

## SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO “GIOVANNI XXIII”

parole  
ostili

### Il Manifesto della comunicazione non ostile

- 1. Virtuale è reale**  
Dico o 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.

paroleostili.it

### PENSIERI, SLOGAN, RIFLESSIONI, VERSI degli alunni della scuola secondaria di I grado sulla “Comunicazione non ostile”.

L'ostilità è come un muro fatto da mattoni che si chiamano: obbligare, comandare, schiavizzare, insultare, violenza sulle altre persone, parole usate male e offensive.

Questo muro non si rompe con calci e pugni, ma solo con le parole gentili, con la forza che è dentro di noi e dopo tutto con l'amore che vince sempre. #comunicazione non ostile

Maria 2^A

§§§

**“SEI UNO SPORCO NEGRO, VATTENE DA DOVE SEI VENUTO! SEI VENUTO A RUBARCI IL LAVORO A CASA NOSTRA!!”**

#### BASTA CON QUESTE PAROLE OSTILI!!

Dobbiamo imparare a convivere con le differenze che ci rendono più ricchi, apprezzare la diversità, ascoltare gli altri (e sorridere!) Dobbiamo tornare a guardarci negli occhi, per capire chi abbiamo di fronte, a prescindere dalla provenienza geografica, parlare con gli altri delle loro storie e dei loro desideri, confrontarci con tutti per aumentare la nostra conoscenza. Non bisogna chiudersi nel proprio mondo, ma aprirsi alla diversità. E' importante anche denunciare gli episodi di razzismo e di bullismo di cui siamo vittime o di cui siamo testimoni, alle autorità. Sentirsi cittadini significa considerare e riconoscere gli altri come uguali a noi nei diritti, ma anche nei doveri. La cosa più

importante è soltanto volerci più bene, senza pensare a chi è e a come è chi abbiamo di fronte.  
**(Daniel 3^D)**

§§§

**“SEI GAY! VATTENE FEMMINUCCIA!”**

**BASTA CON QUESTE PAROLE OFFENSIVE!!**

Tutti devono essere liberi di essere ciò che vogliono, di professare qualsiasi religione e avere qualsiasi orientamento sessuale. Molte persone vengono giudicate e appellate con parole offensive perché decidono di essere se stesse, vengono umiliate perché amano chi non dovrebbero, secondo alcuni, vengono picchiate e derise e nessuno fa nulla per proteggerle.

**“SEI UNA POCO DI BUONO! TE LA SEI CERCATA! SEI DONNA: HAI UN CERVELLO DI GALLINA!”**

**BASTA CON QUESTE PAROLE - PIETRE!!**

Anche le donne ogni giorno vengono giudicate, picchiate, offese, ma soprattutto vengono sottovalutate rispetto all' uomo. Ogni giorno le donne muoiono per le violenze subite dagli uomini, che nessuno riesce a fermare. Noi giovani non vorremmo più sentir parlare di femminicidi, al mondo non ci dovrebbe essere tutta questa cattiveria, ma dovrebbero esserci solo libertà e amore.  
**(Giuseppe 3^D)**

§§§

**NON SERVE GIUDICARE, SIAMO TUTTI UGUALI E TUTTI UMANI, IL COLORE E LE CARATTERISTICHE FISICHE NON FANNO LA PERSONA**

**OGNUNO DEVE POTER ESSERE SE STESSO**

**BASTA CON L'IGNORANZA!!! ( Marianna 3^D)**

§§§

**IO HO UN SOGNO... UN SOGNO DI PACE, AMORE E UGUAGLIANZA!**

Non dobbiamo insultare qualcuno sul Web o di persona se è grasso, o di colore, o omosessuale, o comunque diverso da noi! Spesso si esagera con le parole!

I sogni possono realizzarsi solo se lo vogliamo...Pablo Picasso ha affermato che tutto quello che puoi immaginare può realizzarsi e quindi il mio sogno potrà realizzarsi: potremo fermare la violenza, il razzismo, il bullismo, solo con il RISPETTO per gli altri: è questa la parola chiave!  
**(Giada 3^D)**

§§§

**LE PAROLE HANNO UN “PESO”**

possono avere il profumo e la delicatezza di un fiore, come

*“Sei eccezionale, sei speciale, sono fiero di te, mi piaci, ti ammiro...”*

E queste sono parole che ti fanno battere il cuore!

Oppure sono pugni che possono creare un dolore emotivo molto forte, possono anche distruggere, come

*“Sei un fallito, fai schifo, sei un rifiuto umano, sei una femminuccia, puzzi, sei inutile, stupido...”*

Come diceva Buddha: “Prima di parlare domandati se ciò che dirai corrisponde a verità, se non provoca male a qualcuno, se è utile ed infine se vale la pena turbare il silenzio per ciò che vuoi dire”  
**(Antonello 1^E)**

§§§

Le parole sono importanti: hanno il potere di creare stati d'animo, emozioni e sentimenti.

Con le parole possiamo tranquillizzare, incoraggiare  
oppure spaventare, intimorire e ferire.

Con le parole creiamo la nostra realtà.

**“LE PAROLE SONO POTENTI” ! (Saverio 1^E)**

**#attentoacomeparli**

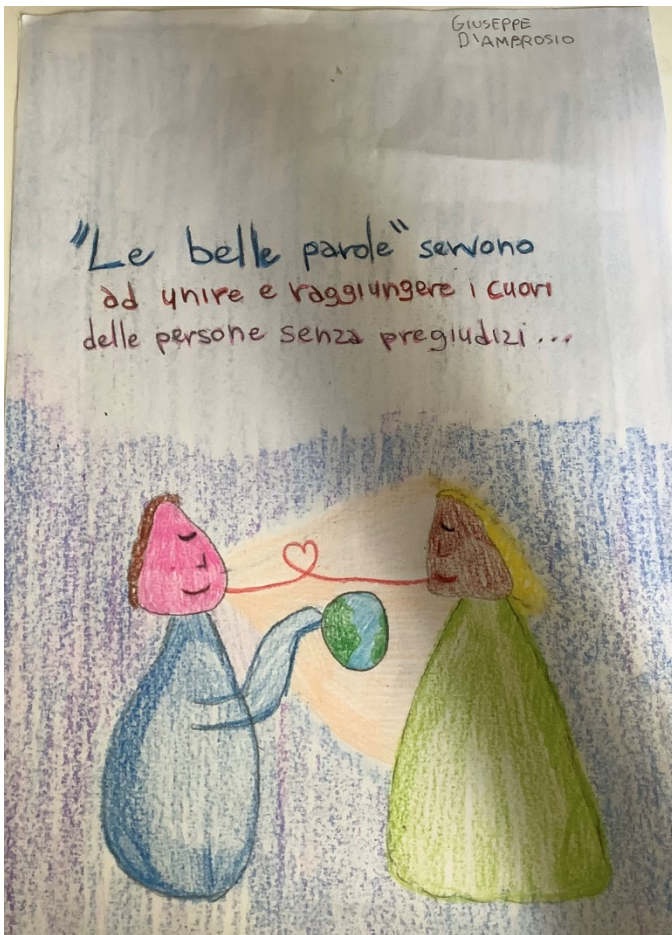
§§§

Le parole ostili sono pesanti come pietre e ci lasciano a terra, le parole gentili sono leggere come aquiloni che ci permettono di volare!! **(1^E)**

§§§

1. Ogni PAROLA è come un fiore, se le togli i petali diventa più brutta.
2. Per ogni PAROLACCIA ti spunterà un ghigno in faccia.
3. Se parli con GENTILEZZA ti cironderai di bellezza.
4. L'EDUCAZIONE prima di tutto o con ogni parola tutto è distrutto.
5. Usa l'IMMAGINAZIONE per creare nuove parole gentili, piuttosto che termini ostili.
6. Le parole sono PONTI, le offese dividono come monti.
7. Se il grillo PARLANTE fosse stato offensivo, Pinocchio non sarebbe potuto diventare mai un bambino.
8. Diventa un buon ASCOLTATORE, se vuoi essere un buon oratore.
9. L'ASCOLTO è fondamentale se vuoi ben parlare.
10. La COMUNICAZIONE può essere un'arma: sta a te decidere se usarla per unire o dividere.  
**(Marco 1^A)**

§§§



Le parole sono come pietre scagliate,  
sono mura alzate  
o idee non rispettate.  
Le parole commuovono  
uniscono,  
offendono e allontanano.  
Le parole gentili raggiungono ogni confine  
ogni silenzio  
raggiungono lo spazio  
lo spazio del cuore! (GIUSEPPE 1^A)

§§§

Con le parole distribuisce amore,  
perché il mondo  
è già tanto pieno di odio e di dolore.  
(NICOLE IC)

§§§

La gentilezza è il linguaggio  
che il sordo può sentire  
ed il cieco può vedere.  
(ALESSIO IC)

§§§

Le parole cattive creano una barriera che ci separa dalla felicità,  
impedendoci una relazione positiva con il prossimo.  
Le parole buone assomigliano a dei mattoncini magici

capaci di realizzare ponti.

**(DOMENICO IC)**

§§§

Le parole, a volte, possono far male come un proiettile nel cuore;  
possono fare del bene come un abbraccio,  
possono essere inascoltabili come della musica rock ad alto volume.  
pesanti come un'incudine, leggere come ali di farfalla.  
Riempiamole di gentilezza, usiamole con prudenza,  
mai per gioco o per offesa ...

**(Pietro IC)**

§§§

Il Rispetto deve essere la Stella Polare di ogni rapporto umano,  
il motore di ogni pensiero, gesto o parola:  
per non ferire nessuno,  
per apprezzare tutti e ciascuno,  
per realizzare pienamente il Bene.

**(Sara III C)**

§§§

Virtuale è reale, perciò la comunicazione, sui social come nella vita,  
deve essere un mezzo per unire, uno strumento per contagiare Bellezza  
e per vincere il male.

**(Federica III C)**

§§§

La Pace si costruisce attimo dopo attimo ...

Tralascia ogni aggressività,  
armonizza punti di vista,  
sfodera dolcezza,  
ricama intese.

Solo così susciterai forza e sicurezza !

**(Marco III C)**

§§§

Tutto ciò che si dice e il modo in cui si dice avrà una conseguenza.

Non si sa quello che le altre persone hanno vissuto o stanno vivendo, quindi è giusto riflettere prima di parlare.

Essere gentili non costa nulla, la gentilezza deve essere il nostro punto di partenza.

La cordialità deve essere alla base di ogni situazione che ci apprestiamo ad affrontare. Ogni relazione umana non può e non deve prescindere da un approccio gentile che possa agevolare e risolvere le situazioni che chiunque vive nel proprio quotidiano. **(Camilla II A)**

§§§

Il pilastro dell'educazione è il rispetto, per gli altri e per se stessi, sia nella vita reale che virtuale.  
**(Samira II A)**

§§§

La comunicazione è molto importante ma spesso è utilizzata in modo sbagliato; non è vero che le parole sono "solo parole" perché ce ne sono alcune che ti accarezzano il cuore, ma altre che fanno

più male di uno schiaffo. Ci sono parole facili da far scivolare addosso come se indossassimo un impermeabile e parole che rimangono per sempre come se fossero cicatrici profonde, mentre altre possono trasformarsi in ricordi meravigliosi.

Le parole non sono mai “solo parole” ma spesso si possono trasformare in segni indelebili dentro di noi e diventano attimi di vita. Bisogna dare un peso alle parole soprattutto quando si parla con persone più sensibili. Bisogna riflettere prima di parlare. Le parole sono importanti.

(Martina II A)

§§§

Quante volte abbiamo sentito dire “pensa prima di parlare”? Sicuramente non poche, ma nonostante ciò, alcune persone ancora non mettono in pratica questo insegnamento e a volte non si rendono conto che ciò che esce dalla loro bocca non sono solo parole, bensì armi che potrebbero ferire più della violenza fisica.

Peggiori sono coloro che per offendere non ci mettono neanche la faccia, ma si nascondono dietro uno schermo. Offendono persone fragili che potrebbero arrivare addirittura a togliersi la vita.

In alcune occasioni, bisogna semplicemente tacere: a volte, il silenzio vale più di mille parole.

(Francesca II A)

§§§

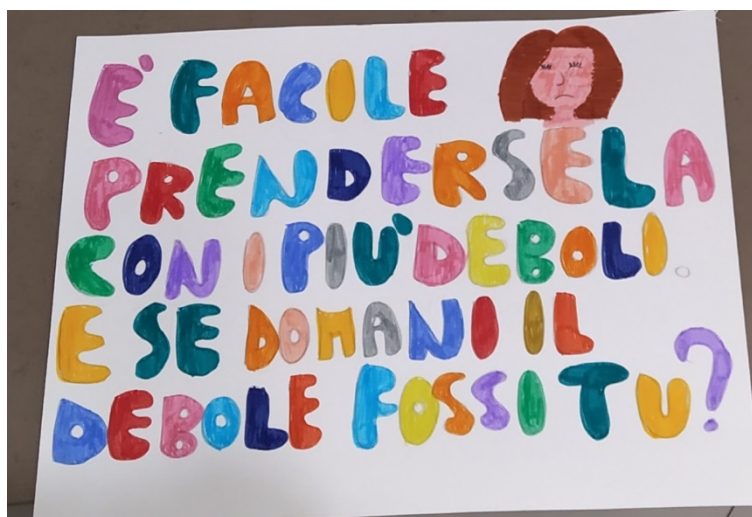
IL BULLISMO NON INSEGNA, SEGNA. (Sofia C. - 2^D)

§§§

- NESSUNO PUÒ FARTI SENTIRE INFERIORE SENZA IL TUO CONSENSO.
- LE PAROLE FANNO MALE, NON SOLO PER CHI LE SUBISCE.
- NON CREDERTI INFERIORE AGLI ALTRI, PERCHÉ TUTTI SIAMO FORTI DENTRO

(Jennifer - 2^D)

§§§



(Maria Grazia - 2^D)

§§§

GLI INSULTI NON SONO ARGOMENTI. (Raffaella - 2^D)

§§§

- TU SEI QUELLO CHE COMUNICHI:

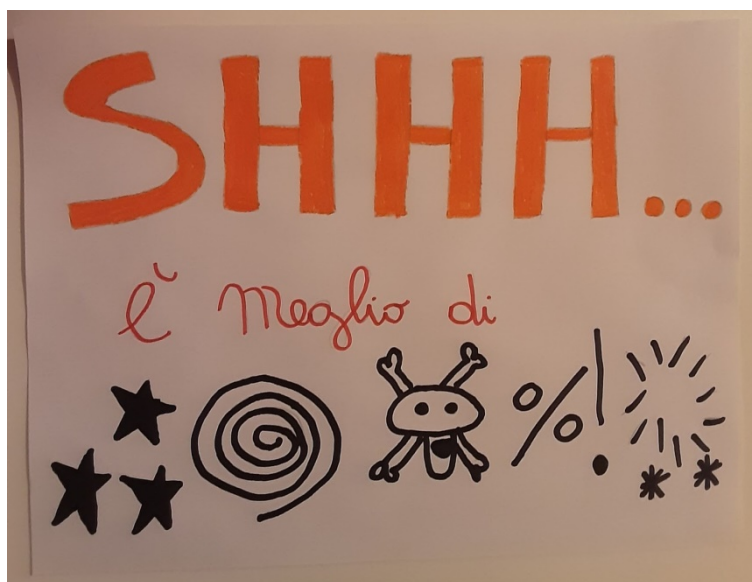
bisogna saper scegliere bene le parole per presentarsi, per spiegare come sei, cosa pensi, quello che provi ad una persona che magari si era fatto un pensiero diverso dal tuo.

- LA COMUNICAZIONE È IMPORTANTE, NON TI FA SENTIRE SOLO:  
parlare, confidarsi, sfogarsi, confrontarsi è il modo migliore per non sentirsi mai solo, liberandosi magari di qualcosa che ci fa star male, ma serve anche condividere un'altra emozione come la gioia che è una delle emozioni come la gioia che è una delle emozioni più belle, nel momento in cui partecipiamo ad una conversazione.
- IL NOSTRO PENSIERO È IMPORTANTE:  
esprimere i nostri pensieri, giusti o sbagliati che siano, è molto importante al giorno d'oggi e per non seguire la "massa" bisogna sforzarsi di essere sempre coerenti. **(Ilary - 2^D)**

§§§

Le parole possono distruggere o costruire. Se decidi di usarle bene e con gentilezza possono trasformare il mondo e le persone. **(Alessio - 2^D)**

§§§

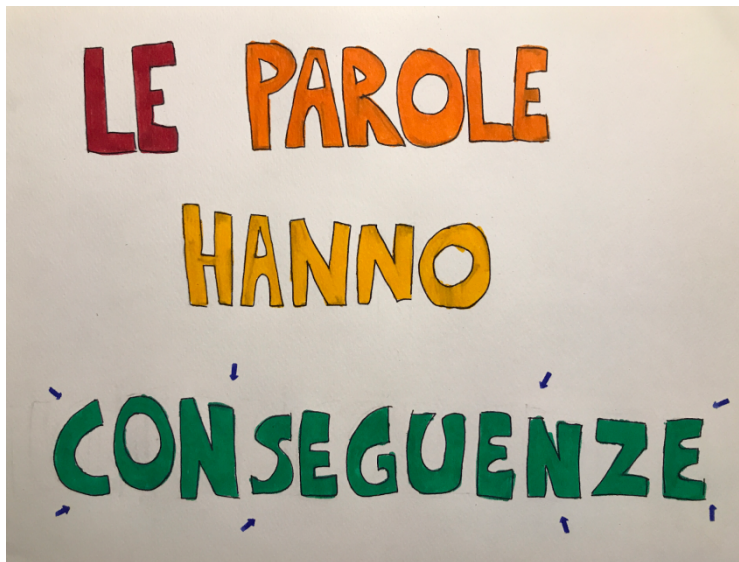


(Sofia L. - 2^D)

§§§

- LE PAROLE SONO ARMI: Possono far male se usate offendendo.
- LE PAROLE SONO EMOZIONI: Possono rendere felici, tristi, arrabbiati...
- IL SILENZIO È MEGLIO DELLE PAROLE: A volte tacere vale più di mille risposte.
- LE PAROLE DEI NOSTRI NEMICI SI SCORDANO MA IL SILENZIO DEI NOSTRI AMICI NO: Chi non ti difende non è un tuo amico.  
LE PAROLE NON COSTANO NIENTE ANZI OTTENGONO: Con una parola gentile puoi ottenere felicità. **(Gabriele - 2^D)**

§§§



(Daria - 2^D)

§§§

- Una parola che porta la pace è meglio di mille parole vuote.
- Le belle parole non costano niente tuttavia riescono ad ottenere tanto.
- Chi non capisce il tuo silenzio non riuscirà a capire neanche le tue parole.
- Indipendentemente da quello che ci dice la gente, le parole possono cambiare il mondo.
- La parola ha un potere immenso: può rovinare una vita, come può migliorarla. Siamo padroni delle parole non dette, ma schiavi delle parole che ci sono sfuggite. (Klea - 2^D)

§§§

Io credo che le parole siano un mezzo bellissimo per esprimersi , ma credo anche che vadano usate nel modo giusto . Se utilizzate scorrettamente potrebbero ferire o offendere le persone e alcune rimangono impresse come cicatrici .Ancora peggio è attaccare le persone nascondendosi dietro uno schermo : oltre a ferire, non si ha nemmeno il coraggio di metterci la faccia. (Romina C. II A)

§§§

Le parole hanno conseguenze. Quando le usiamo per offendere e denigrare qualcuno, non ci rendiamo conto che accadrà l' inevitabile: facciamo attenzione perché siamo come un foglio di carta, se ci insultano ci accartocchiamo, poi, se ci chiedono scusa, non torneremo mai come prima; le parole rimarranno come cicatrici, segni indelebili nella nostra anima.

(Anna 1B)

§§§

Generazioni connesse: parole urlate, parole inviate, parole di odio, parole che feriscono e uccidono... e poi il silenzio di chi non ha il coraggio di rispondere. Un silenzio che dice tutto , tanto; è fatto di lacrime versate e parole non dette . Si tace perché la cattiveria blocca le parole , perché annoda la gola e il male ti avvolge con i suoi tentacoli. Non è vero che il silenzio è una risposta , è la sconfitta di chi è stato ingiustamente punito! (Francesca 1B)

§§§



Non mi piacciono le parole ostili, preferisco le parole gentili perché sono come i petali di un fiore: profumano! ( **Angela 1B**)

§§§

### **Manifesto delle mie parole gentili**

- 1 I miei amici sono stupendi.
- 2 Il sorriso di G . è fantastico.
- 3 Sei la persona giusta.
- 4 Tu sei come un fratello.
- 5 Sei l'amico che fa per me.
- 6 Non finirò mai di dirti che sei super.
- 7 Ti voglio bene.
- 8 Se non vuoi parlarmi ascolterò il tuo silenzio.
- 9 Userò per te solo parole gentili
- 10 Ti rispetto.

**Saverio (2C)**

§§§

“La testa”  
C'è chi l'abbassa, chi la perde.  
Io preferisco chi la usa”.  
Rita Levi-Montalcini  
Questa frase racchiude tutto  
quello che vuol dire la comunicazione non ostile!  
**L.T. (III A)**

§§§

La comunicazione è il primo strumento per avvicinare gli altri.  
Il modo in cui ti poni determina il successivo rapporto. Essere educato, cordiale, rispettoso anche delle “differenze” degli altri, e' la base di ogni rapporto.  
Il sorriso e la tranquillità, piuttosto che l'odio e il rancore, aiutano sicuramente tutti a vivere meglio.  
**F.L. (III A)**

§§§

Le parole hanno un potere grande, danno forma al pensiero, trasmettono conoscenza e incantano. Ma le parole allo stesso tempo possono anche ferire, offendere, ingannare e distruggere.  
L'obiettivo del manifesto “ della comunicazione non ostile “è quello di far riflettere la comunità sui 10 principi fondamentali.  
Quello che più mi colpisce è il numero 1: “virtuale è reale”.  
È importante promuovere una nuova cultura, che miri al Rispetto sul web, in quanto, le parole vanno scelte con molta cura per poter costruire un mondo migliore.  
**G.A (III A)**

§§§

Se qualcuno si rivolge a noi nel modo sbagliato o ci insulta, dobbiamo ricordarci che, come dice Seneca:

“Impara a piacere a te stesso.

Quello che tu pensi di te stesso è molto più importante di quello che gli altri pensano di te”.

**G.B. (III A)**

§§§

Le parole hanno grandi poteri e potrebbero cambiare il corso di una giornata o addirittura l'esistenza.

Le parole materializzano il nostro pensiero, sono la nostra inesauribile fonte di magia: possono alleviare un dolore,ma potrebbero anche infliggerlo!

**R.B.(III A)**

§§§

La mattina,quando ti svegli, ricorda sempre che tu sei la persona più importante della tua vita.

Abbine cura!!

**A.L (III A)**

§§§

È molto importante fare attenzione al modo in cui usiamo il linguaggio, soprattutto in situazioni di tensione, conflitto e malessere.

In questi casi non dobbiamo prestare attenzione solo a quello diciamo agli altri,ma anche a quello che diciamo a noi stessi.

**A.B (III A)**

§§§

“MI PIACE CHI SCEGLIE CON CURA  
LE PAROLE DA NON DIRE”

*ALDA MERINI*

**G.L (III A)**

§§§

“ L'amicizia è la cosa più difficile al mondo da spiegare. Non è qualcosa che si impara a scuola .

Ma se non hai imparato il significato dell'amicizia, non hai davvero imparato niente”.  
Muhammad Ali'

Aveva proprio ragione questo pugile rimasto nel mito dello sport mondiale: l'amicizia non si può spiegare!

Eppure si può comprendere nel profondo,sperimentandola nella propria vita, comunicando nel modo giusto con gli altri.

**V.M (III A)**

§§§

Le divergenze su un'opinione sono inevitabili, ma del tutto evitabile è la violenza verbale per sostenere la nostra idea. Le idee vanno rispettate e discusse. Il raggiungimento di una comunicazione efficace e corretta è un obiettivo per il futuro.

Ognuno di noi può dare il suo contributo!

#comunicazione efficace, #stop alla violenza verbale.

**( ALDO 3B)**

§§§

LE PAROLE INSEGNANO, MENTRE ALTRE VOLTE... SEGNANO!  
STOP ALLA COMUNICAZIONE NON OSTILE!

**(ALESSIA 2B)**

§§§

LE PAROLE SONO COME MATTONI, SE USATE NEL MODO CORRETTO POSSONO  
COSTRUIRE UNA RELAZIONE, USATE NEL MODO SBAGLIATO LA  
DISTRUGGONO.

**(ANDREA 2B)**

§§§

DIETRO LO SCHERMO CI SONO PERSONE, TRATTALE CON CURA, NON FARLE  
SENTIRE SOLE

**(DELIA 2B)**

§§§

*La comunicazione dà emozione,  
quando è gentile  
sereno ti fa sentire,  
se è ostile  
ti fa perdere lo stile.  
Se vorrai emozionare  
con le parole dovrai rispettare,  
così a testa alta potrai andare.*

**(FLAVIO 2B)**

§§§

PENSARE PRIMA DI POSTARE... E' NECESSARIO PER NON SBAGLIARE

**(LUCIANA 2B)**

§§§

*Ricorda:  
dietro uno schermo  
che sembra fermo  
batte forte un cuore!  
Trattalo con amore!  
Con i nostri insulti  
ci facciamo belli,  
dimenticando che le parole  
feriscono come coltelli!*

(SARA 2B)

§§§

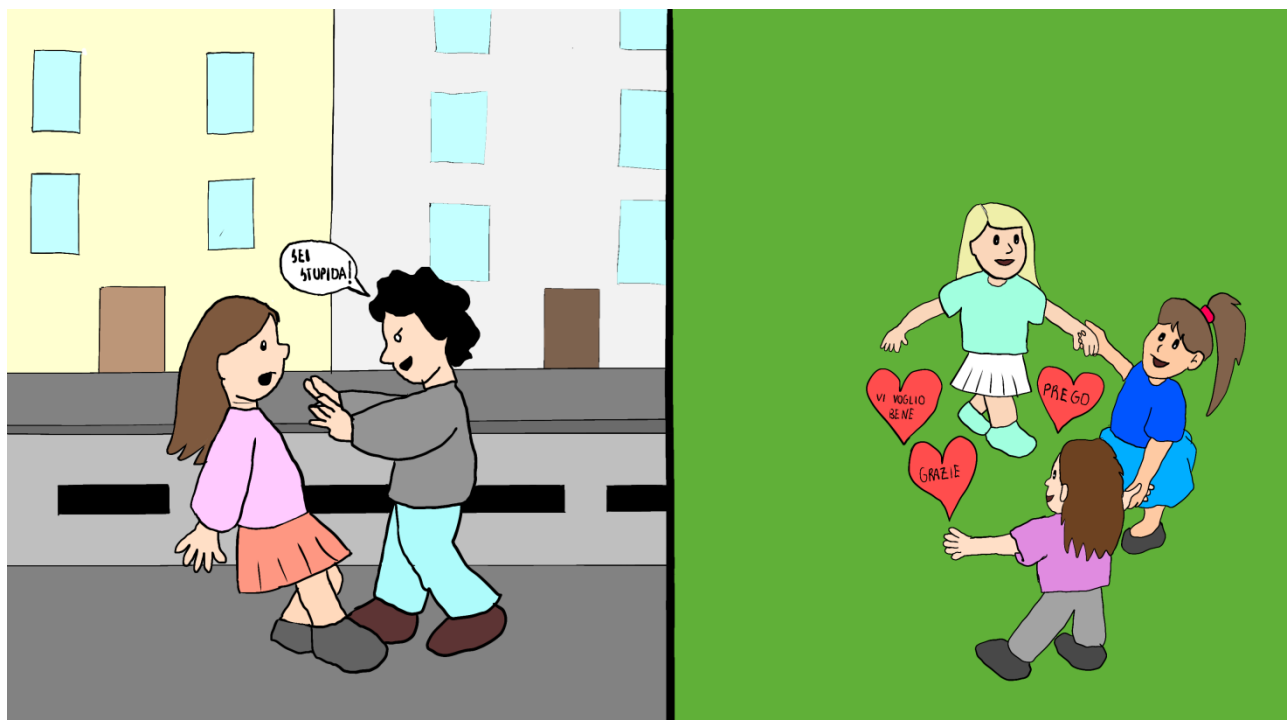
AMICIZIA = condivisione di esperienze, di momenti di vita, di progetti. Una bella comunicazione che sia capace di farci entrare in sintonia con gli altri, per poi scambiarsi parole, sorrisi, emozioni, sensazioni che vanno da una persona all'altra in una armoniosa danza tra dare e ricevere. (Classe I D)

§§§

A volte le parole, i sentimenti e le emozioni cominciano a vorticare, si mischiano e creano una grande confusione. È importante riconoscere le nostre emozioni e fare affidamento sulle nostre certezze, anche nei momenti in cui sembrano aggrovigliarsi, possiamo ritrovare la calma e creare qualcosa di Meraviglioso. 🤗

Classe ID

§§§



*Non essere aggressivo , ma comunicativo ,  
collaborativo e comprensivo*

(Lidia I A)