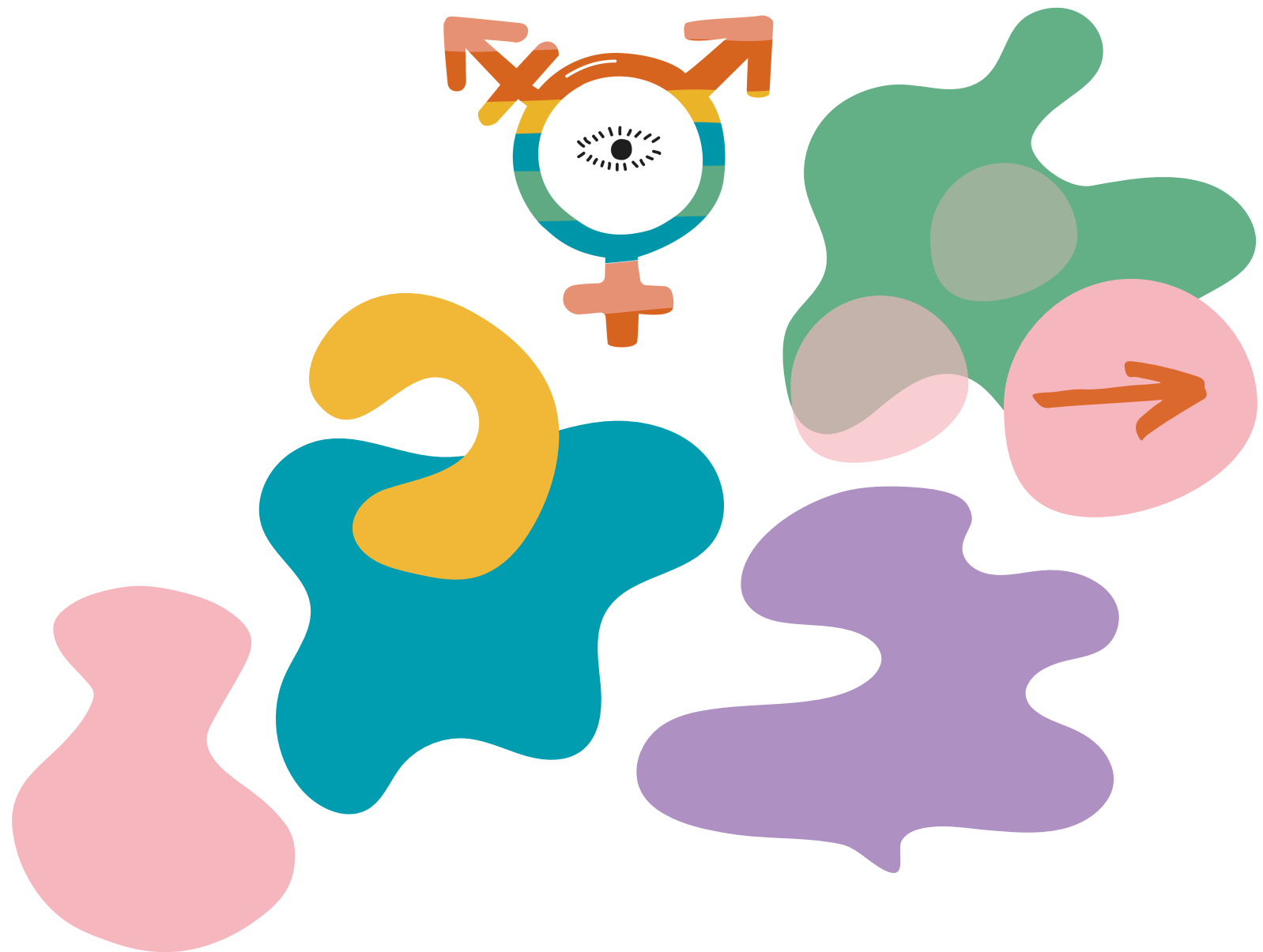


NON VEDO L'ORA

**Strumenti per occupare
spazi di educazione
all'affettività e sessualità**







INDICE



PAG. 5

Introduzione

- La nostra richiesta alle istituzioni
- Il toolkit
- Cosa significa essere "pari"
- Cosa troverai nelle prossime pagine



PAG. 9

La peer education e la bellezza delle relazioni

- I principi su cui si basa
- Le metodologie della peer education
- Come affrontare dubbi e difficoltà
- Perché è importante essere peer oggi
- Lo sapevi che...? Storie di peer education nel mondo

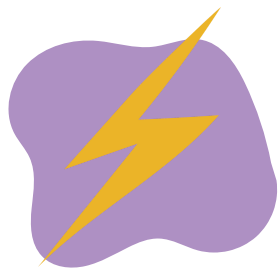


PAG. 13

Piccole indicazioni per condurre le attività

- Il setting: creare uno spazio che accoglie
- Cura del gruppo: un'attenzione costante
- Indoor o outdoor: scegliere dove stare
- Il ritmo del laboratorio: inizio, centro e fine
- Il check-in o "icebreaker": entrare insieme
- Il check-out: chiudere con cura
- Come usare i check-in e check-out nel kit
- Chi conduce: equilibrio, presenza e cura di sé
- Le regole del gioco

Nelle prossime pagine troverai delle parole con un asterisco (*) vicino. Non le conosci? Scopri le loro definizioni nella sezione glossario!



PAG. 21

Schede Attività

- Cyborg delle emozioni
- Che genere di racconto
- Cambia il copione
- Stereotipi in prima pagina
- Maschile plurale - storie in gioco
- Dentro, fuori, sul confine
- Rel'azioni
- Red/Green Flag
- Prendi posizione
- BONUS: attività da stampare, ritagliare e assemblare



PAG. 79

Glossario



PAG. 84

Attivati con noi

INTRODUZIONE



Se stai sfogliando questo toolkit è perchè non vedi l'ora: non vedi l'ora di avere spazi sicuri e tempi adeguati per confrontarti, fare domande, ricevere informazioni sulle relazioni, sul corpo che cambia in adolescenza, sul sesso, sul consenso e tanti altri temi che sono ancora purtroppo un tabù.

NON VEDI L'ORA E NON LA VEDIAMO NEANCHE NOI. PERCHÉ L'ORA - O MEGLIO UN PERCORSO - DI EDUCAZIONE ALL'AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ NELLE NOSTRE SCUOLE NON C'È - O MEGLIO - IN ITALIA NON È GARANTITA PER LEGGE NEI CURRICOLA SCOLASTICI DI OGNI ORDINE E GRADO. QUESTO SIGNIFICA CHE LA POSSIBILITÀ DI AFFRONTARE QUEI TEMI COSÌ IMPORTANTI RIMANE UN PRIVILEGIO E NON UN DIRITTO. SOLO ALCUNE SCUOLE DECIDONO IN AUTONOMIA DI PROPORLA E NON SEMPRE VIENE SVOLTA DA PERSONALE ESPERTO IN UNO SPAZIO SICURO, ACCOGLIENTE E INCLUSIVO.

La nostra richiesta alle istituzioni

Come Movimento Giovani, insieme a Save the Children, negli ultimi anni abbiamo portato avanti diversi percorsi per sensibilizzare giovani e persone adulte di riferimento sulla violenza di genere tra adolescenti, anche in spazi online. Attraverso questo lavoro abbiamo raccolto in tutti i nostri territori un bisogno condiviso: l'educazione all'affettività e alla sessualità.

Questo bisogno, validato dall'indagine del 2025 di Save the Children [L'educazione sessuale e affettiva in adolescenza: a che punto siamo?](#), si allinea con numerose evidenze scientifiche che dimostrano che un'educazione affettiva e sessuale culturalmente rispettosa e inclusiva contribuisce significativamente allo sviluppo delle competenze sociali ed emotive necessarie per crescere persone adulte consapevoli ed empatiche.

MENO DI UNO ADOLESCENTE SU DUE
DICHIA DI AVER RICEVUTO
UN'EDUCAZIONE SESSUALE A SCUOLA

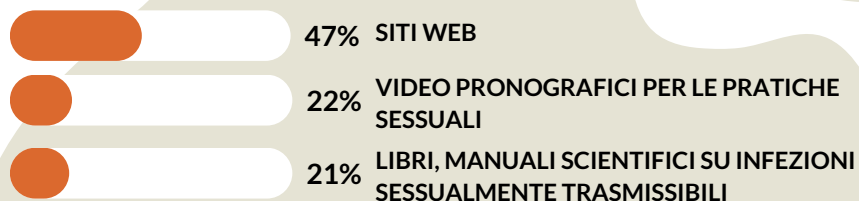
47%

Nella maggior parte dei casi
è stata affrontata in modo
sporadico.

LA PRINCIPALE FONTE DI

INFORMAZIONE È

IL WEB



Il **47%** delle persone intervistate sceglie siti web e articoli online per informarsi sulle pratiche sessuali e il **57%** per approfondire il tema delle infezioni sessualmente trasmissibili.

I GENITORI CHE RITENGONO UTILE
L'INSERIMENTO DELL'EDUCAZIONE
SESSUALE E AFFETTIVA COME MATERIA
OBBLIGATORIA

91%

Con la nostra campagna insieme a Save the Children, [Facciamolo in classe](#), abbiamo portato avanti una richiesta molto chiara: chiediamo una legge che introduca l'educazione all'affettività e alla sessualità come parte obbligatoria dei percorsi scolastici. Tali percorsi devono essere tenuti da figure esperte esterne, in collaborazione con il personale docente, favorendo la partecipazione attiva di studenti.

Il toolkit

Sappiamo che la strada verso una legge che garantisca l'educazione alla sessualità e affettività in Italia è ancora lunga e tortuosa. **Abbiamo quindi voluto chiederci: cosa facciamo nel frattempo?**

Abbiamo guardato a quello che abbiamo: spazi, comunità, collettivi preziosi sul territorio, il lavoro instancabile di persone che ogni giorno si attivano per portare alla luce questi temi per noi così importanti. Poi abbiamo le nostre pratiche di attivismo, l'educazione tra pari, gli strumenti che ci portano a creare momenti di discussione. E allora **abbiamo pensato a come poter iniziare a condividere tutto ciò** per prenderci il tempo e lo spazio che mancano per l'educazione all'affettività e sessualità, quella "ora che non vediamo": a scuola, nei nostri centri di aggregazione, con le persone che frequentiamo.

ECCO QUINDI CHE NASCE L'IDEA DI QUESTO TOOLKIT, UN WORK IN PROGRESS CHE SPERIAMO SI POSSA AMPLIARE IN FUTURO DI NUOVE ATTIVITÀ E IDEE PER HACKERARE UN SISTEMA CHE CI NEGA UN DIRITTO.

Tra gli obiettivi di questo toolkit:

- ATTIVARE SENSIBILIZZAZIONE TRA PARI IN MODO ORIZZONTALE, CREDIBILE, NON ADULTOCENTRICO
- PRENDERE SPAZI DI PAROLA NELLE SCUOLE E CON LE ISTITUZIONI, PORTANDO RICHIESTE E BISOGNI RACCOLTI DAL BASSO
- DOTARCI DI UN MEZZO DI PRESSIONE CIVILE IN ATTESA DI UNA LEGGE NAZIONALE SULL'EDUCAZIONE ALL'AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ

Cosa significa essere “pari”

Chi prende in mano questo toolkit non è necessariamente una persona esperta. Anche noi del Movimento Giovani per Save the Children che abbiamo pensato a questo strumento siamo semplicemente persone che hanno voglia di prendere parola e spazi che ad oggi vengono negati. Le attività di questo toolkit non “insegnano” dall’alto ma hanno l’obiettivo di **accendere dibattiti**.

E se sei qui, vuol dire che vuoi farlo anche tu.

Cosa troverai nelle prossime pagine

- ➔ **PEER EDUCATION:**
cosa significa apprendimento tra pari e quali sono e non sono le tue responsabilità
- ➔ **PICCOLI CONSIGLI PER CONDURRE LE ATTIVITÀ:**
gli spazi, i materiali, il linguaggio, le persone alleate e alcuni trucchi per fare stare bene il gruppo
- ➔ **SCHEDE ATTIVITÀ:**
dieci schede da sfogliare, scegliere, provare
- ➔ **GLOSSARIO:**
già in queste prime righe ma anche nelle prossime pagine troverai tante parole, alcune delle quali potrai non conoscere. Sbircia le definizioni alla fine di questo toolkit per scoprire il mondo che si nasconde dietro le parole!
- ➔ **ATTIVATI CON NOI:**
tutti i modi per partecipare alla crescita di questo toolkit

LA PEER EDUCATION E LA BELLEZZA DELLE RELAZIONI



La peer education — letteralmente “educazione tra pari” — nasce dall’idea che il cambiamento più autentico e duraturo avvenga dall’interno delle relazioni, quando le persone si riconoscono come simili e decidono di imparare insieme. Le prime esperienze risalgono ai movimenti giovanili degli anni ’60 e ’70, quando molte persone chiedevano di partecipare alle decisioni che li riguardavano e di diventare protagonisti della trasformazione sociale. Negli anni ’80, durante l’emergenza HIV/AIDS, questo approccio divenne un metodo riconosciuto a livello internazionale: persone giovani formate come peer educator riuscirono a trasmettere messaggi di salute, prevenzione e diritti con un’efficacia che nessuna campagna “dall’alto” aveva mai ottenuto.

Da allora, la peer education è cresciuta e si è diffusa in tutto il mondo come strumento educativo, sociale e di partecipazione attiva, capace di promuovere salute, benessere, cittadinanza e diritti.

I principi su cui si basa

La peer education si fonda su alcuni principi fondamentali che guidano il suo modo di agire:

- ➔ **PARITÀ E RECIPROCIÀ:**
ogni persona è portatrice di saperi e esperienze. Nessuna persona è superiore, tutte le persone possono imparare
- ➔ **ASCOLTO ATTIVO:**
ascoltare con attenzione e rispetto, per comprendere prima di rispondere
- ➔ **ESPERIENZA COME RISORSA:**
ciò che viviamo diventa conoscenza condivisa, anche quando è complesso o doloroso



- ➔ **APPRENDIMENTO COOPERATIVO:**
si cresce insieme, dentro un gruppo che apprende come una comunità
- ➔ **AUTODETERMINAZIONE:**
il potere di agire nasce dal sentirsi capaci, accolti e parte di qualcosa di più grande

Le metodologie della peer education

La peer education utilizza metodologie partecipative, dove chi apprende è anche protagonista dell'esperienza.

Si impara facendo, parlando, sperimentando, riflettendo insieme.

Alcuni strumenti ricorrenti sono:

- ➔ **IL CIRCLE TIME, O CERCHIO DI PAROLA, PER CONDIVIDERE IDEE, VISSUTI E ASCOLTARE TUTTE LE PERSONE IN MODO PARITARIO**
- ➔ **I GIOCHI DI RUOLO E LE SIMULAZIONI, PER ESPLORARE SITUAZIONI E PUNTI DI VISTA DIVERSI**
- ➔ **I LABORATORI CREATIVI, CHE UNISCONO CORPO, VOCE E IMMAGINAZIONE (TEATRO, NARRAZIONE, DISEGNO, VIDEO, MUSICA)**
- ➔ **IL CONFRONTO E IL BRAINSTORMING, PER GENERARE IDEE E COSTRUIRE NUOVE VISIONI COLLETTIVE**
- ➔ **IL SUPPORTO TRA PARI, PER ACCOMPAGNARSI NEI MOMENTI DI DIFFICOLTÀ O INCERTEZZA**

Queste metodologie si basano sull'esperienza diretta e sul dialogo: non c'è una persona che insegna e un'altra che impara, ma un processo condiviso di crescita reciproca.

Come affrontare dubbi e difficoltà

Essere peer educator significa anche saper accettare che non sempre è facile. Ci saranno momenti in cui qualcuno non ascolta, in cui un tema tocca corde profonde o in cui non si sa come reagire. In questi casi, la chiave è non isolarsi. [Il confronto con il gruppo, con altre figure e/o persone adulte che partecipano all'incontro è parte essenziale del percorso.](#) Riconoscere i propri limiti, fare domande, chiedere aiuto: sono tutti segni di responsabilità, non di debolezza. Ogni difficoltà può diventare una risorsa se viene accolta e rielaborata collettivamente.

Perché è importante essere peer oggi

Oggi la peer education è una risposta semplice e concreta a un mondo che cambia in fretta. [Essere peer significa credere nel potere delle relazioni, nella curiosità, nella possibilità di imparare insieme.](#) In un tempo in cui spesso si prova solitudine o divisioni, i gruppi di persone pari diventano spazi dove si può parlare, ascoltare, scoprire punti di vista diversi e costruire insieme nuove idee. La peer education non chiede la perfezione o di avere tutte le risposte: chiede di esserci. Di portare la propria esperienza, di aprirsi al confronto, di riconoscere che ogni incontro può insegnare qualcosa.

ESSERE PEER OGGI SIGNIFICA SCEGLIERE LA COLLABORAZIONE INVECE DELLA COMPETIZIONE, LA CURA INVECE DEL GIUDIZIO, LA PARTECIPAZIONE INVECE DELL'INDIFFERENZA.

LO SAPEVI CHE...?



STORIE DI PEER EDUCATION NEL MONDO

In **Ruanda**, un gruppo di giovani ha deciso di cambiare la narrazione sulla salute sessuale e sui diritti. Grazie a un programma dell'UNESCO, più di 250 peer educators sono stat3 format3 per parlare di HIV, gravidanze precoci e violenza di genere direttamente con le proprie e i propri coetanei. Non lezioni frontali, ma giochi, dialoghi e attività nelle scuole e nelle piazze. [Empowering Youth in Rwanda – UNESCO \[unesco.org\]](#)

Nel **Regno Unito**, la peer education è entrata nelle scuole per promuovere la salute mentale. Attraverso il **Peer Education Project (PEP)**, giovani format3 hanno guidato conversazioni su ansia, emozioni e aiuto reciproco, creando spazi di ascolto autentico. L3 student3 hanno dichiarato di sentirsi più fiducios3 nel chiedere aiuto e più consapevoli di come prendersi cura di sé e l3 altr3. [Peer Education Project – Mental Health Foundation \[mentalhealth.org.uk\]](#)

Nei **Paesi Bassi**, la peer education ha trovato casa nei club e nei festival. Con il progetto Unity, giovani “ambasciator3 della notte” parlano con chi partecipa agli eventi di musica elettronica, offrendo informazioni su droghe, alcol, sicurezza e rispetto reciproco. Non per fare la morale, ma per costruire fiducia in un contesto informale e reale. L'obiettivo è semplice ma rivoluzionario: rendere la vita notturna più sicura, consapevole e solidale. [Unity | Jellinek \[jellinek.nl\]](#)



PICCOLE INDICAZIONI PER CONDURRE LE ATTIVITÀ

Ogni attività che trovi in questo toolkit nasce dall'idea che lo spazio del laboratorio sia un luogo vivo, dove ci si può incontrare, conoscere e sperimentare insieme. **Non è una lezione, ma un tempo condiviso** in cui ogni persona può mettersi in gioco, portare la propria esperienza, ascoltare e farsi ascoltare. Il laboratorio diventa così uno spazio di relazione e di scoperta, dove si impara facendo, osservando, immaginando e riflettendo insieme.

CONDURRE UN LABORATORIO NON SIGNIFICA “INSEGNARE” DALL’ALTO, MA CREARE LE CONDIZIONI PERCHÉ QUALCOSA ACCADA.

Chi conduce non insegna ma facilita, prepara il terreno: cura i materiali, il clima, la disposizione dello spazio e il ritmo del gruppo.

Il suo compito è accompagnare, non spiegare; facilitare, non dirigere.

Per far sì che tutto questo possa accadere davvero, ci sono alcune cose da tenere a mente:



SERVE UNO SPAZIO CHE DICA “SÌ”

Se vuoi proporre un'attività di sensibilizzazione a scuola, ad esempio, devi avere l'ok di chi gestisce quello spazio: insegnanti, vicepresidente, consiglio d'istituto. Ogni luogo ha le sue regole di ingaggio, vale per la scuola ma anche per collettivi, associazioni, centri giovanili, ecc. La scuola presenta alcune complessità aggiuntive: serve una proposta scritta, il consenso dei genitori per i temi di affettività o sessualità e, possibilmente, un piano alternativo per chi non partecipa. Con il Decreto Legge Valditara sarà necessario richiedere l'autorizzazione anche all3 student3 maggiorenni e, quando i corsi coinvolgono minorenni, sarà obbligatoria la presenza di un3 docente.





SERVONO REALTÀ ALLEATE

Se vuoi approfondire l'argomento, proporre un percorso educativo sul tema e/o se ti senti insicuro nel portare avanti da solo un'attività cerca realtà del tuo territorio (ad esempio Centri Antiviolenza) che abbiano persone esperte sui temi dell'affettività e della sessualità e che magari sono già abituate ad entrare in contatto con le scuole oppure che hanno spazi di aggregazione in cui puoi portare le attività di questo toolkit. Fare rete in un quartiere, paese o città, è fondamentale.



IN DUE È MEGLIO!

Oltre a persone esperte adulte di riferimento di un gruppo prova a condurre sempre il laboratorio con un'altra persona peer. La facilitazione delle attività richiede cura e impegno, essere in coppia vi aiuterà a mantenere alto il grado di attenzione e l'ascolto attivo senza trascurare la conduzione dell'attività. Oltre al fatto che in due è molto più divertente!



PROMUOVI E PASSA PAROLA

Un laboratorio funziona se le persone lo conoscono e lo sentono "loro". Fai girare la voce, crea una locandina, parla con le persone che conosci, coetanee e non. Il coinvolgimento parte dal basso.



CURA IL CLIMA, NON SOLO I CONTENUTI

Un buon laboratorio non è solo "cosa si dice", ma "come ci si sta". Spazio sicuro, ascolto, rispetto dei tempi e delle emozioni. Se il gruppo si sente accolto, il resto viene da sé. Di seguito ti diamo alcuni consigli pratici.



Il setting: creare uno spazio che accoglie

Lo spazio è parte integrante del laboratorio: parla, accoglie, orienta.

Non è solo il luogo fisico, ma anche l'atmosfera che si crea, la disposizione dei corpi, la luce, il ritmo con cui si entra e si esce da un'attività.

Un buon setting sostiene il gruppo e facilita la partecipazione.

Per questo è importante preparare l'ambiente con cura, anche nei piccoli dettagli:

- ➔ PREDISPONI UNA DISPOSIZIONE CIRCOLARE O SEMI-APERTA, COSÌ CHE TUTTE LE PERSONE POSSANO VEDERSI
- ➔ EVITA BARRIERE (TAVOLI O BANCHI) CHE SEPARANO O CREANO GERARCHIE
- ➔ USA MATERIALI SEMPLICI E RICICLATI: CARTELLONI, PENNARELLI, NASTRI...
- ➔ SE PUOI, AGGIUNGI PICCOLI SEGNI DI ACCOGLIENZA: UNA MUSICA DI SOTTOFONDO, UN OGGETTO SIMBOLICO COMUNE

Cura del gruppo: un'attenzione costante

Ogni gruppo è composto da persone diverse — per provenienza, lingua, corpo, sensibilità, esperienze. Avere cura del gruppo non significa solo accogliere queste differenze, ma farle diventare parte viva del processo.

Chi conduce deve porsi alcune domande prima di iniziare:

- ➔ TUTTE LE PERSONE DEL GRUPPO COMPRENDONO LA LINGUA USATA NELL'ATTIVITÀ?
- ➔ CI SONO PERSONE CHE POTREBBERO AVERE DIFFICOLTÀ A MUOVERSI, LEGGERE O SCRIVERE?

→ **STO CREANDO UNO SPAZIO IN CUI OGNI PERSONA SI SENTE ASCOLTATA, NON GIUDICATA?**

Se emergono barriere, cerca soluzioni semplici e rispettose: puoi usare immagini o disegni, scrivere le parole chiave alla lavagna, tradurre insieme termini difficili, o coinvolgere chi parla più lingue come supporto reciproco.

Indoor o outdoor: scegliere dove stare

Tutte le attività che non prevedono l'uso di strumenti digitali possono essere realizzate sia in spazi interni che all'aperto. Il luogo in cui si lavora cambia profondamente l'esperienza.

Lavorare al chiuso, indoor, favorisce la concentrazione, la parola e la costruzione di un clima raccolto e intimo. **Lavorare all'aperto, outdoor**, invece, apre al movimento, al respiro, al contatto con la natura e con lo spazio condiviso. Fuori, il vento, la luce, i suoni, i profumi e le presenze naturali diventano parte viva del laboratorio: non un contorno, ma un elemento attivo dell'esperienza.

Quando si porta un'attività outdoor, è importante includere lo spazio stesso nel processo: usare elementi naturali come foglie, pietre, rami, sabbia o acqua. In questo modo il laboratorio si radica nel luogo, diventa site specific.

Scegli spazi sicuri e riconoscibili — una corte, un giardino, un portico, una piazza tranquilla — e definisci un confine visivo: un cerchio di corde, un telo, una linea tracciata a terra. Dare al gruppo un riferimento fisico aiuta a mantenere la coesione e a far percepire che “qui” si sta condividendo qualcosa di speciale. Poiché molte attività del kit invitano a riflettere su temi profondi — corpo, emozioni, identità, relazioni — è importante che anche l'outdoor rispetti l'intimità e la privacy. Assicurati che le persone non si sentano esposte, osservate o in difficoltà nel condividere. Scegli luoghi che permettano di parlare, muoversi o lavorare in piccoli gruppi senza sentirsi sotto sguardo. L'outdoor può essere un'occasione preziosa per ampliare lo sguardo e alleggerire la mente, ma va sempre pensato con cura: uno spazio aperto resta educativo solo se resta accogliente.



Il ritmo del laboratorio: inizio, centro e fine

Ogni incontro ha bisogno di un ritmo: un tempo per entrare, uno per attraversare l'esperienza e uno per concludere. Come in ogni racconto, anche nel laboratorio esistono tre momenti chiave — l'inizio, la parte centrale e la fine — che danno forma, senso e continuità al percorso.

Saperli riconoscere e curare fa la differenza tra un'attività che “funziona” e una che diventa davvero significativa. L'inizio e la fine, in particolare, sono momenti preziosi. Il primo aiuta le persone ad arrivare, ad accordarsi come un gruppo, a lasciare fuori ciò che viene da prima. Il secondo permette di raccogliere, rielaborare, salutare e restituire senso a ciò che è accaduto. Sono passaggi semplici ma fondamentali, perché danno al laboratorio una forma emotiva riconoscibile: l'ingresso e l'uscita da uno spazio comune di esperienza.

Il check-in o “icebreaker”: entrare insieme

Il check-in, che nelle schede attività sarà indicato come icebreaker (rompighiaccio), è l'attività che apre l'incontro.

Serve a creare clima, attivare presenza e costruire fiducia. Può essere un piccolo gioco, una domanda simbolica, un gesto, una musica, un esercizio di ascolto o movimento. L'importante non è cosa si fa, ma come: deve essere un momento leggero, partecipato, che aiuti tutte le persone a sentirsi parte dello stesso cerchio.

Un buon check-in:

- ➔ SEGNA L'INIZIO DEL LABORATORIO IN MODO CHIARO E ACCOGLIENTE
- ➔ AIUTA A CONOSCERSI, A SINTONIZZARSI E A SENTIRSI AL SICURO
- ➔ PREPARA IL GRUPPO ALLA PARTE CENTRALE DELL'ATTIVITÀ



Il check-out: chiudere con cura

Il check-out è il momento che conclude.

Serve a chiudere il cerchio, a dare parola alle emozioni e ai pensieri, a lasciare andare in modo consapevole. Può essere un giro di parole (“una parola per dire come esco oggi”), un piccolo rito, una restituzione creativa o semplicemente un momento di silenzio condiviso.

Un buon check-out permette di:

- ➔ RICONOSCERE CIÒ CHE È ACCADUTO
- ➔ CONSOLIDARE L'ESPERIENZA
- ➔ SALUTARSI CON RISPETTO E GRATITUDINE

Quando il laboratorio tocca temi più sensibili o profondi, la chiusura è ancora più importante: aiuta a ritrovare equilibrio e confini, a contenere emozioni e a dare continuità tra ciò che si è vissuto e il ritorno alla quotidianità.

Come usare i check-in e check-out nel toolkit

In questo toolkit troverai, per ogni attività, un suggerimento di apertura (check-in/icebreaker) e una proposta di chiusura (check-out). Sono esempi pensati per accompagnarti, ma non regole fisse. Puoi modificarli, sostituirli o adattarli in base al tempo disponibile, al contesto o al tuo stile di conduzione. L'importante è che ci sia sempre un momento per aprire e uno per chiudere.



Chi conduce: equilibrio, presenza e cura di sé

La persona che conduce un laboratorio è parte del processo, non osservatrice esterna. La sua presenza, il tono della voce, la postura, la capacità di ascoltare e accogliere influenzano il clima del gruppo.

Per questo, è fondamentale che anche la persona che conduce stia bene: che si senta in equilibrio, presente, curiosa, non in tensione. Non serve sapere tutto, né avere sempre le risposte.

Questo toolkit affronta anche temi sensibili — corpo, emozioni, genere, affettività, stereotipi. Prima di proporre un'attività, prenditi un tempo per leggere e riflettere sul tema, ma non sentirti in obbligo a essere “la persona esperta”. Il tuo compito non è spiegare, ma aprire spazi di riflessione. Se emergono emozioni forti o situazioni delicate, non devi gestirle da sola. Puoi riconoscerle, dare loro spazio e poi, se serve, orientare verso chi può prendersene cura (persone referenti adulte, docenti, persone esperte). La persona che conduce non deve sentirsi sopraffatta o responsabile in modo esclusivo di ciò che accade. L'importante è restare presenti, avere rispetto e autenticità.

Condurre bene significa stare dentro l'attività con fiducia e leggerezza: fiducia nel gruppo, nei processi, nella possibilità che qualcosa accada anche senza controllarlo.

Le regole del gioco

Ogni volta che conduciamo un'attività, un laboratorio, soprattutto quando trattiamo temi particolarmente delicati e sensibili, è importante condividere con il gruppo alcuni comportamenti che è bene adottare per favorire quel clima di fiducia, di ascolto e di sospensione del giudizio di cui abbiamo parlato.

È fondamentale quindi condividere all'inizio dell'attività che:



questo spazio rappresenta un luogo sicuro in cui ogni persona deve sentirsi libera di esprimere i propri pensieri e le proprie emozioni



PICCOLE INDICAZIONI PER CONDURRE LE ATTIVITÀ - TOOLKIT NON VEDO L'ORA

- il rispetto di ogni partecipante è fondamentale, creiamo un ambiente in cui le offese e i giudizi non trovano posto
- ogni persona è libera di interrompere la propria partecipazione all'attività in qualunque momento se non se la sente di proseguire
- se senti di avere bisogno di supporto immediato puoi rivolgerti alla persona adulta di riferimento presente (persona esperta o docente se l'attività è a scuola)
- se senti la necessità di un confronto con personale esperto puoi rivolgerti a centri antiviolenza (per ragazze maggiorenni), consultori, pronto soccorso ospedaliero, forze dell'ordine, o contattare il numero antiviolenza gratuito 1522

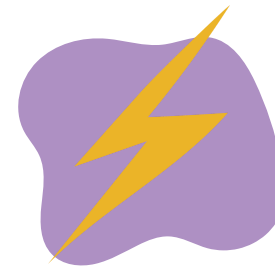
Alla fine invita il gruppo, se ne ha voglia, ad aggiungere altre raccomandazioni utili a favorire la creazione di un clima sereno e di uno spazio sicuro. Ricorda che ogni momento del laboratorio (anche la condivisione delle regole per stare bene insieme) funziona di più se ciascuna persona partecipante dà il suo contributo attivo.

PER APPROFONDIRE

→ Leggi "[Lo hai fatto? Domande frequenti](#)" sul sito di Save the Children realizzate nell'ambito della nostra campagna del 2023



SCHEDE ATTIVITÀ



Le attività presenti in questo toolkit sono pensate per persone dell'età del Movimento Giovani, dai 14 anni ai 25 anni. Possono essere modulate in base all'età del gruppo per garantire un'esperienza accessibile e significativa per tutte le persone.

Le attività sono state organizzate in un ordine che ti proponiamo nel seguente schema. Questo ti può aiutare a costruire poco alla volta un clima di fiducia e rispetto, senza forzare i tempi del gruppo.

Tuttavia, non esiste un modo unico o giusto per seguire il toolkit.

Ogni gruppo è diverso: cambiano le energie, i bisogni, il momento della giornata, il posto in cui ci si trova.

Puoi quindi decidere di **spostare, saltare, adattare o riorganizzare** le attività in base a ciò che senti accadere nel gruppo.

Questa non è una scaletta rigida: è una cassetta degli attrezzi.

Usala come ti serve, nel modo che funziona meglio per te e per il tuo gruppo.



VORREI LAVORARE SU...	ATTIVITÀ	OBIETTIVO
Costruzione del clima del gruppo e corpo	CYBORG DELLE EMOZIONI	Creare fiducia, ascolto, presenza. Dare spazio alle emozioni senza giudizio.
Riconoscere gli immaginari	CHE GENERE DI RACCONTO	Osservare come narrazioni e media costruiscono ruoli e aspettative.
Trasformare il linguaggio	CAMBIA IL COPIONE	Riconoscere le frasi che assegnano ruoli / etichette. Allenarsi a riscriverle.
Guardare ai media con sguardo critico	STEREOTIPI IN PRIMA PAGINA	Collegare esperienza personale e rappresentazioni pubbliche.
Complessità delle identità maschili	MASCHILE PLURALE – STORIE IN GIOCO	Aprire lo sguardo sui tanti modi di essere maschio. Lavorare senza giudicare.
Confini e sensazioni	DENTRO / FUORI / SUL CONFINE	Riconoscere quando una relazione ci fa stare “dentro” / “fuori” / “a metà”.
Cura, controllo	RELAZIONI	Distinguere attenzione da possesso. Riconoscere segnali precoci.
Segnali chiari nelle relazioni	RED / GREEN FLAG	Dare strumenti per riconoscere red flag e green flag.
Dare voce e scelta	PRENDI POSIZIONE	Prendere posizione, esprimere ciò che si pensa, riconoscere i propri bisogni.

BONUS

ATTIVITÀ DA STAMPARE, RITAGLIARE E ASSEMBLARE!

IL CYBORG DELLE EMOZIONI



TIPO DI ATTIVITÀ

Laboratorio esperienziale, simbolico, corporeo, creativo

TEMA

- identità corporea
- emozioni
- linguaggi del cambiamento in adolescenza

SERVE A

Esplorare come il corpo e le emozioni cambiano nell'adolescenza e costruire un linguaggio personale e simbolico del sé

QUANTO DURA

90 minuti

MATERIALI

- cartelloni grandi o carta da pacco
- pennarelli colorati
- post-it
- riviste da ritagliare
- colla
- forbici
- nastro adesivo
- materiali di riciclo (bottoni, nastri, tessuti, tappi, foglie, legnetti, ecc.)
- playlist per musica di sottofondo

ICE BREAKER

10-15 MINUTI

- **OBIETTIVO:**
introdurre il linguaggio del corpo come spazio emotivo, preparare al tema del cyborg
- **MATERIALI:**
post-it o cartoncini colorati

Il pulsante segreto

- 1** Introduci l'attività con questa frase:
"Ogni persona ha un pulsante segreto: una parte del corpo che, se la premiamo, attiva qualcosa — una risata, la calma, il coraggio, una scintilla di curiosità."
- 2** Chiedi a ogni partecipante di disegnare un piccolo pulsante su un post-it e posizionarlo dove immagina si trovi sul proprio corpo.
- 3** Chiedi a chi vuole di condividere a cosa serve il suo pulsante:
"Il mio pulsante serve per... calmarmi / ricordarmi di respirare / accendere la creatività."
- 4** Concludi con questa piccola riflessione:
"Ogni persona ha dei comandi nascosti: oggi costruiremo un corpo simbolico pieno di pulsanti, antenne e sensori che raccontano le nostre emozioni."

ATTIVITÀ PRINCIPALE

INTRODUZIONE

IMMAGINA IL TUO CYBORG

10 min

Introduci l'attività principale chiedendo alle persone di immaginare di poter creare una versione "cyborg" di loro. Un cyborg è un organismo che combina elementi biologici e artificiali, come protesi meccaniche, innesti elettronici o parti cibernetiche.

Chiedi alle persone di immaginarsi come un corpo "digitale", libero e personale, che non mostra solo come appaiono ma anche come si sentono, cosa provano, cosa vogliono proteggere o mostrare. Un corpo che possono personalizzare liberamente, aggiungendo funzioni emotive come uno zaino dell'empatia, occhiali che vedono le emozioni o una batteria di fiducia. Chiedi loro di pensare al corpo non solo come estetica ma come una mappa di significati, emozioni e possibilità.

DISEGNA LA SAGOMA

15 min

Forma piccoli gruppi (max 4 persone) e dai a ogni gruppo un grande foglio o cartellone su cui chiedi di disegnare un cyborg, partendo da una sagoma umana semplificata. Le persone possono disegnare la sagoma a grandezza naturale o più piccola, simbolica. Ogni gruppo sceglie un nome per il proprio "cyborg emotivo".

COSTRUISCI IL TUO CYBORG EMOTIVO

PERSONALIZZA E TRASFORMA

25 min

Chiedi a ogni gruppo di aggiungere elementi al corpo, ispirandosi all'idea di un corpo digitale che esprime emozioni, trasformazioni e desideri. Si possono usare colori, simboli, post-it, ritagli, materiali di riciclo o anche creare versioni tridimensionali con del cartoncino. Il cyborg può essere disegnato, costruito o modellato liberamente con le tecniche preferite.

Guida i gruppi attraverso alcune domande:

- COSA VOGLIO MOSTRARE ALL'ESTERNO E COSA VOGLIO PROTEGGERE?
- QUALI EMOZIONI SENTO PIÙ FORTI? DOVE LE SENTO NEL CORPO?
- QUALI TRASFORMAZIONI MI SORPRENDONO DI PIÙ?
- QUALE "FUNZIONE EMOTIVA" VORREI AGGIUNGERE PER COMUNICARE MEGLIO CHI SONO?



Esempi di elementi possibili:
sensore di paura, scudo di
pudore, antenna di ascolto,
batteria di fiducia, memoria
affettiva, pelle che cambia colore
quando si provano emozioni forti.

DARE VOCE AL CORPO

NARRAZIONE E DIALOGO

15 min

Chiedi a ogni gruppo di presentare il proprio cyborg in plenaria, dandogli voce:

"Io sono il corpo che comunica così... quando ho paura si accende la mia luce blu, quando amo la mia antenna vibra verso l'altra persona."

Durante la condivisione raccogli parole, emozioni e riflessioni che emergono su un cartellone comune.

CHIUSURA:

LA PAROLA CHE PORTO CON ME

10 - 15 min

In cerchio, chiedi a ogni partecipante di scrivere su un post-it una parola che rappresenta la parte del corpo o del cyborg che vuole “portare con sé”. Le parole vengono attaccate su un cartellone comune intitolato “Le parti di me che voglio ascoltare di più”.

LO SAPEVI CHE...?

Il lavoro con la **sagoma corporea** nasce in ambito **psicoeducativo e arteterapeutico** come strumento per esplorare il rapporto tra corpo, emozioni e identità.

Disegnare o costruire la propria sagoma permette di **rendere visibile ciò che è invisibile** — pensieri, sensazioni, paure, desideri — creando un linguaggio simbolico condiviso. A cosa serve:

- A **favorire la consapevolezza corporea**, aiutando a riconoscere dove si collocano nel corpo le emozioni.
- A **rappresentare i cambiamenti fisici e interiori** tipici dell'adolescenza.
- A **stimolare l'empatia e l'ascolto reciproco**, permettendo di raccontarsi in modo non verbale.
- A **ridurre l'ansia del giudizio**, spostando l'attenzione dal corpo reale a quello simbolico o immaginario.

È un'attività che **integra mente, corpo e immaginazione**, aprendo un dialogo spontaneo tra ciò che si sente e ciò che si mostra. Nel gruppo, le sagome diventano **specchi emotivi**, luoghi in cui le esperienze individuali si intrecciano in un racconto collettivo. Il gesto creativo diventa così un modo per **abitare il proprio corpo con curiosità e rispetto**.

ATTENZIONE E CURA EMOTIVA

Il lavoro sulla **rappresentazione corporea** può evocare emozioni intense o ricordi personali. In alcuni casi, **rappresentare il proprio corpo o parlare di sé** può risultare difficile o faticoso, soprattutto in adolescenza o in contesti di vulnerabilità.

Per questo, in questa attività proponiamo di **costruire il cyborg in piccolo gruppo** e non individualmente:

- permette di condividere l'esperienza in modo **più leggero e cooperativo**;
- protegge le persone che potrebbero sentirsi più esposte;
- valorizza il **processo collettivo** più che il risultato estetico;
- aiuta a riconoscersi **attraverso e con le altre persone**.

Chi conduce deve osservare con sensibilità il clima del gruppo e accogliere le diverse modalità di partecipazione: **disegnare, osservare, suggerire o solo ascoltare** sono tutte forme legittime di espressione.

CHE GENERE DI RACCONTO



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo – riflessione e rappresentazione creativa

TEMA

- stereotipi * e ruoli di genere *
- identità di genere *
- narrazioni e rappresentazioni legate al genere

SERVE A

Far emergere gli stereotipi di genere che influenzano la nostra immaginazione; promuovere il pensiero critico e la consapevolezza della pluralità dei generi e delle identità

QUANTO DURA

90 minuti

MATERIALI

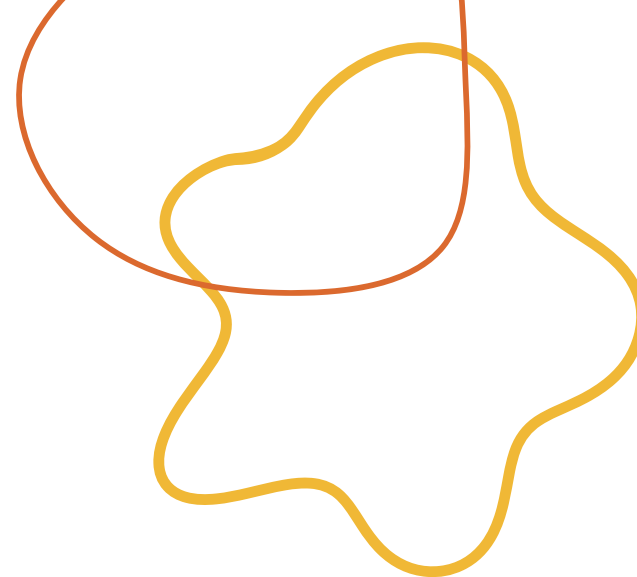
- due racconti (in questa scheda sono inseriti dei modelli di racconto ma se ne possono creare altri)
- fogli A4 bianchi
- matite e pennarelli colorati
- fogli a muro, cartelloni o carta pacco



ICE BREAKER

8-10 MINUTI

- ➔ **OBIETTIVO:**
accogliere il gruppo e creare connessione attraverso un linguaggio simbolico e non verbale
- ➔ **MATERIALI:**
pennarelli o pastelli colorati, fogli o un cartellone grande



Il colore con cui arrivo oggi

variante 1

- 1 Chiedi a ogni partecipante di scegliere un pennarello del colore che più rappresenta come si sente.
- 2 A turno, invita ogni partecipante a dire: "Oggi mi sento [emozione] e il mio colore è [colore]."
- 3 Concludi osservando insieme al gruppo la varietà dei colori emersi, come rappresentazione dello stato del gruppo.

variante 2

- 1 Chiedi a ogni partecipante di scegliere un colore che sente vicino al proprio stato d'animo.
- 2 Su un foglio comune, chiedi a ogni partecipante di lasciare un segno libero: una linea, uno scarabocchio, una forma
- 3 Chi desidera può dire una parola o frase che accompagna il gesto.
- 4 Il foglio finale diventa la 'traccia visiva' del gruppo.

variante 3

- 1 Chiedi a ogni partecipante di scegliere un colore e, una persona alla volta, di mostrarlo in silenzio al gruppo.
- 2 Si sta in silenzio, ma si osservano i colori come piccoli gesti di presenza. Concludi dicendo: "Ogni partecipante ha portato un colore: insieme abbiamo dipinto la nostra atmosfera di oggi."

ATTIVITÀ PRINCIPALE

INTRODUZIONE

10 min

In circle time, spiega al gruppo che si ascolteranno due brevi racconti e che il compito sarà immaginare la persona protagonista — il suo aspetto, il suo modo di essere, la sua età e altre caratteristiche. Sarà importante sottolineare che non ci sarà una risposta giusta o sbagliata: l'obiettivo è osservare come immaginiamo.

ASCOLTO E DISEGNO

15 min

Prima di iniziare, dai alle persone partecipanti un foglio e dei colori (matite, pennarelli o pastelli) da tenere a portata di mano.

Leggi il primo racconto lentamente, senza dare alcuna informazione sul genere o sull'aspetto fisico. Subito dopo, chiedi a ogni partecipante di disegnare la persona protagonista. Ripeti lo stesso procedimento per il secondo racconto.

CONFRONTO INDIVIDUALE

10 min

Chiedi a ogni partecipante di osservare i due disegni e annotare: ci sono differenze? Quali elementi vi hanno portato a immaginare un genere specifico? Da dove vengono queste immagini?

CONDIVISIONE COLLETTIVA

E SVELAMENTO

15 min

Insieme al gruppo, appendi tutti i disegni e invita il gruppo a osservare insieme.

Solo ora puoi svelare che nei racconti non era specificato alcun genere.

Guida la discussione con domande:

- PERCHÉ ABBIAMO ATTRIBUITO UN GENERE?
- QUALI TRATTI ASSOCIAMO AL MASCHILE O AL FEMMINILE?
- SAPETE CHE ESISTONO PERSONE CHE NON SI IDENTIFICANO NEL GENERE MASCHILE O FEMMINILE?

CONSIGLIO

Vai a leggere nel glossario la definizione di identità di genere * per supportarti nella discussione.

RIELABORAZIONE E CHIUSURA

10 min

In cerchio chiedi a ogni partecipante di dire una parola che rappresenta una sua caratteristica che non ha genere. Ad esempio: “disordinata” “alto” “con gli occhiali” “sportiva” “confuso”...

VARIANTI E SUGGERIMENTI

- Per aumentare l'effetto sorpresa, in alternativa alle schede testi, puoi utilizzare le schede immagini che ti proponiamo.
- Puoi chiedere anche di lavorare in sottogruppi invece che individualmente e confrontare in plenaria.

SCHEDE PROFILO STORIE

PROFILO 1

La persona in questione ha 34 anni e lavora nell'ambito dell'architettura, occupandosi soprattutto di progetti di design d'interni. Ama la cura dei dettagli e l'estetica, e trova molta soddisfazione nel creare spazi funzionali ma accoglienti. Ogni mattina si sveglia intorno alle 7, concedendosi qualche minuto per fare un breve workout per iniziare la giornata con serenità e grinta. La giornata lavorativa è spesso molto intensa, con vari incontri con clienti e aziende fornitrici, ma anche momenti di creatività solitaria, quando si dedica a disegnare e a cercare ispirazione nelle riviste di architettura. È una persona organizzata e pratica, ma non rinuncia mai a un tocco personale nei suoi progetti, cercando di bilanciare funzionalità ed estetica.

Nel tempo libero, ama andare a correre nel parco vicino a casa, un'attività che permette di mantenersi in forma e liberare la mente. Adora anche trascorrere serate tranquille a casa, dedicandosi alla lettura o guardando serie TV, spaziando dai documentari storici alle commedie romantiche. Tra i suoi hobby preferiti ci sono la cucina e la fotografia: prepara spesso piatti sani ma gustosi, sperimentando ricette, e ama immortalare i momenti più belli con la sua fotocamera. Nel weekend, ama dedicare del tempo a prendersi cura della sua casa, magari riordinando o aggiungendo piccoli tocchi decorativi, come piante o nuovi complementi d'arredo. Spesso esce con gli amici e le amiche per un aperitivo o una cena fuori, preferendo posti tranquilli dove poter chiacchierare e rilassarsi. È una persona socievole, ma anche indipendente, che sa apprezzare il valore del tempo solitario per riflettere o semplicemente riposarsi.

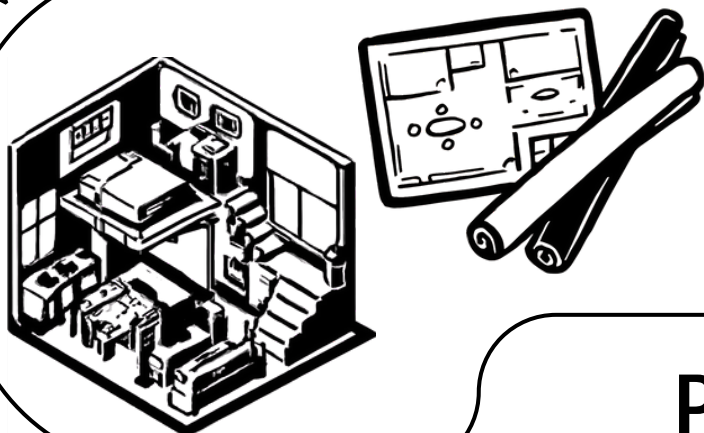
SCHEDE PROFILO STORIE

PROFILO 2

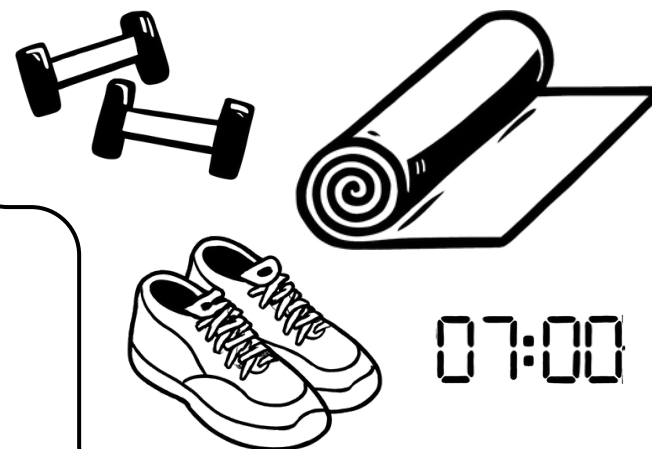
La persona in questione ha 29 anni, ama svegliarsi la mattina con il profumo del caffè. Dopo colazione accarezza i suoi due gatti, rifornisce loro la ciotola di acqua e di cibo ed esce per affrontare la giornata, ma solo dopo aver messo la crema solare, azione che non salta mai. Si occupa di illustrazione, attualmente è sempre in stato di esaltazione nell'idea di lavorare perché si sta occupando della nuova edizione di una delle sue favole preferite: Peter Pan. Tornando a casa da lavoro, adora passeggiare per la città e fare caso ai piccoli dettagli che ha intorno, spesso ne approfitta anche per mettersi su una panchina e abbozzare ciò che colpisce la sua attenzione. Trascorre il tempo libero leggendo, guardando serie TV e cucinando per le serate gioco che organizza con i suoi amici e le sue amiche, dove la compagnia si diverte nel provare i nuovi giochi da tavolo. È una persona un po' distratta, che non presta molta attenzione all'ordine, ma è molto gentile e adora la natura e passeggiare in montagna. È molto socievole, anche se all'inizio trova difficile esserlo con le persone nuove. Ha di recente deciso di iscriversi ad un corso di teatro per provare a sfidare la sua timidezza.

SCHEDE IMMAGINI STORIE

LAVORO



MATTINA



PROFILO 1

34 anni

TEMPO LIBERO



WEEKEND



SCHEDE IMMAGINI STORIE

MATTINA



LAVORO

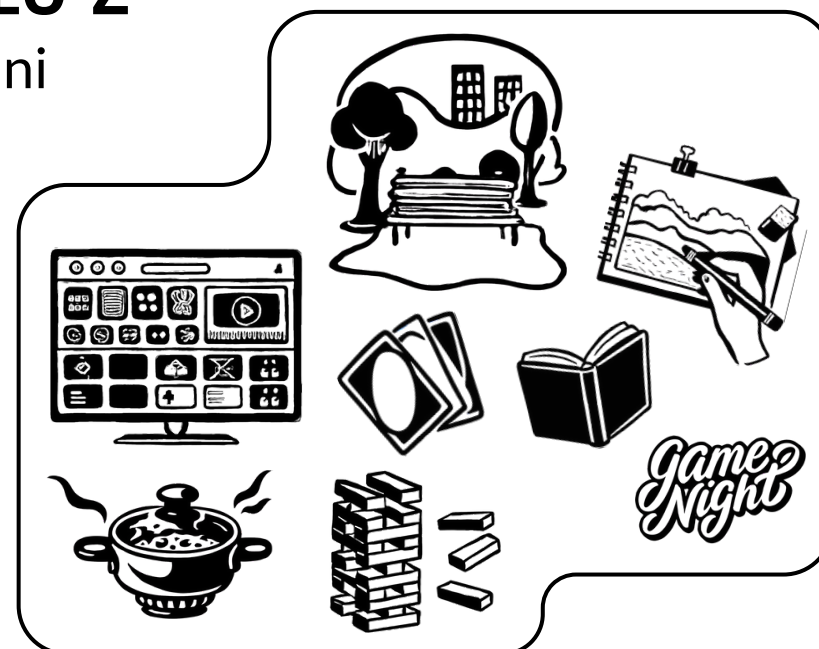
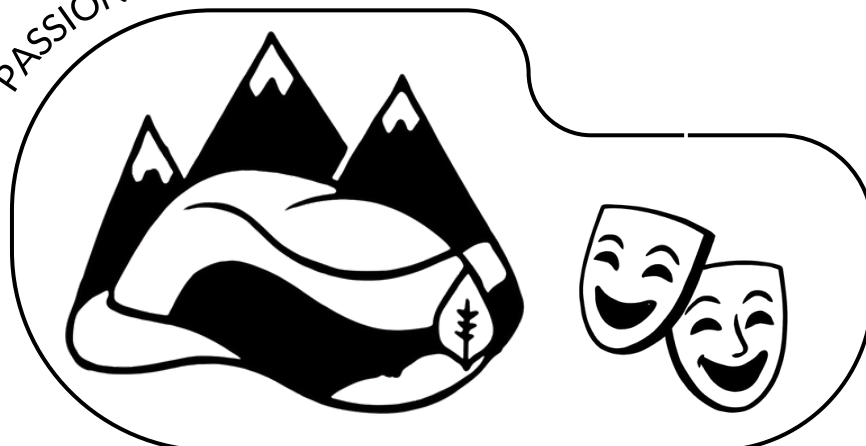


PROFILO 2

29 anni

TEMPO LIBERO

PASSIONI



ATTENZIONE E CURA EMOTIVA

Durante l'attività possono emergere **emozioni inattese**: disagio, confusione o anche rabbia, perché si toccano temi legati all'identità e agli stereotipi interiorizzati.

È importante che chi conduce:

- **Rassicuri il gruppo**: non esistono risposte giuste o sbagliate.
- **Accolga ogni reazione** senza giudizio e, se necessario, sospenda la discussione per riformulare o respirare insieme.
- **Eviti di forzare la partecipazione** prestando attenzione ai segnali di chiusura o disagio (posture, sguardi, tono di voce).

PER APPROFONDIRE:

Gli stereotipi di genere vengono definiti tra i 5 e i 7 anni: [guarda il video](#) "A Class That Turned Around Kids' Assumptions of Gender Roles!" Lo trovi su YouTube. (inglese)

Ci sono giochi da maschi e giochi da femmine? [guarda il video](#) "Girl toys vs boy toys: The experiment - BBC Stories" Lo trovi su YouTube. (inglese)

Cos'è l'identità di genere? Il progetto grafico queercultureguide.com (italiano)

Con il Movimento Giovani abbiamo fatto un esperimento: abbiamo fatto perscare domande di educazione sesso-affettiva alle persone per strada. Guarda il [Vox Populi](#) sul nostro profilo instagram @movimentogiovani_stc

CAMBIA IL COPIONE



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo

TEMA

- stereotipi * e ruoli di genere *
- identità di genere *
- narrazioni e rappresentazioni legate al genere

SERVE A

Aprire un dialogo sugli stereotipi e i ruoli di genere, con focus sulla mascolinità, decostruire le frasi e i linguaggi che rinforzano modelli rigidi, sviluppare competenze comunicative ed emotive per relazioni nutrienti, stimolare il pensiero critico rispetto ai messaggi veicolati dai media e dai social

QUANTO DURA

60 minuti

MATERIALI

- fogli a muro, cartelloni o carta pacco
- penne e pennarelli
- post-it se utili

ICE BREAKER

5-8 MINUTI

- **OBIETTIVO:**
far sperimentare in modo semplice e corporeo come le parole viaggiano, cambiano e risuonano tra le persone. Promuovere ascolto, presenza e consapevolezza collettiva
- **MATERIALI:**
nessuno (facoltativo: una musica leggera di sottofondo)

L'eco delle parole

- 1 Invita tutte le persone a mettersi in cerchio. Spiega che farete un piccolo gioco d'ascolto: "Le parole sono come echi: rimbalzano e cambiano un po' ogni volta che qualcuno le ripete."
- 2 Inizia tu, dicendo una parola semplice, per esempio "acqua". La persona successiva ripete "acqua" e aggiunge una propria parola, per esempio "vento".
- 3 La terza persona ripete "acqua, vento" e aggiunge una nuova parola, come "respiro". E così via, fino a chiudere il cerchio.
- 4 Alla fine chiedi:
"Com'è stato ascoltare e aggiungere una parola?"
"Quale parola vi è rimasta nella mente?"
"Cosa succede quando le parole viaggiano di voce in voce?"

VARIANTE PUNTO 3

- Nei gruppi più grandi, ogni persona ripete solo l'ultima parola e ne aggiunge una nuova, creando una catena più fluida.

ATTIVITÀ PRINCIPALE

RACCOLTA DELLE FRASI

15 min

In circle time, chiedi alle persone di condividere quali sono secondo loro quelle frasi che si sentono dire spesso su ragazzi e ragazze, quelle che sentiamo ripetere come un copione già scritto. Per esempio:

“I veri uomini non piangono”, “Sei troppo emotiva”, “Un maschio deve farsi rispettare”, “Le ragazze devono essere gentili”.

Scrivile su un cartellone o raccoglile tramite una nuvola di parole su

[Mentimeter.com](https://www.mentimeter.com)

RIFLESSIONE COLLETTIVA

15 min

Conduci una riflessione collettiva:

- DA DOVE ARRIVANO QUESTE FRASI?
- COSA CI DICONO SUL MODO IN CUI LA SOCIETÀ GUARDA MASCHI E FEMMINE?
- COME INFLUENZANO IL NOSTRO MODO DI PENSARE, DI AMARE, DI RELAZIONARCI?

Aiuta a notare le parole che feriscono, escludono o rinforzano stereotipi e pregiudizi.

CONSIGLIO

→ Usa testi di canzoni o brevi video pubblicitari per stimolare la discussione.

CAMBIA IL COPIONE

25 min

Proponi di trasformare le frasi raccolte in frasi nuove, libere dagli stereotipi, per esempio:

“TIRA FUORI LE PALLE!” → “MOSTRA IL CORAGGIO DI ESSERE TE STESSO”

“LE RAGAZZE DEVONO ESSERE DOLCI” → “OGNI PERSONA PUÒ SCEGLIERE COME ESPRIMERSI”

Scrivile su un cartellone con due colonne:

FRASI CHE FERISCONO → FRASI CHE LIBERANO

Invita chi vuole ad aggiungere disegni, slogan o colori.



CHIUSURA

5 min

Concludi chiedendo:

→ “C'È UNA FRASE CHE OGGI VI PIACEREBBE NON SENTIRE PIÙ?”

→ “E UNA PAROLA CHE INVECE VORRESTE DIFFONDERE?”

Puoi invitare il gruppo a scriverle e appenderle sul cartellone finale.

ATTENZIONE E CURA EMOTIVA

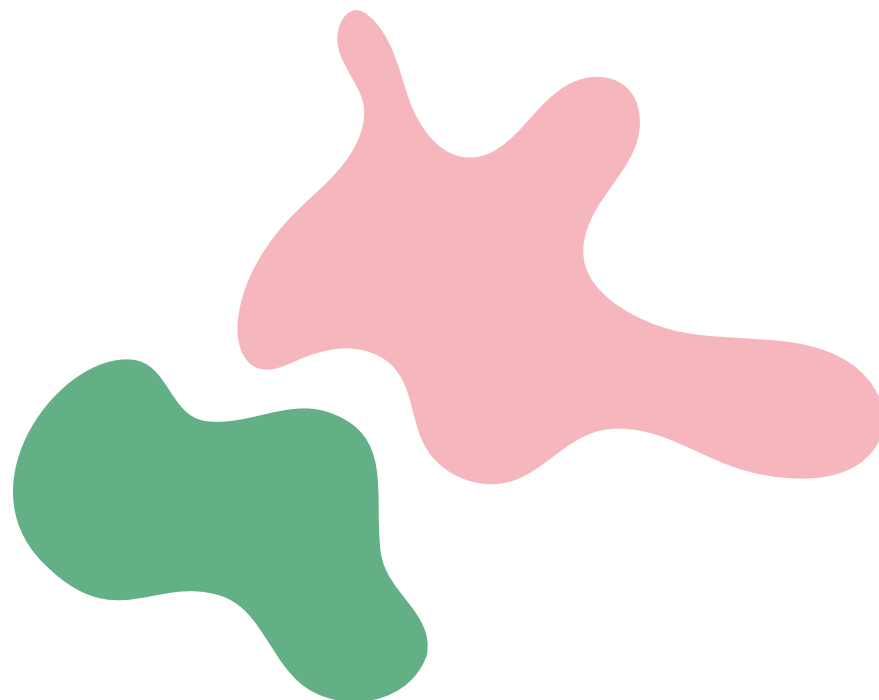
- Alcune parole possono evocare esperienze personali o disagio.
- Ricorda che non c'è alcun obbligo a condividere se non si vuole farlo.
- Se emergono emozioni forti, concedi un momento di pausa o silenzio.
- Ricentra sempre l'attenzione sull'obiettivo: capire insieme come il linguaggio costruisce la realtà, non giudicare.

PER APPROFONDIRE:

Le microaggressioni sono come punture di zanzara: [guarda il video](#) "How microaggressions are like mosquito bites • Same Difference" Lo trovi su YouTube. (inglese)

"Gli uomini non piangono" e altre cose che vengono dette a bambini, ragazzi e uomini nel corso della loro vita: [guarda il video](#) "48 Things Men Hear In A Lifetime (That Are Bad For Everyone)" Lo trovi su YouTube. (inglese)

Le pubblicità sessiste di alcuni (ma non troppi) anni fa: [guarda il video](#) "Vecchie pubblicità maschiliste" Lo trovi su YouTube. (italiano)



STEREOTIPI IN PRIMA PAGINA: LEGGERE TRA LE RIGHE



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo – confronto e riflessione partecipata

TEMA

Stereotipi di genere * nei media e nella comunicazione quotidiana

SERVE A

Stimolare la riflessione critica su come i media e il linguaggio influenzano la percezione dei ruoli di genere e promuovere una comunicazione più consapevole

QUANTO DURA

60 minuti

MATERIALI

- schede con esempi di comunicazione stereotipata (pubblicità, titoli di giornale, post social)
- pennarelli
- fogli A3
- post-it
- proiettore o lavagna per la condivisione finale (se possibile)



ICE BREAKER

8-10 MINUTI



OBIETTIVO:

è capire che, anche se spesso non sembra, tante altre persone condividono le nostre stesse esperienze



MATERIALI:

nessuno

In piedi se...

Chiedi al gruppo di alzarsi e sedersi in base alle affermazioni che leggerai.
Non si commenta, non si spiega: si osserva e basta.

Frase (leggile con calma):

1

- In piedi se ti è mai capitato di sentirti dare un'etichetta
- In piedi se hai mai sentito una frase che ti ha fatto sentire in una "casella"
- In piedi se a volte hai dovuto adattarti a un ruolo che non era tuo
- In piedi se ti hanno mai detto come "dovresti" essere solo in base al tuo genere
- In piedi se ti è mai sembrato che le altre persone si aspettassero una cosa da te solo per come ti vedono
- In piedi se ti è capitato di dire qualcosa solo per sentirti parte di un gruppo
- In piedi se almeno una volta hai pensato: "ma davvero devo essere così?"

2

Transizione verso il lavoro sugli stereotipi. "Come vediamo, gli stereotipi non sono qualcosa di lontano o astratto. Li viviamo. Li sentiamo. Oggi proveremo a guardarli da vicino per capire come trasformarli."

ATTIVITÀ PRINCIPALE

GLI STEREOTIPI

5 min

Spiega brevemente il concetto di stereotipo di genere ✨: trovi una definizione nel glossario in fondo a questo kit. Apri una piccola discussione di introduzione su cosa sia uno stereotipo per le persone del gruppo.

LEGGERE TRA LE RIGHE

15 min

In base al numero di persone partecipanti dividi in piccoli gruppi (4-5 persone ogni gruppo). Dai a ogni gruppo degli esempi di magazine, titoli di giornali, articoli che hanno una comunicazione stereotipata. Ne trovi alcuni in questa scheda attività ma puoi cercarne di più recenti.

Chiedi ai gruppi di discutere sulla base di alcune domande guida:



QUALI STEREOTIPI DI GENERE EMERGONO?



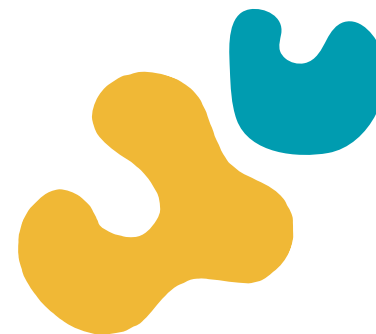
COME POTREBBERO ESSERE RIFORMULATI EVITANDO STEREOTIPI E SESSISMO?

CONDIVISIONE

15 min

Chiedi a ogni gruppo di restituire in plenaria quello che è emerso dalla discussione e presentare la sua riformulazione degli articoli/titoli.

Lascia spazio per una discussione aperta su come gli stereotipi nei media influenzano la rappresentazione di genere. Concludi sottolineando come questa attività potrebbe essere fatta su ogni tipo di stereotipo (provenienza, etnia, genere, religione, età, orientamento sessuale, disabilità, condizione economica, ecc.). Invita le persone partecipanti a impegnarsi, nei giorni successivi all'attività, a una lettura critica di post, articoli, e altri media di cui fruiscono.



TIRO CON L'ARCO
Il trio delle cicciottelle sfiora il miracolo olimpico

Mandia, Boari e Sartori stupiscono il mondo ma cedono il bronzo a Taipei

Rio de Janeiro

SFUMA il bronzo per la squadra azzurra femminile del tiro con l'arco. Le azzurre (Guendalina Sartori, Claudia Mandia e Lucilla Boari) sono state sconfitte da Taipei per 5-3 nella finale per il terzo e quarto posto dopo aver cullato a lungo il sogno di conquistare una medaglia. La stessa



Assurda tragedia della gelosia
L'aberrante tarlo: i regali degli amanti con i quali la moglie faceva "la bella vita"

Libero Sabato 13 gennaio 2011

SILVIO RISCHIA GROSSO
LA PATATA BOLLENTE

Sul caso Ruby offensiva finale dei pm di Milano: processo al premier per sfruttamento della prostituzione minorile. Interrogate cento ragazze, 600 pagine di intercettazioni. Ma Berlusconi sfida i giudici: solo fantasie, lasciatemi governare o si va al voto

ORA S'INVENTANO perfino il reato di invito a cena



body slim Like what you see?

EPILAZIONE indolore FLASH LASER freddo

Estetica Body Slim
Via Eurialo 7779
Tel. 06 78.00.708

ROMATODAY



Effetti della malapolitica
La Raggi e Roma imbruttite insieme

La bambolina, il vertice farsa e il cazzeggio stampa

Oca del Campidoglio

La Raggi s'incolla alla poltrona

Hanno perso la Virginità
Grillini allo sbarco. Le perquisizioni e gli arresti a Roma stravolgono il Movimento 5 stelle. In fuga dai cronisti, diventano garantisti, alzano il caso Raggi il rondo come gli altri politici

La vita agrodolce della Raggi
Patata bollente
La sindaca di Roma nell'occhio del ciclone per le sue vicende comunali e personali. La sua storia ricorda l'epopea di Berlusconi con le Oligittine, che fini malissimo

La bambolina e il vertice farsa. Gentilmente, chiamate i carabinieri
«un paese serio sarebbe già in campo la legge per lo scioglimento del Parlamento come quello di Berlusconi, eccettuando la politica imbruttisce chi la fa come la Raggi»

La marchesa del Grillo fatta a pezzi dalle correnti
Osteso di Casaleggio, il comico non riesce più a tenere a bada i militanti che si contendono la leadership del movimento e il governo della capitale

La Raggi non si dimetta per un'inchiesta del cavolo
Mutande verdi di Virginia

Le decisioni della sindaca per le feste degnano i romani
È riuscita a rovinarci pure il Natale

Un milione di euro in dieci mesi
Baby Casaleggio trova il modo di farsi pagare dai grillini

La Raggi non si dimetta per un'inchiesta del cavolo
Mutande verdi di Virginia



A Roma Termini ci passo per lavoro, mi fermo per pranzo.

Scopri la sua storia su grandipiccolestorie.it

A Roma Termini prendo il pranzo, poi corro a smaltirlo.

Scopri la sua storia su grandipiccolestorie.it



IL TEMPO QUOTIDIANO INDIPENDENTE

Campidoglio Stravince la Raggi che disintegrate il Pd
È il primo sindaco donna della storia capitolina
Una città distrutta in mano a chi non ha mai governato

ROMA IN BAMBOLA

Si è deciso all'ultima seduta
Testa a testa a Milano
Alla fine Sala batte Parisi per una manciata di voti

Sconfitta Fassino
L'onda lunga dei grillini invade anche Torino
La Mole alla Appendino



R la Repubblica
venerdì 23/07/24 - G

È la prima volta nella storia che due donne si avventurano sole nello spazio



REPUBLICA.IT
Prima passeggiata 'ai femminile' per le due astronave della Isp

LE DUE FACCE DEL KILLER
Il gigante buono e quell'amore non corrisposto
Il sospetto del pm: «Non un delitto d'impeto, ma un piano criminale organizzato»

Gelosia omicida
Uccide a coltellate in auto

Raptus passionale
uccide l'amica
e tenta il suicidio

L'amante respinto entra in auto
Natasha uccisa con quattro coltellate

Uccide l'amica, poi tenta il suicidio
Luigi Sibillo l'ha attesa fuori della scuola dove lavorava come cuoca. Poi si è piantato la lama nel petto

Respinto, la massakra a coltellate
La uccide nell'auto vicino alla scuola in cui lavorava come cuoca. Poi tenta il suicidio

R Repubblica
@repubblica

Italia oro nella spada squadre, francesi battute in casa. Le 4 regine: l'amica di Diletta Leotta, la francese, la psicologa, e la mamma



Da repubblica.it

22:06 · 30/07/24 Da Earth · 46,2K visualizzazioni

Degustala!
Passera delle Vigne Lepore



www.vinilepore.it

VE LA DIAMO GRATIS

PER UN MESE
La pulizia o la sanificazione
Ad ogni contratto annuale per:

CONDOMINI - UFFICI
NEGOZI - MAGAZZINI
SUPERMERCATI
CAPANNONI INDUSTRIALI
VETRINE
PISCINE - VILLE E CASE PRIVATE



Chimica, il Nobel a due donne
Le «Thelma e Louise» del Dna
Doudna e Charpentier premiate per la tecnica Crispr: consente di riscrivere i genomi



riscrivere i genomi in modo mirato. Con un lavoro scienti-

Alcune delle applicazioni

Lo score

DIVA
oltre la notizia

Due donne sole nello spazio



PASSEGGIATA IN BOSSA Le astronave americane e francesi sono state avviate verso la Stazione spaziale internazionale, senza colleghi uomini. È la prima volta nella storia che due donne si avventurano sole nello spazio.

Più pericoloso uscire, nel buio della notte, per le strade di tante città, che andarsene a spasso nelle tenebre dell'universo: chissà se hanno pensato questo, le due astronave americane che hanno compiuto la prima passeggiata spaziale tutta al femminile. Senza tacchi e borsetta, ma "armate" delle tute da astronauta, sono uscite nel nulla cosmico, fuori dalla Isp, la Stazione spaziale internazionale comandata dal nostro

George Clooney nel nulla dell'universo e deve arrangiarsi da sola. È andato tutto diversamente, senza drammi, perché qualche volta la realtà resta più semplice, più "tecnica" della fantasia. E le stesse Jessica e Christina diranno che non c'è stato nulla di straordinario nella loro giornata, nulla di quanto non abbiano già fatto per centinaia di altre volte loro colleghi maschi. E invece: a chi sta nascosto in un mondo dove ancora

MASCHILE PLURALE - STORIE IN GIOCO



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo – role playing e riflessione partecipata

TEMA

- stereotipi * e ruoli di genere *
- mascolinità
- potere e controllo

SERVE A

Aprire un dialogo e una riflessione riguardo alle tematiche di stereotipi e ruoli di genere con un focus specifico sulla mascolinità. Ampliare la consapevolezza dell'esistenza di diversi tipi di mascolinità. Favorire l'immedesimazione e il confronto tra il proprio ruolo e quello rappresentato. Stimolare il senso critico attraverso il dibattito sulle diverse modalità di maschile all'interno della società

QUANTO DURA

70 minuti

MATERIALI

- biglietti al cui interno sarà scritta una parola ciascuno
- cestino o sacchetto
- bigliettini con ruoli dei personaggi
- scheda pre-role playing
- griglia di osservazione
- penne e pennarelli
- eventuale proiettore o smartphone per [Kahoot.it](https://kahoot.it)

ICE BREAKER

10-12 MINUTI



OBIETTIVO:

attivare il gruppo esplorando, in modo spontaneo e non giudicante, le immagini e le persone che associamo a parole come “forza”, “cura” o “paura”. Serve per introdurre il tema dei modelli di maschilità e delle emozioni, creando un clima di ascolto e curiosità



MATERIALI:

un cestino o sacchetto, foglietti piegati al cui interno andrà scritta una parola ciascuno, pennarello, lavagna o cartellone per raccogliere le risposte

Le parole nel cesto

1

Prima dell'incontro scrivi su foglietti diverse parole legate a emozioni, comportamenti o valori. Ecco alcuni esempi di parole: forza, coraggio, dolcezza, cura, rabbia, silenzio, protezione, ascolto, paura, pianto, rispetto, decisione, tenerezza, calma, sensibilità.

Piega i foglietti e mettili in un cestino o sacchetto colorato.

Introduci l'icebreaker con queste indicazioni:

“In questo cesto ci sono delle parole. A turno ne estrarremo una. Quando la pescherete a turno direte, d'istinto, la prima persona o immagine che vi viene in mente collegandola a quella parola. Non c'è una risposta giusta o sbagliata: è solo un modo per vedere come percepiamo queste parole.”

2

A turno chiedi quindi ad ogni partecipante di estrarre un foglietto, leggere la parola e dire la propria associazione.

esempi:

“Coraggio? Mio babbo”

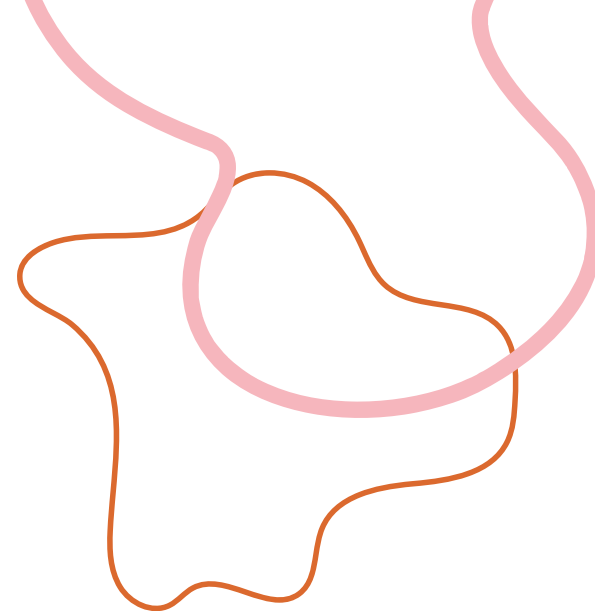
“Dolcezza? Mia zia”

“Rabbia? Mio fratello”

→ “Forza? La mia nonna”

“Paura? La mia sorellina”

“Cura? La mia amica”



Nel frattempo segna le parole che vengono lette dai fogliettini alla lavagna o su un foglio appeso al muro e dividile con tre colori o colonne in base all'associazione che viene fatta. In base all'esempio della pagina precedente avremo:

● Maschile ● Femminile ● Neutro

Coraggio

Dolcezza

Rabbia

Forza

Paura

Cura

3

Quando il cesto si svuota o il tempo finisce, invita a osservare insieme:

“Dove sono finite la maggior parte delle parole? Perché?”

“Ci sono parole che avete collegato sia a uomini che a donne?”

“Da dove arrivano queste immagini? Dai film, dalla famiglia, da esperienze personali?”

4

Concludi con questa osservazione:

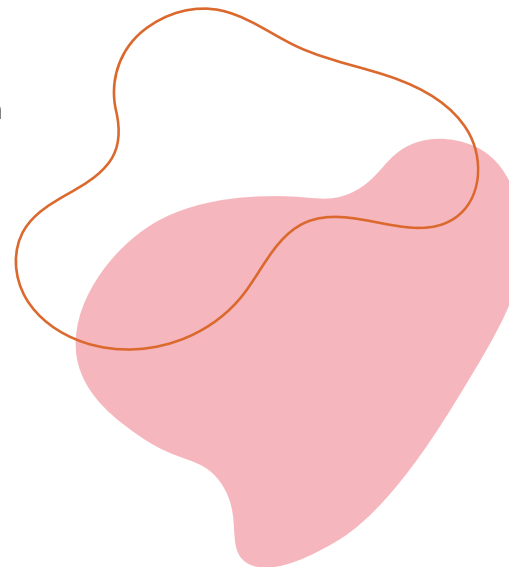
“Le parole ci fanno vedere come, senza accorgercene, associamo certe emozioni o comportamenti a un genere. Adesso proveremo a entrare dentro queste idee, ma con un gioco di ruolo: vedremo come il maschile può avere molte forme diverse.”

ATTIVITÀ PRINCIPALE

PERSONAGGI MISTERIOSI

10 min

In cerchio introduci l'attività dicendo che si farà un role playing (gioco di ruolo) per il quale si ha bisogno di 5 persone volontarie.



Invita le 5 persone volontarie a uscire brevemente dalla stanza e fai pescare loro un biglietto contenente le informazioni sul personaggio che dovranno rappresentare (vedi i profili personaggio in fondo a questa scheda attività).

Al resto del gruppo consegna la griglia di osservazione (la trovi in fondo a questa scheda attività) sulla quale dovranno successivamente appuntare i comportamenti dei vari personaggi.

SIMULAZIONE

10 min

Chiedi alle cinque persone che sono uscite di rientrare e mettere in scena la seguente situazione:

“IL GUASTO ALLA MACCHINA”

TUTTI I PERSONAGGI SONO INSIEME NELLA STESSA MACCHINA E STANNO FACENDO UN VIAGGIO. DURANTE IL VIAGGIO, L'AUTO SI FERMA IN MEZZO ALLA STRADA DI MONTAGNA, SENZA RETE NÉ MECCANICO NEI PARAGGI.

DIBATTITO

30 min

Apri il dibattito partendo dalle domande stimolo che riprendono le indicazioni della griglia di osservazione riguardo a ciò che è stato messo in scena.

Le domande che puoi porre sono:

CHI SECONDO VOI ERA PIÙ FORTE? LUCA, SAMIR, ALESSANDRO, GIACOMO E MATTEO

C'È STATO UN COMPORTAMENTO CHE VI HA STUPITO? SÌ/NO

QUALE? _____

CHI SECONDO VOI HA AVUTO PIÙ UN ATTEGGIAMENTO “DA MASCHIO”? LUCA, SAMIR, ALESSANDRO, GIACOMO E MATTEO

CON QUALE PERSONAGGIO TI IDENTIFICHI DI PIÙ? LUCA, SAMIR, ALESSANDRO, GIACOMO E MATTEO

(ALLE 5 PERSONE CHE HANNO RAPPRESENTATO) COME TI SEI SENTITO A FARE QUEL RUOLO E COME TI SEI SENTITO A GUARDARE L'INTERAZIONE?

(AL GRUPPO) AVRESTI VOLUTO INTERVENIRE?

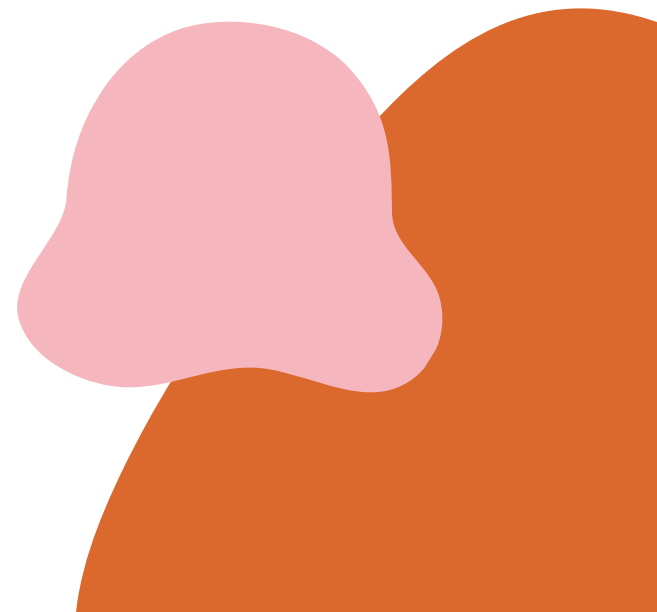
Puoi porre le domande tramite piattaforme come Kahoot che permettono alle persone di rispondere tramite telefono. Oppure puoi lasciare un tempo di riflessione individuale e poi aprire alla discussione in gruppo.

Dai un tempo per rispondere alle domande in base a ciò che è stato osservato dall'esterno e da ciò che si è vissuto nell'interazione. In seguito ai risultati del sondaggio approfondisci con domande aperte sulla base di quello che è emerso.

CHIUSURA

5 - 10 min

Sempre in cerchio, invita le persone a scrivere su un post-it una parola o un concetto che si portano a casa dall'incontro. Una volta che tutto il gruppo ha terminato di scrivere, chiedi di condividere e di attaccare il post-it su un cartellone che avrai predisposto per terra in mezzo al cerchio.



PROFILI PERSONAGGIO

1. LUCA – IL LEADER SICURO DI SÉ

ETÀ: 20

Percorso: lavora da due anni come meccanico nell'officina di famiglia.

Carattere: sicuro, deciso, competitivo, ha bisogno di avere sempre l'ultima parola.

Interessi: motori, calcio, palestra, ama le sfide.

Maschilità: incarna molti stereotipi. Si vanta di non avere bisogno di nessuno, evita di parlare di emozioni, deride chi si mostra “sensibile”.

Relazioni: esce con ragazze, ma tiene molto al gruppo di amici “maschi”.

Contraddizioni: sotto sotto si preoccupa per la salute del padre ma non riesce a dirglielo.

2. SAMIR – IL CREATIVO SENSIBILE

ETÀ: 21

Percorso: iscritto a Belle Arti, figlio di seconda generazione.

Carattere: riflessivo, empatico, molto attento ai dettagli.

Interessi: illustrazione, musica, cinema d'autore, teatro.

Maschilità: si discosta dagli stereotipi. Non ha paura di piangere o di parlare delle sue fragilità. Veste in modo originale, cura il proprio stile.

Relazioni: ha avuto relazioni sia con ragazze che con ragazzi, è molto aperto sul tema identità.

Sfida: a volte viene preso in giro da altri amici per il suo “modo di fare poco maschile”, ma ha imparato a rispondere con ironia.

PROFILI PERSONAGGIO

3. ALESSANDRO – IL TIMIDO SILENZIOSO

ETÀ: 20

Percorso: lavora come magazziniere in un supermercato, ha lasciato la scuola a 17 anni.

Carattere: introverso, osservatore, pacato, con poche parole ma profonde.

Interessi: videogiochi, montaggio video, podcast, ama la solitudine.

Maschilità: non si identifica molto con i modelli di maschio dominante. Ha difficoltà a esprimere emozioni, ma non perché non le prova.

Relazioni: non ha mai avuto una relazione stabile, fatica a esporsi.

Sfida: si sente spesso “fuori posto” tra coetanei più espansivi.

4. GIACOMO – L'ESTROVERSO SPORTIVO

ETÀ: 20

Percorso: fa Scienze Motorie, gioca in una squadra dilettantistica di calcio.

Carattere: allegro, energico, loquace, ama stare al centro dell'attenzione.

Interessi: sport, viaggi, social network, feste.

Maschilità: a metà strada. Da una parte vive la virilità fisica e la competizione, dall'altra ha iniziato a interrogarsi sul consenso e la parità nei rapporti.

Relazioni: molto attivo sentimentalmente, ma di recente ha vissuto una rottura che lo ha fatto riflettere.

Sfida: capire che non deve sempre “essere forte” o “fare il simpatico”.

PROFILI PERSONAGGIO

5. MATTEO – IL RAZIONALE FEMMINISTA

ETÀ: 21

Percorso: studia ingegneria informatica.

Carattere: logico, coerente, pacato, curioso.

Interessi: tecnologia, attivismo sociale, filosofia, podcast.

Maschilità: è consapevole del privilegio maschile e cerca di decostruirlo. Rifiuta la competizione “tossica” tra maschi, ascolta molto.

Relazioni: fidanzato da 2 anni, relazione basata su dialogo e rispetto.

Sfida: a volte viene percepito come "moralista" dal gruppo, e questo lo mette in difficoltà.

GRIGLIA DI OSSERVAZIONE

Questa griglia è indicativa, puoi semplificarla, arricchirla o modificarla in base alle tue esigenze.

DOMANDA	RISPOSTA (DA COMPLETARE DURANTE/ALLA FINE DELLA SCENA)
Chi ha proposto una soluzione? Che tipo di soluzione era?	
C'è stato qualcuno che è rimasto più in silenzio? Come lo spieghi?	
C'è stato un momento di tensione? Tra chi? Perché?	
Chi sembrava 'guidare' il gruppo? Come l'hai capito?	
Chi sembrava voler risolvere tutto da solo? Come è stato visto dagli altri?	

GRIGLIA DI OSSERVAZIONE

<p>Usa 2-3 aggettivi per descrivere ciascun ragazzo</p>	<p>LUCA:</p> <p>SAMIR:</p> <p>ALESSANDRO:</p> <p>GIACOMO:</p> <p>MATTEO:</p>
---	---

DENTRO, FUORI, SUL CONFINE



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo con elaborazione grafica

TEMA

- relazioni * nutrienti e relazioni violente
- consenso *
- confini personali

SERVE A

Riconoscere i propri confini nelle relazioni, riflettere sulle forme di controllo e violenza, comprendere il valore del consenso e della reciprocità

QUANTO DURA

50 minuti

MATERIALI

- nastro adesivo o corda
- cartellone su cui disegnare la sagoma di una persona
- una serie di immagini a scelta (all'interno della scheda attività te ne suggeriamo alcune)

ICE BREAKER

10 MINUTI



OBIETTIVO:

entrare nel tema del “confine” in modo corporeo e leggero, favorendo l’ascolto di sé e la consapevolezza delle proprie percezioni, senza anticipare il contenuto del laboratorio



MATERIALI:

nastro adesivo o corda per creare un cerchio grande a terra

Dentro o fuori?

1

Con un nastro adesivo o una corda, traccia a terra un grande cerchio: rappresenterà lo spazio del dentro.

Invita il gruppo a disporsi attorno al cerchio e spiega la consegna:

2

“Dopo ogni frase che leggerò, scegliete dove volete stare: dentro (se la sentite vicina o familiare), fuori (se la sentite lontana), sul confine (se non sapete bene dove collocarvi).”

Leggi lentamente le seguenti frasi, lasciando qualche secondo tra una e l'altra:

3

- Mi piace stare in mezzo alla gente
- A volte ho bisogno di stare per conto mio
- Mi piace quando qualcuno mi fa una sorpresa
- Mi sento a mio agio quando conosco bene chi ho vicino

4

Dopo l'ultima frase, invita il gruppo a fermarsi e osservare la disposizione reciproca. Poi chiedi:
“Com'è stato scegliere ogni volta? Vi è mai capitato di sentirvi sul confine?”

5

Chiudi con una frase come:
“Ogni persona ha un dentro, un fuori e un confine. Oggi ci muoveremo un po' tra questi spazi.”

NOTE

Queste frasi sono solo esempi: chi conduce può modificarle o crearne di nuove, in base al gruppo.

ATTIVITÀ PRINCIPALE

INTRODUZIONE

5 min

Spiega che si parlerà di relazioni, di cosa ci fa stare bene o male e di come a volte è difficile riconoscere i confini personali. Introduci la consegna:

“Guarderemo insieme alcune immagini che parlano di relazioni. Proveremo a capire cosa vogliamo tenere dentro, cosa resta sul confine e cosa vogliamo tenere fuori.”

LAVORO A GRUPPI

25 min

1

Dividi le persone partecipanti in piccoli gruppi (4–6 partecipanti a gruppo).

2

Fornisci a ciascun gruppo un cartellone con la sagoma di una persona che avrai precedentemente disegnato, forbici, colla, pennarelli e una serie di immagini stampate (ti suggeriamo di scegliere soprattutto immagini di atteggiamenti affettuosi e che riguardano in qualche modo le relazioni ma aggiungerne anche di cibi e/o attività che si svolgono nel tempo libero, vacanze, luoghi della casa...).

Chiedi a ogni gruppo di incollare le immagini seguendo queste categorie:

3

- Dentro: ciò che ti piace e fa stare bene in una relazione
- Sul confine: ciò che genera dubbio o fatica, rappresenta un compromesso
- Fuori: ciò che non è accettabile o fa male

CONDIVISIONE

15 min

In circle time, chiedi a ogni gruppo di presentare brevemente il proprio cartellone.

Puoi guidare la discussione con domande come:

- COSA AVETE SCOPERTO SU COSA VI FA STARE BENE O MALE?
- COSA AVETE MESSO “SUL CONFINE”?
- CHE COSA SIGNIFICA CONSENSO, SECONDO VOI?

Insieme al gruppo fai particolare attenzione alle immagini presenti sul confine della sagoma attraverso domande come:

- COME SI PUÒ USCIRE DA QUESTA FATICA?
- COSA DOVREBBE CAMBIARE PER RENDERE LA SITUAZIONE ACCETTABILE O NON ACCETTABILE?

CHIUSURA

5 min

Ringrazia il gruppo e raccogli i cartelloni. Concludi con una frase come:

“SAPERE COSA TENIAMO DENTRO, COSA LASCIAMO SUL CONFINE E COSA VOGLIAMO TENERE FUORI È UN MODO PER PRENDERCI CURA DI NOI E DELLE NOSTRE RELAZIONI.”

ATTENZIONE E CURA EMOTIVA

- Alcune immagini o parole possono evocare esperienze personali o disagio.
- Rassicura che non c'è alcun obbligo a parlare di sé se non si vuole farlo.
- Se emergono emozioni forti, fermati e offri un momento di silenzio o ascolto.
- Ricorda: l'obiettivo è capire insieme, non giudicare.

REL'AZIONI



TIPO DI ATTIVITÀ

attiva, informativa e riflessiva

TEMA

- relazioni *
- consenso *
- stereotipi *
- violenza di genere *

SERVE A

Riconoscere segnali di controllo e violenza;
riflettere sugli stereotipi e promuovere relazioni
nutrienti basate su fiducia, autonomia e consenso

QUANTO DURA

90 minuti

MATERIALI

- proiettore
- PC e cassa
- fogli A4
- pennarelli
- scotch
- lavagna o fogli a muro
- scatola



ICE BREAKER

15 MINUTI



OBIETTIVO:

rompere il ghiaccio e introdurre il tema della relazione, favorendo ascolto reciproco e condivisione



MATERIALI:

una scatola o un contenitore per la raccolta delle aspettative, foglietti e pennarelli
(facoltativo: musica leggera di sottofondo)

Associa la parola

1

Chiedi a ogni partecipante di dire il proprio nome e di associare una parola al termine "relazione". Può essere una parola che esprime un'emozione, un'immagine, un ricordo o un pensiero spontaneo.

2

Invita poi chi lo desidera a scrivere su un foglietto cosa si aspetta dall'incontro o cosa vorrebbe portar via da questa esperienza.
I foglietti vengono inseriti in una scatola, che potrà essere riaperta alla fine per una restituzione collettiva.

ATTIVITÀ PRINCIPALE

INTRODUZIONE TEMATICA

10 min

Introduci l'attività spiegando che aiuterà il gruppo a esplorare i temi delle relazioni, del controllo e della fiducia. Sottolinea che l'obiettivo non è giudicare ma confrontarsi in modo aperto e rispettoso: tutte le opinioni possono essere condivise, purché non offensive o discriminanti.

REL'AZIONI

35 min

Posiziona 4 fogli in 4 angoli della stanza:

- È UNA FORMA DI VIOLENZA
- È UNA FORMA DI ATTENZIONE
- È UNA FORMA DI AMORE
- È UNA FORMA DI CONTROLLO

Aggiungi anche un 5° foglio in un luogo della stanza che corrisponde a:

- NON SO / DIPENDE

Leggi una serie di "situazioni-tipo" che possono accadere all'interno di una relazione e chiedi a chi partecipa di scegliere la posizione più vicina alla propria percezione rispetto a quella situazione. Dopo aver letto ogni situazione ed aver atteso il posizionamento delle persone, guida un breve confronto sulle motivazioni della scelta.

Qui alcuni esempi di situazioni-tipo ma puoi aggiungerne altre o modificarle. Cerca sempre di aggiungere esempi di situazioni negative, positive e anche quelle che potrebbero essere più ambigue per poter stimolare il dibattito.

- Mi chiede di mostrarlə cosa indosso prima di uscire
- Mi scrive costantemente per sapere con chi sono
- Mi chiede come è andata l'interrogazione
- Mi chiede di condividere la posizione per sicurezza
- Mi chiede foto intime 'per sentirsi più vicina'
- Mi chiede cosa ho mangiato oggi a pranzo
- Mi chiede se ho mangiato da solə oggi a pranzo
- Mi chiede se torno a casa da solə
- Controlla chi seguo sui social e si arrabbia
- Dice che è gelosə perché mi ama troppo

RIELABORAZIONE COLLETTIVA

15 min

Discussione: cosa distingue attenzione da controllo? Introduci il concetto di consenso affermativo (FRIES: Free, Reversible, Informed, Enthusiastic, Specific).

LE PATATINE?

La parola FRIES (come “patatine fritte” 🍟) serve per ricordare facilmente le 5 caratteristiche fondamentali del consenso:

F — FREE (LIBERO)

Il consenso deve essere dato liberamente, senza pressioni, minacce, ricatti o paure.

Se qualcunə ti mette fretta, ti insiste o ti fa sentire in colpa, non è vero consenso.

R — REVERSIBLE (REVOCABILE)

Anche se prima avevi detto “sì”, puoi cambiare idea in qualsiasi momento.

Dire “basta” o “non voglio più” va sempre rispettato, anche se avevi iniziato qualcosa.

I — INFORMED (INFORMATO)

Per dare il consenso, devi sapere bene a cosa stai dicendo sì.

Se qualcunə ti nasconde informazioni (per esempio mente su qualcosa importante), non è un consenso valido.

E — ENTHUSIASTIC (ENTUSIASTA)

Il consenso è valido solo se davvero vuoi farlo, se sei contento/a e convinto/a.

Non basta “non dire di no”: deve esserci un sì chiaro e sincero.

S — SPECIFIC (SPECIFICO)

Dire “sì” a una cosa non significa dire sì a tutto.

Il consenso vale solo per quella situazione, e deve essere chiarə ogni volta.

IN BREVE

Il consenso deve essere: libero, revocabile, informato, entusiasta e specifico. Senza queste cinque cose, non c'è vero consenso.

CHIUSURA

10 min

Riapri la scatola delle aspettative e, mentre leggi alcuni dei messaggi, chiedi al gruppo di riconoscere insieme quali aspettative si sono avvicinate a ciò che è accaduto.

Chiudi il cerchio con un giro di parola in cui ciascuno risponde a:

“COSA PORTO CON ME DA QUESTO INCONTRO, OGGI?”

NOTA - LAVORARE SULLE ASPETTATIVE

All'inizio di un incontro di gruppo è utile raccogliere le aspettative delle persone partecipanti, con attenzione e cura. Questo momento favorisce la condivisione delle motivazioni e il senso di partecipazione. Le aspettative possono essere espresse a voce o in forma anonima (es. “scatola delle aspettative”). A fine attività è importante riprenderle, leggendo alcuni contributi o verificando come sono cambiate, per dare significato al percorso e “chiudere il cerchio”.

Si può chiedere, ad esempio:

- Le mie aspettative sono state soddisfatte o disattese?
- Ho scoperto qualcosa che non mi aspettavo?
- Le mie aspettative iniziali erano in linea con ciò che ho vissuto?

Questo momento di rilettura e consapevolezza rafforza l'apprendimento, favorisce la coesione del gruppo e restituisce valore al processo, non solo ai contenuti.

ATTENZIONE PER CHI CONDUCE:

Può emergere che alcune aspettative non siano state pienamente accolte. In questi casi, è utile accogliere il feedback con apertura, mantenendo un atteggiamento di ascolto reciproco e non difensivo.

Ecco alcuni esempi di frasi che possono aiutarti a gestire il momento con cura:

- “Grazie per averlo condiviso, è importante sentire anche cosa non ha funzionato come ti aspettavi.”
- “Può succedere che alcune aspettative cambino strada durante il percorso: vuoi raccontarci come è andata per te?”
- “Mi interessa capire meglio: cosa ti sarebbe servito di diverso per sentirti più soddisfatto/a?”
- “È utile saperlo: anche ciò che non corrisponde alle aspettative ci aiuta a migliorare insieme.”
- “Non sempre si riesce a rispondere a tutto, ma questo feedback ci restituisce la direzione per i prossimi incontri.”

Accogliere anche ciò che non è andato come previsto è parte del processo di apprendimento condiviso: rende il gruppo più autentico e rafforza la dimensione di fiducia reciproca che è alla base della conduzione peer.

RED/GREEN FLAG



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo – confronto e riflessione partecipata

TEMA

- relazioni *
- affettività
- percezione dei segnali (red/green flag)

SERVE A

Aprire uno spazio sicuro e non giudicante per riflettere sui comportamenti e i segnali nelle relazioni

QUANTO DURA

90 minuti

MATERIALI

- cartoncini colorati (verde, giallo, rosso)
- cartoncini bianchi
- pennarelli
- corda con mollette o cartellone grande da appendere al muro e scotch
- proiettore se disponibile (non strettamente necessario)



ICE BREAKER

10-12 MINUTI



OBIETTIVO:

riconoscere le emozioni in situazioni quotidiane in modo leggero o condiviso






MATERIALI:

cartoncini di colore rosso, giallo e verde (ogni partecipante deve avere un cartoncino di ogni colore)

Il semaforo delle emozioni

Presenta i tre colori a disposizione di ogni partecipante

-  Verde = mi fa stare bene,
-  Giallo = mi lascia in dubbio / a metà,
-  Rosso = mi fa stare male.

1

Spiega alle persone che ascolteranno delle frasi e dovranno alzare il cartoncino del colore corrispondente all'emozione che suscita quella frase.

Leggi le frasi e dopo ogni frase attendi che le persone abbiano alzato il cartoncino colorato. Esempi di frasi:

2

- Qualcunə prende le tue patatine senza chiedere
- La prof ti mette un brutto voto anche se avevi studiato
- Piove proprio il giorno in cui avevi organizzato di uscire
- Non riesci a dormire ma devi svegliarti presto

VARIANTE

Se non hai cartoncini per tutte le persone che partecipano puoi appendere tre cartelloni - uno verde, uno giallo, uno rosso, in diversi spazi della stanza e chiedere loro di posizionarsi vicino al colore corrispondente per ogni frase che sentiranno.

- Ti dimentichi il caricabatterie del telefono
- Qualcunə ti regala una cosa piccola, ma proprio quella che volevi
- Ti senti esclusə da un gruppo di amicə
- Unə amicə ti manda un messaggio alle 2 di notte

3

In conclusione chiedi brevemente:

“Cosa ti fa scegliere quel colore?”

“Ti succede anche in altri momenti?”

“Cosa avete sentito nel corpo mentre sceglievate il colore?”

“Cosa vi fa cambiare colore da verde a rosso o viceversa?”

ATTIVITÀ PRINCIPALE

PREPARAZIONE DELLO SPAZIO

E INTRODUZIONE

10 min

Chiedi alle persone di mettersi in fila una dietro l'altra al centro dell'aula rivolte verso di te.

Crea nello spazio della stanza due lati, a destra e sinistra della fila e indica con un cartoncino rosso ben visibile a destra la zona “Red Flag” e con un cartoncino verde ben visibile a sinistra la zona “Green Flag”.

Introduci l'attività spiegando alle persone che leggerai una frase e che, in base a quella frase dovranno spostarsi a destra (se ritengono che sia una red flag) o a sinistra (se ritengono che sia una green flag). Chiarisci che in caso di dubbio potranno rimanere nella posizione centrale.

VARIANTE

Invece di far spostare le persone nello spazio puoi dare a ogni persona due cartoncini, uno verde e uno rosso, e chiedere di alzare il cartoncino scelto ad ogni frase che leggerai.



GREEN O RED?

20 min

Di' ad alta voce una frase alla volta e specifica che le frasi si riferiscono a una persona con cui si ha una relazione (partner oppure amicizia). Chiedi alle persone, dopo ogni frase, di spostarsi nel modo in cui hai spiegato precedentemente, in base alla categoria green/red flag.

Dopo ogni frase invita ad osservare come si sono disposte le persone e invita chi vuole a condividere perchè hanno scelto green o red flag o perchè sono rimaste nel mezzo.

Se serve segnati degli appunti sulle frasi più significative: ti serviranno per la discussione finale.

Ti proponiamo di usare queste frasi:

- Riconosce i propri errori e si assume la responsabilità delle sue azioni
- Ti fa sentire al sicuro sia emotivamente che fisicamente
- Ti chiede la password dei tuoi profili social
- Non vuole che esci da solə con lə amichə
- Quando siete con lə suə amichə si comporta in maniera diversa
- Rispetta i tuoi spazi e i tuoi tempi senza farti sentire in colpa
- Ti incoraggia a essere te stessa senza volerti cambiare
- Fa promesse che poi non mantiene
- Dovete stare e fare sempre tutto insieme
- Ti tratta con gentilezza anche nei momenti di tensione

Quando hai finito le frasi, invita a tornare in cerchio e apri un dibattito sulle affermazioni maggiormente discordanti.

VARIANTE

Se nella classe in cui ti trovi è disponibile un proiettore o una lavagna LIM, puoi scrivere le frasi in delle slide, una per ogni slide, e proiettarle. Altrimenti ti basterà leggerle ad alta voce.

LA BANDIERA CHE SCELGO

10 - 15 min

Chiedi a ogni partecipante di scrivere su una piccola bandierina bianca una frase o un valore che rappresenta per sé una "green flag personale" (es. fiducia, ascolto, libertà, sincerità).

Le bandierine vengono raccolte e appese insieme su una corda con delle mollette o attaccate su un cartellone appeso al muro.

Concludi l'attività leggendo alcune frasi a voce alta, come restituzione corale e positiva.

PRENDI POSIZIONE



TIPO DI ATTIVITÀ

Attività di gruppo – confronto e riflessione partecipata

TEMA

- relazioni * e affettività
- linguaggio
- confini personali

SERVE A

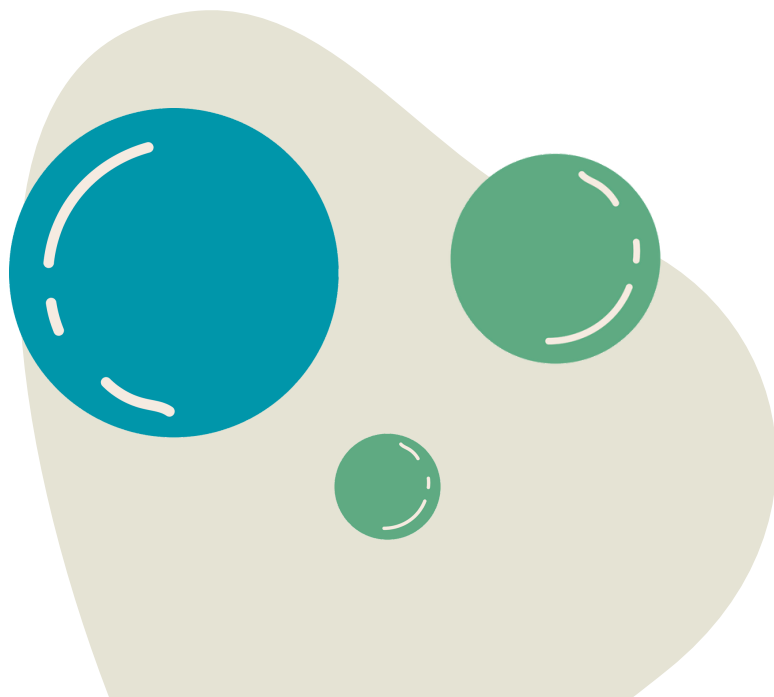
Aprire uno spazio sicuro e non giudicante per esplorare come parliamo di relazioni intime e/o sessuali, come ci posizioniamo rispetto a questi temi e quali emozioni emergono

QUANTO DURA

60 minuti

MATERIALI

- nastro adesivo o cartelli per delimitare lo spazio o scrivere (SÌ / NO / IN PARTE)
- cartelloni
- pennarelli
- scotch colorato
- fogli A4



ICE BREAKER

15 MINUTI

→ **OBIETTIVO:**
conoscersi in modo leggero, favorendo fiducia, curiosità e ascolto reciproco

→ **MATERIALI:**
un piccolo oggetto di parola, cioè un oggetto che si tiene in mano quando si parla, come un sassolino o un legnetto, per simboleggiare il turno di parola e favorire l'ascolto

Verità nascoste

1 Inizia l'attività dicendo al gruppo:
"Giocheremo a conoscerci un po'. Ogni partecipante condividerà tre frasi su di sé: due vere e una inventata. Il gruppo proverà a indovinare qual è quella non vera. Ma attenzione: non si tratta di scoprire chi mente, bensì di osservare cosa ci fa credere a qualcosa."

2 Chiedi a ogni partecipante di pensare o scrivere tre affermazioni su di sé (semplici, quotidiane, non intime). Una di queste deve essere falsa (ma credibile!)

3 Dai l'oggetto di parola a una persona e chiedile di dire le sue tre frasi. Successivamente chiedi al gruppo di votare (vota con la mano (o a voce) quale pensa sia la bugia. Chi ha parlato rivela la risposta e, se vuole, aggiunge una breve nota. Poi passa l'oggetto di parola alla prossima persona e si ripete fino ad aver finito il giro.

Per concludere chiedi al gruppo:

4

- Come avete scelto quale frase vi sembrava falsa?
- Avete guardato il modo in cui veniva detta o solo le parole?
- Vi ha sorpreso il modo in cui le altre persone vi percepiscono?

esempi:
non mi piace il gelato
→ ho dormito sotto le stelle almeno una volta
non so nuotare

ATTIVITÀ PRINCIPALE

INTRODUZIONE

5 min

Introduci l'attività spiegando che ci si muoverà nello spazio per rispondere a una serie di domande su relazioni, affettività e comunicazione. Sottolinea che non ci sono risposte giuste o sbagliate: l'obiettivo è esplorare come pensiamo e sentiamo, rispettando la diversità dei punti di vista.

POSIZIONAMENTO

E CONFRONTO

15 min

Delimita lo spazio in tre zone visibili aiutandoti con dei cartelli o del nastro adesivo:

→ SÌ

→ IN PARTE

→ NO

Di' al gruppo che farai alcune domande e chiederai loro di collocarsi nello spazio corrispondente a quello che sentono.

SUGGERIMENTO

Parti con domande neutre o leggere per creare fiducia, e via via proponi temi più profondi o personali.

Esempi di domande (progressive):

- Ti piace partecipare ad attività di gruppo?
- Senti di poter dire la tua opinione liberamente davanti al gruppo?
- Hai mai avuto modo di parlare del tema delle relazioni intime o sessuali?
- Hai mai avuto modo di parlarne a scuola?
- Parleresti con un tuo genitore di questo tema?
- Inseriresti questa materia durante le ore scolastiche?
- Ti sentiresti a tuo agio se questo tema venisse affrontato con una esperta esterna o una insegnante?

Durante l'attività:

- Lascia il tempo per scegliere la posizione.
- Chiedi a chi vuole di spiegare brevemente la propria scelta.
- Permetti di cambiare zona se, ascoltando le altre persone, si cambia idea.

RIFLESSIONE COLLETTIVA

15 min

Chiedi alle persone di ritornare in cerchio e guida la discussione attraverso queste domande:

- COM'È STATO PRENDERE POSIZIONE?
- COSA AVETE SCOPERTO DI VOI O DELLE ALTRE PERSONE?
- COSA SERVE PER PARLARE DI QUESTI TEMI IN MODO SERENO?

Mentre le persone del gruppo condividono i propri pensieri, annota su un cartellone le parole chiave emerse (ad esempio fiducia, rispetto, pudore, curiosità, libertà)

RIELABORAZIONE

E CHIUSURA

10 min

Chiedi a ogni partecipante di scrivere su un foglietto una parola che rappresenta cosa porta via da questa esperienza. Le parole vengono raccolte in un cartellone comune.

LO SAPEVI CHE...?

Le attività come “SÌ / IN PARTE / NO” si chiamano **attività di posizionamento corporeo**. Si usano spesso in educazione ai diritti, nelle scuole e nei percorsi partecipativi per far **parlare il corpo prima delle parole**.

A seconda del contesto, puoi trovarle con nomi diversi:

- **Barometro delle opinioni (Opinion Barometer)**: usato dal Consiglio d'Europa nel manuale Compass. Serve a esplorare quanto siamo d'accordo o in disaccordo con un'idea, senza giudizio.
- **Linea del posizionamento (Position Line)**: le persone si dispongono lungo una linea tra due poli, come “d'accordo / non d'accordo”.
- **Attività di posizionamento fisico o corporeo**: la definizione più semplice e diffusa. Il corpo diventa uno strumento di espressione, scelta e consapevolezza.

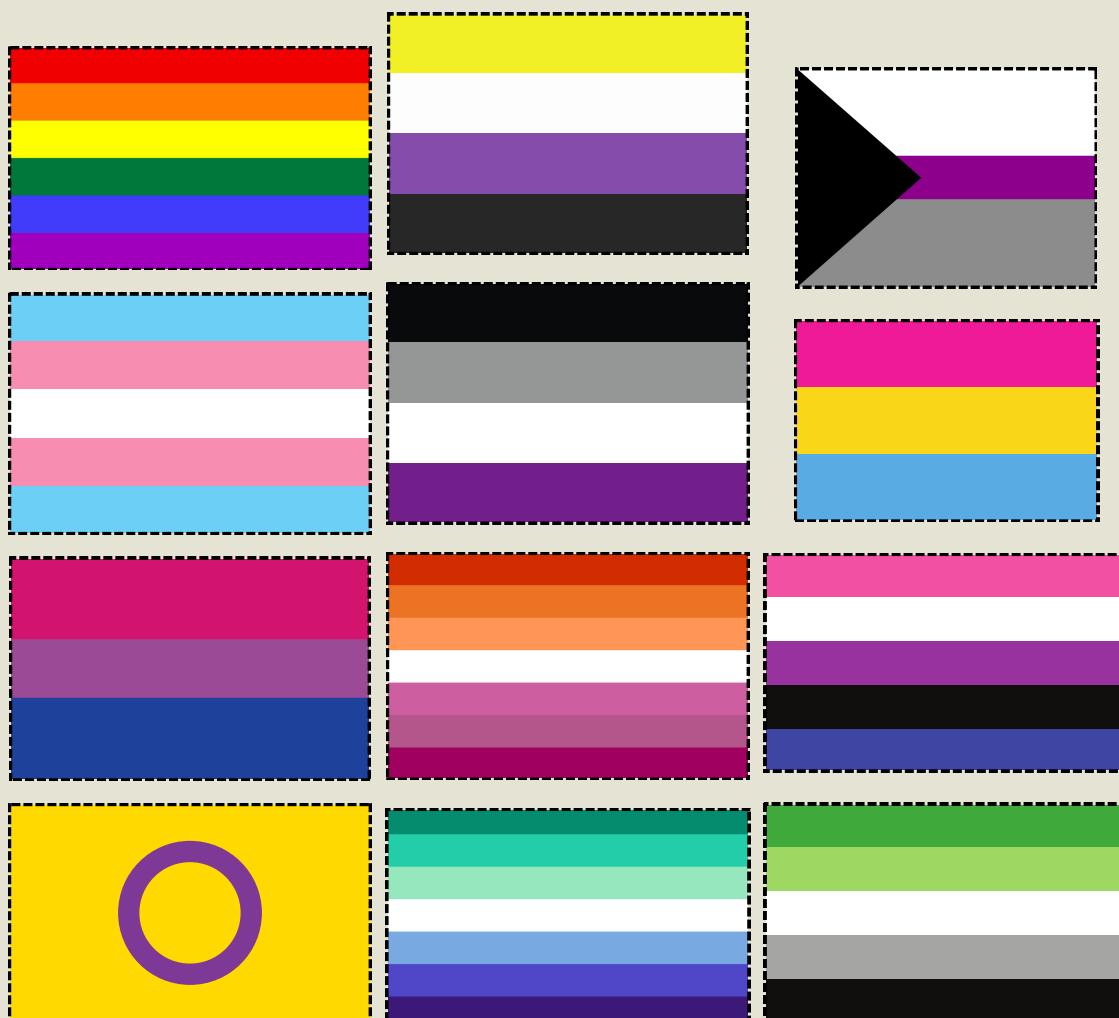
Tutte queste varianti si basano sulla stessa idea: muoversi nello spazio **aiuta a prendere posizione anche dentro di sé**, ascoltando le emozioni e le differenze del gruppo.

LE BANDIERE LGBTQIA+

A CHE COMUNITÀ APPARTIENE OGNI BANDIERA?
QUANTE NE CONOSCI?

STAMPA, RITAGLIA E ABBINA I CARTELLINI DEI
NOMI CON LE BANDIERE CORRETTE

Prima di proporre questa attività scopri le
soluzione nella nostra community.
Come mi iscrivo? Vai alla pagina "Attivati con noi"
di questo toolkit.



LESBIAN

LGBT

BISEXUAL

INTERSEX

NON-BINARY

GAY

ASEXUAL

TRANSGENDER

DEMISEXUAL

GENDERFLUID

AROMANTIC

LE RELAZIONI

LA VIOLENZA HA TANTE FORME, ANCHE QUELLE CHE CI SEMBRANO “NORMALI” O CHE NON VEDIAMO SUBITO. CONOSCI QUESTE FORME?

STAMPA, RITAGLIA E ABBINA I CARTELLINI DEI TERMINI CON IL LORO SIGNIFICATO.

Prima di proporre questa attività scopri le soluzioni nella nostra community. Come mi iscrivo? Vai alla pagina “Attivati con noi” di questo toolkit.

Scompare improvvisamente, senza alcuna spiegazione, dalla vita di una persona, lasciandola spesso confusa e ferita, e ignorando completamente qualunque tentativo di contatto

Inviare di tanto in tanto segnali minimi e ambigui per tenere ancorata a sé una persona (partner), senza un vero interesse o impegno nella relazione

Tenere una persona in panchina, come fosse un piano B, senza chiarezza sul tipo di relazione, alternando momenti di interesse e attenzione a periodi di distanza e indifferenza

Riapparire “dal regno dei morti” nella vita di un* ex partner, solo per un periodo di tempo limitato, causando ulteriori shock e stress

Forma di manipolazione psicologica subdola e violenta con l'obiettivo di far dubitare una persona (partner) di se stessa, della sua memoria o della sua percezione della realtà

Graduale scomparsa dalla vita dell'altra persona, ma con un'eccezione: presenza costante sui social senza interagire direttamente ma mettendo like o commentando storie, creando confusione emotiva.

ORBITING

LOVE BOMBING

BREADCRUMBING

GASLIGHTING

BENCHING

ZOMBIEING

GHOSTING

Comportamento manipolativo, emotivamente abusante, utilizzato per ottenere qualcosa, controllare o sottomettere emotivamente qualcuno attraverso manifestazioni, a volte eccessive e non sincere, di affetto e attenzioni

GLOSSARIO

B

BINARISMO DI GENERE

modalità con cui si interpreta il genere, in modo tale che risultino possibili solamente due categorie, quella maschile e quella femminile, mutualmente escludenti ma complementari. Concezione che esclude quindi tutte le identità di genere non binarie (agender, bigender, genere fluido, genderqueer, etc.).
(Genderlens - <https://www.genderlens.org/glossario/>)

C

CONSENSO

all'interno delle relazioni, deve essere libero e volontario, sempre reversibile, pienamente informato e specifico, entusiasta. Solo quando una persona si sente pienamente libera di dire "no", il suo "sì" è davvero valido.
(Sex positive - Filippo Maria Nimbi)

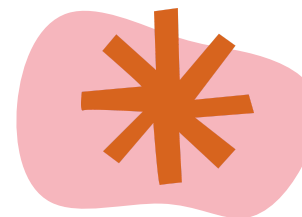
CONTROLLO

tutte quelle azioni che limitano la libertà di una persona all'interno di una relazione. Ad esempio: accesso alla posizione, lettura delle chat, come vestirsi, cosa studiare, chi frequentare.

D

DISCRIMINAZIONI

trattamento ingiusto e non paritario verso una persona o un gruppo, basato su caratteristiche come provenienza, genere, religione, cultura, età, orientamento sessuale, disabilità o condizione economica. Consiste nell'applicare una distinzione, esclusione, restrizione o preferenza che non rispetta il principio di pari trattamento e può manifestarsi in azioni o omissioni.



E

EDUCAZIONE SESSUALE COMPRENSIVA (CSE)

un processo basato su un curriculum di insegnamento e apprendimento che integri gli aspetti cognitivi, emotivi, fisici e sociali della sessualità. Mira a fornire alle bambine e ai bambini e ai giovani conoscenze, abilità, atteggiamenti e valori che consentiranno loro di: realizzare la propria salute, benessere e dignità; sviluppare relazioni sociali e sessuali rispettose; considerare come le loro scelte influenzino il proprio benessere e quello degli altri; comprendere e garantire la protezione dei loro diritti per tutta la vita.
(UNESCO, International Technical Guidance on Sexuality education: An Evidence-Informed Approach. 2nd Revised Edition, Paris 2018)

ESPRESSIONE DI GENERE

è il modo in cui esprimiamo la nostra appartenenza a un genere specifico attraverso segnali visibili (i vestiti, l'atteggiamento. ecc.) che vengono comunemente attribuiti a un certo genere.

(Sex positive - Filippo Maria Nimbi)

G

GENERE

costrutto sociale e culturale che cambia nel tempo e nello spazio che si riferisce ai ruoli, ai comportamenti e alle aspettative associate ai generi statisticamente più numerosi (femminile e maschile). Si differenzia dal sesso basato su caratteristiche genetiche e biologiche.

I

IDENTITÀ DI GENERE

è il genere in cui ogni persona si identifica. Può coincidere con il sesso biologico (cisgender) o no (transgender). Molte persone non si riconoscono nel binarismo maschile/femminile, definendosi non binarie, agender, genderfluid o genderqueer.

(Sex positive - Filippo Maria Nimbi)

INTERSEZIONALITÀ

presenza simultanea di più forme di discriminazione verso una medesima persona. Il modo in cui le caratteristiche si intersecano tra di loro determina posizioni diverse di privilegio nella società.

Esempio: Federica è una ragazza nera lesbica. Potrebbe subire quindi tre forme di discriminazione: per colore della pelle, genere e orientamento sessuale.

“Un prisma per vedere il modo in cui varie forme di disuguaglianza spesso operano insieme e si esasperano a vicenda”.

(Kimberlé Williams Crenshaw, rivista Time febbraio 2020 citata in Questioni di un certo genere - Il Post)

L

LGBTQIA+

acronimo che designa le persone lesbiche, gay, bisessuali, transgender, queer, intersex, asessuali/aromantiche/agender e tutte le altre minoranze sessuali.

(Sex positive - Filippo Maria Nimbi)

O

ORIENTAMENTO ROMANTICO O AFFETTIVO

con chi desidero un legame emotivo? Può non coincidere con l'orientamento sessuale.

(Sex positive - Filippo Maria Nimbi)

ORIENTAMENTO SESSUALE

verso chi provo attrazione sessuale?

Una persona può essere eterosessuale, omosessuale, bisessuale, asessuale, pansessuale, polisessuale, ecc.

(Sex positive - Filippo Maria Nimbi)

P

PREGIUDIZI

giudizi che non vengono da esperienze ma da conoscenze approssimative, basati su stereotipi, nei confronti di persone, gruppi o situazioni.

R

RELAZIONI

forma di legame esistente tra due o più persone: amicale, intima, lavorativa, comunitaria.

RELAZIONI INTIME

legame e/o connessione profonda tra due o più persone caratterizzata da un forte coinvolgimento emotivo e/o fisico. Tra le altre caratteristiche troviamo fiducia, consenso, rispetto reciproco. Tendono a una condivisione e a una progettualità comune.

RUOLI DI GENERE

insieme di comportamenti, aspettative sociali e culturali che la società attribuisce in base al genere.

Esempio: la mamma stira, il papà legge il giornale; Mirko farà il calciatore, Giulia farà la ballerina.

S

SESSUALITÀ

un aspetto centrale dell'essere umano lungo tutto l'arco della vita e comprende il sesso, le identità e i ruoli di genere, l'orientamento sessuale, l'erotismo, il piacere, l'intimità e la riproduzione. La sessualità viene sperimentata ed espressa in pensieri, fantasie, desideri convinzioni, atteggiamenti, valori, comportamenti, pratiche, ruoli e relazioni. Sebbene la sessualità possa includere tutte queste dimensioni, non tutte sono sempre esperite o espresse. La sessualità è influenzata dall'interazione di fattori biologici, psicologici, sociali, economici, politici, etici, giuridici, storici, religiosi e spirituali.

(Definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, 2006)

STEREOTIPO

insieme di caratteristiche fisse legate a persone o cose, che possono aiutarci a orientarci nel mondo. Nessuna persona o nessuna cosa corrisponde perfettamente allo stereotipo dominante, per questo è necessario metterli in discussione per evitare il pericolo delle discriminazioni.

STEREOTIPI DI GENERE

convinzioni rigide secondo le quali a maschi e femmine sono attribuite caratteristiche e ruoli determinati e limitati dal genere loro assegnato in base al sesso. Gli stereotipi limitano le possibilità di scelta e di espressione delle persone.

Esempi: le femmine sono emotive/i maschi non piangono; le femmine giocano con le bambole/i maschi giocano a pallone; donna al volante pericolo costante; femmine rosa/maschi azzurro; le materie umanistiche/estetiche sono per le ragazze/le materie scientifiche/tecnologiche sono per i ragazzi.

V

VIOLENZA DI GENERE

violazione dei diritti umani e una forma di discriminazione basata sul genere. Può assumere molteplici forme tra cui: psicologica, economica, assistita, sessuale, fisica. È un fenomeno strutturale e sistemico che troviamo in tutte le società. Anche se in alcuni casi può colpire ragazzi e uomini o persone lesbiche, gay, bisessuali, transgender, intersessuali o che si stanno ancora interrogando sul proprio orientamento sessuale o sull'identità di genere, al fine di "punirle/i" per aver trasgredito alle norme di genere presenti nella società, sono le donne, le ragazze e le bambine ad esserne maggiormente esposte, al punto da considerare i termini "violenza di genere" e "violenza contro le donne" come interscambiabili.

(La violenza di genere in adolescenza - Lucia Beltramini)

"Ogni atto di violenza fondato sul genere che abbia come risultato, o che possa probabilmente avere come risultato, un danno o una sofferenza fisica, sessuale o psicologica per le donne, incluse le minacce di tali atti, la coercizione o la privazione arbitraria della libertà, che avvenga nella vita pubblica o privata".

(Dichiarazione sull'eliminazione della violenze contro le donne, Assemblea generale della Nazioni Unite 1993)



**CI SONO ALTRE PAROLE CHE
VUOI SEGNARTI?**

Abbiamo lasciato degli spazi vuoti
nel glossario: segna, informati
e portale con te.











ATTIVATI CON NOI

ORA CHE HAI GLI STRUMENTI,
PORTA CON TE QUESTO TOOLKIT
E RIEMPI SPAZI



- ➔ VUOI PROPORRE O PARTECIPARE A MOBILITAZIONI SULL'EDUCAZIONE ALLA SESSUALITÀ E AFFETTIVITÀ?
- ➔ HA DOMANDE SUL TOOLKIT?

SCRIVICI

Manda un mail a
movimentogiovani@savethechildren.org

SEGUICI

SUI SOCIAL

Scopri le nostre campagne permanenti, le call to action che lanciamo e rimani aggiornato su quello che portiamo avanti.



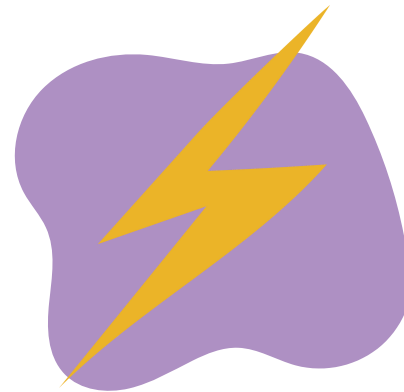
@MOVIMENTOGIOVANI_STC

ENTRA IN COMMUNITY

Iscriviti alla nostra community: uno spazio digitale pieno di contenuti, discussioni, racconti dai territori, formazioni, challenge e chiamate all'azione e mobilitazione.



INQUADRA QUI
PER ISCRIVERTI!!



Il presente toolkit raccoglie attività peer sperimentate e proposte da3 ragazz3 del Movimento Giovani per Save the Children raccolte nella della campagna "Lo hai mai fatto?"

Si ringraziano l3 ragazz3 del Movimento Giovani per Save the Children, la cooperativa Edi Onlus e l3 focal point territoriali.

Si ringraziano Stefania Rossetti e Federica Scrollini per il contributo tematico

Supervisione attività di redazione:
Giorgia Ciocchetti, Marcella Spagnuolo

Supervisione educativa:
Rita Deiola

Coordinamento editoriale:
Filomena Fittipaldi

Grafica:
Francesca Iannucci

Pubblicato da: Save the Children Italia ETS, Novembre 2025

