



*Istituto Comprensivo "A. Rosmini"  
Scuola Primaria e Secondaria di I Grado  
Via Mazzini, 39 - 22030 Pusiano (CO) Tel. 031/655944 - 031/658729 - Fax 031/657136  
E-mail: [COIC802007@istruzione.it](mailto:COIC802007@istruzione.it) web: [www.icrosminipusiano.edu.it](http://www.icrosminipusiano.edu.it)  
Posta elettronica certificata: [COIC802007@pec.istruzione.it](mailto:COIC802007@pec.istruzione.it)*

**#SOCIAL-MENTE**

**Pillole di cittadinanza digitale  
per la scuola primaria**

# IL MANIFESTO DELLA COMUNICAZIONE NON OSTILE

Si tratta di dieci regolette, di affermazioni che hanno lo scopo di farci pensare ad una comunicazione bella, positiva, capace di costruire ponti verso gli altri.



## Il Manifesto della comunicazione non ostile

### 1. Virtuale è reale

LA RETE NON È UN GIOCO. È UN POSTO DIVERSO, MA È TUTTO VERO. E ANCHE IN RETE CI SONO I BUONI E I CATTIVI: BISOGNA STARE ATTENTI!

### 2. Si è ciò che si comunica

IN RETE BISOGNA ESSERE GENTILI. DIETRO LE FOTO CI SONO PERSONE COME NOI. SE DICI COSE CATTIVE, SARANNO TRISTI, O PENSERANNO CHE SEI CATTIVO.

### 3. Le parole danno forma al pensiero

PRIMA DI PARLARE BISOGNA PENSARCI: PUOI CONTARE FINO A DIECI! COSÌ RIESCI A TROVARE PROPRIO LE PAROLE GIUSTE PER DIRE QUELLO CHE VUOI.

### 4. Prima di parlare bisogna ascoltare

NESSUNO HA RAGIONE TUTTE LE VOLTE. IMPARARE AD ASCOLTARE È MOLTO BELLO, PERCHÉ SI CAPISCONO I PENSIERI DEGLI ALTRI E SI DIVENTA AMICI.

### 5. Le parole sono un ponte

CI SONO DELLE PAROLE CHE FANNO RIDERE E STARE BENE, COME UNA COCCOLA O UN ABBRACCIO. E ABBRACCIARSI CON LE PAROLE È BELLISSIMO!



## 10 COSE CHE I GENITORI E GLI EDUCATORI POSSONO SPIEGARE ANCHE AI PIÙ PICCINI



### 6. Le parole hanno conseguenze

LE PAROLE CATTIVE GRAFFIANO E FANNO MALE. SE TU FAI MALE A QUALCUNO CON LE PAROLE, POI NON È PIÙ TUO AMICO. TANTE PAROLE BELLE, TANTI AMICI!

### 7. Condividere è una responsabilità

LA RETE È COME UN BOSCO: MEGLIO FARSI ACCOMPAGNARE DA UN GRANDE. E NON DIRE MAI A CHI NON CONOSCI IL TUO NOME, QUANTI ANNI HAI, DOVE ABITI.

### 8. Le idee si possono discutere.

#### Le persone si devono rispettare

QUALCHE VOLTA NON SI VA D'ACCORDO: È NORMALE. MA NON È NORMALE DIRE PAROLE CATTIVE A UN AMICO SE LUI NON LA PENSA COME TE.

### 9. Gli insulti non sono argomenti

OFFENDERE NON È DIVERTENTE. GLI ALTRI DIVENTANO TRISTI E ARRABBIATI. ADESSO SEI GRANDE E SAI PARLARE: NON HAI PIÙ BISOGNO DI URLARE.

### 10. Anche il silenzio comunica

QUALCHE VOLTA È BELLO STARE ZITTI. QUANDO NON SAI COSA DIRE, NON DIRE NIENTE! TROVERAI IL MOMENTO GIUSTO PER DIRE LA COSA GIUSTA.



# 1. VIRTUALE E' REALE

- La rete non è un gioco. E' un posto diverso, ma è tutto vero. E anche in rete ci sono i buoni e i cattivi: bisogna stare attenti.



Spesso siamo portati a pensare che, quando siamo in rete, siamo in uno spazio che non esiste, in un'altra dimensione.

Siamo portati a credere che, al di là dello schermo, ci sia una persona che corrisponde esattamente a chi dice di essere.

La maggior parte delle volte è così. Ma è meglio sempre stare attenti.



## 2. SI E' CIO' CHE SI COMUNICA

- In rete bisogna essere gentili. Dietro le foto ci sono persone come noi. Se dici cose cattive saranno tristi o penseranno che sei cattivo.



Le parole che usiamo ci rappresentano e, spesso, ci fanno sembrare diversi da quello che veramente siamo, perché a volte usiamo espressioni che mai oseremmo pronunciare se avessimo i nostri amici davanti.

Invece, occorre riflettere: useremmo proprio queste parole se avessimo qui vicino a noi la persona con cui stiamo parlando?

Quale reazione avrà questa persona nel leggere ciò che le stiamo scrivendo?



### 3. LE PAROLE DANNO FORMA AL PENSIERO

- Prima di parlare, bisogna pensarci: puoi contare fino a dieci! Così riesci a trovare proprio le parole giuste per dire quello che vuoi.





Nella comunicazione in rete non abbiamo il tono della voce, i gesti e le espressioni del volto ad aiutarci ad esprimerci!

E' necessario allora non comunicare di getto e senza riflettere, ma prendersi tutto il tempo utile a formulare un pensiero chiaro.

Lo stesso dovremmo fare anche quando rispondiamo ad un messaggio: abbiamo veramente capito che cosa l'altra persona voleva comunicarci?



## 4. PRIMA DI PARLARE BISOGNA ASCOLTARE

- Nessuno ha ragione tutte le volte. Imparare ad ascoltare è molto bello perché si capiscono i pensieri degli altri e si diventa amici.



Un bambino chiede al nonno:  
"Perché abbiamo due orecchie e una  
bocca?".

"Perché si deve ascoltare due volte  
prima di parlare"





Comunicare significa mettere in comune,  
creare legami di amicizia.



## 5. LE PAROLE SONO UN PONTE

- Ci sono delle parole che fanno ridere e stare bene, come una coccola o un abbraccio. E abbracciarsi con le parole è bellissimo!



Quando noi parliamo, scriviamo ad una persona è perché vogliamo condividere qualcosa con lei. Con le parole “giuste” tutto questo è possibile!!



## 6. LE PAROLE HANNO CONSEGUENZE

- Le parole cattive graffiano e fanno male. Se tu fai male a qualcuno con le parole poi non è più tuo amico. Tante parole belle, tanti amici.



Se usiamo parole scorrette, violente o volgari, ciò che ci lega ai nostri amici si rompe e sarà difficile recuperare.

Cerchiamo di accorgerci sempre delle reazioni degli altri alle nostre parole .... saremo pronti a cambiarle e a chiedere scusa.



## 7. CONDIVIDERE E' UNA RESPONSABILITA'

- La rete è come un bosco: meglio farsi accompagnare da un grande e non dire mai a chi non conosci il tuo nome, quanti anni hai, dove abiti.





E' bello sapere che ci sono degli adulti, con noi, che ci possono aiutare, consigliare, accompagnare ...



## 8. LE IDEE SI POSSONO DISCUTERE. LA PERSONE SI DEVONO RISPETTARE

- Qualche volta non si va d'accordo, è normale. Ma non è normale dire parole cattive ad un amico se lui non la pensa come te.





Spesso pensiamo che la nostra idea sia sempre giusta e migliore delle altre. Invece, ascoltando quelle degli altri, possiamo scoprire nuovi punti di vista, opportunità ...



## 9. GLI INSULTI NON SONO ARGOMENTI

- Offendere non è divertente. Gli altri diventano tristi ed arrabbiati. Adesso sei grande e sai parlare! Non hai bisogno di urlare!



Offendere qualcuno non è mai bello, anche quando pensiamo che sia solo uno scherzo.

Spesso alziamo la voce per far capire agli altri che abbiamo ragione, che la nostra idea è perfetta.

Invece, se trattiamo gli altri con gentilezza, riceveremo lo stesso trattamento e comunicare sarà più facile e divertente.



## 10. ANCHE IL SILENZIO COMUNICA

- Qualche volta è bello stare zitti. Quando non sai cosa dire non dire niente! Troverai il momento giusto per dire la cosa giusta.



Non è obbligatorio avere sempre qualcosa da dire. A volte anche il silenzio serve. A volte anche il silenzio comunica.



UN BREVE VIDEO PER VOI ...

<https://www.youtube.com/watch?v=QATKI1I-79Y>

