

parole
stili

Il Manifesto della comunicazione non ostile

1. **Virtuale è reale**
Dico e scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.
2. **Si è ciò che si comunica**
Le parole che scelgo raccontano la persona che sono: mi rappresentano.
3. **Le parole danno forma al pensiero**
Mi prendo tutto il tempo necessario a esprimere al meglio quel che penso.
4. **Prima di parlare bisogna ascoltare**
Nessuno ha sempre ragione, neanche io. Ascolto con onestà e apertura.
5. **Le parole sono un ponte**
Scelgo le parole per comprendere, farmi capire, avvicinarmi agli altri.
6. **Le parole hanno conseguenze**
So che ogni mia parola può avere conseguenze, piccole o grandi.
7. **Condividere è una responsabilità**
Condivido testi e immagini solo dopo averli letti, valutati, compresi.
8. **Le idee si possono discutere. Le persone si devono rispettare**
Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.
9. **Gli insulti non sono argomenti**
Non accetto insulti e aggressività, nemmeno a favore della mia tesi.
10. **Anche il silenzio comunica**
Quando la scelta migliore è tacere, taccio.

 parolestili.it

LA NECESSITA' DI UNA "COMUNICAZIONE NON OSTILE":

LE RIFLESSIONI DEGLI STUDENTI DEL BIENNIO

In questo video presentiamo un'anteprima degli elaborati; sono presenti in documento pdf sul sito della scuola per una lettura più agevole.

L'associazione "**Parole-O-stili**" ha steso un "Manifesto" di dieci principi utili per maturare la consapevolezza delle conseguenze legate al nostro modo di relazionarci con gli altri, anche in rete e nel mondo "virtuale".

Tale Manifesto è stato adottato da numerosi uffici pubblici, aziende, associazioni ed è oggetto di collaborazioni con il MIUR.

Certi che l'**EDUCAZIONE ALLA LEGALITA'** e alla cittadinanza attiva e responsabile partano dal quotidiano, abbiamo proposto agli studenti del Biennio di condividere con una grafica o un testo le loro riflessioni su questi dieci Principi.

[Sito paroleOstili - Chi siamo](#)

CRONACA CITTADINA

“Questo è finora l'unica prova trovata dagli inquirenti per giustificare il suicidio di *** una ragazza di 16 anni che frequentava il liceo classico più famoso di Roma. Purtroppo, non ci sono ancora note le dinamiche dell'accaduto; il corpo della giovane è stato ritrovato la notte tra il 20 e il 21 Gennaio 2031”

**1. Virtuale
è reale**

Dico e scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.

“Caro diario...

Il mondo virtuale è una realtà al quadrato dove ognuno può dire e fare tutto ciò che vuole, senza vincoli, purtroppo.

Io sono una ragazza, sono un'adolescente e sono vittima del “cyberbullismo” Il cyberbullismo è la manifestazione in rete di un fenomeno più ampio e meglio conosciuto come bullismo; oggi la tecnologia permette ai bulli del web di essere sempre presenti nella vita delle proprie vittime in ogni momento.

Questa è la vera chiave, si viene insultati in qualsiasi momento e con qualsiasi pretesto. Chi insulta si sente difeso dalla sua tastiera, la usa come una spada per uccidere le proprie vittime senza sporcarsi le mani.

Ormai chiunque mi deride sul web, non ho più via d'uscita.

Ho provato a parlarne a scuola con i miei professori, siccome molti dei miei compagni erano coinvolti, ma non mi hanno dato particolare ascolto, non volevano mettersi in mezzo a faccende che non li riguardavano...

Io sorrido sempre e fingo che vada tutto bene, ma dentro sto morendo.

Domani sono tre mesi che vado dallo psicologo; purtroppo, non mi sta aiutando molto, sento spesso di non avere la forza di andare avanti, di continuare a subire tutto ciò.

Ogni insulto è una pugnalata al cuore, stringo i denti, mi guardo allo specchio e penso che forse abbiano ragione, forse sono io sbagliata e mi merito tutto ciò.

PRINCIPIO 1

parole ostili

Il Manifesto

della comunicazione non ostile

Virtuale è reale
Dico o scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.



«Tanto non mi legge nessuno»

«Stavo scherzando»

«Oooooops, ora cancello»

LA BARRIERA E' CADUTA - parte 1

Quando ero una ragazzina ero stata emarginata a scuola da una mia compagna. Tornata a casa guardavo quello che faceva attraverso i social media e ho pensato di farle provare quello che provavo io e che per debolezza non riuscivo a dirle in faccia. Ho creato un account fake, pensando di non essere scoperta e di essere al sicuro, come invisibile. Questo dimostrava la mia paura. Scrivevo insulti sotto ogni sua foto ma a scuola, almeno in apparenza non faceva trasparire tristezza e questo mi fece arrabbiare perché chi soffriva ero sempre io.

Sono diventata più aggressiva, tormentandola per ogni cosa che postava. Vedendo le sue reazioni mi sentivo appagata perché per una volta ricevevo attenzioni. Stavo riversando i miei problemi su una persona, pensavo di manovrare la sua vita attraverso uno schermo, nascondendomi e non affrontando il vero problema. Ero diventata una voce senza volto nella sua testa, mi sentivo potente. La ragazza si chiudeva sempre di più in se stessa provando dolore dentro di lei, fino a quando ha deciso di eliminarlo definitivamente.

In quel momento il rimorso mi ha travolto fino a farmi scoppiare.

Mi hanno scoperto e ho avuto gravi conseguenze, ma sapevo che erano del tutto meritate.

Ormai ero diventata l'ombra di chi ero prima e non so giustificare le mie azioni.

parole
@stili **Il Manifesto**
della comunicazione
non ostile

1. Virtuale è reale

Dico e scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.

**1. Virtuale
è reale**

Dico e scrivo in rete solo
cose che ho il coraggio
di dire di persona.

LA BARRIERA E' CADUTA - parte 2

Da ragazzo mi ero iscritto ad un social media e avevo iniziato a commentare le foto degli altri e a postarne delle mie. Il problema è che ero troppo immaturo e non dovevo neanche avere il permesso di stare in rete senza supervisione. Mi divertivo a condividere video di me che facevo cose imbarazzanti o in condizioni in cui non mi sarei mai fatto vedere dai miei amici. Facevo e dicevo cose che dal vivo non avrei fatto, ma che online facevano ridere le persone e ricevevo la loro approvazione.

La verità è che quello che scrivevo erano parole offensive e discriminanti e nessuno mi diceva che era sbagliato.

Crescendo sono maturato e mi sono laureato. Un giorno sono andato ad un colloquio di lavoro e lì hanno cercato il mio nome su internet. Sono comparsi tutti i miei video e commenti che pensavo fossero temporanei o che nessuno avrebbe trovato. Quello che avevo fatto aveva costruito la mia prima impressione, mi ha rovinato la reputazione, nessuno voleva aver a che fare con me e non mi assumevano.

La verità è che se non si ha il coraggio di dire certe cose in faccia non si dovrebbero scrivere, perché la memoria dell'uomo non è infallibile, ma quella del computer sì e non è aperta al perdono.

Non era solo virtuale, era come iscritto nella pietra e mi aveva cambiato la vita lasciando un segno.

PRINCIPIO 2

SI È CIÒ CHE SI COMUNICA

Attraverso quello che si dice
si trasmette un'immagine
differente.

Se parliamo in maniera
forbita, educata trasmettiamo
un'immagine gentile.

Se parliamo in modo volgare,
in modo sgarbato, scurrile
diamo un'immagine di una
persona incivile, ineducata e
violenta.



parole
@still

Il Manifesto

della comunicazione non ostile

2. Si è ciò che si comunica

Le parole che scelgo raccontano
la persona che sono: mi rappresentano.



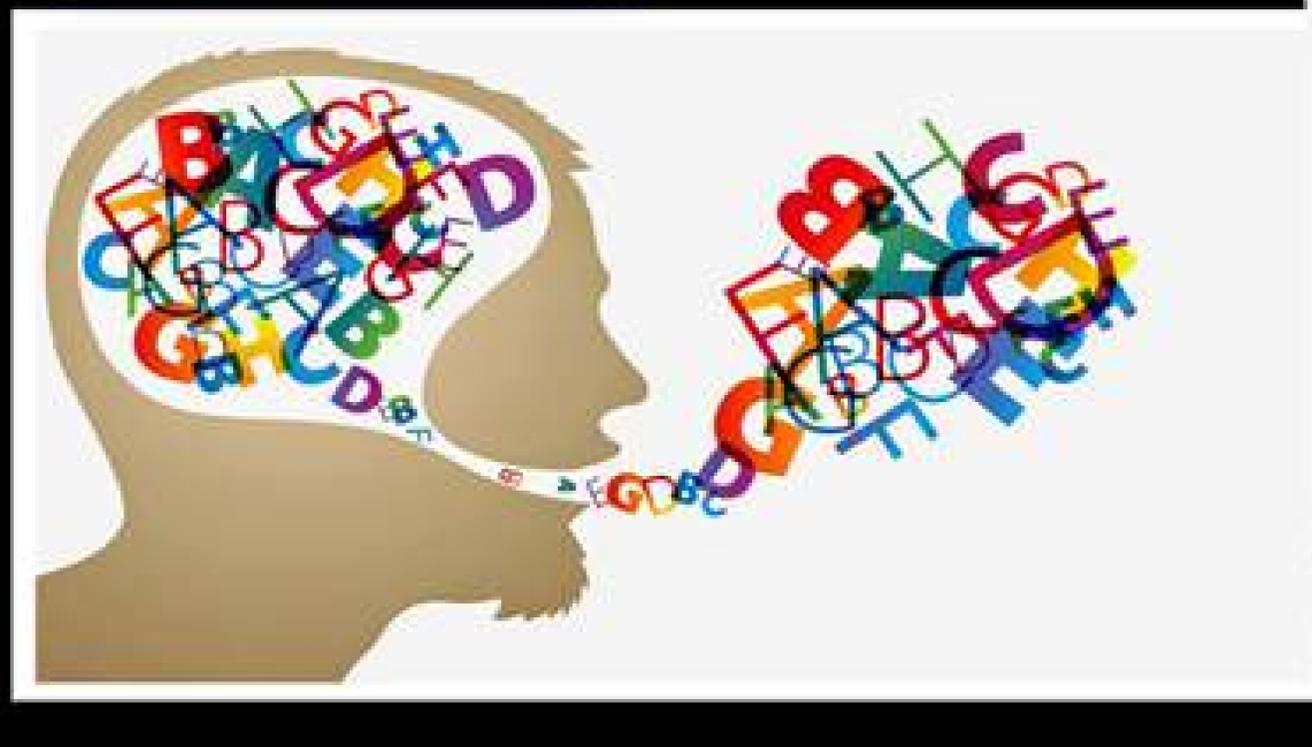
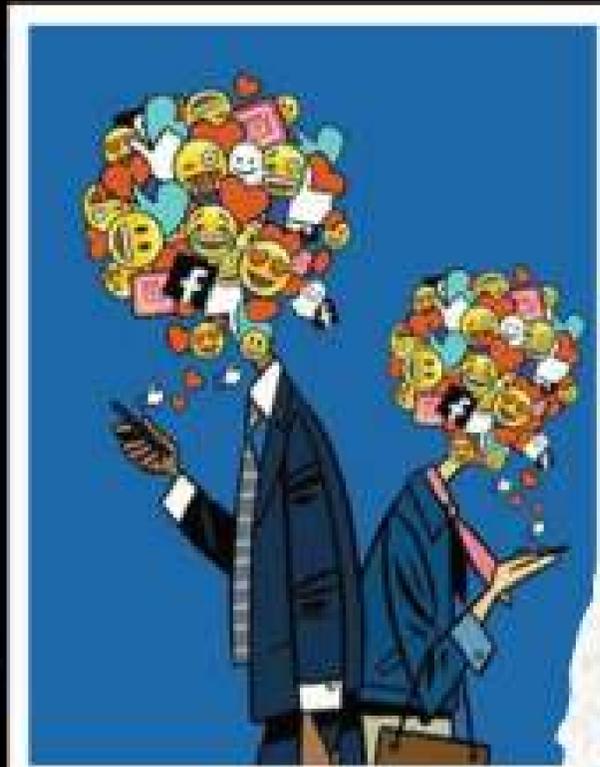
PRINCIPIO 3



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

3. Le parole danno forma al pensiero

Mi prendo tutto il tempo
necessario a esprimere
al meglio quel che penso.



LE PAROLE DANNO FORMA AL PENSIERO

Una parola che porta la pace è
meglio di mille parole vuote.

(Buddha)



Le parole hanno un potere grande, danno forma al pensiero, trasmettono conoscenza, ma possono anche ferire, offendere, ingannare, distruggere ed emarginare. Dobbiamo usare bene e consapevolmente le parole, per questo prima di parlare, dare un giudizio bisogna pensarci e non dire quello che ti passa per la testa

Le parole con cui ci si esprime danno forma al pensiero che vogliamo esprimere. Questo significa che le parole possono essere utilizzate sia in modo positivo che negativo: per fare un complimento, per esprimere amore, per far ridere... ma, d'altra parte, alcune parole possono esprimere il significato negativo di un pensiero, offendendo la persona a cui ci si rivolge.



L'ascolto è alla base di una conversazione costruttiva e senza inutili scontri.

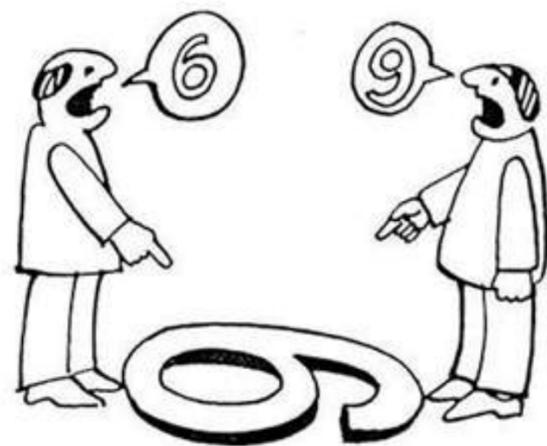
Ascoltare, che non vuol dire sentire, ci permette di crescere; infatti, se noi riflettiamo su quello che la persona con cui conversiamo dice abbiamo occasione di capire le sue opinioni; sia che le sue opinioni siano giuste o sbagliate ci permettono di imparare: se sono giuste impariamo qualcosa, se sono sbagliate riflettere su di esse ci fa uscire rafforzati nelle nostre convinzioni.

Ascoltare è importante per non fare nascere inutili discussioni. Se la persona con cui sto conversando ha apparentemente delle opinioni diverse dalle mie, non è detto che esse siano sbagliate. Io e la persona con cui sto conversando potremmo avere entrambi ragione, magari stiamo esprimendo le nostre opinioni attraverso diversi punti di vista, ed è solo tramite l'ascolto che posso capire il punto di vista dell'altro e quindi evitare una discussione inutile.

Bisogna sempre tenere presente che la conversazione è una forma di comunicazione, forse la principale.

La definizione di comunicazione è basata sul fatto che ci sia qualcuno che trasmette, chi parla, e qualcuno che riceve, chi ascolta. Se non ci fosse nessuno che ascolta non ci può essere quindi comunicazione e di conseguenza anche parlare di conversazione diventa sbagliato.

Al giorno d'oggi ci sono molte discussioni ostili sui social. Questo è strano perchè la conversazione per iscritto è più facile rispetto ad una conversazione orale; in quella scritta possiamo rileggere quante volte vogliamo i messaggi a noi inviati per riuscire a comprendere fino in fondo le opinioni dell'altra persona, possiamo riflettere e se necessario chiedere ulteriori informazioni.



E' vero che nelle conversazioni scritte si perde la mimica, ma si ha più tempo per scegliere meglio le parole da usare. Non rimane quindi che pensare che certe persone non siano realmente alla ricerca di una conversazione e quindi non siano interessate all'ascolto ma semplicemente siano alla ricerca di uno scontro ostile.

L'ascolto rimane quindi la base di una conversazione costruttiva che possa essere occasione di crescita per tutti i partecipanti; esso non è solo necessario per evitare inutili scontri, ma è proprio alla base della definizione di conversazione e senza di esso non vi può essere comunicazione.

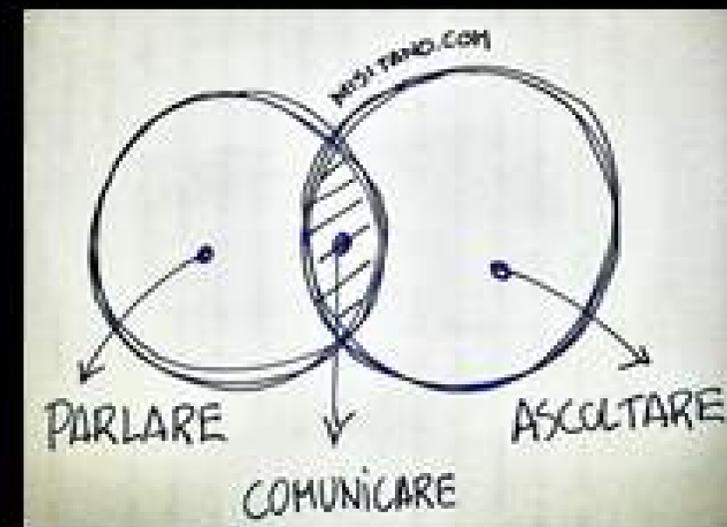
PRINCIPIO 4



parole @stili **Il Manifesto**
della comunicazione
non ostile

4. Prima di parlare bisogna ascoltare

Nessuno ha sempre ragione, neanche io. Ascolto con onestà e apertura.



Prima di parlare ascolta!

Non sempre hai ragione, devi sapere ascoltare le persone che magari hanno anche un pensiero diverso dal tuo.

Ascoltare è importante perché fa parte della comunicazione, infatti non si parla solo, ma si ascolta, anche perché ascoltando puoi imparare cose che non sai!

Prima di parlare dovrei rispondere a qualche semplice domanda...

Ho ascoltato bene quello che mi hanno detto e ho capito cosa vogliono dire gli altri ?

Ho riflettuto su come rispondere a proposito ?

Ho scelto bene le parole da usare con l'altra persona, per farmi capire ?

Queste domande servono per avere una conversazione corretta con le persone, sia che le conosca oppure no.

Se la persona con cui parliamo è il nostro datore di lavoro dobbiamo avere un linguaggio formale, invece se parliamo con i nostri amici la nostra conversazione può essere informale.

L'ascolto ci permette anche di evitare le figuracce.

Quando due persone litigano spesso vogliono avere entrambe ragione, per non farlo bisogna comprendere l'altro e mettersi nei suoi panni.

In fondo se fossimo nati per parlare più che ascoltare non dovremmo avere due lingue e un solo orecchio?

parole
@stili **Il Manifesto**
della comunicazione
non ostile

4. **Prima di
parlare bisogna
ascoltare**

Nessuno ha sempre ragione,
neanche io. Ascolto con
onestà e apertura.

La ferita provocata da una parola non guarisce

Le parole hanno potere, purtroppo molte volte ci si dimentica di questa cosa. Bisogna ricordare Che le parole Fanno molto più di uno schiaffo perché Non feriscono il corpo, ma fanno sanguinare il cuore

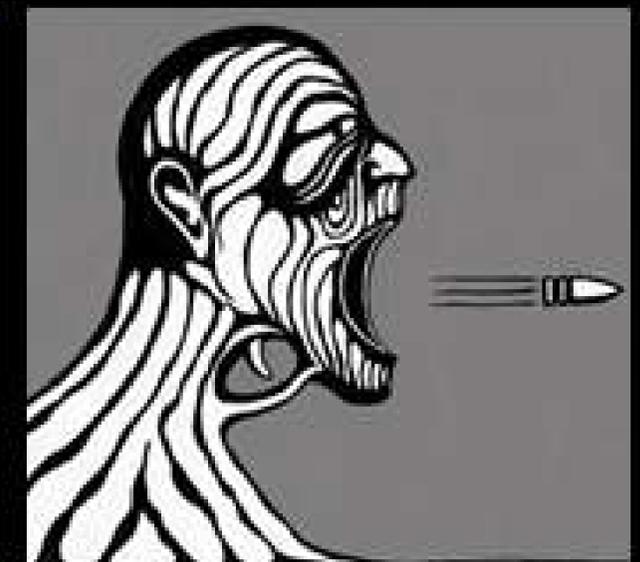


parole
ostili

Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola può avere conseguenze, piccole o grandi.





So che ogni mia parola può avere conseguenze, piccole o grandi.

Prima pensa
poi parla
perché parola
poco pensata
porta pena.

Prima di parlare, bisogna pensare attentamente
a ciò che si vuole dire
perché le parole possono causare gravi ripercussioni
nella vita di ogni individuo.

Spesso non ci rendiamo conto del peso delle parole, parliamo senza pensare alle conseguenze, che possono avere nei confronti delle persone.

Anche un semplice commento o battuta che sia, può diventare una nuova insicurezza nei confronti di una persona fragile.

Ognuno reagisce diversamente in base al carattere che possiede,
molte volte non ci rendiamo conto di cosa prova la persona che abbiamo davanti, non capiamo i suoi sentimenti in quel momento, non immaginiamo
che una battuta stupida possa essere interpretata diversamente e che possa ferire e portare dolore.

Una parola può essere più fatale di un'arma,
i bambini, ad esempio, per sentirsi superiori, insultano i più deboli, li prendono in giro, li sminuiscono, fanno in modo che pensino di essere nullità;
probabilmente non pensano che quelle parole possano causare un trauma a un bambino, non si rendono conto che in futuro potrebbe diventare una
persona insicura e che non riesce a credere in ciò che fa e in ciò che è.

Purtroppo, al giorno d'oggi, il bullismo non è il solo problema nella nostra società, con l'evoluzione della tecnologia si è proporzionalmente evoluto il
modo di offendere le persone, ora non più solo verbalmente, faccia a faccia, ma attraverso uno schermo, omettendo la propria identità.

Bisogna imparare a dosare le parole, prima di fare uscire dalla nostra bocca frasi che potrebbero comportare più o meno gravi conseguenze agli
altri, dobbiamo rifletterci bene!



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola
può avere conseguenze,
piccole o grandi.

PRINCIPIO 6

parole
ostili

Il Manifesto della comunicazione non ostile

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola
può avere conseguenze,
piccole o grandi.



***"Pensaci due volte
prima di dire
quel che potrebbe
ferire"***

Bisogna sempre pensare prima di scrivere, soprattutto sui social. A volte ci capita di leggere qualche commento offensivo, da parte di persone che non si conoscono e bisognerebbe comunque sempre pensare che dall'altra parte dello schermo c'è una persona che ci può rimanere male a vedere alcuni commenti negativi riferiti a sé.

Hai un taglio di capelli che non piace? Bene, sembri un clown.

Ti vesti in modo particolare? Non hai stile.

Sei originale? Sembri imbarazzante.

Hai dei voti bassi a scuola? Non sei nessuno.

Sei in carne? vai un po' in palestra!

Non ti trucchi? Non ti curi di stessa.

Hai dei brutti denti? Tieni la bocca chiusa che è meglio.

Vai bene a scuola? Sei una secchiona.

Fai tanto sport? Ma goditi la vita!

Non esci il pomeriggio perché vai da tua nonna? Divertiti un po'

Sei troppo magra? Mangia di più!

Hai mangiato troppo a pranzo? Guarda che così diventi grassa!

Hai mangiato poco a pranzo? Di sto passo diventi anoressica!

Non hai le scarpe firmate? Sei una poveraccia!

Hai tanti vestiti firmati? Figlia di papà!

Nascondi il tuo corpo sotto vestiti larghi? Sembri una sciattona.

Mostri il tuo corpo? Sì ma così te li cerchi gli insulti, copriti!



Le persone avranno sempre da ridire, su qualsiasi cosa, non si accontentano mai. Queste parole potrebbero sembrare insignificanti ma magari la ragazza in carne comincerà a non mangiare più e rischiare la vita per denutrimiento.

La ragazza a cui hai detto:” sei anoressica” mangerà talmente tanto da svenire.

La ragazza che fa sport a cui hai detto:” vai a divertirti” magari smetterà di fare sport solo per piacere agli altri.

Le parole rendono fragili e vulnerabili, certe volte sono peggio anche della violenza fisica, perché le parole portano ad una distruzione psicologica non da poco, spesso portano anche al suicidio.

Non ci avete mai pensato? Magari per la vostra battutina fuori luogo potreste distruggere una persona, perché dovete rovinare la vita alle persone? Me lo chiedo da tutta la vita, se siete infelici non dovete rendere infelici gli altri.

Tu potresti tranquillamente dire:” sì ma potrebbero essere forti le persone” pensate sia facile? Sentirsi continuamente sbagliati, vedere la foto di quella ragazza e dire “perché non sono come lei”. Queste persone sognano di essere come voi ma non sanno che voi siete il peggio della società, pensano che voi siate migliori perché siete adorati da tutti, ma siete vuoti e la vostra “popolarità” è basata solo sull’accettazione degli altri.

Ma io mi chiedo: piuttosto che criticare gli altri vivete e lasciate vivere; piuttosto che dire a quella ragazza di saltare allenamento pensate che probabilmente voi non andrete da nessuna parte e lei magari sarà alle olimpiadi e sarà quello il momento in cui voi vi renderete conto di essere dei falliti e farete finta di essere suoi amici, ma sarà il momento in cui lei si sarà accettata e potrà dire “ce l’ho fatta” e voi invece starete a invidiare la sua vita, una vita per cui è valsa la pena vivere, e i suoi sacrifici di non uscire il sabato pomeriggio in centro saranno serviti a realizzare un sogno. Circondatevi di persone che vi facciano stare bene, che vi accettino per quello che siete e che vi incoraggino sempre a realizzare i vostri sogni, circondatevi di persone vere, senza filtri, che vi vogliano bene.

E ricordate: i veri falliti sono quelli che giudicano senza sapere e non sanno fare altro.

PRINCIPIO 6

Il Man
della comuni
non ostile

Le paro
hanno
consegu

ogni mia paro
ere conseguenze
e o grandi.

Le
parole
hanno
un peso

Prima di parlare
pensa alla
conseguenza che le tue
parole possono avere



NON DICEVO SUL SERIO

Non la conoscevo bene.

Nessuno la conosceva come pensava; era una ragazza solare, divertente e piena di vita, o almeno era questo che si pensava. Traspariva in realtà una sorta di emozione che nessuno riusciva a decifrare.

Era una ragazza tanto forte come bella, ma sensibile e timida come nessuno; così tanto che sembrava volesse camminare in punta di piedi per non disturbare nessuno, cercando di non fare rumore perché quel rumore ce l'aveva già tutto dentro.

Parlo al passato di lei perché non c'è più. Sommersa da troppi giudizi e insulti ha deciso di affidarsi al suo cuore, alla sua quiete. Il suo nome era Marie; se non veniva insultata o derisa per una cosa, allora era per un'altra, ma c'era sempre qualcosa da dire su di lei.

Le stesse persone che prima dicevano "sei nata sbagliata" "nessuno ti vuole" e facevano battutine sulle sue abitudini, sul suo aspetto, sulla sua origine, il giorno dopo se ne lavavano le mani dicendo che stavano scherzando, che era IRONIA.

Quante volte quando qualcuno insulta o giudica, se ne ritira dicendo "era ironia" "nessuno capisce quando è ironia", ma quelle stesse parole che gli escono dalla bocca hanno ferito qualcuno; si può anche non notare quanto una persona ci sia stata male, ma si crea una piccola crepa dentro di loro; una piccola crepa che ad ogni parola cresce, fino a diventare troppo grande da rompersi in mille pezzi. Uno può provare a ricostruirlo ma non ritornerà mai come prima.

Aveva solo 17 anni quando decise di togliersi la vita

parole
ostili

Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

6. Le parole
hanno
conseguenze

So che ogni mia parola
può avere conseguenze,
piccole o grandi.

PRINCIPIO 6



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola
può avere conseguenze,
piccole o grandi.



LE PAROLE HANNO CONSEGUENZE

Le parole hanno un potere grande:
danno forma al pensiero, costruiscono
visioni, guariscono, incantano; ma le parole
possono, molto spesso, ferire, offendere o
ingannare.
Prima di esprimere un pensiero, un'opinione
o un giudizio, bisogna sempre ricordare che
ciò lascia delle tracce indelebili.

PRINCIPIO 7

parole @stili **Il Manifesto della comunicazione non ostile**

7. Condividere è una responsabilità

Condivido testi e immagini solo dopo averli letti, valutati, compresi.

Dal TASTO INVIO derivano grandi responsabilità, perché puoi fare buone azioni, ma allo stesso tempo puoi far male ad altre persone

Prima di condividere o postare qualsiasi cosa pensaci due volte perché potresti pentirti



Il mondo del web può essere molto ostile o interessante, tutto dipende dall'utilizzo che ognuno di noi ne fa. Bisogna fare attenzione a tutto quello che si scrive o che si posta perché le informazioni pubblicate diventano di proprietà dei social network e possono essere accessibili a

chiunque e potrebbero favorire il lavoro a pirati informatici e a persone malintenzionate.

Per evitare i pericoli di internet devi saperli muovere con attenzione e così riesci a trarne dei benefici, perché internet è un'immensa risorsa di servizi per tutti, può essere usato anche per diffondere delle idee o per migliorare una situazione o trovarsi un lavoro o per comunicare con amici sia vicini che lontani.

Se una persona posta una cosa su internet e un'altra le lascia dei commenti non tanto piacevoli e lo incomincia ad insultare, quello è il modo in cui non bisogna usare internet.

Questo non vuol dire che internet sia ostile, ma devi stare attento a tutto quello che posti e a tutto quello che apri o scarichi (musica , film , programmi , siti di vario genere). Perché ogni volta che scarichi o condividi qualcosa potresti trovare dei pericoli. Cioè non devi mai " abbassare la guardia ".

parole
ostili **Il Manifesto**
della comunicazione
non ostile

**7. Condividere
è una
responsabilità**

Condivido testi e
immagini solo dopo averli
letti, valutati, compresi.

PRINCIPIO 8



Parlare senza aggredirsi l' un l'altro



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

8.

Le idee si possono discutere.
Le persone si devono rispettare

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

Al giorno d'oggi la comunicazione viene agevolata dai tanti mezzi tecnologici come lo smartphone e il computer; in questi ultimi anni si è diffuso l'uso dei social grazie a internet che consente a tutte le persone di rimanere in contatto tra loro continuamente se pur distanti.

Questo nuovo metodo di comunicazione viene in aiuto alle necessità lavorative di molti professionisti e per vivere la vita sociale di ognuno di noi, permettendo di esprimere la propria opinione su idee o fatti accaduti, sempre nel pieno rispetto della persona che si trova dall'altra parte dello schermo. Purtroppo però non sempre i valori di rispetto, cordialità e comprensione vengono rispettati, finendo così per criticare o giudicare il parere altrui.

Difatti il rispetto è un valore nonché un atteggiamento che è necessario per mantenere una convivenza senza conflitti e, quando non si tiene conto di questo, si originano involontariamente pregiudizi e divisioni.

Da ricordare però che il vero rispetto non conosce giudizio, significa tener conto del prossimo e delle sue idee, uguali o differenti dalle nostre; vuol dire capire che ogni persona ha diritto a prendere una propria posizione, a scegliere di seguire la strada in cui crede; e ha il dovere di ascoltare senza obiettare le decisioni altrui.

Il rispetto parte dalla consapevolezza di dover accettare e ascoltare la posizione degli altri senza partire da pregiudizi, anche se talvolta non ne condividiamo le scelte, comportamenti o opinioni, ma senza essere convinti che la propria posizione sia l'unica possibile e che corrisponda all'unica verità esistente.

Questo importante valore viene a mancare quando si adotta un atteggiamento aggressivo.

Penso quindi che questo principio n.8 sia fondamentale da insegnare sin da piccoli, se desideriamo una società migliore.



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

8.

**Le idee si possono discutere.
Le persone si devono rispettare**

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

Le persone **NON** sono idee

Uno degli errori più comuni che tendiamo a fare quando affrontiamo una discussione, online o offline, è sovrapporre le idee alle persone. Avere, infatti, delle posizioni contrapposte su un'idea o un fatto non ci autorizza a offendere, aggredire e insultare i nostri interlocutori.



parole
ostili

Il Manifesto
della comunicazione non ostile

8. Le idee si possono discutere.
Le persone si devono rispettare

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

SCAMBIO DI OPINIONI

Quando due persone sono in disaccordo su un argomento spesso tendono ad imporre le proprie idee all'altro, questa è una cosa completamente sbagliata perché in questo modo non si riuscirà mai a trovare un punto di incontro tra le due idee contrastanti.

Al contrario, se entrambe le parti spiegano, motivando le proprie idee, ciascuno dei due potrebbe capire la logica dell'altro, riuscendo addirittura a cambiare idea oppure potrebbe semplicemente accettare che entrambi hanno ragione su aspetti differenti.

Lo scambio di idee deve comunque avvenire con libertà di pensiero, quindi potendo spiegare le proprie opinioni liberamente, questo senza essere giudicati dall'altra persona.

Da entrambe le parti ci deve essere rispetto altrui e quando si espongono le proprie idee si deve essere cordiali e non ostili per avere un confronto tranquillo e pacifico.

Spesso una persona che non condivide le tue opinioni viene considerata come un nemico da annientare e quindi, purtroppo, molte volte la discussione diventa violenta sia dal punto di vista verbale che fisico. A volte anche a me succede di essere un po' aggressiva nell'esporre le mie idee, ma poi capisco che in quel modo non riuscirò mai a far capire il mio punto di vista perché quando qualcuno si sente attaccato tende ad avere un atteggiamento di "difesa" e quindi è impossibile avere un confronto con gli altri.



Il Manifesto della comunicazione non ostile

8.

**Le idee si possono discutere.
Le persone si devono rispettare**

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

PRINCIPIO 9



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

9. **Gli insulti non sono argomenti**

Non accetto insulti e
aggressività, nemmeno
a favore della mia tesi.

Nel mondo di noi ragazzi come del resto in quello degli adulti una piccola divergenza su un qualsiasi argomento può far scaturire liti anche molto serie, questo accade perché tutti noi abbiamo la tendenza a difendere fermamente le nostre opinioni anche se sbagliate e pur di aver ragione iniziamo a usare gli insulti come argomento a nostro favore.

Questo è un comportamento che lì per lì sembra efficace e ti fa apparire forte, ma in realtà dimostra l'opposto e, oltre a danneggiare l'offeso, danneggia anche chi insulta e chi gli sta accanto, per di più crea divisione tra le persone e fa perdere di valore le proprie argomentazioni.

Per mettere fine a questo circolo vizioso basterebbe che ognuno di noi nel suo piccolo non accettasse insulti come argomenti contro la sua tesi e ancor meno a favore della propria tesi e che quando sta discutendo in opposizione ad un altro pensasse a quello che dice prima di pronunciare qualcosa che non dovrebbe.

PRINCIPIO 9



“SEI TROPPO STUPIDO PERCHÉ IO TI INSULTI”.



**GLI INSULTI
NON SONO
MAI LA
RISPOSTA A
TUTTO**

parole
ostili

Il Manifesto
della comunicazione non ostile

Gli insulti non sono argomento

Internet è un posto dove milioni di persone di tutto il mondo possono parlare o, più in generale, interagire, conoscendo persone che condividono la loro stessa situazione o concordano sui loro punti di vista e, spesso, legandosi a loro con rapporti di amicizia; potresti anche, però, incontrare gente che la pensa diversamente e, normalmente, proveranno a farti capire il loro punto di vista, ma in altri casi potrebbe succedere che ti insultino se non la pensi come loro.

La maggior parte della gente che insulta lo fa perché si sente al sicuro stando dietro ad uno schermo. Insultare gli altri anziché motivare le proprie opinioni non solo è odio gratuito, ma anche controproducente: se parli con la persona mostrandogli gli errori che ha fatto e se provi a convincerla parlandoci sarà molto più efficace che insultarla, sia perché la persona potrebbe anche darti ragione capendo i suoi errori, sia perché lo avrai fatto

senza ferire nessuno, e se fossi tu a sbagliare dovresti accettarlo. Internet può essere un luogo culturale dove molta gente può fare scoperte, c'è già abbastanza cattiveria, non aumentarla.

parole
@stili **Il Manifesto**
della comunicazione
non ostile

9. Gli insulti non sono argomenti

Non accetto insulti e
aggressività, nemmeno
a favore della mia tesi.

PAROLE PAROLE PAROLE, MA COSA SONO DAVVERO QUESTE PAROLE... POSSONO ESSERE USATE IN DIVERSI MODI. IL MODO PIU' CORRETTO PER UASARLE SAREBBE AIUTARE UNA PERSONA IN DIFFICOLTA', FARLA SENTIRE SPECIALE E IMPORTANTE PER QUALCUNO. TUTTAVIA DELLE PERSONE LE UTILIZZANO PER FARE DEL MALE AL PROSSIMO: UN ARGOMENTO OGGI MOLTO GETTONATO E' IL CYBERBULLISMO. MOLTI SI CHIEDERANNO PERCHE' E' COSI' DIFFUSO, PERCHE' MOLTI GIOVANI SI DIVERTONO A STARE DIETRO UNO SCHERMO E SCRIVERE COSE ORRIBILI. IL MOTIVO E' SEMPLICE: NASCOSTI DIETRO UN COMPUTER E' FACILE INSULTARE PERCHE' NON ABBIAMO NIENT'ALTRO CHE UNO SCHERMO DI FRONTE. INIZIAMO A SCRIVERE SENZA PENSARE. MOLTE VOLTE CI SFOGHIAMO SUL WEB FACENDO COMMENTI PROVOCATORI, A VOLTE LO FACCIAMO PER GELOSIA VERSO UNA PERSONA ALTRE VOLTE PER RAZZISMO O ANCHE SEMPLICEMENTE PER UNA GIORNATA ANDATA STORTA. SPESSO CI DIMENTICHIAMO CHE DALL' ALTRA PARTE C'E' UNA PERSONA IN CARNE ED OSSA CHE HA DEI SENTIMENTI E DELLE GIORNATE STORTE PROPRIO COME NOI. A LUNGO TERMINE LA POTREMO INDURRE ANCHE AL SUICIDIO E A QUALE PREZZO? LE PAROLE POSSONO ESSERE UN'ARMA LETALE, FERMATEVI PRIMA CHE SUCCEDA QUALCOSA PER CUI VI SENTIRETE IN COLPA PER TUTTA LA VITA. QUANDO LA SCELTA MIGLIORE E' TACERE TACCIO, PERCHE' ANCHE IL SILENZIO COMUNICA.



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

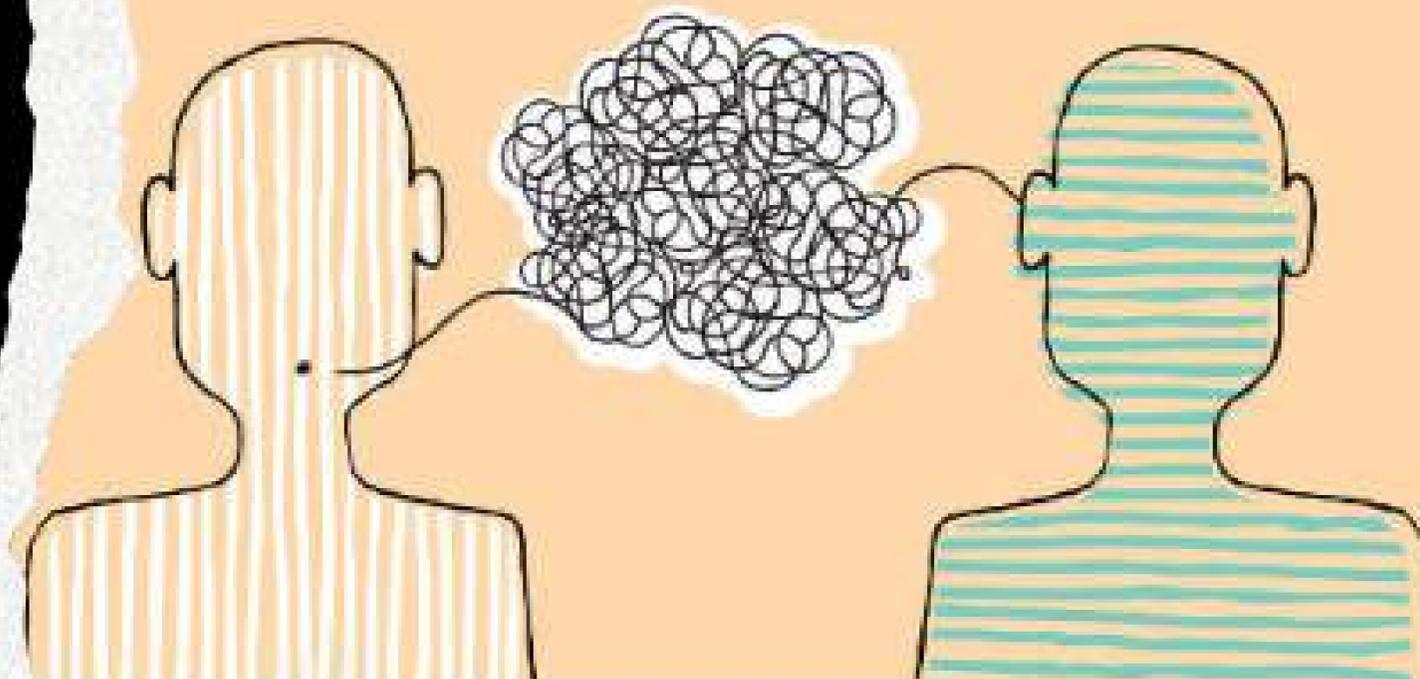
**10. Anche il
silenzio
comunica**

Quando la scelta migliore
è tacere, taccio.

Anche il silenzio comunica

«Ogni parola ha una conseguenza.
Ogni silenzio anche»

Parole, parole, parole; a volte ne usiamo troppe e per parlare di ciò che non conosciamo. Un silenzio può dire molte cose, può evitare uno scontro verbale, può dare il tempo di riflettere o di rimediare ad un errore.

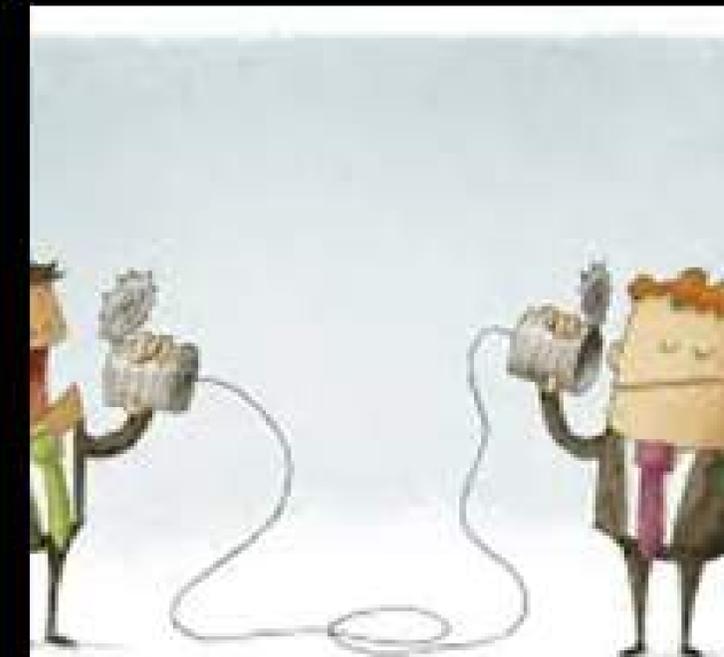


parole
@still

Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

10. Anche il silenzio comunica

Quando la scelta migliore
è tacere, taccio.



Il silenzio ha tante forme, può dire tante cose, offline e online.

Non è vero che chi tace acconsente sempre.

Il silenzio di una persona, di un amico in qualche caso ti fa capire che stai sbagliando.

Puoi aver detto o fatto qualcosa che lo ha fatto arrabbiare e te lo comunica col silenzio.

In certi casi stando zitti si evitano degli scontri inutili e allora possiamo dire che il silenzio è d'oro.

Si può decidere di stare in silenzio per stroncare certe discussioni. Dare corda a discorsi sbagliati può portare a fare il gioco di chi vuole fare del male agli altri.

Più che rispondere è meglio ammutolirci per farli smettere.

Non è obbligatorio rispondere. Tagliando corto, chiudiamo il discorso.

A volte si sceglie di stare in silenzio quando non ci interessa un argomento oppure quando non si ha nulla di interessante da dire per ribattere. Allora si sta zitti e ci si pensa su.

È inutile parlare tanto per non dire niente.

Quante volte invece capita di farlo?

Si può rischiare di dire qualcosa di sbagliato e di non

sensato. Non è necessario esprimere sempre la nostra opinione. A volte commentiamo per prenderci uno spazio nel discorso quasi per ricordare che ci siamo anche noi. In realtà però non abbiamo nulla di interessante da aggiungere.

Quindi, quando la scelta migliore è tacere, taccio. O almeno ci provo!



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

10. Anche il silenzio comunica

Quando la scelta migliore
è tacere, taccio.

PRINCIPIO 10



Ho imparato il silenzio da chi parla troppo, la tolleranza dagli intolleranti, la gentilezza dai malvagi; e, per quanto possa sembrare strano, sono grato a questi insegnanti.

Ogni parola ha conseguenze. Ogni silenzio anche.

Meglio tacere che ferire qualcuno

A ogni male ci sono due rimedi: il tempo e il silenzio.



Il Manifesto
della comunicazione
non ostile

10. Anche il
silenzio
comunica

Quando la scelta migliore è tacere, taccio.

UN RINGRAZIAMENTO A TUTTI GLI STUDENTI CHE HANNO CREDUTO IN QUESTO PROGETTO.

Il documento in PDF da sfogliare e leggere con tutta calma è disponibile sul sito della scuola, alla pagina del Liceo.

[Link al Sito Immacolatine piazza Paolo da Novi - pagina Liceo scientifico](#)