

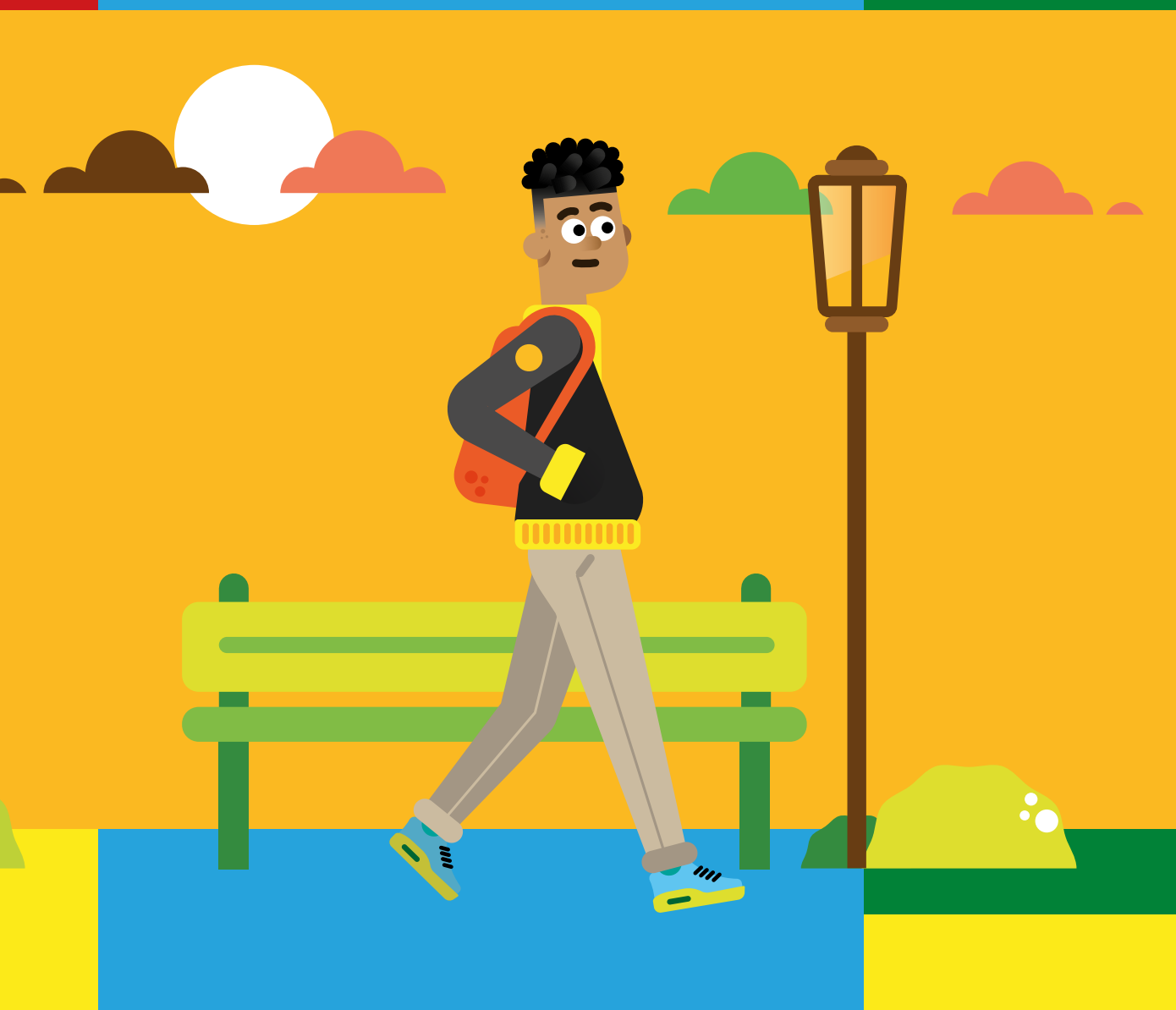
RAGAZZI IN MOVIMENTO

BOYS
ON
THE
MOVE

Manuale per i formatori - Programma per
lo sviluppo delle Competenze Personali dei
Ragazzi Non Accompagnati



unicef 
for every child





UNFPA

Ufficio Regionale per l'Europa
Orientale e l'Asia Centrale
Istanbul, Turchia

eeeca.unfpa.org
eeecaro.office@unfpa.org



UNICEF

Ufficio Regionale per l'Europa e
l'Asia Centrale
Ginevra, Svizzera

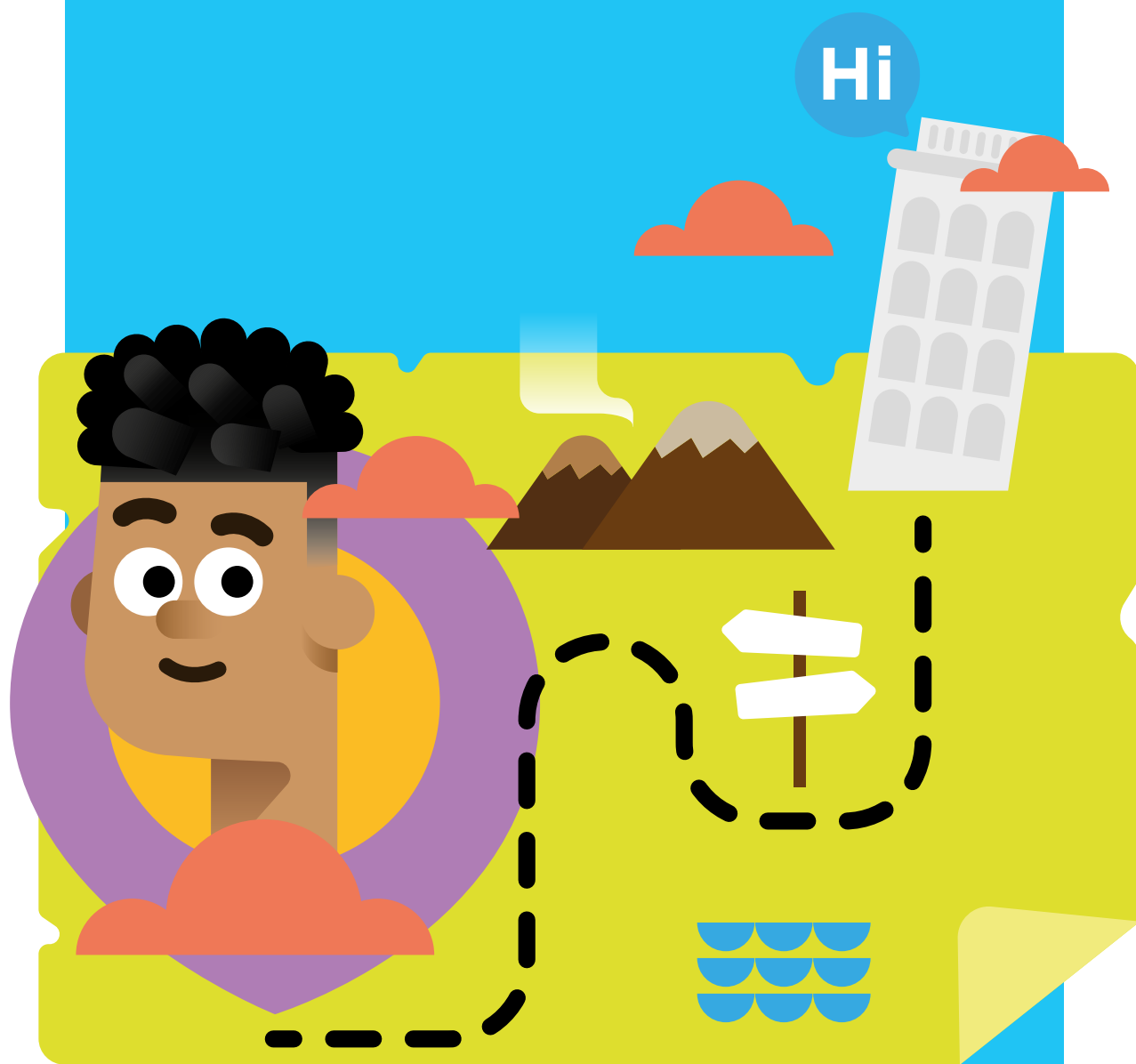
ecaro@unicef.org

The UNICEF contribution to this
project was generously supported
by the United States Government.

Seconda edizione, 2019

Prefazione alla seconda edizione	pag. 3
Capitolo Uno: Come e perché il programma ha preso vita	pag. 5
Introduzione	pag. 6
Contesto Operativo	pag. 6
Obiettivi e beneficiari	pag. 7
Capitolo Due: Conoscere le Competenze Personali	pag. 8
Il contesto	pag. 9
Definizione di 'Competenze Personali'	pag. 9
Valutare le Competenze Personali	pag. 10
Educazione alla Salute basata sulle Competenze Personali	pag. 11
Capitolo Tre: Approccio Metodologico	pag. 12
Approccio	pag. 13
Metodologie della didattica per competenze	pag. 13
Discussione	pag. 13
Dibattito	pag. 13
Raccolta di idee	pag. 13
Gioco del mimo	pag. 13
Giochi di ruolo	pag. 13
Domande e risposte	pag. 13
Linee guida per l'attuazione di programmi educativi per lo sviluppo delle competenze personali	pag. 13
Comunicare contenuti delicati	pag. 14
Il linguaggio conta	pag. 15
Capitolo Quattro: Dettaglio dei Moduli e Schema delle Sessioni	pag. 16
Modulo 1. Conoscere e capire sé stessi	pag. 17
Sessione 1.1: Salute	pag. 17
Sessione 1.2: Emozioni	pag. 19
Sessione 1.3: Serenità	pag. 21
Modulo 2: Conoscere e capire gli altri	pag. 24
Sessione 2.1: Comunicazione	pag. 24
Sessione 2.2: Relazioni	pag. 28
Sessione 2.3: Sessualità	pag. 30
Sessione 2.4: Sesso	pag. 34
Modulo 3: Conoscere e capire la società	pag. 44
Sessione 3.1: Cultura	pag. 44
Sessione 3.2: Pianificazione	pag. 46
Sessione 3.3: Denaro	pag. 49
Modulo 4: Conoscere e comprendere il Quadro Generale	pag. 53
Sessione 4.1: Connessioni	pag. 53
Sessione 4.2: Insieme	pag. 55
Allegato: Sondaggi	pag. 60
Bibliografia aggiuntiva	pag. 64

Prefazione alla Seconda Edizione



“Ragazzi in Movimento” è un programma per lo sviluppo delle competenze personali destinato ai ragazzi non accompagnati, costretti ad abbandonare le proprie case a causa di conflitti e povertà. La partecipazione al programma permette di migliorare le capacità e rafforzare la resilienza e le competenze che i ragazzi hanno sviluppato nel corso di un viaggio reso pericoloso da molte situazioni di violenza, abuso ed insicurezza e da diverse forme di sfruttamento. Le competenze personali presentate nel programma possono essere utili ad ogni adolescente a prescindere da dove sia cresciuto. Qui sono presentate come tappe di un viaggio, in modo da aiutare i ragazzi a riconoscere i rischi, affrontare le difficoltà e risolvere i problemi incontrati durante il loro cammino in modo positivo e costruttivo.

In occasione della prima edizione (Aprile 2017) ci siamo occupati di salute e igiene, emozioni e gestione dello stress, comunicazione, relazioni e sessualità, coscienza culturale, denaro e pianificazione. I facilitatori iscritti al programma sono stati inoltre invitati a riflettere su questioni di più ampio respiro, come l'empatia, la convivenza con le differenze, la connettività e l'autonomia, sempre adottando modalità specifiche per fruitori adolescenti.

Durante lo sviluppo del programma si è reso evidente lo spregiudicato fenomeno della tratta di adolescenti, anche a scopo sessuale, che ha luogo lungo le rotte migratorie che conducono in Europa. Questa complessa azione criminale è spesso legata al traffico di armi e al contrabbando. Le ricerche condotte lungo le rotte migratorie mostrano che i ragazzi adolescenti e i giovani uomini potrebbero aver subito abusi sessuali durante il viaggio e trovarsi a rischio nei paesi di arrivo. Inoltre, gli adolescenti più giovani che crescono in contesti di vere e proprie tragedie umane a livello familiare, comunitario e individuale possono entrare in contatto e venire influenzati da altri giovani esposti alla radicalizzazione e all'estremismo violento.

Integrando una serie di necessità trasversali in materia di protezione, questa seconda edizione (Settembre 2019) riconosce e quindi pone l'accento sulla salute sessuale e riproduttiva degli adolescenti, la prevenzione e la risposta alla violenza, in particolare quella sessuale. È probabile che i giovani

partecipanti a questo programma non abbiano potuto godere a pieno dei diritti previsti dalla Convenzione sui Diritti dell'Infanzia nei propri paesi di origine. Le informazioni contenute nel programma sono basate sui diritti dei minori e riflettono la maggiore protezione stabilita per i minori rifugiati (bambini di età inferiore ai 18 anni) dagli strumenti giuridici internazionali. Il manuale che stai leggendo, rivisto e integrato, racchiude una serie di competenze raggiungibili e di informazioni potenzialmente salvavita. È destinato ai facilitatori che operano a diretto contatto con ragazzi e giovani uomini che si trovano ad affrontare circostanze mutevoli e difficili, per i quali è previsto uno specifico opuscolo. Le tecniche di insegnamento e di apprendimento contenute nel programma in 12 fasi sono già note a chi lavora con i giovani. Il programma può essere attuato, ad esempio, in ostelli, campi, centri di accoglienza o anche per strada, dagli assistenti e dai volontari delle comunità ospitanti, dagli organi governativi, dai responsabili delle organizzazioni giovanili e, naturalmente, dai moltissimi adulti migranti e rifugiati che compiono lo stesso viaggio e desiderano dare il proprio supporto. Nel quadro più ampio del sistema di assistenza vi è anche il personale che opera all'interno delle organizzazioni internazionali e non governative, che può avvalersi di questo programma per integrare le proprie attività specifiche.

Questo programma è stato sviluppato grazie al lavoro congiunto di un piccolo gruppo di persone con competenze diverse, provenienti da vari background, agenzie e paesi. Un ringraziamento speciale va a Karim Abawi, Karim Abdeltawab, Suhail Abualsameed, Laura Auricchio, Doina Bologna, Mourad Boudhil, Lorena Di Lorenzo, Wasel Elgayar, Julie Freccero, Angelique Grondin, Felicia Jones, Lefteris Kalligeris, Maria Margherita Maglietti, Katherine Nichol, Amir

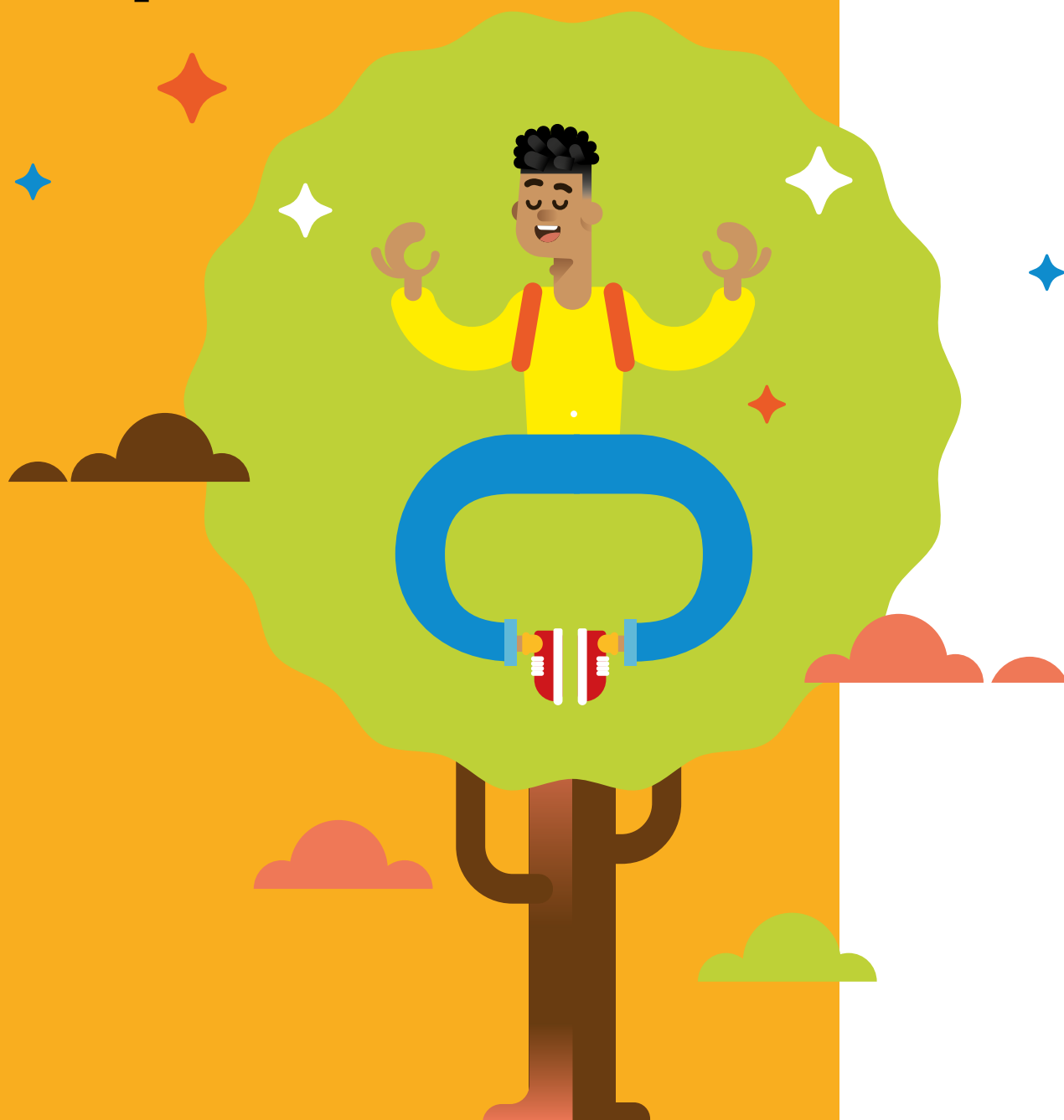
Sasani, Chiara Saturnino e Saba Zariv per le idee e i suggerimenti di grande utilità scaturiti dal loro entusiasmo personale e dall'impegno professionale verso i giovani.

Robert Thomson e Alexios Georgalis,

Roma, 29 giugno 2019

Capitolo 1:

Come e perché il programma ha preso vita



Introduzione

Il manuale per formatori che stai leggendo è uno strumento tecnico che può essere utilizzato per implementare un programma educativo non formale, atto a fornire una serie di competenze personali ad adolescenti maschi (dai 10 ai 19 anni) e giovani uomini (dai 15 ai 24 anni) non accompagnati e separati. È stato sviluppato da Nazioni Unite e agenzie governative nell'ambito di una risposta comune all'arrivo di migranti e rifugiati in Europa. Composto in gran parte da materiale non protetto da diritti d'autore di altre fonti intergovernative, è stato messo gratuitamente a disposizione di partner nazionali e internazionali, organizzazioni giovanili comprese. Si rivolge a tutti coloro che, nel contesto di un flusso migratorio misto, si occupano di fornire servizi sanitari, educativi, legali e sociali ai minori non accompagnati più vulnerabili e ad altri giovani potenzialmente a rischio.

Contesto operativo

Diverse organizzazioni non governative e intergovernative hanno collaborato per fornire protezione e assistenza immediata ai minori non accompagnati in Europa. Nello sviluppo del programma si è tenuto conto dei problemi trasversali di protezione relativi alla salute sessuale e riproduttiva degli adolescenti e ai diritti ad essa associati, alla prevenzione e alla risposta alla violenza sessuale, alla violenza di genere (VG) e al traffico di esseri umani, con l'obiettivo di elaborare un percorso formativo non formale per rendere accessibili competenze e informazioni potenzialmente salvavita a ragazzi adolescenti e giovani uomini che si trovano in ambienti ad alto rischio. La fase iniziale del progetto è stata sostenuta dall'UNFPA.

La metodologia e i contenuti educativi non formali sono stati testati e sviluppati nell'arco di un periodo di due mesi alla fine del 2016, tramite sessioni organizzate ad Atene in un centro con un gruppo di adolescenti non accompagnati. I contenuti formativi sono stati inseriti in un opuscolo per ragazzi che può essere distribuito agli adolescenti e presentato dai formatori, utilizzando il presente manuale. Le azioni di revisione e sviluppo del contenuto sono state promosse dal personale UNFPA del progetto, un consulente esterno locale e consulenti internazionali hanno

gestito il processo. Il controllo di qualità finale si è svolto durante una missione di assistenza tecnica condotta ad Atene, in Grecia.

Da questa cooperazione è scaturito un programma per lo sviluppo delle competenze personali destinato ad adolescenti non accompagnati e giovani uomini che soggiornano o visitano centri di assistenza, di accoglienza e ostelli che offrono alloggio e altri servizi ai rifugiati. Il pacchetto formativo affronta in modo semplice e pratico le sfide che si pongono a tutti gli adolescenti maschi, siano essi migranti o meno. Si compone di quattro moduli progressivi incentrati sull'autocomprensione, il rapporto con gli altri, la vita all'interno della società e il "senso della vita". All'interno dei quattro moduli, dieci sessioni interconnesse e propedeutiche forniscono informazioni su salute e igiene, emozioni e gestione dello stress, comunicazione, relazioni e sessualità, coscienza culturale, denaro e pianificazione. Le sessioni finali sono dedicate a questioni più ampie quali l'empatia, la convivenza con le differenze, la connettività e l'autonomia, sempre con modalità adatte a fruitori adolescenti.

Dopo il successo delle prime applicazioni in Grecia, il programma si è esteso alla Serbia e alla Bosnia-Erzegovina. Parte del materiale è stato tradotto in arabo, bosniaco, francese, greco, serbo e spagnolo.

Per rispondere alle molteplici esigenze di adolescenti e giovani uomini nel contesto migratorio misto in Italia, UNFPA e UNICEF hanno finanziato la sperimentazione di una serie di sessioni di formazione nuove e riviste. La formazione è stata sperimentata nei centri di accoglienza comunitari di Palermo, in Sicilia (a Dicembre 2018) e di Roma (a Maggio 2019) su piccoli gruppi rappresentativi dei giovani ai quali il programma è destinato. I partner presenti sul territorio italiano si sono riuniti nella sede UNICEF di Roma a Giugno 2019 per valutare il progetto "Ragazzi in movimento" nell'ambito di un workshop di formazione per formatori organizzato da UNICEF, UNFPA e Médecins du Monde. L'impegno profuso per la diffusione del programma, focalizzato in particolare sulla violenza di genere e la violenza sessuale, con un approccio basato sui diritti, è stato pensato in particolare per i rifugiati maschi adolescenti e i giovani migranti arrivati in Italia.

L'Italia gioca un ruolo centrale come paese di destinazione del flusso migratorio in Europa, in particolare per la sua vicinanza alla costa

nordaficana. Le agenzie delle Nazioni Unite hanno una responsabilità specifica nel sensibilizzare i governi sugli impegni presi ai sensi di strumenti giuridici e norme internazionali.

Obiettivi e beneficiari

L'obiettivo globale del programma è quello di promuovere una transizione positiva e sana verso l'età adulta e di fornire gli strumenti e le conoscenze necessari per sostenere la comprensione e la riduzione dei rischi, il tutto tenuto conto dei limiti di tempo, della mobilità e delle limitate capacità di attenzione dei potenziali partecipanti.

Oggi disponiamo di informazioni sempre più precise sulla vita di molti giovani uomini e adolescenti che intraprendono il viaggio come migranti. La salute, il benessere e la protezione di questi giovani sono essenziali, basti pensare che delle migliaia di rifugiati e migranti che dal 2014 sono approdati in Italia attraversando il Mediterraneo centrale, la maggior parte sono giovani uomini e ragazzi adolescenti, questi ultimi in gran parte non accompagnati. Questi giovani sono esposti a un elevato rischio di abusi, abbandono, violenza e sfruttamento sessuale e lavorativo, nonché ad altri pericoli associati alla migrazione a rischio, tra cui la tratta di esseri umani. I minori non accompagnati hanno urgente bisogno di cure e di protezione sicure e di qualità, nonché di servizi di base e di informazioni adeguate sui loro diritti (compreso il diritto di chiedere asilo) e sul processo di ricongiungimento familiare.

Il programma per lo sviluppo delle competenze personali "Ragazzi in Movimento" si compone ora di 12 sessioni contenute nei quattro moduli progressivi. Il materiale aggiuntivo è stato sviluppato per soddisfare le esigenze di una più ampia gamma di partecipanti con una più ampia esperienza, data dal fatto di avere già superato la prima fase dell'adolescenza. Le risorse sono state integrate con nuovi materiali, volti a far comprendere il concetto di consenso, a descrivere le relazioni e a spiegare i concetti di salute sessuale e riproduttiva, per prevenire e rispondere alla violenza. Contengono informazioni su come rivelare l'esperienza di un'aggressione sessuale, creando un ambiente sicuro e protetto all'interno del quale i sopravvissuti si sentano in grado di condividere la propria esperienza.

Capitolo 2:

Conoscere le Competenze Personali



Il Contesto

La necessità di consentire ad ogni persona di sviluppare e migliorare le proprie competenze personali e i propri mezzi di sussistenza (Oxenham, et al., 2002) ha la priorità rispetto ad altri obiettivi educativi più generici. Le nozioni e i contenuti oggetto di tale formazione riguardano lo sviluppo sia dell'individuo che della sua comunità. Tale sviluppo va considerato in relazione ai cambiamenti radicali e alle grandi sfide che noi tutti siamo chiamati ad affrontare.

L'unico modo per affrontare al meglio questa complessa situazione dipende dalla nostra capacità di mobilitare le competenze, le abilità e le capacità di *problem solving* di intere popolazioni. Secondo quanto affermato dalla Commissione Delors (1996), la possibilità che l'umanità progredisca ulteriormente è sempre meno legata alla crescita economica, quanto piuttosto ad un maggiore "sviluppo ed empowerment personale", che consentono di promuovere un cambiamento sicuro e responsabile.

"CONFITEA V", la Quinta Conferenza Internazionale sull'Educazione degli Adulti, ha sottolineato che *"L'educazione di base deve riguardare ciascun individuo, indipendentemente dall'età, perché tutti devono avere la possibilità di esprimere appieno il proprio potenziale, sia a livello individuale che collettivo. Non si tratta solo di un diritto, ma anche di un dovere e di una responsabilità nei confronti di tutta la società. Il riconoscimento del diritto di tutti gli individui all'educazione richiede che i governi prendano i provvedimenti necessari affinché tale diritto possa essere esercitato"*. (Dichiarazione CONFITEA 1997, paragrafo 9).

Definizione di Competenze Personali

Per comprendere al meglio il significato di "competenze personali" è utile analizzare l'origine del termine. Un primo riferimento compare nella Carta di Ottawa per la Promozione della Salute del 1986, in cui, al punto sulle "competenze personali", si afferma che la promozione della salute *"favorisce lo sviluppo personale e sociale fornendo informazioni, educazione alla salute e migliorando le competenze personali. In tal modo, si aumenta la possibilità di ciascuna persona di esercitare un maggiore controllo sullo stato della propria salute e sulle condizioni del proprio ambiente di vita, e di compiere scelte orientate alla salute"*.

Questo collega le competenze personali alla capacità di prendere decisioni personali responsabili e di compiere le giuste scelte comportamentali per uno stile di vita più sano. Il concetto è stato poi ampliato dall'OMS, che ha affermato che le competenze personali *"Possono essere definite come le abilità necessarie per adottare comportamenti positivi che permettono all'individuo di affrontare in modo efficace le richieste e le sfide della vita quotidiana"*.

Tuttavia, il nodo del problema è individuare o classificare chiaramente tali abilità rispetto ad una serie di altri comportamenti ed atteggiamenti positivi.

Vi sono diverse concezioni di competenze personali, ma nessuna definizione è universalmente accettata. L'interpretazione dell'International Bureau of Education (IBE) trae spunto dai quattro pilastri dell'apprendimento contenuti nel rapporto Delors (imparare a conoscere, imparare a fare, imparare ad essere e imparare a vivere insieme) e definisce le competenze personali come l'insieme delle capacità di agire autonomamente e delle abilità sociali necessarie per operare in maniera indipendente:

(vedi: <http://www.ibe.unesco.org/en/glossarycurriculum-terminology/l/life-skills>)

L'UNICEF indica le competenze personali come quelle abilità psicosociali ed interpersonali ritenute fondamentali (<https://www.unicef.org/lifeskills/>), che aiutano l'individuo a prendere decisioni informate, comunicare in modo efficace e sviluppare la capacità di affrontare le diverse situazioni e di agire autonomamente, consentendogli di condurre una vita sana e produttiva.

Il Dipartimento per la Salute Mentale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha adottato la seguente definizione: *"I programmi didattici di acquisizione delle competenze personali sono concepiti per facilitare l'esercizio e il rafforzamento delle abilità psicosociali, sia dal punto di vista culturale che sotto il profilo dello sviluppo; contribuiscono inoltre a favorire lo sviluppo personale e sociale, prevenire problemi di salute e sociali e tutelare i diritti umani"*. (OMS 1999)

L'Organizzazione per la Cooperazione e lo Sviluppo Economico (OCSE) ha adottato una definizione più generica, nell'ambito del progetto sulla "Definizione e Selezione delle competenze" (DeSeCo), (Rychen e Salganik 2001). Determina le competenze personali sulla base di tre criteri generali, ossia:

- le competenze chiave contribuiscono al raggiungimento del successo personale e al corretto

funzionamento della società, b) sono essenziali per affrontare le numerose sfide nei più diversi contesti e c) riguardano tutti gli individui. Queste competenze chiave sono: a) interagire in gruppi eterogenei, b) agire in autonomia e c) utilizzare strumenti in modo interattivo. Definite in maniera generica, racchiudono conoscenza, comportamento, atteggiamenti e valori e presuppongono il possesso di alcune abilità e del know-how necessari a fare qualcosa o raggiungere un obiettivo. Tali competenze includono capacità quali pensiero critico, creatività, capacità organizzative, abilità sociali e comunicative, capacità di adattamento, di risoluzione dei problemi e di cooperare in modo democratico.

Le competenze personali sono il risultato di un processo costruttivo di elaborazione di informazioni, impressioni, incontri ed esperienze - sia individuali che sociali - che fanno parte della vita quotidiana di ognuno. Le dimensioni sociali sono particolarmente importanti, in quanto condizionano la vita personale e inducono i singoli individui ad acquisire e sviluppare intenzionalmente le abilità, gli atteggiamenti e i valori necessari per affrontare e gestire le situazioni della vita reale (Ouane 2002).

Comprenderle dal punto di vista dell'apprendimento permanente presuppone l'integrazione dell'apprendimento e della vita privata, sia a livello orizzontale, includendo gli aspetti legati a famiglia, comunità, studio, lavoro, tempo libero e altri "spazi di vita", che verticale, dalla nascita alla morte.

"L'apprendimento delle competenze personali" si riflette nella conoscenza, esperienza, saggezza, armonia e autorealizzazione radicate nelle questioni pratiche di ogni essere umano (Yeaxlee 1929:165, citato in Ouane 2002).

Valutare le Competenze Personali

Sebbene sarebbe opportuno valutare l'acquisizione delle competenze personali attraverso una loro misurazione, appare evidente che non tutte le competenze possono essere facilmente misurate. L'unico modo per valutare le competenze personali è attraverso apposite variabili.

Individuare i modelli di empowerment attraverso i programmi potrebbe fornire informazioni preziose sulle diverse nozioni di competenze personali, per comprendere al meglio le esperienze dei partecipanti. Tutte le competenze personali hanno

una specifica importanza contestuale, pertanto è fondamentale contestualizzarle al fine di apprenderle con maggiore successo. Le competenze personali devono essere adattate ai contesti specifici di ciascun paese, gruppo e individuo.

La didattica per l'acquisizione delle competenze personali è uno strumento efficace per dotare i giovani di capacità di negoziazione e mediazione nelle sfide e nei rischi della vita per consentire loro di partecipare in maniera produttiva alla vita sociale.

Esistono numerose prove a sostegno dei Programmi per lo Sviluppo delle Competenze Personali, considerati validi per l'acquisizione di conoscenze, abilità e attitudini da parte degli studenti, sia nelle aree tematiche più sensibili che sotto l'aspetto psicologico.

I Programmi per lo Sviluppo delle Competenze Personali possono essere di tre tipi:

Incentrati sulle competenze: rafforzano le abilità psicologiche nell'utilizzo delle conoscenze (pensiero critico, capacità di risoluzione dei problemi), nella capacità di essere risolti e resilienti (processo decisionale, motivazione, resilienza) e nella convivenza con le altre persone (comunicazione, empatia).

Incentrati sugli argomenti: sottolineano l'importanza degli argomenti scelti nei programmi (come la promozione della salute e la prevenzione delle malattie, l'uguaglianza di genere, la tutela dell'ambiente e la riduzione del rischio di catastrofi, la prevenzione della violenza, l'apprendimento socio-emozionale e supporto psicologico, i diritti umani, la cittadinanza e la coesione sociale, i mezzi di sussistenza e l'alfabetizzazione finanziaria) nell'ambito di contesti specifici.

Incentrati sull'attuazione: si concentrano sui livelli e le capacità di attuazione, l'efficienza dei metodi di esecuzione e sulle condizioni di apprendimento.

Negli ultimi due decenni, l'educazione alle competenze personali è diventata parte integrante della preparazione dei giovani e degli adulti ad affrontare e superare le sfide e i rischi a cui sono esposti quotidianamente e a partecipare in maniera produttiva alla vita sociale.

Contribuiscono inoltre in misura significativa alla qualità dell'istruzione, grazie ad un approccio che sottolinea l'importanza di acquisire le competenze personali, di sviluppare contenuti essenziali per la vita quotidiana e utilizzare metodi di insegnamento

e apprendimento volti a promuovere le abilità individuali e l'apprendimento cooperativo.

I tipi di competenze personali presi in esame, la cui importanza è riconosciuta universalmente, sono validi per tutti gli individui (considerati implicitamente come indipendente dai contesti sociali e culturali) e consentono loro di

affrontare le sfide con cui devono confrontarsi e di partecipare attivamente e produttivamente alla vita sociale.

Un crescente numero di prove evidenzia l'importanza delle esperienze vissute durante la prima infanzia relative allo sviluppo delle competenze personali e degli atteggiamenti di ciascun individuo.

Educazione Sanitaria basata sulle Competenze Personali

La Salute ha un'importanza primaria in tutte le nazioni e rimanda agli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG) in materia di: acqua pulita, servizi igienico-sanitari e igiene, accesso ai servizi sanitari, prevenzione dell'HIV e delle infezioni sessualmente trasmissibili (IST) e di altre malattie prevenibili, come la tubercolosi. Condizioni di salute precarie contribuiscono anche all'assenza da scuola, a uno scarso rendimento e all'impossibilità di completare la formazione scolastica di base. Inoltre, l'abuso di sostanze e comportamenti sessuali a rischio, che possono contribuire ad incrementare la criminalità e le violenze, restano tra le preoccupazioni principali in ciascun paese.

L'educazione sanitaria è da tempo al centro dell'attenzione nei paesi sviluppati come in quelli in via di sviluppo, con particolare riguardo alla diffusione di informazioni. Tale approccio si è evoluto in risposta ad una maggiore consapevolezza del modo in cui la società, la famiglia e i coetanei, le esperienze individuali e le norme sociali possono influenzare lo sviluppo di competenze, atteggiamenti e comportamenti legati alla salute.⁵ I dati disponibili indicano che un migliore accesso alle informazioni contribuisce ad ampliare le conoscenze, ma non è di per sé sufficiente a modificare quei comportamenti che rappresentano un rischio per la salute.

Ottenere un cambiamento comportamentale richiede programmi che integrino le conoscenze

ad una contestuale attenzione all'acquisizione di attitudini e competenze personali fondamentali, come ad esempio la capacità di negoziazione e opposizione, abilità comunicative e pensiero critico, che permettono agli individui di destreggiarsi nei rapporti, di non farsi condizionare e di sviluppare comportamenti positivi legati alla salute.

Capitolo 3:

Approccio Metodologico



Approccio

In linea di massima, esistono due diversi approcci per insegnare o apprendere le competenze personali.

L'approccio orientato sull'insegnante o sul formatore (approccio espositivo), in cui l'insegnante/il formatore espone le conoscenze agli studenti; e

L'approccio orientato sullo studente (approccio euristico), in cui si incoraggiano gli studenti a trovare le informazioni per conto proprio.

Sebbene sia possibile utilizzare uno degli approcci precedenti, è sempre opportuno favorire una formazione che promuova l'apprendimento esperienziale. Per trasmettere in maniera efficace i contenuti, è necessario scegliere con attenzione i metodi e le attività più appropriate, seguendo un ordine logico che garantisca un dialogo scorrevole

tra voi e lo studente e tra gli studenti stessi. È consigliabile seguire un metodo orientato sullo studente, che contribuisca a determinare un cambiamento comportamentale positivo. Siate creativi ed innovativi nel promuovere e supportare cambiamenti positivi. Scegliete l'approccio più appropriato alle specifiche esigenze, allo sviluppo e agli interessi dei vostri studenti.

Metodi per l'educazione alle competenze personali

Discussione

Benché gestire le discussioni rappresenti uno dei metodi più impegnativi, può rivelarsi al contempo uno dei più gratificanti. Utilizzare la discussione come principale metodologia permette di stimolare il pensiero critico. Nello stabilire un rapporto con i partecipanti, dimostrate di apprezzare il contributo di ciascuno di loro e, allo stesso tempo, esortateli a pensare in maniera più approfondita e ad esprimere le loro idee in modo più chiaro.

Dibattito

Argomentazione formale tra due gruppi o persone, il dibattito è uno strumento essenziale per stabilire e mantenere società democratiche e aperte. Più che una semplice abilità verbale o prestazione personale, il dibattito incarna gli ideali di argomento ragionato, tolleranza per i diversi punti di vista e una rigorosa auto-critica.

Brainstorming

Il brainstorming è una tecnica di creatività di gruppo impiegata per trovare una soluzione ad un problema specifico, attraverso uno sforzo comune, raccogliendo un elenco di idee che i membri del gruppo forniscono spontaneamente.

Gioco del mimo

Mimare è l'arte di rappresentare personaggi, situazioni o racconti attraverso i gesti e i movimenti del corpo, senza l'uso di parole.

Giochi di ruolo

I giochi di ruolo consistono nel modificare il proprio comportamento per assumere un ruolo, sia inconsciamente - per incarnare un ruolo sociale, che consapevolmente - per recitare un ruolo che abbiamo scelto.

Domande e risposte

Il metodo socratico nella gestione delle domande si basa sul dialogo disciplinato e ponderato. È un sistema efficace per analizzare le idee a fondo. È uno strumento molto utile per il formatore e può essere usato a qualsiasi livello e in diversi momenti nel corso di una sessione o un progetto.

Linee guida per l'attuazione di programmi educativi per lo sviluppo delle competenze personali

L'apprendimento cooperativo prevede la suddivisione dei partecipanti in gruppi per raggiungere obiettivi di apprendimento condivisi (Johnson & Johnson, 1999). È una strategia di apprendimento attiva, attuata in un ambiente collaborativo nel quale gli studenti "discutono, dibattono, formano la propria opinione e la presentano ai compagni, ascoltando a loro volta il parere degli altri" (Tien, Roth e Kampmeier, 2002).

L'obiettivo dell'apprendimento cooperativo è di creare un ambiente educativo in cui si instauri un senso di appartenenza tangibile. I rapporti collaborativi e la fiducia reciproca forniscono le basi per un apprendimento significativo. L'apprendimento diventa una priorità e i partecipanti lavorano insieme per stabilire e mantenere le condizioni per uno scambio efficace. Si crea uno spazio nel quale si riesce a soddisfare il desiderio profondamente umano dei partecipanti di imparare,

di riuscire a orientare la propria vita e creare esperienze che arricchiscono loro e il mondo che li circonda. (Merlin B. Thompson, 2019).

Comunicare contenuti delicati

Logica: Prima di tenere qualsiasi sessione, il formatore deve essere conscio della varietà di atteggiamenti che possono avere i partecipanti. Questo aspetto è particolarmente importante per temi delicati come quelli legati a sesso, genere, violenza e credo religioso. Un semplice sondaggio su argomenti come autoconcetto, atteggiamento o semplicemente sulla conoscenza generale della sessualità, può dare ai partecipanti l'opportunità di esprimersi. Permetterà inoltre di individuare le esigenze educative specifiche. L'utilizzo di un sondaggio preliminare e conclusivo è utile per valutare l'efficacia della partecipazione. (L'Allegato contiene alcuni esempi di sondaggi).

Informazioni: Ogni cultura è caratterizzata dalle proprie regole e pratiche specifiche riguardanti l'iniziazione di un individuo all'età adulta. La diffusione universale delle regole culturali e sociali applicate alle esperienze sessuali è stata ampiamente documentata dalla ricerca. Occorre sottolineare che alcune caratteristiche essenziali dell'istinto sessuale sono presenti fin dal concepimento e sono influenzate dalle esperienze di vita.

Regole di base: È di fondamentale importanza stabilire una serie di istruzioni comuni condivise da facilitatori e partecipanti che permettano a ciascuno di sentirsi sicuro e a proprio agio all'interno del gruppo, permettendo così a tutti di sentirsi parte integrante dei progressi compiuti.

Finalità/scopo:

- Assicurarsi che tutti i membri del gruppo abbiano la possibilità di esprimere la propria opinione sull'autogestione del gruppo, nonché la libertà di lasciare il gruppo qualora si trovasse a disagio.
- Sostenere la presa di coscienza dell'appartenenza a un gruppo e il coinvolgimento nel percorso di apprendimento.
- Aiutare il gruppo a riflettere e discutere sugli elementi che aiutano il lavoro di gruppo.

Cerca di creare un ambiente di gruppo sicuro per tutti, disincentiva le rivelazioni individuali e incentiva le tecniche di distanziamento.

Chiedi ai membri del gruppo di riflettere su ciò di cui hanno bisogno per sentirsi abbastanza a proprio agio da ottenere il massimo dalla sessione (ad esempio la disposizione dei posti a sedere, le pause necessarie, il rispetto degli altri membri del gruppo e il divieto di umiliare gli altri). Stabilisci una serie di regole di base condivise da tutti. Scrivi le regole su un foglio della lavagna. Preparati a rivedere in qualsiasi momento le regole, sia per sottolineare un messaggio, sia per correggere quelle che non si dovessero rivelare efficaci. Mantieni le regole di base sempre esposte e visibili durante le sessioni.

Linee guida Fraser

Per quanto sia possibile fornire informazioni generali sulla salute sessuale a chiunque, di qualsiasi età, è buona prassi seguire le linee guida che adottano gli stessi medici e infermieri che prescrivono o consigliano metodi contraccettivi e altre terapie ai minori di 16 anni. Assicurati che tutti e cinque i criteri seguenti siano soddisfatti:

Il giovane è in grado di comprendere il consiglio.

Non può essere costretto a parlare della sua situazione a un genitore, un caregiver o un tutore.

Proseguirà la propria attività sessuale indipendentemente dal fatto che tu gli dia o meno dei consigli.

La sua salute fisica o mentale ne risentirebbe se tu non gli dessi questi consigli.

La tua consulenza riservata è nel suo interesse superiore.

Se una o più di queste condizioni non risultano soddisfatte, astieniti dal dare al giovane consigli personali e confidenziali. Sostieni comunque il giovane fornendogli informazioni sui servizi locali pertinenti e incoraggiandolo a recarvisi. Mantieni sempre riservate le domande che ti vengono poste, a meno che non occorra segnalarle per motivi di protezione dei minori.

Gestire una rivelazione o identificazione

Una possibile conseguenza della promozione di un ambiente di apprendimento sicuro e di supporto è che i ragazzi e i giovani uomini si sentiranno incoraggiati a rivelare la propria esperienza di violenza. Prima di prendere contatto con i partecipanti, i formatori devono avere piena familiarità con le procedure di riferimento delle rispettive organizzazioni in materia di protezione dei minori e Violenza di genere. Qualora sospettassi

un abuso o uno sfruttamento, in particolare di un minore di 18 anni, segui queste stesse procedure. Tieni sempre a mente i principi guida della VG e adotta l'approccio del primo soccorso psicologico:

1. *Sicurezza*: la sicurezza del sopravvissuto è la priorità numero uno.
2. *Rispetto*: tutte le tue azioni devono essere guidate dal rispetto delle scelte, dei desideri, dei diritti e della dignità del sopravvissuto.
3. *Riservatezza*: le persone hanno il diritto di scegliere a chi raccontare o meno la loro storia. Mantenere la riservatezza significa non condividere le informazioni con nessuno. La sessualità è una questione particolarmente privata. Qualsiasi informazione ottenuta su un giovane, non dovrebbe essere discussa con disinvoltura. Occorre rispettare la privacy dei giovani, a meno che non si ritenga che qualcuno corra un rischio significativo o possa nuocere qualcun altro.
4. *Non discriminazione*: trattare chiunque abbia bisogno di aiuto in maniera equa e giusta.

Si prega di studiare attentamente la guida per interagenzie: <https://gbvguidelines.org/en/pocketguide/>

Il linguaggio conta

Quando si lavora in un ambiente interculturale e multilingue, il ruolo degli interpreti e dei mediatori culturali è fondamentale. Soprattutto quando si parla di argomenti sensibili come la salute sessuale e riproduttiva e la violenza di genere, prenditi del tempo per parlare con l'interprete e/o il mediatore prima dell'inizio della sessione.

È importante che l'interprete/il mediatore sappia cosa aspettarsi, così che possa iniziare a pensare al vocabolario e al contesto della sessione. Specifica la tipologia di interpretariato che si preferisce: consecutiva o simultanea. Molte persone preferiscono la consecutiva, dove l'interprete interpreta dopo che qualcuno ha finito di parlare (al contrario della simultanea che si svolge mentre la persona sta parlando). È fondamentale, quando si lavora con un interprete, che si parli a brevi interventi (due, tre frasi alla volta). Un discorso più lungo è difficile da tradurre accuratamente, e informazioni importanti potrebbero andare perse. Chiedi

all'interprete di parlare in prima persona, ad esempio dicendo "io" e non "dice/ha detto".

Capitolo 4:

Dettaglio dei Moduli e Schema delle Sessioni



Modulo 1: Conoscere e Capire Sé Stessi

Sessione 1.1: Salute

La prima sessione riguarda l'igiene, la cura di sé stessi e i comportamenti orientati alla salute. L'igiene contribuisce al benessere fisico di ogni individuo. Questa sessione aiuta i giovani ad essere responsabili della propria salute e di quella degli altri. Curare la propria igiene personale è indispensabile per una serie di motivi - personali, sociali, sanitari, psicologici o semplicemente per un corretto stile di vita. Adottare uno standard igienico adeguato aiuta a prevenire l'insorgere e la diffusione di infezioni, malattie e cattivi odori. L'argomento introduttivo, che ha meno probabilità di suscitare imbarazzo, è l'igiene delle mani, in quanto è un punto d'accesso neutrale per poi spostarsi verso argomenti sensibili e personali. È anche un argomento facile da affrontare dalla prospettiva "ognuno insegna a qualcuno", attraverso la quale i partecipanti vengono incoraggiati a condividere le loro conoscenze in modo più aperto, ad esempio con i membri più giovani della famiglia, o con amici che non hanno partecipato alla sessione. Di seguito, lo schema della sessione:

Schema delle Sessioni per il Modulo 1: Conoscere e capire sé stessi

Sessione Numero 1.1: Salute

Materiale occorrente: Una manciata di glitter, una bacinella d'acqua, uno spazzolino per unghie, una saponetta.

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

5. Comprendere perché è importante avere una buona igiene e in che modo migliora la salute degli adolescenti
6. Descrivere le differenze tra la cura dell'igiene personale prima e dopo la pubertà
7. Pianificare la propria igiene personale e seguire comportamenti salutari

Spiegare attraverso il gioco: Alcuni ragazzi si lavano le mani troppo velocemente, solo con acqua e se ne hanno la possibilità. Ma le mani andrebbero lavate con il sapone per almeno 15/20 secondi, come raccomandato dall'OMS e dal CDC. Cospargete le mani dei partecipanti con una manciata di glitter adesivi e invitateli a lavarli via con acqua e sapone, strofinando bene. Dal momento che i glitter sono appiccicosi, occorreranno almeno 30 secondi per rimuoverli. Spiegate poi ai partecipanti che, ogni volta che lavano le mani, devono strofinarle per bene per rimuovere i germi invisibili, così come hanno fatto con i glitter. Evidenziate che lavare le mani riduce notevolmente la diffusione dei germi.

Prova anche così: Guarda il video della canzone sul lavarsi le mani creata dall'OMS e dagli studenti dell'università HUG, e crea la tua propria danza con il gruppo! <https://www.youtube.com/watch?v=zOhwNxcyZl&t=1s>

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti
(15 minuti)

L'odore del corpo proviene dal sudore prodotto dalle ascelle e dalla zona dei genitali, in particolar modo dopo la pubertà. I batteri si nutrono del sudore, producendo cattivo odore in molte parti del corpo. Per ridurlo, è sufficiente lavare regolarmente il proprio

corpo, utilizzando deodoranti o prodotti che regolano la traspirazione, soprattutto dopo aver fatto attività fisica. Inoltre, è molto importante lavare e cambiare regolarmente la biancheria intima e gli indumenti indossati a contatto con la pelle poiché i vestiti accumulano le cellule morte della pelle, assorbono il sudore e i fluidi corporei e diventano maleodoranti. Oltre all'urina e alle feci, dopo la pubertà il corpo maschile produce anche sperma e, di conseguenza,

i ragazzi devono detergersi accuratamente in caso di eiaculazione.

Lavarsi le mani prima di mangiare e dopo essere andati in bagno aiuta a combattere i germi e ad evitare le malattie.

Piedi e scarpe maleodoranti sono un vero problema per alcuni ragazzi più che per altri, e possono trasmettere i germi ai piedi di altre persone. Lavare i piedi con acqua corrente e asciugarli accuratamente prima di indossare calze e scarpe aiuta a prevenire molti problemi, per te stesso e per gli altri. È inoltre utile alternare paia di scarpe diverse e indossare calze in cotone al posto delle fibre sintetiche. Curare la salute dei propri piedi è una buona abitudine per coloro che camminano molto.

L'igiene dei denti e della bocca è fondamentale per chi non può sottoporsi a controlli dentali regolari. I denti dei bambini piccoli cadono naturalmente, mentre i denti persi durante l'adolescenza e l'età adulta non ricrescono più. Lavarsi i denti dopo ogni pasto e almeno due volte al giorno aiuta a combattere l'alito cattivo, problemi gengivali e la carie. Fumare e masticare tabacco, così come mangiare e bere prodotti zuccherati, ha conseguenze molto gravi su denti e gengive. La

saliva, importante per la digestione, dovrebbe restare all'interno della bocca. Sono comportamenti anti-igienici sputare e disperdere altre secrezioni dal naso e dalle orecchie.

Radersi è un'attività quotidiana per molti uomini, anche se alcuni hanno naturalmente meno peli sul viso. Molti uomini preferiscono fare crescere la barba e curarla.

Contrarre malattie può dipendere da molti fattori, sebbene al giorno d'oggi le vaccinazioni ricevute durante l'infanzia aiutino a prevenire molte malattie gravi. Fare esercizio fisico e sport, seguire una dieta bilanciata, ricca di frutta e verdura, contribuisce a tenerci in salute. È inoltre essenziale bere molti liquidi - l'acqua è la bevanda migliore, mentre le bibite che contengono zuccheri e alcol sono dannose per la salute. È opportuno evitare qualsiasi sostanza pericolosa e che causa dipendenza, come droghe e tabacco.

Gli incidenti non si verificano per caso - la maggior parte ha cause precise e può essere prevenuta. Le principali cause di morte, lesioni e invalidità ai danni degli adolescenti sono gli incidenti stradali e i comportamenti rischiosi.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Quando è il momento di iniziare ad usare il deodorante o prodotti antitraspiranti? Quale prodotto sceglieresti? Conosci prodotti antitraspiranti tradizionali o spazzolini e prodotti per le gengive fatti in casa? Quale marchio ritieni il migliore? Sei stato vaccinato prima di iniziare la scuola? Come lo sai?

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (15 minuti)

Chiedete di creare una tabella personale con le azioni da svolgere quotidianamente, con le fasce orarie e la durata di ciascuna azione - fare la doccia, lavare il viso e radersi, lavarsi i denti, applicare il deodorante, spazzolare i capelli. Per coloro che vivono in un rifugio, chiedete di creare una tabella di gruppo per organizzare l'uso dei bagni condivisi. Creare poi una mappa della zona che indichi i luoghi in cui ricevere supporto per la salute e l'igiene.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato? Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 1: Conoscere e Capire Sé Stessi

Sessione 1.2: Emozioni

La seconda sessione riguarda le emozioni e rappresenta un tentativo di migliorare il processo di socializzazione tra gli adolescenti non accompagnati. Instaurare relazioni amichevoli aiuta a formare il proprio carattere e a migliorare la percezione di sé.

Emozioni Primarie:

- 1. Paura**> Sentirsi spaventati.
- 2. Rabbia**> Sentirsi arrabbiato. Una parola più forte per rabbia è collera.
- 3. Tristezza**> Sentirsi tristi. Altre parole sono dispiacere, dolore (un sentimento più intenso, ad esempio quando qualcuno a cui teniamo cuore) o depressione (sentirsi triste per un lungo periodo di tempo). La gente pensa che la depressione sia un'emozione diversa.
- 4. Gioia**> Sentirsi felici. Altre parole sono felicità, contentezza.
- 5. Disgusto**> Sentire che qualcosa è sbagliato o cattivo.
- 6. Fiducia**> Un'emozione positiva; l'ammirazione è un sentimento più forte, l'accettazione è più debole.
- 7. Aspettativa**> Significa attendere con ansia che qualcosa accada. È un sentimento positivo. L'attesa ha una connotazione più neutra.
- 8. Sorpresa**> Un'emozione che si prova quando qualcuno fa qualcosa o quando si verifica un evento in modo inaspettato; può essere usato sia in caso di disapprovazione di una certa situazione o per indicare un evento piacevole.

Schema delle Sessioni per il Modulo 1: Conoscere e capire sé stessi

Sessione 1.2: Emozioni

Materiale occorrente: Grandi fogli di carta e pennarelli per disegnare un grafico.

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

1. Comprendere la parola "emozione" e distinguerne il significato rispetto ai concetti di sensazione e pensiero
2. Descrivere alcune emozioni e il modo in cui influenzano il corpo e il comportamento
3. Distinguere i modi appropriati di esprimere le diverse emozioni

Spiegare attraverso il gioco: Chiedete ai partecipanti di mettersi in piedi, di scegliere un partner di età diversa, e di porsi a una distanza di 60 cm. Uno dei due partner deve rappresentare con il viso o con il corpo un'emozione e l'altro deve indovinare di quale emozione si tratta. Invertite i ruoli. Ripetete un paio di volte.

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti

(10 minuti)

Gli esseri umani non sono fatti di pietra o di legno, avvertiamo il caldo e il freddo, sudiamo quando corriamo e ci sentiamo felici anche quando siamo bagnati, se per lungo tempo non abbiamo visto l'acqua!

Ciascuna persona vive **esperienze molto diverse** lungo il proprio percorso di vita quotidiana, alcune affrontano sfide impegnative, altre vivono momenti più tranquilli, ma alla fine **siamo tutti uguali!**

Le nostre esperienze e conoscenze influenzano il modo in cui ci sentiamo e pensiamo.

È molto difficile controllare le proprie emozioni o gli effetti che queste hanno sul nostro corpo (sudorazione, battito cardiaco accelerato). Alcune emozioni possono essere difficili da gestire, ma non dobbiamo lasciare che controllino il nostro comportamento e i nostri pensieri. Anche se ci sentiamo molto tristi, non dobbiamo ferire noi stessi e gli altri.

Sebbene a volte non sia facile per uomini e ragazzi riuscire a chiedere aiuto, parlare delle proprie emozioni con amici o con adulti può essere di grande conforto.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Chiedete ai partecipanti di pensare alle diverse emozioni che hanno rappresentato durante il gioco e di elencarne delle altre. Alcune emozioni possono essere gioia, amore, rabbia, felicità, eccitazione, paura, tristezza, esaltazione.

Chiedete ai partecipanti (domanda trabocchetto!) quale, secondo loro, è l'età giusta per iniziare a provare queste emozioni.

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (20 minuti)

Explain that some emotions are difficult to manage and it is therefore important to have good ways for dealing with them. Ask participants to make a personal chart with the names of emotions that they have experienced. Ask participants if there are any emotions on the chart that are difficult to manage, and what suggestions they have for dealing with these emotions.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 1: Conoscere e Capire Sé Stessi

Sessione 1.3: Armonia

La terza sessione riguarda il raggiungimento dell'armonia nell'ambito della gestione dello stress, competenza necessaria per i rifugiati e i migranti. La maggior parte degli adolescenti non accompagnati non ha potuto vivere situazioni di pace e armonia, condivisione e serenità.

Di conseguenza, potrebbero avere difficoltà ad immaginare una società in cui le persone vivono insieme in armonia. Quando si vive in armonia, le persone vivono in pace, senza combattere o litigare. C'è armonia quando ogni cosa è disposta in maniera piacevole e serena.

Schema delle Sessioni per il Modulo 1: Conoscere e capire sé stessi

Sessione Numero 1.3: Armonia

Materiale occorrente: nessuno

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

1. Ricorrere all'esercizio fisico per far fronte allo stress e ritrovare l'armonia
2. Comprendere il significato di serenità e la differenza tra stress buono e cattivo
3. Identificare i sintomi dello stress e distinguere tra modi salutari e non salutari per affrontarlo

Spiegare attraverso il gioco: Chiedete ai partecipanti di mettersi in fila e formare un cerchio, dando la schiena alla persona dietro di loro. Chiedete a ciascun partecipante di massaggiare le spalle dell'altra persona e, allo stesso tempo, di inspirare lentamente con il naso ed espirare profondamente con la bocca svuotando la pancia (respirazione diaframmatica).

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti
(10 minuti)

L'armonia nasce dall'equilibrio tra mente e corpo, che genera attenzione, forza, resistenza e maggiore consapevolezza. Gli eventi che causano stress, che possono essere un pericolo fisico o una forte sofferenza psicologica, attivano il sistema nervoso e producono particolari ormoni che possono scalfire la nostra armonia. Il battito cardiaco, il respiro e la pressione sanguigna aumentano facendo affluire più sangue ai muscoli e creando uno stato di allerta. Gli occhi si dilatano per vedere meglio, lo zucchero immagazzinato nel fegato viene rilasciato per aumentare l'energia fisica e si inizia a sudare molto per raffreddare il corpo. Questi cambiamenti fisici

preparano il corpo a reagire alla pressione in modo veloce ed efficace. Ci sentiamo "al limite" e perdiamo il nostro equilibrio.

Se funziona correttamente, questa risposta fisica allo stress (chiamata anche risposta di lotta o di fuga) ci può aiutare a reagire quando ci troviamo sotto pressione ed è fondamentale nelle situazioni di emergenza, come quando siamo costretti a frenare all'improvviso per evitare un incidente stradale. In piccole dosi, lo stress può aiutarci a stare in allerta e ad essere pronti ad affrontare una sfida, ma quando è eccessivo, si presenta costantemente o non si allenta, può anche causare problemi. Dopo aver vissuto uno stato di stress, è importante ritrovare l'armonia a livello mentale e fisico.

Lo stress può presentarsi in seguito a eventi a lungo

termine (avere molto lavoro da sbrigare o doversi trasferire in un altro luogo): il cervello percepisce la pressione continua e pompa gli ormoni per un periodo di tempo prolungato. Situazioni stressanti che perdurano nel tempo causano uno stress

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Valutate la prontezza dei partecipanti di ripensare ai fattori di stress. Chiedete loro se conoscono qualcuno che ha vissuto esperienze di bullismo, di esposizione a violenza e lesioni, stress relazionale, conflitti familiari, delusioni sentimentali o la morte di una persona cara, qualcuno che soffre di problemi di apprendimento legati alla disabilità, che vive una routine stressante e non ha abbastanza tempo per riposarsi o rilassarsi, che è sempre in movimento, che vive in condizioni di vita difficili, antigigieniche e malsane causate dall'inquinamento dell'acqua e dell'aria. Alcune situazioni stressanti possono essere estreme e richiedere particolare attenzione e assistenza. Il disturbo post-traumatico da stress è una reazione fisica molto forte che può svilupparsi in coloro che hanno attraversato un evento estremamente traumatico, come un grave incidente, la fuga da situazioni pericolose o un'aggressione sessuale. Prestate attenzione se tutto ciò è accaduto a qualche partecipante. Chiedete se conoscono persone che cercano di superare lo stress in modi nocivi, ad esempio utilizzando droghe incluse sigarette e alcol, consumando rapporti sessuali anche per denaro, procurandosi ferite o mutilazioni, pensando al suicidio, isolandosi o allontanandosi dagli altri, trascorrendo troppo tempo online giocando su internet, che si uniscono o organizzano delle bande, lottano e feriscono i propri amici, sono violenti con le ragazze e irrispettosi verso le persone che cercano di aiutarli.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

continuo con cui è difficile convivere, e che può farci sentire stanchi o sopraffatti, indebolire le nostre difese immunitarie e causare numerosi altri problemi. Ecco perché è importante saper ritrovare la propria armonia e tornare ad un equilibrio psicofisico.

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (20 minuti)

Ci sono molti modi per sentirsi meglio e ritrovare l'equilibrio nella vita. Ognuno trova l'armonia in modi diversi. È possibile allentare la tensione e calmare la rabbia in un posto tranquillo, circondato dalla natura. O cercare l'immagine di un luogo felice e guardarlo tutte le volte che è necessario, respirando molto profondamente e lentamente. A volte, ascoltare la propria canzone o melodia preferita può aiutare a tornare sereni.

L'esercizio all'inizio della sessione mostra che i massaggi sono utili per alleviare lo stress. Cosa dovremmo fare quando siamo da soli? Allentare la tensione dei muscoli è un modo per rilassarsi. Trovate un posto tranquillo. Per prima cosa, contraete i muscoli del collo o del braccio destro. Mantenete i muscoli contratti per cinque secondi, poi espirate e rilassatevi. Concentratevi sulla differenza tra tensione e rilassamento, mentre inspirate. Ripetete l'esercizio per gli altri muscoli finché non vi sentite completamente rilassati.

Se avete tempo, immaginate di aver avuto una discussione con un amico e di non riuscire a concentrarvi. Cosa potete fare per risolvere la situazione o sentirvi meglio? Immaginate che un altro ragazzo vi sottragga il cellulare o il portafoglio, si rifiuti di restituirvelo e decida di partire. Cosa potete fare per risolvere la situazione e sentirvi meglio? Convidete le idee con un compagno.

Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 1: Conoscere e Capire Sé Stessi

Risorse utili per il Modulo 1

Introduzione alla salute

https://www.who.int/topics/health_education/en/

<https://www.cdc.gov/handwashing/>

<https://www.hha.org.au/>

Hand washing dance: <https://www.youtube.com/watch?v=zOhwNygCyZI&t=6s>

and <https://www.youtube.com/watch?v=tmMGwO4N0Vc&t=119s>

[Psychological well-being](#)

<https://www.sciencedaily.com/terms/emotion.htm>

<https://study.com/academy/lesson/robert-plutchiks-wheel-of-emotions-lesson-quiz.html>

https://www.researchgate.net/figure/Plutchiks-wheel-of-emotions-with-basic-emotions-and-derivative-emotions-and-cone-like_fig1_258313558

<https://www.psychologytoday.com/us/basics/emotional-intelligence>

<http://www.prolificliving.com/live-in-harmony-with-yourself/>

<https://positivepsychology.com/progressive-muscle-relaxation-pmr/>

<https://www.webmd.com/balance/stress-management/stress-management>

<https://positivepsychology.com/stress-management-techniques-tips-burn-out/>

https://www.google.com/url?client=internal-element-cse&cx=011155507021793277500:q1wrtf3mvmu&q=https://www.theatlantic.com/health/archive/2015/02/hard-feelings-sciences-struggle-to-define-emotions/385711/&sa=U&ved=2ahUKEwjB3eqbi8fnAhXtN-wKHbRpDfoQFjAAegQIABAC&usg=AOvVaw15OWnenJopiqF5h_4MsPM

<http://health.ccm.net/faq/3657-emotions-definition>

Modulo 2: Conoscere e Capire gli altri

Sessione 2.1: Comunicazione

La sessione relativa alla comunicazione è volta a stimolare l'interazione tra gli adolescenti per rafforzare il processo di socializzazione, attraverso la creazione di rapporti amichevoli. La comunicazione (dal latino *commūnicāre*, che significa "condividere") è l'atto di trasmettere concetti con un preciso significato da un soggetto o gruppo ad un altro, attraverso l'uso di segni e regole semiotiche condivisi. Le implicazioni sul consenso sono incorporate nel processo comunicativo. I partecipanti dovrebbero esplorare modi di chiedere, esprimere, negare o ritirare il consenso.

Le principali fasi di ogni processo comunicativo sono:

L'espressione della motivazione o ragione comunicativa

La composizione del messaggio (l'elaborazione interna o tecnica di ciò che si intende esprimere esattamente)

La codifica del messaggio (ad esempio, in dati digitali, testo scritto, discorso, immagini, gesti e così via)

La trasmissione del messaggio codificato come una sequenza di segnali, attraverso un canale o mezzo specifico

Le fonti di rumore, naturali e derivanti dall'attività umana (sia intenzionali che accidentali) che influenzano la qualità dei segnali trasmessi dal mittente a uno o più destinatari

La ricezione dei segnali e la ricomposizione del messaggio codificato in base alla sequenza di segnali ricevuti

La decodifica del messaggio codificato ricomposto

L'interpretazione e l'attribuzione di un significato al messaggio originale

Schema delle Sessioni per il Modulo 2: Conoscere e capire gli altri

Sessione Numero 2.1: Comunicazione

Materiale occorrente: nessuno (facoltativamente: uno strumento per fare vedere un video su YouTube)

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

Capire perché è importante una comunicazione efficace (specialmente quando si tratta di assicurarsi il consenso)

Comprendere quanto la comunicazione contribuisca a comprendersi reciprocamente

Capire come la comunicazione può aiutarci a risolvere le divergenze e a creare un ambiente positivo

Spiegare attraverso il gioco: la comunicazione implica un ascolto attento. Spiegate che darete a voce una serie di istruzioni che devono essere seguite nel più breve tempo possibile mentre vengono illustrate:

Mettete le mani sul naso. Battete le mani. Alzatevi in piedi. Toccatevi le spalle. Sedetevi. Battete i piedi per terra. Incrociate le braccia. Mettete la mano sulla bocca - e mentre lo dite, toccatevi l'orecchio.

Osservate in quanti copiano ciò che fate invece di fare ciò che dite e fatelo notare ai partecipanti.

Osserva! **Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti**

(10 minuti)

Gli esseri umani comunicano continuamente. Con il corpo, con gli occhi, con le espressioni del viso – e ovviamente con le parole. Su Facebook o Instagram spesso utilizziamo le emoticon per esprimere le parole senza usare il linguaggio.

La comunicazione è importante perché ci permette di esprimere sentimenti e pensieri, condividere le informazioni e

spiegare il nostro comportamento.

Quando abbiamo dei problemi, può essere utile parlarne con un amico o un adulto invece di tenerci tutto dentro.

Ascoltare ciò che le altre persone vogliono dirci è una dote importante. L'ascolto attivo permette di capire davvero gli altri. L'ascolto attivo è dove comincia la "empatia", che significa capire gli altri, anche se non siamo d'accordo con ciò che viene detto, e consente di mostrare compassione e solidarietà.

Sapersi ascoltare reciprocamente è fondamentale: noi ci aspettiamo di essere ascoltati dagli altri, quindi anche noi dobbiamo ascoltarli. Ascoltare attentamente, capendo cosa provano gli altri e preoccupandoci di loro è un modo per mostrare rispetto.

Se siamo in conflitto con un altro ragazzo, esistono molti modi per trovare una soluzione. Se ignoriamo il problema o evitiamo di trovare una soluzione, allora la situazione probabilmente non farà altro che peggiorare.

Alcune discussioni possono facilmente sfuggire di mano per molti motivi - per esempio, se ci si arrabbia così tanto da non riuscire a controllarsi, o ci si lascia prendere dalla disperazione e non si sa cos'altro fare. Una buona comunicazione consente di risolvere i contrasti in maniera pacifica.

Comunicazione e consenso

Molti giovani, sentendo gli effetti dei cambiamenti sia a livello corporeo che emotivo causati dalla

pubertà, possono non essere consapevoli della necessità di stabilire un accordo per partecipare ad attività sessuali con altri. Garantire, ogni singola volta, che entrambe le persone o tutti i partecipanti ad un atto sessuale siano d'accordo, affinché venga ritenuto consensuale è un concetto che può essere insegnato. Senza consenso, l'attività sessuale (compreso il sesso orale, il toccare le parti genitali e la penetrazione vaginale o anale) è violenza sessuale o stupro. Pertanto, è estremamente importante trasmettere questo concetto, e presentarlo come un aspetto della comunicazione è un utile complemento alla presentazione delle basi legali ed etiche del consenso, come descritto dalla Federazione Internazionale di Genitorialità Pianificata:

Il consenso è dato liberamente. Il consenso è una scelta fatta senza subire pressioni, manipolazioni o sotto l'effetto di droghe o alcool.

Il consenso è reversibile. Chiunque può cambiare idea su ciò che si sente di fare, in qualsiasi momento. Anche se l'avete già fatto prima, e anche se siete entrambi nudi a letto.

Il consenso è informato. Per acconsentire a qualcosa, bisogna conoscere l'intera storia. Per esempio, se una persona dice che userà il preservativo e poi non lo fa, non c'è pieno consenso.

Il consenso è entusiasta. Quando si tratta di sesso, fai solo quello che ti senti di fare, non le cose che senti di dover fare.

Il consenso è specifico. Dire di sì a una cosa (come andare in camera da letto per pomiciare) non significa che hai detto di sì ad altro (ad esempio fare sesso).

Alcuni minori non accompagnati possono benissimo essere sposati o in altre forme di relazione, con il risultato di essere "accompagnati" in altro modo. Sebbene non sia previsto nel presente curriculum di rispondere esplicitamente a questa situazione durante le sessioni, è ovviamente importante spiegare ai partecipanti che l'obbligo del consenso si applica anche agli atti sessuali all'interno di una relazione, compreso il matrimonio. Il rapporto sessuale senza il consenso del partner è chiamato stupro coniugale (all'interno di un matrimonio) o

stupro domestico (all'interno di una relazione). La mancanza di consenso è l'elemento determinante e non deve necessariamente comportare violenza fisica. Lo stupro coniugale è considerato una forma di violenza domestica e di abuso sessuale. Anche se, storicamente, il rapporto sessuale all'interno del matrimonio veniva considerato in molte culture come un diritto dei coniugi, impegnarsi nell'atto senza il consenso del coniuge è ormai ampiamente riconosciuto dalla legge e dalla società come un comportamento sbagliato, nonché come un crimine. È riconosciuto come stupro da molte società in tutto il mondo, ripudiato dalle convenzioni internazionali e sempre più spesso criminalizzato. Si tratta di una delle forme di violenza contro le donne più aberranti eppure più comuni.

Inoltre, al di là del sesso, il consenso gioca altri ruoli importanti nella nostra vita. Invitiamo le persone nelle nostre case, lasciamo che usino la nostra proprietà e acconsentiamo a cure mediche e di ricerca. Quindi, in generale, bisognerebbe sapere quando, ove necessario, il consenso deve essere comunicato per consentire azioni che altrimenti risulterebbero moralmente inammissibili.

Di conseguenza, il consenso è un potere normativo proprio come lo è quello di una promessa ed entrambi i poteri alterano i diritti che abbiamo gli uni contro gli altri. Quando ci si chiede perché le promesse devono essere comunicate e mantenute, la stessa cosa vale per il consenso: entrambi i poteri normativi strutturano i modi in cui siamo pubblicamente responsabili l'uno verso l'altro, e questi rapporti di responsabilità svolgono funzioni preziose. Un potere normativo dà forma a ciò che

può essere considerato "normale" nella vita. Può essere caratterizzato come la capacità di apportare cambiamenti nel mondo che ci circonda, compresa la nostra sfera più intima.

Vi è un ampio accordo sul fatto che un consenso valido crei effettivamente delle autorizzazioni. Il consenso rende permissibili atti altrimenti considerati vietati, eliminando l'illecito (sotto il profilo rilevante) da atti che altrimenti costituirebbero illeciti (Thomson 1992: 348; Westen 2004; Shiffrin 2008: 501; Watson 2009: 160; Owens 2012; Dougherty 2015; Manson 2016; Schaber 2016) (The Routledge Handbook of the Ethics of the Ethics of Consent).

In un contesto concreto, tra giovani provenienti da contesti diversi in un centro o in un alloggio di gruppo, la comunicazione può non essere chiara su ciò che viene comunicato da parole chiave e frasi, soprattutto se pronunciate da qualcuno che sta usando una nuova lingua, anche se risultano chiare a un madrelingua. Inoltre, la chiarezza può anche essere intesa in modo diverso da diverse culture. Questi concetti possono essere presentati in modo divertente e intuitivo e stimolare risposte e discussioni. I formatori dovrebbero guardare il seguente video YouTube prima di mostrarlo a un gruppo di giovani.

<https://www.youtube.com/watch?v=pZwvrxVavnQ>

Poi, se del caso, sollecitare le riflessioni come parte della riflessione. Per gli aspetti concernenti le abilità di questa sessione, considerate la possibilità di recitare con il gruppo lo stesso messaggio ma usando l'analogia di mangiare una banana.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Chiedete ai partecipanti che tipo di conflitti hanno vissuto riguardo, per esempio, le regole dell'alloggio in cui vivono, che coinvolgono la famiglia nel loro paese d'origine o parenti e persone che vivono con loro adesso.

In che modo una comunicazione efficace può aiutare a risolvere questi conflitti?

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (20 minuti)

In questo esercizio i partecipanti mettono in pratica la propria capacità di ascolto, argomentando prima di tutto la loro opinione riguardo ad una certa affermazione e, successivamente, scambiando opinioni con gli altri partecipanti. I partecipanti vengono divisi in due gruppi: il tema proposto per la discussione è l'uguaglianza:

- Tutte le persone che si trovano in questa

struttura sono uguali e devono essere trattate allo stesso modo, indipendentemente dal paese da cui provengono.

- Tutte le persone che vivono sul territorio europeo sono uguali e devono essere trattate allo stesso modo, indipendentemente dal paese da cui provengono.

Si prega di notare che la dichiarazione: "Tutti nel mondo sono uguali e dovrebbero essere trattati allo stesso modo indipendentemente dal paese da cui provengono", riflette un aspetto specifico della legislazione europea (Convenzione Europea dei Diritti dell'Uomo, CEDU) riguardante l'applicabilità dei diritti umani ai cittadini di paesi non membri del Consiglio d'Europa. Guarda: Articolo 1 della CEDU, "ogni persona" che si trova nella giurisdizione di

una parte contraente beneficia dei diritti e delle libertà enumerati nella CEDU. Ciò significa che, almeno in teoria, i diritti e le libertà riconosciuti dalla CEDU sono universalmente accessibili a tutti gli individui, compresi gli stranieri, siano essi cittadini (ad esempio, immigrati o rifugiati) o stranieri (ad esempio, apolidi) di uno Stato straniero. Ne consegue che le considerazioni relative alla nazionalità, alla residenza o al domicilio sono irrilevanti ai fini dell'accertamento di una pretesa di violazione della CEDU. Tutto ciò che deve essere dimostrato è la presenza fisica della persona violata nel territorio del (presunto) Stato contraente che ha commesso la violazione.

[https://www.echr.coe.int/LibraryDocs/DG2/HRFILES/DG2-EN-HRFILES-08\(2007\).pdf](https://www.echr.coe.int/LibraryDocs/DG2/HRFILES/DG2-EN-HRFILES-08(2007).pdf)

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorresti sapere?

Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 2: Conoscere e Capire gli altri

Sessione 2.2: Relazioni

Questa sessione si occupa della costruzione di relazioni sane, per consentire agli adolescenti di scegliere amici affidabili, di impiegare il proprio tempo libero in maniera produttiva e di riconoscere ed evitare le situazioni rischiose. In un rapporto sano, è fondamentale, soprattutto per gli adolescenti, dire liberamente se qualcosa ci infastidisce, invece di tenercelo dentro. Un altro concetto essenziale per mantenere in vita relazioni sane è il rispetto reciproco.

I formatori adulti che svolgono il ruolo di facilitatori nel programma per lo sviluppo delle competenze personali potrebbero ricevere richieste di aiuto e consigli da parte dei partecipanti. Ecco alcuni punti chiave da seguire:

Giungete a compromessi. Essere in disaccordo è parte naturale di una relazione sana, ma è importante trovare un modo per giungere a un compromesso quando si è in disaccordo su qualcosa. Provate a risolvere i conflitti modo sereno e razionale.

Offrite supporto. In una relazione sana, ci si rassicura e incoraggia l'un l'altro. I rapporti servono a rafforzarsi reciprocamente, non a demoralizzarsi.

Rispettate la privacy altrui. Solo perché siete parte di una relazione, non significa che dobbiate condividere tutto e stare costantemente insieme. In una relazione sana, ognuno deve avere i propri spazi.

Schema delle Sessioni per il Modulo 2: Conoscere e capire gli altri

Sessione 2.2: Relazioni

Materiale occorrente: Grandi fogli di carta e pennarelli colorati.

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

1. Riconoscere i diversi tipi di relazioni
2. Comprendere come instaurare relazioni positive
3. Riconoscere relazioni e comportamenti dannosi e violenti

Spiegare attraverso il gioco: Ogni partecipante fa coppia con qualcuno e vi si mette tanto vicino quanto riesce sentendosi a proprio agio. Chiedete loro di spostarsi alla distanza che reputano adeguata quando hanno di fronte una persona che conoscono, prima dello stesso sesso e poi dell'altro sesso. Infine, di spostarsi alla distanza che reputano adeguata quando hanno di fronte una persona dell'altro sesso che non conoscono.

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti
(10 minuti)

Relazionarsi con gli altri è una delle attività più importanti per gli esseri umani; soddisfa un'esigenza umana primaria e unica, dato che siamo esseri sociali. Le relazioni interpersonali sono l'elemento centrale del nostro sistema sociale e possono essere definite come

interazioni tra due o più individui in un ambiente.

Esistono diversi tipi di relazioni: familiari, di amicizia, sentimentali, conoscenza, d'affari e ognuna favorisce lo sviluppo personale, il divertimento, la sicurezza e la comprensione reciproca.

La comunicazione costituisce un modo per instaurare buone relazioni e ciò è particolarmente importante per le persone che sono in movimento, vivono circostanze

particolarmente difficili, lontani da casa e vulnerabili.

Quando ci troviamo in difficoltà, diventiamo molto tesi. Mostrare compassione e comprensione verso gli altri e accettare il loro sostegno può aiutare a superare l'isolamento e la solitudine.

Le principali barriere che ostacolano le relazioni sono la distanza, la paura di essere rifiutati, la mancanza di tempo, la mancanza di correttezza, le differenze linguistiche e culturali.

Le relazioni possono essere nocive quando si basano su manipolazione, minacce, richieste e ordini,

coercizione sessuale, controllo, violenza.

Considera i modi più sicuri per incontrare le persone che hai conosciuto online: Conoscere gente online è una cosa comune e spesso è una cosa positiva per tutte le parti coinvolte. Tuttavia, possono esserci dei rischi quando incontri per la prima volta di presenza qualcuno che hai conosciuto online. Che tu sia su un social media o un'app per gli appuntamenti, proteggiti stesso/a e le tue informazioni private da potenziali criminali. Se vuoi conoscere dal vivo in modo sicuro qualcuno che hai conosciuto online, per la prima volta incontratevi brevemente in posti pubblici e assicurati di avere sempre una via di fuga.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Come possiamo riconoscere una relazione pericolosa?

Cosa possiamo fare se siamo coinvolti in una relazione pericolosa?

Trovate alcuni esempi da discutere.

Conoscete ragazzi che pensavano di vivere una relazione positiva e si fidavano di un'altra persona, ma alla fine hanno scoperto che si trattava di una relazione pericolosa?

Quale tra le cose accadute ha dimostrato che non fosse una buona relazione da coltivare?

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (15 minuti)

Chiedete ai partecipanti di disegnare la sagoma di una persona, e successivamente di indicare con un pennarello:

- Dove è naturale poter essere toccati all'interno di una relazione tra amici?
- Dove è naturale poter essere toccati da un partner sentimentale o sessuale?
- Dove non volete essere toccati?

Chiedete ai partecipanti di identificare quali aspetti della loro vita lascerebbero controllare ad un'altra persona, per esempio, a quale scuola andare e quale lavoro svolgere. Quali aspetti, questioni e decisioni terrebbero per sé? Dormirebbero in casa di uno sconosciuto? Darebbero il loro documento di identità a un altro ragazzo?

In che tipo di veicolo entrerebbero se qualcuno dicesse loro di aiutarli ad attraversare un confine?

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 2: Conoscere e Capire gli altri

Sessione 2.3: Sessualità

La sessualità è una parte importante della vita umana. Si tratta di un insieme complesso e interconnesso di caratteristiche biologiche innate e comportamenti acquisiti che le persone apprendono crescendo all'interno di una particolare famiglia, comunità e società (Insel, et. al., 1994).

A causa del ruolo determinante che la sessualità gioca nella vita umana, la comunicazione sulla sessualità è caratterizzata da una forte carica emotiva. L'espressione della sessualità è di norma regolata da leggi scritte e non, le quali stabiliscono cosa sia accettabile e "normale" e cosa sia invece inaccettabile e "anormale".

La sessione che tratta di sessualità risponde a una doppia sfida. Molti degli adolescenti migranti e rifugiati non hanno alcuna informazione riguardo al sesso, eppure devono spesso confrontarsi con situazioni complesse che coinvolgono sentimenti e atteggiamenti di natura sessuale.

Durante la crescita, i giovani sono chiamati a prendere importanti decisioni riguardo a relazioni, sessualità e atteggiamenti di natura sessuale. Tali decisioni hanno un profondo impatto sulla loro salute e sul loro benessere per il resto della loro vita.

Salute sessuale

Secondo la definizione attualmente adottata dall'OMS, per "salute sessuale" si intende:

"...uno stato di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale in relazione alla sessualità; non coincide semplicemente con l'assenza di malattie, disfunzioni o infermità. La salute sessuale richiede un approccio positivo e rispettoso alla sessualità e ai rapporti sessuali, così come la possibilità di vivere esperienze sessuali piacevoli e sicure, libere da coercizione, discriminazione e violenza. Per raggiungere e mantenere la salute sessuale, è necessario rispettare, proteggere e soddisfare i diritti sessuali di tutte le persone coinvolte" (OMS, 2006).

È importante aiutare i giovani uomini ad esprimere i propri pensieri contrastanti sulla sessualità e incoraggiarli a ricercare incontri sessuali equi e consensuali con i coetanei/le coetanee per poter avere nuove esperienze positive.

Schema delle Sessioni per il Modulo 2: Conoscere e capire gli altri

Sessione 2.3: Sessualità

Materiale occorrente: grandi fogli di carta e pennarelli

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

Sentirsi più a loro agio con la propria sessualità

Comprendere che la sessualità è un elemento del comportamento e dell'esperienza umana

Comprendere cosa sia una relazione sessuale sana ed evitare relazioni sessuali violente ed abusanti

Spiegare attraverso il gioco: Chiedete ai partecipanti di porsi di fronte ad un amico e di disegnare il contorno del suo corpo con le proprie mani, tenendole a cinque centimetri di distanza. Invertite i ruoli e ripetete.

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti

(15 minuti)

Avere una vita sessuale sana è molto importante ed è un elemento di ricchezza dell'essere umano; non significa solamente essere uomini, donne o possedere un'altra identità di genere, ma anche avere atteggiamenti e sentimenti positivi riguardo al sesso e al genere, ai bisogni fisici ed emotivi, al piacere e al suo appagamento, alla salute riproduttiva, alla vita familiare e al desiderio di avere figli. Avere un approccio positivo verso la sessualità permette di poter discutere dei propri sentimenti e valori, di decidere o rifiutarsi di avere rapporti sessuali e di godersi il sesso senza alcun timore.

In una relazione sessuale sana è inoltre fondamentale proteggere sé stessi e gli altri dalle infezioni sessualmente trasmissibili (IST) o da una gravidanza indesiderata, che possono rappresentare un pericolo per la propria salute e benessere. È importante, per gli adolescenti, usare delle protezioni contro le IST e le gravidanze quando fanno sesso.

È importante avere cura di sé stessi e lasciare alla relazione il tempo di crescere e diventare stabile prima di avere rapporti sessuali. Uno dei principali

presupposti di una relazione sana è il rispetto reciproco. Analogamente, è essenziale riconoscere quando una relazione è nociva e pericolosa. Nessuno ha il diritto di spingere un'altra persona a fare qualcosa che non vuole. Tutti hanno il diritto di dire "NO!" ad una relazione o ad un rapporto intimo in qualsiasi momento.

Alcuni adolescenti sono particolarmente esposti a rischi legati alla sessualità in quanto, spesso, sono costretti a barattare rapporti sessuali con denaro, un alloggio o regali.

La sessualità è diversa per ognuno di noi. Alcuni sono attratti solo da rappresentanti di un sesso, altri provano attrazione fisica indipendentemente dal sesso o dal genere. Le norme sociali e culturali, le tradizioni e la religione, nonché il modo in cui la sessualità viene espressa dagli individui, influenzano il modo di percepirla. La difficoltà ad accettare persone diverse per motivi di etnia, colore della pelle, genere, sessualità, comportamento o religione può generare discriminazione, che a volte sfocia nella violenza. A prescindere dalle ragioni alla base delle discriminazioni, in molte società la discriminazione non è tollerata e viene fornita protezione agli individui che potrebbero essere considerati diversi, al fine di prevenire qualunque forma di discriminazione e punire ogni atto di violenza contro di loro.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Disponete grandi targhette con su scritto "sono d'accordo" "sono in disaccordo" rispettivamente ai due lati opposti della stanza. I partecipanti devono considerare le affermazioni o le domande come quelle elencate di seguito e posizionarsi vicino alla targhetta che rappresenta la loro reazione. Dato che l'esercizio "Sei d'accordo o in disaccordo?" è volto a chiarire determinati valori, ognuno è tenuto a rispettare i valori in cui credono gli altri per far sì che ogni partecipante si senta sicuro nel prendere una posizione o esprimere il proprio punto di vista.

- Può solo esserci amicizia con una persona della tua età
- Quando hai una relazione, devi avere rapporti sessuali
- Rifiutarsi di avere rapporti sessuali non è un problema
- Puoi avere rapporti sessuali solo con una persona del tuo stesso sesso
- Puoi sposare soltanto una persona della tua età
- Puoi avere rapporti sessuali solo con una persona della tua età
- È accettabile ricevere denaro in cambio di sesso
- La maggior parte delle persone non vuole restare sola

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (15 minuti)

Per prendere una posizione sulla sessualità, puoi coinvolgere il gruppo nel gioco dei "Punti cardinali". In ognuno dei quattro angoli di una stanza, metti un diverso cartello con scritto "totalmente d'accordo", "totalmente in disaccordo", "parzialmente d'accordo" e "parzialmente in disaccordo". Conduci il gioco leggendo una ad una le affermazioni riportate di seguito. Dopo ogni affermazione, ogni componente del gruppo si sposta nell'angolo corrispondente al proprio punto di vista. Dopo ogni mossa puoi intavolare una piccola discussione.

- La sessualità è diversa dal sesso.
- Per le ragazze le relazioni sono più facili rispetto a quanto non lo siano per i ragazzi.
- I giovani dovrebbero sperimentare con il sesso per comprendere i propri gusti sessuali.
- È difficile per i giovani attratti da persone del proprio stesso sesso fare coming out e dirlo agli altri.
- Ci si può fidare di un ragazzo che promette di non rivelare agli amici di avere avuto rapporti sessuali con una ragazza.
- Mi dispiace di più per un bambino sieropositivo che per un uomo gay malato di HIV.
- Se a una ragazza piace molto il sesso, vuol dire che è una facile.
- Se un amico o un'amica mi rivelasse di essere gay/lesbica, lo/la sosterrai.
- I ragazzi mettono sempre pressione sulle ragazze per fare sesso.
- Le ragazze non mettono mai pressione sui ragazzi per fare sesso.
- Mi sentirei lusingato se una persona del mio stesso sesso mi chiedesse di uscire o mi dicesse che sono bello.
- La cosa più difficile, quando sei adolescente, è che i tuoi genitori non si fidano di te.
- Se una ragazza si mette una gonna corta e stretta, è perché vuole fare sesso.

Due attività distinte, anche se complementari, vengono proposte in due fasi diverse della sessione. Con l'attività "Giudica", aiuta i ragazzi a riflettere su come si acquisiscono le conoscenze e si formano gli atteggiamenti e i valori, per esempio tramite la trasmissione delle idee da una generazione alla successiva. Nel gioco "Agisci", è possibile e

importante mettere in discussione le concezioni tradizionali sulla sessualità e i pregiudizi che i ragazzi potrebbero avere, in particolare riguardo alle relazioni di genere. L'obiettivo di questa attività è di riuscire a introdurre un insieme di pratiche conformi alle norme del paese ospitante.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Cosa hai trovato interessante e cosa no? Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 2: Conoscere e Capire gli altri

Sessione 2.4: Sesso

Useremo il termine “sesso” intendendo l’attività sessuale, dato che è usato in questa accezione in molte lingue in tutto il mondo. Naturalmente il termine “sesso” può indicare anche le caratteristiche biologiche che definiscono gli esseri umani come femmina o maschio.

L’educazione sessuale completa porta a migliori risultati in termini di salute, compreso il differimento dell’iniziazione sessuale, la riduzione del numero di gravidanze e aborti indesiderati, la prevenzione e il controllo delle malattie, comprese le infezioni sessualmente trasmesse, come l’HIV e l’AIDS. Si tratta di un intervento che promuove i diritti umani e consente ai giovani di assumere il controllo dei propri comportamenti e, a loro volta, di trattare gli altri con rispetto, accettazione, tolleranza ed empatia, indipendentemente dal sesso, dall’etnia, dalla razza o dall’orientamento sessuale. Fornisce informazioni sulla sessualità e sul comportamento sessuale, comprese le questioni relative al consenso e al processo decisionale, alla coercizione sessuale e alla diversità sessuale, nonché sulle capacità comunicative e decisionali, anche per rifiutare sesso indesiderato, per negoziare e utilizzare correttamente i preservativi maschili e femminili e la contraccezione, e per chiedere consiglio e sostegno ai genitori, anche per quanto riguarda l’abuso di sostanze e il rischio sessuale.

I giovani hanno il diritto a condurre una vita sana e la società ha la responsabilità di preparare i giovani fornendo loro un’educazione sessuale completa che dia loro gli strumenti necessari per prendere decisioni sane.

Considerata la situazione particolarmente vulnerabile degli adolescenti migranti e rifugiati, le informazioni sullo sviluppo corporeo, il sesso, la sessualità e le relazioni sono estremamente importanti.

Acquisire competenze per aiutare i giovani a comunicare e a prendere decisioni informate sul sesso e sulla loro salute sessuale è letteralmente salvavita nelle circostanze in cui alcuni si troveranno.

Schema delle Sessioni per il Modulo 2: Conoscere e capire gli altri

Sessione 2.4: Sesso

Materiale occorrente: Grandi fogli di carta, pennarelli, preservativi, lubrificanti e un pene finto (o una banana)

Questa sessione aiuterà i partecipanti a:

Conoscere il sesso come parte del comportamento umano

Prova COSÌ!

Un preservativo, un esercizio pratico per mostrare il corretto utilizzo di un preservativo e del perché è importante usare sia preservativi che lubrificante può essere messo in atto utilizzando un modello di pene eretto

1

Guarda! Il contenuto include uno scambio interattivo con i partecipanti
(15 minuti)

Che cos’è in sostanza il sesso? Per determinare il nostro sesso alla nascita, vengono utilizzate una serie di caratteristiche biologiche. Sebbene la maggior parte di noi sia visibilmente maschio o

femmina, alcuni individui possiedono caratteristiche biologiche di entrambi i sessi (ad esempio, alcune persone nascono con un pene all’esterno e un utero all’interno).

La parola “sesso” è molto spesso utilizzata per indicare l’attività sessuale, come il rapporto sessuale in sé e altre pratiche volte a provare piacere,

procreare o esprimere amore e intimità. Il significato che attribuiamo al sesso varia a seconda dei nostri valori, convinzioni, preferenze, desideri, del livello di comfort e può essere influenzato dall'opinione dei partner. Per esempio, per qualcuno l'idea di sesso potrebbe comprendere la visione di pornografia online, il sesso telefonico o il sexting. Per altre persone, inviare e ricevere immagini sexy non è classificabile come sesso in quanto non implica alcun contatto fisico. Per alcune persone il sesso orale è vero e proprio sesso, mentre baciarsi in modo esplicito mentre ci si accarezza i genitali no.

Sebbene ognuno abbia la propria idea di cosa significhi fare sesso, e a prescindere da quale sia la nostra opinione a riguardo, è importante sapere a priori a cosa andiamo incontro e quali sono le possibili conseguenze delle nostre azioni. È importante avere cura di sé e prendersi tutto il tempo necessario per coltivare e approfondire un rapporto prima ancora di discutere la possibilità di fare sesso. Tra le caratteristiche salienti di ogni rapporto sano, il rispetto reciproco è la chiave.

Infezioni sessualmente trasmesse

Le IST sono causate da più di 30 diversi batteri, virus e parassiti e si trasmettono prevalentemente tramite il contatto sessuale, che comprende il sesso vaginale, anale e orale. Alcune IST si possono trasmettere attraverso il contatto sessuale pelle a pelle. Gli organismi che provocano le IST possono essere diffusi anche attraverso canali non sessuali, come il trasferimento di sangue o tessuti. Molte IST, tra cui la clamidia, la gonorrea, l'epatite B, l'HIV, l'HPV, l'HSV2 e la sifilide, possono inoltre essere trasmesse dalla madre al figlio durante la gravidanza e il parto. È possibile avere un'IST anche se non si manifestano i sintomi evidenti di una malattia. Pertanto, il termine "infezione sessualmente trasmessa" ha un significato più ampio rispetto al termine "malattia sessualmente trasmessa". I sintomi più comuni delle malattie sessualmente trasmesse includono perdite vaginali, perdite uretrali negli uomini, ulcere genitali e dolori addominali. (OMS)

Definizioni di violenza di genere

L'UNFPA e l'UNICEF utilizzano e approvano le definizioni tratte dalle linee guida sulla Violenza di genere emesse dal Comitato Permanente Interagenzie (IASC):

Violenza di genere (o VG) è un termine ombrello utilizzato per descrivere qualsiasi atto dannoso perpetrato contro la volontà di una persona e basato su differenze attribuite socialmente (cioè di genere) tra maschi e femmine. Il termine racchiude in sé tutti gli atti che infliggono danni o sofferenze fisiche, sessuali o mentali, le minacce di tali atti, la coercizione e altre privazioni della libertà. Questi atti possono verificarsi in pubblico o in privato. Gli atti di VG violano una serie di diritti umani universali protetti da strumenti e convenzioni internazionali (vedi più avanti "L'obbligo di affrontare la violenza di genere nel lavoro umanitario"). Molte forme di VG -ma non tutte -, costituiscono reati ai sensi delle leggi e delle normative delle varie nazioni; questo tuttavia varia da paese a paese e l'attuazione pratica delle leggi e delle normative stesse può variare notevolmente. Il termine "VG" viene comunemente utilizzato per sottolineare la disuguaglianza sistemica tra maschi e femmine, presente nelle società di tutto il mondo.

La violenza sessuale comprende, a titolo esemplificativo e non esaustivo, lo stupro o il tentato stupro, lo stupro "correttivo" e "punitivo" di persone omosessuali, l'abuso e lo sfruttamento sessuale. La violenza sessuale è "qualsiasi atto sessuale, tentativo di ottenere un atto sessuale, commento o avance sessuali indesiderati o atti di traffico della sessualità di una persona, ottenuti usando coercizione, minacce di violenza o forza fisica, da parte di qualsiasi persona indipendentemente dalla sua relazione con la/le persone interessata/e, in qualsiasi ambiente, compresi, ma non soltanto, la casa e il lavoro." La violenza sessuale può assumere molteplici forme, tra cui la schiavitù e/o il traffico sessuale, la gravidanza forzata, le molestie sessuali, lo sfruttamento e/o l'abuso sessuale e l'aborto forzato.

https://gbvguidelines.org/wp/wp-content/uploads/2016/10/2015_IASC_Gender-based_Violence_Guidelines_full-res.pdf

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) fornisce questa definizione di violenza sessuale: "Qualsiasi atto sessuale, tentativo di ottenere un atto sessuale, commento o avances sessuali indesiderati, o atti di tratta o comunque diretti contro la sessualità di una persona, ottenuti usando coercizione, da parte di qualsiasi persona indipendentemente dalla sua relazione con il sopravvissuto, in qualsiasi ambiente, compresi, ma non soltanto, la casa e il

lavoro.” La coercizione può comprendere: l'utilizzo della forza, indipendentemente dalla quantità di forza applicata, le intimidazioni psicologiche, i ricatti e le minacce (di danni fisici o di non ottenere un posto di lavoro/titolo, ecc.) Si parla inoltre di violenza sessuale nei casi in cui la vittima non è in grado di esprimere il proprio consenso, ad esempio perché ubriaca, drogata, addormentata o incapace di intendere e di volere.

È importante sottolineare che anche i ragazzi e gli uomini possono subire violenze sessuali. Stupri e altre forme di coercizione sessuale esercitate contro uomini e ragazzi possono aver luogo in molteplici contesti, tra cui la casa, il luogo di lavoro, la scuola, la strada, le caserme e le carceri.

Rispondere ai bisogni dei sopravvissuti

Fornire assistenza medica, psicologica, legale e protezione a tutto tondo ai sopravvissuti allo stupro è di fondamentale importanza. Oltre ad attente cure, i sopravvissuti devono ricevere una serie di servizi specifici da parte di formatori qualificati, tra cui: sostegno psicologico (e, se necessario, il rinvio a congrue misure di assistenza psichiatrica); contraccezione d'emergenza; trattamento e profilassi contro le infezioni sessualmente trasmesse; profilassi per l'HIV, se del caso, informazioni per un aborto sicuro ed esami forensi.

Per prepararsi a tenere una sessione sui principi guida della Violenza di genere, i facilitatori devono avere familiarità con i concetti del Primo Soccorso Psicologico:

Preparati

- Cerca di capire in quale contesto lavori (conflitti, gruppi vulnerabili)
- Individua i servizi e i supporti disponibili
- Individua le specifiche esigenze di sicurezza e protezione

Osserva

- Verifica che ci sia sicurezza
- Verifica l'eventuale presenza di persone con urgenti bisogni di base
- Verifica l'eventuale presenza di persone che manifestano importanti segni di stress

Ascolta

- Avvicinati a chi potrebbe aver bisogno di aiuto
- Ascolta gli altri e aiutali a tranquillizzarsi
- Non chiedere dettagli sull'accaduto
- Chiedi di cosa hanno bisogno e cosa li preoccupa

Collega

- Aiutali a soddisfare i bisogni di base e ad accedere ai servizi
- Aiutali ad affrontare i problemi
- Fornisci informazioni
- Mettiti in contatto con i loro cari e i servizi di sostegno sociale

Sopravvissuti e relazioni

Per i sopravvissuti maschi, fare i conti con l'idea di mascolinità è una parte essenziale dell'elaborazione dell'esperienza di violenza sessuale. Molti sopravvissuti non sono in grado di elaborare da soli la violenza subita. Si sentono impotenti e incapaci di agire. L'esperienza che hanno vissuto è in contrasto con i presupposti stessi della mascolinità egemonica, che vuole i maschi sempre potenti e pronti a reagire. Molti sopravvissuti temono le situazioni che non possono controllare e nelle quali si sentono in balia degli altri. È compito dei professionisti sostenere gli adolescenti e i giovani uomini nell'accettare una gamma di sentimenti tali da mettere in discussione e contraddire le nozioni di mascolinità egemonica. In questo modo, i sopravvissuti saranno in grado di accettare non solo questi sentimenti ma anche ciò che hanno subito.

È importante creare un ambiente all'interno del quale i sopravvissuti riescano a costruire relazioni di fiducia; attraverso queste esperienze positive, riacquisteranno la fiducia nel prossimo.

Un altro timore dei sopravvissuti è che, nel confidare agli altri l'esperienza subita, si troveranno esposti a commenti omofobi. Questo per via della norma eterosessuale su cui è costruita la mascolinità. I professionisti che forniscono supporto ai sopravvissuti maschi devono spiegare chiaramente che non c'è alcuna prova del fatto che il genere degli autori della violenza possa influire sull'orientamento sessuale dei sopravvissuti. Gli adolescenti e i giovani

uomini devono inoltre essere rassicurati sulla possibilità di amare chi vogliono in qualsiasi modo. Va sottolineato che nessun altro può determinare il loro desiderio.

Spesso i sopravvissuti sono confusi dalle proprie reazioni fisiche. Non capiscono perché hanno avuto un'erezione, eiaculato o perché hanno provato eccitazione fisica. È importante chiarire ai sopravvissuti che le erezioni non sono determinate unicamente dall'eccitazione sessuale. Possono anche essere una reazione alla paura. Avere un'erezione non significa necessariamente provare piacere: può accadere per via di un contatto involontario o in generale in seguito alla manipolazione dei genitali. Un'eiaculazione può anche essere un segno di stress o di tensione estrema e può avvenire contro la volontà dell'uomo o del ragazzo stuprato. Lo stesso discorso vale per l'eccitazione. Il fatto di avere provato eccitazione non significa necessariamente che la situazione vissuta sia stata piacevole o consensuale. Se il corpo viene stimolato al punto da provocare un'erezione o un'eiaculazione, questo può determinare allo stesso modo un'esperienza di eccitazione fisica.

Un atto sessuale compiuto senza avere ottenuto il consenso esplicito determina gravi conseguenze legali e ripercussioni sulla salute fisica e mentale.

2

Giudica! Riflessione sulla rilevanza e l'esperienza passata (10 minuti)

Fai al gruppo le domande seguenti:

Qual è la cosa più importante da controllare sulla confezione di un preservativo prima di aprirlo?

Quale metodo contraccettivo ti protegge dalle IST?

Quando deve essere utilizzata la contraccezione d'emergenza?

Che cos'è e dove si trova la clamidia? (attenzione) è: a. La capitale del Chlamydistan; b. Una varietà prelibata di polpo di origine greca, c. Un'IST causata da batteri che penetrano nel pene (tramite l'uretra), nella cervice (all'interno della vagina), nell'ano (retto) e in gola.

Quale lubrificante si può utilizzare con i preservativi in lattice?

A chi puoi rivolgerti se sospetti di avere un'infezione sessualmente trasmessa?

I tuoi genitori sarebbero d'accordo con le seguenti affermazioni? E tu cosa ne pensi?

Quando si fa sesso, è importante utilizzare le dovute protezioni

I giovani devono avere accesso ai contraccettivi

Se una ragazza rimane incinta, la responsabilità è solo sua

Solo gli uomini gay contraggono l'HIV/AIDS, pertanto deve trattarsi di una maledizione o una punizione divina

3

Agisci! Metti in pratica le competenze (15 minuti)

Fai questa attività per fissare nella mente del gruppo i termini legati alla salute sessuale:

A turno, fai leggere una parola presa dall'elenco e chiedi di spiegare cosa pensano significhi. Anche gli altri membri del gruppo riflettono su quale pensano sia il significato della parola. Alla fine dovreste giungere a un'unica interpretazione condivisa per ogni parola.

Etero, Eterosessuale, IST, PartnerGay, Celibe, Lesbica, Travestito, Bisessuale, Pomiciare, Omofobia, Maschiaccio, Omosessuale, Masturbazione, Genere, Orgasmo, Sesso, Stupro, Femminile, Sesso anale, Sesso orale, Contraccezione, Virile, Sesso sicuro, Uomo, Donna, Ragazzo, Ragazza,, Baciare, Coccolare, Amore, Pubertà, Amico, Transgender, Sessuale, Sessista, Sesso vaginale, Aborto, Consenso, Riservatezza

Puoi fare anche questa attività!

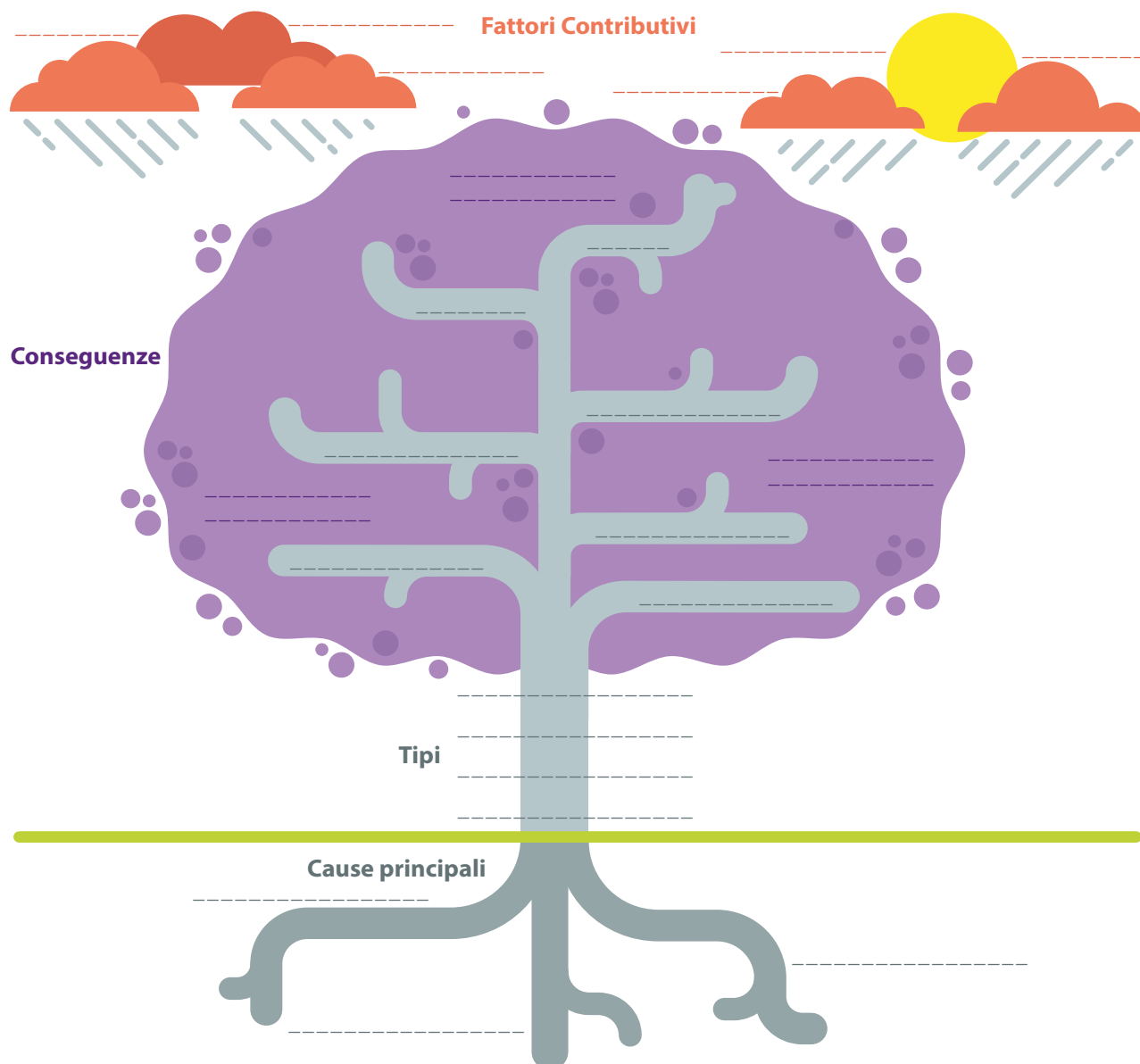
Per via dell'importanza di prevenire e rispondere alla Violenza di genere, abbiamo previsto una serie di attività pratiche diverse. I facilitatori dovrebbero esaminare attentamente le seguenti proposte. In base al tempo a disposizione e al livello di comfort del gruppo, proponi una o più attività, valutando attentamente le risposte (sia verbali che non) alle proposte.

Attività: L'albero della Violenza di genere. Ha delle radici, un tronco e dei rami. I rami rappresentano alcuni esempi di VG, il tronco le tipologie principali di VG, mentre le radici rappresentano le cause sottostanti o alla radice. Pensiamo ad alcuni esempi di VG. Interrompi la discussione quando saranno stati citati dai 5 agli 8 esempi. Scrivi gli esempi sui rami dell'albero. Per esempio:

Mutilazione genitale femminile: la pratica di rimuovere del tutto o in parte i genitali di una ragazza o di una donna.

Abusi legati alla dote: una "uccisione per dote" si verifica quando una sposa viene uccisa dal marito o dai suoceri che non sono contenti di lei, piuttosto che rispedirla dai genitori e restituire la dote.

L'albero tossico della violenza di genere



Isolamento: si verifica quando a una donna sposata non è consentito uscire di casa o ricevere denaro proprio.

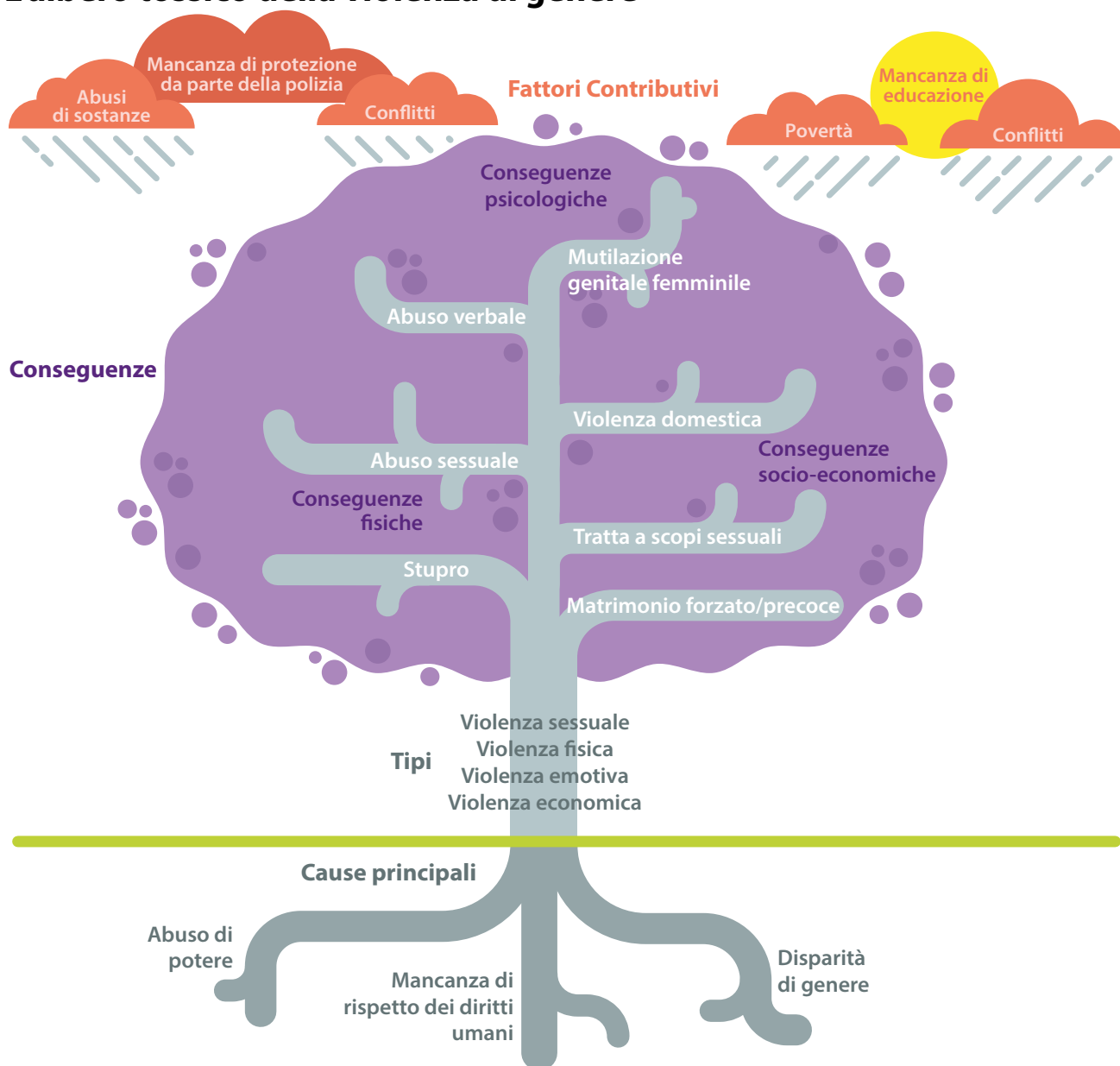
Questi sono tutti esempi di VG, ma ce ne sono molti altri a cui possiamo pensare. Diverse forme di VG sono esempi di diversi tipi di abuso: sessuale/fisico (comprese le pratiche tradizionali dannose), emotivo ed economico.

Scrivi sul tronco dell'albero i seguenti tipi di violenza: Sessuale, fisica, emotiva/mentale/sociale, economica, pratiche tradizionali dannose. Indica in quale categoria rientrano gli esempi precedenti.

Spiega che, per mettere in atto una gestione

efficace della VG nelle emergenze, dobbiamo comprendere sia i fattori di contribuzione, sia le cause alla base della VG. I fattori di contribuzione comprendono tutti gli elementi che perpetuano o aumentano il rischio di VG e influenzano la tipologia e l'estensione della VG in qualsiasi contesto. I fattori di contribuzione non causano la VG, ma sono associati ad alcuni atti di VG. Alcuni esempi: L'abuso di alcol/droga è un fattore di contribuzione, ma non tutti coloro che abusano di alcol/droga picchiano le loro mogli o commettono abusi sessuali. La guerra, lo sfollamento e la presenza di combattenti armati sono tutti fattori di contribuzione, ma non tutti i soldati abusano sessualmente delle donne civili. La povertà è un

L'albero tossico della violenza di genere



fattore di contribuzione, ma non tutte le donne e le ragazze povere subiranno abusi sessuali o ricorreranno alla prostituzione. Fai notare che molti fattori di contribuzione possono essere eliminati o ridotti in modo significativo tramite le attività di prevenzione. Le cause alla radice di tutte le forme di VG sono gli atteggiamenti della società nei confronti del genere e le pratiche di discriminazione di genere, così come i ruoli, le responsabilità, le limitazioni, i privilegi e le opportunità che vengono stabiliti per gli individui sulla base del loro genere. Per affrontare le cause alla radice attraverso le attività di prevenzione occorre un'azione prolungata e a lungo termine; i cambiamenti si verificano lentamente e nel corso

di un lungo periodo di tempo. Chiedi di fornire alcuni esempi di cause alla radice del problema, e scrivi sulle radici dell'albero.

Quando avrete compilato il disegno e terminato la discussione, mostra questa slide e tutti i punti associati per tirare le somme della sessione.

Concludi sempre questa sessione mostrando un video appropriato o utilizzando qualsiasi altro mezzo di comunicazione per trasmettere un messaggio positivo di sostegno. Questo video, ad esempio, fornisce un utile riepilogo su come aiutare i sopravvissuti ad una violenza sessuale https://www.youtube.com/watch?v=oYF8Doh-0_o

Il gruppo di lavoro internazionale sulla salute riproduttiva nelle crisi mette a disposizione altri contenuti interessanti: <http://iawg.net/about-us/>.

Così come su UNFPA GBViE e-learning: <https://www.unfpa.org/publications/managing-gender-based-violence-programmes-emergencies>

Puoi provare anche questo

Le seguenti attività sono correlate e richiedono un'attenta preparazione.

Leggi il seguente articolo di <http://www.hurriyetdailynews.com/pakistani-man-allegedly-raped-blackmailed-by-18-roommates-in-istanbul-129699> sulla storia di un ragazzo di 21 anni che viveva con altri uomini migranti. Due dei suoi coinquilini (tra l'altro parenti) lo hanno fotografato mentre faceva la doccia e hanno usato le foto per ricattarlo, esigendo da lui un rapporto sessuale. Dopo il rifiuto del ragazzo, hanno mostrato le fotografie agli altri uomini, minacciando di condividere le immagini sui social media. Il giovane uomo ha sporto denuncia alla Procura, sostenendo di essere stato stuprato almeno 50 volte dai coinquilini: "Mi hanno minacciato di picchiarmi e uccidermi. Poi, uno alla volta, mi hanno stuprato". Il procuratore chiede 12 anni di carcere per nove indagati accusati di violenza sessuale, un anno per altri sette indagati per lesioni corporali, oltre a cinque anni per tutti gli indagati per coercizione.

Chiedi al gruppo di immaginare che il giovane uomo

di 21 anni sia un loro amico. Dopo gli stupri subiti, ne parla con voi. Vi dice che durante la violenza ha provato eccitazione, ha notato che spesso il suo pene era eretto e, talvolta, ha eiaculato. Questo lo preoccupa.

Chiedi ai ragazzi di pensare a cosa potrebbero fare per aiutarlo, puoi anche inscenare l'episodio dell'amico che chiede aiuto. Falli esercitare ad ascoltare e comprendere le sue preoccupazioni. Individua nella tua zona le istituzioni alle quali può rivolgersi un uomo che ha subito una violenza sessuale.

Prova anche questo

Guarda il video <https://www.youtube.com/watch?v=V12yJ4eosTE> con il gruppo e parla del sopravvissuto e dei possibili modi che ha per condividere la sua esperienza con i figli.

Prova anche questo

Inscena un gioco di ruolo in cui due amici discutono. La conversazione si trasforma in un'occasione per uno dei due amici di dire all'altro, in confidenza, che ha subito un abuso sessuale. Usa le linee guida contenute in un esempio di procedura operativa standard e/o un opuscolo informativo sulla ricerca di aiuto per incoraggiare la rivelazione della violenza e la ricerca di aiuto.

4

Riflessioni sulla sessione (feedback 5 minuti)

Cos'hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?
Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 2: Conoscere e Capire gli altri

Risorse utili per il Modulo 2

<http://www.businessdictionary.com/definition/communication.html>

<https://psychcentral.com/blog/archives/2009/04/14/9-steps-to-better-communication-today/>

<https://www.skillsyouneed.com/ips/what-is-communication.html>

<https://counseling.uoregon.edu/blog/creating-healthy-relationships>

<http://depts.washington.edu/hhpccweb/health-resource/healthy-vs-unhealthy-relationships>

<https://bodytalk.org.au/relationships/relationships-consent/>

<https://op-talk.blogs.nytimes.com/2014/10/15/yes-means-yes-the-big-consent-debate/>

<http://www.consentiseverything.com/>

<https://wellness.sfsu.edu/sexual-communication-consent>

<https://teachingsexualhealth.ca/parents/teaching-your-child/sex-vs-sexuality/>

<http://www.advocatesforyouth.org/publications/publications-a-z/2390-sexuality-education>

<https://www.britannica.com/science/human-reproductive-system>

<https://www.plannedparenthood.org/learn/sexuality>

<https://courses.lumenlearning.com/boundless-psychology/chapter/introduction-to-gender-and-sexuality/>

<https://www.plannedparenthood.org/learn/sexual-orientation-gender>

<https://www.scientificamerican.com/article/why-we-are-wired-to-connect>

<https://www.fpa.org.uk/sites/default/files/jiws-sre-activities-english.pdf>

<https://psychcentral.com/lib/frequently-asked-questions-about-sexuality/questionsonsexuality>

<https://www.education.vic.gov.au/Documents/school/teachers/teachingresources/social/physed/catchingonteach.pdf>

https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPA_ASRHtoolkit_english.pdf

https://www.unicef.org/adolescence/cypguide/index_hiv_aids.html

<https://issuu.com/medecinsdumonde/docs/81-sexual-reproductive-health-a-med>

<http://iawg.net/iafm/>

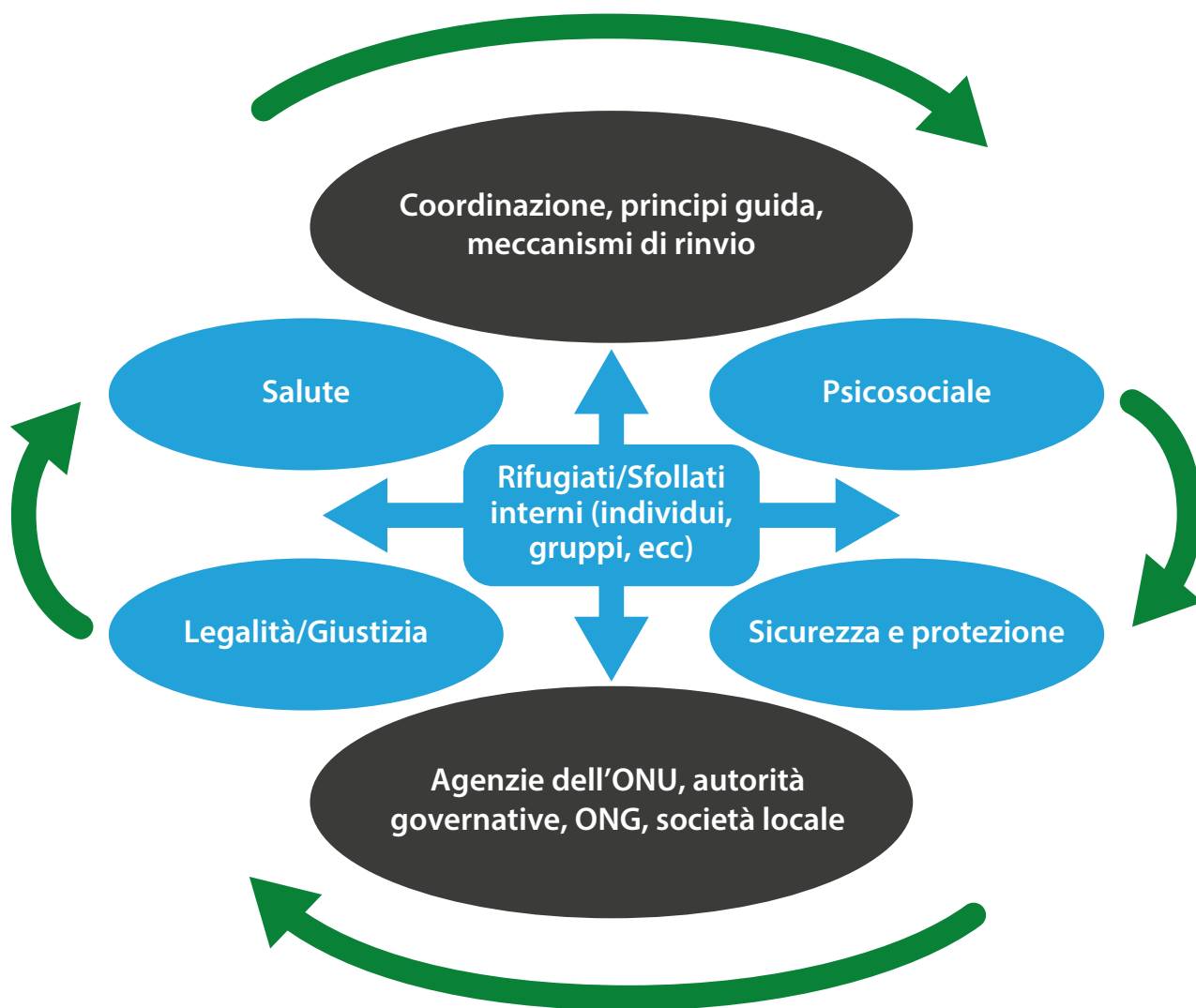
<http://www.who.int/en/>

<https://gbvguidelines.org/en/>

<https://www.womensrefugeecommission.org/gbv/resources/1689-more-than-one-million-pains-sexual-violence-against-men-and-boys-on-the-central-mediterranean-route-to-italy>

Le procedure operative standard sono appannaggio dei professionisti e non dei ragazzi, e non in molte risposte europee le POS sono disponibili in questo stile. Sugeriamo di fornire il numero verde nazionale, disponibile in molti paesi.

Procedure Operative Standard



Modulo 3: Conoscere e capire la società

Sessione 3.1: Cultura

Lo scopo di questa sessione è stimolare la coscienza culturale ed insegnare ai giovani migranti ad apprezzare i valori delle società in cui possono trovarsi.

In questa sessione i partecipanti impareranno come adottare ed attuare pratiche culturali positive, evitando quelle che possono rappresentare un rischio per sé stessi e gli altri. Per creare relazioni armoniose tra persone di culture diverse è fondamentale illustrare e chiarire i valori su cui si fonda la società. La cultura può essere definita in molti modi differenti.

L'antropologo Edward Burnett Tylor ha affermato "è quell'insieme complesso che include conoscenza, credenze, arte, morale, leggi, tradizioni e ogni altra capacità e abitudine acquisite dall'uomo in quanto membro della società..." (Tylor, E. B., 1832-1917).

"La cultura è definita come un dominio sociale che enfatizza le pratiche, i discorsi e le espressioni materiali, che, nel tempo, esprimono la continuità e la discontinuità del significato sociale di una vita in comune..." (James, P. & Magee, L. & Scerri, A. & Steger, M. B. 2014).

Le strategie basate sulla diversità culturale richiedono una profonda comprensione reciproca. Persone di culture diverse possono condividere concetti fondamentali, concependoli tuttavia secondo prospettive differenti - ciò genera comportamenti che potrebbero essere considerati irrazionali o in contraddizione con quanto considerato sacro da altri individui.

Schema delle Sessioni per il Modulo 3: Conoscere e capire la società

Sessione 3.1: Cultura

Materiale occorrente: carta geografica del mondo, grandi fogli di carta, pennarelli.

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

1. Saper condividere la loro identità e le loro esperienze culturali
2. Comprendere le diversità culturali
3. Comprendere l'importanza della convivenza tra diverse culture

Spiegare attraverso il gioco: Stand up and choose a partner whom you know is not from the same place as you. Without speaking, one partner tries to tell the other where he is from (using mime of traditions and local styles) and the other partner has to guess. Change roles.

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti
(10 minuti)

La consapevolezza culturale ci aiuta a comprendere che il nostro background culturale contribuisce a

formare i nostri valori personali e a riconoscere che i valori degli altri sono costruiti sul loro background culturale. Pertanto, possiamo comprendere che ciò che risulta essere un comportamento normale o adatto per una determinata persona o in un determinato luogo, potrebbe essere considerato in

maniera diversa in un altro contesto.

La nostra etnia, la religione, le tradizioni, i genitori, la famiglia, la ricchezza e l'educazione ci rendono quello che siamo.

Può essere una cosa positiva, ma tutto ciò ci rende migliori degli altri? No. Non migliori, né peggiori, ma solo diversi. Essere orgogliosi delle nostre origini e descrivere realisticamente le esperienze che hanno dato forma al nostro Paese e a noi stessi è una buona base. In questo modo possiamo ascoltare in modo rispettoso quando gli altri condividono informazioni sulle loro origini ed esperienze.

In passato, si era meno propensi a lasciare la propria casa. La gente considerava il proprio paese natale, il modo di vivere e di prendere decisioni come il migliore possibile, e non aveva alcun interesse in ciò che pensavano gli altri. Oggi invece molte persone

fanno affari con paesi di culture diverse, e proprio come avete fatto tu e i tuoi amici, si spostano da un paese all'altro, migrano, ascoltano, guardano film e incontri sportivi da tutto il mondo.

È importante saper vivere in armonia con persone di origine e cultura diverse. Ciò significa rispettare e non giudicare le altre culture, cercare di comprendersi reciprocamente e non imporre la propria cultura, religione, credenze e modelli politici agli altri.

L'origine delle parole può aiutarti a capire dove sei. La parola "democrazia", per esempio, viene dal sistema di governo dell'antica Grecia, in cui i cittadini esercitavano il proprio potere in opposizione all' "aristocrazia", ossia il "potere delle élite". Ogni volta che si visita o si vive in un altro paese, è necessario sforzarsi di capire come funzionano le cose, per imparare a gestire la propria vita più facilmente.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Indicate su una carta geografica del mondo il viaggio che avete percorso da casa vostra fino a qui e descrivete lo stupore che avete provato nel conoscere come si vive in altri paesi.

Avete incontrato persone che indossavano abiti che consideravi strani?

Avete visto qualcosa per la prima volta (come il mare o la neve o una macchina particolare)?

Avete mangiato o bevuto qualcosa che non avevate mai assaggiato prima?

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (20 minuti)

Gioco di Ruolo:

Dividete i partecipanti in tre gruppi (Marte, Giove, Mercurio).

Chiedete a ciascun gruppo di decidere il modo in cui gli abitanti immaginari del proprio pianeta salutano, esprimono rabbia o felicità.

Riunite i tre gruppi affinché ognuno possa mostrare agli altri come dice ciao, come manifesta la propria felicità e cosa fa quando è arrabbiato.

Ognuno fa un passo indietro. I partecipanti mostrano come dicono ciao le persone di altri paesi, come manifestano felicità e cosa fanno quando sono arrabbiate.

Ognuno può condividere elementi simili delle diverse culture.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorreste sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 3: Conoscere e capire la società

Sessione 3.2: Pianificazione

Dedicare una sessione che tratta di pianificazione a ragazzi adolescenti che percorrono le rotte migratorie o che hanno perso tutto per cercare un rifugio sicuro può sembrare alquanto illogico. Tuttavia, gli adolescenti possono risparmiare risorse preziose come il tempo e il denaro man mano che acquisiscono le abilità essenziali per gestire sé stessi e l'ambiente che li circonda. La pianificazione (o previdenza) è il processo che porta a pensare e organizzare le attività necessarie per raggiungere l'obiettivo desiderato.

La pianificazione della vita è un processo continuo e permanente attraverso cui un individuo fa il punto della propria vita (definisce gli obiettivi da raggiungere e le sfide da affrontare, identifica le azioni necessarie per andare avanti). Comporta la creazione e il rispetto di un piano, considerando gli aspetti psicologici che richiedono abilità concettuali specifiche.

La pianificazione è una componente fondamentale del comportamento intelligente ed è considerata una delle funzioni esecutive, ossia quelle abilità che ogni individuo utilizza per organizzare e agire in base alle informazioni in suo possesso. Inoltre, la pianificazione comporta un processo specifico ed è utilizzata in diversi settori per fare previsioni future in molteplici scenari.

La pianificazione combina la capacità di fare previsioni legate a determinati scenari e alle possibili reazioni. Un piano è come una mappa: quando si segue un piano, è possibile vedere i progressi compiuti e la distanza che ancora resta dal raggiungimento di un obiettivo. Avere una buona capacità di pianificazione può rivelarsi utile anche per i giovani migranti che desiderano ritornare a casa.

Schema delle Sessioni per il Modulo 3: Conoscere e capire la società

Sessione 3.2: Pianificazione

Materiale occorrente: Grandi fogli di carta, pennarelli colorati.

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di:

1. Riconoscere l'importanza dei vantaggi della pianificazione
2. Stabilire le proprie priorità e imparare a pianificare efficacemente
3. Essere capaci di applicare le abilità apprese per pianificare la gestione della vita quotidiana e gli obiettivi a lungo termine

Spiegare attraverso il gioco: Disegnate due grandi cerchi su un foglio con le 12 ore di un orologio. Colorate ciascuna parte del giorno e della notte per rappresentare le diverse attività (dormire, mangiare, lavorare, studiare) che si verificano durante quelle fasce orarie.

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti

(10 minuti)

Nonostante le difficoltà, avere dei sogni da realizzare nella vita è importante, così come seguire una routine quotidiana e pianificare le proprie attività. La pianificazione è fondamentale per chiunque, giovani e vecchi, uomini e donne, ricchi e non. Tutti hanno bisogno di seguire un piano, anche se definire il proprio percorso potrebbe non essere facile.

Una buona pianificazione nella vita dà una direzione perché permette di sapere dove si vuole arrivare e in che modo. Anche se si tratta semplicemente di pianificare cosa ci piacerebbe mangiare e bere questa settimana, gestire il denaro che possediamo e quello che spendiamo, senza un piano, l'orientamento e la concentrazione vengono a mancare.

Una dieta programmata ed equilibrata garantisce una buona salute – allo stesso modo, la gestione

pianificata ed equilibrata del proprio denaro è il punto di partenza per il proprio benessere.

La pianificazione permette di avere i sogni a portata di mano. Se hai mai pensato che i tuoi sogni fossero un po' dei "castelli in aria" probabilmente è dipeso dal fatto che non erano fondati su di un piano. Un piano fornisce all'azione i passi necessari per raggiungere i tuoi sogni. Una buona pianificazione suddivide le imprese complesse in azioni più semplici, necessarie per raggiungere i propri obiettivi. Stabilire le azioni del proprio piano, e porre in essere gli sforzi necessari per realizzare ogni passo saranno il punto di partenza per realizzare i propri sogni.

Anche se la vita può sembrare abbastanza confusa o complicata, ciascun individuo può riuscire a controllare ciò che maggiormente conta. Se tutto è lasciato al caso o permettete agli altri di decidere per voi, sarete sicuramente delusi. Prendere il controllo della propria vita è l'unico modo per ottenere ciò che si desidera veramente.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate

(10 minuti)

Ripensate all'atteggiamento dei vostri familiari e dei vostri amici - cosa credono che influenzi la loro vita quotidiana? Lo chiamerebbero Destino, Caso, Fortuna o Pianificazione?

Quale tipo di calendario viene utilizzato per pianificare l'anno nel tuo Paese d'origine? È basato sulle stagioni, sui mesi dell'anno solare, sui mesi dell'anno lunare, sulle feste religiose?

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze

(20 minuti)

I partecipanti devono disegnare la sagoma del loro piede per rappresentare il "primo passo" verso il cambiamento della propria vita.

Dovrebbero stabilire la priorità dei propri sogni, scrivendo il loro più grande sogno nell'alluce e poi gli altri nelle dita a seguire.

Gli aspetti più forti del proprio carattere devono essere scritti sul collo del piede, la parte del piede che poggia sul terreno e ci mantiene stabili.

I punti deboli del proprio carattere devono essere scritti sul tallone. Come tutti sappiamo, se proviamo a stare solo sul tallone, non abbiamo stabilità.

Dopo questo esercizio, i partecipanti riescono a vedere visibilmente ciò che vogliono nella vita, le qualità che possiedono per raggiungere il loro obiettivo e gli aspetti che devono migliorare.

È bello avere sogni, siano essi grandi o piccoli, ed è importante conoscere i propri punti di forza e i propri limiti.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 3: Conoscere e capire la società

Sessione 3.3: Denaro

La sessione che riguarda il denaro tiene conto della probabilità che, lungo le rotte migratorie, siano resi possibili il trasferimento di denaro e i servizi bancari per alcuni beneficiari qualificati e aventi diritto, includendo eventualmente i minori separati e non accompagnati.

Per “denaro” si intende qualsiasi strumento o registrazione verificabile generalmente accettato come pagamento per l’acquisto di beni e servizi e il rimborso di prestiti in un dato paese o contesto socioeconomico (The New Palgrave Dictionary of Economics) o che può essere facilmente convertito in tale forma. Le principali funzioni del denaro si distinguono in: mezzo di scambio; unità di conto; bene rifugio; e, a volte, uno standard per i pagamenti differiti. Qualsiasi strumento o registrazione verificabile che risponde ai suddetti scopi può essere considerato come denaro (Mankiw, N. G. 2007; Greco, T.H. 2001). Il denaro è storicamente un fenomeno del mercato emergente che costituisce una moneta merce, ma quasi tutti i sistemi monetari contemporanei sono basati su moneta legale (Mankiw, N. G. 2007). La moneta legale, come gli assegni o le note di debito, non possiede un valore d’uso come merce fisica. Deriva il proprio valore dal corso legale stabilito da parte di un governo; in altre parole, deve essere accettato come forma di pagamento per “qualsiasi debito, pubblico e privato” entro i confini di un paese.

Schema delle Sessioni per il Modulo 3: Conoscere e capire la società

Sessione 3.3: Denaro

Materiale occorrente: tessere con i simboli delle diverse valute, penne e fogli

Questa sessione è composta da un’introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di

1. Comprendere l’importanza di una pianificazione finanziaria responsabile
2. Capire come funziona un budget
3. Capire i diritti dei lavoratori e quali forme di lavoro non sono sane e legali

Spiegare attraverso il gioco: realizzate delle tessere con i simboli delle diverse valute (afghani, euro, dollaro USA, sterlina inglese, yen giapponese, rupia indiana). Chiedete ai partecipanti di dare un nome alle diverse valute e ai paesi di provenienza e utilizzo. Dopo di che, chiedete loro di elencare le diverse valute iniziando da quella il cui valore è più alto.

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti (10 minuti)

Il denaro è una componente fondamentale della vita umana, consente di risparmiare, vendere e comprare le cose di cui abbiamo bisogno nella nostra vita quotidiana. Ciascun paese possiede la propria valuta, con valori diversi. Con 1 euro è possibile acquistare una tavoletta di cioccolato in Grecia, mentre in Iraq,

con la stessa somma, se ne potrebbero acquistare due.

Il denaro può essere regalato da una persona cara che desidera aiutarci, o può essere preso in prestito per un periodo di tempo limitato da altre persone, da agenzie o da banche, per essere poi restituito con gli interessi – un importo che rappresenta il costo del servizio e aumenta nel tempo.

È bene valutare attentamente se, quando vogliamo comprare qualcosa, è meglio prendere in prestito il

denaro o risparmiare la somma che ci occorre. Per questo motivo, potrebbe essere utile pianificare quanto siamo in grado di risparmiare ogni mese così da prevedere quando avremo abbastanza soldi per comprare ciò che desideriamo. Per questo motivo, sarebbe bene creare un piano per capire quanto riusciamo a risparmiare ogni mese e fino a quando dobbiamo risparmiare per comprare ciò che desideriamo.

Quando si raggiunge la maggiore età, si può aprire un conto corrente bancario. Se la banca ha fiducia nella tua capacità di guadagnare, potrai prendere in prestito denaro con gli interessi. Sarà anche possibile risparmiare i soldi depositandoli in banca e quest'ultima ti pagherà gli interessi. Quando si apre un conto corrente, si riceve una carta di credito, che permette di prelevare dagli sportelli bancari in qualsiasi luogo.

In tutto il mondo, il denaro è strettamente legato al lavoro. Alcune persone lavorano nella propria attività e il loro profitto è dato da ciò che guadagnano, altri lavorano come dipendenti e ricevono uno stipendio o un salario per il proprio lavoro. In qualità di lavoratore, è importante sapere che hai diversi diritti, volti a

proteggere e tenere al sicuro ciascun individuo. Ciò significa che ognuno ha il diritto di rifiutare lavori dannosi per sé stesso e per la propria salute, e nessuno dovrebbe mai essere costretto a lavorare contro la propria volontà; inoltre tutti hanno diritto ai giorni di riposo e di rispettare i limiti che stabiliscono le ore e i giorni in cui si può lavorare consecutivamente.

A volte si potrebbe pensare a modi più semplici per procurarsi del denaro, come ad esempio vendere alcuni degli oggetti che possediamo. Oppure rubare, che però ci fa finire nei guai. Fondamentalmente, non esiste un sistema semplice per diventare ricchi in breve tempo. Alcuni ragazzi decidono di usare il proprio corpo per guadagnare dei soldi, ma è bene ricordare che vendere o comprare servizi sessuali è contro la legge in molti paesi e può costituire un serio pericolo. Ci sono poi alcuni individui che ricavano denaro in modo spietato, ossia costringendo altre persone (di solito donne, bambini e adolescenti) ad avere rapporti sessuali in cambio di soldi - questo è ciò che viene definito tratta a fini sessuali. Nessuno dovrebbe essere mai costretto contro la propria volontà (di solito donne, bambini e adolescenti) a fare qualcosa di simile. Non vale mai la pena vendere la propria autostima per denaro.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (10 minuti)

Chiedete ai partecipanti di creare su un foglio di carta (possibilmente a quadretti) una semplice tabella con una colonna per le entrate e una per le uscite di denaro e di elencare da un lato le azioni e gli eventi che hanno fatto guadagnare loro del denaro e, dall'altro, ciò che ha richiesto denaro per far fronte alle spese affrontate durante il viaggio.

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (20 minuti)

Avendo riflettuto sui costi sostenuti durante il viaggio, in questo esercizio i partecipanti faranno un paragone tra il denaro disponibile nel loro paese e in quello in cui si trovano adesso. Chiedete loro di creare altre due semplici tabelle per le entrate e le uscite su due fogli di carta (o su uno solo se i partecipanti lavorano in gruppo). Nella tabella del "qui e ora" usate un simbolo per le entrate rappresentando una somma media settimanale accessibile ai minori rifugiati non accompagnati. Per la tabella che rappresenta il vostro paese, riportate il reddito medio annuo nel vostro paese di origine.

Un'ulteriore attività potrebbe essere discutere lo stipendio mensile di una determinata professione paragonato alle possibili spese da sostenere in un determinato luogo.

Giocate a Monopoli (versione per adulti o junior) come attività extra.

4

Riflessioni sulla sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 3: Conoscere e capire la società

Risorse utili per il Modulo 3

Tylor, E. B. (Edward Burnett), 1832-1917. "Primitive culture: researches into the development of mythology, philosophy, religion, art, and custom." New York: Gordon Press

James, P, with Magee, L, Scerri, A & Steger, M. 2014. "Urban sustainability in theory and practice: circles of sustainability", Routledge, London.

James, P, with Magee, L, Scerri, A & Steger, M. 2014. "Urban sustainability in theory and practice: circles of sustainability", Routledge, London.

<http://www.wikihow.com/Live-in-Harmony-with-Others>

<https://en.unesco.org/themes/education-sustainable-development/cultural-diversity>

https://warwick.ac.uk/services/equalops/learnmore/training_guidance_resources/culturalawareness

<http://managementhelp.org/planning/>

<http://www.wikihow.com/Create-an-Effective-Action-Plan>

<http://classroom.synonym.com/meaning-educational-planning-6629932.html>

<http://www.christiancareercenter.com/advice-and-resources/career-and-calling-articles/career-planning-essential-life-skill-for-the-21st-century>

https://en.wikipedia.org/wiki/Family_planning

https://www.investopedia.com/terms/f/financial_plan.asp

<http://www.businessdictionary.com/definition/money.html>

<https://www.moneyinstructor.com/teachers.asp>

Mankiw NG, Ball L. "Intergenerational Risk Sharing in the Spirit of Arrow, Debreu, and Rawls, with Applications to Social Security Design." Journal of Political Economy. 2007

Greco, T. H. 2001. "Money. Understanding and Creating Alternatives to Legal Tender." E-book Excerpted Version Chelsea Green Publishing Company, White River Junction, Vermont. Last Accessed April 2017.

Modulo 4: Conoscere e comprendere il Quadro Generale

Sessione 4.1: Connessioni

L'ultimo modulo, relativo alla comprensione della vita, cerca di infondere il senso di appartenenza alla grande famiglia degli esseri umani e quello di gratitudine, a prescindere dalle difficoltà della vita quotidiana. Lo scopo è quello di far comprendere ai partecipanti l'esistenza di interconnessioni tra tutti gli esseri umani e le società, affinché siano in grado di evidenziare i punti in comune esistenti. Questa sessione è ispirata alla storia di un giovane atleta rifugiato disabile che ha preso parte alla squadra degli atleti olimpici indipendenti per i Giochi Paralimpici del 2016. Altro obiettivo della sessione è permettere ai partecipanti di affrontare le difficoltà personali con serenità, apprezzando le proprie capacità e cercando di trarre il meglio da ogni situazione, anche nelle circostanze più complicate.

"... Senza lo spirito di fraternità con gli altri uomini, la mia vita sarebbe stata vuota ...", sono le parole di Einstein, che esprimono un'osservazione fondamentale sui meccanismi interni della mente e dell'animo umano, ancora prima che la scienza apportasse prove concrete. Il progresso è il risultato dell'interazione umana.

Schema delle Sessioni per il Modulo 4: Conoscere e comprendere il Quadro Generale

Sessione 4.1: Connessioni

Materiale occorrente: Un gomitolo di corda o una cordicella robusta

Questa sessione è composta da un'introduzione e da un gioco, tre fasi principali di apprendimento e una conclusione. Alla fine della sessione i partecipanti saranno in grado di

1. Capire e rispettare le interconnessioni tra tutti gli esseri umani e le società
2. Essere capaci di descrivere le comuni fondamenta dell'umanità
3. Essere capaci di adottare una posizione di serenità personale di fronte alle difficoltà

Spiegare attraverso il gioco: Il facilitatore inizia col mantenere un'estremità del gomitolo di corda o della cordicella lanciandolo, poi, ad un'altra persona che deve afferrarlo e poi lanciarlo nuovamente. La corda si sposterà da una parte all'altra tra i partecipanti, creando una rete per mostrare che tutti siamo interconnessi. Fai circolare i partecipanti senza lasciare la "ragnatela".

1

Osserva! Contenuto che prevede uno scambio interattivo tra i partecipanti
(10 minuti)

Ciascun essere umano è consapevole che ci sono alcune cose nella vita che possono essere cambiate, e altre no!

Domandate ai partecipanti in che modo le nostre credenze possono aiutarci nella vita quotidiana e se vivere senza credere in nulla potrebbe essere utile.

Ogni persona vive esperienze molto diverse lungo il proprio percorso di vita, alcune affrontano sfide impegnative, altre vivono momenti più tranquilli, ma alla fine siamo tutti uguali!

Se avete accesso ad internet, date un'occhiata al video realizzato da Ibrahim, il giovane atleta rifugiato disabile: <https://www.youtube.com/watch?v=xrfGGyde50I>. La sua storia è fonte di ispirazione e incoraggiamento. Nonostante abbia perso una gamba a causa di un'esplosione, ha

continuato ad allenarsi. Ha viaggiato dalla Grecia a Rio de Janeiro per far parte della squadra di nuoto indipendente dei rifugiati per i Giochi Paraolimpici del 2016.

2

Giudica! Riflettere sull'importanza dell'argomento e sulle esperienze passate (15 minuti)

Avete mai sentito prima parole quali: accettazione, serenità, calma? Pensate alla vita di Ibrahim, il giovane atleta rifugiato disabile. Quali aspetti della sua vita sono simili alla vostra? Quali sono diversi? Cosa può cambiare Ibrahim? Cosa non può cambiare?

Ibrahim ha affermato, "Non restate con le mani in mano! Fate qualcosa della vostra vita! Date tutto ciò che avete".

3

Agisci! Metti in pratica le tue competenze (dai 15 ai 30 minuti)

Invitate i partecipanti a fare un gioco: raccontare la propria vita. A coppie, dovranno raccontarsi a vicenda, in due minuti, la storia della propria vita fingendo di essere eroi. Successivamente ognuno racconterà la storia come se fosse la vittima e, successivamente, ciascuno racconterà la storia dell'altro come un osservatore.

Condividete e commentate questa frase: concedimi la serenità di accettare le cose che non posso cambiare, il coraggio per cambiare ciò che posso e la saggezza per riconoscere la differenza.

4

Riflessioni sulla la sessione (tempo per il feedback: 5 minuti)

Domandate: Cosa hai trovato interessante? Cosa non lo è stato?

Cos'altro vorresti sapere? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

Modulo 4: Conoscere e comprendere il Quadro Generale

Sessione 4.2: Insieme

Questa sessione finale sfrutta la filosofia dello Yin e dello Yang per visualizzare la crescita, il cambiamento e l'interazione dei molteplici opposti che caratterizzano la nostra vita.

Attraverso lo Yin e lo Yang, elementi centrali della cosmogonia cinese che rimandano a concetti opposti ma correlati come quelli di "buio e luce", "femminile e maschile" e "morbido e duro", si affronta il tema della pacifica convivenza tra i generi.

Queste idee, che hanno profonde e radicate connotazioni di genere, riconoscono la necessità di un'interazione tra forze diverse per la creazione del mondo e il suo progresso. Il termine, tuttavia, si riferisce generalmente alle caratteristiche fisiologiche che fungono da base per le corrispondenti identità sociali. I generi, nel senso di ruoli attribuiti dalla società, non sono definiti in modo assoluto o teorico, ma piuttosto attraverso il rapporto di reciprocità, fisico e generativo tra maschio e femmina. Esistono in quanto correlati e sono determinati dal contesto e dalle tendenze dinamiche nell'interazione l'uno con l'altro. L'orientamento sessuale si riferisce all'attrazione fisica, sentimentale e/o emotiva che una persona prova nei confronti di altre persone. Tutti hanno un orientamento sessuale, è parte della nostra identità. Le tendenze naturali includono l'identità di genere, che le persone dovrebbero sviluppare di conseguenza. L'identità di genere manifesta il sentimento profondo di una persona del proprio genere. Tutti hanno un'identità di genere, che è parte della nostra identità. Normalmente, l'identità di genere di una persona è allineata al sesso ad essa assegnato alla nascita. L'identità di genere è separata e distinta dall'orientamento sessuale e dalle caratteristiche sessuali.

Le tendenze umane sono quindi influenzate da molteplici aspetti, fisiologici come culturali. L'espressione di genere è il modo in cui esprimiamo il nostro genere attraverso le nostre azioni e il nostro aspetto. L'espressione di genere può essere una qualsiasi combinazione di maschile, femminile e androgino. Per molte persone, l'espressione di genere va di pari passo con le idee che la società ritiene congrue al loro stesso genere. Per altri non è così. Le persone la cui espressione di genere non rientra nelle norme e nelle aspettative della società, come gli uomini percepiti come effeminati e le donne percepite come maschiline, spesso incorrono in severe sanzioni e sono sottoposte a violenza fisica, sessuale e psicologica e a forme di bullismo. Ognuno a suo modo possiede aspetti diversi della propria personalità da offrire agli altri, complementari e tali da poter essere uniti a formare un insieme armonioso.

Schema della sessione per il Modulo 4: Conoscere e comprendere il Quadro Generale

Sessione 4.2: Insieme

Materiale necessario: una fotocopia del simbolo Yin e Yang. L'immagine di un arcobaleno. Due o più puzzle diversi (da 20 a 50 pezzi ciascuno).

Questa sessione aiuterà i partecipanti a:

Mostrare agli altri, indipendentemente dal loro background, attenzione, cooperazione e preoccupazione.

Vivere insieme nel rispetto di tutti, indipendentemente da genere e razza

Prova così

Mostra il simbolo dello Yin e Yang e chiedi ai partecipanti cosa vedono. Il nero è lo Yin e il bianco è lo Yang. Cosa rappresentano i due lati opposti? Lo Yin, scuro, è solitamente associato al lato femminile, mentre lo Yang, chiaro, a quello maschile. Fai notare che in ogni lato è presente un punto del colore opposto, e soffermati sul movimento sinuoso dei due colori nel punto in cui i lati si toccano.



Puoi rappresentare lo stesso movimento con le mani e le braccia. Tieni le braccia aderenti al busto e racchiudi con le dita di una mano quelle dell'altra tenendole strette saldamente. Fai forza sulle mani: prima tirando la mano destra col braccio sinistro, poi fai il contrario. Ripeti il movimento più volte, muovendo le braccia all'unisono, per mostrare il modo in cui gli opposti si trasformano l'uno nell'altro.

Infila l'immagine dello Yin e Yang all'estremità di una bacchetta o un chiodo e falla girare come una trottola. Chiedi ai partecipanti se riescono ancora a vedere chiaramente le due parti distinte. Cos'è successo alle due parti e ai punti? Di che colore è l'immagine in movimento?

1

Osserva! Il contenuto include uno scambio interattivo con i partecipanti

(10 minuti)

Il senso di serenità, spiegato nella sessione 1.3 di Ragazzi in movimento, ti aiuterà a sentirti in sintonia con te stesso. Questo aspetto è particolarmente importante, soprattutto quando si vive a stretto contatto con gli altri. Vivere in armonia con gli altri è più facile a dirsi che a farsi, soprattutto in un mondo pieno di conflitti, catastrofi e opinioni fortemente radicate. A volte è difficile sentirsi in sintonia anche con le persone più vicine, come gli amici maschi e i membri della famiglia, per non parlare dei vicini più grandi, dei futuri partner, delle autorità della comunità locale e della società in generale.

La filosofia dello Yin e Yang è il modo in cui l'antica società cinese ha rappresentato e visualizzato la crescita, il cambiamento e l'interazione degli opposti

della vita, tra cui mascolinità e femminilità, giusto e sbagliato, buio e luce. È facile considerare lo Yin e lo Yang come due opposti, ma questi opposti non sono assoluti. Collaborano insieme. Non possiamo dividere le persone in Yin e Yang, perché in noi convivono entrambi gli elementi. Ognuno di noi ha in sé una parte femminile e una maschile. Gli opposti Yin e Yang sono in costante movimento e in procinto di trasformarsi l'uno nell'altro. Lo Yin diventa Yang; lo Yang diventa Yin. La vita diventa morte; la morte diventa vita. Il buio diventa luce; la luce diventa buio. Tutto si trasforma nel proprio opposto, anche la ricchezza materiale e il vuoto spirituale. Osserva nuovamente i due punti del simbolo. Il cerchio scuro all'interno dello Yang è il seme dello Yin e il cerchio chiaro all'interno dello Yin è il seme dello Yang. Il seme dell'uno è già nell'altro, ognuno cresce all'interno dell'altro. Cure e attenzioni diventano forza e rispetto.

2

Giudica! Riflessioni sulla rilevanza delle esperienze passate (15 minuti)

Quali altri opposti che interagiscono tra loro conosci? Dove li hai osservati? Nella tua vita quando eri a casa, durante il viaggio o qui? Le stagioni dell'anno potrebbero essere un esempio. Così come il caldo e il freddo. Le persone amichevoli nelle folle violente. Uomini gentili e donne egoiste, oppure

uomini duri e donne forti che vivono insieme.

E perché non il bene e il male, la virtù e il peccato, l'amore e l'odio? Questi opposti sono sempre attratti l'uno contro l'altro? Tendono a trasformarsi l'uno nell'altro? Trovi che sia difficile distinguere tra giusto e sbagliato? Rubare è sbagliato, ma è sbagliato rubare del pane per salvare un bambino affamato? Questa azione trasforma il furto da sbagliato

a giusto? E se fare un bel regalo ad un amico significasse ferire i sentimenti di un altro amico? Questa circostanza cambierebbe l'atto di fare un regalo da giusto a sbagliato?

La vita è davvero così semplice da poter essere fatta di soli opposti? Un semplice esperimento che unisce arte e scienza (il disco di Newton) può aiutare a riflettere su questo concetto.

Proprio come tanti aspetti diversi formano la nostra personalità, proprio come le diverse persone che formano un gruppo fanno tutte parte dell'insieme armonico che è la società, tutti i colori dell'arcobaleno compongono la luce che ci permette di vedere. Puoi mostrare il video oppure dedicare un po' di tempo a costruire il disco di Newton.

<https://www.youtube.com/watch?v=7iV1m4j2wJQ>

L'immagine dell'arcobaleno è usata in molti ambiti diversi per simboleggiare l'unione. Nelle religioni abramitiche rappresenta la promessa divina di armonia tra il cielo e la terra. Il riconoscimento delle molteplici forme dell'orientamento sessuale e dell'identità di genere ha dato origine alla bandiera arcobaleno detta "Pride Flag" (bandiera dell'orgoglio). Una bandiera simile, con l'aggiunta della parola "PACE", è stata adottata in Italia negli



3

Agisci! Metti in pratica le competenze (tra i 15 e i 30 minuti)

Il gioco del puzzle incompleto si basa sulla cooperazione e ci ricorda che sono necessari molti elementi diversi per creare un quadro completo. Permette di instaurare una leggera competizione tra le squadre, da tre-sei componenti, che dovranno comporre un puzzle collaborando per trovare i pezzi mancanti.

anni '60 e in tutto il mondo all'inizio degli anni 2000 per sensibilizzare l'opinione pubblica sulla necessità di promuovere la pace e l'armonia.

Per condurre una riflessione sulle caratteristiche sociali, naturali e biologiche del genere e far comprendere i principi dell'equilibrio e della pace a ragazzi e giovani uomini che non hanno mai, o quasi, ricevuto un'istruzione formale, occorrono pazienza e semplicità. Gli stessi mediatori culturali e i facilitatori, in alcuni casi, potrebbero avere una conoscenza limitata dei concetti di identità di genere, orientamento sessuale e caratteristiche sessuali. È essenziale fare in modo di non rafforzare gli stereotipi su uomini e donne e su ciò che è maschile e femminile, forte o debole. Durante la discussione, pensa a come trasmettere l'idea che le persone sono caratterizzate da un arcobaleno di sentimenti e che la società è composta da molti tipi diversi di persone, concetti potenzialmente in contrasto con le idee fortemente radicate che vedono la coppia come composta da due metà di un tutto. Quando parli di relazioni, considera le questioni sociali legate a quello che ci si aspetta dagli uomini, a come cambiarle e in particolare a cosa possono fare gli uomini stessi per cambiare e sfidare lo status quo, e rifletti su come questi atteggiamenti si collegano al modo in cui uomini e donne si relazionano tra loro. Dopo un'attenta preparazione, è utile chiedersi se i ragazzi (in generale o per via di specifiche norme culturali) siano sollecitati a conformarsi a uno stereotipo di genere maschile (ad esempio ad essere forti, non emotivi, non vulnerabili) per il timore di non essere considerati abbastanza uomini, o etichettati come gay (dove l'essere gay è visto in modo negativo).

Prima dell'attività, estrai i puzzle dalle scatole e metti ogni puzzle in una borsa diversa. Da ogni puzzle preleva tre pezzi e infilali nelle altre borse, quindi consegna una borsa a ogni squadra. Non dire che hai tolto dei pezzi. Spiega alle squadre che avranno 10 minuti per completare il puzzle. Quando i gruppi si accorgeranno che mancano dei pezzi, potrebbero chiedere il tuo aiuto. Rispondi semplicemente che nella stanza sono presenti tutti i pezzi necessari, e

che dovranno fare tutto il possibile per completare l'attività. Non dare altri consigli, perché è importante che i partecipanti cerchino di trovare una soluzione autonomamente. Assicurati di non incoraggiare le squadre a competere l'una contro l'altra. Lo scopo di questa attività è di trasmettere l'importanza della collaborazione con gli altri, anche quando ognuno ha il proprio compito distinto. Eventuali elementi di competizione scaturiranno dalle idee che i partecipanti si sono fatti sullo scopo del gioco. Dopo l'attività, metti in discussione la competizione che si è creata. Sottolinea che possiamo lavorare tutti insieme allo stesso obiettivo senza sentirci in competizione con gli altri. Una volta terminato l'esercizio, chiedi:

- A cosa pensavi servisse l'esercizio quando abbiamo iniziato?

- Pensavi di dover competere con gli altri o lavorare insieme a loro? Perché?
- Quando hai capito che alcuni pezzi del tuo puzzle mancavano? Qual è stata la tua reazione?
- Come hai reagito quando le altre squadre ti hanno chiesto un pezzo o ti hanno offerto alcuni dei loro?
- Cos'hai ricavato da questo esercizio da applicare nella vita di tutti i giorni per raggiungere i tuoi obiettivi?

(Nota sul gioco dell'altalena: poiché esiste un pericolo di caduta accidentale o deliberata, chiedi ai leader di fare da osservatori e di prendere i ragazzi se stanno per cadere.)

4

Riflessioni sulla sessione (feedback di 5 minuti)

Cos'hai trovato interessante? Cosa non lo è stato? Cos'altro vorresti sapere in merito? Quale messaggio condividerai con i tuoi amici e la tua famiglia?

"I progressi nella conoscenza, nei trasporti, nelle comunicazioni, nella tecnologia e nell'industria hanno contribuito allo sviluppo sociale solo nella misura in cui hanno avvicinato un maggior numero di persone. Ogni evento che segna un passo avanti nell'evoluzione sociale coincide con una

scoperta, invenzione o innovazione organizzativa tale da avvicinare le persone. Quando le persone si incontrano, la conoscenza, l'intraprendenza e le capacità che riuniscono crescono, non cumulativamente ma in modo esponenziale.

Pertanto, ogni ulteriore connessione alla rete umana aggiunge profondità e ricchezza alla rete stessa. Quando questo avviene tra culture e civiltà diverse, il risultato è un'esplosione di creatività" ("The Key to Progress", Harish, J., 2016).

Modulo 4: Conoscere e comprendere il Quadro Generale

Fonti utili per il modulo 4

Harish, J. 2016. "The key to progress"

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/feeling-it/201208/connect-thrive>

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-athletes-way/201309/the-love-hormone-drives-human-urge-social-connection>

<https://www.unhcr.org/rio-2016-refugee-olympic-team.html>

<https://www.unhcr.org/news/videos/2016/8/57bea9904/ibrahims-inspiring-journey-to-rio.html>

https://www.researchgate.net/publication/257576846_SIGNS_AND_SYMBOLS_IN_EDUCATION_EDUCATIONAL_SEMIOTICS

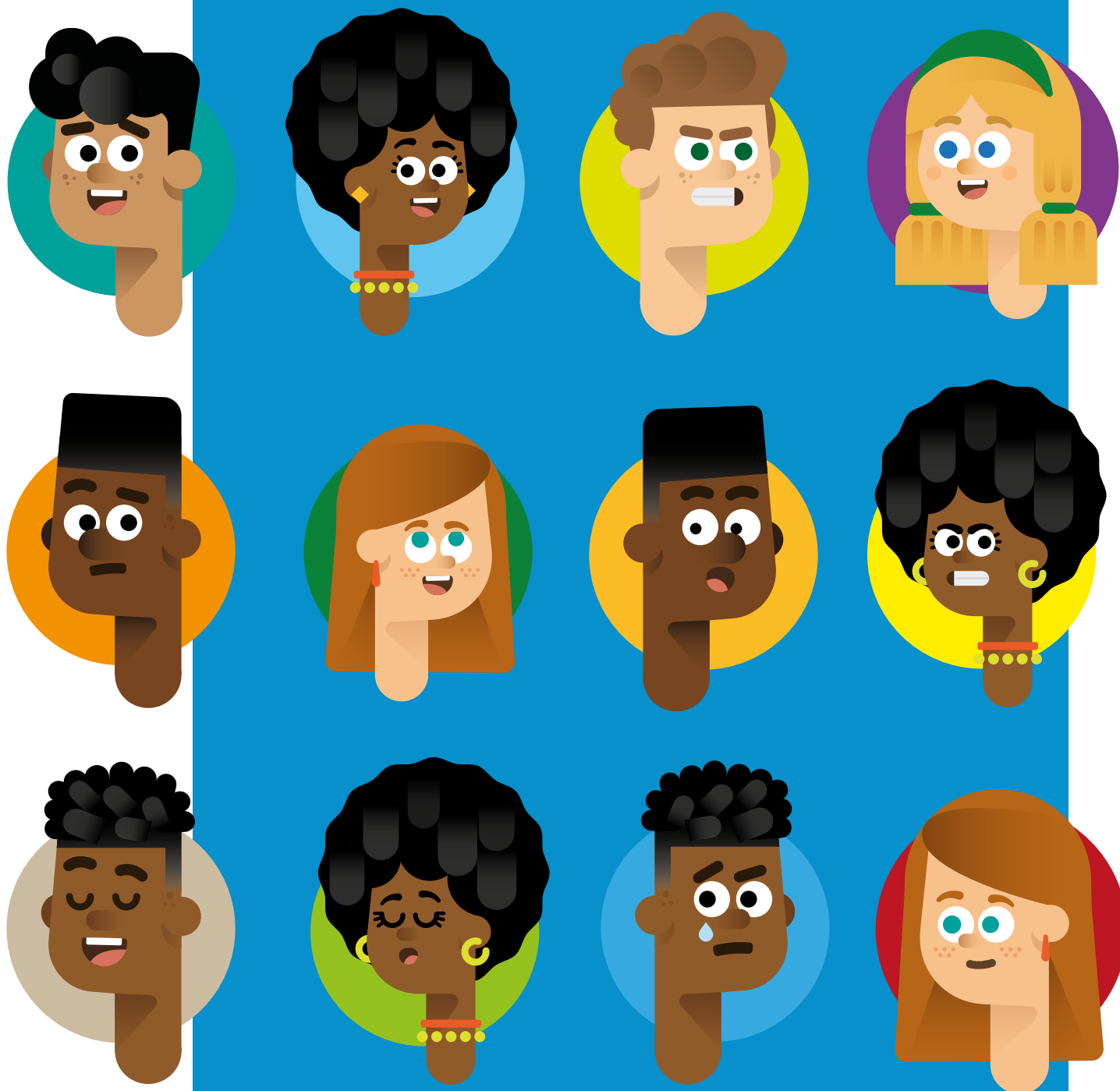
<https://www.iep.utm.edu/gender-c/>

<http://mindkey.me/yin-yang-masculine-feminine/>

<https://bahaiteachings.org/how-yin-yang-balance-can-apply-gender-equality>

<https://www.safeatschool.ca/plm/equity-and-inclusion/understanding-sexism-racism-and-homophobia/homophobia-and-gender-based-discrimination>

Allegato: Sondaggi



Di seguito è riportato un esempio di sondaggio realizzato dai docenti di Yale, adatto ai giovani adolescenti. Scegli un sondaggio in base al livello di istruzione e di sviluppo dei partecipanti, e non in base alla loro età.

<http://teachersinstitute.yale.edu/curriculum/units/1981/3/81.03.09.x.html>

Atteggiamento

Istruzioni: Attribuisce a ogni dichiarazione una valutazione utilizzando la scala seguente.

0 incerto / 1 molto in disaccordo / 2 piuttosto in disaccordo / 3 neutrale / 4 piuttosto d'accordo / 5 molto d'accordo

- ___ 1. Il corpo nudo è bello e piacevole, non c'è nulla di cui vergognarsi.
- ___ 2. I giovani dovrebbero avere accesso a informazioni veritiere sul sesso anche senza il consenso dei genitori.
- ___ 3. I giovani dovrebbero avere accesso a informazioni sul controllo delle nascite e ai dispositivi necessari per praticarlo, anche senza il consenso dei genitori.
- ___ 4. I medici dovrebbero poter curare i giovani affetti da infezioni sessualmente trasmissibili senza dirlo ai loro genitori.
- ___ 5. . La masturbazione è un modo sano e normale di scoprire le proprie sensazioni sessuali.
- ___ 6. Due persone che si amano possono fare sesso prima del matrimonio.
- ___ 7. Va bene fare sesso solo per trarne piacere fisico.
- ___ 8. L'omosessualità è uno stile di vita accettabile e naturale.
- ___ 9. Gli omosessuali non dovrebbero essere discriminati per il fatto di essere attratti da persone del loro stesso sesso.
- ___ 10. la pornografia dovrebbe essere accessibile agli adulti che desiderano acquistarla e farne uso.
- ___ 11. Quando una ragazza adolescente non sposata rimane incinta, è colpa sua.
- ___ 12. Allevare un figlio è un lavoro facile.
- ___ 13. Qualsiasi donna dovrebbe poter abortire, se lo vuole.
- ___ 14. Una donna incinta può fumare, bere alcol e assumere droghe senza far del male al proprio bambino.
- ___ 15. Una coppia sposata che non è in grado di avere un figlio non dovrebbe ricorrere a nuovi metodi scientifici.
- ___ 16. Le donne stuprate hanno provocato i loro aggressori.

Concetto di sè

Istruzioni: Cerchia la risposta che rispecchia la tua reazione alla dichiarazione.

1. Sono una persona interessante.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
2. Onestamente mi piaccio.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
3. Mi capisco e capisco le cose che faccio.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
4. Sono una persona lunatica.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
5. Sono contento del mio aspetto.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
6. Se potessi cambiare qualcosa di me, cambierei:	quasi tutto	tutto	quasi niente	niente		
7. Mi sento a mio agio a parlare dei miei sentimenti agli altri.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
8. Vado d'accordo con i miei coetanei.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
9. Ho molti amici.	Sì		No			
10. Mi piace fare qualunque cosa facciano i miei amici.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
11. I miei amici cercano di imitarmi.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
12. Vado d'accordo con gli adulti.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
13. La maggior parte degli adulti pensa che io sia problematico.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
14. I miei insegnanti mi capiscono.	quasi sempre	a volte	quasi mai	mai		
15. Se ho un dubbio sul mio corpo o sul sesso, chiedo ai miei genitori o ai miei tutori.	spesso	a volte	quasi mai	mai		
16. i miei genitori o tutori hanno parlato di sesso con me.	spesso	a volte	quasi mai	mai		
17. Se ho un dubbio sul mio corpo o sul sesso, chiedo al mio insegnante.	spesso	a volte	quasi mai	mai		
18. Se avessi un problema serio, mi rivolgerei a:	i miei genitori/tutori	professori	i miei amici	nessuno	altri	
19. La maggior parte di quello che so sul sesso l'ho imparato da	i miei genitori/tutori	professori	i miei amici	books	TV	altro

Comprensione generale *

*Tratto da MODERN HUMAN SEXUALITY di Burt Saxon e Peter Kelman.

Istruzioni: Decidi se le seguenti affermazioni sono vere o false. Se non sai rispondere, scrivi NON SO.

- ___ 1. Le mestruazioni sono una malattia.
- ___ 2. Se una ragazza di quattordici anni non ha ancora avuto le mestruazioni, ha qualcosa che non va.
- ___ 3. Le ragazze non dovrebbero nuotare o fare esercizio fisico quando hanno le mestruazioni.
- ___ 4. Se una donna ha un ritardo, significa che è incinta.
- ___ 5. Le mestruazioni durano sempre cinque giorni.
- ___ 6. La maggior parte delle donne non ha un ciclo mestruale di 28 giorni.
- ___ 7. Il flusso mestruale contiene sangue e tessuti.
- ___ 8. Le donne possono fare il bagno e lavarsi i capelli mentre hanno le mestruazioni.
- ___ 9. Solo le donne adulte possono usare gli assorbenti interni.

- ___ 1. Le eiaculazioni notturne possono rendere un ragazzo debole o malato.
- ___ 2. Se un uomo eiacula copiosamente, consuma tutti i suoi spermatozoi.
- ___ 3. L'erezione è il segno che un uomo sta pensando al sesso.
- ___ 4. Gli uomini possono urinare mentre hanno un'erezione.
- ___ 5. L'eiaculazione avviene solo durante i rapporti sessuali.
- ___ 6. Un uomo può eiaculare mentre dorme.
- ___ 7. Non è salutare per un uomo avere un'erezione a meno che non sia seguita da un'eiaculazione.
- ___ 8. Anche i bambini possono avere un'erezione.
- ___ 9. L'uretra trasporta lo sperma all'interno del pene.

- ___ 1. La masturbazione provoca i brufoli.
- ___ 2. Molte persone della mia età si masturbano.
- ___ 3. Le persone che si masturbano sono ossessionate dal sesso.
- ___ 4. Sia gli uomini che le donne si masturbano.
- ___ 5. Se non ti masturbi, poi non saprai come fare sesso.
- ___ 6. La masturbazione può far impazzire la gente.
- ___ 7. Se ti masturbi molto, prenderai voti sempre più bassi.
- ___ 8. Se un uomo si masturba spesso, consuma tutti i suoi spermatozoi.
- ___ 9. La masturbazione rende le persone più deboli.
- ___ 10. Masturbarsi può farti venire i sensi di colpa.
- ___ 11. Le persone sposate non si masturbano.

- ___ 1. I ragazzi e le ragazze dovrebbero ricevere le stesse informazioni sul sesso.
- ___ 2. Alle donne il sesso non piace tanto quanto piace agli uomini.
- ___ 3. Gli uomini dovrebbero avere rapporti sessuali prima di sposarsi, mentre le donne dovrebbero arrivare vergini al matrimonio.
- ___ 4. Provare piacere durante il sesso non è importante quanto procreare.
- ___ 5. Chiunque lo desidera dovrebbe avere accesso ai contraccettivi.
- ___ 6. Il rapporto sessuale è un atto fisico in cui il pene dell'uomo penetra nella vagina della donna.
- ___ 7. Perché gli esseri umani si riproducano, è necessario che uno spermatozoo si unisca a un ovulo.
- ___ 8. Solo le donne sono responsabili dei metodi di contraccezione.
- ___ 9. La madre e il padre dovrebbero assumersi le stesse responsabilità nella crescita di un figlio.

Bibliografia aggiuntiva



Capitolo 1: Come e perché il programma ha preso vita

<https://data2.unhcr.org/en/situations/mediterranean>

<https://www.unicef.org/eca/emergencies/latest-statistics-and-graphics-refugee-and-migrant-children>

<https://www.unfpa.org/es/node/18463>

Capitolo 2: Conoscere le Competenze Personali

Oxenham, John; Abdoul Hamid Diallo; Anne Ruhweza Katahoire, Anna Petkova – Mwang and Oumar Sall. 2002. "Skills and Literacy Training for Better Livelihoods." Human Development Sector, Africa Region, Washington, D. C.: World Bank.

World Health Organization, Ottawa Charter for Health Promotion, http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf WHO, 1986.

World Health Organization, Life Skills Education in Schools, WHO Programme on Mental Health, WHO, 1997.

United Nations Children's Fund, "Life Skills: Definition of terms", web page, www.unicef.org/lifeskills/index_7308.html, accessed April 2017.

Rychen, D.S., & Salganik, L.H. (Eds.). (2001). "Defining and Selecting Key Competencies." Göttingen, Germany: Hogrefe & Huber.

Ouane, A. (2002). "Key competencies In Lifelong Learning." Institutionalising lifelong learning: Creating Conducive Environments for Adult Learning in the Asian Context, Hamburg: UNESCO Institute for Education.

Johnson, P., and Y. Kossykh, Early Years, Life Chances and Equality, Research Paper 7 for the Equality and Human Rights Commission, 2008; Camfield, L., and Y. Tafere, "Children with a Good Life Have to Have School Bags: Diverse understandings of wellbeing among older children in three Ethiopian communities", Young Lives Working Paper no. 37, 2009; Cunha, F., et al., "Interpreting the Evidence on Life Cycle Skill Formation", National Bureau of Economic Research Working Paper no. 11331, 2005; and Bennett, J., "Early Childhood Services in the OECD Countries: Review of the literature and current policy in the early childhood field", UNICEF Innocenti Research Centre Working Paper, 2008.

World Health Organization, Skills for Health, WHO, 2003.

Esempi: Wilson, D., A. Mparadzi and E. Lavelle, "An Experimental Comparison of Two AIDS Prevention Interventions among Young Zimbabweans", Journal of Social Psychology, vol. 132, no. 3, 1992; Kirby, D., "Emerging Answers: Research findings on programmes to reduce teen pregnancy, National Campaign to Reduce Teen Pregnancy", 2001; Hubley, J., "Interventions Targeted at Youth aimed at Influencing Sexual Behaviour and AIDS/STDs", Leeds Health Education Database, 2000; UNAIDS, "Impact of HIV and Sexual Health Education on the Sexual Behaviour of Young People: A review update", UNAIDS Best Practice Collection, 1997; Yankah, E., and P. Aggleton, "Effects and Effectiveness of Life Skills Education for HIV Prevention in Young People", AIDS Education and Prevention, vol. 20, no. 6, 2008, pp. 465–485.

World Health Organization, Skills for Health, WHO, 2003.

Capitolo 3: Approccio Metodologico

<https://rm.coe.int/16807023d1>

<https://rm.coe.int/2012-compendium-non-formal-education/168077c10b>

<https://core.ac.uk/display/219372215?recSetID=>

<http://www.multiculturalmentalhealth.ca/wp-content/uploads/2013/10/Working-with-Interpeters-Leanza.pdf>

Capitolo 4: Dettaglio dei Moduli e Schema delle Sessioni

LINK UTILI AD ATTIVITÀ EDUCATIVE:

http://www.eycb.coe.int/compass/en/pdf/compass_2012_inside_FINAL.pdf

<https://promundoglobal.org/resources/programme-ra/?lang=english>

https://www.k4health.org/sites/default/files/DSW_training%20manual_Eng_0.pdf

<https://www.unhcr.org/3bb822174.pdf>

<http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Nairobi/teachersguidesexualreproductivehealth.pdf>

<https://globalscouting.org/wp-content/uploads/2017/11/SCOUTS-AND-GUIDES-ACTIVE-GLOBAL-CITIZENS.pdf>

https://www.iyfnet.org/sites/default/files/P4L_Lessons_St_Lucia.pdf

<https://path.azureedge.net/media/documents/gamesbook.pdf>

<https://www.safeatschool.ca/plm/equity-and-inclusion/understanding-sexism-racism-and-homophobia/homophobia-and-gender-based-discrimination>

Il manuale è stato redatto da Robert Thomson e Alexio Georgalis a titolo personale.

La responsabilità per eventuali errori è da attribuire esclusivamente agli autori.

Il primo manuale per i formatori è stato sviluppato con il supporto dell'Ufficio Regionale UNFPA per l'Europa orientale e l'Asia centrale e adattato in questa seconda edizione con il supporto dell'UNICEF - Risposta dei Rifugiati e Migranti in Italia. Le opinioni espresse in questo manuale appartengono agli autori e non rappresentano necessariamente quelle dell'UNFPA, dell'UNICEF, delle Nazioni Unite o di qualsiasi altra organizzazione ad essa associata.



unicef 
for every child

