



Dir. 170/2016 - Piatt. S.O.F.I.A. Iniziativa formativa 47764

CONOSCERE, PREVENIRE E CONTRASTARE  
BULLISMO, CYBERBULLISMO E AGGRESSIONI DIGITALI

## Corso di formazione per MEDIATORE IN CYBERBULLISMO E BULLISMO

50 CREDITI ECM PER IL PERSONALE SANITARIO

**MAURIZIO GERMANO**

Direttore didattico  
SCUOLA DI FORMAZIONE  
INSEGNANTI E TECNICI

**CLAUDIO CANAVESE**

Presidente  
APS ZANSHIN TECH

**SALVATORE SASSO**

Responsabile della formazione  
IST. CARTESIO – ANAPIA NAZIONALE

Programma corso 2022/'23 - ed. 4.0 - rev. 1.1



# MEDIATORE IN CYBERBULLISMO E BULLISMO

Programma corso 2022/'23 - ed. 4.0 - rev. 1.1

## Profilo professionale

Il "Mediatore in cyberbullismo e bullismo" è un esperto nella prevenzione e nella gestione delle dinamiche relazionali, personali e sociali collegate con i fenomeni del cyberbullismo e del bullismo

Grazie alle competenze multidisciplinari acquisite durante il corso e perfezionate durante il tirocinio, è in grado di intervenire efficacemente, agendo da solo o in equipe, in tutte le situazioni caratterizzate da squilibri disfunzionali nelle relazioni che possono manifestarsi in fenomeni di aggressione. Ad esempio interviene, con attività specifiche per ogni singola situazione, nei casi di:

### Nel mondo fisico: **comportamento disturbante e bullismo**

Comportamento oppositivo  
Atteggiamento provocatorio  
Bullismo fisico  
Bullismo verbale  
Discriminazione  
Bullismo relazionale  
Prevaricazione  
Esclusione  
Mobbing

### Nel mondo digitale: **cyberbullismo e aggressioni digitali**

Adescamento  
Stalking  
Furto di profili  
Hate speech  
Body shaming  
Cyberbullismo  
Pedopornografia  
Phishing  
Revenge porn

## Rivolto a:

Il corso è aperto a tutti ed è particolarmente indicato per:

- Docenti scolastici;
- Referenti scolastici per il cyberbullismo
- Personale sanitario (tutte le professioni);
- Educatori;
- Pedagogisti;
- Informatici;
- Genitori;
- Insegnanti di Arti Marziali
- Istruttori sportivi.

## Percorso formativo

Il percorso formativo completo è suddiviso in quattro livelli.

I primi due livelli di base forniscono le conoscenze attraverso una didattica di tipo laboratoriale e interattiva condotta attraverso il metodo della classe rovesciata. Il materiale didattico viene quindi fornito prima delle lezioni su piattaforma online e discusso con la classe durante le lezioni.

### 1° Livello del corso Tutor nella prevenzione al cyberbullismo e al bullismo

È esperto nella costruzione, gestione e protezione dell'identità digitale. Conosce le fasi dell'aggressione digitale ed è in grado di aiutare e consigliare adeguatamente i bersagli di aggressione suggerendo strategie efficaci per la risoluzione delle criticità più comuni. Conosce l'etica e le metodologie didattiche delle Arti Marziali tradizionali ed è in grado di proporre esercizi e attività motorie di base per la gestione delle emozioni. Per lo Zanshin Tech ha conseguito il livello di 2° Kyu, bracciale Arancio.

### 2° Livello del corso Mediatore in cyberbullismo e bullismo

È esperto nelle dinamiche emotive e relazionali caratteristiche dei fenomeni di bullismo nel mondo fisico e di cyberbullismo nel mondo digitale. Quale soggetto imparziale è in grado di intervenire attivamente riconducendo le parti in conflitto a trovare un punto di incontro, attraverso l'analisi dei conflitti, migliorando la comunicazione e agevolando l'individuazione di risoluzioni che realizzino i bisogni e gli interessi di ciascuno.

#### *In ambito di cyberbullismo e aggressioni digitali*

Nella disciplina dello Zanshin Tech ha conseguito il livello di 1° Dan, bracciale Blu ed è in grado di gestire le aggressioni digitali tutelando e consigliando adeguatamente i bersagli di aggressione.

#### *In ambito di gestione del comportamento disturbante e bullismo*

Conosce le metodologie didattiche, ludiche e motorie tipiche delle Arti Marziali orientali, e propone percorsi formativi orientati all'empowerment e all'educazione delle life skills per insegnare a sviluppare le potenzialità latenti e mitigare i comportamenti oppositivi.

Al termine del 2° livello del corso è possibile svolgere un tirocinio che permette l'applicazione dei saperi sotto la guida di docenti esperti. Il tirocinio è facoltativo, ma è necessario per il rilascio dei certificati delle competenze (d.lgs 13/2013) e l'accesso agli esami del 3° e del 4° livello.

### 3° Livello Sensei Zanshin Tech (insegnante)

Il Sensei Zanshin Tech interviene efficacemente nelle dinamiche di cyberbullismo e di aggressione digitale sapendo collaborare attivamente in team multidisciplinari per la risoluzione dei casi più complessi. Quale membro dell'Honbu Dojo Zanshin Tech conduce in autonomia o in collaborazione con altri Sensei, corsi, laboratori e classi in un Dojo riconosciuti; rilascia i bracciali di livello fino al bianco-verde e certifica le ore di tirocinio per i Sensei in formazione.

*Per ottenere questo livello è sufficiente sostenere un esame con la commissione tecnica Zanshin Tech. Non sono previsti costi aggiuntivi.*

#### 4° Livello

Istruttore di  
ginnastica con  
orientamento alle  
attività ludiche

È un tecnico sportivo con un diploma di Istruttore riconosciuto dal CONI che definisce ed eroga programmi di attività fisica, di gruppo e personalizzati, rivolti al miglioramento del benessere psicofisico, all'educazione e allo sviluppo delle life skills, anche come strumento di prevenzione del bullismo fisico. Utilizza metodologie orientate in maniera prevalente, ma non esclusiva, alle attività ludiche, con particolare riferimento alla didattica delle Arti Marziali

*Per ottenere questo livello sono previste 14 ore di lezione aggiuntive (anatomia e fisiologia, gestione delle emergenze e primo soccorso, amministrazione delle ASD, ecc.) e un costo di iscrizione per la certificazione dell'CONI*

### Obiettivi generali del percorso formativo

1. Sviluppare le capacità di ascolto attivo e di lettura della comunicazione verbale e non verbale;
2. Costruire la relazione tra insegnanti e allievi;
3. Costruire situazioni di apprendimento cooperativo;
4. Conoscere le dinamiche legate al lavoro di gruppo;
5. Guidare in percorsi educativi di sviluppo della consapevolezza del "Sé", dell'autostima, del rispetto e dell'empatia;
6. Utilizzare la peer education come strumento di aggregazione e crescita individuale e di gruppo
7. Conoscere tecniche e metodologie per la gestione delle emozioni con riferimento particolare all'ansia ed al panico;
8. Sviluppare competenze di mediazione;
9. Gestire i conflitti nel gruppo fisico e nel gruppo digitale;
10. Conoscere i fenomeni del bullismo e del cyberbullismo;
11. Conoscere gli aspetti normativi relativi al bullismo ed al cyberbullismo;
12. Conoscere gli aspetti legali connessi alle responsabilità dei minori;
13. Progettare e guidare percorsi educativi mirati all'empowerment dell'individuo e del gruppo;
14. Organizzare programmi di lavoro personale e cooperativo mirati allo sviluppo delle Life Skills;
15. Saper intervenire efficacemente in caso di criticità legate al fenomeno del bullismo.
16. Conoscere le basi informatiche;
17. Saper educare all'uso consapevole della tecnologia, di internet, dei media;
18. Conoscere le caratteristiche e l'uso dei social network
19. Conoscere in maniera approfondita le fasi dell'aggressione digitale e saper applicare il metodo Zanshin Tech per la prevenzione e il contrasto al cyberbullismo.
20. Conoscere ed applicare il metodo Katayama per la gestione dei gruppi e per la prevenzione e gestione del bullismo fisico;

### Durata e certificazioni

- Corso 1° livello: 60 ore di lezione e laboratori (online);
- Corso 2° livello: 80 ore di lezione e laboratori (online e 2 week end in presenza).

L'iscrizione al corso prevede la partecipazione alle lezioni di entrambi i livelli con rilascio finale di:

- Attestato di partecipazione
- 50 crediti ECM per il personale sanitario
- Attestato MIUR piattaforma SOFIA dir 170/2016 per i docenti scolastici

## Tirocinio

I percorsi di tirocinio sono facoltativi e non prevedono costi aggiuntivi, ma, insieme ad un esame finale composto da un test a risposta multipla, sono necessari per il conseguimento dei certificati di competenza. Possono essere svolti alternativamente o entrambi e, al termine, verrà certificato il percorso o i percorsi effettivamente svolti

- Tirocinio per “Mediatore in cyberbullismo”: 40 ore in presenza o online
- Tirocinio per “Mediatore in bullismo”: 40 ore in presenza e online

I quiz di esame potranno essere svolti durante lo svolgimento del corso.

Il tirocinio potrà essere svolto già durante le fasi finali del corso.

Conseguite le certificazioni sarà possibile sostenere gli esami di Sensei Zanshin Tech e di Istruttore di ginnastica con orientamento alle attività ludiche

## Lezioni e inizio corso

Data di inizio: **Sabato 24 settembre 2022 ore 9.00**

Tutte le lezioni si terranno su piattaforma ZOOM a eccezione di due we di formazione in presenza previsti nei mesi di Maggio e Luglio.

Il calendario prevede due ore di lezione tutti I Martedì sera dalle 21,00 alle 23,00 e 4 ore di lezione per un solo Sabato al mese dalle 9,00 alle 13,00

Il calendario delle lezioni, con riferimenti ai contenuti e al materiale didattico, verrà comunicato in anticipo agli interessati.

## Info ed iscrizioni

<https://www.formazioneinsegnanti.com/corsi/docenti/137-consulente-mediatore-in-cyberbullismo-e-bullismo.html>

<http://www.formazioneinsegnanti.com> - email: [info@formazioneinsegnanti.com](mailto:info@formazioneinsegnanti.com)

[www.zanshintech.it](http://www.zanshintech.it) - email: [contatti@zanshintech.it](mailto:contatti@zanshintech.it)

## ONLINE

- Zanshin Tech - #HackInBo2015 <https://www.youtube.com/watch?v=3LNszeG0Mk>
- Zanshin Tech - Intervista TGR – Molise: <https://youtu.be/vFsBOBKHF8k>
- Zanshin Tech – OSINT: <https://youtu.be/5UQhSG-od6o>
- Zanshin Tech - #facebullying Roma 2021: <https://www.youtube.com/watch?v=GMHRAUoBwY0>
- Garyuan Dojo Roma – Zanshin Tech: <https://www.ilponteroma.it/discipline-marziali/zanshin-tech-1.html>
- Garyuan Dojo Roma – Le Arti Marziali a Scuola: <https://www.ilponteroma.it/attivita/la-arti-marziali-a-scuola.html>
- Garyuan Dojo Roma – Comunità solidali 2020: <https://www.ilponteroma.it/progetti/comunita-solidali-2020.html>

## CONTENUTI DIDATTICI

### Pedagogia dell'insegnamento - 8 ore

1. La formazione come processo
2. La relazione insegnante-allievo
3. L'accoglienza e lo sviluppo diversificato
4. L'atteggiamento materno e paterno dell'insegnante

### Tecniche di comunicazione per la mediazione - 6 ore

1. L'ascolto attivo
2. La comunicazione interpersonale
3. La comunicazione verbale e non-verbale
4. Gli stili di comunicazione e le dinamiche relazionali

### Percorsi di crescita – 4 ore

1. Le finestre di Johari
2. Apprendimento esperienziale

### Le emozioni - 4 ore

1. Le emozioni: cosa sono
2. Ansia, paura e panico
3. I riflessi del panico
4. Gestire le emozioni
5. L'autostima

### Star bene in gruppo - 4 ore

1. La vita ed il lavoro di gruppo
2. La comunicazione ed i gruppi
3. Apprendimento cooperativo
4. La leadership e l'intelligenza emotiva
5. Leader e gregari
6. Gestione dei conflitti

### Adolescenti e social network - 16 ore

1. Cosa fanno i ragazzi on line (i social, chat...)
2. Uso/mode dei social network (selfie; challenge; rifugi virtuali di autosupporto; ecc.)
3. Senso e relazione dell'essere in rete (narcisismo, falsa identità)
4. Insidie del mondo digitale (adescamento, pedofilia, sexting)
5. Il lato oscuro di internet
6. Patologie legate al mondo digitale (fobie, abuso, ansia, ecc.) e osservazione dei relativi sintomi
7. Le dipendenze

### Bullismo e cyberbullismo - 4 ore

1. Definizioni e caratteristiche
2. Differenze nel comportamento e nei suoi effetti nel mondo fisico e digitale
3. Effetti psicopatologici del bullismo e del cyberbullismo (lettura dei segnali di stress)
4. La relazione bullo vittima



### Scuola e famiglia - 6 ore

1. La Famiglia
2. Essere genitori
3. La comunicazione con i genitori
4. La mediazione genitori-figli e scuola -famiglia
5. Un ponte generazionale con i “nativi” digitali
6. Studenti iperconnessi e insegnanti disconnessi
7. Il coinvolgimento dei genitori e le dinamiche genitore-mediatore-insegnante
8. Educare all’uso consapevole della tecnologia
9. Ruolo, etica e strategie del mediatore

### La mediazione nel cyberbullismo e nel bullismo - 12 ore

1. Intelligenza emotiva
2. La mediazione
3. Intelligenza emotiva nella mediazione
4. La mediazione nei rapporti aggressore – bersaglio
5. La mediazione scuola - famiglia

### Aspetti legali - 8 ore

1. Codice penale, reati informatici e legge sul cyberbullismo: quando scatta il reato
2. Modalità di segnalazione alle forze dell’ordine (querela, denuncia ...)
3. Il “mantenimento” delle evidenze da consegnare alle forze dell’ordine
4. La privacy e i minori
5. Responsabilità civili e penali nella gestione dei minori
6. Tutela degli insegnanti nella gestione di eventi di bullismo e cyber bullismo

### Prevenire e contrastare il bullismo Met. Katayama - 20 ore

1. Le Arti Marziali
2. Trasmettere valori
3. La motivazione
4. Confini e regole
5. Tecniche di rilassamento
6. Capacità motorie
7. Attività ludiche e motorie per la gestione del comportamento
8. Progettazione e report

### Prevenire e contrastare il cyberbullismo Met. Zanshin Tech - 48 ore

1. Basi informatiche: la rete, i device, la sicurezza dell’lo digitale.
2. La disciplina dello Zanshin Tech
3. L’aggressione digitale: come funziona, come studiarla, come gestirla
4. Analisi di casi di cyberbullismo
5. Il combattimento sociale
6. Indagini a sorgente aperta (OSINT) e redazione di un report di intelligence
7. Il ghosting: rimozione delle informazioni indesiderate
8. Accogliere una richiesta di aiuto e gestire un’aggressione in corso  
Il dojo Zanshin Tech: come organizzarlo, come gestirlo