Attività:

Considerare come il tema LGBT+ possa essere collegato ai contenuti educativi, ad esempio nella letteratura, nella storia, negli studi sociali.

Preparare materiale didattico adeguato.

### b. Rispondere agli eventi attuali

Obiettivo: utilizzare gli eventi attuali per avviare una conversazione.

Attività:

Fare riferimento a eventi nei media o a scuola che possono essere un punto di partenza per una conversazione sulle tematiche LGBT+.

### 3. Metodi di intervista

- a. Discussioni di gruppo
- b. Casi di studio
- c. Giochi di ruolo
- d. Laboratori creativi

### 4. Sintesi e riflessione

- a. Valutazione del colloquio
- b. Continuazione del tema

Obiettivo: mantenere un dialogo aperto e sviluppare ulteriormente il tema LGBT+.

#### **Esercitazione pratica - laboratorio:**

**"Laboratorio del gruppo di sostegno"** (durata 40 minuti)

Obiettivo: rafforzare le capacità di supporto emotivo e di risoluzione dei problemi nel contesto degli studenti LGBT+ simulando un incontro di gruppo di supporto. Applicazione pratica delle abilità di supporto emotivo. Comprendere le diverse prospettive nelle situazioni LGBT+. Sviluppare le capacità di collaborazione e di risoluzione dei problemi all'interno del gruppo.

Istruzioni:

Divisi in gruppi di 4-5 persone.

Ogni gruppo disegna uno degli scenari preparati (Appendice 2).

Ogni gruppo simula una riunione del gruppo di sostegno, con un insegnante che interpreta il ruolo dello studente (o del genitore) e il resto del gruppo che interpreta il ruolo degli insegnanti che offrono sostegno e consigli. I gruppi hanno 20-25 minuti per svolgere la simulazione.

Dopo la simulazione, ogni gruppo discute le proprie esperienze:

Cosa è andato bene?

Cosa si potrebbe migliorare?

Quali sentimenti e reazioni sono emersi durante la simulazione?

Presentazione dei risultati: Ogni gruppo presenta i propri risultati agli altri partecipanti. I gruppi condividono le principali intuizioni, le difficoltà e le strategie di supporto efficaci.

Materiali necessari:

Schede di scenario

Blocchi per appunti e penne

Lavagne a fogli mobili e pennarelli

## **8. Consigli pratici per la comunicazione**

1. Creare un ambiente sicuro e aperto

a. Creare un'atmosfera di rispetto

Attività: Stabilire regole chiare sul rispetto e sul pregiudizio in classe. Spiegate che tutti gli studenti hanno il diritto di esprimere i propri pensieri e sentimenti senza temere giudizi.

b. Ascoltare attentamente

Attività: Dimostrare che si sta ascoltando attivamente mantenendo il contatto visivo, annuendo e facendo domande. Assicurarsi che gli studenti si sentano ascoltati e compresi.

2. Utilizzare un linguaggio chiaro e comprensibile

a. Evitare il gergo e i termini complicati

Attività: Cercate di spiegare i concetti in modo semplice e comprensibile. Se si utilizzano termini specialistici, assicurarsi che tutti li comprendano.

b. Utilizzare esempi concreti

Attività: Illustrate i vostri punti con esempi concreti tratti dalla vita quotidiana o dal contesto degli studenti. Questo aiuterà gli studenti a capire e ricordare meglio le informazioni.

3. Incoraggiare la partecipazione attiva

a. Porre domande aperte

Attività: Domande aperte come "Cosa ne pensi di...?" incoraggiano gli studenti a condividere le loro opinioni e riflessioni. Evitate le domande chiuse che limitano le risposte a "sì" o "no".

b. Utilizzare metodi di attivazione

Attività: Utilizzare una varietà di metodi come discussioni di gruppo, giochi di ruolo, studi di casi o laboratori creativi per coinvolgere gli studenti e consentire loro di partecipare attivamente.

4. Essere flessibili ed empatici

a. Adattarsi alle esigenze degli studenti

Attività: siate pronti ad adattare i vostri metodi di insegnamento alle diverse esigenze e stili di apprendimento dei vostri studenti. Ricordate che ogni studente è diverso e può avere bisogno di un approccio individuale.

b. Mostrare empatia e comprensione

Attività: Cercate di capire le prospettive e le esperienze dei vostri studenti. Dimostrate che vi interessa il loro benessere emotivo e che siete a disposizione per sostenerli.

#### 5. Monitorare e valutare la comunicazione

a. Verificare regolarmente la comprensione

Attività: Verificate spesso che gli studenti abbiano compreso le informazioni trasmesse. Questo può avvenire attraverso brevi quiz, domande di verifica o richieste di riassunti.

b. Raccogliere feedback

Attività: Incoraggiate gli studenti a condividere il loro feedback sul vostro stile di comunicazione e sui vostri metodi di insegnamento. Utilizzate questo feedback per migliorare continuamente le vostre capacità.

#### 6. Sviluppare le capacità di comunicazione

a. Partecipare a corsi di formazione e workshop

Attività: Approfittate della formazione sulla comunicazione e dei workshop disponibili, sia online che in sede. Imparate nuove tecniche e metodi da applicare al vostro lavoro.

b. Leggere e imparare

Attività: Leggere libri e articoli sulla comunicazione efficace. La conoscenza della teoria e della pratica della comunicazione vi aiuterà a capire meglio come comunicare efficacemente con i vostri studenti.

#### **Esercizi di laboratorio:**

**"Mappa dell'empatia"** (durata 30 min)

**Obiettivo:** sviluppare la capacità di comprendere le prospettive degli studenti LGBTQ+ e di sviluppare strategie di comunicazione efficaci analizzando i diversi punti di vista. Comprendere le prospettive e le esperienze degli studenti LGBTQ+. Identificare strategie di comunicazione efficaci in situazioni difficili. Sviluppare capacità di empatia e comprensione dei diversi punti di vista. Promuovere la collaborazione e la condivisione di esperienze tra insegnanti.

**Introduzione all'esercizio:** Il facilitatore introduce l'argomento dell'esercizio: la mappa dell'empatia è uno strumento che aiuta a comprendere le esperienze, i bisogni e i sentimenti di persone diverse, in questo caso di studenti LGBTQ+.

**Presentazione dei personaggi:** Il facilitatore divide i partecipanti in quattro squadre e presenta quattro personaggi di studenti LGBTQ+, ognuno con sfide ed esperienze diverse.

**Personaggio 1:** uno studente gay che sperimenta l'esclusione sociale.

**Personaggio 2:** uno studente transgender che incontra resistenza a scuola.

**Personaggio 3:** una studentessa bisessuale che sente la pressione dei coetanei.

**Personaggio 4:** una studentessa lesbica vittima di cyberbullismo.

**Creare mappe di empatia:** A ogni squadra viene dato un grande foglio di carta e dei pennarelli. Il foglio è diviso in sei sezioni:

**Cosa dice l'alunno:** Quali messaggi, domande e preoccupazioni esprime l'allievo?

**Cosa sta pensando lo studente:** quali pensieri potrebbero accompagnarlo in questa situazione?

**Cosa sta provando l'allievo:** Quali emozioni possono accompagnare l'allievo?

**Cosa vede l'allievo:** quali situazioni, quali comportamenti degli altri e quali ambienti può osservare?

**Cosa sente l'allievo:** quali commenti, opinioni e conversazioni raggiunge l'allievo?

**Che cosa fa l'alunno:** che cosa fa l'alunno in risposta alla sua situazione?

Le squadre hanno 20 minuti per completare le loro mappe di empatia, riflettendo su ogni sezione dal punto di vista del loro personaggio. I partecipanti sono incoraggiati a utilizzare esempi concreti e a immaginare situazioni di vita reale.

**Presentazione delle mappe empatiche:** Ogni gruppo presenta la propria mappa empatica al resto dei partecipanti. La presentazione deve essere breve (5-7 minuti) e concentrarsi sui risultati più importanti.

**Discussione di gruppo:** dopo le presentazioni, il facilitatore avvia una discussione ponendo domande quali:

Quali sono i punti in comune e le differenze che avete notato tra i personaggi?  
Quali sono le strategie di comunicazione più efficaci con ciascun personaggio?  
Come possiamo applicare queste lezioni al nostro lavoro quotidiano con gli studenti LGBT+?  
Sintesi: il conduttore del workshop riassume i principali risultati della discussione e fornisce un elenco di consigli pratici per comunicare con gli studenti LGBT+.

Materiali necessari:

Fogli di carta grandi

Marcatori

Blocchi per appunti e penne (facoltativi per registrare le osservazioni)

## 9. Rispondere alle domande e alle preoccupazioni degli studenti

Rispondere alle domande e ai dubbi degli studenti è un elemento chiave di una comunicazione efficace, soprattutto nel contesto delle tematiche LGBT+. L'ascolto attento è alla base di questo processo, in quanto consente all'insegnante di comprendere non solo il contenuto delle domande, ma anche le emozioni e le intenzioni degli studenti. È importante mantenere il contatto visivo, annuire e parafrasare le affermazioni degli studenti per confermare la comprensione delle loro domande. L'apertura e l'accettazione sono altrettanto importanti. Mostrare queste qualità crea fiducia e incoraggia gli studenti a condividere i loro pensieri e sentimenti senza temere di essere giudicati. L'insegnante deve evitare un tono giudicante, essere neutrale nelle espressioni facciali e usare un linguaggio inclusivo per creare un ambiente accogliente per la conversazione. Le risposte dell'insegnante devono essere accessibili e comprensibili, ossia chiare, specifiche e adeguate al livello di comprensione dello studente. È importante usare un linguaggio semplice ed evitare termini complicati. L'uso di esempi e analogie può aiutare a chiarire questioni complesse e le domande di verifica possono assicurare che lo studente abbia compreso la risposta. L'onestà e l'autenticità sono fondamentali per creare fiducia. L'insegnante deve parlare apertamente e ammettere l'ignoranza, se necessario, promettendo di tornare con una risposta una volta ottenute le informazioni pertinenti. Questo approccio mostra agli studenti che l'insegnante è autentico e affidabile. Rafforzare il senso di sicurezza è estremamente importante affinché gli studenti si sentano a proprio agio nel porre domande e condividere le loro preoccupazioni. L'insegnante deve garantire la riservatezza delle conversazioni e creare un'atmosfera di rispetto reciproco in cui gli studenti si sentano protetti e compresi. Anche la promozione del pensiero critico svolge un ruolo importante. Incoraggiare gli studenti a riflettere su diverse prospettive e a sviluppare le proprie opinioni li aiuta a comprendere meglio questioni complesse. L'insegnante può porre domande aperte che incoraggino la riflessione e la discussione, come ad esempio "Perché pensi che stia succedendo questo?" o "Cosa pensi di questa situazione?".

### **Esercizio di laboratorio: "Domande e dubbi"** (durata 15 min)

Obiettivo: sviluppare le competenze degli insegnanti nel rispondere alle domande e alle preoccupazioni degli studenti in merito alle tematiche LGBT+. Applicazione pratica di tecniche di comunicazione efficaci. Sviluppare le capacità di empatia e di comprensione dei punti di vista degli studenti.

Creare strategie per affrontare domande e dubbi difficili da parte degli studenti. Promuovere un ambiente scolastico inclusivo e solidale.

Introduzione all'esercizio:

Il conduttore del workshop spiega lo scopo dell'esercizio e la sua importanza. Sottolinea che l'obiettivo è mettere in pratica tecniche di comunicazione efficaci come l'ascolto attento, l'apertura, l'onestà e la promozione del pensiero critico.

Compito scritto:

A ogni partecipante viene dato un foglio di carta e una penna. I partecipanti hanno 5 minuti per scrivere su dei cartoncini le domande e le preoccupazioni più comuni che gli studenti possono avere nel contesto LGBT+.

Il facilitatore raccoglie le schede dei partecipanti. Sceglie a caso alcune domande da discutere nel forum. Discutere le domande:

Il facilitatore legge ad alta voce le domande selezionate una per una. Ogni domanda viene discussa nel forum. Il facilitatore incoraggia le risposte, condividendo pensieri ed esperienze. La discussione dovrebbe durare circa 5-7 minuti per ogni domanda.

Analisi delle risposte:

Dopo aver risposto a ciascuna domanda, il formatore riassume i risultati principali. Sottolinea le strategie di comunicazione efficaci utilizzate nelle risposte. Evidenzia quali tecniche (ad esempio, l'ascolto attento, l'uso di un linguaggio semplice, l'onestà) sono state più efficaci.

Il facilitatore chiede ai partecipanti di riflettere sull'esercizio. I partecipanti condividono le loro riflessioni sulle difficoltà e i successi ottenuti nel rispondere alle domande. Infine, il facilitatore riassume l'esercizio, evidenziando i punti chiave della comunicazione efficace nel contesto delle domande e delle preoccupazioni degli studenti relative alle tematiche LGBT+.

Materiali necessari:

Fogli di carta

Penne

Lavagna o lavagna a fogli mobili (facoltativa, per registrare i risultati chiave)

## 10. Come affrontare i problemi di discriminazione ed esclusione

Affrontare la discriminazione e l'esclusione a scuola richiede un approccio multidimensionale che comprende la comprensione del problema, una comunicazione efficace, la cooperazione e l'attuazione di azioni appropriate. Il primo passo è comprendere la natura della discriminazione e dell'esclusione. La discriminazione può assumere molte forme: da atti diretti di ostilità a forme sottili di esclusione, fino a pratiche sistematiche che emarginano determinati gruppi. È importante che gli insegnanti siano consapevoli di queste diverse forme e siano in grado di riconoscerle.

La comunicazione efficace è un elemento chiave per la risoluzione dei problemi. Gli insegnanti devono creare spazi aperti e sicuri in cui gli studenti possano condividere le proprie esperienze e preoccupazioni senza temere il rifiuto o la repressione. L'ascolto attento, l'empatia e il sostegno emotivo sono preziosi in questo caso. Il passo successivo è la collaborazione. Affrontare la discriminazione e l'esclusione richiede una cooperazione a più livelli: tra insegnanti, studenti, genitori e amministrazione scolastica. Tutte le parti devono essere coinvolte nel processo per sviluppare soluzioni sostenibili ed efficaci.

L'attuazione di misure adeguate è l'ultimo passo, ma altrettanto importante. Gli insegnanti devono utilizzare strategie e metodi educativi che promuovano l'inclusività e l'uguaglianza. Ciò può includere programmi di educazione alla diversità, laboratori antidiscriminazione, mediazione tra pari e politiche antidiscriminatorie. È fondamentale che queste attività siano coerenti e a lungo termine, piuttosto che iniziative una tantum.

È inoltre importante monitorare e valutare le azioni intraprese. Gli insegnanti devono valutare regolarmente l'efficacia delle strategie messe in atto e modificarle se necessario. La riflessione costante sulle proprie azioni e sul loro impatto sugli studenti consente di migliorare continuamente la pratica.

### **Esercizio di laboratorio:**

#### **"Esclusione dello studente LGBT+".**

(durata 35 min)

Obiettivo: comprendere il problema della discriminazione e dell'esclusione e sviluppare strategie per affrontarlo nel contesto scolastico.

Introduzione all'esercizio:

Il facilitatore spiega lo scopo dell'esercizio e ricorda ai partecipanti che lavoreranno su un caso reale di discriminazione.

Allegato 4.

Studio di caso:

I gruppi hanno 20 minuti per analizzare il caso, tenendo conto di quanto segue:

- Identificare le fonti di discriminazione ed esclusione.
- Comprendere le emozioni e le prospettive di Jacob e delle altre persone coinvolte.
- Sviluppare strategie di comunicazione e azioni che possano aiutare a risolvere il problema.

Presentazione dei risultati:

Ogni gruppo presenta la propria analisi e le azioni proposte al resto dei partecipanti.

La presentazione deve durare circa 5-7 minuti.

Discussione e feedback:

Il facilitatore e i partecipanti discutono le proposte dei gruppi, fornendo un feedback sull'efficacia delle azioni proposte.

Sintesi:

Il relatore riassume i risultati principali e le raccomandazioni per affrontare la discriminazione e l'esclusione.

## 11. Principali sfide per i genitori di persone LGBT+ durante l'adolescenza e la ribellione adolescenziale

I genitori di persone LGBT+ si trovano spesso ad affrontare la sfida di accettare e comprendere l'identità sessuale o di genere del proprio figlio. L'adolescenza è un periodo di intenso sviluppo dell'identità e per gli adolescenti LGBT+ questo è aggravato dalla paura del rifiuto. I genitori possono avere difficoltà ad accettare l'orientamento sessuale o l'identità di genere del figlio a causa di pregiudizi, mancanza di conoscenze o timori per il futuro del figlio. Questo processo richiede che i genitori siano aperti, istruiti e di supporto per aiutare il figlio a costruire fiducia e accettazione di sé.

Gli adolescenti LGBT+ possono subire uno stress significativo legato alla violenza tra pari, alla discriminazione e all'esclusione. I genitori sono preoccupati per la sicurezza e il benessere dei loro figli, il che può generare paura e ansia. Spesso si chiedono come affrontare le situazioni in cui il proprio figlio è bersaglio di commenti e azioni omofobiche o transfobiche.

L'adolescenza è un periodo di ribellione, indipendentemente dall'orientamento o dall'identità di genere. Per i genitori di persone LGBT+ c'è l'ulteriore sfida di sostenere il proprio figlio durante un periodo di ribellione, cercando al contempo di comprendere le specificità e i problemi che il figlio deve affrontare. I genitori devono trovare un equilibrio tra il sostegno emotivo e il rispetto dei limiti e dell'indipendenza dell'adolescente.

Molti genitori hanno bisogno del supporto di una formazione sulle identità LGBT+ per comprendere meglio le esperienze dei loro figli e sostenerli efficacemente nella loro vita quotidiana. Questa formazione dovrebbe comprendere sia la comprensione della diversità delle identità sia la capacità di affrontare le sfide della discriminazione e dello stress.

I genitori devono impegnarsi attivamente affinché il proprio figlio non si senta isolato o emarginato. Sostenere le relazioni sociali del figlio e impegnarsi in attività che favoriscano l'uguaglianza e l'inclusione può aiutare a costruire un senso di appartenenza e accettazione.

### **Esercizio di laboratorio:**

#### **"Simulazione di una conversazione con un genitore".**

(durata 30 min)

Obiettivo: aiutare i genitori ad affrontare le sfide dell'accettazione, della comprensione e del sostegno dei figli LGBT+ durante l'adolescenza. Sviluppare competenze per affrontare le sfide dell'accettazione e del sostegno dei figli LGBT+. Aumentare la consapevolezza delle sfide dei genitori e delle strategie di coping. Promuovere una comunicazione aperta e una collaborazione tra genitori e figli nel contesto delle identità LGBT+.

#### Introduzione all'esercizio:

Il facilitatore spiega lo scopo dell'esercizio e sottolinea che si concentrerà sulle abilità pratiche per affrontare le sfide dei genitori LGBT+.

#### Divisione in gruppi:

I partecipanti al workshop sono divisi in gruppi.

A ogni gruppo viene assegnato uno dei seguenti scenari sulle sfide che i genitori di persone LGBT+ possono affrontare:

Scenario 1: un genitore scopre che la figlia adolescente si identifica come lesbica e ha difficoltà ad accettare la sua identità.

Scenario 2: un genitore nota che il figlio, che è bisessuale, è escluso dai suoi coetanei.

Scenario 3: un genitore è preoccupato per il futuro e la sicurezza del proprio figlio transgender.

Scenario 4: un genitore lotta contro i propri pregiudizi e la mancanza di conoscenza dell'identità di genere del figlio.

Scenario 5: un genitore vuole sostenere il proprio figlio LGBT+ durante la ribellione adolescenziale, ma non sa come farlo in modo efficace.

#### Sviluppo di un piano d'azione:

Ogni gruppo ha 20 minuti per sviluppare un piano d'azione in risposta allo scenario assegnato. Il piano deve includere:

- Strategia di comunicazione.
- Potenziali attività di supporto emotivo.
- Risorse e fonti di informazione utili.

Presentazione dei piani:

I gruppi presentano i loro piani d'azione al resto dei partecipanti. La presentazione deve durare circa 5 minuti.

Discussione e feedback:

Il facilitatore e i partecipanti discutono le presentazioni, offrendo un feedback costruttivo sulle strategie proposte.

Sintesi:

Il facilitatore riassume i risultati principali dell'esercitazione e discute le migliori pratiche per sostenere i genitori di persone LGBT+ durante l'adolescenza e la ribellione adolescenziale.

Materiali necessari:

Descrizioni degli scenari (stampate per ogni gruppo)

Blocchi per appunti e penne

Lavagne a fogli mobili e pennarelli (facoltativi per registrare i risultati chiave)

## 12. Comprendere la prospettiva dei genitori

Per comprendere il punto di vista dei genitori LGBT+ è necessario prendere in considerazione i molti aspetti complessi ed emotivi legati alla scoperta e all'accettazione dell'identità sessuale o di genere del proprio figlio. Durante l'adolescenza, quando i figli iniziano a scoprire ed esprimere la propria identità, i genitori possono essere alle prese con una serie di emozioni e preoccupazioni che possono influenzare il loro modo di reagire alla situazione. I genitori spesso provano sentimenti contrastanti come sorpresa, incertezza, paura e talvolta anche rabbia o tristezza. Questi sentimenti possono derivare dal confronto con le proprie convinzioni, le norme sociali e la paura per il futuro del figlio. Un cambiamento nell'identità percepita dal bambino può portare a un conflitto interno, soprattutto se i genitori hanno convinzioni o paure profondamente radicate sull'orientamento sessuale o sull'identità di genere. Per molti genitori le prime reazioni possono essere di shock e incredulità. Si tratta di una reazione naturale che spesso deriva da una mancanza di preparazione o di conoscenza delle identità LGBT+. In queste situazioni, è importante che i genitori abbiano accesso a informazioni e supporto per aiutarli a capire cosa sono l'orientamento sessuale e l'identità di genere e come questi aspetti influenzano la vita dei loro figli. Anche le preoccupazioni per la sicurezza e il futuro del bambino sono comuni. I genitori possono preoccuparsi delle potenziali difficoltà che il figlio può incontrare, come la discriminazione, la violenza tra pari o le difficoltà a trovare sostegno sociale. Queste preoccupazioni possono essere particolarmente intense se i genitori percepiscono che il loro bambino sta vivendo un'esperienza di esclusione o è esposto alla violenza. Inoltre, i genitori possono lottare con sentimenti di colpa o di responsabilità per la situazione del figlio. Possono chiedersi se le proprie azioni o inazioni abbiano contribuito alle difficoltà del figlio. Questo tipo di auto-recriminazione può essere debilitante e richiede un sostegno affinché i genitori possano affrontare il processo di accettazione e sostegno del figlio. La comprensione della prospettiva dei genitori richiede anche la considerazione del loro processo di adattamento. Per molti genitori, l'accettazione dell'orientamento sessuale o dell'identità di genere del figlio è un processo graduale che richiede tempo. È fondamentale sostenere i genitori nell'acquisizione di conoscenze, nello sviluppo dell'empatia e nella costruzione di abilità comunicative che li aiutino a comprendere meglio e a sostenere il proprio figlio. Comprendere la prospettiva dei genitori LGBT+ è fondamentale per aiutarli efficacemente ad accettare e sostenere il proprio figlio. Ciò richiede che si tenga conto delle loro emozioni, delle loro preoccupazioni, delle loro esigenze educative e del processo di adattamento a lungo termine, che può avere un impatto significativo sulla qualità del sostegno che i genitori possono offrire ai loro figli.

### 13. Problemi e difficoltà tipiche

I problemi e le difficoltà tipiche dei genitori di persone LGBT+ sono spesso legati alla gestione emotiva e pratica delle nuove realtà dell'identità del figlio. Sostenere gli adolescenti LGBT+ durante l'adolescenza e la ribellione comporta una serie di sfide che possono influire sulle relazioni familiari e sul benessere emotivo dei genitori.

Il primo problema tipico è l'accettazione e la comprensione dell'identità del bambino. I genitori devono spesso confrontarsi con le proprie emozioni e convinzioni sull'orientamento sessuale o sull'identità di genere del figlio. Questo può essere particolarmente difficile se i genitori hanno avuto altre aspettative in precedenza o se la loro conoscenza delle persone LGBT+ è limitata. Questo processo richiede apertura mentale e tempo per riflettere e adattarsi alla nuova realtà.

Un'altra difficoltà è rappresentata dalle preoccupazioni per la sicurezza e il futuro del bambino. I genitori possono preoccuparsi di come il figlio sarà trattato nella società, compreso il rischio di discriminazione, violenza tra pari o esclusione sociale. Queste preoccupazioni possono essere particolarmente forti per i bambini che si identificano come transgender o queer, che possono sperimentare particolari livelli di ostilità o non accettazione.

I problemi di comunicazione all'interno della famiglia sono un altro aspetto importante. I genitori possono avere difficoltà a comunicare efficacemente con i propri figli riguardo alla loro identità e alle loro esperienze, il che può portare a incomprensioni, conflitti e tensioni. Allo stesso tempo, gli adolescenti LGBT+ possono sentirsi non adeguatamente supportati o incompresi, complicando ulteriormente la situazione. Inoltre, i genitori possono lottare con conflitti interni e sensi di colpa. Possono chiedersi se la loro educazione, i loro valori o le loro convinzioni possano aver contribuito alle difficoltà del figlio. Questo senso di colpa e di responsabilità può essere debilitante e richiede un sostegno esterno per aiutare i genitori a superare questo momento difficile.

Un altro problema è la mancanza di risorse e supporto adeguati. I genitori possono avere difficoltà ad accedere a informazioni, supporto psicologico o gruppi di sostegno per famiglie LGBT+. La mancanza di tali risorse può rendere difficile sostenere efficacemente il proprio figlio e gestire le proprie emozioni e preoccupazioni.

Un ultimo problema tipico è l'isolamento sociale e la mancanza di comprensione da parte di altri familiari o amici. I genitori possono sentirsi soli nella lotta per trovare accettazione

e sostegno per il proprio figlio, soprattutto se l'ambiente circostante non è aperto alla diversità o non mostra empatia. Questo isolamento può aggravare i sentimenti di impotenza e stress

## 14. Supporto emotivo ed educativo per i genitori

Il supporto emotivo ed educativo per i genitori LGBT+ è un elemento chiave per aiutarli ad affrontare le sfide dell'accettazione e del sostegno dei loro figli. Offrire il giusto supporto può fare una differenza significativa nel migliorare le relazioni familiari e il benessere emotivo sia dei genitori che dei loro figli. Ecco come sostenere efficacemente i genitori in queste aree:

### 1. Fornire un supporto empatico:

I genitori di persone LGBT+ possono provare una serie di emozioni, dallo shock e la sorpresa alla paura e all'incertezza. È fondamentale dare loro lo spazio per esprimere i propri sentimenti e le proprie preoccupazioni senza giudicarli. Il sostegno emotivo dovrebbe comprendere l'ascolto attivo e l'offerta di empatia. Terapeuti, consulenti e gruppi di sostegno possono aiutare i genitori a elaborare queste emozioni e a trovare modi sani per affrontarle.

### 2. Aiuto nella gestione dei conflitti interni:

I genitori possono lottare con sentimenti di colpa o dubbi sui propri valori e convinzioni. Il sostegno dovrebbe comprendere l'aiuto a comprendere e accettare la loro reazione e a trovare un equilibrio tra i propri sentimenti e le esigenze del bambino. In questo processo possono essere utili sessioni di terapia, coaching o sostegno di gruppo.

### 3. Costruire le capacità di comunicazione:

I genitori devono imparare a comunicare efficacemente con i propri figli sulla loro identità e sulle loro esperienze. I seminari e i corsi di formazione sulla comunicazione possono aiutare i genitori a sviluppare capacità di dialogo aperto e solidale, che è fondamentale per mantenere relazioni sane e risolvere i problemi.

### 4. Educazione LGBT+:

Fornire ai genitori conoscenze sull'orientamento sessuale e sull'identità di genere è fondamentale per un sostegno efficace. La formazione deve comprendere concetti di base, ricerche attuali e informazioni sulle sfide che le persone LGBT+ possono affrontare. Le risorse possono includere opuscoli, articoli, libri e l'accesso a corsi di formazione e webinar specializzati.

#### 5. Informazioni su risorse e supporto:

I genitori devono essere informati sulle risorse disponibili per sostenere le persone LGBT+, come i gruppi di sostegno per i genitori, le organizzazioni per i diritti LGBT+ e i servizi di consulenza e terapia. Queste informazioni possono aiutare i genitori a trovare forme di sostegno adeguate e a creare una rete di supporto per loro stessi e per i loro figli.

#### 6. Competenze pratiche per il sostegno al bambino:

È importante che i genitori apprendano le abilità pratiche per sostenere il proprio figlio. Ciò può includere strategie per affrontare la discriminazione, comprendere la necessità di affermare l'identità del figlio e costruire un ambiente familiare positivo. La formazione pratica e i workshop possono fornire ai genitori strumenti e tecniche per aiutarli a sostenere efficacemente i loro figli.

#### 7. Preparazione alle emergenze:

I genitori devono essere preparati ad affrontare potenziali situazioni di crisi, come episodi di discriminazione o crisi emotive del figlio. Il supporto educativo dovrebbe includere strategie per affrontare tali situazioni, comprese le competenze per intervenire e cercare un aiuto professionale quando necessario.

## 15. Dove indirizzare i genitori in cerca di aiuto

Organizzazioni e fondazioni

### Fondazione Campagna contro l'omofobia (KPH)

Indirizzo: Via Kłopotowskiego 6/8, 03-717 Varsavia

Sito web: [kph.org.pl](http://kph.org.pl)

Descrizione: KPH offre supporto alle persone LGBT+ e alle loro famiglie, organizzando gruppi di sostegno per i genitori e vari corsi di formazione e workshop sui diritti LGBT+.

### La Fondazione "L'amore non esclude"

Indirizzo: Via Hoża 27, 00-521 Varsavia

Sito web: [mnw.org.pl](http://mnw.org.pl)

Descrizione: La fondazione offre sostegno psicologico e consulenza alle persone LGBT+ e alle loro famiglie. Organizza inoltre incontri informativi e workshop per i genitori.

### Fondazione Trans-Fusion

Indirizzo: 1 Via Jasna, 00-013 Varsavia

Sito web: [transfusion.org](http://transfusion.org)

Descrizione: La fondazione è specializzata nel sostegno alle persone transgender e alle loro famiglie. Offre consulenza e supporto psicologico e organizza gruppi di sostegno per i genitori di bambini transgender.

### Fondazione Cultura dell'Uguaglianza

Indirizzo: Via Krakowska 14, 31-062 Cracovia

Sito web: [kulturarownosci.org](http://kulturarownosci.org)

Descrizione: La Fondazione opera a favore delle persone LGBT+ e organizza vari eventi e programmi educativi. Offre sostegno alle persone LGBT+ e alle loro famiglie, compresi gruppi di supporto e workshop.

### Fondazione Everything's Play

Indirizzo: 12 Via Świętej Gertrudy, 31-048 Cracovia

Sito web: [wszystkogra.org.pl](http://wszystkogra.org.pl)

Descrizione: La Fondazione si occupa di promuovere la diversità e l'inclusione. Offre programmi educativi e sostegno alle persone LGBT+ e organizza eventi e laboratori per le famiglie.

Centro Podkarpackie per la salute mentale

Indirizzo: Via Grunwaldzka 5, 35-039 Rzeszów

Sito web: [pczp.pl](http://pczp.pl)

Descrizione: Il centro offre assistenza psicologica e terapeutica, compreso il sostegno alle persone LGBT+ e alle loro famiglie. È specializzato nell'offrire un sostegno personalizzato in base alle esigenze individuali.

TELEFONI:

Linea telefonica per bambini e giovani Dare forza ai bambini

Tutti i giorni, 24 ore su 24, 116 111

Linea di assistenza per le persone LGBT e i loro familiari Lambda Warsaw

Lunedì-Venerdì, 18:00-21:00, 22 628 52 22

Linea nazionale di assistenza alle vittime di violenza familiare Linea blu

Tutti i giorni, 24 ore su 24, 800 120 002

Linea telefonica di crisi Istituto di psicologia della salute

Tutti i giorni, 24 ore su 24, 116 123

Forum sugli antidepressivi Linea telefonica antidepressione

Mercoledì-giovedì, 17.00-19.00, 22 594 91 00

Linea di assistenza ITAKA per i giovani

Da lunedì a venerdì, dalle 12:00 alle 20:00, 22 484 88 04

## 16. Mediazione tra pari: come condurla?

La mediazione tra pari è una tecnica di risoluzione dei conflitti che utilizza le capacità di comunicazione e negoziazione dei pari per risolvere le controversie tra studenti. Nel contesto delle persone LGBT+, la mediazione tra pari può aiutare a gestire i conflitti che possono derivare da intolleranza o discriminazione. Ecco come condurre la mediazione tra pari:

Preparazione alla mediazione

Formazione dei mediatori:

Selezione e formazione dei mediatori: Selezionare un gruppo di studenti o un insegnante da formare come mediatori. La formazione dovrebbe includere capacità di ascolto attivo, neutralità, empatia e tecniche di risoluzione dei conflitti. Assicurarsi che i mediatori abbiano una conoscenza di base dell'orientamento sessuale, dell'identità di genere e delle sfide che le persone LGBT+ possono affrontare.

Definire il processo di mediazione: Identificare le fasi della mediazione, come gli incontri iniziali, le sessioni di mediazione e le valutazioni. Stabilire regole e procedure in materia di riservatezza, neutralità e partecipazione volontaria.

Creare la documentazione: Preparare i moduli per registrare i casi e i risultati della mediazione, in modo da avere una chiara registrazione del processo e dei risultati.

Svolgimento della mediazione

Riunione preliminare:

Preparazione: prima dell'incontro di mediazione, incontratevi separatamente con ciascuna delle parti per capire il loro punto di vista e le loro preoccupazioni. Spiegare il processo di mediazione e gli obiettivi dell'incontro.

Definizione degli obiettivi: Aiutare i partecipanti a identificare i risultati che vogliono ottenere con la mediazione e a chiarire le loro aspettative.

Sessione di mediazione:

Apertura: Iniziare la sessione di mediazione introducendo lo scopo dell'incontro e i principi della mediazione (neutralità, riservatezza, ascolto attivo). Assicurarsi che tutte le parti siano pronte a parlare.

**Ascolto:** consentire a ogni partecipante di esprimere liberamente il proprio punto di vista e i propri sentimenti in merito al conflitto. Utilizzare tecniche di ascolto attivo per garantire che tutti si sentano ascoltati.

**Identificazione dei problemi:** Aiutare i partecipanti a identificare i problemi principali e le fonti di conflitto. Richiamare l'attenzione su eventuali questioni di discriminazione o intolleranza che possono influenzare la situazione.

**Cercare soluzioni:**

**Brainstorming:** incoraggiare i partecipanti a trovare soluzioni insieme. Sviluppare insieme le possibili opzioni per risolvere il conflitto, tenendo conto delle esigenze e delle aspettative di ciascuna parte.

**Negoziazione:** Aiutare i partecipanti a trovare una soluzione di compromesso soddisfacente per tutte le parti. Assicurarsi che la soluzione sia realistica e attuabile.

**Chiusura della mediazione:**

**Sintesi:** riassumere le soluzioni e gli impegni concordati. Assicurarsi che ogni parte comprenda quanto è stato concordato e quali sono i passi successivi.

**Documentazione:** documentare gli accordi di mediazione e fornirli a tutti i partecipanti. Stabilire quando si terrà il prossimo incontro per verificare i progressi e l'efficacia della soluzione.

**Monitoraggio dei progressi:**

**Incontri regolari:** Organizzare incontri regolari con i partecipanti per monitorare l'attuazione delle soluzioni concordate e il miglioramento della situazione.

**Valutazione:** condurre una valutazione del processo di mediazione per valutarne l'efficacia e individuare eventuali aree di miglioramento.

**Supporto ulteriore:**

**Supporto psicologico:** se la situazione non migliora o se emergono nuovi problemi, indirizzare i partecipanti a un supporto psicologico o di consulenza specializzato.

## 17. Il ruolo della mediazione nella risoluzione dei conflitti

La mediazione svolge un ruolo fondamentale nella risoluzione dei conflitti, in alternativa ai metodi tradizionali di risoluzione delle controversie, come i procedimenti giudiziari o disciplinari. Si tratta di un processo in cui una persona neutrale, nota come mediatore, aiuta le parti in conflitto a raggiungere un accordo facilitando la comunicazione, promuovendo la comprensione e sostenendo la ricerca di soluzioni soddisfacenti per tutte le parti coinvolte. Il mediatore non prende decisioni per le parti in conflitto, ma svolge un ruolo di consulenza, aiutandole a comprendere le rispettive prospettive e a raggiungere un compromesso.

Il ruolo principale della mediazione è quello di creare uno spazio in cui le parti possano esprimere liberamente le loro preoccupazioni, i loro sentimenti e le loro esigenze in un ambiente sicuro e di supporto. La mediazione consente una comprensione più profonda delle fonti del conflitto e spesso rivela interessi e valori nascosti che possono essere fondamentali per risolvere la controversia. In questo modo è possibile trovare soluzioni creative e reciprocamente vantaggiose che potrebbero non essere disponibili attraverso le procedure tradizionali di risoluzione delle controversie.

Durante il processo di mediazione, il mediatore utilizza una serie di tecniche come l'ascolto attivo, la parafrasi, le domande e la risoluzione dei problemi per aiutare le parti a concentrarsi sulle soluzioni piuttosto che sulle accuse reciproche. La mediazione promuove anche lo sviluppo di capacità di comunicazione e negoziazione, che possono portare a soluzioni più sostenibili ed efficaci ai conflitti. Inoltre, la mediazione può aiutare a ricostruire il rapporto tra le parti, migliorando la cooperazione e la fiducia, spesso danneggiate dal conflitto.

Uno degli importanti punti di forza della mediazione è la sua flessibilità e il suo adattamento alle esigenze delle parti. Il processo di mediazione può essere meno formale rispetto ai procedimenti giudiziari, consentendo una maggiore libertà di adattare i metodi alle circostanze e alle esigenze specifiche dei partecipanti. La mediazione spesso porta a una risoluzione più costruttiva e soddisfacente dei conflitti, riducendo le tensioni e prevenendo un'ulteriore escalation delle controversie.

In un contesto educativo, la mediazione può svolgere un ruolo particolarmente importante nella risoluzione dei conflitti tra studenti, insegnanti e genitori. Contribuisce a creare un'atmosfera più armoniosa e solidale nelle scuole, favorendo una migliore cooperazione e il rispetto reciproco. La mediazione nell'ambiente scolastico può anche

contribuire allo sviluppo delle capacità di risoluzione dei conflitti negli studenti, una preparazione preziosa per la loro futura vita professionale e personale.

## 18. Tecniche e metodi di mediazione

### Tecniche di mediazione

- Ascolto attivo

L'ascolto attivo consiste nel concentrarsi completamente sull'interlocutore, confermando che le sue affermazioni sono state comprese e prestando attenzione alle sue emozioni e ai suoi bisogni. È una tecnica fondamentale che aiuta le parti a sentirsi ascoltate e comprese.

Frase di esempio: "Capisco che si senta maltrattato quando i colleghi prendono in giro i suoi interessi. Vorrei saperne di più su come questo ti condiziona, in modo da trovare insieme una soluzione".

- Parafrasi

La parafrasi consiste nel ripetere o ribadire ciò che una parte ha detto per assicurarsi che sia stato ben compreso e per dimostrare che il mediatore sta seguendo la conversazione.

Frase di esempio: "Se ho capito bene, stai dicendo che ti senti ignorato nel gruppo perché i tuoi colleghi non ti prendono sul serio a causa del tuo orientamento sessuale, è vero?".

### Porre domande aperte

Le domande aperte incoraggiano le parti a esprimere i propri pensieri e sentimenti in modo più dettagliato, favorendo una comprensione più profonda del problema e la ricerca di soluzioni creative.

Frase di esempio: "Quali azioni specifiche dei tuoi compagni di classe ti fanno sentire sottovalutato e cosa potremmo fare per cambiare questa situazione?".

### Parafrasi delle emozioni

Questa tecnica prevede l'identificazione e l'espressione di emozioni che potrebbero non essere espresse direttamente dalle parti, ma che sono importanti per comprendere il contesto completo del conflitto.

Frase di esempio: "Sembra che lei si senta frustrato e ferito dal fatto che i suoi colleghi non accettano la sua identità. Vuole che esaminiamo più da vicino come possiamo migliorare questa situazione?".

### Riformulare il problema

La riformulazione del problema consiste nel cambiare il modo in cui viene presentato il conflitto per facilitare la ricerca di una soluzione. Aiuta le parti a vedere il problema da una prospettiva diversa.

Frase di esempio: "Invece di considerare questo problema come un attacco personale, cerchiamo di capire quali sono le fonti del malinteso e come possiamo risolvere il problema insieme".

### Metodi di mediazione:

#### - Facilitazione della mediazione

La mediazione facilitativa si concentra sull'agevolazione della comunicazione tra le parti e sul sostegno a trovare le proprie soluzioni. Il mediatore agisce come una guida neutrale che aiuta le parti a esprimere le loro esigenze e preoccupazioni, ma non impone soluzioni.

Frase di esempio: "Il mio compito è quello di aiutarvi a capire i punti di vista degli altri e a trovare una soluzione soddisfacente per entrambi. Quali idee avete su come migliorare l'atmosfera in classe?".

#### - Mediazione valutativa

La mediazione valutativa prevede che il mediatore valuti la forza e la debolezza delle argomentazioni delle parti e i possibili esiti delle diverse soluzioni. Il mediatore può suggerire soluzioni specifiche, ma lascia la decisione finale alle parti.

Frase di esempio: "Sulla base di quanto detto, la soluzione di introdurre classi aggiuntive per la diversità potrebbe essere efficace. Qual è la sua opinione in merito?".

#### - Mediazione trasformativa

La mediazione trasformativa si concentra sul cambiamento della relazione tra le parti, sviluppando la comprensione reciproca e l'empatia. L'obiettivo non è solo quello di risolvere un conflitto specifico, ma anche di migliorare la qualità complessiva della relazione.

Frase di esempio: "Vorrei che provaste a vedere la situazione dalla prospettiva dell'altra parte. Quali emozioni e bisogni potrebbero guidare le azioni dei tuoi colleghi e come possiamo migliorare il rapporto insieme?".

- Mediazione narrativa

La mediazione narrativa prevede che le parti raccontino le loro versioni degli eventi e che i conflitti vengano analizzati nel contesto di queste storie. L'obiettivo è capire come le narrazioni influenzino la percezione del conflitto e trovare un terreno comune.

Frase di esempio: "Dimmi come vedi questo conflitto dal tuo punto di vista. Quali storie ed esperienze potrebbero influenzare la tua attuale posizione sulla situazione?".

- Mediazione inclusiva

La mediazione inclusiva mira a creare soluzioni vantaggiose per tutti, concentrandosi su interessi e bisogni comuni piuttosto che su punti di conflitto.

Frase di esempio: "Invece di concentrarsi sulle differenze, cerchiamo di trovare obiettivi comuni che possano costituire la base per una soluzione che soddisfi le esigenze di tutte le parti coinvolte".

### **Esercitazione di laboratorio "Risolvere il conflitto"**

(durata 20 min)

Introduzione

Il facilitatore introduce i partecipanti allo scopo dell'esercizio e ai principi della mediazione.

Suddivisione in gruppi:

Il facilitatore divide i partecipanti in 4 gruppi. Due gruppi interpreteranno i ruoli delle parti in conflitto e due gruppi saranno i mediatori.

Descrizione del caso:

Allegato 3.

Il facilitatore presenta uno scenario di conflitto fittizio

Sessione di mediazione:

Un gruppo di mediatori conduce una sessione di mediazione, utilizzando tecniche di ascolto attivo e di negoziazione. Gli studenti che interpretano le parti in conflitto presentano i loro punti di vista e le loro preoccupazioni.

Feedback:

Dopo la mediazione, i gruppi condividono le loro osservazioni sul processo, discutono ciò che è andato bene e ciò che potrebbe essere migliorato.

Sintesi:

Discutere i risultati dell'esercizio e riassumere i risultati chiave e le competenze apprese.

## 19. Come aiutare e non evitare il tema dell'alterità

Dal punto di vista dello psicoterapeuta, il tema dell'"alterità" nello spazio scolastico ha un impatto profondo e spesso sottovalutato sullo sviluppo mentale, emotivo e sociale dei giovani. Ogni bambino, ogni adolescente, arriva a scuola con il proprio bagaglio di esperienze, credenze e paure. Queste sono spesso legate alla domanda: "Sono accettato così come sono?". Per gli studenti che sono diversi dalla maggioranza - in termini di orientamento sessuale, identità di genere, aspetto, abilità, background o convinzioni - questa domanda diventa spesso un dramma interiore che si ripete ogni giorno. L'evitamento dell'argomento "alterità" da parte degli adulti può non solo esacerbare questo dramma, ma anche portare a conseguenze psicologiche a lungo termine. Un giovane inizia a notare molto presto ciò che è socialmente accettabile e ciò che viene trattato come "diverso", "strano", "inferiore". I bambini sono osservatori molto sensibili: non solo di ciò che viene detto, ma anche - e forse soprattutto - di ciò che non viene detto. Il silenzio degli adulti di fronte ai temi della diversità è un messaggio per loro. Dice: "Questo è un argomento scomodo, un tabù. Non ne parliamo, quindi forse è una cosa negativa". In psicoterapia diciamo che anche l'assenza di un messaggio è un messaggio, spesso molto potente. Per un bambino o un adolescente che sta cercando di capire la propria identità, la mancanza di uno spazio per parlarne può portare a vergogna, isolamento, ansia e, in ultima analisi, a una diminuzione dell'autostima, a disturbi d'ansia, depressione o pensieri suicidi. Al contrario, un approccio aperto e affermativo alla diversità ha un effetto terapeutico. Quando l'insegnante dice chiaramente: "Ognuno di noi è diverso, e questo è un valore", crea uno spazio in cui il giovane può respirare. Smette di essere un "diverso" e inizia a essere semplicemente se stesso. Questa affermazione, soprattutto se pronunciata da una figura autorevole come un insegnante o un educatore, è di grande importanza per l'integrità psicologica del bambino. Lo aiuta a costruire un'identità sana, invece di funzionare in modo difensivo e nascosto. In psicoterapia si parla di creare una "base sicura", uno spazio in cui la persona si sente accettata senza condizioni e ha quindi il coraggio di svilupparsi.

È altrettanto importante che la scuola non si limiti all'educazione cognitiva - all'impartire fatti su diverse forme di identità o fenomeni sociali - ma formi anche atteggiamenti emotivi: empatia, curiosità verso gli altri, apertura all'alterità. Non si tratta di "aggiunte leggere", ma delle fondamenta di un sano sviluppo emotivo. Un giovane che non ha paura di fare domande e che sa di poter essere ascoltato senza essere giudicato ha maggiori probabilità di sviluppare autostima, responsabilità e maturità emotiva. Uno studente che sa che la diversità non è una minaccia, ma una parte naturale della vita, non reagirà con aggressività all'ignoto.

Al contrario, sarà in grado di adottare un atteggiamento di dialogo. Non va dimenticato nemmeno il ruolo delle relazioni tra pari. Per un adolescente, il gruppo è spesso il punto di riferimento più importante. Una scuola che non reagisce all'esclusione, alle battute sull'"alterità", ai commenti omofobi o razzisti, sostiene silenziosamente la violenza simbolica. Questo silenzio fa male. Da un punto di vista psicoterapeutico, è la violenza nascosta, non definita, non nominata che è particolarmente pericolosa - perché è difficile opporsi e difficile parlarne. I giovani che vivono quotidianamente questa micro-esclusione spesso non hanno nemmeno il linguaggio per esprimerla. Con il passare del tempo, assumono che "è così e basta". - Questo porta all'impotenza appresa e spesso all'autocensura interna. Ecco perché è così importante che una scuola non abbia solo un programma educativo, ma anche una vibrante cultura della risposta, dove ogni esperienza di esclusione viene accolta con una risposta e ogni domanda, anche difficile, trova uno spazio di conversazione. La scuola dovrebbe essere un luogo in cui la diversità non è un argomento da trattare una tantum durante l'ora di educazione, ma una realtà quotidiana che si riflette nel linguaggio, nei materiali didattici, nel comportamento degli adulti e nell'atmosfera della classe.

Da un punto di vista terapeutico, qualsiasi iniziativa che promuova la comprensione dell'"alterità" è un investimento nella salute mentale degli studenti - quelli che sono diversi dalla maggioranza, ma anche quelli che stanno imparando a vivere in un mondo in cui la diversità è la norma, non l'eccezione. Queste attività insegnano atteggiamenti che pagano nella vita adulta: coraggio, empatia, assertività, apertura. In questo modo, la scuola non solo insegna, ma guarisce, favorendo la coesione interiore degli alunni e aiutandoli a diventare persone in grado di vivere con se stessi e con gli altri in armonia.

## 20. Quali sono gli errori più gravi commessi da chi è vicino alle persone LGBT+?

I parenti - famiglia, amici, partner, colleghi - svolgono un ruolo cruciale nella vita delle persone LGBT+. I loro atteggiamenti, parole e comportamenti possono creare un senso di sicurezza, appartenenza e accettazione o, al contrario, diventare fonte di dolore, esclusione e profonde ferite emotive. Purtroppo, molti degli errori più comuni non sono dovuti a una deliberata riluttanza, ma alla mancanza di conoscenza, a pregiudizi inconsci o alla paura di confrontarsi con le proprie convinzioni. Dal punto di vista psicoterapeutico, questi errori hanno gravi conseguenze - dal punto di vista emotivo, sociale e della salute - per i membri della comunità LGBT+. Uno dei comportamenti più dannosi da parte delle persone care è quello di **minimizzare o ignorare l'identità della persona LGBT+**. Questo può manifestarsi in gesti apparentemente piccoli: non usare i pronomi preferiti, omettere il nuovo nome della persona transgender, non riconoscere la relazione di coppia. Da un punto di vista psicologico, queste azioni sono una forma di "micro-invalidazione". - la comunicazione indiretta ma sistematica che l'identità dell'altro è meno valida, falsa, indegna di essere riconosciuta. Questo non solo danneggia l'autostima, ma può portare all'alienazione, allo stress cronico e a disturbi emotivi, tra cui depressione e ansia. Altrettanto distruttivo è il **tentativo di "aggiustare" l'identità** - la convinzione che l'orientamento sessuale o l'identità di genere

siano qualcosa che può essere cambiato, "rimodellato", "medicato" o "superato". Sebbene queste narrazioni siano talvolta sostenute da una convinzione caritatevole o religiosa di "bontà", sono profondamente dannose. Da un punto di vista psicoterapeutico, tentare di cambiare l'identità di una persona significa interferire con l'aspetto più fondamentale della sua integrità psicologica. Il risultato può essere non solo la rottura delle relazioni con i propri cari, ma anche la traumatizzazione, la perdita di fiducia, l'aumento dei sintomi depressivi e un significativo incremento del rischio di comportamenti suicidi.

Un altro errore comune è quello di **sostenere invisibilmente l'omofobia o la transfobia**, anche se non intenzionalmente. Fare battute, chiudere un occhio, rimanere in silenzio di fronte all'aggressione verbale di qualcuno o persino guardare programmi o contenuti che mostrano pregiudizi nei confronti delle persone LGBT+ in presenza di un figlio o di un partner può essere percepito come acquiescenza. In molti casi, le persone LGBT+ non hanno bisogno di aggressioni palesi per sentirsi rifiutate: la passività è sufficiente. In psicologia si parla di vittimizzazione secondaria, quando un ambiente che dovrebbe essere di supporto non solo non reagisce alla violenza, ma con la sua passività la normalizza. Non meno dannoso è **evitare di parlare di orientamento e identità di genere**. Il silenzio - anche quello derivante dall'incertezza o dalla paura di commettere un errore - viene spesso interpretato come mancanza di interesse o addirittura come condanna. Le persone LGBT+ parlano spesso di sentirsi "invisibili", soprattutto nelle famiglie in cui non si parla di argomenti legati alla loro identità. Psicologicamente, questo può portare a una tensione cronica, a dover nascondere la verità su se stessi e a vivere una doppia realtà. Paradossalmente, non è la conversazione difficile, ma la mancanza di essa che fa più male. Anche la questione della **privacy e della sicurezza per le** persone LGBT+ è talvolta gravemente sottovalutata. L'"outing", cioè la rivelazione dell'identità di una persona senza il suo consenso, anche se in buona fede, è una grave violazione dell'intimità e della fiducia. In alcune situazioni può addirittura mettere a repentaglio la salute o la vita, soprattutto in ambienti ostili alla diversità. Da un punto di vista psicoterapeutico, si tratta di una forma di superamento dei confini che spesso porta alla perdita del senso di controllo e di sicurezza e può portare alla ritraumatizzazione della persona LGBT+. Infine, la **mancanza di un supporto attivo nei momenti di crisi** - come la discriminazione, la violenza o una crisi di salute mentale - può essere devastante per una persona LGBT+. Nelle situazioni in cui hanno più bisogno della presenza e del coinvolgimento dei propri cari, vengono lasciate sole, non perché qualcuno si sia apertamente rifiutato di aiutarle, ma perché chi le circonda non sa come reagire o minimizza la gravità del problema. Ferite non ascoltate, dolori non notati: sono esperienze che accumulano e approfondiscono la sofferenza psicologica.

Per evitare questi errori, è necessario uscire dalla propria zona di comfort e fare uno sforzo attivo per **sviluppare la competenza relazionale, emotiva e culturale**. Ciò significa non solo acquisire conoscenze sulla comunità LGBT+, ma anche confrontarsi con le proprie convinzioni ed essere pronti a imparare un nuovo linguaggio: un linguaggio di sostegno, empatia e presenza. Un atteggiamento di apertura, sensibilità e disponibilità all'ascolto è spesso più importante di una conoscenza "perfetta". Per molte persone LGBT+, la cosa più importante non è che i loro cari capiscano ogni termine e sfumatura, ma che siano disposti a parlare,

ascoltare e accompagnarli senza giudicare. Sostenere una persona LGBTQ+ non significa compiere gesti eclatanti, ma essere costantemente presenti ogni giorno, riconoscere la sua identità e costruire una relazione rispettosa. È un processo che richiede empatia, coraggio e impegno, ma i risultati - sotto forma di legami forti e autentici - non hanno prezzo.

Esercizi di laboratorio:

### 1. "Trasformare il silenzio in conversazione" - formazione al linguaggio dell'accettazione

**Obiettivo:** esercitarsi a riconoscere e riformulare i messaggi che possono ferire e imparare un linguaggio di sostegno.

**Istruzioni:**

Ai partecipanti vengono consegnati dei cartoncini con esempi di affermazioni sminuenti o inadeguate sentite di frequente (ad esempio, "È solo una fase", "Non parliamone davanti agli altri", "Perché preoccuparsi di postare?").

Il compito è trasformare ogni affermazione in un messaggio empatico e di accettazione (ad esempio: "Grazie per avermelo detto - voglio capire di più", "Hai il diritto di essere te stesso in qualsiasi situazione").

**Riflessione:** quali parole vi danno coraggio? Cosa vorreste sentirvi dire, se vi trovaste in una situazione simile?

---

### 2. "Autoritratto del pregiudizio - mappa delle proprie convinzioni

**Obiettivo:** prendere coscienza dei pregiudizi inconsci, degli stereotipi e delle loro fonti.

**Istruzioni:**

I partecipanti disegnano una "mappa" delle loro convinzioni sulle persone LGBTQ+ - possono inserire parole, emozioni, immagini, messaggi familiari, mediatici o religiosi che hanno ricevuto in diverse fasi della loro vita.

Poi analizzano quali di queste convinzioni sono proprie e quali sono state recepite dall'esterno.

**Riflessione:** come queste convinzioni influenzano il mio comportamento nei confronti dei miei cari? C'è qualcosa che mi sorprende?

---

### 3. "I panni dell'altro". - esercizio empatico

**Obiettivo:** sviluppare l'empatia attraverso la prospettiva di una persona LGBT+.

**Istruzioni:**

I partecipanti disegnano situazioni quotidiane (ad esempio: "Tua figlia ti dice che è lesbica", "Un amico gay ti invita a un matrimonio", "Un amico transgender ti chiede di usare un nuovo nome") e scrivono quale sarebbe la loro prima emozione e reazione.

Poi considerano: *Cosa potrebbe provare la persona dall'altra parte? Che effetto potrebbero avere le mie parole su di loro?*

**Riflessione:** qual è la differenza tra una "buona intenzione" e un vero sostegno?

---

#### 4. "Accettazione dell'ignoranza": lavorare con la paura di sbagliare.

**Obiettivo:** domare la paura di sbagliare e costruire l'apertura al dialogo.

**Istruzioni:**

I partecipanti scrivono ciò che temono di più quando parlano con una persona LGBT+ della propria identità (ad esempio "non conosco il vocabolario", "non voglio offendere", "non so cosa dire").

A coppie o in piccoli gruppi, discutete su come affrontare questa paura senza evitare il contatto.

**Riflessione:** una conversazione deve essere perfetta per essere di supporto?

---

#### 5. "Responsabilità quotidiana" - un esercizio di azione concreta

**Obiettivo:** tradurre le conoscenze e gli atteggiamenti in comportamenti quotidiani di supporto.

**Istruzioni:**

I partecipanti scrivono tre situazioni della vita quotidiana in cui potrebbero reagire attivamente (ad esempio, "quando qualcuno fa una battuta omofoba", "quando uno studente usa un linguaggio offensivo", "quando qualcuno evita l'argomento LGBT+ davanti a un bambino").

Poi scrivono cosa possono fare o dire nello specifico per mostrare sostegno.

**Riflessione:** cosa mi fa tacere a volte? Come posso allenare il mio coraggio?

---

#### 6. "Salva la lettera" - dialogo del cuore

**Obiettivo:** creare un legame e una comprensione più profonda delle emozioni di una persona LGBT+.

**Istruzioni:**

Il partecipante scrive una lettera a una persona LGBT+ vicina in cui cerca di esprimere i

propri sentimenti, domande, preoccupazioni e desiderio di comprensione. Può essere una lettera reale o simbolica.

La lettera può essere letta ad alta voce (facoltativo), condivisa o tenuta per sé.

**Riflessione:** Quali emozioni ho provato mentre scrivevo? Ho scoperto qualcosa di nuovo su di me?

## 21. Imparare l'accettazione di sé e l'assertività

Insegnare ai giovani l'accettazione di sé e l'assertività è uno degli elementi più importanti per sostenere la loro salute mentale e le loro abilità sociali. L'adolescenza è un periodo di intense transizioni emotive, fisiche e di identità. È anche un periodo in cui i giovani iniziano a porsi domande sulla propria autostima, sul posto che occupano nel mondo e sui confini delle relazioni con gli altri. Senza un sostegno consapevole da parte della scuola, degli insegnanti e di chi si occupa di loro, gli adolescenti possono rimanere bloccati in sentimenti di scarsa autostima, insicurezza e necessità di adattarsi a tutti i costi, a spese di se stessi. La costruzione dell'accettazione di sé inizia con la creazione di uno spazio sicuro e solidale in cui i giovani si sentano rispettati così come sono, con le loro diversità, emozioni, stile, aspetto, orientamento o interessi. Ciò significa non solo non ridicolizzare o giudicare, ma anche dimostrare attivamente che ogni persona merita di essere riconosciuta e può essere se stessa senza temere il rifiuto. Il ruolo degli adulti - insegnanti, educatori, genitori - è quello di modellare questo atteggiamento. Il loro modo di parlare degli altri, di rispondere alle differenze e di gestire le emozioni difficili diventa un modello per i giovani, spesso più influente delle sole parole. Nella pratica educativa, vale la pena di utilizzare strumenti che i giovani trovano vicini e coinvolgenti. Invece di moralizzare, saranno più efficaci le attività che li invitano a scoprire se stessi e a parlare con la propria voce. Ad esempio, elementi di lavoro sulle emozioni e sull'identità possono essere introdotti durante i corsi per genitori o le ore di prevenzione. Un'idea è quella di far creare agli alunni una "mappa dell'identità" su cui scrivere ciò che li definisce: passioni, valori, tratti del carattere, sogni, appartenenza. È importante riconoscere che l'identità non deve essere necessariamente "coerente" o "matura". - è in divenire e ogni versione di sé merita di essere accettata. Altrettanto importante dell'accettazione di sé è imparare a **essere assertivi**, cioè essere in grado di dire

"sì" e "no" in base ai propri sentimenti e valori. I giovani si trovano spesso in situazioni in cui la pressione dei pari o la paura di essere giudicati rendono difficile stabilire dei limiti. La capacità di esprimere le proprie esigenze e opinioni senza aggressività, ma anche senza sottomissione, è una competenza che influisce in modo significativo sulla salute mentale. Può essere esercitata in modo pratico attraverso giochi di ruolo, analisi di film o testi culturali in cui i personaggi affrontano situazioni sociali difficili. Gli alunni possono lavorare sulla formulazione di propri messaggi assertivi, come ad esempio: "Non mi sento a mio agio con questa battuta", "Non voglio partecipare", "Apprezzo la tua opinione, ma la penso diversamente". Un esercizio importante e semplice per sviluppare un'autostima positiva può essere quello di creare un **"albero dei valori personali"**. Sul tronco scrivono il loro nome, sui rami le qualità che apprezzano di sé, le situazioni in cui hanno dimostrato forza o coraggio e sulle foglie le parole di sostegno che vorrebbero sentire dagli altri (o che possono dire a se stessi). Questo lavoro non solo aiuta a identificare le risorse interiori, ma rafforza anche l'idea che il valore di una persona non deriva dai giudizi o dal soddisfare le aspettative degli altri. Anche sostenere i giovani a costruire una comunità di pari rispettosa è insostituibile. Il modo in cui il gruppo classe reagisce alla diversità, il modo in cui risolve i conflitti, il modo in cui commenta l'aspetto o il comportamento degli altri: tutto ciò determina il clima in cui i giovani imparano a nascondersi o a essere se stessi. È buona norma creare contratti di classe condivisi in cui siano gli stessi alunni a stabilire quali regole adottare, in modo che tutti si sentano sicuri di esprimersi. Questa forma di responsabilità condivisa favorisce il senso di influenza e di appartenenza. Infine, vale la pena ricordare che sia l'accettazione di sé che l'assertività sono processi - non si ottengono attraverso laboratori una tantum, ma attraverso un lavoro sistematico, il sostegno e la presenza di adulti disposti ad ascoltare, rispondere ed essere autentici. I giovani non hanno bisogno di guide perfette, ma di persone vere che mostrino loro che vale la pena rispettarsi e che è possibile essere se stessi senza paura.

## **ESERCIZIO 1: "SPECCHIO INTERIORE"**

**Oggetto: Bodoneutralità e rispetto del proprio corpo**

**Durata:** 25 minuti

**Gruppo target:** giovani dai 13 anni in su

**Obiettivi specifici:**

- sviluppare un rapporto realistico e comprensivo con il proprio corpo,
- Spostare l'attenzione dall'aspetto alla funzione, alla forza e all'esperienza,
- ridurre le critiche interne legate all'aspetto.

**Materiali:**

- fogli A3 grandi o sagome di silhouette,

- penne, pennarelli, adesivi, fogli da colorare.

### **Chilometraggio:**

#### **1. Introduzione (5 min)**

Il relatore spiega la differenza tra corporeità ("ama sempre il tuo corpo") e corporeità ("non devi amare, ma puoi rispettare e curare"). Sottolinea che il corpo non è solo un'apparenza, ma soprattutto uno strumento che ci serve ogni giorno.

#### **2. Parte principale (15 min)**

Ai partecipanti viene consegnato un foglio di carta con la sagoma di una figura.

All'interno della figura scrivono

- le cose per cui sono grati al proprio corpo (ad esempio, "grazie ai miei occhi posso vedere il mondo che mi piace"),
- le situazioni in cui si sentono a proprio agio "nella propria pelle",
- parole di sostegno che vorrebbero sentire da loro stessi.

All'esterno della sagoma, scrivono slogan che ricordano il loro valore indipendentemente dal loro aspetto (ad esempio, "sono più del mio corpo", "il mio corpo = la mia casa").

#### **3. Sintesi (5 min)**

I partecipanti possono parlare volontariamente del loro lavoro. Il facilitatore modera la conversazione:

- Cosa vi ha sorpreso?
- Qualcosa vi ha commosso?
- Cosa volete dire al vostro corpo che non avete mai detto prima?

### **Difficoltà:**

Alcuni studenti possono avere difficoltà a identificare gli aspetti positivi del proprio corpo. Si possono fornire spunti funzionali (ad esempio, il movimento, la parola, la respirazione) e rassicurare che ogni risposta è corretta.

---

## **ESERCIZIO 2: "IL TUO NO - IL TUO SÌ"**

**Oggetto: Assertività e limiti nelle relazioni di coppia**

**Durata:** 35 minuti

**Gruppo target:** giovani dai 14 anni in su

**Obiettivi specifici:**

- riconoscere le situazioni in cui gli alunni hanno difficoltà a rifiutare,
- imparare un linguaggio costruttivo per difendere i propri confini,
- rafforzare il senso di agency e di coraggio nelle relazioni.

#### **Materiali:**

- Schede modello messaggio FUKO,
- per scrivere i propri scenari.

#### **Chilometraggio:**

##### **1. Introduzione (5 min)**

Spiegazione: Assertività ≠ mancanza di gentilezza. È la capacità di rispettare se stessi e gli altri. Il facilitatore introduce il modello FUKO:

- F - Fatti (ad es. "Quando mi interrompi mentre sto parlando...").
- U - Sentimenti ("...mi sento ignorato...")
- K - Conseguenze ("...e sto iniziando a spegnermi...")
- O - Aspettative ("...per favore fatemi finire").

##### **2. Parte principale (20 min)**

Gli studenti descrivono due situazioni reali della loro vita in cui hanno avuto difficoltà a dire di no o a esprimere un'opinione.

Poi, con l'aiuto del modello FUKO, creano messaggi alternativi e assertivi.

A coppie o in piccoli gruppi recitano le scene, in un'atmosfera sicura e di supporto.

##### **3. Riepilogo (10 min)**

Discussione in cerchio:

- Quali emozioni sono emerse quando avete parlato dei vostri limiti?
- Di cosa avete bisogno per parlare in modo assertivo più spesso?
- Come potete sostenere qualcuno che sta imparando l'assertività?

---

### **ESERCIZIO 3: "L'ALTERITÀ IN CLASSE - IL MIO IMPATTO"**

**Argomento:** Empatia verso gli studenti LGBT+ e le persone emarginate

**Durata:** 40 minuti

**Gruppo target:** giovani dai 14 anni in su

**Obiettivi specifici:**

- sviluppare la capacità di empatizzare con una persona esclusa,
- costruire la responsabilità del linguaggio e del clima sociale,
- superare la passività di fronte all'esclusione.

**Materiali:**

- descrizioni stampate della situazione (o audio-registrate),
- schede di riflessione.

**Chilometraggio:**

**1. Storie esemplificative (10 min):**

Il facilitatore legge o condivide tre brevi storie (reali o di fantasia):

- Il coming out non riceve risposta: silenzio e distanza.
- Un alunno transgender sente un nome morto durante un'assemblea.
- Un alunno con un aspetto atipico viene escluso dai gruppi.

**2. Lavoro scritto (10 min):**

Gli studenti completano un foglio di riflessione:

- Quali emozioni potrebbe provare questa persona?
- Come mi sentirei io in questa situazione?
- Cosa potrei fare come testimone?

**3. Discussione (15 min):**

Gli studenti lavorano in gruppi di 4 e creano dei mini-manifesti "Cosa fa la classe per assicurarsi che nessuno si senta escluso?".

Le idee possono essere simboliche (ad esempio una bandiera, un adesivo sulla porta) o pratiche (ad esempio regole comuni, reazioni all'esclusione).

#### 4. Sintesi (5 min):

Il facilitatore sottolinea l'importanza delle micro-reazioni quotidiane - sguardi, parole, presenza - per costruire o distruggere il senso di sicurezza.

---

### ESERCIZIO 4: "PROGETTARE UNA CAMPAGNA

**Tema: Educazione tra pari e attività di accettazione di base**

**Durata:** 45 minuti

**Gruppo target:** giovani dai 13 anni in su

**Obiettivi specifici:**

- sviluppare la creatività nella promozione dei valori di uguaglianza e diversità,
- Incoraggiare gli studenti ad agire per cambiare il clima sociale a scuola,
- costruire un senso di influenza.

**Materiali:**

- fogli di carta, pennarelli, materiali artistici o strumenti di progettazione digitale.

**Chilometraggio:**

#### 1. Ispirazione (5 min):

Il presentatore mostra esempi di semplici campagne sociali (ad esempio, "Rainbow Friday", "Body Positive", "Love Has No Labels") e ne discute lo scopo.

#### 2. Lavoro di gruppo (25 min):

Compito: progettare una mini-campagna scolastica con lo slogan:

- "Scuola senza esclusione".
- "Hai il diritto di essere te stesso".
- "Un posto per tutti".

Elementi della campagna:

- Poster, slogan, azione, slogan sui social media.

#### 3. Presentazioni (10 minuti):

Ogni gruppo presenta il proprio progetto, dicendo a chi si rivolge, cosa vuole cambiare e cosa si può fare domani.

#### 4. Sintesi (5 min):

Una conversazione sull'impatto dei giovani, non solo come studenti, ma come creatori di spazi sociali.

### Completamento

Il tema dell'acquisizione di competenze per fornire un supporto efficace alle persone LGBT a scuola - sia a livello individuale che in classe - è un argomento molto ampio, per il quale è sempre necessaria una formazione continua. Ci siamo resi conto di quanto sia fondamentale non solo acquisire conoscenze sulle identità LGBT+, ma anche competenze che consentano di sostenere efficacemente gli studenti nel lavoro quotidiano. Le nostre discussioni ed esercitazioni hanno dimostrato l'importanza di rispondere abilmente alle domande, risolvere i conflitti e creare uno spazio in cui ogni studente si senta accettato e compreso. Vorrei sottolineare che lavorare a sostegno degli studenti LGBTQ+ è un processo continuo che richiede un apprendimento e una riflessione costanti. Con lo sviluppo delle nostre competenze e conoscenze, saremo in grado di rispondere meglio alle mutevoli esigenze degli studenti e di creare più efficacemente un ambiente in cui la diversità sia rispettata e valorizzata. Vi invitiamo a continuare a sviluppare le vostre competenze, a utilizzare le risorse disponibili e a non avere paura di chiedere supporto quando necessario. Il vostro ruolo di insegnanti è fondamentale per costruire una comunità scolastica in cui tutti gli studenti possano prosperare e sentirsi al sicuro.

### Esercizio di laboratorio: "Con cosa me ne vado oggi?".

(durata 40 min)

Obiettivo:

L'esercizio è pensato per riassumere le conoscenze e le competenze acquisite durante il workshop e per consentire ai partecipanti di riflettere su ciò che hanno tratto di più prezioso dall'incontro di oggi. Questo permette ai partecipanti di capire meglio come applicheranno le nuove competenze nel loro lavoro e quali azioni intraprenderanno in futuro. Il facilitatore spiega lo scopo dell'esercizio, che è quello di riflettere sulle lezioni e sulle competenze più importanti apprese dal workshop. Incoraggia i partecipanti a riflettere onestamente su quali aspetti della formazione sono stati più preziosi per loro e su come possono applicarli nella loro pratica. Il facilitatore chiede ai partecipanti di riflettere su ciò che è stato più memorabile del workshop. Cosa è piaciuto e cosa potrebbe essere migliorato. Il facilitatore chiede a ciascuno di condividere i propri pensieri. Il facilitatore riassume i temi e le conclusioni più frequenti. Può raggruppare contributi simili e richiamare l'attenzione sugli aspetti più importanti che sono stati discussi insieme. Incoraggia i partecipanti a discutere come mettere in pratica le loro nuove competenze e conoscenze e quali sfide potrebbero incontrare.

Il relatore ringrazia i partecipanti per il loro contributo e impegno. Sottolinea che il processo di apprendimento e sviluppo è continuo e li incoraggia a continuare a trovare modi per

migliorare le loro competenze nel sostenere gli studenti e creare un ambiente scolastico inclusivo.

L'esercizio "Con cosa me ne vado oggi?" non ha solo lo scopo di riassumere il workshop, ma anche di ispirare ulteriori azioni e riflessioni sull'implementazione delle conoscenze acquisite nel lavoro quotidiano.

Questionario di valutazione Appendice 5.

(durata 15 min)

Allegato 1

Grazie per aver partecipato a questo workshop sul sostegno agli studenti LGBT+ nelle scuole. Prima della formazione, vi chiediamo di completare questo sondaggio per aiutarci a valutare il vostro attuale livello di conoscenza e preparazione per lavorare con gli studenti LGBT+. Dopo il workshop, vi chiederemo di completare lo stesso sondaggio per valutare l'efficacia della formazione.

**1. Come valuta la sua conoscenza della comunità LGBT+?**

- Molto basso
- Basso
- Media
- Alto
- Molto alto

**2. Con quale frequenza affronta argomenti relativi alla diversità di genere e all'orientamento sessuale nelle sue lezioni?**

- Mai
- Raramente
- A volte
- Spesso

- Molto spesso

**3. si sente sicuro nel parlare agli studenti delle questioni LGBT+?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**4. quali sono le vostre capacità di affrontare i problemi di discriminazione in classe?**

- Molto debole
- Debole
- Medio
- Buono
- Molto buono

**5 Sapete dove indirizzare i genitori di studenti LGBT+ per ottenere aiuto e supporto?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**6. Come giudica le sue capacità di mediazione tra pari?**

- Molto debole
- Debole
- Medio
- Buono
- Molto buono

**7 Quanto si sente preparato a creare uno spazio inclusivo e sicuro per gli studenti LGBT+ in classe?**

- Decisamente impreparato
- Piuttosto impreparato
- Neutro

- Piuttosto preparato
- Decisamente preparato

**8. Qual è il suo approccio ai problemi di omofobia a scuola?**

- Molto incerto
- Piuttosto incerto
- Neutro
- Piuttosto certo
- Molto sicuro

**9. Come giudica la sua capacità di parlare ai genitori dell'"alterità" dei loro figli?**

- Molto debole
- Debole
- Media
- Buono
- Molto buono

**10. ritiene di avere conoscenze sufficienti per promuovere l'uguaglianza e affrontare la discriminazione a scuola?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**11. Come giudica la sua capacità di rispondere alle domande e alle preoccupazioni degli studenti sulle tematiche LGBT+?**

- Molto debole
- Debole
- Media
- Buono
- Molto buono

**12 In che misura si sente competente a creare materiali educativi LGBT+?**

- Decisamente incompetente
- Piuttosto incompetente
- Neutro
- Piuttosto competente
- Decisamente competente

**13 Come giudica la sua capacità di fornire supporto emotivo agli studenti LGBT+?**

- Molto debole
- Debole
- Medio
- Buono
- Molto buono

**14. si sente pronto a lavorare con studenti appartenenti alla comunità LGBT+?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**15. quali sono le vostre aspettative dal workshop? (Si prega di descrivere brevemente)**

- \_\_\_\_\_

**16. Ha riscontrato problemi di omofobia nella sua scuola?**

- Sì
- Non

**17. Come giudica l'efficacia degli attuali programmi antidiscriminazione della sua scuola?**

- Molto inefficace
- Piuttosto inefficace
- Neutro
- Piuttosto efficace

- Molto efficace

**18. Quali sono le sfide che gli studenti LGBT+ devono affrontare nella vostra scuola? (Si prega di descrivere brevemente)**

- \_\_\_\_\_

**19 In che misura si sente compreso dagli altri insegnanti per quanto riguarda il sostegno agli studenti LGBT+?**

- Decisamente non compreso
- Piuttosto incompreso
- Neutro
- Piuttosto capito
- Decisamente compreso

**Grazie per aver completato il sondaggio!**

### **Scenario 1: esclusione sociale di un alunno omosessuale**

Uno studente che si identifica come gay si rivolge all'insegnante con un chiaro senso di esclusione dalla classe. Parla della distanza vissuta, della mancanza di inclusione e del comportamento di rifiuto che, sebbene sottile, è sistematico. Questa situazione è un esempio delle cosiddette microaggressioni e della violenza relazionale. Il ruolo dell'insegnante in questo caso non è solo quello di ascoltare lo studente e mostrare empatia, ma anche di attivare misure adeguate per rafforzare il senso di appartenenza dello studente. Si possono suggerire attività che non richiedono la rivelazione dell'identità dello studente, come attività di diversità e inclusione, lavoro sull'empatia in classe, moderazione del lavoro di gruppo. È inoltre importante comunicare allo studente che la sua esperienza è legittima e che chiedere aiuto è coraggioso e appropriato.

---

### **Scenario 2: I genitori di uno studente transgender cercano sostegno**

I genitori di uno studente che si identifica come transgender contattano l'insegnante esprimendo confusione, preoccupazione e necessità di comprendere la situazione. Vogliono sapere come sostenere il proprio figlio, ma allo stesso tempo riconoscono di avere difficoltà ad affrontare la nuova realtà. In questa situazione, l'insegnante ha un ruolo di intermediazione molto importante da svolgere. Durante la conversazione è fondamentale mostrare comprensione e un atteggiamento non giudicante nei confronti dei genitori. È uno spazio per ascoltare in modo empatico e offrire conoscenze con delicatezza, ad esempio invitandoli a reperire materiale didattico, a parlare con uno psicologo scolastico o a contattare un'organizzazione che sostiene i genitori di persone LGBT+. L'obiettivo non è cambiare le loro opinioni, ma aprirli al processo di sostegno del figlio e all'accettazione del fatto che la sua identità non è negoziabile.

---

### **Scenario 3: commenti omofobici in classe**

Un alunno riferisce a un insegnante di aver subito commenti omofobici da parte di alcuni compagni. Questi commenti possono essere pronunciati in modo scherzoso, ma il loro

effetto psicologico è reale: minano il senso di sicurezza e di dignità dello studente. In questo caso, l'insegnante deve rispondere in modo rapido e deciso, non solo a comportamenti specifici, ma anche comunicando a tutta la classe che tali atteggiamenti non saranno tollerati. È consigliabile parlare con l'alunno individualmente, dandogli spazio per esprimere le proprie emozioni e suggerendogli quali azioni sarebbero di supporto. Parallelamente, sono necessarie azioni educative - ad esempio, una lezione sul tema del pregiudizio e del linguaggio escludente, che non affronti direttamente la situazione dell'alunno, ma la utilizzi per costruire la responsabilità condivisa della classe.

---

#### **Scenario 4: paura di dichiararsi bisessuale**

Lo studente prende in considerazione l'idea di dichiararsi bisessuale, ma teme fortemente la reazione di chi lo circonda. Teme il rifiuto da parte dei coetanei e l'incomprensione degli insegnanti. Cerca un luogo in cui possa esprimersi in modo sicuro. In una situazione del genere, l'insegnante dovrebbe innanzitutto rassicurarlo sul fatto che la decisione di uscire appartiene solo allo studente e che non è obbligato a spiegare la sua identità. È bene sottolineare che è naturale sentirsi insicuri in questo processo e che si può dare sostegno anche quando gli studenti non rivelano la propria identità in pubblico. Può anche essere una buona idea suggerire il contatto con uno psicologo per aiutare a superare queste paure.

---

#### **Scenario 5: una persona non binaria chiede di utilizzare nuovi pronomi e nomi**

Un alunno che si identifica come persona non binaria chiede all'insegnante di usare il nome e i pronomi coerenti con la sua identità. Tuttavia, incontra resistenza, sia da parte di alcuni insegnanti sia da parte dell'amministrazione scolastica. Per l'insegnante si tratta di una situazione che richiede coraggio e di agire nei limiti della legge, ma anche dell'etica professionale. La cosa più importante è rispettare la dignità e l'identità dello studente, anche se la modifica dei dati personali non è ancora stata effettuata formalmente. L'insegnante può farsi portavoce dell'alunno presso la direzione, sostenendo l'introduzione di buone pratiche come l'uso del nome comune, la notazione "nome usato" nei documenti interni e l'inserimento di elementi di educazione alla parità nel programma educativo della scuola.

---

#### **Scenario 6: Una lesbica subisce atti di bullismo a scuola**

Un'allieva che si identifica come lesbica si rivolge all'insegnante per chiedere aiuto: subisce pettegolezzi, scherno e una forma di bullismo nascosto. È emotivamente esausta e perde il senso di autostima. In una situazione del genere, è essenziale fornirle un sostegno completo, sia dal punto di vista emotivo che sistemico. La conversazione deve basarsi sul riconoscimento delle sue esperienze e sul rafforzamento delle sue risorse interiori. È

importante non lasciarla sola con la responsabilità di risolvere la situazione. L'insegnante, in accordo con lo studente, può avviare azioni comportamentali nei confronti della classe, consultare la situazione con il consulente scolastico e monitorare il comportamento dei compagni. L'obiettivo non è solo quello di fermare la violenza, ma anche di restituire all'alunno il senso di dignità.

---

### **Scenario 7: controversia sulla partecipazione di uno studente transgender alle lezioni di educazione fisica.**

I genitori di un alunno transgender non sono d'accordo sul fatto che il loro figlio debba partecipare alle lezioni di educazione fisica secondo l'identità di genere. Chiedono il parere e il sostegno dell'insegnante. Si tratta di una situazione che riguarda non solo le convinzioni dei genitori, ma anche il diritto all'autodeterminazione dello studente. L'insegnante deve condurre la conversazione in uno spirito di rispetto, ma anche difendere in modo inequivocabile il benessere dello studente, invocando i principi di parità di trattamento e il diritto del bambino a svilupparsi secondo la propria identità. Si possono proporre soluzioni di compromesso che non violino la dignità dell'alunno, ad esempio un cambio di gruppo, spogliatoi separati, classi individuali. Parallelamente, è utile indirizzare i genitori a consultare uno psicologo o uno specialista in educazione alla parità.

---

### **Scenario 8: Cyberbullismo basato sull'orientamento**

Un alunno riferisce di essere stato vittima di cyberbullismo - ricevendo messaggi offensivi e post sui social media relativi al suo orientamento sessuale. L'insegnante deve reagire immediatamente: raccogliere le prove, informare il tutor scolastico, il pedagogo e la direzione. In casi giustificati, la questione deve essere segnalata alle istituzioni competenti (polizia, consiglio scolastico, Mediatore degli alunni). Allo stesso tempo, è necessario fornire un sostegno psicologico all'alunno e mostrargli che non è solo. È opportuno organizzare attività preventive in classe sul tema dell'hate speech e della responsabilità digitale, senza nominare personalmente l'alunno, ma creando un clima in cui la violenza digitale non è tollerata.

---

### **Scenario 9: Pressione sociale nei confronti della persona asessuale**

Un alunno che si identifica come asessuale si presenta per chiedere aiuto all'insegnante - subisce la pressione dei pari per definire i propri sentimenti e "spiegare" la propria identità. In questo caso, l'insegnante dovrebbe comunicare chiaramente che non c'è alcun obbligo di

rivelare o spiegare la propria identità a nessuno. Vale la pena sottolineare che l'asessualità, come qualsiasi altro orientamento, è un modo di essere a tutti gli effetti. Lo studente ha bisogno di sostegno per sviluppare capacità di assertività e di definizione dei confini. Gli si potrebbe anche proporre di partecipare a un incontro con uno psicologo, a un gruppo di sostegno o a corsi per sviluppare le capacità di comunicazione.

---

### **Scenario 10: Iniziativa per la creazione di un club LGBTQ+ a scuola**

Uno studente gay fa coming out con l'iniziativa di creare un club di sostegno LGBTQ+ a scuola, ma allo stesso tempo esprime preoccupazione per le reazioni di chi lo circonda, compresi i genitori e gli altri studenti.

Un'iniziativa del genere richiede coraggio e maturità e merita un sostegno concreto. L'insegnante può diventare il tutore di questo club e aiutare lo studente a superare le procedure formali. Insieme, si possono sviluppare la missione del club, le regole di funzionamento e i modi per garantire la sicurezza dei suoi membri. È anche importante preparare il terreno: parlare con il dirigente scolastico, introdurre attività educative, parlare con il Consiglio dei genitori (se necessario) per dimostrare che un club di questo tipo non promuove l'ideologia, ma sostiene gli studenti e previene l'esclusione.

Descrizione del caso:

Il contesto della situazione:

Jacob, uno studente del secondo anno di liceo, è omosessuale. Da quando il suo orientamento sessuale è diventato noto, ha notato un aumento di commenti e comportamenti negativi da parte dei suoi coetanei.

Problema identificato:

Jakub subisce ogni giorno l'esclusione a scuola. I suoi compagni di classe hanno iniziato a evitarlo e alcuni alunni usano commenti offensivi e battute omofobe nei suoi confronti.

Emozioni e reazioni degli studenti:

Jacob si sente isolato e ansioso. La sua autostima è crollata e lo stress di essere discriminato quotidianamente influisce negativamente sul suo rendimento scolastico e sul suo benessere generale.

Risposta degli insegnanti e della scuola:

Gli insegnanti non erano a conoscenza dell'entità del problema fino a quando Jacob non ha segnalato gli incidenti al tutor. La scuola ha una politica antidiscriminatoria, ma la sua attuazione è disomogenea e manca un'azione sistematica contro l'omofobia.

Prospettive delle persone coinvolte:

Jacob: Vorrebbe che i suoi compagni e gli insegnanti riconoscessero la sua identità e lo sostenessero in una situazione difficile.

I coetanei: potrebbero non essere consapevoli dell'impatto negativo delle loro azioni su Jacob o essere influenzati da stereotipi e pregiudizi.

Insegnanti: devono trovare il modo di attuare efficacemente le politiche antidiscriminatorie e sostenere Jacob.

Azioni proposte:

Istruzione: organizzare seminari per studenti e insegnanti sulla diversità e la lotta alla discriminazione.

Sostegno individuale: Garantire a Jacob l'accesso a uno psicologo o a un consulente scolastico per aiutarlo a gestire lo stress.

Intervento: introdurre e far rispettare le politiche antidiscriminatorie nella scuola, anche sanzionando i comportamenti inappropriati e promuovendo il rispetto per tutti gli studenti.

Conversazioni: Conversazioni con i coetanei di Jacob per sensibilizzarli sugli effetti della discriminazione e promuovere l'empatia.

Valutazione e monitoraggio:

Monitoraggio regolare della situazione di Jacob e valutazione dell'efficacia delle azioni implementate, con la possibilità di adeguare la strategia se necessario.

Scenario: Conflitto a scuola - Intolleranza verso uno studente LGBT+

Contesto:

Nella scuola secondaria "Golden High School" è sorto un conflitto tra un gruppo di studenti e Michal Kowalski, uno studente della classe 3C che si identifica come gay. Michal ha iniziato a parlare apertamente del suo orientamento sessuale, suscitando la reazione negativa di alcuni studenti. Altri studenti hanno iniziato a ridicolizzarlo, chiamandolo con nomi offensivi ed escludendolo dalle attività del gruppo.

Partecipanti:

Michal Kowalski - Studente di terza media, gay. Michal subisce l'esclusione e il bullismo dei suoi coetanei, che influiscono sul suo benessere e sul suo rendimento scolastico.

Anna Nowak - studentessa della classe 3C, leader del gruppo di pari che ridicolizza Michal. Anna ritiene che Michal sia "troppo sensibile" e "reagisca in modo eccessivo" alle molestie.

Piotr Wisniewski - studente della classe 3C, membro del gruppo che perseguita Michal. Piotr ritiene che Michal debba "confondersi con la folla" e "smettere di attirare l'attenzione su di sé".

Maria Zielińska - educatrice e mediatrice che ha notato il problema e ha deciso di organizzare una mediazione per risolvere il conflitto e riportare la calma in classe.

Descrizione della situazione:

Il conflitto divenne così grave che Michael iniziò a evitare la scuola e il suo rendimento scolastico peggiorò. L'insegnante Maria Zielinska decise di mediare per trovare una soluzione al conflitto e migliorare l'atmosfera in classe.

Fasi del percorso di mediazione:

Registrazione del caso:

Utilizziamo un modulo di registrazione del caso di mediazione per raccogliere informazioni di base sui partecipanti, descrivere il conflitto e fissare le date iniziali della mediazione.

Corso della mediazione:

La mediatrice (Maria Zielinska) organizza un incontro con Michal, Anna, Piotr e altri studenti coinvolti nel conflitto.

Durante la mediazione, il mediatore utilizza tecniche di ascolto attivo e di parafrasi per garantire che ciascuna parte abbia la possibilità di esprimere i propri sentimenti e le proprie preoccupazioni.

Il mediatore incoraggia le parti a parlare dei loro sentimenti in modo "personale" invece di incolpare gli altri.

Soluzioni proposte:

I partecipanti alla mediazione discutono le possibili soluzioni, come l'introduzione di una formazione sulla diversità e la tolleranza e la definizione di regole per il rispetto reciproco in classe.

Il mediatore aiuta a sviluppare un piano d'azione, che comprende sia impegni concreti da parte degli studenti sia il sostegno a Michael, come gli incontri con lo psicologo della scuola.

Valutazione delle prestazioni:

Dopo la mediazione, compiliamo un modulo per i procedimenti e i risultati della mediazione, che documenta i risultati, gli impegni delle parti e il piano di follow-up.

Valutazione:

Vengono programmati altri incontri per valutare l'applicazione degli accordi e se la situazione è migliorata. Il mediatore e gli studenti discutono dei progressi compiuti e di eventuali esigenze di sostegno aggiuntive.

Documentazione:

Modulo di registrazione del caso: Contiene i dati di base dei partecipanti, una descrizione del conflitto e gli accordi preliminari.

Modulo per i procedimenti e gli esiti della mediazione: Documenta lo svolgimento della mediazione, le tecniche utilizzate durante le sessioni, le soluzioni proposte e gli accordi finali.

Grazie per aver partecipato al workshop sul sostegno agli studenti LGBT+ nelle scuole. Vi preghiamo di compilare nuovamente il questionario per valutare se la formazione ha soddisfatto le vostre aspettative e se ha aumentato le vostre conoscenze e competenze nel lavoro con gli studenti LGBT+.

**1. Come giudica la sua conoscenza della comunità LGBT+ dopo il workshop?**

- Molto basso
- Basso
- Media
- Alto
- Molto alto

**2. Quanto spesso intende trattare argomenti relativi alla diversità di genere e all'orientamento sessuale nelle sue lezioni dopo la formazione?**

- Mai
- Raramente
- A volte
- Spesso
- Molto spesso

**3. Vi sentite sicuri nel parlare di LGBT+ agli studenti dopo il workshop?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì

- Decisamente sì

**4. Come giudica la sua capacità di affrontare i problemi di discriminazione in classe dopo il workshop?**

- Molto debole
- Debole
- Medio
- Buono
- Molto buono

**5 Sapete dove indirizzare i genitori di studenti LGBT+ per ottenere aiuto e supporto dopo il workshop?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**6. Come giudica le sue capacità di mediazione tra pari dopo la formazione?**

- Molto debole
- Debole
- Medio
- Buono
- Molto buono

**7 Quanto vi sentite preparati a creare uno spazio inclusivo e sicuro per gli studenti LGBT+ in classe dopo il workshop?**

- Decisamente non preparato
- Piuttosto impreparato
- Neutro
- Piuttosto preparato
- Decisamente preparato

**8. Come giudica il suo approccio ai problemi di omofobia a scuola dopo la formazione?**

- Molto incerto

- Piuttosto incerto
- Neutro
- Piuttosto certo
- Molto sicuro

**9. Come giudica la sua capacità di parlare ai genitori dell'"alterità" dei loro figli dopo il workshop?**

- Molto debole
- Debole
- Media
- Buono
- Molto buono

**10. Pensate che dopo il workshop abbiate conoscenze sufficienti per promuovere l'uguaglianza e contrastare la discriminazione a scuola?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**11. Come giudica la sua capacità di rispondere alle domande e alle preoccupazioni degli studenti sulle tematiche LGBT+ dopo il workshop?**

- Molto debole
- Debole
- Media
- Buono
- Molto buono

**12 In che misura si sente competente a creare materiali educativi LGBT+ dopo la formazione?**

- Decisamente incompetente

- Piuttosto incompetente
- Neutro
- Piuttosto competente
- Decisamente competente

**13. Come giudica la sua capacità di fornire supporto emotivo agli studenti LGBT+ dopo il workshop?**

- Molto debole
- Debole
- Medio
- Buono
- Molto buono

**14. dopo il workshop ti senti pronto a lavorare con studenti appartenenti alla comunità LGBT+?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**15. Le aspettative che avevate prima del workshop sono state soddisfatte?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì
- Se no, perché? \_\_\_\_\_

**16. Dopo la formazione hai una migliore comprensione dei problemi dell'omofobia a scuola?**

- Decisamente no

- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**17. Come valutate l'efficacia delle strategie antidiscriminatorie proposte dopo il workshop?**

- Molto inefficace
- Piuttosto inefficace
- Neutro
- Piuttosto efficace
- Molto efficace

**18. dopo la formazione, hai una migliore comprensione delle sfide affrontate dagli studenti LGBT+ nella tua scuola?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**19. pensa che le conoscenze e le competenze acquisite durante il workshop contribuiranno a migliorare l'integrazione e il sostegno degli studenti LGBT+ a scuola?**

- Decisamente no
- Piuttosto non
- Non ho un'opinione
- Piuttosto sì
- Decisamente sì

**Grazie per aver completato il sondaggio!**

**Le vostre risposte sono molto importanti per noi per valutare l'efficacia dei nostri workshop e migliorare ulteriormente il programma.**