

SVILUPPO DELLA COMPETENZA: COMUNICAZIONE EFFICACE E PERSUASIVA

Attività pratiche per famiglie con bambini e ragazzi (6-14 anni)

Basato sul modello Life Skills dell'OMS e sul framework teorico del Centro Phoenix

QUADRO TEORICO DI RIFERIMENTO

Definizione della Competenza

La **Comunicazione Efficace e Persuasiva** è definita come la capacità di esprimersi in modo appropriato alla situazione e all'interlocutore, sia a livello verbale che non verbale. Include:

- Espressione delle proprie opinioni, bisogni e paure
- Ascolto attivo e interessato delle argomentazioni altrui
- Disponibilità nei confronti dei sentimenti degli altri
- Valorizzazione delle abilità altrui
- Atteggiamento propositivo ed empatico

Principi Fondamentali dello Stile Educativo Autorevole

- Affetto + Autonomia = Creatività, indipendenza, buon adattamento sociale
- Ascolto e presa d'atto dei pensieri e sentimenti dei figli
- Premiare l'iniziativa personale
- Rinforzare lo sforzo, non solo il risultato
- Comunicazione chiara, ferma ma gentile

1. DIALOGHI EDUCATIVI GENITORI-FIGLI

FASCIA 6-8 ANNI

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
Situazione 1: Conflitto con un compagno	Il bambino torna da scuola arrabbiato perché un compagno gli ha preso il giocattolo	GENITORE: "Vedo che sei arrabbiato. Mi vuoi raccontare cosa è successo?"	- Riconoscimento delle emozioni
		BAMBINO: "Marco mi ha preso la mia macchinina e non me l'ha ridato!"	- Espressione verbale dei bisogni
		GENITORE: "Capisco che tu sia arrabbiato.	- Ricerca di soluzioni

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
		Come ti sei sentito quando è successo?" BAMBINO: "Molto arrabbiato! Gli ho urlato!" GENITORE: "Hai fatto bene a dirgli che non ti piaceva. Pensi che ci potesse essere un altro modo per dirglielo?" BAMBINO: "Potevo dirgli: 'Marco, mi dai la mia macchinina per favore?'" GENITORE: "Bravissimo! Hai trovato una soluzione. Domani prova così e poi mi racconti come è andata."	alternative - Uso di formule di cortesia
Situazione 2: Difficoltà a condividere	Durante il gioco a casa, la sorella vuole giocare con i suoi mattoncini	GENITORE: "Laura, vedo che tua sorella vorrebbe giocare con te. Come ti fa sentire?" BAMBINA: "Non voglio! Sono i miei mattoncini!" GENITORE: "È vero, sono i tuoi. E va bene voler giocare da sola a volte. Cosa potresti dirle con parole gentili?" BAMBINA: "Emma, adesso voglio giocare da sola. Dopo giochiamo insieme?" GENITORE: "Perfetto! Hai espresso quello che volevi in modo chiaro e gentile. Tra quanto tempo pensi di poter giocare insieme?" BAMBINA: "Dopo che finisco questa costruzione!" GENITORE: "Ottimo! Emma, Laura giocherà con te tra poco. Puoi aspettare?"	- Asserzione dei propri diritti - Negoziazione - Comunicazione chiara delle proprie esigenze - Rispetto dei tempi altrui
Situazione 3: Bisogno non espresso	Il bambino si lamenta in modo generico durante i compiti	GENITORE: "Ti vedo un po' agitato. C'è qualcosa che non va?" BAMBINO: <i>fa spallucce</i> "Non lo so..." GENITORE: "Prova a dirmi: ti senti stanco? Triste? Confuso?" BAMBINO: "Non capisco questo esercizio!" GENITORE: "Ah, capisco! Quindi non è che non vuoi fare i compiti, è che questo esercizio ti sembra difficile. Che bello che me l'hai detto! Quale parte non capisci?" BAMBINO: "Questa qui" <i>indica</i> GENITORE: "Bravissimo a farmelo vedere. Adesso possiamo lavorarci insieme. La	- Identificazione delle proprie emozioni - Verbalizzazione delle difficoltà - Richiesta di aiuto - Comunicazione del bisogno specifico

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
		prossima volta, quando c'è qualcosa che non capisci, ricordati di dirmi subito 'non capisco questa parte', così ti posso aiutare subito!"	

FASCIA 9-11 ANNI

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
Situazione 1: Esclusione dal gruppo	Il figlio racconta di essere stato escluso da un gioco a ricreazione	GENITORE: "Come ti sei sentito quando non ti hanno fatto giocare?" FIGLIO: "Male... pensavo che fossimo amici." GENITORE: "Immagino. Hai provato a dire loro qualcosa?" FIGLIO: "No, me ne sono andato via arrabbiato." GENITORE: "Capisco la tua reazione. Secondo te, loro sapevano che ti sentivi escluso?" FIGLIO: "Forse no... non gli ho detto niente." GENITORE: "Quindi potrebbero non aver capito come ti sentivi. Come potresti fargli capire, secondo te?" FIGLIO: "Potrei dirgli: 'Mi piacerebbe giocare con voi, posso entrare nella squadra?'" GENITORE: "Ottimo! E se ti dicono di no? Cosa potresti rispondere?" FIGLIO: "Potrei dire: 'Ok, capisco. Ma mi è dispiaciuto non poter giocare con voi. La prossima volta avvisatemi prima!'" GENITORE: "Perfetto! Hai espresso sia il tuo desiderio di giocare, sia il tuo dispiacere, ma in modo costruttivo. Vuoi provare domani?"	- Espressione articolata dei sentimenti - Assertività - Gestione del rifiuto - Comunicazione costruttiva - Prospettiva dell'altro
Situazione 2: Disaccordo con	Il figlio si lamenta che l'insegnante non lo	GENITORE: "Raccontami meglio cosa è successo."	- Rispetto dei turni di parola

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
l'insegnante	ascolta	FIGLIO: "Volevo spiegare il mio punto di vista sul tema ma la prof non mi ha fatto parlare!" GENITORE: "Ti capisco, è frustrante quando non ci si sente ascoltati. Come hai cercato di farle capire che volevi parlare?" FIGLIO: "Ho alzato la mano ma poi mi sono arrabbiato e ho iniziato a parlare lo stesso." GENITORE: "Capisco la tua frustrazione. Secondo te, interrompere ha aiutato o peggiorato la situazione?" FIGLIO: "L'ha peggiorata... si è arrabbiata anche lei." GENITORE: "Cosa pensi che avresti potuto fare diversamente?" FIGLIO: "Potevo aspettare la fine della lezione e dirle: 'Professoressa, avevo un'idea sull'argomento, posso dividerla con lei?'" GENITORE: "Eccellente! Rispettare i turni di parola e chiedere il momento giusto per esprimersi è una grande abilità. Vuoi provare domani?"	- Gestione della frustrazione - Scelta del momento appropriato - Comunicazione rispettosa con figure di autorità - Autoriflessione
Situazione 3: Necessità di negoiazione	Il figlio vuole andare a dormire più tardi perché c'è un programma in TV	FIGLIO: "Mamma, posso vedere quel programma? Finisce alle 22!" GENITORE: "Capisco che ti interessi, ma sai che l'orario della nanna è alle 21. Dimmi perché è così importante per te." FIGLIO: "Perché domani ne parleranno tutti a scuola e io sarò l'unico che non l'ha visto!" GENITORE: "Capisco il tuo punto di vista. Il problema è che poi domani sarai stanco. Hai qualche proposta su come potremmo risolvere?" FIGLIO: "Potrei andare a letto 15 minuti prima stasera e recuperare domani sera?" GENITORE: "Interessante. Oppure potremmo registrarlo e vederlo insieme"	- Argomentazione logica - Negoiazione - Ricerca di compromessi - Ascolto del punto di vista altrui - Problem solving collaborativo

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
		domani pomeriggio. Cosa ne pensi?" FIGLIO: "Va bene, così non perdo la puntata e non perdiamo l'orario della nanna!" GENITORE: "Bravissimo! Hai espresso bene le tue ragioni, ascoltato le mie preoccupazioni e trovato una soluzione che va bene per entrambi!"	

FASCIA 12-14 ANNI

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
Situazione 1: Pressione dei pari	Il figlio è pressato dagli amici per saltare la scuola	GENITORE: "Noto che sei preoccupato per qualcosa. Vuoi parlarne?" FIGLIO: "Gli altri vogliono marinare domani e io sono l'unico che dice di no. Dicono che sono un fifone." GENITORE: "Capisco che sia una situazione difficile. Come ti senti rispetto alla tua decisione?" FIGLIO: "So che è giusta, ma ho paura che mi prendano in giro." GENITORE: "È difficile andare controcorrente. Come hai comunicato la tua decisione a loro?" FIGLIO: "Ho detto che non volevo venire, ma loro insistono." GENITORE: "E se provassi a spiegare le tue ragioni in modo più diretto? Ad esempio: 'Ragazzi, capisco che per voi sia divertente, ma io ho i miei motivi per non farlo. Non mi fa sentire a mio agio e rispetto che voi la pensiate diversamente, ma per me è un no.'" FIGLIO: "Ma se poi mi escludono?" GENITORE: "È un rischio. Ma dimmi: amici che ti rispettano solo quando fai quello che vogliono loro, sono veri amici?" FIGLIO: "Hai ragione... Proverò a parlare così. E se continuano, dirò: 'Questa è la mia scelta e vorrei che la rispettaste come io rispetto la vostra.'" GENITORE: "Perfetto. Ricorda: saper dire di no	- Comunicazione assertiva - Espressione di valori personali - Resistenza alla pressione dei pari - Argomentazione delle proprie scelte - Comunicazione dei confini personali

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
		con fermezza ma senza giudicare è una grande capacità."	
Situazione 2: Conflitto familiare	La figlia è arrabbiata per regole che considera ingiuste	FIGLIA: "Non è giusto! Tutti i miei amici possono stare fuori fino a mezzanotte!" GENITORE: "Vedo che sei molto frustrata. Parliamone con calma." FIGLIA: "Ma voi non capite niente! Sono sempre gli unici genitori severi!" GENITORE: "Capisco la tua frustrazione. Prima di continuare, ti chiedo di abbassare il tono. Quando sei calma, possiamo discuterne." <i>[dopo una pausa]</i> GENITORE: "Adesso parliamo. Spiegami perché pensi che la regola sia ingiusta." FIGLIA: "Perché ho 13 anni, sono responsabile e voglio stare con i miei amici." GENITORE: "Sono ragioni valide. Le nostre preoccupazioni sono la tua sicurezza e il riposo. Come potremmo trovare una soluzione che risponda a entrambe le esigenze?" FIGLIA: "Potrei avere un orario diverso nel weekend? E potrei mandare un messaggio quando arrivo e quando parto?" GENITORE: "Questa è una proposta interessante. Dimostra responsabilità. Mettiamo alla prova: iniziamo con le 23 e vediamo come va. Se mantieni gli accordi, ne riparlamo tra un mese." FIGLIA: "Grazie per avermi ascoltata!"	- Gestione della rabbia - Argomentazione razionale - Negoziazione con figure di autorità - Proposta di soluzioni - Comunicazione rispettosa anche nel conflitto - Assunzione di responsabilità
Situazione 3: Feedback critico	Il figlio deve comunicare un problema al professore di matematica	FIGLIO: "Papà, il prof di matematica va troppo veloce e non capisco niente, ma ho paura di dirlo." GENITORE: "Capisco la tua preoccupazione. Perché hai paura?" FIGLIO: "E se pensa che sono stupido? O se si arrabbia?" GENITORE: "Sono paure legittime. Ma come puoi esprimere il tuo bisogno in modo che non sembri una critica?" FIGLIO: "Non lo so..." GENITORE: "Prova a usare messaggi-io: 'Professore, quando le spiegazioni vanno	- Comunicazione di feedback costruttivo - Uso di messaggi-io - Richiesta di supporto appropriata - Comunicazione assertiva con autorità - Problem solving proattivo

SITUAZIONE	CONTESTO	DIALOGO EDUCATIVO	COMPETENZE SVILUPPATE
		velocemente, io faccio fatica a prendere appunti e a seguire. Potrebbe ripetere i passaggi più importanti o darci più tempo?" Cosa ne pensi?" FIGLIO: "Così sembra più una richiesta di aiuto che una lamentela!" GENITORE: "Esatto! E potresti aggiungere: 'Mi interessa capire bene la materia, per questo le chiedo questo aiuto.' Questo mostra il tuo interesse, non una critica." FIGLIO: "Ok, proverò a parlare così dopo la lezione. Se non funziona, possiamo parlarne insieme?" GENITORE: "Assolutamente. Intanto prova tu, e poi vediamo. Sono orgoglioso che tu voglia risolvere il problema!"	

2. LIBRI IN LINGUA ITALIANA

Fascia 6-8 anni

Per i bambini:

1. **"Le parole sono finestre [oppure muri]" - Jacqueline Woodson (Rizzoli)**
 - *Temi:* Potere delle parole, empatia, rispetto
 - *Perché consigliato:* Racconto illustrato che aiuta i bambini a comprendere l'impatto delle parole sugli altri
2. **"Che rabbia!" - Mireille d'Allancé (Babalibri)**
 - *Temi:* Gestione della rabbia, comunicazione delle emozioni
 - *Perché consigliato:* Insegna a riconoscere e esprimere la rabbia in modo appropriato
3. **"A che pensi?" - Laurent Moreau (Orecchio Acerbo)**
 - *Temi:* Pensieri, comunicazione interiore, diversità di prospettive
 - *Perché consigliato:* Aiuta a comprendere che ognuno ha pensieri diversi e che comunicarli è importante
4. **"Piccolo blu e piccolo giallo" - Leo Lionni (Babalibri)**
 - *Temi:* Amicizia, accettazione, comunicazione non verbale
 - *Perché consigliato:* Metafora visiva sulla comunicazione e l'integrazione

Per i genitori: 5. "Come parlare perché i bambini ti ascoltino & come ascoltare perché ti parlino" - Adele Faber & Elaine Mazlish (Mondadori)

- *Focus:* Tecniche di comunicazione efficace con bambini piccoli
 - *Valore scientifico:* Approccio evidence-based con esempi pratici
-

Fascia 9-11 anni

Per i ragazzi:

1. **"Wonder" - R.J. Palacio (Giunti)**
 - *Temi:* Empatia, rispetto delle differenze, coraggio nella comunicazione
 - *Perché consigliato:* Multiple prospettive narrative che insegnano l'ascolto dell'altro
2. **"La mia famiglia e altri disastri" - Silvia Roncaglia (Fabbri Editori)**
 - *Temi:* Comunicazione familiare, gestione delle emozioni, problem solving
 - *Perché consigliato:* Affronta situazioni quotidiane con umorismo e saggezza
3. **"Emozioni che parlano" - Rosalba Corallo (Centro Studi Erickson)**
 - *Temi:* Alfabetizzazione emotiva, comunicazione dei sentimenti
 - *Perché consigliato:* Strumento psicoeducativo per riconoscere ed esprimere emozioni
4. **"Il piccolo libro delle emozioni" - Geronimo Stilton (Piemme)**
 - *Temi:* Riconoscimento emotivo, espressione verbale delle emozioni
 - *Perché consigliato:* Linguaggio accessibile e approccio ludico

Per i genitori: 5. "Life skills e scuola" - Paola Marmocchi, Claudia Dall'Aglio, Michela Zannini (Centro Studi Erickson)

- *Focus:* Sviluppo competenze comunicative in età scolare
 - *Valore scientifico:* Basato sul modello OMS delle life skills
6. **"Intelligenza emotiva per un figlio" - John Gottman & Joan DeClaire (BUR Rizzoli)**
 - *Focus:* Coaching emotivo e comunicazione efficace genitori-figli
 - *Valore scientifico:* Ricerca empirica sui pattern comunicativi familiari
-

Fascia 12-14 anni

Per i ragazzi:

1. **"Il diario di Anna Frank" (Einaudi)**

- *Temi*: Espressione autentica del sé, scrittura come comunicazione
- *Perché consigliato*: Modello di comunicazione introspettiva e onesta

2. **"Diario di una schiappa" - Jeff Kinney (Il Castoro)**

- *Temi*: Relazioni sociali, comunicazione tra pari, problem solving
- *Perché consigliato*: Situazioni quotidiane affrontate con umorismo

3. **"Skillati! Una storia per imparare le Life Skills" - AA.VV. (Centro Studi Erickson)**

- *Temi*: Competenze di vita, comunicazione, problem solving
- *Perché consigliato*: Specificamente progettato per lo sviluppo delle life skills

4. **"Parla come mangi" - Massimo Roscia (Mondadori)**

- *Temi*: Linguaggio, comunicazione efficace, potere delle parole
- *Perché consigliato*: Approccio diretto alla comunicazione per preadolescenti

Per i genitori: 5. "L'età dello tsunami. Come sopravvivere a un figlio pre-adolescente" - Alberto Pellai & Barbara Tamborini (De Agostini)

- *Focus*: Comunicazione con preadolescenti, gestione conflitti
- *Valore scientifico*: Basato su ricerche in psicologia dello sviluppo

6. **"Parlare perché gli adolescenti ascoltino, ascoltare perché parlino" - Adele Faber & Elaine Mazlish (Mondadori)**

- *Focus*: Strategie comunicative specifiche per adolescenti
- *Valore scientifico*: Continuazione evidence-based del metodo Faber-Mazlish

7. **"Il cervello degli adolescenti" - Frances E. Jensen (Mondadori)**

- *Focus*: Neuroscienze della comunicazione adolescenziale
- *Valore scientifico*: Ricerca neuroscientifica sul cervello adolescente

3. FILM E FILMATI IN LINGUA ITALIANA

Fascia 6-8 anni

1. **"Inside Out" (2015) - Pixar/Disney**

- *Temi*: Emozioni, comunicazione interiore ed esteriore
- *Durata*: 95 minuti
- *Valore educativo*: Insegna a riconoscere, nominare e comunicare le emozioni in modo appropriato. Eccellente per discussioni su come esprimere ciò che si sente.
- *Attività post-visione*: Creare un "diario delle emozioni" dove il bambino può disegnare o scrivere come si sente ogni giorno

2. "Zootropolis" (2016) - Disney

- *Temi*: Pregiudizi, comunicazione tra diversi, perseveranza
- *Durata*: 108 minuti
- *Valore educativo*: Affronta stereotipi e l'importanza di ascoltare prima di giudicare
- *Attività post-visione*: Discutere di situazioni in cui i personaggi hanno cambiato idea dopo aver ascoltato

3. "Il Piccolo Principe" (2015)

- *Temi*: Relazioni, comunicazione autentica, valori
- *Durata*: 108 minuti
- *Valore educativo*: Insegna l'importanza di comunicare ciò che è davvero essenziale
- *Attività post-visione*: Creare disegni ispirati alla frase "L'essenziale è invisibile agli occhi" e spiegare cosa significa per il bambino

4. "Coco" (2017) - Pixar/Disney

- *Temi*: Comunicazione intergenerazionale, tradizioni, perdono
- *Durata*: 105 minuti
- *Valore educativo*: Importanza di ascoltare le storie familiari e comunicare attraverso le generazioni

Serie animate: 5. "Bluey" - ABC/Disney+

- *Episodi consigliati*: "Calypso", "Flatpack", "Sleepytime"
 - *Durata episodi*: 7 minuti
 - *Valore educativo*: Modelli eccellenti di comunicazione genitori-figli basata sul gioco e l'ascolto attivo
-

Fascia 9-11 anni

1. "Alla ricerca di Nemo" (2003) - Pixar/Disney

- *Temi*: Comunicazione genitori-figli, fiducia, indipendenza
- *Durata*: 100 minuti
- *Valore educativo*: Mostra come la mancanza di comunicazione crei incomprensioni e come risolverle
- *Attività post-visione*: Discussione su "Quando i genitori dicono no, quali potrebbero essere le loro ragioni?"

2. "Billy Elliot" (2000)

- *Temi*: Espressione del sé, superamento degli stereotipi, comunicazione in famiglia
- *Durata*: 110 minuti
- *Valore educativo*: Coraggio di esprimere la propria identità contro le aspettative sociali

- *Nota:* Alcuni temi richiedono accompagnamento genitoriale

3. **"Il GGG - Il Grande Gigante Gentile" (2016)** - Steven Spielberg

- *Temi:* Linguaggio creativo, comunicazione tra diversi, empatia
- *Durata:* 117 minuti
- *Valore educativo:* Bellezza della comunicazione creativa e dell'ascolto reciproco

4. **"Matilda 6 mitica" (1996)**

- *Temi:* Assertività, comunicazione con figure di autorità, giustizia
- *Durata:* 102 minuti
- *Valore educativo:* Modello di bambina che usa l'intelligenza e la comunicazione per difendersi

5. **"Wonder" (2017)**

- *Temi:* Empatia, diversità, comunicazione rispettosa
- *Durata:* 113 minuti
- *Valore educativo:* Multiple prospettive che insegnano l'ascolto dell'altro e la comunicazione empatica
- *Attività post-visione:* "Precetto del mese" - ogni famiglia condivide un valore importante

Documentari/Serie: 6. "Il mio amico Nanuk" (2014)

- *Temi:* Amicizia, comunicazione interculturale, rispetto dell'ambiente
 - *Durata:* 88 minuti
 - *Valore educativo:* Comunicazione oltre le barriere culturali e linguistiche
-

Fascia 12-14 anni

1. **"The Karate Kid" (2010) / "Cobra Kai" (serie)**

- *Temi:* Comunicazione maestro-allievo, rispetto, gestione dei conflitti
- *Durata film:* 140 minuti / *Serie:* episodi da 30 minuti
- *Valore educativo:* Modelli di comunicazione assertiva vs aggressiva, risoluzione pacifica dei conflitti
- *Attività post-visione:* Confrontare gli stili di insegnamento di Mr. Miyagi e altri maestri

2. **"Inside Out 2" (2024)** - Pixar/Disney

- *Temi:* Emozioni adolescenziali complesse, ansia, comunicazione del disagio
- *Durata:* 100 minuti circa
- *Valore educativo:* Evoluzione delle competenze emotive e comunicative in adolescenza
- *Attività post-visione:* Discussione su come comunicare l'ansia e lo stress in modo sano

3. **"Dead Poets Society - L'attimo fuggente" (1989)**

- *Temi:* Espressione del sé, comunicazione autentica, pressione sociale
- *Durata:* 128 minuti
- *Valore educativo:* Importanza di trovare la propria voce e comunicare con coraggio
- *Nota:* Alcuni temi profondi richiedono accompagnamento e discussione
- *Attività post-visione:* Creare un "club della comunicazione" dove esprimere liberamente opinioni

4. **"Freedom Writers" (2007)**

- *Temi:* Comunicazione interculturale, scrittura come espressione, superamento dei pregiudizi
- *Durata:* 123 minuti
- *Valore educativo:* Il potere della scrittura e della condivisione delle esperienze personali
- *Attività post-visione:* Iniziare un "diario della libertà" personale

5. **"Il discorso del re" (2010)**

- *Temi:* Superamento delle difficoltà comunicative, perseveranza, amicizia
- *Durata:* 118 minuti
- *Valore educativo:* Anche chi ha difficoltà può imparare a comunicare efficacemente con supporto e pratica

6. **"Arrival" (2016)**

- *Temi:* Comunicazione linguistica, empatia, comprensione reciproca
- *Durata:* 116 minuti
- *Valore educativo:* La comunicazione come ponte tra mondi diversi
- *Nota:* Alcuni concetti complessi, adatto a 13-14 anni

Serie consigliate: 7. "Anne with an E" (2017-2019) - Netflix

- *Temi:* Comunicazione autentica, espressione del sé, amicizia
- *Episodi:* 27 episodi da 45 minuti
- *Valore educativo:* Modello di ragazza che usa la comunicazione verbale articolata e l'espressione autentica

8. **"Skam Italia" (2018-2022) - Netflix/TIMvision**

- *Temi:* Comunicazione tra pari, social media, relazioni adolescenziali
- *Durata episodi:* 20-30 minuti
- *Valore educativo:* Ritratto realistico della comunicazione adolescenziale contemporanea
- *Nota:* Alcune tematiche mature, visione con accompagnamento consigliata

Documentari: 9. "Il mio insegnante di inglese" (documentario RAI)

- *Temi:* Comunicazione educativa, superamento delle barriere

- *Valore educativo:* Importanza della comunicazione nell'apprendimento
-

ATTIVITÀ PRATICHE DI RAFFORZAMENTO

Per tutte le fasce d'età:

1. "Il gioco dello specchio emotivo"

- Un membro della famiglia esprime un'emozione con il viso
- Gli altri devono indovinarla e poi esprimerla a parole
- Si discute di quando è importante comunicare quella emozione

2. "La scatola delle situazioni"

- Scrivere situazioni comunicative difficili su biglietti
- Estrarre a turno e discutere come affrontarle
- Role-play della situazione con soluzioni diverse

3. "Il diario della comunicazione"

- Ogni sera, condividere:
 - Una comunicazione efficace della giornata
 - Una situazione che si poteva gestire meglio
 - Cosa si è imparato

4. "Il pasto senza schermi"

- Almeno un pasto al giorno senza dispositivi
- Turni di parola strutturati
- Domande aperte che stimolino la comunicazione profonda

5. "La riunione familiare"

- Una volta a settimana, 30 minuti
 - Spazio protetto dove ognuno può esprimere bisogni, problemi, apprezzamenti
 - Pratica di negoziazione e problem solving collaborativo
-

INDICATORI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA

6-8 anni:

- ✓ Usa formule di cortesia (per favore, grazie, scusa)
- ✓ Esprime bisogni di base verbalmente
- ✓ Riconosce e nomina le emozioni principali
- ✓ Attende il proprio turno di parola (con promemoria)
- ✓ Guarda negli occhi l'interlocutore

9-11 anni:

- ✓ Esprime emozioni complesse con un vocabolario appropriato
- ✓ Adatta il tono di voce alla situazione
- ✓ Usa i messaggi-io ("Io sento...", "Per me è importante...")
- ✓ Ascolta attivamente senza interrompere
- ✓ Propone soluzioni ai conflitti
- ✓ Riconosce la prospettiva dell'altro

12-14 anni:

- ✓ Comunica assertivamente i propri confini
 - ✓ Gestisce critiche costruttivamente
 - ✓ Negozia compromessi rispettando entrambe le parti
 - ✓ Adatta linguaggio e registro al contesto
 - ✓ Fornisce feedback costruttivo
 - ✓ Esprime disaccordo in modo rispettoso
 - ✓ Usa la comunicazione per risolvere problemi complessi
-

BIBLIOGRAFIA SCIENTIFICA DI RIFERIMENTO

- OMS (1993). *Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools*. Ginevra: WHO.
- Goleman, D. (1995). *Intelligenza Emotiva*. Rizzoli.
- Gottman, J. (1997). *Raising an Emotionally Intelligent Child*. Simon & Schuster.
- Di Pietro, M., Bassi, E., & Filoramo, G. (2001). *L'alunno iperattivo in classe*. Erickson.
- Marmocchi, P., Dall'Aglio, C., & Zannini, M. (2004). *Educare le life skills*. Erickson.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Freeman.

- Watzlawick, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatica della comunicazione umana*. Astrolabio.
-

Documento elaborato sulla base del modello Life Skills dell'OMS e del framework teorico del Centro Phoenix per lo sviluppo delle competenze comunicative in età evolutiva.

Data: Gennaio 2026