RegisPro

EDIZIONE 2026 · VOL. 08

KIT OPERATIVO PER DOCENTI

Gestione della classe difficile.

Cinquanta strategie pronte per rumore, sfide, conflitti, bullismo e demotivazione. Apri, scegli, applica.

COSA TROVI DENTRO

- 50 strategie divise in 5 categorie
- 10 frasi di de-escalation pronte
- Quando coinvolgere dirigente e famiglia

50

strategie pronte
scuola italiana

regispro.it

INDICE

Indice del kit

01 Come usare questo kit 3

02 La classe difficile in 5 domande 4

03 Rumore e disturbo 10 strategie 5

04 Sfida e provocazione 10 strategie 10

05 Conflitti tra pari 10 strategie 15

06 Bullismo e cyberbullismo 10 strategie 20

07 Demotivazione e disimpegno 10 strategie 26

08 10 frasi di de-escalation pronte 31

09 Quando non gestire da solo 32

COME USARE QUESTO KIT

Non è un manuale. È una cassetta degli attrezzi.

Nessuno ha la classe perfetta. Questo kit non ti spiega la teoria della gestione della classe: ti dà cinquanta mosse pronte. Quando arriva il momento difficile, apri il PDF, trovi la categoria giusta e scegli cosa fare. Una alla volta, senza fretta.

1

Parti dalla diagnosi.

Prima di scegliere una strategia, rispondi alle cinque domande di pagina 4: ti dicono che tipo di problema hai davanti.

2

Vai alla categoria giusta.

Cinque categorie: rumore, sfida, conflitti, bullismo, demotivazione. Ogni problema ha la sua sezione.

3

Scegli una mossa sola.

Per ogni strategia trovi quando usarla, i passi e un esempio reale. Provane una, non dieci insieme.

4

Tieni le frasi a portata.

Le dieci frasi di de-escalation a pagina 15 sono da rileggere prima di una lezione difficile. Servono nei secondi che contano.

DIAGNOSI

La classe difficile in 5 domande

Prima di agire, inquadra il problema. Cinque domande per non sbagliare strategia.

1 Il problema è di tutta la classe o di pochi studenti?

Perché conta. La stessa strategia non vale per un gruppo intero e per due ragazzi. Confondere i due piani è la prima causa di interventi che falliscono.

Come usarla. Se riguarda pochi, lavora sui singoli (sfida o demotivazione). Se riguarda il gruppo, lavora sul clima (rumore o conflitti tra pari).

2 È un problema di gestione o di relazione?

Perché conta. Il rumore e il disordine si gestiscono con routine e struttura. I conflitti, le sfide e il bullismo si lavorano con dialogo e mediazione. Sono strumenti diversi.

Come usarla. Gestione, vai al cluster rumore e disturbo. Relazione, vai ai cluster sfida, conflitti tra pari o bullismo.

3 C'è uno schema che si ripete?

Perché conta. Se il problema scatta sempre nello stesso momento, nella stessa materia, con gli stessi alunni o dopo lo stesso innesco, c'è una causa su cui agire. Se è casuale, serve lavorare sul clima generale.

Come usarla. Individua l'innesco ricorrente e agisci proprio lì: la disposizione dei posti, l'orario, il tipo di attività, una coppia di alunni.

4 Il comportamento è nuovo o si trascina da tempo?

Perché conta. Un cambiamento improvviso ha spesso una causa esterna recente: la famiglia, il gruppo di amici, un evento. Un problema cronico richiede un lavoro più lungo e strutturale.

Come usarla. Se è nuovo, cerca cosa è cambiato e parla con il singolo. Se è cronico, costruisci routine stabili e coinvolgi il consiglio di classe.

5 Hai già provato qualcosa? Ha funzionato anche solo in parte?

Perché conta. Ripartire ogni volta da zero spreca energie. Una strategia che ha dato anche un minimo risultato è una base su cui costruire.

Come usarla. Se qualcosa ha funzionato un po', rafforzalo invece di abbandonarlo. Se davvero niente ha funzionato, cambia categoria di intervento.

CATEGORIA 01 DI 05 · 10 STRATEGIE

Rumore e disturbo

Classe rumorosa, chiacchiericcio, caos all'ingresso.

1 Il segnale di silenzio non verbale

Quando usarla: *La classe è rumorosa e alzare la voce non funziona più, anzi peggiora il brusio.*

- Concorda con la classe un segnale visivo, una mano alzata o un conto alla rovescia da cinque sulle dita.
- Quando ti serve silenzio esegui il segnale e resta in silenzio tu per primo.
- Aspetta che gli studenti se ne accorgano e lo imitino a catena, non parlare finché non sono tutti.
- Le prime volte servono trenta, quaranta secondi, poi diventa automatico in pochi secondi.

> ESEMPIO
>
> *In una prima media molto vivace la docente di lettere alza la mano e conta alla rovescia con le dita. Dopo due settimane la classe si zittisce in cinque secondi, senza che lei dica una parola.*

2 Il livello di voce concordato

Quando usarla: *La classe non distingue quando parlare sottovoce e quando stare in silenzio, e il volume sale senza che nessuno se ne accorga.*

- Prepara un cartello con quattro livelli: 0 silenzio totale, 1 sussurro a coppie, 2 voce da gruppo, 3 voce piena.
- Presenta la scala e spiega quando si usa ciascun livello.
- Quando il volume sale, indica il numero sul cartello senza alzare la voce.
- Ripeti il riferimento per due o tre settimane, poi diventa un codice condiviso.

> ESEMPIO
>
> *Un docente di scienze in seconda media appende la scala in fondo all'aula. Durante i lavori di gruppo indica il livello 1 con il dito: la classe abbassa il volume senza che lui smetta di girare tra i banchi.*

3 Il timer del rumore visibile

Quando usarla: *La classe fatica a sostenere un periodo di lavoro silenzioso e il rumore riprende dopo pochi minuti.*

- Proietta un timer a schermo intero, oppure usa una clessidra grande.
- Fissa un obiettivo breve, dieci minuti di lavoro in silenzio.
- Mentre il timer scorre non interrompere e non commentare.
- Alla fine dai un riscontro collettivo breve, poi aumenta gradualmente la durata quando la classe ci riesce con regolarità.

> **ESEMPIO**
> *Una docente di italiano in terza media proietta un timer da quindici minuti durante la produzione scritta. La classe tiene il silenzio quasi sempre: il conto alla rovescia sostituisce i richiami verbali.*

4 Avvicinarsi al focolaio invece di alzare la voce

Quando usarla: *Un piccolo gruppo continua a chiacchierare durante la spiegazione e richiamarli da lontano non funziona.*

- Continua a spiegare normalmente e spostati lentamente verso il gruppo rumoroso senza interrompere il filo.
- Fermati vicino ai banchi e prosegui da lì.
- La prossimità fisica, senza parole dirette, di solito basta a ridurre il brusio.
- Se continua, posa una mano sul banco o stabilisci un contatto visivo breve.

> **ESEMPIO**
> *Durante una spiegazione di storia in prima superiore tre studenti in fondo bisbigliano. Il docente si avvicina parlando, si ferma accanto a loro per un minuto: il brusio si azzera senza che lui abbia pronunciato il loro nome.*

5 La pausa di silenzio

Quando usarla: *Il brusio supera la tua voce e urlare sopra peggiora la situazione.*

- Smetti di parlare di colpo, senza gridare silenzio.
- Resta in piedi fermo, sguardo verso la classe, in attesa.
- Non fare nulla, nessun gesto plateale: il silenzio del docente è il segnale.
- Quando la classe abbassa il volume, riprendi dallo stesso punto con lo stesso tono.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di matematica in quinta elementare smette di parlare a metà di una frase e aspetta. In venti secondi il rumore cala: qualcuno si guarda intorno, qualcuno zittisce il vicino. Il docente riprende senza commenti.*

6 Ridisegnare la mappa dei posti

Quando usarla: *Alcune coppie o piccoli gruppi si alimentano a vicenda e il rumore riparte sempre dagli stessi punti.*

- Osserva per una settimana da dove parte il disturbo.
- Decidi una nuova disposizione che separi quei nodi, presentandola come scelta organizzativa, non punizione.
- Comunica il cambio con una frase neutra.
- Mantieni la nuova mappa per almeno due o tre settimane prima di valutare.

> **ESEMPIO**
> *Una docente di inglese in seconda media sposta due studenti che si trovano a fianco, in punti opposti dell'aula. Il rumore di fondo cala già dalla lezione successiva, senza nessun richiamo formale.*

7 Il compito-ponte all'ingresso

Quando usarla: *I primi cinque o dieci minuti dopo l'ingresso sono caotici perché gli studenti non hanno ancora una consegna.*

- Scrivi o proietta una consegna breve prima che gli studenti entrino, un esercizio o una domanda.
- Quando entrano indica la lavagna, iniziate subito da lì.
- Non aspettare che tutti si siedano per cominciare.
- Usa quei minuti per l'appello, poi raccogli il lavoro come punto di partenza.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di storia in terza media proietta tre domande di ripasso ogni mattina. Gli studenti entrano e iniziano a rispondere sul quaderno. Il caos dei primi minuti sparisce nel giro di due settimane.*

8 Abbassare la voce invece di alzarla

Quando usarla: *Il brusio di fondo è medio e gli studenti parlano sopra la spiegazione senza rendersene conto.*

- Abbassa deliberatamente il volume della tua voce.
- Parla chiaro ma quasi sottovoce, chi vuole sentire deve smettere di parlare.
- Mantieni il tono basso per almeno un minuto anche se il rumore non cala subito.
- Quando la classe si adegua torna al volume normale, senza commentare.

> **ESEMPIO**
> *Una docente di arte in seconda media abbassa la voce mentre spiega una tecnica. Gli studenti in prima fila smettono di parlare per sentire, quelli in fondo li imitano. In meno di un minuto il volume si azzera.*

9 Il contratto di rumore della classe

Quando usarla: *Il problema del rumore è cronico e i richiami quotidiani non producono cambiamento stabile.*

- Dedica venti minuti, magari dopo una giornata caotica, a discutere insieme le regole sul volume.
- Chiedi alla classe di proporle, scrivile alla lavagna, poi selezionate le praticabili.
- Sintetizzale in tre o quattro punti, stampale in A4, appendile e fai firmare il foglio a tutti, te compreso.
- Nei momenti di crisi indica il foglio, senza lunghe spiegazioni.

> **ESEMPIO**
> *Dopo una settimana difficile una docente di lettere in prima media scrive con la classe le regole sul rumore. Decidono: niente urla, mano alzata per parlare, voce bassa durante i compiti. Firmano tutti. Poi basta indicare il foglio per ricordare l'impegno.*

10 Frazionare la lezione in blocchi brevi

Quando usarla: *Il rumore cresce con il passare dei minuti perché attenzione e stanchezza calano e gli studenti cercano sfogo.*

- Pianifica la lezione in blocchi da quindici a venti minuti: spiegazione, esercizio, confronto.
- Annuncia la struttura all'inizio.
- Al cambio di blocco dai un segnale chiaro.
- Il cambio di attività scarica la tensione in modo controllato e riduce il bisogno di sfogarsi col rumore.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di scienze in seconda superiore divide ogni ora in tre blocchi: venti minuti di spiegazione, dieci di esercizio individuale, cinque di confronto a coppie. Il rumore parassita quasi sparisce, perché gli studenti sanno quando possono parlare.*

CATEGORIA 02 DI 05 · 10 STRATEGIE

Sfida e provocazione

Chi ti sfida, risponde male, cerca lo scontro.

11 Non raccogliere la provocazione sul momento

Quando usarla: *Uno studente lancia una battuta sfidante davanti alla classe e aspetta una tua reazione immediata.*

- Registra la provocazione senza rispondere a tono, un silenzio breve vale più di una reazione impulsiva.
- Continua la lezione, oppure di' solo “Ne parliamo dopo” con voce neutra.
- Evita il contatto visivo prolungato in quel momento.
- Segna la cosa da affrontare a lezione finita o all'intervallo.

> **ESEMPIO**
> *Durante una spiegazione di grammatica alle medie uno studente commenta a voce alta “che noia questa roba”. Il docente risponde “Capito. Dopo lezione due minuti insieme” e riprende senza irritarsi. Lo studente non ottiene la reazione cercata.*

12 Il colloquio a quattr'occhi dopo la lezione

Quando usarla: *L'episodio è andato oltre il minimo e serve un confronto vero, ma non davanti a tutti.*

- Aspetta che la classe sia uscita, niente udienza.
- Inizia descrivendo il fatto senza aggettivi: “Hai detto X mentre spiegavo, voglio capire”.
- Ascolta senza interrompere, anche se ti sembra una scusa.
- Chiudi con un accordo concreto e verifica nei giorni dopo se viene rispettato.

> **ESEMPIO**
> *Dopo una lezione di scienze alle superiori in cui uno studente ha risposto male, il docente lo ferma all'uscita. In tre minuti, senza accuse, emerge che era frustrato per un compito che credeva ingiusto. Si accordano su come gestire i dubbi.*

13 Dare una via d'uscita dignitosa

Quando usarla: *Lo studente si è già esposto troppo e uno scontro diretto lo metterebbe all'angolo davanti ai compagni.*

- Riconosci che lo studente ha detto qualcosa che non può ritrattare senza perdere la faccia.
- Offri una via d'uscita: “Forse è uscita male, dimmi come intendevi”.
- Accogli anche una mezza ritrattazione come completa.
- Passa subito ad altro, chiudere in fretta toglie spazio alla recita.

> **ESEMPIO**
> *Uno studente di seconda media dice qualcosa di irrispettoso e la classe aspetta in silenzio. Il docente: “Suppongo che tu non volessi dirlo così”. Lo studente borbotta qualcosa di vago, il docente annuisce e riprende. Il momento si chiude senza vincitori né vinti.*

14 Separare il comportamento dalla persona

Quando usarla: *Devi correggere uno studente senza che la critica diventi un attacco all'identità.*

- Descrivi il comportamento con fatti: “Hai interrotto tre volte mentre parlava un compagno”.
- Non aggiungere etichette sulla persona, evita “sei maleducato”.
- Spiega l'effetto concreto del comportamento.
- Chiudi con un'aspettativa chiara e positiva: “Voglio che la prossima volta aspetti il tuo turno. Ce la fai”.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di storia alle superiori si rivolge a chi ha deriso la risposta di un compagno: “Quella frase era irrispettosa. Non è il modo in cui lavoriamo qui”. Solo il gesto, mai la persona. Lo studente abbassa gli occhi ma non si mette sulla difensiva.*

15 La scelta limitata tra due opzioni

Quando usarla: *Uno studente rifiuta una richiesta diretta e l'ordine secco sta creando tensione.*

- Sostituisci l'imperativo con due alternative entrambe accettabili per te: non “siediti” ma “puoi sederti qui o lì”.
- Presenta le opzioni con tono neutro, non come ultimatum.
- Aspetta in silenzio qualche secondo.
- Qualunque opzione scelga, confermala e vai avanti.

> **ESEMPIO**
> *Un alunno di quinta elementare si rifiuta di tornare al posto dopo la ricreazione. La docente: “Puoi tornare al banco adesso o aspettare un minuto fuori e poi entrare, decidi tu”. Il bambino sceglie di entrare subito. La tensione si scioglie perché ha avuto voce in capitolo.*

16 Riconoscere il bisogno dietro la sfida

Quando usarla: *Uno studente ti sfida apertamente e non capisci perché ce l'abbia con te.*

- Chiediti cosa cerca davvero: attenzione, potere, una rivincita, o nasconde un senso di inadeguatezza.
- Osserva quando scatta la provocazione, davanti a chi, in quale materia.
- Rispondi al bisogno, non alla forma: a chi cerca attenzione dagliela in un momento positivo, a chi cerca potere offri responsabilità reali.
- Verifica se la frequenza delle provocazioni cala.

> **ESEMPIO**
> *Un ragazzo di terza media interrompe sempre con battute. Il docente gli affida il compito di gestire il timer delle attività: avere un ruolo visibile riduce la ricerca di attenzione attraverso il disturbo.*

17 Il “quando allora” al posto dell'ordine secco

Quando usarla: *Uno studente resiste a una richiesta e l'ordine diretto sta diventando uno scontro di volontà.*

- Riformula in condizionale positivo: “Quando avrai finito l'esercizio, allora potrai alzarti”.
- Usa un tono descrittivo, la regola sembra oggettiva, non una tua imposizione.
- Non restare lì ad aspettare, lascia lo studente con la formula e torna agli altri.
- Se si adegua, non commentare.

> **ESEMPIO**
> *Uno studente di prima media vuole andare a bere mentre il docente dà le istruzioni. Il docente: “Quando avrò finito di spiegare, puoi alzarti”. Il ragazzo aspetta. Nessun confronto, nessuna negoziazione.*

18 Non discutere davanti al pubblico

Quando usarla: *Senti che la discussione con uno studente sta diventando uno spettacolo per la classe.*

- Interrompi la discussione appena la classe guarda con interesse crescente.
- Di' in modo neutro: “Ne parliamo tra poco, adesso riprendiamo”.
- Abbassa la voce invece di alzarla, rompe la dinamica teatrale.
- Gestisci il confronto fuori dalla classe, quando non c'è più pubblico.

> **ESEMPIO**
> *Durante un'interrogazione alle superiori uno studente contesta un voto davanti a tutti. Il docente, sottovoce: “Hai ragione di volerlo discutere. Cinque minuti dopo lezione”. La classe perde interesse e lo studente non ha più platea.*

19 Documentare l'episodio per il consiglio

Quando usarla: *L'episodio è significativo o si ripete e potresti doverlo riferire al consiglio di classe o alla famiglia.*

- Scrivi appena puoi: data, ora, contesto, cosa ha detto o fatto, cosa hai risposto.
- Usa solo fatti osservabili, senza aggettivi.
- Annota anche i precedenti, un pattern racconta più di un episodio isolato.
- Conserva la nota in un posto accessibile a te ma non visibile agli studenti.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di matematica alle medie segna su un file privato: "14 maggio, terza ora. Ha rifiutato di consegnare dicendo che non gliene importava, poi ha girato la sedia di spalle. Ho invitato a parlarne dopo lezione". Al colloquio con la famiglia ha i fatti precisi.*

20 Ricucire la relazione il giorno dopo

Quando usarla: *C'è stato uno scontro il giorno prima e il rischio è che si cristallizzi in una guerra fredda.*

- Torna dallo studente tu per primo, non aspettare che sia lui.
- Non riaprire l'episodio, un commento neutro su qualcosa di concreto segnala che sei disponibile a ripartire.
- Se il tono è ancora chiuso, non insistere, hai dato il segnale.
- Nei giorni dopo cerca un momento positivo reale da riconoscergli.

> **ESEMPIO**
> *Il giorno dopo una discussione accesa, il docente di italiano commenta il tema consegnato dallo studente: "L'inizio era interessante, parliamone". Niente riferimenti alla lite. Lo studente risponde a monosillabi, ma la settimana dopo torna a contribuire.*

CATEGORIA 03 DI 05 · 10 STRATEGIE

Conflitti tra pari

Litigi, gruppetti chiusi, esclusioni silenziose.

21 La mediazione tra pari guidata

Quando usarla: *Due studenti hanno litigato e il rancore rischia di trascinarsi per giorni.*

- Aspetta che entrambi siano abbastanza calmi, mai mediare a caldo.
- Stabilisci tre regole: si parla uno alla volta, non si insulta, si ascolta fino in fondo.
- Fai dire a ciascuno cosa è successo dal suo punto di vista e come si è sentito, senza interruzioni.
- Cerca insieme un punto d'accordo concreto e un piccolo impegno per ciascuno.

> **ESEMPIO**
>
> *Due alunni di prima superiore litigano per un posto in laboratorio. La docente li fa parlare a turno per cinque minuti a testa: scoprono che il malinteso nasceva da una frase fraintesa e trovano da soli un accordo sui turni.*

22 Separare e far raffreddare prima di parlare

Quando usarla: *Il conflitto è appena esploso e le emozioni sono ancora alte.*

- Separa subito i due fisicamente, senza spiegazioni: uno resta, l'altro va con te.
- Non chiedere nulla per cinque o dieci minuti, lascia scendere la temperatura.
- Quando sono calmi, avvicinali uno alla volta con una sola domanda, cosa è successo secondo te.
- Solo dopo aver ascoltato entrambi, decidi se metterli di fronte.

> **ESEMPIO**
>
> *In una seconda media due ragazzi si spintonano all'uscita. Il docente li separa senza alzare la voce, li manda in punti diversi del corridoio e aspetta. Dieci minuti dopo, parlando con ognuno da solo, scopre che era un righello prestato e non restituito.*

23 Il cerchio di classe per i conflitti ricorrenti

Quando usarla: *Un problema coinvolge l'intero gruppo: liti ripetute, esclusioni, clima teso che nessuno nomina.*

- Sposta i banchi e fai sedere tutti in cerchio, te compreso.
- Scegli un oggetto come simbolo della parola, chi lo tiene parla.
- Poni la questione in modo generale, senza accusare: “ho notato che il clima è cambiato, cosa sta succedendo”.
- Fai girare l'oggetto, ognuno dice una cosa. A fine giro, concorda una o due azioni concrete per la settimana dopo.

> **ESEMPIO**
> *In una quinta elementare i litigi alla ricreazione si moltiplicano. La maestra dedica venti minuti al cerchio il lunedì. I bambini nominano da soli il problema, chi ha il pallone occupa tutto lo spazio, e stabiliscono una rotazione settimanale.*

24 Ascolto attivo dei due punti di vista

Quando usarla: *Due studenti si accusano a vicenda e ognuno sente di non essere capito.*

- Ascolta il primo senza interrompere, poi riformula con parole tue: “quindi ti sei sentito ignorato quando ha preso il tuo posto”.
- Chiedi conferma, aspetta che annuisca.
- Fai lo stesso con il secondo.
- Sottolinea il punto in cui le versioni si avvicinano e usalo come aggancio per l'accordo.

> **ESEMPIO**
> *Due studentesse di terza media non si parlano dopo una discussione via messaggi. La docente le ascolta una alla volta e riformula. Entrambe si accorgono che l'altra era in buona fede e il gelo si allenta già durante la conversazione.*

25 Il patto di riparazione

Quando usarla: *C'è stato un danno concreto, materiale o relazionale, e la punizione da sola non risolve nulla.*

- Invece di limitarti alla sanzione, chiedi a chi ha sbagliato cosa può fare per rimediare.
- Aiutalo a trovare una risposta concreta e proporzionata.
- Fai lo stesso con chi ha subito il danno, cosa lo aiuterebbe a stare meglio.
- Metti per iscritto l'impegno di ciascuno. Dopo una settimana, verifica come stanno le cose.

> **ESEMPIO**
> *Un alunno di seconda superiore danneggia il quaderno di un compagno durante un litigio. Il docente non si ferma alla nota: gli chiede di ricopiare le pagine e chiedere scusa di persona. Il compagno accetta. La settimana dopo i due collaborano senza tensioni.*

26 Rimescolare i gruppi e assegnare ruoli

Quando usarla: *I sottogruppi sono diventati rigidi, ci sono alleanze e rivalità fisse che bloccano il lavoro.*

- Forma i nuovi gruppi tu, non lasciare che si scelgano, usa criteri espliciti come estrazione casuale o bilanciamento.
- Assegna a ogni membro un ruolo preciso: chi coordina, chi scrive, chi presenta, chi controlla i tempi.
- Spiega il perché senza moralismo.
- Non cambiare i gruppi troppo spesso né lasciarli fissi, un ciclo di tre o quattro settimane è un buon inizio.

> **ESEMPIO**
> *In una prima media tre gruppetti non si parlano. Il docente di scienze forma gruppi nuovi per un progetto di sei settimane, assegna i ruoli per iscritto e li pubblica. Dopo la prima settimana collaborano, perché hanno un compito chiaro e non hanno scelta.*

27 Riconoscere l'esclusione silenziosa

Quando usarla: *Uno o più studenti restano sistematicamente ai margini, mai scelti, mai cercati durante le attività libere.*

- Osserva durante i momenti non strutturati chi si siede sempre solo.
- Non intervenire esponendo lo studente davanti a tutti, agisci in modo indiretto.
- Assegna attività in coppia con una logica che lo includa naturalmente, senza che sembri pietismo.
- Valorizza davanti alla classe una sua competenza reale e monitora nelle settimane dopo, senza forzare amicizie.

> **ESEMPIO**
> *Una docente di arte di terza media nota uno studente che mangia sempre solo. Durante un'attività pratica lo affianca a un compagno in difficoltà col disegno tecnico, materia in cui lui è bravo. Il compagno lo ringrazia e la settimana dopo lo cerca da solo.*

28 Le regole di classe scritte insieme

Quando usarla: *Il clima è caotico, le regole imposte non vengono rispettate, si litiga sempre sulle stesse cose.*

- Dedica un'ora, a inizio anno o dopo una crisi, a costruire le regole con la classe.
- Chiedi a ognuno di scrivere su un foglio anonimo due o tre cose che rendono difficile stare bene in classe.
- Raggruppa per tema alla lavagna e identificate le tre o quattro regole più urgenti.
- Formulatele in positivo, “non si urla” diventa “si parla uno alla volta”. Stampa il cartellone, fatelo firmare, tienilo esposto.

> **ESEMPIO**
> *Dopo un ottobre turbolento, la docente di italiano di seconda media dedica la prima ora di novembre alle regole. Emergono quattro punti. Il cartellone firmato va in fondo all'aula. Poi, quando qualcuno supera il limite, lei indica il cartellone senza una parola: funziona meglio di un rimprovero.*

29 Il sociogramma rapido

Quando usarla: *Vuoi capire le dinamiche reali del gruppo prima di intervenire, senza basarti solo sulle impressioni.*

- Distribuisci un foglio anonimo con due domande, con chi vorresti lavorare per un progetto, con chi fai più fatica.
- Raccogli i fogli tu, non condividere mai i dati individuali.
- Disegna un cerchio per ogni studente e traccia le frecce, vedi chi è al centro, chi ai margini, chi ha relazioni reciproche.
- Usa la mappa per formare i gruppi o per capire dove intervenire.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di storia di quarta superiore sospetta tensioni nascoste. Fa il sociogramma in cinque minuti a fine ora. La mappa mostra tre studenti mai scelti e un gruppo centrale che esclude metà classe. Il docente riorganizza i gruppi di lavoro il giorno dopo.*

30 Coinvolgere i leader positivi della classe

Quando usarla: *C'è qualcuno con ascendente naturale sul gruppo che può diventare una risorsa, non un problema.*

- Identifica chi la classe ascolta davvero, non chi fa più rumore, spesso non coincidono.
- Parla con quella persona in privato, spiega che ti serve qualcuno che dia il buon esempio.
- Assegnale un ruolo visibile ma non troppo carico.
- Rinforza il comportamento positivo quando lo vedi, con costanza. Se ha dinamiche negative, reindirizzale invece di punirle.

> **ESEMPIO**
> *In una terza media uno studente carismatico alimenta risate e distrazioni. La docente gli chiede di coordinare il gruppo per la presentazione finale. Lui cambia postura, si sente responsabile, trascina il gruppo nel lavoro. La classe produce il miglior elaborato dell'anno.*

CATEGORIA 04 DI 05

Bullismo e cyberbullismo

Prepotenze ripetute, prese in giro, online. Da prendere sul serio, con strumenti.

▲ NOTA IMPORTANTE, DA LEGGERE PRIMA

Il bullismo non si gestisce mai da soli. Questo capitolo ti aiuta a riconoscerlo e a fare i primi passi, ma i casi seri vanno portati al referente bullismo e al dirigente. Esistono una procedura e una rete di figure dedicate.

10 STRATEGIE OPERATIVE NELLE PAGINE SEGUENTI.

31 Riconoscere i ruoli: vittima, bullo, spettatori

Quando usarla: *Sospetti che in classe ci sia bullismo ma non hai ancora un quadro chiaro.*

- Osserva chi viene preso di mira in modo ripetuto e intenzionale, non un litigio isolato ma uno schema.
- Individua chi guida le prepotenze e chi le sostiene ridendo o filmando.
- Guarda soprattutto gli spettatori, sono la maggioranza e la leva su cui agire.
- Annota fatti concreti e date, ti serviranno con il referente e le famiglie.

> **ESEMPIO**
> *In una seconda media un alunno viene deriso ogni giorno per come parla. La docente nota che mezza classe ride e nessuno interviene: capisce che il problema non sono due ragazzi ma il clima del gruppo.*

32 Non minimizzare: le ragazzate non esistono

Quando usarla: *Un alunno ti segnala un episodio o noti qualcosa di strano, e l'istinto è ridimensionare.*

- Ascolta senza interrompere chi ti racconta, ogni segnalazione merita attenzione completa.
- Non usare frasi come “sono cose tra ragazzi”, chiudono il dialogo e isolano chi ha avuto il coraggio di parlare.
- Verifica i fatti con discrezione, ma parti sempre dal presupposto che il disagio riferito è reale.
- Annota data, parole usate e fatti descritti.

> **ESEMPIO**
> *Una ragazza di terza superiore dice che un compagno la spinge ogni mattina nello spogliatoio. La docente non ha assistito, ma prende nota, verifica con i colleghi in corridoio e scopre che succede davvero da settimane.*

33 Lavorare sugli spettatori: il gruppo che guarda

Quando usarla: *Hai individuato un episodio e vuoi intervenire sul clima di classe, non solo sui diretti coinvolti.*

- Spiega alla classe, senza nomi, che chi guarda e non interviene non è neutrale, il silenzio rinforza le prepotenze.
- Valorizza chi si è esposto per difendere qualcuno.
- Proponi una discussione su cosa fare concretamente quando si assiste a una prepotenza: avvisare un adulto, non ridere, uscire.
- Torna sull'argomento più volte nell'anno.

> **ESEMPIO**
> *Dopo un episodio di esclusione sistematica il docente dedica venti minuti a chiedere alla classe "Cosa avreste potuto fare?". I ragazzi propongono idee concrete e alcune diventano accordi di classe.*

34 Proteggere la vittima senza esporla

Quando usarla: *Devi intervenire ma sai che un'azione pubblica potrebbe peggiorare la posizione della vittima.*

- Evita di chiamare la vittima davanti alla classe, la espone e può farle temere ritorsioni.
- Organizza un colloquio riservato, in un momento discreto o fuori orario.
- Chiedile come vuole che tu proceda e rispetta la risposta, avere un minimo di controllo è già parte della ripresa.
- Coordina eventuali misure di protezione con coordinatore e dirigente, senza annunci pubblici.

> **ESEMPIO**
> *Un docente scopre che un alunno viene derubato del pranzo ogni giorno. Lo chiama alla cattedra a fine lezione con una scusa e parla sottovoce. L'alunno chiede di non coinvolgere subito i genitori: il docente concorda un monitoraggio discreto.*

35 Il colloquio separato con bullo e vittima

Quando usarla: *Devi capire cosa è successo e hai deciso di parlare con entrambi i ragazzi.*

- Inizia sempre dalla vittima, in modo riservato, ascolta senza suggerire dettagli e senza promettere esiti che non puoi garantire.
- Parla poi con il ragazzo accusato in un colloquio separato, in un momento diverso.
- Descrivi i comportamenti osservati senza etichettarlo come “il bullo”, e non organizzare mai un confronto diretto forzato.
- Riporta a coordinatore e dirigente i contenuti rilevanti prima di procedere.

> **ESEMPIO**
> *Un docente sente di minacce verbali in bagno. Parla prima con la vittima, poi convoca il ragazzo accusato l'ora successiva. Non li mette mai nella stessa stanza e non rivela i dettagli del primo colloquio nel secondo.*

36 Attivare il referente e il dirigente

Quando usarla: *Hai raccolto segnali sufficienti perché il caso superi quello che puoi gestire da singolo docente.*

- Porta le tue osservazioni scritte, date, fatti, nomi, al referente bullismo della scuola, che ogni istituto dovrebbe avere secondo le linee di orientamento ministeriali.
- Se il referente non è disponibile o il caso è urgente, rivolgiti al dirigente.
- Non aspettare la certezza assoluta per segnalare, sono loro a valutare la gravità.
- Continua a monitorare anche dopo la segnalazione.

> **ESEMPIO**
> *Una docente raccoglie in due settimane sei episodi annotati di esclusione e insulti. Li porta al referente con le sue note. Il referente convoca il consiglio di classe straordinario e coordina il coinvolgimento delle famiglie.*

37 Cyberbullismo: prove, famiglie e Legge 71/2017

Quando usarla: *Vieni a sapere che un alunno subisce prepotenze online, messaggi offensivi, foto condivise senza consenso, esclusione organizzata per ferirlo.*

- Chiedi alla vittima o ai genitori di salvare screenshot con data e ora di ogni contenuto, prima che venga cancellato.
- Non chiedere alla vittima di rispondere online, il rischio di escalation è alto.
- Informa il dirigente e convoca le famiglie con le prove. La Legge 71/2017 prevede il referente per il cyberbullismo in ogni scuola e, per i minori ultrasedicenni autori di atti gravi, l'ammonimento del questore su richiesta della vittima o dei genitori.
- Nei casi più gravi, immagini intime, minacce, stalking, indirizza i genitori a denunciare alle autorità.

> **ESEMPIO**
>
> *Un alunno di seconda superiore mostra al docente una chat dove i compagni condividono foto sue modificate in modo offensivo. Il docente fa salvare gli screenshot, avvisa il dirigente lo stesso giorno e convoca entrambe le famiglie il giorno dopo con la documentazione.*

38 Coinvolgere le famiglie nel modo giusto

Quando usarla: *Il caso è abbastanza serio da richiedere il coinvolgimento dei genitori di entrambi i ragazzi.*

- Convoca le famiglie in momenti separati, mai un confronto tra genitori nello stesso appuntamento.
- Presenta i fatti in modo asciutto e documentato, senza aggettivi e senza drammatizzare.
- Ascolta la versione della famiglia del ragazzo accusato senza chiuderti in anticipo.
- Chiarisci i passi successivi della scuola e cosa ci si aspetta dalla famiglia, e tieni traccia scritta degli incontri.

> **ESEMPIO**
>
> *Dopo aver documentato tre settimane di episodi, il coordinatore convoca prima i genitori della vittima per informarli, poi quelli del ragazzo accusato per confrontarsi sui fatti. In nessuno dei due incontri sono presenti i ragazzi.*

39 Il lavoro di classe sull'empatia dopo l'episodio

Quando usarla: *L'episodio è stato gestito nelle parti formali e vuoi ricostruire il clima di classe.*

- Aspetta che la fase acuta sia risolta, lavorare sull'empatia durante il conflitto attivo è controproducente.
- Scegli attività che non richiamino l'episodio e non mettano nessuno al centro: storie, casi ipotetici, giochi di ruolo.
- Coinvolgi tutta la classe, incluso chi ha avuto un ruolo attivo, l'obiettivo è il cambiamento di prospettiva, non la riparazione pubblica.
- Ripeti nei mesi successivi e valuta lo sportello psicologico o un esperto esterno.

> **ESEMPIO**
> *Un mese dopo la fine di un episodio gestito formalmente, il docente di lettere propone la lettura di un racconto breve sulla diversità e una discussione. Nessun riferimento diretto, ma molti ragazzi collegano da soli i temi.*

40 Documentare e segnalare secondo le linee guida

Quando usarla: *Stai seguendo un caso e vuoi agire in modo corretto su documentazione e procedure.*

- Tieni un registro scritto di ogni episodio: data, ora, luogo, fatti, presenti, testimoni.
- Conserva ogni prova in modo sicuro e non accessibile agli alunni.
- Segui le procedure interne, ogni istituto dovrebbe avere un protocollo secondo le linee di orientamento ministeriali. Se il protocollo manca o è vecchio, segnalalo al dirigente.
- In caso di episodi che configurano reati, lesioni, minacce gravi, estorsione, informa il dirigente, che ha l'obbligo di segnalazione alle autorità: non è una scelta del singolo docente.

> **ESEMPIO**
> *Una docente segue per sei settimane un caso complesso. Tiene un file con date e descrizioni, conserva gli screenshot mostrati e aggiorna il referente ogni lunedì. Quando il dirigente convoca le famiglie, la documentazione è precisa e credibile.*

CATEGORIA 05 DI 05 · 10 STRATEGIE

Demotivazione e disimpegno

Chi si arrende, non studia, dice “tanto non serve”.

41 Partire da un piccolo successo

Quando usarla: *Uno studente o un gruppo si è arreso, dice “tanto non ci riesco” e non prova nemmeno.*

- Assegna un compito alla sua portata, abbastanza facile da riuscire ma non banale.
- Riconosci il risultato in modo concreto, indicando cosa ha funzionato.
- Alza l'asticella di poco la volta dopo, costruendo una catena di piccoli successi.
- Evita di tornare subito su ciò che non sa fare, prima consolida la sensazione di farcela.

> ESEMPIO
>
> *Un ragazzo di prima superiore non apre più il libro di matematica. Il docente gli dà tre esercizi semplici e li corregge con lui: dopo due settimane di piccoli traguardi il ragazzo torna a provare anche gli esercizi difficili.*

42 Dare senso al compito

Quando usarla: *Gli studenti chiedono “a cosa serve?” o fanno le attività senza capire perché.*

- Prima di iniziare, spiega in una frase a cosa serve nella vita reale o in un lavoro.
- Porta un esempio specifico: un mestiere, una situazione quotidiana, un problema che quel sapere risolve.
- Chiedi agli studenti altri contesti in cui si applica, li coinvolgi e verifichi se il senso è passato.
- Torna su quel collegamento quando la motivazione cala.

> ESEMPIO
>
> *Una docente di matematica alle medie introduce le percentuali con uno scontrino del supermercato, quanto si risparmia con il 20% di sconto. Da quel momento la classe smette di chiederle a cosa serve la matematica, per quella unità.*

43 Lasciare una scelta nel compito

Quando usarla: *La classe appare apatica davanti a compiti sempre uguali, o alcuni rifiutano di iniziare.*

- Identifica un margine di scelta reale dentro il compito: il tema, il formato di consegna, il testo.
- Presenta le opzioni in modo chiaro, due o tre bastano, troppe confondono.
- Lascia scegliere senza doversi giustificare, la scelta deve essere libera.
- Osserva chi sceglie cosa, ti dà informazioni sugli interessi reali della classe.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di italiano alle superiori propone un'analisi del testo a scelta tra tre brani di genere diverso. La partecipazione sale, e due studenti che di solito non consegnano arrivano col lavoro fatto, perché hanno scelto il brano che gli piaceva.*

44 Feedback sul progresso, non solo sul voto

Quando usarla: *Uno studente guarda il voto, lo accetta o si scoraggia, e non vede cosa ha imparato rispetto al mese scorso.*

- Conserva o ricorda un lavoro precedente e confrontalo con quello attuale.
- Indica un elemento specifico migliorato, un errore che non fa più, un ragionamento che ora completa.
- Separa il commento sul progresso dal voto: prima cosa è cambiato in meglio, poi il numero.
- Se il progresso è minimo, indicalo comunque.

> **ESEMPIO**
> *Una docente di italiano alle medie restituisce i temi con un post-it che confronta l'errore più frequente del tema precedente con quello attuale. Una studentessa con voti bassi inizia a portare i temi vecchi a casa per confrontarli da sola.*

45 Il colloquio motivazionale individuale

Quando usarla: *Un singolo studente si è chiuso, ha smesso di partecipare, e in classe non capisci cosa succede.*

- Trova cinque minuti fuori dalla lezione, senza pubblico.
- Inizia con una domanda aperta e senza giudizio: “Noto che ultimamente fai fatica, cosa sta succedendo?”.
- Ascolta senza interrompere e senza proporre soluzioni subito, il tuo obiettivo è capire.
- Alla fine individua insieme una cosa sola su cui lavorare e riprendi il filo nel colloquio successivo.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di storia alle superiori si accorge che uno studente brillante ha smesso di parlare. Cinque minuti in corridoio rivelano che ha cambiato gruppo di amici e si sente fuori posto. Il docente non risolve, ma lo studente torna in classe sapendo che qualcuno ha capito.*

46 Agganciare agli interessi reali

Quando usarla: *La materia viene percepita come lontana e inutile, e fatichi a trovare un punto di contatto.*

- A inizio anno o di unità, chiedi cosa fanno nel tempo libero: sport, musica, serie, giochi.
- Individua almeno un collegamento tra quegli interessi e il contenuto.
- Usalo come apertura dell'argomento: una clip, un esempio, una domanda.
- Non fingere entusiasmo per cose che non conosci, meglio dire “mi hanno detto che in questo gioco si usa la fisica, me lo spiegate?”.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di scienze alle medie scopre che mezza classe segue il calcio. Introduce le leve e la fisica del corpo partendo dai movimenti di un calciatore nel tiro. La lezione dura venti minuti in più del previsto, perché la classe fa domande.*

47 Micro-traguardi visibili

Quando usarla: *Un obiettivo sembra troppo lontano e gli studenti si scoraggiano prima di iniziare o mollano a metà.*

- Scomponi l'obiettivo finale in tre o quattro tappe con una scadenza ciascuna.
- Scrivi le tappe dove la classe le vede: lavagna, foglio condiviso, registro.
- Celebra ogni tappa raggiunta in modo semplice.
- Se una tappa salta, non si torna a zero, si riparte dalla tappa.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di lingue alle medie divide la preparazione all'esame in quattro tappe mensili, ognuna con un mini-obiettivo. Appende una lista e la aggiorna a ogni tappa completata: anche i ragazzi meno motivati iniziano a guardarla.*

48 Valorizzare lo sforzo, non solo il talento

Quando usarla: *Alcuni si credono "portati" o "non portati" e smettono di impegnarsi, pensano che il risultato sia già scritto.*

- Quando uno va bene, nomina cosa ha fatto per riuscire: "hai riletto più volte", "hai cambiato strategia".
- Quando uno va male, distingui tra mancanza di impegno e mancanza di metodo, problemi diversi.
- Evita complimenti generici come "sei bravo", sostituiscili con osservazioni sul processo.
- Se dice "non sono portato", chiedi cosa ha provato e proponi un metodo alternativo.

> **ESEMPIO**
> *Una docente di chimica alle superiori commenta il metodo usato, non solo il risultato. Una studentessa che si credeva "negata" cambia strategia di studio dopo che la docente le fa notare che sbagliava solo nell'impostazione dell'equazione, non nel calcolo.*

49 Non lasciare buchi: recuperare chi è indietro

Quando usarla: *Uno studente ha perso passaggi fondamentali e ora non capisce il presente perché manca il passato.*

- Identifica il punto esatto in cui si è interrotta la comprensione, non serve recuperare tutto, serve la lacuna specifica.
- Proponi un recupero mirato su quel punto, anche breve, dieci minuti individuali valgono più di un'ora generica.
- Usa materiali semplificati o esempi diversi da quelli di classe.
- Verifica subito dopo che il nodo sia sciolto.

> **ESEMPIO**
> *Un docente di matematica alle medie nota che uno studente sbaglia sempre le equazioni. Scopre che il problema risale alle frazioni della primaria. Dedica tre ricreazioni a ripassarle con lui: in un mese torna a seguire senza perdersi.*

50 La famiglia come alleata, non come tribunale

Quando usarla: *Il rapporto con la famiglia si è ridotto alle convocazioni per problemi, e i genitori associano la scuola a brutte notizie.*

- Cerca almeno una cosa positiva concreta da comunicare prima che arrivi una segnalazione negativa.
- Usa un tono descrittivo, non valutativo: “questa settimana ha completato tutti i compiti”.
- Quando c'è un problema, presenta una cosa sola su cui collaborare, non un elenco di lamentele.
- Dopo un intervento positivo della famiglia, riconosci il contributo allo studente.

> **ESEMPIO**
> *Un docente alle medie chiama la famiglia di uno studente difficile per dire che ha partecipato attivamente a una discussione. Il genitore, abituato solo alle convocazioni negative, rimane sorpreso. Nelle settimane dopo lo studente arriva con un atteggiamento diverso.*

DE-ESCALATION

10 frasi per i momenti caldi

Da rileggere prima di una lezione difficile. Frasi pronte che disinnescano la tensione senza farti cedere e senza umiliare nessuno.

1 · ALZA LA VOCE ED È ARRABBIATO

"Vedo che sei arrabbiato. Ne parliamo tra cinque minuti, quando siamo più calmi tutti e due."

Perché funziona. riconoscere l'emozione abbassa la tensione, rimandare toglie il confronto dal momento caldo.

2 · RIFIUTA DI FARE QUELLO CHE HAI CHIESTO

"Va bene, prenditi un minuto. Quando sei pronto cominciamo, ti aspetto."

Perché funziona. non trasformi il rifiuto in un braccio di ferro, lasci una porta aperta senza cedere.

3 · TI PROVOCA PER AVERE PLATEA

"È un punto su cui possiamo parlare, ma dopo lezione, io e te."

Perché funziona. togli il pubblico, la provocazione perde quasi tutto il senso senza spettatori.

4 · CONTESTA GRIDANDO CHE È INGIUSTO

"Puoi avere ragione. Spiegami con calma cosa non ti torna, ti ascolto."

Perché funziona. non difenderti subito, dare spazio all'ascolto disinnesca la rabbia più di una controargomentazione.

5 · DUE STUDENTI STANNO PER LITIGARE

"Fermi un attimo tutti e due. Adesso vi separo, poi ne parliamo uno alla volta."

Perché funziona. separare a caldo previene l'escalation fisica, il confronto vero si fa dopo, a freddo.

6 · TI RISPONDE IN MODO SGARBATO

"Quel tono non lo accetto, ma la tua domanda sì. Riprovaci."

Perché funziona. distingui il contenuto dalla forma, correggi il modo senza chiudere il dialogo.

7 · SI CHIUDE, BRACCIA INCROCIATE, NON RISPONDE

"Non sei obbligato a parlare adesso. Quando vuoi, io ci sono."

Perché funziona. forzare aumenta la chiusura, lasciare la porta aperta crea le condizioni perché si riapra.

8 · TUTTA LA CLASSE È SOVRECCITATA

"Lo so che oggi è una giornata strana. Facciamo due minuti di pausa e poi ripartiamo."

Perché funziona. negare l'agitazione la alimenta, nominarla e dare una valvola la sgonfia.

9 · SI ALZA E DICE CHE ESCE DALL'AULA

"Aspetta, non voglio che esci così. Siediti un attimo, poi decidiamo insieme."

Perché funziona. inseguire o ordinare aumenta lo scontro, rallentare dà il tempo per recuperare.

10 · LO SCONTRO È FINITO, SERVE CHIUDERE

"Per me la cosa finisce qui. Domani ripartiamo puliti, d'accordo?"

Perché funziona. dichiarare la fine evita il rancore, offrire di ripartire da zero ricostruisce la relazione.

ESCALATION

Quando non sei solo

Non tutto si risolve in classe. Sapere a chi rivolgersi, e quando, fa parte del mestiere e protegge te e lo studente.

1 Gestisci da solo

Quando. Episodi isolati di rumore, disturbo, piccole provocazioni o cali di motivazione, la grande maggioranza dei casi.

Come. Usa le strategie di questo kit, documenta se l'episodio si ripete, ricuci la relazione il giorno dopo. La gestione quotidiana è tua.

2 Coinvolgi il coordinatore di classe

Quando. Il comportamento si ripete nonostante i tuoi interventi, riguarda più materie, o lo segnalano anche altri colleghi.

Come. Porta al coordinatore i fatti annotati con date ed episodi. Si valuta una linea comune del consiglio di classe e si decide se e come convocare la famiglia.

3 Attiva il referente bullismo e il dirigente

Quando. Sospetti o accerti bullismo o cyberbullismo, oppure episodi che mettono a rischio l'incolumità o la dignità di uno studente.

Come. Segnala per iscritto al referente bullismo e al dirigente. I casi gravi non si gestiscono da soli, esistono una procedura e una rete di figure dedicate, previste anche dalle linee di orientamento ministeriali.

4 Coinvolgi la famiglia

Quando. Serve un'alleanza educativa, sia per il comportamento sia per la motivazione, non solo nelle emergenze.

Come. Convoca con fatti concreti, non con sfoghi. Cerca collaborazione, non un tribunale. Comunica anche i progressi, non soltanto i problemi.

RegisPro

Il registro elettronico online pensato per docenti italiani.

- ✓ Voti, presenze, note, pagelle in un'unica app
- ✓ Cloud sicuro, GDPR compliant, server in Europa
- ✓ Gratis per sempre fino a 3 classi
- ✓ Funziona da PC, tablet, telefono. Senza installazioni.

Crea il tuo registro gratis

regispro.it · oppure scrivi a simone@regispro.it

RegisPro · Edizione 2026 · Tutti i diritti riservati