



RED FLAG

Prevenire la violenza di genere
How to prevent gender based violence

2023-3-ITO3-KA210-YOU-000181904

GUIDA PER OPERATORI



PEDRA



PORTA APERTA
SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE



YSPDB



Co-funded by
the European Union

UTILIZZARE L'EDUCAZIONE NON FORMALE PER PREVENIRE LA VIOLENZA DI GENERE TRA I GIOVANI

Sommario

Introduzione	3
1. Cos'è l'educazione non formale (ENF)?	4
2. Perché usare l'ENF per prevenire la violenza di genere?	5
3. Acquisire fiducia per agire come alleati o difensori contro la violenza di genere.....	6
4. Educazione non formale al di fuori delle scuole	8
5. Buone pratiche nell'uso dell'ENF per affrontare la violenza di genere	11
6. Esempi di sessioni da implementare.....	12
6.1. All'interno della scuola	12
6.1.1. Fascia d'età 12-14 anni	12
6.1.2. Fascia d'età 14-16 anni	15
6.1.3. Fascia d'età 14-16 anni	19
6.2. Fuori dalla scuola	23
6.2.1. Fascia d'età 12-14 anni	23
6.2.2. Fascia d'età 14-16 anni	27
6.2.3. Fascia d'età 16-20 anni	31
6.3. Progetta la tua attività.....	35



Co-funded by
the European Union

Introduzione

Riconoscere i primi segnali di relazioni tossiche e della violenza di genere è fondamentale per proteggere le persone, in particolare le giovani donne, da gravi danni emotivi, psicologici e fisici.

Il progetto Red Flag è stato ideato per offrire una soluzione proattiva, fornendo ai giovani, agli educatori e agli operatori sociali gli strumenti per identificare e affrontare questi “campanelli d’allarme” prima che si trasformino in situazioni più pericolose. Sensibilizzando e offrendo metodi pratici di intervento, il progetto permette a chi è a rischio e agli adulti che li supportano di agire tempestivamente e prevenire conseguenze a lungo termine.

I comportamenti dannosi vengono spesso trascurati o fraintesi, rendendo difficile affrontare le dinamiche tossiche nelle relazioni. Questa guida fornisce approfondimenti e consigli pratici, pensati specificamente per giovani tra i 12 e i 20 anni e per gli adulti che lavorano con loro. Offre le conoscenze necessarie per riconoscere precocemente atteggiamenti e azioni tossiche, oltre a dotare educatori e operatori sociali delle competenze per orientare e supportare i giovani nel prendere decisioni più sicure e consapevoli.

Alla base di questa guida vi è la convinzione che l’intervento precoce sia essenziale. Che si tratti di identificare comportamenti di controllo, comprendere l’impatto dell’abuso emotivo o sapere come e dove chiedere aiuto, questa risorsa fornisce passi chiari per prevenire gli effetti dannosi delle relazioni tossiche. Attraverso una maggiore consapevolezza e supporto, l’obiettivo è promuovere connessioni più sane e rispettose, dando ai giovani la fiducia necessaria per proteggersi da situazioni dannose.

1. Cos'è l'educazione non formale (ENF)?

L'educazione non formale si riferisce ad attività educative organizzate che avvengono al di fuori del curriculum scolastico formale, ma che sono intenzionali, incentrate sul discente e flessibili. L'ENF completa l'educazione formale concentrandosi su valori, competenze di vita e coinvolgimento nella comunità.

Caratteristiche principali dell'ENF:

- **Volontaria e partecipativa:** i partecipanti scelgono di prendere parte e sono attivi nel processo.
- **Rilevante e flessibile:** i programmi sono adattati ai bisogni e alle realtà dei partecipanti.
- **Interattiva ed esperienziale:** l'apprendimento si basa sull'esperienza, la riflessione e il dialogo.
- **Basata sui valori:** promuove valori democratici, diritti umani e inclusione sociale.
- **Approccio olistico:** sviluppa competenze cognitive, emotive e sociali.



2. Perché usare l'ENF per prevenire la violenza di genere?

Prevenire la violenza di genere non significa solo aumentare la consapevolezza, ma anche cambiare mentalità, sfidare norme dannose e costruire ambienti sicuri. L'ENF crea lo spazio per questa trasformazione, in particolare per i giovani che stanno formando le proprie identità e credenze.

Attraverso l'ENF, i giovani possono:

- Esplorare i ruoli di genere e sfidare gli stereotipi.
- Imparare il consenso, il rispetto e i limiti.
- Sviluppare empatia, comunicazione e assertività.
- Acquisire fiducia per agire come alleati o difensori contro la violenza di genere.



Co-funded by
the European Union

3. Acquisire fiducia per agire come alleati o difensori contro la violenza di genere

Sebbene l'educazione formale si concentri principalmente sull'apprendimento accademico, le scuole offrono anche una piattaforma fondamentale per applicare approcci di educazione non formale a tematiche sociali come la violenza di genere. Questi approcci operano spesso attraverso attività extracurricolari, interazioni informali tra pari e collaborazioni con organizzazioni esterne, permettendo un apprendimento flessibile e centrato sui giovani. Nel contesto scolastico, l'ENF arricchisce l'esperienza educativa incoraggiando la partecipazione attiva, la riflessione emotiva e l'apprendimento basato sui valori.

- Educazione tra pari e apprendimento peer-to-peer

L'ENF nelle scuole utilizza frequentemente l'educazione tra pari come strategia per coinvolgere gli studenti in esperienze di apprendimento basate sulla fiducia e l'identificazione. I giovani si sentono spesso più a loro agio nel discutere temi sensibili, come norme di genere, relazioni sane o consenso, con i propri coetanei. Questo approccio promuove la responsabilità condivisa, sostiene la leadership giovanile e rafforza la credibilità dei messaggi chiave tra gli studenti.

- Laboratori tematici ed eventi speciali

Le scuole integrano spesso l'educazione non formale durante eventi speciali o giornate di sensibilizzazione, creando spazi per laboratori tematici che permettono agli studenti di esplorare in profondità i temi legati alla violenza di genere. Queste attività utilizzano metodi interattivi ed esperienziali - come teatro, simulazioni o dibattiti - per favorire empatia e pensiero critico. L'obiettivo è incoraggiare gli studenti a riflettere sulle norme sociali, analizzare situazioni reali e sperimentare risposte alternative in un ambiente di supporto.



- Club studenteschi e iniziative guidate dai giovani

Club scolastici gestiti dagli studenti e focalizzati su parità di genere, diritti umani o giustizia sociale offrono spazi coerenti e volontari per un impegno continuo sui temi di prevenzione della violenza di genere. Questi club organizzano spesso campagne di sensibilizzazione, progetti creativi o azioni di advocacy che danno agli studenti il potere di affrontare tematiche rilevanti per la propria comunità scolastica. L'enfasi è sullo sviluppo della leadership, della collaborazione e della cittadinanza attiva attraverso iniziative guidate dagli stessi studenti.

- Spazi di riflessione e dialogo facilitati

All'interno delle classi o dei gruppi, gli insegnanti possono adottare i principi dell'ENF facilitando spazi regolari di dialogo aperto e riflessione personale. Questi possono assumere la forma di cerchi di discussione, sessioni di narrazione o attività basate sui valori che invitano gli studenti a condividere prospettive ed esaminare le proprie credenze. Tali spazi favoriscono la sicurezza emotiva, incoraggiano l'ascolto rispettoso e aiutano a costruire empatia e resilienza – componenti fondamentali nella prevenzione della violenza di genere.



4. Educazione non formale al di fuori delle scuole

L'educazione non formale (ENF) si svolge in una varietà di contesti in cui i giovani apprendono, crescono e si relazionano con le proprie comunità. È flessibile, inclusiva e basata sulla partecipazione – quindi particolarmente adatta per affrontare questioni sensibili e complesse come la violenza di genere. Di seguito vengono descritti cinque contesti tipici in cui gli approcci ENF sono utilizzati con efficacia per coinvolgere i giovani nella prevenzione della violenza di genere, con attenzione alle loro caratteristiche educative e al potenziale impatto.

- Centri giovanili

I centri giovanili offrono ambienti informali e sicuri in cui i giovani partecipano volontariamente ad attività sociali, ricreative ed educative. In questi spazi, l'ENF mette spesso l'accento sull'apprendimento tra pari, l'espressione creativa e il dialogo aperto. Le attività si concentrano tipicamente sulla promozione dell'empatia, sulla decostruzione degli stereotipi e sull'esplorazione di temi come le relazioni sane e il consenso, attraverso metodi artistici, esperienziali e basati sul confronto. La natura informale dei centri giovanili favorisce la fiducia e rende più semplice affrontare tematiche delicate come la violenza di genere in modo adeguato all'età e coinvolgente.

- Strutture municipali e governative locali

I dipartimenti giovanili municipali, i consigli locali e le unità di sviluppo comunitario offrono piattaforme per l'impegno civico e la partecipazione dei giovani nei processi decisionali. L'ENF in questi contesti assume spesso la forma di pianificazione partecipativa, consultazioni pubbliche e valutazioni condotte dai giovani stessi (es. mappatura della sicurezza negli spazi pubblici). Queste iniziative danno potere ai giovani, permettendo

loro di contribuire alle decisioni che influenzano le loro comunità, promuovere ambienti più sicuri e interagire con gli adulti responsabili. Attraverso formati strutturati ma flessibili, i giovani sviluppano senso civico affrontando al contempo aspetti sistemici della violenza di genere.

- Formazioni di ONG e società civile

Le organizzazioni non governative (ONG) offrono spesso programmi formativi mirati utilizzando metodi strutturati di ENF. Questi possono includere workshop, campi di leadership giovanile o attività di sensibilizzazione comunitaria progettate per sviluppare consapevolezza, competenze e valori legati alla prevenzione della violenza di genere. In questo contesto, l'ENF mette l'accento su empowerment, riflessione e azione – fornendo ai partecipanti strumenti pratici per riconoscere, affrontare e contrastare la violenza. L'attenzione è spesso rivolta all'educazione tra pari, all'intervento degli spettatori, alla sensibilità di genere e all'advocacy, con metodi adattati ai diversi contesti culturali e sociali.

- Performance pubbliche e comunitarie

Le pratiche artistiche e il teatro comunitario sono strumenti potenti all'interno dell'ENF, specialmente in contesti pubblici o semi-pubblici. Attraverso spettacoli, narrazione ed espressione creativa, i giovani possono affrontare argomenti tabù come la violenza di genere in modi accessibili e non conflittuali. Queste attività spesso stimolano il dialogo pubblico, mettono in discussione le norme sociali e coinvolgono pubblici eterogenei in discussioni riflessive. Performance radicate nella cultura, lingua e tradizione locali possono generare empatia, consapevolezza e un senso collettivo di responsabilità, specialmente se accompagnate da momenti partecipativi di riflessione o coinvolgimento del pubblico.



- Campagne online e digitali

Le piattaforme digitali rappresentano uno spazio altamente rilevante per l'educazione non formale tra i giovani. Le campagne online, le narrazioni sui social media e i contenuti interattivi permettono un'ampia diffusione dei messaggi di prevenzione della violenza di genere in formati adatti ai giovani. Queste campagne utilizzano spesso approcci creativi e multimediali – come video, arte visiva, hashtag o sfide digitali – per stimolare il dialogo, aumentare la consapevolezza e contrastare la violenza online e le norme di genere dannose. Sono tipicamente guidate dai pari, partecipative e accessibili, consentendo un coinvolgimento flessibile e promuovendo sicurezza digitale, empatia e capacità di advocacy.



5. Buone pratiche nell'uso dell'ENF per affrontare la violenza di genere

- **Coinvolgimento dei giovani:** coinvolgere i giovani nella pianificazione, facilitazione e valutazione delle attività.
- **Ambiente sicuro e inclusivo:** assicurarsi che tutte le voci siano ascoltate e rispettate; proteggere da eventuali traumatizzazioni.
- **Partenariati:** collaborare con insegnanti, genitori, leader locali e assistenti sociali per un supporto più ampio.
- **Sensibilità culturale:** contestualizzare i contenuti nel contesto culturale e sociale locale senza rinforzare norme dannose.
- **Sensibilità culturale:** offrire percorsi per un coinvolgimento continuo, riflessione e accesso a supporto professionale se necessario.

Se vuoi saperne di più sull'educazione non formale, puoi esplorare il manuale [“In a nutshell - Non-formal education”](#).

6. Esempi di sessioni da implementare

6.1. All'interno della scuola

6.1.1. Fascia d'età 12-14 anni

Titolo della sessione:

“Le parole contano: sensibilizzazione sulla violenza verbale di genere”

Struttura della sessione:

1. Benvenuto e introduzione (5 minuti)

Obiettivo: creare uno spazio sicuro, introdurre l'argomento e definire le aspettative della sessione.

- **Attività:** accogliere i partecipanti e introdurre il tema della violenza verbale di genere.
- **Icebreaker:** chiedere a ciascun partecipante di condividere la propria parola o espressione preferita (positiva o che dà forza). Questo permette ai partecipanti di riflettere sull'importanza delle parole.

2. Attività di Riscaldamento: “Nuvole di parole” (10 minuti)

Obiettivo: introdurre il tema delle parole e del loro potere, aumentare la consapevolezza sul linguaggio di genere.

- **Attività:** chiedere ai partecipanti di pensare a parole o frasi che associano al genere (es. parole su ragazzi, ragazze o stereotipi). Scrivere queste parole su una lavagna per creare una “nuvola di parole” o usare uno strumento digitale.
- **Debriefing:** discutere come alcune parole possano essere positive o negative. Domande guida: “Come ti fanno sentire queste parole? In che modo le parole possono influenzare gli altri?”

3. Video breve/narrazione: “Una giornata qualunque” (10 minuti)

Obiettivo: aiutare i ragazzi a comprendere la violenza verbale di genere attraverso una storia, creando connessioni emotive e consapevolezza.

- **Attività:** mostrare un breve video o raccontare una storia coinvolgente su uno studente che subisce violenza verbale di genere. La storia deve mostrare l’impatto emotivo delle parole offensive.
- **Debriefing:** discussione in coppia o piccoli gruppi:
 - *In che modo le parole hanno influenzato la persona nella storia?*
 - *Cosa si sarebbe potuto dire al posto di quelle parole?*
 - *Come si sarebbe potuta gestire diversamente la situazione?*

4. Attività di gruppo: role play “Ferma il dolore (10 minuti)

Obiettivo: offrire ai partecipanti uno strumento pratico per comprendere e prevenire la violenza verbale di genere attraverso il coinvolgimento attivo.

- **Attività:** in piccoli gruppi (3-4 persone), i partecipanti mettono in scena una situazione in cui si verifica una violenza verbale di genere (es. uno studente fa un commento offensivo sull’aspetto o comportamento di un altro). Dopo la scena, i partecipanti propongono modi per intervenire nella situazione.
 - Ad esempio, un partecipante può intervenire chiedendo alla persona di riflettere sulle proprie parole o suggerendo un altro argomento di conversazione.
- **Debriefing:** dopo ogni role play, il gruppo condivide le proprie azioni con il resto dei partecipanti e discute quali strategie hanno funzionato meglio.

5. Riflessione e discussione: “Come possiamo prevenirla?” (5 minuti)

Obiettivo: riflettere sulla sessione, consolidare l'apprendimento e discutere strategie di prevenzione della violenza verbale di genere.

- **Attività:** in plenaria, facilitare una riflessione finale:
 - *Cosa possiamo fare quando sentiamo o vediamo episodi di violenza verbale di genere?*
 - *Cosa possiamo dire per prevenirla e supportarci a vicenda?*

Scrivere le risposte alla lavagna, evidenziando le azioni chiave come difendere gli altri, usare parole gentili e intervenire quando necessario.

6. Chiusura e conclusione (5 minuti)

Obiettivo: riassumere la sessione, verificare la comprensione e concludere con un invito all'azione.

- **Attività:** riassumere rapidamente i punti chiave della sessione. Sottolineare l'importanza di usare le parole in modo positivo e di opporsi alla violenza verbale di genere.
- **Frase di chiusura:** *Le parole hanno il potere di costruire o distruggere. Usiamole con saggezza per far sentire tutti rispettati.*
- **Invito all'azione:** consegnare a ogni partecipante un volantino o un poster con promemoria e risorse per prevenire la violenza verbale di genere.

6.1.2. Fascia d'età 14-16 anni

Titolo della sessione:

“Understanding and preventing psychological gender violence”

Struttura della sessione:

1. Benvenuto e introduzione (5 minuti)

Obiettivo: impostare il tono della sessione, introdurre l'argomento e spiegare gli obiettivi dell'incontro.

- **Attività:** Iniziare creando uno spazio sicuro e aperto. Chiedere agli studenti di condividere qualcosa che già sanno o hanno sentito riguardo alla violenza psicologica di genere (senza giudizi, solo una riflessione sulle conoscenze pregresse).

2. Icebreaker: “Cosa c'è dietro la maschera?” (10 minuti)

Obiettivo: creare una comprensione più profonda della violenza psicologica di genere attraverso metafore e superare le barriere emotive.

- **Attività:** distribuire maschere (vere o di carta). Chiedere agli studenti di decorare una maschera per rappresentare una persona che nasconde i propri sentimenti, usando simboli o colori. Incoraggiarli a riflettere su come la violenza psicologica possa essere nascosta dietro una “maschera”.
- **Debriefing:** una volta decorate le maschere, chiedere loro di riflettere: “Perché le persone indossano maschere? Cosa potrebbero nascondere?” Guidare una breve discussione su come la violenza psicologica possa essere invisibile e non evidente in superficie?

3. Discussione di gruppo: “Cos’è la violenza psicologica di genere?” (10 minuti)

Obiettivo: introdurre il concetto di violenza psicologica di genere, le sue forme e il suo impatto.

- **Attività:** dopo l’icebreaker, chiedere agli studenti di riunirsi in piccoli gruppi (3-4 persone). Fornire a ciascun gruppo uno scenario di violenza psicologica di genere (es. gaslighting, manipolazione emotiva, esclusione sociale basata sul genere).
 - I gruppi discutono lo scenario e identificano in che modo riflette la violenza psicologica, come potrebbe sentirsi la vittima e cosa si potrebbe fare per fermarla.
- **Debriefing:** chiedere a ciascun gruppo di presentare il proprio scenario e le riflessioni al gruppo più ampio. Discutere di come la violenza psicologica possa essere più difficile da riconoscere rispetto a quella fisica, ma altrettanto dannosa.

4. Caso di studio: “Romper il silenzio” (10 minuti)

Obiettivo: comprendere gli effetti a lungo termine della violenza psicologica di genere e sviluppare empatia attraverso la narrazione.

- **Attività:** presentare un caso di studio (reale o inventato) su una persona che ha vissuto violenza psicologica di genere. Il caso dovrebbe descrivere come la vittima potrebbe sentirsi nel tempo, l’impatto sulla propria autostima e le conseguenze sociali (es. isolamento, ansia). Dopo la lettura, chiedere ai partecipanti di riflettere su:
 - *Come pensi che si senta questa persona nella sua quotidianità?*
 - *Quali strategie potrebbe usare per affrontare la situazione?*
 - *Che ruolo possono avere i coetanei nel supportare chi subisce violenza?*

- **Debriefing:** guidare una discussione su come la violenza psicologica si manifesti in modo diverso a seconda del contesto e fare un brainstorming su possibili modalità di intervento o supporto alla vittima.

5. Strategie di prevenzione: “Le parole contano” (5 minuti)

Obiettivo: sensibilizzare sull’importanza del linguaggio e del comportamento nella prevenzione della violenza psicologica di genere.

- **Attività:** chiedere agli studenti di fare un brainstorming su modi per promuovere una comunicazione rispettosa e non violenta nella loro vita quotidiana. Ad esempio, discutere la differenza tra parole di supporto e parole dannose, e tra feedback costruttivo e manipolazione emotiva.
 - Gli studenti scrivono 3 cose che possono fare o dire per promuovere l’uguaglianza di genere e prevenire la violenza psicologica nel loro ambiente (scuola, social media, casa).
- **Debriefing:** ogni studente condivide una strategia con il gruppo, e il formatore riassume i punti chiave.

6. Chiusura e conclusione (5 minuti)

Obiettivo: riassumere i concetti principali, rafforzare l’apprendimento e incoraggiare una riflessione continua.

- **Attività:** chiedere agli studenti di riflettere su una cosa che hanno imparato durante la sessione e come possono applicarla nella loro vita.
 - Usare il metodo “una parola”: chiedere a ciascuno di descrivere la sessione con una sola parola.

- **Debriefing:** dare un invito finale all'azione – incoraggiare gli studenti a prendere posizione contro la violenza psicologica di genere e a parlare quando la vedono accadere. Fornire risorse per ricevere aiuto e approfondimenti.

6.1.3. Fascia d'età 14-16 anni

Titolo della sessione:

“Comprendere e prevenire la violenza domestica di genere”

Struttura della sessione:

1. Benvenuto e introduzione (5 minuti)

Obiettivo: impostare il tono della sessione, introdurre l'argomento e delineare gli obiettivi.

- **Attività:** iniziare creando uno spazio sicuro. Introdurre brevemente il tema della violenza domestica di genere e la sua rilevanza per il gruppo. Chiedere agli studenti di riflettere su ciò che sanno già riguardo alla violenza domestica (può avvenire con un veloce alzata di mano o scrivendo una frase su un post-it da attaccare su una bacheca).

2. Attività di riscaldamento: “Qual è il messaggio?” (10 minuti)

Obiettivo: creare consapevolezza sui diversi messaggi che riceviamo da società, media e pari riguardo ai ruoli di genere e alle relazioni.

- **Attività:** mostrare una serie di immagini o brevi clip video (es. pubblicità, scene di film, post sui social media) che riflettano ruoli di genere stereotipati o dinamiche relazionali malsane. Chiedere ai partecipanti di commentare le immagini e discutere se promuovano messaggi positivi o negativi sui ruoli di genere, sulle relazioni e sulle dinamiche di potere.
- **Debriefing:** facilitare una discussione su come i messaggi dei media e della società possano normalizzare o perpetuare comportamenti malsani come il controllo, la gelosia o la manipolazione nelle relazioni.

3. Discussione in piccoli gruppi: “Riconoscere i segnali della violenza domestica” (10 minuti)

Obiettivo: incoraggiare la riflessione sui segnali e comportamenti che possono indicare la presenza di violenza domestica di genere.

- **Attività:** dividere i partecipanti in piccoli gruppi (3-4 persone). Fornire a ciascun gruppo un foglio o cartellone con un elenco di comportamenti e segnali legati alla violenza domestica (es. isolamento, comportamenti di controllo, abusi verbali, segni fisici, ansia, ecc.). Chiedere loro di identificare quali segnali rappresentano delle “red flags” per la violenza domestica.
- **Debriefing:** ogni gruppo condivide le proprie conclusioni, e il facilitatore guida una discussione su come questi segnali si manifestano nella vita reale, in particolare nelle relazioni tra persone della loro età. Sottolineare come la violenza domestica possa iniziare con comportamenti piccoli e sottili che si aggravano nel tempo.

4. Caso interattivo: “Tu cosa faresti?” (10 minuti)

Obiettivo: applicare le conoscenze a uno scenario realistico, discutere le possibili azioni e sviluppare capacità di problem solving.

- **Attività:** presentare un caso di studio (fittizio ma realistico) su una giovane che sta vivendo violenza domestica (può trattarsi di una coetanea, un familiare stretto o qualcuno della comunità). Il caso deve includere elementi emotivi, sociali e relazionali che richiedano agli studenti di considerare molteplici prospettive).
 - **Esempio:** “Anna, una ragazza di 17 anni, è in una relazione da 6 mesi. Di recente, il suo partner ha iniziato a mostrare comportamenti di controllo (le controlla il telefono, decide cosa deve indossare, la isola dagli amici). Si sente ansiosa e impaurita, ma non sa cosa fare”.
 - Chiedere ai partecipanti di lavorare in coppie o piccoli gruppi per discutere:

- Cosa faresti se fossi al posto di Anna?
- Come potresti aiutare un’amica che vive qualcosa di simile?
- Quali sono le azioni immediate che Anna potrebbe intraprendere, e quali strategie a lungo termine potrebbero aiutarla?
- **Debriefing:** i gruppi condividono le loro riflessioni, e il formatore fornisce informazioni e risorse su come intervenire in sicurezza o cercare aiuto nei casi di violenza domestica.

5. Prevenzione ed empowerment: “Creare un piano di sicurezza” (5 minuti)

Obiettivo: fornire agli studenti strumenti e strategie per prevenire e affrontare la violenza domestica.

- **Attività:** fornire agli studenti una struttura per creare un piano di sicurezza personale, che includa:
 - Identificare persone sicure con cui parlare (amici, familiari, insegnanti, psicologi).
 - Riconoscere i segnali di allarme e sapere cosa fare se ci si sente in pericolo.
 - Imparare a stabilire confini nelle relazioni.
 - Riflettere su come supportare un amico in difficoltà?
- Chiedere a ogni studente di scrivere un’azione che potrebbe intraprendere se si trovasse, o qualcuno che conosce si trovasse, in una relazione pericolosa o controllante.
- **Debriefing:** invitare gli studenti a condividere una delle azioni scritte, sottolineando che avere un piano è uno strumento fondamentale per la sicurezza e la prevenzione.

6. Chiusura e valutazione (5 minuti)

Obiettivo: riassumere la sessione, rafforzare i punti chiave e riflettere su ciò che è stato appreso.

- **Attività:** invitare gli studenti a riflettere sulla sessione rispondendo a una di queste domande (su foglio o a voce, a turno):
 - *Qual è una cosa che hai imparato oggi e che non sapevi prima?*
 - *Qual è una cosa che puoi fare per contribuire a prevenire la violenza domestica di genere nella tua comunità?*
 - *Come puoi aiutare un amico che potrebbe essere vittima di violenza domestica?*
- **Debriefing:** il formatore riassume i punti chiave: la definizione di violenza domestica, come riconoscerne i segnali, come intervenire in sicurezza e dove trovare aiuto. Fornire risorse per approfondire e per ricevere supporto professionale (es. numeri verdi, centri antiviolenza, servizi di consulenza).

6.2. Fuori dalla scuola

6.2.1. Fascia d'età 12-14 anni

Titolo della sessione:

“Rispetto offline, anche online: combattere le molestie di genere nel mondo digitale”

Struttura della sessione:

1. Benvenuto e introduzione (10 minuti)

Obiettivo: impostare il tono per una sessione rispettosa e introdurre il tema del comportamento e del rispetto online.

- **Attività:** cerchio di benvenuto. Introdurre l'argomento ponendo queste domande:
 - *Quanto tempo trascorri online ogni giorno?*
 - *Ti è mai capitato di vedere qualcosa online che ha fatto sentire qualcuno a disagio o non al sicuro?*
- **Icebreaker – “Il mio io digitale”:** ogni partecipante disegna un avatar semplice che rappresenti come si presenta online (es. gamer, chiacchierone, chi condivide contenuti, chi scorre i feed). Condividere un fatto divertente o l'app preferita.

2. Attività di riscaldamento: “Reazioni con le emoji” (10 minuti)

Obiettivo: riflettere sulle reazioni emotive rispetto a diversi tipi di interazioni online.

- **Attività:** mostrare una serie di commenti o messaggi online finti, su cartelloni o slide (alcuni rispettosi, altri sottilmente offensivi o chiaramente molesti).

Esempi:

- *Sei abbastanza intelligente... per essere una ragazza.*

- Nessuno vuole vedere i ragazzi piangere.
- Mandami una foto ;)
- Grazie per l'aiuto! Sei fantastico/a.

- I partecipanti rispondono a ciascuno mostrando una carta emoji (😊 😡 😞 ecc.) per esprimere come si sentirebbero.

- **Debriefing:**

- Perché quel messaggio ti è sembrato giusto o sbagliato?
- Qual è la differenza tra uno scherzo e una molestia?

3. Storia reale o video: “Cosa succede online” (15 minuti)

Obiettivo: comprendere l'impatto emotivo e sociale reale delle molestie online.

- **Attività:** condividere un breve video animato o leggere una storia (di fantasia o ispirata a fatti reali) su un giovane che riceve messaggi a sfondo di genere o viene escluso/a da una chat di gruppo.
- **Riflessione in piccoli gruppi:**
 - Cosa è successo nella storia?
 - Come pensi che si sia sentita la persona?
 - Qualcuno ha aiutato o si è fatto avanti?
 - Cosa avresti fatto di diverso?

4. Attività di gruppo: “Carte-situazione online” (25 minuti)

Obiettivo: allenare la cittadinanza digitale positiva e le capacità di intervento.

- **Attività:** in gruppi di 3-4, i partecipanti ricevono carte con scenari realistici online, come ad esempio:
 - Un ragazzo viene preso in giro per aver pubblicato un TikTok in cui balla.

- Una ragazza viene pressata per inviare una foto.
- Qualcuno viene escluso da una chat dopo aver criticato un linguaggio sessista.
- **Ruoli inclusi:**
 - La persona bersaglio.
 - Lo spettatore.
 - Chi invia il messaggio.
 - L'amico/a che vuole aiutare.
- I gruppi mettono in scena un breve scenario e poi lo ripetono includendo un intervento positivo (es. richiamare chi ha scritto, inviare supporto, segnalare).
- **Debriefing:** ogni gruppo condivide cosa ha funzionato e cosa è stato difficile.

5. Riflessione: “La mia impronta digitale, il mio potere” (15 minuti)

Obiettivo: aumentare la consapevolezza sulla responsabilità personale e gli strumenti di sicurezza online.

- **Attività:** i partecipanti completano un mini-poster con:
 - una cosa negativa vista online.
 - una cosa che possono dire o fare quando vedono molestie online.
 - una cosa per cui vogliono essere ricordati online.
- Opzionalmente, i poster possono essere esposti nella stanza.

6. Conclusione e chiusura (5 minuti)

Obiettivo: rafforzare i messaggi principali e motivare i partecipanti all'azione.

- **Discussione di sintesi:**
 - *Qual è una cosa che hai imparato oggi e che ti ha sorpreso?*

– *Come possiamo contribuire a rendere Internet più sicuro per tutti?*

- **Frase di chiusura:** *Il nostro mondo online è reale. Il modo in cui trattiamo le persone lì conta davvero. Gentilezza, rispetto e coraggio: questi sono i tuoi strumenti di potere.*
- **Invito all'azione:** distribuire un volantino “kit del rispetto digitale” adatto ai giovani, con:
 - frasi utili per intervenire.
 - come segnalare contenuti dannosi.
 - adulti o servizi affidabili da contattare.
 - checklist delle “regole d’oro digitali”.

6.2.2. Fascia d'età 14-16 anni

Titolo della sessione:

“Dillo nel modo giusto: contrastare la violenza verbale e il sessismo quotidiano”

Struttura della sessione:

1. Benvenuto e introduzione (10 minuti)

Obiettivo: costruire fiducia, introdurre il tema della sessione e riconoscere l'impatto del linguaggio nel formare atteggiamenti.

- **Attività:** breve cerchio di check-in con la domanda:
 - *Ti è mai capitato di sentire un commento o una battuta che ti ha infastidito ma non sapevi cosa rispondere?*
- **Icebreaker “parole trigger”:** ogni partecipante scrive una parola o frase che ha sentito e che ha trovato offensiva o scomoda (può essere anonima). Le parole vengono raccolte e messe da parte per una discussione successiva.

2. Attività di riscaldamento: “Stavo solo scherzando?” (10 minuti)

Obiettivo: analizzare come il linguaggio camuffato da umorismo possa rafforzare norme di genere dannose.

- **Attività:** leggere ad alta voce esempi di “battute” o frasi comuni (es. “Le ragazze sono troppo emotive”, “Fatti uomo”, “Con quel vestito se l'è cercata”).
Chiedere:
 - *È divertente o è dannoso?*
 - *Chi trae beneficio da queste battute? Chi ne viene ferito?*

- **Debriefing:** guidare una breve discussione sulla differenza tra intenzione e impatto, e su come un linguaggio “normalizzato” possa portare a problemi più profondi.

3. Storia reale o video breve: “Tutto inizia dalle parole” (15 minuti)

Obiettivo: usare una narrazione per illustrare le vere conseguenze emotive e sociali della violenza verbale.

- **Attività:** mostrare un breve video o leggere una testimonianza in prima persona di un adolescente che ha subito insulti o molestie verbali in classe o online.
- **Domande per piccoli gruppi:**
 - *Che tipo di violenza verbale hai notato?*
 - *Come ha influito emotivamente e socialmente sulla persona?*
 - *Perché, secondo te, le persone a volte restano in silenzio in queste situazioni?*

4. Lavoro di gruppo: “La scala del linguaggio” (25 minuti)

Obiettivo: aiutare i partecipanti ad analizzare lo spettro dell’aggressività verbale, dalle battute agli insulti, e a sviluppare risposte alternative.

- **Attività:** in piccoli gruppi, i partecipanti ricevono 10 frasi che vanno da stereotipi lievi a insulti apertamente aggressivi. Le collocano su una “scala” composta da:
 - microaggressioni;
 - rafforzamento di stereotipi di genere;
 - irrespettoso o offensivo;
 - molestia.
- Poi devono proporre:
 - Un modo migliore per dire la stessa cosa,

oppure

- Un modo rispettoso per rispondere o intervenire.
- **Presentation:** ogni gruppo condivide alcuni esempi con il gruppo intero.

5. Esercizio pratico: “Riavvolgi e rispondi” (20 minuti)

Obiettivo: esercitare tecniche di intervento in tempo reale per contrastare la violenza verbale.

Attività: Role play di mini-scene in cui viene fatto un commento di genere (es. Un gruppo di amici prende in giro l’aspetto o l’espressione di genere di qualcuno). Un partecipante interpreta chi fa il commento, uno la persona bersaglio, uno lo spettatore.

Dopo una prima rappresentazione, si mette in pausa e si “riavvolge” – si chiede a un altro spettatore di intervenire usando una di queste strategie:

- **Mettere in discussione:** “cosa intendi con quella frase?”
- **Deviare:** cambiare argomento o fare una battuta che sfida il commento.
- **Supportare:** offrire conforto o validazione alla persona colpita.
- **Esplicitare:** dire perché il commento non è accettabile.
- **Debriefing:** *Quali risposte sono sembrate naturali? Quali è stato difficile pronunciare?*

6. Riflessione e conclusione (10 minuti)

Obiettivo: rafforzare i messaggi chiave ed empowerare i/le giovani ad applicare ciò che hanno imparato.

- **Attività:** riflessione silenziosa. Chiedere ai partecipanti di completare queste tre frasi:
 - *Una parola che voglio usare più spesso è...*
 - *Una frase che contesterò la prossima volta che la sentirò è...*
 - *Un modo in cui sosterrò gli altri è...*



- **Cerchio di chiusura:** chi lo desidera può condividere una delle proprie risposte.
- **Frase finale:** *Le parole modellano il mondo che ci circonda. Siamo noi la generazione che può plasmarlo con equità, rispetto e coraggio.*
- **Optional takeaway:** distribuire una card “dillo nel modo giusto” con:
 - frasi chiave per intervenire;
 - consigli per affrontare la violenza verbale;
 - promemoria sul fatto che il linguaggio può includere o escludere.



6.2.3. Fascia d'età 16-20 anni

Titolo della sessione:

“Linee da non oltrepassare: comprendere e prevenire la violenza fisica di genere”

Struttura della sessione:

1. Benvenuto e introduzione (10 minuti)

Obiettivo: creare un ambiente sicuro e maturo per affrontare tematiche delicate. Introdurre il tema e le regole condivise.

- **Attività:** cerchio iniziale con regole di base co-create con i/le partecipanti (es. rispetto, riservatezza, niente giudizi, possibilità di uscire se necessario).

Discussione iniziale:

- *Quando senti ‘violenza fisica’, cosa ti viene in mente?*
- *E se si tratta di una questione di genere – cambia il significato o il contesto?*

2. Icebreaker: “La linea nella sabbia” (10 minuti)

Obiettivo: esplorare i confini, il rispetto e la diversità di opinioni.

- **Attività:** utilizzare uno spazio fisico o del nastro adesivo per creare una “linea”. Leggere delle affermazioni e chiedere ai partecipanti di fare un passo avanti se sono d’accordo, o di restare indietro se non lo sono. Esempi di affermazioni:

- *Non è mai giusto spingere qualcuno, nemmeno durante una lite.*
- *La gelosia è un segno di vero amore.*
- *A volte le persone provocano la violenza fisica.*

- **Debriefing:**

- *Cosa hai notato nel modo in cui le persone hanno risposto?*
- *Perché le nostre idee sulla violenza a volte entrano in conflitto con i nostri valori?*

3. Contenuto principale: storia o caso “A porte chiuse (15 minuti)”

Obiettivo: approfondire la comprensione di come la violenza fisica di genere possa manifestarsi in contesti intimi, tra pari o pubblici.

- **Attività:** leggere un breve caso (reale o fittizio), es. una ragazza di 17 anni che subisce comportamenti controllanti e aggressivi da parte del partner; oppure un* adolescent* trans minacciat* fisicamente in luoghi pubblici. In alternativa, usare un video o intervista anonimizzata.
- **Domande per i gruppi:**
 - *Quali segnali di abuso fisico erano presenti?*
 - *In che modo potere e genere hanno influenzato la situazione?*
 - *Perché può essere difficile chiedere aiuto o lasciare una relazione violenta?*

4. Attività di gruppo: “Bandiere rosse e luci verdi” (25 minuti)

Obiettivo: riconoscere i segnali d’allarme dell’aggressività fisica e proporre alternative sane.

- **Attività:** in piccoli gruppi, i/le partecipanti classificano 15-20 carte in:
 -  *bandiera rossa* – segnale di pericolo o abuso
 -  *bandiera gialla* – comportamento malsano ma non abusivo
 -  *luce verde* – comportamento sano in una relazione

Esempi:

- Afferrarsi per il polso durante una lite.

- Insistere per accompagnare qualcuno a casa per sicurezza.
- Dare un pugno al muro quando si è arrabbiati.
- Chiedere il consenso prima del contatto fisico.
- Dire “no” a un abbraccio e che questo venga rispettato.
- **Debriefing:** i gruppi confrontano le risposte e discutono le aree grigie.

5. Esercitazione pratica: “Tu cosa faresti?” (20 minuti)

Obiettivo: allenare la capacità di rispondere a situazioni di violenza fisica o minaccia.

- **Attività:** role-play o discussione di 3–4 scenari (si può scegliere tra recita o solo conversazione, in base al livello di comfort del gruppo):
 - Il/la tuo/a amico/a è intimidito/a fisicamente dal/la partner.
 - Assisti a una spinta durante una festa dopo un rifiuto.
 - Senti un amico vantarsi di aver colpito qualcuno “per dare una lezione”.
- **Discutere opzioni di intervento:**
 - intervento diretto (se sicuro);
 - distrazione;
 - delegare (chiedere aiuto a un coetaneo o adulto);
 - supporto differito (parlare con la persona in un secondo momento).

6. Riflessione e chiusura (10 minuti)

Obiettivo: collegare l’apprendimento alla vita reale e promuovere azione.

- **Attività:** diario di riflessione silenziosa:
 - *Qual è un mito sulla violenza fisica in cui credevo prima?*
 - *Cosa posso fare se assisto a una situazione di violenza?*
 - *Cosa significa per me oggi la vera forza?*
 - Invita chi desidera a condividere una riflessione (opzionale).

- **Frase di chiusura:** *La violenza fisica non inizia con i pugni – inizia con il controllo, la mancanza di rispetto e il silenzio. Ma finisce quando scegliamo coraggio, sicurezza e giustizia per tutte e tutti*
- **Invito all'azione:** distribuire una scheda informativa con:
 - numeri utili o centri di supporto locali;
 - corsi di autodifesa disponibili;
 - consigli per intervenire in sicurezza;
 - contatti di adulti/educatori di fiducia.

6.3. Progetta la tua attività

Ecco un modello pratico e adattabile per pianificare sessioni, pensato per insegnanti, formatori, operatori giovanili e chiunque desideri creare attività di educazione non formale focalizzate sulla prevenzione della violenza di genere, su misura per i giovani.

MODELLO DI PROGETTAZIONE DELLA SESSIONE educazione non formale per la prevenzione della violenza di genere	
Struttura della sessione:	
1. Titolo della sessione	Dai alla tua sessione un titolo chiaro, adatto all'età e coinvolgente. Suggerimento: usa verbi d'azione o metafore (es. "Dillo nel modo giusto", "Gioco leale", "Linee da non oltrepassare").
2. Fascia d'età e contesto	Specifica il gruppo target (es. 12-14, 14-16 o 16-20 anni) e dove si svolgerà la sessione (es. centro giovanile, campo, biblioteca, online).
3. Durata	Durata standard: 90 minuti (adattabile a 60 o 120 minuti).
4. Obiettivi di apprendimento	Definisci chiaramente 2-4 obiettivi chiave. Possono includere: ✓ Sensibilizzare sulla violenza di genere verbale/fisica/online.

- ✓ Aiutare i/le giovani a riconoscere comportamenti malsani.
- ✓ Esercitare modalità sicure ed efficaci di intervento.
- ✓ Sviluppare empatia e solidarietà.

5. Struttura della sessione

Dividi la tua sessione in passaggi chiari e con limiti di tempo:

1. Benvenuto e introduzione (5-10 minuti)

Obiettivo: creare un'atmosfera sicura e rispettosa.

Istruzioni:

- ✓ Introdurre l'argomento in modo semplice e chiaro.
- ✓ Concordare regole di gruppo (soprattutto se si tratta di contenuti delicati).
- ✓ Utilizzare un icebreaker leggero collegato al tema (es. "Qual è la tua parola potente?" o "Come ti presenti online?").

2. Attività di riscaldamento (10-15 minuti)

Obiettivo: stimolare la curiosità e iniziare a esplorare il tema.

Istruzioni:

- ✓ Usare un metodo interattivo (es. giochi, carte da ordinare, emoji, movimento) per introdurre delicatamente i temi chiave.
- ✓ Invitare i/le partecipanti a riflettere su linguaggio, ruoli, equità, emozioni, ecc.

3. Esplorazione del tema (10-20 minuti)

Obiettivo: approfondire la comprensione della violenza di genere in un contesto reale.

Istruzioni:

- ✓ Condividere una breve storia, video o scenario.
- ✓ Dividere in piccoli gruppi per discutere domande come:
 - Cosa è successo?

- *Come si è sentita la persona coinvolta?*
- *Cosa si sarebbe potuto fare in modo diverso?*

4. Coinvolgimento attivo (20-30 minuti)

Obiettivo: esercitare competenze o esplorare soluzioni.

Istruzioni:

- ✓ Usare sfide di gruppo, carte-scenario, role play o simulazioni.
- ✓ Incoraggiare i/le partecipanti ad analizzare, rappresentare o reinventare situazioni per promuovere l'uguaglianza di genere e la sicurezza.

5. Riflessione e discussione (10-15 minuti)

Obiettivo: aiutare i/le partecipanti a interiorizzare ciò che hanno appreso.

Istruzioni:

- ✓ Porre domande riflessive (individualmente o in coppie/grupp):
 - *Cosa ho imparato?*
 - *Cosa mi ha sorpreso?*
 - *Cosa posso fare in modo diverso?*
- ✓ Facoltativamente, usare stimoli per il diario, disegni o schede di risposta anonime.

6. Chiusura e conclusione (5-10 minuti)

Obiettivo: chiudere la sessione con chiarezza e un invito all'azione.

Istruzioni:

- ✓ Riassumere i messaggi chiave.
- ✓ Incoraggiare i/le partecipanti a parlare, intervenire in sicurezza o cercare aiuto.
- ✓ Distribuire un materiale da portare a casa (scheda informativa, impegno, poster, ecc.).

7. Materiali necessari

Elenca tutto ciò che ti serve:

- Carta, pennarelli, nastro adesivo;
- Carte-ruolo o carte bandiera rossa/verde;
- Attrezzatura per video/audio;
- Schede di riflessione o impegni da firmare.

8. Componenti opzionali

- ✓ Handout: definizioni dei tipi di violenza di genere, diritti, numeri utili;
- ✓ Sessione di follow-up: invita i/le giovani a co-creare soluzioni o campagne;
- ✓ Coinvolgimento di famiglie/comunità: condividere materiali di sensibilizzazione con famiglie o leader locali.

Suggerimenti chiave per i facilitatori:

- ✓ Sii pront* a rispondere con sensibilità a eventuali rivelazioni o disagio.
- ✓ Dai priorità alla sicurezza emotiva e al rispetto, anche a scapito del completamento dei contenuti.
- ✓ Dai il buon esempio con linguaggio inclusivo e ascolto attivo.
- ✓ Prevedi sempre uno spazio sicuro per elaborare quanto emerso e fornisci risorse per il supporto.