



Rotary Club di Terni

IIS PROFESSIONALE TECNICO COMMERCIALE
"CASAGRANDE. CESI" TERNI



Progetto P2P Peer Tutoring

Progetto Peer Tutoring

Linee guida per il tutor

Ragazzi, quanti di voi non amano i prepotenti, quelli che non rispettano niente e nessuno, quelli che con la furbizia ce la fanno sempre, quelli che sporcano, sfasciano, urlano? Quanti vorrebbero partecipare, far sentire la loro opinione e non lo possono fare per colpa loro? Quanti vorrebbero essere disinvolti, coraggiosi, protagonisti della loro vita e di quella della loro classe o scuola e invece subiscono in silenzio, sentendosi frustrati e delusi?

Se siete fra questi, benvenuti! Questo è il progetto che fa per voi!



Che cosa ce lo fa dire? 30 anni di vita con voi! 30 anni di duro apprendistato, mai finito, in cui abbiamo imparato un principio fondamentale, valido sia per gli studenti, che per gli insegnanti: l'unione fa la forza. Separati, non si va da nessuna parte!

Questo il bullo l'ha capito benissimo: perché altrimenti ci terrebbe tanto a fare gruppo, a fare le sue bravate quando gli altri lo guardano? Perché secondo voi un bulletto fa quasi sempre squadra? Perché gli altri si dividono in due gruppi: quelli che gli vanno dietro e fanno gruppo in negativo, e quelli, sciolti, che vengono attaccati dal gruppo, che li fa sentire "fuori" se non si comportano anche loro così. Così, è fatta. La classe, la scuola diventano un inferno, per gli uni e per gli altri, perfetto riflesso della cosiddetta "emergenza educativa" di cui tutti parlano, ma che nessuno fa nulla per

fronteggiare!

Noi, invece, ci vogliamo provare. Anzi, ci abbiamo provato.

La nostra è una scuola di 1.300 studenti, una delle più grandi della provincia, risultato dell'unione di quella che viene comunemente chiamata "Ragioneria" ("Federico Cesi") e del Professionale Alberghiero Commerciale ("Alessandro Casagrande") di Terni. La convivenza non è stata e non è facile: è come unire due tifoserie diverse! Ma, piano piano, ce la stiamo facendo. Toccata con mano la famosa "emergenza educativa", fatta di scimmie scatenate che pensavano di poter conquistare la scuola, abbiamo reagito e abbiamo formato un grande gruppo di studenti (circa 200) alleati con un altrettanto bel gruppo di docenti (circa 25!) altrettanto stupefatti di dover subire sia questo tipo di studenti, che i loro colleghi più qualunquisti, sfaticati, demotivati, noiosi o antiquati, quelli che passano il loro tempo a criticare tutto e tutti e non si mettono mai in discussione! Questo gruppo ha una sua filosofia, che abbiamo pensato di riassumere in una specie di "decalogo", che delinea un vero e proprio stile di vita...

Il "decalogo" del tutor

"Innamorarsi": di un'ideale, di un sentimento, di un impegno, di un sacrificio! Non l'innamoramento tradizionale, ma un'avventura per tappe successive alla scoperta di se stessi, in cui modificare i copioni di comportamento di cui si è prigionieri e che hanno prodotto il ripetersi di errori e sofferenze, sempre gli stessi.

Un innamoramento che si può vivere anche come "coppia", con la condivisione di progetti e obiettivi, cercando di non isolarsi come generalmente fanno le coppie, il che determina spesso la fine del rapporto, per soffocamento. **Non avere paura della libertà!** E' la paura di perdere che spinge verso il controllo sull'oggetto del proprio innamoramento (persona, gruppo o ideale), ma il controllo conduce alla



fine dell'innamoramento.

Non vergognarsi dei propri sentimenti, che abbiamo il diritto di vivere senza prepotenti che ti impongono il silenzio, la derisione, la squalifica.

Fare gruppo! I sentimenti sono talmente delicati da essere distrutti dalla derisione e dalla rozzezza; vanno espressi all'interno di un gruppo che è in grado di capirli e accoglierli. Il gruppo, se positivo, è il luogo in cui si incontrano qualità e sensibilità diverse che, scambiandosi, crescono. Il gruppo ti accoglie, ti nutre, ti scalda... Non è possibile pensarlo solo come luogo di studio o di divertimento o, peggio, di sballo. Hai notato come in certi gruppi ci si diverte solo con lo sballo, altrimenti non si sa cosa dirsi?

Il dolore e l'ingiustizia sono parte della vita. Un importante traguardo è quello di diventare capaci di sopportarli e reagire. Quando un dolore, fisico o psichico, ci assale diventa il centro della nostra attenzione, semina confusione e paura, costringe alla difesa, e l'agitazione per il tentativo di allontanarlo peggiora la situazione. Ignorare le proprie ferite quotidiane indebolisce progressivamente: il dolore, la sconfitta devono essere accettati come parte integrante della vita e potente mezzo di crescita. L'umiltà di accettarsi feriti tempra e insegna a sostenere, oltre che se stessi, anche altri.

Reagisci all'ingiustizia con la rabbia e hai già perso. Occorre imparare a **neutralizzare l'ingiusto** con l'astuzia e un gruppo di amici veri ti aiuta a trovare le strategie più adatte per farlo.

"Pensare in positivo". Caricarsi, nel gruppo, ma anche da soli. Non disperdere energia! Pensare "non ce la faccio!" o "chi me lo fa fare!" va assolutamente evitato e sostituito con "voglio farlo", "posso farlo", "se voglio posso".

Crearsi in ogni luogo uno spazio dentro di sé in cui sentirsi inattaccabili e dividerlo con tutti quelli che la pensano nello stesso modo: ricordarsi sempre che è l'unione a fare la forza!

Imparare a formulare i propri desideri a se stessi e agli altri esprimendoli **con chiarezza**, non aspettandosi che gli altri capiscano da soli. Il primo passo è dire chiaramente ad un altro cosa ci piace e cosa ci ferisce, il secondo è chiedere con chiarezza all'altro di non fare ciò che ci ferisce. Il terzo è evitare noi di fare ciò che ferisce l'altro! Vincere i propri difetti, liberarsi dalla dipendenza per trovare la libertà, dalla pigrizia per provare la bellezza dell'impegno, dalla vergogna per sperimentare autostima, dall'incoerenza per diventare responsabili.

Ma per "crescere" occorre avere coraggio. **Agire responsabilmente** significa conoscere l'effetto delle cause che si sono mosse (è un principio fisico!): ciò che ci accade oggi è in parte la risposta a quanto abbiamo fatto ieri. Se la terra brucia, è perché l'abbiamo surriscaldata per i nostri comodi; se la città è sporca è perché lo vogliamo noi (anzi, è fin troppo pulita per la nostra maleducazione!); getta qualcosa (carta, mozziconi di sigaretta, sostanze inquinanti, eccetera) moltiplica questa azione per i 110.000 abitanti di Terni e la tua città sarà distrutta! Essere responsabili significa "avere cura" (I care!): svolgere con cura il proprio dovere, rispettare le persone, le cose, l'ambiente, porre attenzione nei confronti di se stessi, degli altri, del mondo. Ogni tua parola, ogni tua azione ha irrimediabilmente un effetto: pensa bene prima di parlare e agire!

Questi sono i primi passi per **sviluppare "empatia"**, quella rara capacità di "mettersi nei panni degli altri" e dividerne gioie e dolori, che non nasce da sola, va coltivata. Attraverso l'empatia, è più semplice e immediato incontrare gli altri, riconoscerli, stabilire immediatamente legame, comprensione, affetto. Si vede nell'altro un essere umano come noi, con gli stessi desideri e le stesse paure: offendilo e avrai perso per sempre un amico! Rispettalo e "crescerete" insieme!

Il tutor si presenta ai ragazzi delle prime classi...

Siamo qui per aiutarvi ad affrontare serenamente questo nuovo ambiente. Il modo migliore per iniziare è **trasformare questa classe in un gruppo di amici**. Se riuscirete a diventare amici diventerete una forza per voi stessi e per quanti saranno con voi. Per poter fare questo avete bisogno di una serie di indicazioni. Sin dal primo

giorno di scuola ci sono alcuni di voi che vogliono continuare a fare quello che facevano alle medie: per esempio, alcuni vogliono fare i prepotenti, altri magari sono abituati a essere un po' più timidi, più silenziosi, alcuni studiano tanto, alcuni non hanno voglia di far niente. Nella nuova scuola cercheranno tutti di fare quello che hanno sempre fatto, con il risultato che non ne verrà fuori una classe unita.

Noi che abbiamo più esperienza di voi e abbiamo affrontato gli stessi problemi, vi diciamo che ci sono dei mezzi per rendere una classe unita, sin dal primissimo giorno di scuola. Primo, è importante **sostenersi l'uno con l'altro**: se c'è quello che è già timido per conto suo, vai lì e lo fai sentire ancora più timido, tu non ti fai un amico, lui non migliora e si instaura subito un rapporto di antipatia. Secondo noi, invece, se quello timido e insicuro lo fai sentire più sicuro, facendogli dei complimenti per cose che sa fare, si sentirà un leone; è chiaro che quello che invece si sente un leone, dovrai renderlo meno leone, non ridere quando dice cose che ritiene spiritose, ignorare le sue battute sciocche.

Mettere in evidenza degli aspetti positivi dei compagni invece di andare dietro ai bulli è segno di grande personalità; **cambiare il proprio punto di vista, mettersi nei panni degli altri** e cercare di **capire cosa provano** sviluppa una grande competenza, l'empatia, che oggi è un fattore addirittura ricercato nelle aziende, perché una persona capace di capire ciò che provano gli altri sa mediare i conflitti, è una risorsa per un'azienda.

Volete sostenere le vostre opinioni? Dite la vostra e fate parlare l'altro, poi parlate di nuovo, **rispettate i turni e fateli rispettare**, non fate come in quelle trasmissioni dove tutti parlano con il risultato che nessuno capisce niente.

E' proprio necessario sfondare i timpani del vicino per farsi sentire? Quanto è rilassante un posto dove tutti parlano con un tono di voce normale, invece di sembrare tanti sordi che urlano le proprie ragioni!

Ci sono dei presuntuosi che sanno dire solo "io", gli altri non esistono: riconoscere i propri pregi ma anche i propri limiti è una grande dote.

Il bullo pensa che l'aggressione sia un modo di far vedere quanto è forte, ma fa solo vedere quanto è debole e spaventato, perché i veri forti non hanno bisogno della violenza per dimostrarlo!

Noi tutor **siamo qui per suggerirvi uno stile di comportamento** e l'anno prossimo potrete essere voi tutor di altri ragazzi che inizieranno. Vi seguiremo tutto l'anno, verremo a trovarvi spesso, ci potrete dire i vostri problemi e cercheremo di aiutarvi, siamo qui per darvi la nostra amicizia e il nostro aiuto, ma anche per riprendervi e cercare di eliminare, insieme, i comportamenti scorretti. Prenderete come esempio **molte cose utili, che si chiamano "abilità sociali"**. Fantozzi è uno che non ha abilità sociali: dice le cose sbagliate nel momento sbagliato e nel modo sbagliato. Se non volete diventare i "Fantozzi" di turno -e il bullo è il primo "Fantozzi"- cercate di applicare queste indicazioni.

I tutor dovrebbero osservare con attenzione le **dinamiche di gruppo all'interno della classe (se si sono già formate o se ci sono gruppi di ragazzi che vengono dalle stesse scuole)**:

Gruppi uniti uno contro l'altro, si vede subito; gruppi uniti con l'esclusione del "diverso"

Osservare occhiate e risatine di intesa scambiate continuamente: quelli sono già un gruppetto

Osservare se queste occhiate e risatine sono rivolte a qualcuno/a in particolare: quello/a è già un candidato vittima; vedere se ci sono "bulletti"; vedere se qualcuno già scribacchia sui banchi, non sta fermo un attimo, mastica in continuazione, gioca col cellulare, strilla a un metro da un altro. Fatelo sentire inadeguato!



Il tutor come promotore di cambiamento

Oltre a rispettare le persone, un ragazzo, una ragazza ok rispetta anche quello che ha intorno: nessuno di voi va a casa e si mette a sfasciare mobili e sedie, a scrivere sui muri, a buttare per terra cartacce e bottiglie! Perché, quindi, lo dovrebbe fare quando è fuori casa, a scuola o in giro? **Anche la scuola e la città sono casa nostra: se le sfasciamo o le sporchiamo avremo una casa brutta, in cui non ci piacerà più abitare.**

Direte: ma io non lo faccio! E' vero, ma ci sono quelli che lo fanno. Vi fa piacere? Se la risposta è no, allora cercate di individuarli, a cominciare dalla vostra famiglia e dai cassonetti sotto casa, che sono spesso più sporchi fuori che dentro; dite loro che quello che fanno non vi piace; proponete il vostro comportamento come esempio. Poi, passate agli amici. E qui si fa difficile, ci vuole coraggio. Da soli, è inutile anche provarci, ma se siete un gruppo, le cose cambiano e si può provare a crescere di numero, raccogliendo tutti quelli che non sopportano questi comportamenti ma sono disaggregati. Il mondo è pieno di persone corrette, che però rappresentano -a mio vedere- un "esercito" silenzioso. E' questo il punto. Non si sentono. Devono cercarsi, trovarsi e unirsi. Potranno allora affrontare senza paura la minoranza che sta distruggendo la terra!














Butti via il fazzoletto dopo una sola soffiata di naso? Non riutilizzi il retro dei fogli usciti dalla stampante? Non usi carta riciclata? Pensa quanti alberi vengono sacrificati per queste tue piccole scelte quotidiane! Lasci correre litri d'acqua mentre ti insaponi o ti lavi i denti? Una doccia di un quarto d'ora consuma 150 litri di acqua, una di 5 minuti solo 50. Ti dimentichi la luce accesa mentre ti prepari? Spegnerne le luci mano a mano che non servono mentre si gira per casa fa risparmiare energia. La macchina: perché non prendere i mezzi pubblici o addirittura muovere le gambette anchilosate, visto che Terni soffoca sotto i gas di scarico delle auto (circa 70 ogni 100 abitanti) e le polveri sottili? E così via, ci sono mille piccole azioni quotidiane che possono contribuire a salvare un pezzetto di terra. Non avere paura di porti come promotore di cambiamento: ricordati che le buste di plastica sono state eliminate dall'azione di una donna che, dopo aver assistito disgustata ad un documentario in cui si vedeva l'agonia di un pesce soffocato da una busta, è tornata a casa sua, in Inghilterra, ha sollevato il suo paese contro il loro uso, seguita nel giro di un anno dall'intero Regno Unito, poi dall'intera Europa, noi compresi! Per restare nell'ambito dell'ambiente locale, una nostra studentessa, Marta, con il supporto dell'USP di Terni, **ha promosso nel 2009 l'attivazione nelle scuole del progetto Eco schools' net, che ha finora permesso la raccolta differenziata di 20.471 Kg. di carta, 2.701 Kg. di plastica e 1.909 Kg. di vetro ed alluminio!**

E ancora: 1 giovane su 4 tra 15 e 29 anni in Europa muore a causa dell'alcol, primo fattore di rischio di invalidità, mortalità prematura e malattia cronica nei giovani. Per che cosa? Per essere al centro dell'attenzione nel gruppo di coetanei, fare nuove amicizie, conquistare l'altro sesso, superare insicurezza, noia, incapacità di essere originale e simpatico! Stessa cosa per il fumo: fa tendenza all'inizio, poi non si riesce più a controllare, e giù, un'altra forma di schiavitù! Che dire poi dell'alimentazione: la maggioranza degli studenti si tuffa sulle macchinette, che erogano generosamente porcherie ingrassanti e intossicanti a base di olio di palma (due notizie sull'olio di palma: secondo al mondo come impiego -43 milioni di tonnellate l'anno - presente in tutte le merendine e i dolci, genericamente indicato come olio vegetale è uno dei "nuovi mostri" che contribuiscono a distruggere il pianeta: per creare piantagioni di alberi da cocco vengono incendiati 2,8 miliardi di foresta pluviale l'anno, con l'emissione di quantità enormi di anidride carbonica, la distruzione dell'intero ecosistema e l'eliminazione di specie animali numerose e rare). Perché non smettere di consumare questi prodotti? Leggere attentamente le etichette e depennarli dalla lista della spesa! E' il consumatore a fare il mercato! Le aziende vogliono solo sapere cosa ti piace consumare e si adegueranno rapidamente alle nuove tendenze. Se non volete ritrovarvi tra quel 25% di ragazzi (1 su 4!) che poi si ammazzano di diete o entrano nel tunnel di anoressia e bulimia, gettate via patatine, merendine, bevande gassate e aperitivi vari, fate 15 minuti di ginnastichetta la mattina, muovete di più le gambette e consumate una sana dieta a base di frutta, verdura, carboidrati integrali e proteine! Facile, no? Perché non provarci? Si diventa più belli, meno gialli, con l'aspetto più sportivo e sano; non ultimo, il cervello gira meglio e più in fretta!














Il tutto riassunto in una breve lista di comportamenti ok e non: perché non ci aiuti ad arricchirla con le tue idee?

Abilità sociali e correttezza di comportamento

SI

-  Instaurare un rapporto solidale, “essere di sostegno all’altro”, “difenderlo dai soprusi”, aiutarlo, incoraggiarlo
-  Lodare il timido e l’insicuro mettendo in rilievo le sue abilità in qualche settore (“dai, che ce la fai” ”sei forte”)
-  Vedere gli aspetti positivi dei compagni che di solito non si prendono in considerazione
-  Dire cose positive sul comportamento degli altri (quanto mi ha fatto piacere quando qualcuno ha messo in rilievo le mie caratteristiche positive!
-  Cambiare il “punto di vista”: “mettersi nei panni dell’altro” e tentare di capire cosa può pensare e provare
-  Aggregarsi con tutti i compagni, non solo con alcuni
-  Realizzare forme di tutorato (invitare un compagno in difficoltà a fare i compiti, aiutarlo nella preparazione di un compito in classe)
-  Sostenere le proprie opinioni nel rispetto di quelle degli altri, parlare uno per volta: guardate i talk show televisivi, non vi sembrano tutti matti? Pensano che parlare tutti insieme aiuti a capire ciò che si dice?
-  Riconoscere i propri pregi ma anche i propri limiti. E poi, quando ti sei fatto grande schiacciando un altro, che cosa hai ottenuto?
-  Rimanere calmi, dire la propria opinione e sostenerla con tranquillità.
-  Agire in modo indipendente, tirare fuori la propria personalità: non mi piace bere, perché lo devo fare solo per farmi accettare nel gruppo? Non mi piace andare in giro e strillare per strada, rompere o rovinare le cose solo per far vedere quanto sono coraggioso: bel coraggio!
-  Negoziare soluzioni efficaci nei conflitti con i compagni e con gli insegnanti
-  Rispettare le strutture della scuola: sono anche tue, se le rovini, avrai una scuola brutta e triste!

NO

-  Aggredire gli altri e prendere le loro cose con la prepotenza, (mi piacerebbe che mi rubassero il cellulare? Sarei contento se mi distruggessero sempre l’astuccio...?)
-  Prendere in giro i compagni per le loro difficoltà di comportamento o fisiche (mi piacerebbe se lo facessero a me?)
-  Mettere in evidenza aspetti negativi (mi piacerebbe se uno spiattellasse davanti a tutti le mie difficoltà o difetti che magari non ho?)
-  Considerare solo il proprio punto di vista: gli altri non esistono! (mi piacerebbe se lo facessero a me?)
-  Aggregare solo i compagni graditi, isolando gli altri (mi piacerebbe se mi ignorassero tutti?)
-  Pensare soltanto a me e al mio profitto, tenermi stretti gli appunti e non darli a nessuno
-  Interrompere gli altri impedendo loro di esporre le proprie idee(provate voi a iniziare a dire qualcosa e non riuscire per due, tre, quattro volte a parlare!)
-  Svalutare gli altri e le loro idee usando espressioni come: “Non capisci niente” “Ma stai zitto”, “Ma che dici?”
-  Vantarsi continuamente (che noia sentire uno che si vanta di tutto!)
-  Mantenere la calma per poco (e poi dire che gli insegnanti “sclerano”!!)
-  Subire passivamente l’influenza degli altri (del tipo “vado a traino, non ho una testa per ragionare, faccio quello che fanno i ganzi, “si buttano al fiume e non sanno nuotare? Lo faccio pure io, così forse mi accettano”
-  Causare conflitti tra compagni e con gli insegnanti(“metto in cattiva luce tizio per mettermi in evidenza io”... ma che bella persona che sono!!!)
-  sporcare i bagni, gettare cartacce e altro per terra, sporcare il piazzale della scuola buttando tutto per terra...

10 BUONI MOTIVI PER FARE IL TUTOR

Appartengo a un gruppo in cui ci sono regole non scritte: se fai questo sei ganzo, altrimenti non vali niente. Tipo: facciamo una festa, che festa è se non si beve? Se non si beve non ci si diverte. A me, in fondo, non piace tanto bere, cioè, lì per lì sto bene, ma poi non so che dico, mi impasto da solo, vomito. Mi fa quasi schifo! Eppure, lo faccio per non essere tagliato fuori, perché mi sento nel gruppo. Non mi piace, vorrei che ci si potesse divertire in un altro modo, ma non so come (Luca, 15 anni).

Nella mia vita scolastica ho subito da parte dei miei compagni comportamenti che non mi piacevano e la cosa mi ha fatto male, ha inciso sulla mia personalità, rendendomi timoroso e diffidente. Perché è necessario affermare la propria personalità a scapito di un altro? Che diritto hai tu di ferirmi? (Francesca, 15 anni)

Nella mia vita scolastica ho subito prepotenze e prese in giro dai miei compagni e questo mi ha ferito e indebolito: vedo che alcuni a cui è capitata la stessa cosa lo rifanno con altri, come per vendicarsi di quello che hanno dovuto subire. Io non voglio, capisco che, se si fa così, le cose peggioreranno sempre. (Marco, 14 anni)

Vorrei che la mia classe fosse come un gruppo di amici, che condividono vittorie e sconfitte, momenti belli e brutti: ora siamo tutti insieme, quando la scuola finirà sarà già tanto che riusciremo a vederci per una pizza ogni tanto, mi mancheranno. Mio fratello non vedeva l'ora di uscire dalla scuola. Ora la rimpiange. Perché non pensare di continuare a stare insieme anche dopo? Le amicizie vere resistono a tutto! (Leonardo, 17 anni)

La scuola è anche mia: se è brutta e sporca, non mi piace. (Cinzia, 16 anni)

Fumare è proibito, per legge: qui a scuola, stufi dei trucchi che gli studenti usano per fumare si sono inventati di tutto, ma niente: ci sono i soliti che si credono furbi e per colpa loro ora tocca chiedere la chiave ogni volta che si va in bagno e restituirla all'uscita! (Simone, 18 anni)

Io non fumo: vado in bagno e soffoco dalla puzza; ma perché devo subire? (Loretta, 15 anni)

Io fumo, vado in bagno e soffoco dalla puzza, anche se a me non dà fastidio. Però penso: e a quello a cui dà fastidio chi ci pensa? Deve subire e basta, non mi sembra giusto. Soprattutto quelli piccoli, è ancora peggio. (Katia, 17 anni)

Vuoi aggiungere un altro motivo alla lista? Comunicare ad altri ragazzi le tue riflessioni?

Buttatele giù come ti pare e portale nel gruppo.

Ci servono per crescere!

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Scrivici: vai sul sito, tra i menu a destra clicca su

[TUTORS' BLOG](#)

Oppure manda il tuo messaggio a:

laura.vismara@tiscali.it