



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA

# Il benessere a scuola e la prevenzione del bullismo

**prof. Gianluca Gini**

*Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo  
e della Socializzazione*

*Università degli Studi di Padova*

## GUSTO DEL MESE NOCE & CIOCCOLATO BIANCO CON NOCI DI SORRENTO E GOCCE DI CIOCCOLATO BIANCO DOMORI



**"Qui dove il mare luccica":** componimento per uomo, ragazza e noci di Sorrento.

Là, sulla vecchia terrazza davanti al Golfo di Smeraldo, l'uomo che abbraccia la ragazza - dopo che aveva pianto - aveva davanti agli occhi, oltre al riflesso delle lampare sul mare, un paesaggio di alberi di noce, dal fusto alto e solido e dalla corteccia liscia. I loro frutti, le noci di Sorrento, sono le noci più pregiate del bacino del Mediterraneo, distinte dalle altre per la forma più allungata, il gusto lievemente amaro e la facilità con cui il gheriglio si separa dal guscio. Pochi frutti stanno risultati eccitanti come la noce di Sorrento, quando trasformati in gelato: per interpretarla al meglio, sfruttandone la naturale viscosità (che rende superflua - anzi, dannosa! - l'aggiunta di panna), trattiamo le noci il più finemente possibile, fino a far uscire l'olio contenuto nel gheriglio. Uniamo la pasta così ottenuta a latte, nocchioni di canna bianca e farina di carrube; senza aggiungere emulsionanti, coloranti, aromi o conservanti.

Affascinati dalla storia del noce, jenseite nella primizia italiana e in ordine dall'era delle glaciazioni e coltivato in Europa da più di ventisette secoli, ne abbiamo piantato uno anche sulle sponde del laghetto di Mura Muru e abbiamo scelto il suo splendido legno per realizzare i barconi delle nostre gelaterie.



**Il cioccolato:** dono degli dei... con piccolo aiuto dell'umanità.

Se Theobroma cacao, nome botanico del cacao, significa letteralmente "dono degli dei", bisogna ammettere che il dilatissimo culto del cioccolato ha un'antra, generosa divinità: la calossia. All'origine del cioccolato, infatti, c'è proprio la calossia, il frutto della pianta di cacao, che custodisce al suo interno 20-40 semi, detti "fave di cacao". Le fave di cacao vengono estratte dalla calossia e fatte fermentare, quindi essiccate ed infine tostate, preparate così ad affrontare la fase di raffinazione. Durante quest'ultima avviene il processo di maturazione: la parte grassa e solida del seme - il burro di cacao - si amalgama perfettamente con la parte secca (costituita dalla fibra, le proteine e, soprattutto, gli amidi) andando a costituire un prodotto estremamente delizioso: simile al cioccolato fondente, ma non zuccherato; questo prodotto si chiama "pasta di cacao" o "massa di cacao". Per successiva "spematura" della massa possiamo eventualmente separare un ulteriore quantitativo di burro di cacao dalla pasta, ottenendo così i due sottoprodotto per eccellenza del cacao: la polvere di cacao e il burro di cacao; è importante segnalare che per ottenere la polvere ed il burro molto raramente sono utilizzate le fave di cacao che provengono dal Centro America, più morbide; si utilizzano invece le fave di cacao africane, dal sapore meno aromatico e più astringente. Nella preparazione del cioccolato fondente e del cioccolato al latte può essere aggiunta un'altissima frazione di burro di cacao, mentre nel caso del cioccolato bianco il burro di cacao viene miscelato con latte in polvere e zucchero.



**"Giochiamo ai cowboy":** il cioccolato bianco e la sua storia.

Il cioccolato bianco fu commercializzato in Svizzera da Nestlé a partire dagli anni '30, ma mai ufficialmente introdotto al tempo di genio di un "Herz Chocolatier". L'unico indizio fornito, infatti, è un vago: "fu inventato per rispondere alla necessità di utilizzare gli eccessi di burro di cacao risultanti dal processo di lavorazione del cioccolato". Forse superando le previsioni dell'azienda stessa, la tavoletta di cioccolato bianco piacque e fu un successo in Australia, Nuova Zelanda, India, Irlanda, Sud Africa e Inghilterra; dove veniva venduta con il nome di "Milky bar", inspiegabilmente avvolta in una confezione illustrata con il disegno di un bambino cowboy, sorridente e mirino di pistola.



Nonostante la lotta agli indiani fosse l'improbabile tema della commercializzazione della "Milky bar", il cioccolato bianco non fu introdotto sul mercato americano fino al dopoguerra. Secondo alcuni ad opera della stessa Nestlé, che nel 1948 lanciò la "Nestlé's Alpine White Chocolate bar"; secondo altri - di cui condividiamo il nostalgico romanticismo - dal chimico americano di origini tedesche Kuno Buedeker, che avrebbe "inventato" (se così si può dire) il cioccolato bianco nel 1945. La sua è una bella storia: dopo aver lasciato il lavoro come ingegnere chimico in una fabbrica di Buffalo, preoccupato dagli effetti che i fumi dello stabilimento stavano avendo sulla sua salute, il signor Buedeker iniziò a lavorare come chimico in una cioccolateria.

**... il matrimonio**

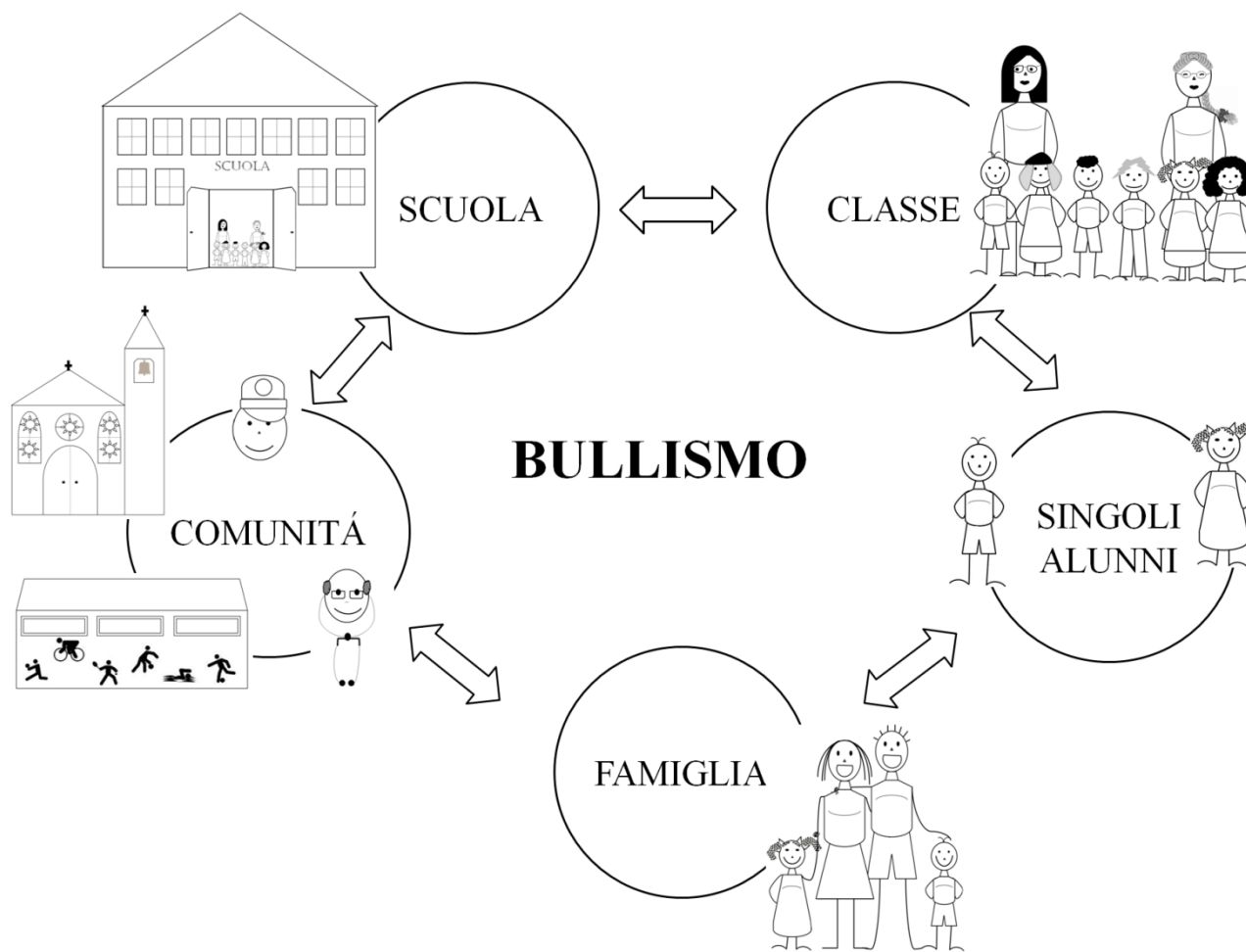
noce & cioccolato bianco + tiramisù = matrimonio d'amore

**Il gusto del mese di febbraio: Noce & cioccolato bianco.**

Proprio come i ricordi dell'uomo della canzone di Dalla, il gusto noce è caratterizzato da una sottile nota amara. Per attenuarla, come fanno i "due occhi verdi come il mare" che guardano Caruso, abbiamo scelto le gocce del cioccolato bianco realizzato per noi da Domori, dal fine aroma mandorlato, dolce ma non zuccherato.

Questo mese di San Valentino... superate a destra la classica stanza di cioccolato e dichiaratevi con un gelato: Gusto del Mese e Tiramisù, un dolce romantico di armonia con il cioccolato, il profumo di un sorriso di caffè. Gusto del Mese e Tiramisù.

## L'approccio ecologico alla prevenzione del (cyber)bullismo





## A LIVELLO DI SCUOLA

- ✓ Fare riferimento alla politica anti-bullismo della scuola
- ✓ Fare riferimento al regolamento della scuola o al codice di condotta in vigore
- ✓ Seguire le procedure di denuncia e intervento in essere nella scuola, al fine di affrontare tempestivamente gli episodi più gravi
- ✓ Consultare l'insegnante referente per le politiche anti-bullismo o il team anti-bullismo



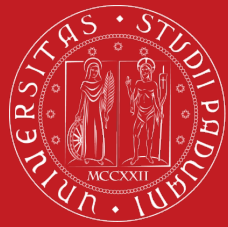
## A LIVELLO DI CLASSE

- Concordare con i ragazzi esplicite regole anti-bullismo
- Attraverso una discussione non giudicante (ad es. servendosi della tecnica del *circle time*) sensibilizzare gli studenti relativamente alla responsabilità condivisa per il miglioramento delle relazioni e per favorire il benessere della vittima
- Evitare di minimizzare il comportamento prepotente



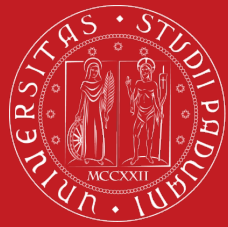
## A LIVELLO DI CLASSE

- Evitare di incolpare gli studenti coinvolti di fronte ai compagni di classe
- Favorire forme di aiuto concreto e di sostegno sociale ed emotivo alla vittima da parte di altri compagni di classe (ad es. attraverso attività di sostegno tra pari)



## A LIVELLO INDIVIDUALE

- Parlare con la vittima, ascoltandola in modo attivo
- Non iniziare ponendo molte domande una in fila all'altra o dicendo alla vittima cosa dovrebbe fare
- Ricordare sempre che la vittima probabilmente sarà imbarazzata, si vergognerà o avrà paura di raccontare la sua storia



## A LIVELLO INDIVIDUALE

- Rassicurare le vittime e non mettere in dubbio ciò che dicono
- Chiedere alle vittime cosa vogliono che facciate e, nei giorni successivi, monitorare la situazione per verificare come stanno andando le cose
- Se il disagio emotivo della vittima è particolarmente serio, può essere necessario aiutarla ad ottenere un sostegno psicologico





## A LIVELLO FAMILIARE

- Costruire un ponte: quando viene rilevato un caso di bullismo, è importante contattare i genitori dello/a studente/ssa
- Assicurarsi che il primo contatto con i genitori sia positivo
- Dire apertamente ai genitori che volete aiutare il loro figlio/a e assicurarsi che capiscano che non siete lì per giudicarli o incolparli



- Chiedere ai genitori cosa fanno di quello che sta succedendo al loro figlio/a
- Condividere con i genitori ciò che avete appreso sul problema del loro figlio/a
- Chiedere ai genitori se hanno già provato a risolvere il problema in qualche modo ed esprimere molto chiaramente la vostra disponibilità ad aiutare
- Fornire ai genitori informazioni che possano aiutarli a trovare sostegno sia all'interno che all'esterno della scuola



- favorire l'acquisizione di **consapevolezza**: come funzionano le nuove tecnologie e possibili comportamenti a rischio
- fornire agli studenti e agli adulti le **conoscenze** per riconoscere i comportamenti di cyberbullismo, nonché sulle loro possibili **implicazioni legali**



- creare **politiche e procedure** mirate alla prevenzione del cyberbullismo all'interno di un più generale progetto antibullismo
- creare le condizioni affinché gli studenti possano **denunciare** gli episodi di cyberbullismo che subiscono o di cui sono a conoscenza (la maggior parte degli episodi non viene denunciata)
- concordare con studenti e genitori **regole** chiare riguardo all'uso delle tecnologie (cellulare, internet) a scuola



- prevedere specifiche **conseguenze disciplinari** per coloro che fanno un uso scorretto delle tecnologie a scuola per prevaricare gli altri compagni
- prevedere un percorso di **sostegno per le vittime** di cyberbullismo, che tenga conto del loro livello di disagio psicologico (paura, ansia, solitudine, ecc.) e del grado di isolamento o, viceversa, supporto nel gruppo dei coetanei.



## Principali caratteristiche dei programmi più efficaci

1. Politica scolastica formalizzata
2. Formazione del personale scolastico
3. Miglioramento del sistema di regole e delle strategie di gestione della classe
4. Uso di strategie curricolari per aumentare la consapevolezza e la responsabilizzazione degli alunni
5. Implementazione di programmi di *peer support*
6. Identificazione di procedure di risposta agli episodi più gravi



## SAVE Training

Progetto finanziato all'interno del programma Erasmus+ Strategic Partnership

- ✧ Università di Barcellona (unità leader, Spagna)
- ✧ Università degli Studi di Padova (Italia)
- ✧ Empowering Children Foundation (Polonia)
- ✧ ICEP Europe (Irlanda)
- ✧ Fondazione Vicki Bernadet (Spagna)



## SAVE Training

[Home](#) / [Courses](#)



**CATALAN**

Free

[support](#)



**SPANISH**

Free



**ENGLISH**

[support](#) Free

[support](#)



**ITALIAN**

Free

[support](#)



**POLISH**

Free

[support](#)

<https://www.savetraining.eu/courses/>





## SAVE Training

4 moduli formativi:

1. Abuso infantile
2. Maltrattamento
3. Bullismo/cyberbullismo
4. Resilienza

Attestato di partecipazione

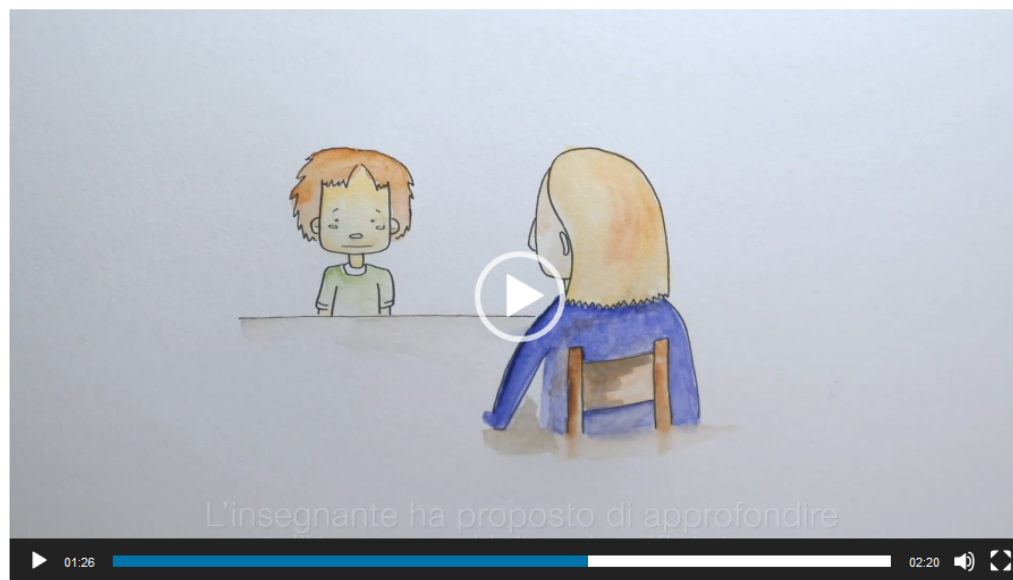
<https://www.savetraining.eu/courses/>



## SAVE Training

### UNA STORIA VERA

Clicchi sul video per vedere la storia di Helena....

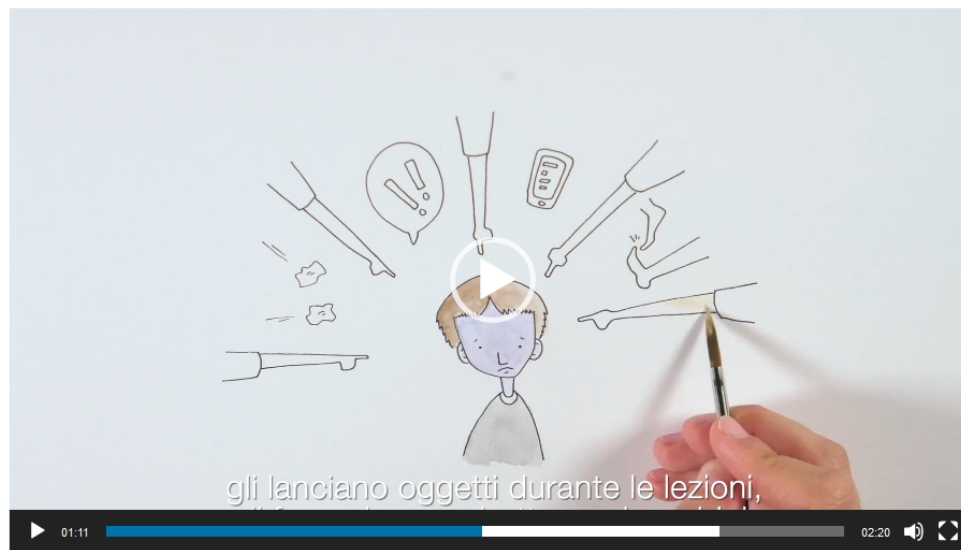


<https://www.savetraining.eu/courses/>



## SAVE Training

STORIA



gli lanciano oggetti durante le lezioni,

ATTIVITÀ DI RIFLESSIONE

L'esperienza di essere vittima di bullismo può avere un forte impatto emotivo. Anche le reazioni degli altri possono influire significativamente sulle emozioni della vittima. Secondo lei, come si sente Danny dopo che il suo insegnante gli ha parlato? Come si può sentire l'insegnante di Danny?

<https://www.savetraining.eu/courses/>



## **Gli interventi a livello di classe**

Alfabetizzazione emotiva

Attività curricolari



## L'alfabetizzazione emotiva





## Problema:

come affrontare un tema specifico (es., il bullismo o il cyberbullismo) durante l'attività didattica, su tempi lunghi, coinvolgendo in maniera attiva gli studenti?



## **Approccio curricolare**

Obiettivo principale: sensibilizzare, aumentare la consapevolezza



## Programmi di peer support e peer education

Peer education sui temi del bullismo e cyberbullismo

Operatore amico

Peer counseling

Circoli di qualità



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA

***Grazie per l'attenzione***

Per approfondimenti:

Gini G., Pozzoli T. (2018). *Gli interventi anti-bullismo*. Carocci, Roma