



Consiglio Regionale



La psicologia entra in classe

«Come approcciarsi agli altri»

Sondaggio: 40 ragazzi su 106 hanno detto di essere assertivi, 29 passivi, 23 aggressivi
3^A A SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO DI TERRICCIOLA

I professori della scuola Secondaria di primo grado Alessandro da Morrone di Terricciola hanno organizzato, con il contributo dell'amministrazione comunale, tre incontri con due psicologhe che si sono conclusi al teatro comunale. Vertevano sulla resistenza e sul modo di approcciarsi alle relazioni. Nel primo incontro le psicologhe hanno spiegato il progetto, parlando di cosa è la resistenza e di come viene attuata oggi e di come veniva attuata prima e poi hanno iniziato a spiegare come approcciarsi in una relazione o in un discorso con un'altra persona. Si può essere aggressivi o passivi. O, in una terza opzione, essere assertivi cioè si può esprimere i nostri pensieri senza offendere nessuno. Ognuna di queste reazioni ha conseguenze diverse: l'aggressività può portare a stress e solitudine, la passività può portare ad una bassa autostima ed ad attacchi di aggressività, mentre l'assertività può portare ad avere grande autostima e ad aver molte più relazioni.

Nella seconda lezione le psicologhe hanno distribuito a noi alunni dei foglietti e hanno detto di rispondere a varie situazioni. Poi hanno mostrato dei video tratti da vari film Disney in cui erano presenti discussioni tutte di carattere aggressivo che, però, alla fine portavano solo tristezza e dispiacere e non alla soluzione. Nell'ultima fase le psicologhe hanno diviso in gruppi i ragazzi ognuno con una risposta aggressiva, passiva e assertiva e gli hanno detto di scrivere le emozioni che avrebbero provato se fossero stati loro a dare quelle risposte. Nell'ultima lezione, svol-



La classe 3^ A della scuola Secondaria di primo grado di Terricciola

ta nel teatro comunale, le classi sono state divise per sezione e poi fatte mettere in cerchio per far dire ad ognuno una risposta aggressiva, una passiva e una assertiva. Poi i ragazzi sono stati divisi in gruppi per interpretare delle scene con risposte di diverso tipo, gli alunni come dei veri attori hanno interpretato delle parti calandosi completamente in esse. Questo progetto ha fatto comprendere, a noi studenti, come relazionarsi con le persone.

Cosa ne pensano i nostri compagni? Abbiamo fatto un sondaggio per sapere se il loro atteggiamento fosse cambiato o fosse rimasto invariato. Nel sondaggio abbiamo ricordato i tre atteggiamenti che

assumiamo di fronte a delle opinioni: essere aggressivi, passivi o assertivi. Il sondaggio era anonimo e gli alunni dovevano dare una sola risposta. Risultati: su 106 alunni, 22 hanno cambiato atteggiamento, 43 non hanno cambiato atteggiamento, 41 qualche volta si è comportato diversamente dal solito. 29 alunni hanno dichiarato di assumere un atteggiamento passivo, 23 aggressivo, 40 hanno dichiarato di essere assertivi. Al termine di questa attività abbiamo conosciuto un nuovo atteggiamento con cui reagire e su 106 alunni 40 sono assertivi. Speriamo che, crescendo, possiamo implementare la nostra percentuale ed essere sempre di più assertivi.

LA REDAZIONE

Ecco i nomi dei protagonisti

Classe 3^ A scuola Secondaria di primo grado Alessandro da Morrone di Terricciola che fa parte dell'Istituto comprensivo Sandro Pertini di Capannoli, Terricciola e Lajatico:
 Giulio Abbondandolo, Alisia Bellini, Anastasia Campobasso, Iris Cavallini, Diego Corso, Alberto Davini, Younes El Quardi, Matilde Incarbone, Diletta Iserani, Alessandro Massidda, Ryan Meini, Gabriele Salvini, Anastasia Scateni, Siria Simone, Sara Subissi, Andrea Tagliagambe, Federico Ticcianti. Professore tutor Gianfranco Gherardi. Dirigente scolastica Serena Balatresi.



L'approfondimento

Assertività, decidere rispettando se stessi e gli altri

L'assertività è una caratteristica del comportamento in un dibattito tra due o più persone e consiste nella capacità di esprimere le proprie idee senza trascurare le opinioni altrui. Il termine deriva dal latino «asserere» (asserire) che significa essere liberi, senza invadere la libertà degli altri. Questo concetto lo abbiamo appreso grazie all'incontro con due psicologhe che hanno trattato insieme a noi il tema di come relazionarsi con gli altri in una situazione di disaccordo. Inizialmente le dottores-

se ci hanno fatto compilare un questionario a crocette che ci proponeva diverse situazioni e noi dovevamo scrivere come avremmo reagito.

Dopodiché hanno iniziato a spiegare il significato della parola resistenza e hanno distinto due tipi di resistenza: armata, cioè reagire e resistere a chi è contro di noi utilizzando le armi (l'esempio dei Partigiani durante la seconda Guerra mondiale) e disarmata, senza la violenza (come la marcia del sale in India quando gli operai iniziarono a

marciare contro la tassa sul sale). Al tempo di oggi le resistenze sono maggiormente disarmate come ad esempio le petizioni e gli scioperi. Esistono tre diversi modi di reagire e di resistere all'opinione di una persona in disaccordo: aggressività (non si ascolta l'opinione altrui e si risponde con aggressività), assertività (si decide nel rispetto di sé stessi e degli altri), passività (si decide solo nel rispetto degli altri senza dare importanza alla propria opinione). Si deve reagire in modo assertivo.



La presentazione del lavoro al teatro