



## Proposta progetto

Preparato per: Scuole ed Istituti Scolastici secondari di I e II grado

Preparato da: Maria Vittoria Colonna Romano e Fabio Ciolli

10 ottobre 2017

---

# “LOTTIAMO” CONTRO IL BULLISMO, LA VIOLENZA E LA PREVARICAZIONE

## Chi siamo

Fabio Ciolli, direttore tecnico dell’Hung Mun di Roma, il team numero 1 in Italia per le Mixed Martial Arts e direttore tecnico della nazionale italiana FIGMMA-IMMAF e Maria Vittoria Colonna, atleta e giornalista con la collaborazione del team agonisti professionisti e Under 20 dell’Hung Mun Studio di Roma

## Il progetto e le finalità

Il progetto nasce dalla volontà di valorizzare la pratica sportiva della lotta e degli sport da combattimento con lo scopo di educare alla socialità e alla convivenza civile i ragazzi e gli adolescenti intervenendo direttamente nelle aule scolastiche, gli ambienti in cui si verificano più di frequente episodi di bullismo e violenza, sia verbale che fisica. Per fare ciò si dovrà iniziare facendo chiarezza su ciò che è pratica sportiva (agonistica e non) e episodi di violenza, in seguito si passerà ad illustrare attraverso l’esperienza di un allenamento le differenze e le caratteristiche di un confronto sportivo e la simulazione di una situazione di pericolo

## A chi è indirizzato

Il progetto si rivolge ai ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado con interventi periodici nelle scuole. Incontreremo i ragazzi durante l’orario curricolare accorpando le classi problematiche ascoltando le esigenze dei professori del consiglio di classe preferibilmente durante l’ora di educazione fisica. Partiamo da un presupposto teorico: combattimento rituale e sport sono concetti assai diversi. Un incontro sportivo, sia esso un match di boxe, MMA, scherma o lotta segue delle regole ben precise dettate da un codice d’onore, un *gentlemen agreement*, un patto di lealtà che in nessun modo può essere rotto pena la perdita dell’onore da parte di uno dei contendenti.

---

### Un po' di storia...

Partiamo da un presupposto teorico: combattimento rituale e sport sono concetti assai diversi.

Un incontro sportivo, sia esso un match di boxe, MMA, scherma o lotta segue delle regole ben precise dettate da un codice d'onore, un *gentlemen agreement*, un patto di lealtà che in nessun modo può essere rotto pena la perdita dell'onore da parte di uno dei contendenti.



Un atto di prevaricazione come il bullismo invece è ricollegabile ad un comportamento tipico del mondo animale. Un atto di imposizione sull'individuo più debole comune tra gli animali perché premiante. Lo spiega molto bene Jonathan Gottshall nel suo recente saggio *"Il Professore sul Ring"*:

*"Sei un leone più forte perché non prenderti la parte della preda che spetterebbe a quello più debole? Se sei un ragazzo più forte perché non prenderti i soldi della merenda di quello più debole? Ci piace pensare che i bulli paghino ad un certo punto un prezzo..."*

Purtroppo non è sempre così semplicemente perché il bullo sceglie oculatamente la sua vittima esattamente come il leone sceglie lo gnu più debole come preda. L'approccio avviene secondo un rituale ben preciso e per questo noi lo chiamiamo combattimento ritualizzato. Dapprima avverrà un vero e proprio approccio visivo, un ingaggio, la vittima potrà sottomettersi abbassando gli occhi o sostenere lo sguardo. Nel secondo caso si passerà dalla fase visiva a quella verbale, il classico

*"Cosa hai da guardare?"*

Immediatamente seguito dalla prevaricazione di quella che è la violazione della distanza personale. Il bullo passerà bruscamente da una distanza sociale ad una personale per arrivare ad una intima proprio per voler appunto prevaricare e soggiogare la sua vittima, fisicamente, verbalmente ma soprattutto con la sua presenza.

Egli entrerà prepotentemente in una distanza socialmente inaccettabile.

---

---

Molti di noi non riescono più a riconoscere questi segnali di pericolo perché obbligati dalla società moderna a rimanere a distanze inappropriate: non è un caso che la maggior parte degli episodi di bullismo e violenza si verificano in ambienti con una elevata densità di popolazione come gli stadi, le discoteche, i mezzi pubblici e appunto le scuole.

Un ambiente piccolo e tante persone obbligate a rimanerci sono una miscela esplosiva che porterà i meno socialmente evoluti a cercare il proprio spazio a discapito di altri. A questo va unito la totale deresponsabilizzazione del gruppo (come illustrato nel volume *"Neuroschivi"* di Marco Della Luna e Paolo Cioni).



## **Programma**

Esercizi propedeutici

Simulazione della situazione di pericolo in cui la distanza sociale ottimale viene violata ed esercizi per ristabilirla

Tecniche di autodifesa

---

---

---