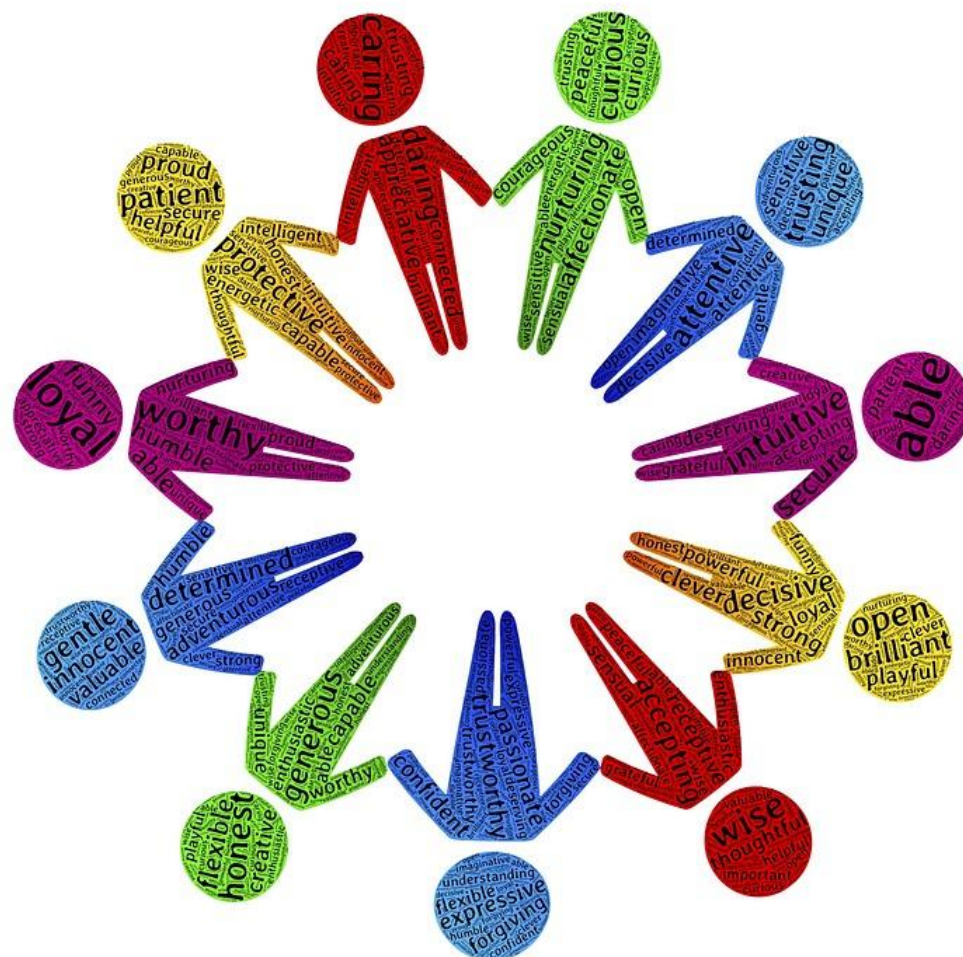


UNICI E SPECIALI

#uniciespeciali



Clicca qui per andare al sito ➡

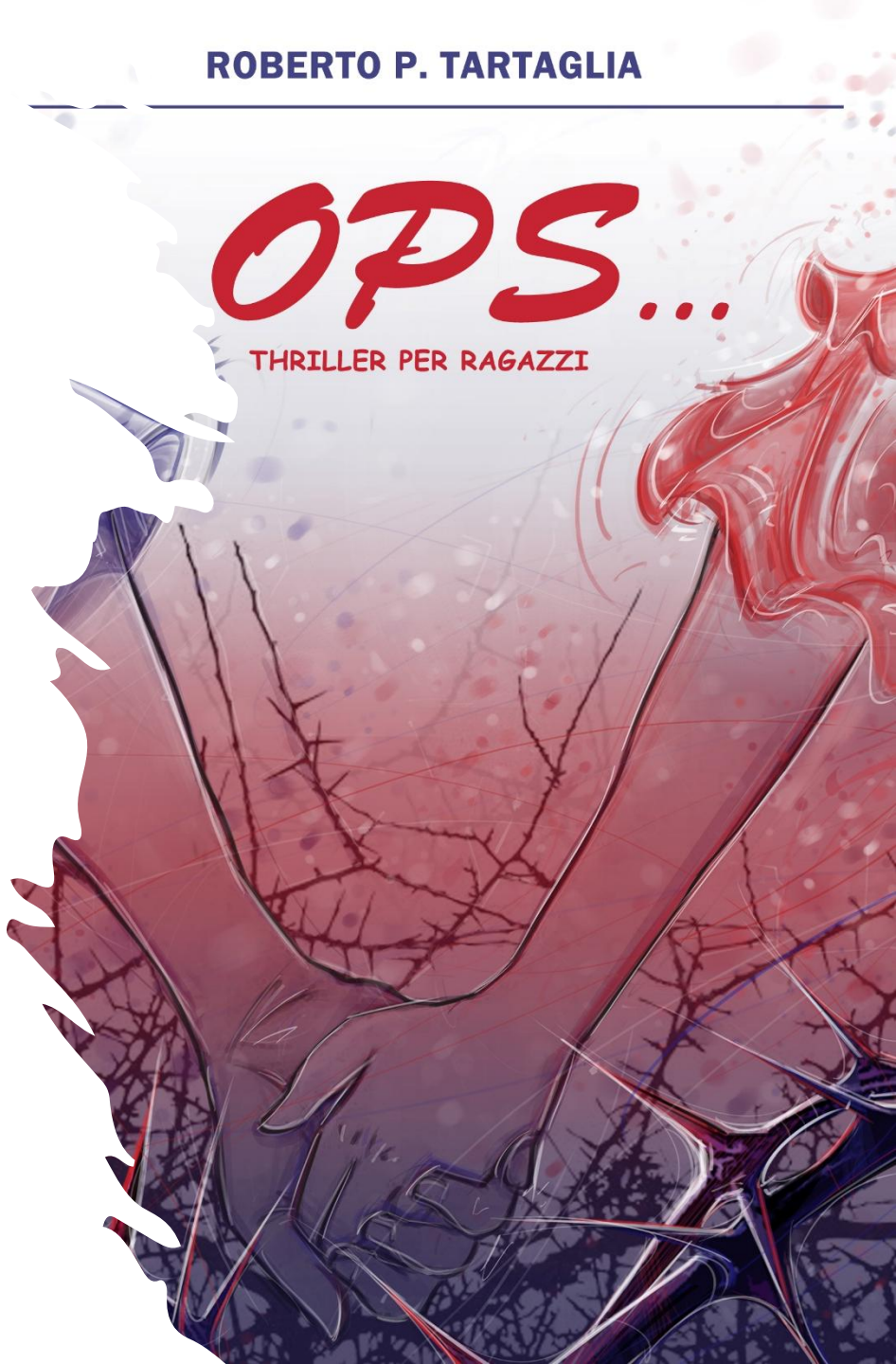


Ciao, sono **Roberto P. Tartaglia**, autore di thriller per giovani e adulti e ti do il benvenuto a questa guida del mio progetto «**Unici e speciali**». Una bella passeggiata insieme in un mondo tutto da scoprire...

Un progetto su bullismo, diversità, inclusione, empatia, amicizia e tanto, tanto altro.

Si tratta di un progetto nato dal mio libro «**Ops...**», che dal 2019 è un **bestseller tra i giovani** e ha conquistato il cuore di tanti studenti delle scuole.

Nel 2023, il mio libro è stato anche scelto per accompagnare l'uscita in Italia di un bellissimo **film sul bullismo** premiato al Festival di Cannes: «**Il patto del silenzio**».



Ops...

THRILLER PER RAGAZZI



Ma di cosa parla questo libro?

Axel è un ragazzo particolare, dai comportamenti singolari e, per questo motivo, in continuo contrasto con i suoi compagni di classe. Ha la Sindrome di Tourette, è considerato un «diverso».

Pochi giorni prima di Natale, per sfuggire all'aggressione di due bulli, si ritrova prigioniero nella sua stessa scuola, all'interno di una escape room.

Ma questo è nulla, se confrontato con quanto accadrà da lì a breve e con quello che scoprirà.

Così, mentre la sera fredda di dicembre cala sulla scuola, la sua vita prende improvvisamente tutta un'altra piega. E non solo la sua...

“Ops...” miscela comicità, suspense, mistero e una filosofia di vita basata sulla cooperazione, la collaborazione, l'empatia, l'amore per il prossimo e l'inclusione delle diversità.

«Guarda che ci hai
scocciato, con le
tue stranezze. Se
sei diverso da noi,
fatti curare, oppure
vattene in una
scuola per matti,
capito?»

OPS...

THRILLER PER RAGAZZI



Iniziamo subito a lavorare insieme!

Da questa semplice frase del libro **comprendiamo molte cose**. Quali sono, secondo te?

Per me, una ha più importanza di tutte: i bulli ritengono il protagonista «diverso».

Ma **cosa vuol dire essere «diversi»**? Diversi da chi e in che modo?

C'è **una cosa molto importante** che devi sapere, sulla diversità...



**Siamo tutti diversi, è
questo a renderci uguali**



Sembra una frase assurda, vero?

Eppure, se ci pensi, è davvero così. **Tutti siamo diversi dagli altri**, anche i gemelli sono diversi tra loro.

E allora?

Allora, **vuol dire che siamo tutti uguali**, perché è l'elemento della diversità che ci rende tutti simili, ciò che ci accomuna.

Io sono diverso, tu sei diverso, i nostri amici e parenti sono diversi...

Quindi, cosa vuol dire? Vuol dire che **la diversità è una cosa normalissima!**

A large, solid red oval shape that serves as the background for the text.

LA DIVERSITÀ

The image is a square collage divided into four equal quadrants, each featuring a different nature photograph. The top-left quadrant shows a butterfly with black, white, and red markings on its wings, perched on a green plant. The top-right quadrant shows a dark, spotted frog sitting on a light-colored rock. The bottom-left quadrant shows a close-up of a brown bear's head, looking slightly to the left. The bottom-right quadrant shows a cluster of bright yellow flowers with green leaves growing from a rocky ground. Overlaid in the center of the collage is the Italian text "La diversità è l'ingrediente base della vita" in a white, sans-serif font. A thin white horizontal line is positioned below the word "della".

La diversità è
l'ingrediente base
della vita



Senza diversità non ci sarebbe vita!

La diversità è la base della vita, **il nostro mondo è stato creato sulla diversità.**

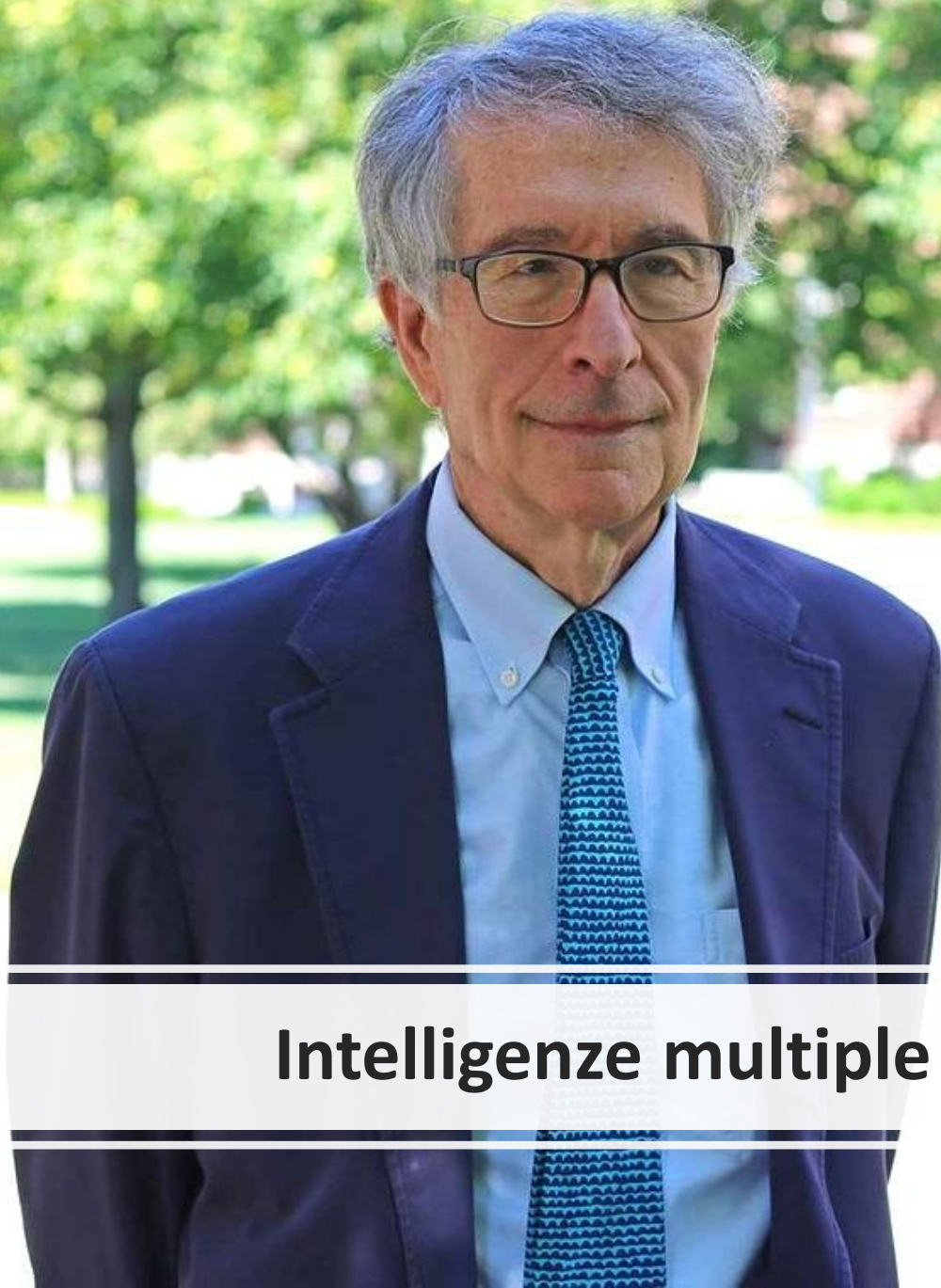
Se non ci fossero così tante diverse specie animali e vegetali, non ci sarebbero gli equilibri per garantire la vita.

Senza piante, gli erbivori non mangerebbero. Ma non tutti gli erbivori mangiano le stesse piante. Quindi ne servono di diverse.

Senza insetti, i fiori non potrebbero esistere, perché nessuno li impollinerebbe e non ne nascerebbero di nuovi.

E anche le diverse specie animali sono piene di diversità. Pensa **a quante diverse razze di cani esistono.**

Tu quante ne conosci?



Intelligenze multiple



Questo signore è un famoso psicologo...

Si chiama **Howard Gardner** e insegna ad Harvard, una delle più importanti università americane e del mondo.

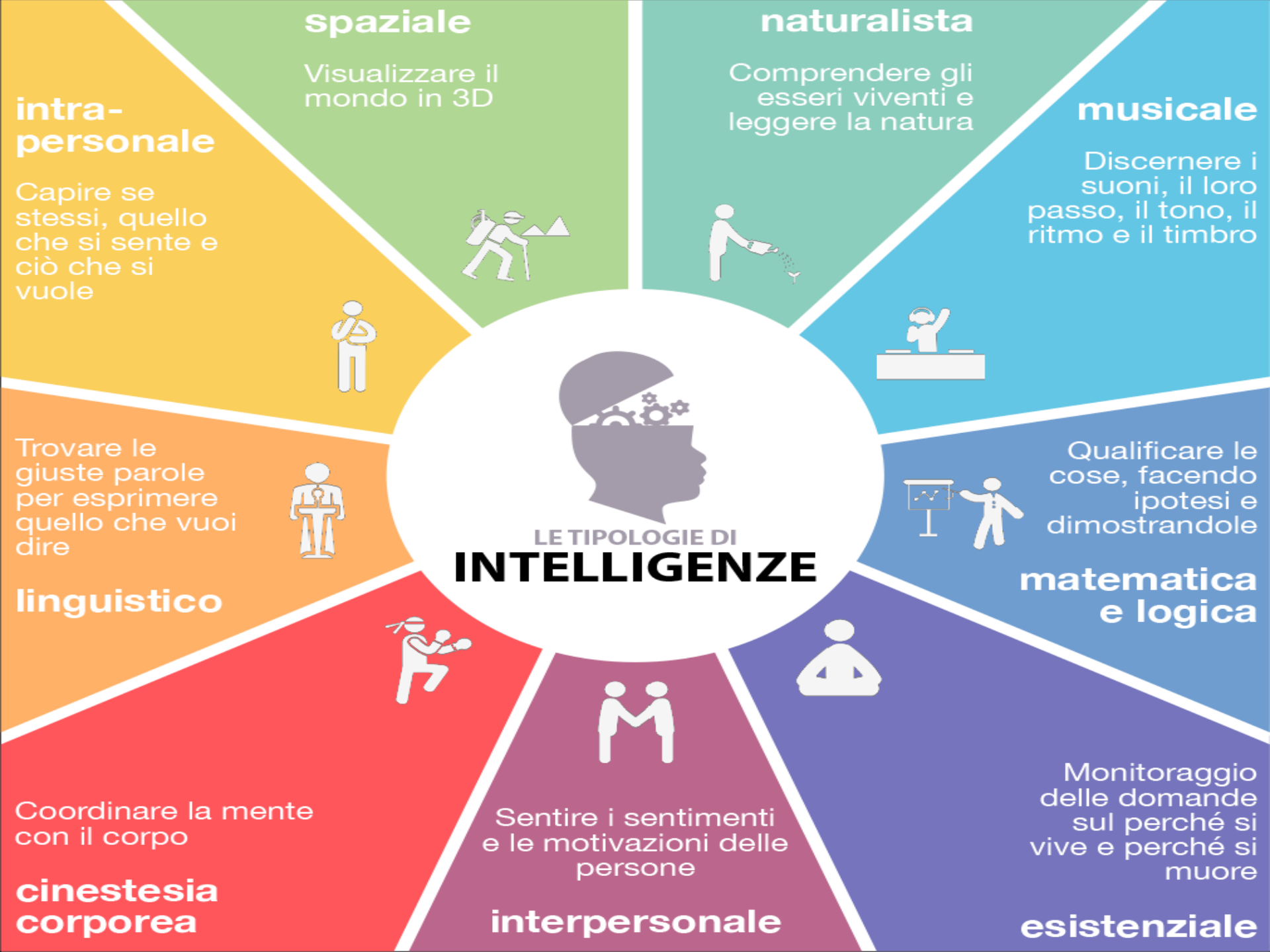
Negli anni '80 ha scoperto che ognuno di noi ha dentro di sé **almeno 9 diversi tipi di intelligenze**. Sì, ben 9!

Questa è la famosa «**teoria delle intelligenze multiple**».

Dopo averle conosciute, **fai una lista delle tue intelligenze** più forti e di quelle da sviluppare con lo studio.

Scopri quanto sei speciale!

Eccole...





Quali sono le tue intelligenze più spiccate?

Eh sì, perché **ognuno di noi ne ha di più spiccate** già alla nascita. Chi è più bravo in musica, chi in italiano, chi nello sport...

E le altre intelligenze meno spiccate? Sono da buttare?

Absolutamente no! **Si possono allenare con lo studio**, non è una cosa bellissima?

Tutto ciò cosa ci porta a scoprire, secondo te? Pensaci un po'...

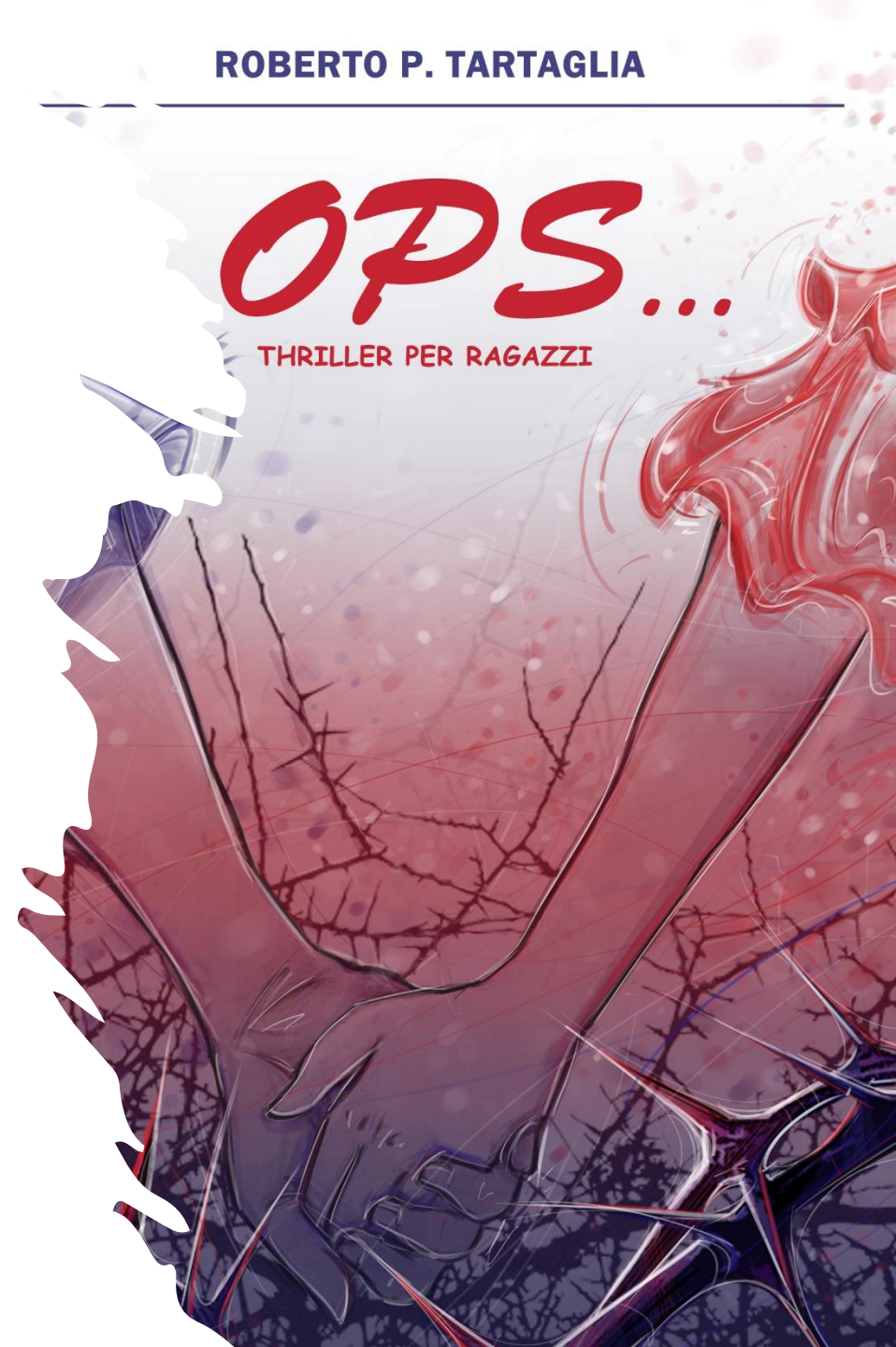
Io direi che ci porta a scoprire **l'importanza della diversità anche in noi umani**. Quindi, è inutile bullizzare qualcuno, o trattarlo male, perché non è bravo in una materia. **Non è stupido**, perché sicuramente sarà più bravo di noi in qualcos'altro.

E, magari, studiando insieme, lui o lei ti aiuterà a capire meglio ciò in cui è più forte e tu farai lo stesso con le tue capacità.

Questa è una cosa fantastica: **unire le nostre intelligenze e le nostre diversità per fare qualcosa di grande insieme!**

Se fossimo stati tutti uguali non sarebbe stato possibile. E poi... **ti immagini che noia?** Tutti uguali...

«Ci sono molti fattori che danno vita a queste scocciature. Molti sono di origine sensoriale.» La vide un po' confusa. «Come se il nostro sistema nervoso non fosse in grado di reagire bene agli stimoli che arrivano dai cinque sensi e andasse in tilt.» Era ancora confusa. «Questa è una cosa che ci accomuna con gli autistici. Prima stavo rotolando a terra perché, a volte, avverto il bisogno di *sentire il mio corpo*.» Era ancora confusa.





Ti presento la Sindrome di Tourette...

In questo passaggio del libro il protagonista sta facendo proprio questo: **sta presentando la sua «diversità».**

C'è chi è più alto, chi è più basso, chi ha gli occhiali, chi i capelli lunghi, chi li ha corti, chi veste in un modo e chi in un altro, chi ha un colore della pelle, chi un altro, chi pratica una religione e chi un'altra...

Le diversità sono tante e Axel ha la Sindrome di Tourette. **Proprio come me.**

E in questa fase del libro sta parlando con una persona che gli ha chiesto cosa abbia.

Ricorda questo passaggio, perché ne ripareremo tra poco: **è un punto importantissimo...**

**La paura
del
“diverso”
è... una
paura da
cavernicoli
!**





Ma, allora, perché tanti hanno paura della diversità?

Moltissimi anni fa, quando eravamo cavernicoli, era importante aver paura di chi era diverso da noi: apparteneva a un'altra tribù e poteva anche ucciderci.

Quindi, dentro di noi è rimasta questa paura. Ma oggi non ha più senso. Non ha senso avere paura di chi è diverso da noi, oppure odiarlo. Anzi...

Come abbiamo visto prima, dobbiamo amare la diversità, perché ci permette di arricchirci a vicenda. Io arricchisco l'altra persona con ciò che conosco e che so fare, l'altra persona arricchisce me allo stesso modo.

Purtroppo, molte persone non riescono a capire quanto siamo fortunati a essere diversi e, quindi, si lasciano andare alla paura o all'odio.

IL BULLISMO



Ora cerchiamo di capire cos'è il bullismo

Il **bullismo** è quando una persona, o un gruppo di persone, **fa del male un'altra persona più debole, più e più volte**. Il bullismo nasce in modi diversi, e la paura del «diverso» (o l'odio, o l'invidia) è uno di questi.

Il bullismo può usare la **forza fisica** (con spintoni o colpi), le **parole** (con insulti o prese in giro) o il **comportamento** (con l'escludere qualcuno o metterlo in imbarazzo davanti agli altri).

Una cosa importante del bullismo è che chi lo fa ha più forza, potere o sicurezza di chi lo subisce. A volte i bulli sono più forti fisicamente, altre volte sono in tanti contro uno solo. E alcuni usano anche oggetti o armi per fare ancora più danno.

Ma ricorda: **il bullismo non è solo picchiare o insultare**. Anche **ignorare** qualcuno di proposito, **non farlo giocare** o **parlare male** di lui alle sue spalle è bullismo. **Diffondere bugie** o farlo sentire umiliato è bullismo.



Il bullismo

È un veleno che richiede un antidoto!

Chi è coinvolto nel bullismo?

Quando si parla di bullismo, non sono coinvolti solo chi fa del male (i **bulli**) e chi lo subisce (le **vittime**). Ci sono anche i **testimoni**, cioè le persone che vedono quello che succede.

I testimoni possono fare la cosa giusta, per esempio:

- intervenire per fermare il bullo (senza rischiare di farsi male)
- chiamare un adulto
- chiamare il 112, se la situazione è molto grave

Ma a volte i testimoni fanno scelte sbagliate, come:

- fare finta di niente e girarsi dall'altra parte
- ridere, incitare il bullo o riprendere tutto con il cellulare

Per questo motivo i testimoni sono molto importanti.

E poi ci sono gli adulti, come **genitori, insegnanti, allenatori...** Come dico anche nel mio altro libro per ragazzi, [«Rebe Rebelle»](#), gli adulti hanno il compito di essere mentori, cioè **esempi da seguire**.

Cosa vogliamo insegnare ai ragazzi? Che essere violenti è giusto? Che escludere gli altri ci rende forti? Oppure vogliamo insegnare il rispetto, la gentilezza e il coraggio di aiutare chi è in difficoltà?





Anche i media fanno la loro parte

Un altro veleno che richiede un antidoto!

fu 11



Attenzione anche al cyberbullismo...

Il **bullismo** è sempre stato un problema, ma oggi, con **internet** e i **telefoni**, è diventato ancora **più difficile da contrastare e fermare**.

Oltre agli insulti o alle botte che si vedono nella vita reale, ora ci sono anche **attacchi online**, che spesso avvengono di nascosto, dietro uno schermo.

Questo si chiama **cyberbullismo**.

A volte, gli adulti dicono: “Sono solo ragazzi... passerà.” Ma non è vero. **Le parole cattive, i messaggi offensivi, i video pubblicati online possono fare molto male**, anche più di una spinta o di uno schiaffo.

Il cyberbullismo può ferire dentro, nel cuore e nella mente. Chi lo subisce può iniziare a sentirsi sbagliato, a perdere fiducia in sé e a soffrire in silenzio.

Per questo **dobbiamo restare forti**, imparare a difenderci e a difendere gli altri.



E attenzione anche a TV e videogiochi!

Oggi siamo sempre circondati da televisione, videogiochi, social e smartphone. Per questo motivo, molte persone si chiedono: «Quello che vediamo ogni giorno può influenzare il nostro comportamento?»

Uno psicologo famoso, Albert Bandura, diceva che impariamo osservando gli altri. Questo vuol dire che, se vediamo spesso scene di violenza (ad esempio in un videogioco o in un film), potremmo pensare che usare la forza sia normale per risolvere i problemi. Ma **la violenza è sempre sbagliata!**

Lo stesso accade se lo vediamo fare a qualcuno di cui ci fidiamo nella vita reale... attenzione!

Alcuni studi hanno mostrato che **guardare o giocare a contenuti violenti** può far diventare le persone più aggressive e meno capaci di mettersi nei panni degli altri.

Uno studio molto importante, fatto tanti anni fa (nel 1992), ha scoperto qualcosa di davvero serio: **i bambini che guardano spesso scene violente in TV possono diventare più violenti anche dopo 15 anni!** Questo è proprio il tempo che serve a un bambino per diventare adolescente.

Quindi è importante fare attenzione a cosa guardiamo, e capire che **nella vita reale si deve scegliere la gentilezza**, anche se in TV o sul web a volte sembra che vinca chi è più aggressivo. **Sul web e in TV spesso è tutta una finzione!**

GLI ANTIDOTI



L'empatia

IL SUPERPOTERE DA ALLENARE



Siamo tutti supereroi...

Se ci pensi, abbiamo davvero un **superpotere**:
l'empatia. Sai cos'è?

È la **capacità di capire cosa un'altra persona sta provando** in quel momento. Rabbia? Paura? È innamorata? È felice?

È **come leggere nella mente**, in sostanza. E tutti possiamo sviluppare questo superpotere.

In realtà lo abbiamo dalla nascita e, da piccoli, siamo molto empatici.

Poi, crescendo, **se non lo alleniamo si indebolisce**. Proprio come accade ai superpoteri degli X-Men.

Ma **come allenare questa empatia?**



Sciacallo o giraffa?



Ecco un altro grande psicologo!

Si chiamava Marshall Rosenberg ed era un genio.

Vedi quei due pupazzi? Lui andava nelle scuole e chiedeva ai giovani: **vuoi essere sciacallo o giraffa?**

Lo sciacallo è sempre arrabbiato, aggredisce. La giraffa è dolce, amorevole e va d'accordo con tutti.

Ovviamente **è più bello essere giraffe**: si vive meglio, più felici, e si fanno tante amicizie. Uniamo le nostre diversità e facciamo grandi cose.

Inoltre, ricordi quando Axel parlava della Tourette? Ecco, **essere giraffe permette di abbattere le barriere** che ci tengono lontani dagli altri.

Se ho paura, oppure odio qualcuno, ne sto lontano. Invece, se mi comporto in modo amorevole, lo ascolto e gli parlo. Questo **ci permette di entrare in empatia**.

È una cosa bellissima! **Ti consiglio di provare il prima possibile**. Cerca una persona diversa da te, che ancora non conosci, e iniziate a parlare per fare amicizia.



**Leggere narrativa
è vivere mille vite**



Tu leggi tanti libri di narrativa?

C'è chi dice che leggere storie di narrativa, di fantasia, inventate, non serva a nulla.

È sbagliatissimo!

Leggere narrativa è uno degli allenamenti più importanti per sviluppare e rafforzare l'empatia.

Leggendo possiamo entrare nella mente e nel cuore dei protagonisti della storia, conoscere chi è diverso da noi, comprendere meglio gli altri e **imparare a essere giraffe**. Quindi, leggi tante storie!

Non fa nulla che siano di fantasia, **il nostro cervello tratta la fantasia come se fosse realtà.**

Non ci credi? **Facciamo una prova.** Chiudi gli occhi e pensa intensamente a qualcosa che ti piace molto mangiare. Qualsiasi cosa che ti piaccia tantissimo. Aspetta qualche secondo e vedrai che ti verrà l'acquolina in bocca.

Sai perché? Perché la saliva è il primo passo con cui il corpo si prepara a digerire un cibo. Quindi, il nostro corpo è davvero convinto che davanti a noi ci sia quella squisitezza. E si prepara a mangiare. Ma la stiamo solo immaginando!

Ecco perché piangiamo, ridiamo o ci arrabbiamo quando vediamo dei film: sono storie di fantasia, ma il nostro cervello reagisce come se fossero vere.

E quando leggi è tutto ancora più potente!

A large, textured question mark is centered on a dark, grainy background. A semi-transparent rectangular box with a thin white border is overlaid on the question mark. Inside the box, the text "Cosa abbiamo imparato?" is written in a bold, black, sans-serif font. Below the question mark, there is a small, textured square object.

**Cosa abbiamo
imparato?**



Ed eccoci alla fine di questa passeggiata insieme...

Spero ti sia piaciuta e ti abbia insegnato qualcosa di importante.

Prova a ragionare su cosa hai imparato oggi, **prendi un foglio di carta e fai una lista delle 5 cose più importanti che hai imparato** in questa passeggiata insieme.

Una te la dico io...



**NELLE
NOSTRE
DIVERSITÀ...
SIAMO
TUTTI UNICI
E SPECIALI**

**GLI ESERCIZI
DA FARE A
CASA, O IN
CLASSE**

1

Nei panni dell'altro

Obiettivo: sviluppare empatia

Come si fa: A coppie. Uno racconta una situazione difficile che ha vissuto (esclusione, presa in giro, malinteso), anche inventata. L'altro deve descrivere come si sentirebbe al suo posto e cosa farebbe per aiutarlo. → Poi si scambiano i ruoli.

 *Riflessione finale:* “Com'è stato provare a vedere il mondo con gli occhi di un altro?”

2

Il puzzle della diversità

Obiettivo: apprezzare le differenze

Come si fa: A gruppi, ciascuno prende un pezzo di puzzle (può essere anche un cartoncino tagliato). Ogni pezzo deve avere scritta una caratteristica personale (es: “sono timido”, “adoro i manga”, “vengo da un altro paese”). Poi si compone il puzzle tutti insieme.

→ Il puzzle si completa solo se tutti i pezzi sono presenti.

 *Riflessione finale:* “Ognuno è unico, e serve a creare un gruppo completo e unito.”

3

Parole che curano, parole che feriscono

Obiettivo: riflettere sull'uso del linguaggio

Come si fa: Su un cartello o lavagna scrivere “Parole che feriscono”, sull’altro “Parole che fanno bene”. Si può anche dividere il cartello o la lavagna in due.

Ognuno attacca post-it con parole o frasi che hanno sentito dire o direbbero in ognuna delle due situazioni.

→ Poi si discute insieme su come le parole possono fare male o guarire.

 *Riflessione finale:* “Quali parole vorresti ricevere e quali non vorresti mai sentire?”

4

♥ Il diario dell'empatia

Obiettivo: allenare l'osservazione empatica

Come si fa: Per una settimana, ognuno tiene un piccolo diario in cui scrive le situazioni in cui ha visto qualcuno in difficoltà e cosa ha fatto, o avrebbe potuto fare, per aiutarlo. Alla fine della settimana, ognuno condivide le proprie esperienze.

🧠 *Riflessione finale:* "Quante occasioni abbiamo per fare del bene ogni giorno?"

5

Teatro delle emozioni

Obiettivo: riconoscere e rispettare le emozioni degli altri

Come si fa: A gruppi, ognuno prepara e recita una breve scena che rappresenti un gesto di bullismo, un gesto di aiuto, o una gentilezza.

Gli altri devono indovinare le emozioni provate dai personaggi.

 *Riflessione finale:* “Come ci sentiremmo se fossimo il protagonista vittima della scena?”



COME CONTATTARMI?
E DOVE TROVARE I MIEI LIBRI?



www.robertotartaglia.com



autore@robertotartaglia.com

Clicca qui per scoprire il libro



amazon

BESTSELLER

**UNICI E
SPECIALI**

#uniciespeciali

GRAZIE!