



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

**“Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro”  
U.O. “Politiche giovanili”**

## **Servizi integrati per la prevenzione primaria del disagio giovanile e di contrasto ai fenomeni di bullismo e di cyberbullismo**

### **1. Progetto “Giovani in ascolto” - Prevenzione del disagio giovanile e promozione del benessere**

#### **1.1 Introduzione e contesto**

Il contesto sociale e culturale attuale espone i giovani a molteplici fattori di vulnerabilità: incertezza rispetto al futuro, pressioni scolastiche e sociali, uso intensivo delle tecnologie, fragilità relazionali all'interno dei gruppi dei pari e delle famiglie. In questa cornice, il **disagio giovanile** si manifesta in forme diverse: isolamento, ritiro dalle relazioni, calo motivazionale, difficoltà scolastiche, fino a comportamenti a rischio o di marcato disadattamento.

Il disagio, come inteso dalla pedagogia e dalla psicologia, si considera una condizione psicologica legata soprattutto a percezioni soggettive di malessere. In altro modo possiamo definirlo come una domanda, un bisogno, non ancora patologico, ma psicologico o affettivo, che include le difficoltà familiari, di relazione, o scolastiche, all'interno del più generale malessere esistenziale connesso al processo di costruzione dell'identità personale.

E' un fattore fisiologico, normale, non eliminabile, ma costitutivo di quella età, testimone di quella fase di transizione che porta all'età adulta.

Il disagio diventa disadattamento quando intervengono fattori di rischio relativi a vari aspetti della vita di una persona, da quella scolastica a quella familiare, alla carenza di offerte di aggregazione e tempo libero familiare, a situazioni di marginalità siano essi sociali o per nascita. E spesso le conseguenze psicologiche di un simile itinerario emarginante portano alla perdita dell'autostima, alla perdita di senso della propria vita

Un progetto di prevenzione primaria del disagio deve prevedere interventi ed azioni concentrate sulle capacità del soggetto di affrontare i compiti evolutivi nella transizione verso l'età adulta e sui condizionamenti derivanti dal confronto con la cosiddetta società complessa.

Impostare interventi e azioni in un 'ottica di prevenzione di tipo primario comporta la scelta di operare in contesti di normalità preoccupandosi di creare condizioni adatte per consentire al giovane di affrontare in modo soddisfacente i propri compiti di sviluppo.

L'adolescenza è una fase cruciale di costruzione dell'identità, in cui la capacità di riconoscere e gestire le proprie emozioni, di instaurare relazioni significative e di sentirsi parte di una comunità accogliente rappresenta un fattore protettivo fondamentale. In quest'ottica, assumono un ruolo centrale:



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

#### “Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro” U.O. “Politiche giovanili”

- lo sviluppo dell'**intelligenza emotiva**, intesa come consapevolezza di sé, regolazione emotiva, empatia;
- la promozione della **gentilezza** e del **rispetto reciproco** come stile relazionale quotidiano, capace di contrastare chiusura, ostilità e solitudine;
- il potenziamento delle **capacità relazionali e sociali** (ascolto attivo, comunicazione efficace, gestione dei conflitti), essenziali per creare contesti scolastici e aggregativi inclusivi e sicuri.

Il progetto “Giovani in ascolto” si propone di intervenire in modo integrato sui principali contesti di vita degli adolescenti: **scuole secondarie di secondo grado, associazioni/società sportive ed eventuali altri luoghi di aggregazione**, mettendo in campo occasioni strutturate di ascolto, formazione e partecipazione.

### 1.2 Obiettivi specifici

- Prevenire il formarsi e il consolidarsi di situazioni di disagio, isolamento e disadattamento.
- Promuovere benessere psicologico, autostima, intelligenza emotiva e competenze relazionali.
- Rafforzare la rete educativa tra giovani, famiglie, insegnanti, e altre figure adulte di riferimento (per es. allenatori, atleti, ...).
- Favorire la partecipazione attiva dei giovani, valorizzando i loro talenti e il loro protagonismo positivo;
- coinvolgere in modo coordinato scuola, famiglia, associazioni/società sportive e altri luoghi di vita dei ragazzi.

### 1.3 Azioni nelle scuole secondarie di secondo grado

#### **1.3.1 Incontri informativi rivolti ad insegnanti e famiglie (focus prevenzione primaria del disagio generale)**

- Incontri con insegnanti delle scuole superiori di secondo grado per:
  - riconoscere precocemente segnali di disagio (isolamento, cambiamenti comportamentali, assenze, calo del rendimento);
  - promuovere un clima di classe positivo, basato su rispetto e collaborazione;
  - favorire il raccordo con punti di ascolto e servizi del territorio.
- Incontri con famiglie per:
  - sostenere la relazione genitore–figlio in adolescenza;
  - valorizzare l’ascolto e il dialogo;
  - offrire orientamento rispetto ai servizi di supporto presenti sul territorio.

#### **1.3.2 Laboratori di intelligenza emotiva e life skills**

- Realizzazione di percorsi laboratoriali in classe (serie di incontri) dedicati a:
  - riconoscimento delle emozioni proprie e altrui;



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

#### “Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro” U.O. “Politiche giovanili”

- comunicazione assertiva e ascolto attivo;
  - gestione del conflitto e del rifiuto;
  - costruzione di relazioni basate su fiducia e rispetto.
- Utilizzo di tecniche attive: role playing, giochi cooperativi, analisi di casi, produzione creativa (cartelloni, brevi video, slogan sulla gentilezza e il rispetto).

### 1.3.3 Formazione e ruolo dei peer educators

- Percorso formativo specifico per gruppi di studenti che assumono il ruolo di **peer educators** all'interno delle scuole.
- Contenuti della formazione:
  - comprensione del fenomeno del disagio e della sua prevenzione;
  - capacità di ascolto dei coetanei e di “primo sostegno”;
  - limiti del proprio ruolo (non sostituirsi agli adulti, favorire la richiesta di aiuto);
  - ideazione di iniziative di sensibilizzazione tra pari (campagne interne, giornate a tema, messaggi positivi, video).
- I peer educator possono partecipare, in modo strutturato, ad alcune attività dei punti di ascolto, e contribuire a farli conoscere ai compagni.

### 1.3.4 Punti di ascolto presso istituti

- Attivazione di spazi di ascolto presso le scuole secondarie di secondo grado che aderiscono al progetto, gestiti da educatori/operatori specializzati in adolescenza e tematiche giovanili.
- Funzioni:
  - ascolto individuale e di piccoli gruppi;
  - orientamento e sostegno rispetto a difficoltà scolastiche, relazionali e familiari;
  - invio ai servizi territoriali quando necessario.
- I punti di ascolto saranno finalizzati anche a conoscere meglio la popolazione giovanile, i bisogni emergenti e le aree di maggiore fragilità, così da orientare le altre azioni del progetto, anche con la collaborazione attiva dei “Peer Educators”.

### 1.3.5 Incontri informativi con operatori specializzati rivolti ai giovani

- Organizzazione di cicli di incontri con operatori specializzati (psicologi, sociologi, counselor, educatori e, quando opportuno, testimonial significativi).
  - Contenuti principali:
    - emozioni nell'adolescenza, consapevolezza emotiva, gestione di ansia e stress scolastico;
    - relazioni tra pari, inclusione, gestione dei conflitti;
    - gentilezza e linguaggi non ostili nella quotidianità (in presenza e nei contesti digitali);
    - strategie per chiedere aiuto e per sostenere un amico in difficoltà.
- Metodologia: interventi brevi frontali, discussione guidata, lavori in piccoli gruppi, restituzione plenaria.



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

#### “Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro” U.O. “Politiche giovanili”

### **1.3.6 Eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e la promozione della cultura del benessere psico-sociale dei giovani e della prevenzione del disagio giovanile**

- Organizzazione di eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e la promozione della cultura del benessere psico sociale dei giovani. Gli eventi prevedono la partecipazione di professionisti in materia di prevenzione del disagio giovanile e di promozione del benessere psico sociale dei giovani; possono inoltre coinvolgere testimonial che, in vario modo, possano rafforzare il messaggio diretto ai giovani. Saranno diretti a giovani del territorio di Pisa attraverso il coinvolgimento degli Istituti secondari di secondo grado.

### **1.4. Azioni per associazioni/società sportive**

#### **1.4.1 Incontri informativi specifici per allenatori, dirigenti e volontari**

- Incontri informativi specifici dedicati a chi opera nelle società sportive e nelle associazioni giovanili.
- Temi:
  - ruolo educativo dello sport e delle attività associative;
  - gestione del gruppo, attenzione ai ragazzi più fragili;
  - prevenzione del ritiro sociale e dell'abbandono dell'attività;
  - promozione di un clima di squadra basato su incoraggiamento, rispetto e gentilezza.

#### **1.4.2 Incontri e laboratori con giovani atleti**

- Incontri con i giovani in ambito sportivo o associativo su:
  - gestione dell'errore e della frustrazione;
  - rispetto dei compagni e degli avversari;
  - collaborazione e spirito di squadra;
  - capacità di chiedere aiuto nei momenti di difficoltà.
- Le attività possono essere brevi e integrate prima o dopo gli allenamenti o le attività associative.

#### **1.4.3 Formazione e ruolo di peer educator**

- Percorso formativo specifico per gruppi di atleti che assumono il ruolo di **peer educator** all'interno dell'associazione sportiva.
- Contenuti della formazione:
  - comprensione del fenomeno del disagio e della sua prevenzione;
  - capacità di ascolto dei coetanei e di “primo sostegno”;
  - limiti del proprio ruolo (non sostituirsi agli adulti, favorire la richiesta di aiuto);



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

#### **“Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro” U.O. “Politiche giovanili”**

- ideazione di iniziative di sensibilizzazione tra pari (campagne interne, giornate a tema, messaggi positivi, video).
- I peer educator possono partecipare, in modo strutturato, ad alcune attività dei punti di ascolto, e contribuire a farli conoscere ai compagni.

#### **1.4.4 Punti di ascolto itineranti presso associazioni/società sportive**

- Organizzazione di spazi di ascolto programmati presso associazioni/società sportive che aderiscono al progetto.
- Funzione: offrire ai ragazzi uno spazio informale di confronto e sostegno riferiti alla vita sportiva e anche utili nella vita fuori del contesto scolastico;
- I punti di ascolto saranno finalizzati anche a conoscere meglio la popolazione giovanile, i bisogni emergenti e le aree di maggiore fragilità, così da orientare le altre azioni del progetto, anche con la collaborazione attiva dei “Peer Educators”.

#### **1.4.5 Eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e la promozione della cultura del benessere psico sociale dei giovani e della prevenzione del disagio giovanile**

- Organizzazione di eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e la promozione della cultura del benessere psico sociale dei giovani. Gli eventi prevede la partecipazione di professionisti in materia di prevenzione del disagio giovanile e di promozione del benessere psico sociale dei giovani, inoltre può coinvolgere testimonial che, in vario modo, possano rafforzare il messaggio diretto ai giovani. Saranno diretti a giovani del territorio di Pisa attraverso il coinvolgimento delle associazioni/società sportive.



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

“Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro”  
U.O. “Politiche giovanili”

## 2 Progetto “giovani e bullismo” – Prevenzione e contrasto di bullismo e cyberbullismo

### 2.1 Introduzione e contesto

Bullismo e Cyberbullismo rappresentano oggi alcune delle forme più evidenti e problematiche di disagio relazionale in adolescenza. Si tratta di comportamenti ripetuti di prevaricazione, esclusione, umiliazione e aggressività, che possono manifestarsi in presenza (scuola, spazi sportivi, luoghi di aggregazione) o attraverso le tecnologie digitali (social network, chat, piattaforme di gioco online).

Questi fenomeni hanno conseguenze profonde sul benessere psicologico delle vittime (ansia, depressione, ritiro, perdita di autostima), ma anche sul clima sociale dei gruppi in cui avvengono, indebolendo i legami di fiducia e generando un ambiente basato su paura e silenzio. È inoltre sempre più evidente come la distinzione tra offline e online sia molto sfumata: dinamiche nate in presenza proseguono nello spazio digitale e viceversa.

Per prevenire e contrastare bullismo e cyberbullismo è necessario:

- sviluppare nei giovani una forte **intelligenza emotiva** ed **empatia**, per riconoscere il dolore altrui e i propri vissuti;
- promuovere sistematicamente **gentilezza, rispetto e responsabilità** nell'uso delle parole, dei gesti e degli strumenti digitali;
- rafforzare le **capacità relazionali** e la capacità di intervenire come spettatori attivi (non complici);
- coinvolgere in modo coordinato scuola, famiglia, associazioni/società sportive e altri luoghi di vita dei ragazzi.

Il progetto “giovani e bullismo” nasce dalla stessa matrice valoriale del progetto sul disagio generale, ma concentra gli sforzi sugli aspetti specifici del bullismo e del cyberbullismo.

### 2.2 Obiettivi specifici

- Prevenire l'insorgere di episodi di bullismo e cyberbullismo nei contesti scolastici e sportivi.
- Ridurre la tolleranza sociale verso atteggiamenti di prevaricazione e violenza verbale/fisica/online.
- Promuovere uso consapevole e responsabile delle tecnologie digitali.
- Rafforzare la collaborazione tra i diversi attori educativi (scuole, famiglie, associazioni/società sportive, servizi).

### 2.3 Azioni nelle scuole secondarie di secondo grado

#### 2.3.1 Incontri informativi specifici rivolti ad insegnanti e famiglie



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

#### “Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro” U.O. “Politiche giovanili”

- Per insegnanti:
  - strumenti per riconoscere episodi di bullismo in classe e negli spazi scolastici;
  - gestione educativa dei casi, con attenzione alla tutela delle vittime e al lavoro con l'intero gruppo classe;
  - modalità di collaborazione con famiglie e servizi di supporto.
- Per famiglie:
  - riconoscere segnali di bullismo o cyberbullismo nei figli;
  - dialogare su uso di smartphone, social, videogiochi;
  - sostenere i figli nel chiedere aiuto e nel non rimanere soli con quanto accade.

### 2.3.2 Percorsi/laboratori di educazione digitale per la prevenzione del cyberbullismo

- Attività in piccoli gruppi su:
  - uso consapevole dei social network e delle app di messaggistica;
  - tutela della privacy, della reputazione digitale e gestione di foto/video;
  - gestione delle chat di classe e dei gruppi online;
  - strategie per non essere complici (come spettatori) e per sostenere chi subisce.
- Possibile coinvolgimento dei referenti d'istituto per bullismo e cyberbullismo, quando presenti.

### 2.3.3 Formazione e ruolo dei peer educator

- Percorso formativo specifico per gruppi di studenti che assumono il ruolo di **peer educator** all'interno delle scuole.
- Contenuti della formazione:
  - comprensione delle dinamiche di bullismo e cyberbullismo;
  - capacità di ascolto dei coetanei e di “primo sostegno”;
  - limiti del proprio ruolo (non sostituirsi agli adulti, favorire la richiesta di aiuto);
  - ideazione di iniziative di sensibilizzazione tra pari (campagne interne, giornate a tema, messaggi positivi, video).
- I peer educator possono partecipare, in modo strutturato, ad alcune attività dei punti di ascolto, e contribuire a farli conoscere ai compagni.

### 2.3.4 Eventi informativi con professionisti su bullismo e cyberbullismo rivolti ai giovani

- Organizzazione di incontri rivolti agli studenti con: operatori esperti di media education, eventualmente avvocati esperti in diritto minorile e testimonial (ad esempio sportivi o figure riconosciute dai ragazzi), altri operatori specializzati.
- Contenuti:
  - definizione di bullismo e cyberbullismo, differenze da litigi o conflitti occasionali;
  - ruoli di bullo, vittima e spettatori;
  - conseguenze psicologiche e sociali;



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

#### “Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro” U.O. “Politiche giovanili”

- aspetti legali e responsabilità nell'uso di social e messaggistica;
  - come chiedere aiuto e a chi rivolgersi.
- Spazio dedicato a domande libere e, se utile, possibilità di raccogliere quesiti anonimi.

### **2.3.5 Eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e prevenzione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo.**

- Organizzazione di eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e prevenzione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo. Gli eventi prevedono la partecipazione di professionisti in materia di prevenzione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo, inoltre può coinvolgere testimonial che, in vario modo, possano rafforzare il messaggio diretto ai giovani. Gli eventi saranno diretti a giovani del territorio di Pisa attraverso il coinvolgimento degli Istituti secondari di secondo grado.

## **2.4 Azioni per associazioni/società sportive**

### **2.4.1 Incontri informativi specifici per allenatori, dirigenti e volontari su bullismo e dinamiche di gruppo nello sport**

- Incontri rivolti ad allenatori, istruttori e dirigenti su:
  - forme di bullismo tipiche del contesto sportivo (soprannomi offensivi, esclusione sistematica, umiliazioni, “non passare la palla” a qualcuno, ecc.);
  - riconoscimento dei segnali precoci e modalità di intervento;
  - definizione di regole di squadra che valorizzino rispetto, fair play e responsabilità collettiva.

### **2.4.2 Attività/laboratori con i giovani atleti su fair play e rispetto**

- Incontri con i giovani frequentanti le società sportive dedicati a:
  - rispetto dell'avversario, dell'arbitro e dei compagni;
  - prevenzione di prese in giro e umiliazioni nello spogliatoio e nelle chat delle squadre;
  - riflessione sulle dinamiche di gruppo e sugli effetti degli atti di esclusione;
  - collegamento tra comportamenti in campo e comportamenti online (chat, gruppi social, condivisione di immagini).

### **2.4.3 Formazione e ruolo di peer educator**

- Percorso formativo specifico per gruppi di atleti che assumono il ruolo di **peer educator** all'interno dell'associazione sportiva.
- Contenuti della formazione:



## COMUNE DI PISA

### DIREZIONE 05

**“Urp - Politiche Giovanili - Prevenzione e Protezione – Datore di Lavoro”**

**U.O. “Politiche giovanili”**

- comprensione delle dinamiche di bullismo e cyberbullismo;
- capacità di ascolto dei coetanei e di “primo sostegno”;
- limiti del proprio ruolo (non sostituirsi agli adulti, favorire la richiesta di aiuto);
- ideazione di iniziative di sensibilizzazione tra pari (campagne interne, giornate a tema, messaggi positivi, video).
- I peer educator possono partecipare, in modo strutturato, ad alcune attività dei punti di ascolto, e contribuire a farli conoscere ai compagni.

#### **2.4.4 Iniziative e campagne di sensibilizzazione in ambito sportivo con i giovani**

- Realizzazione di piccole campagne interne alle società e alle associazioni sportive, progettate con i giovani:
  - poster e slogan negli spogliatoi e nelle sedi;
  - brevi video o messaggi realizzati dai ragazzi;
  - momenti dedicati durante tornei, feste o eventi per veicolare messaggi di gentilezza, rispetto e gioco leale.

#### **2.4.5 Eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e prevenzione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo.**

- Organizzazione di eventi di informazione e divulgazione per la sensibilizzazione e prevenzione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo. Gli eventi prevedono la partecipazione di professionisti in materia di prevenzione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo, inoltre può coinvolgere testimonial che, in vario modo, possano rafforzare il messaggio diretto ai giovani. Gli eventi saranno diretti a giovani del territorio di Pisa attraverso il coinvolgimento delle associazioni/società sportive.