

Reagire sotto pressione

Giochi di ruolo con i giovani

Swiss Olympic
«cool and clean»
Casa dello sport
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen presso Berna
Telefono +41 31 359 72 27
coolandclean@swissolympic.ch
www.coolandclean.ch

Un impegno di



Collaborazione



«cool and clean» è sostenuto
finanziariamente dal Fondo per
la prevenzione del tabagismo.



Partecipanti: 5-8

1 Snus nello spogliatoio

Scena

Dopo un allenamento, gli atleti/le atlete si riuniscono nello spogliatoio.

Si conoscono bene e si capiscono al volo.

Prima della doccia, una persona estrae una scatola di Snus dalla tasca e la passa al gruppo. Tutti/e prendono una bustina.

La scatola arriva a XY. XY non vuole usare lo Snus. Quando si rifiuta, il gruppo comincia a metterlo/a sotto pressione:

- Dai, prova ...
- Solo questa volta ...
- È davvero una figata ...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 2

2 L'allenatore/trice distribuisce un «preparato di vitamine»

Scena

Dopo l'allenamento, l'allenatore/trice aspetta all'uscita l'atleta XY. Prende XY brevemente da parte e gli/le consegna alcune pastiglie, dicendo che si tratta di un preparato di vitamine con effetto rigenerante. È sufficiente una pastiglia al giorno.

XY è scettico/a. Quando si rifiuta, l'allenatore/trice insiste chiedendogli/le di provare almeno una pastiglia di vitamine.

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 2

3 Impegno nonostante il dolore

Scena

L'atleta XY ha una lesione cronica che gli/le provoca dolore. L'atleta si confida con il/la responsabile giovanile della società. Questo/a reagisce in modo non amichevole e afferma che la squadra conta su XY e che non può farne a meno. XY dovrebbe stringere i denti. Quando XY gli/le dice che non potrà prendere parte al prossimo torneo, il/la responsabile giovanile insiste.

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 4-6

4 Fumare uno spinello dopo l'allenamento

Scena

Dopo una gara piuttosto dura, alcuni membri della squadra spariscono dietro il palazzetto dello sport. Uno tira fuori uno spinello, lo accende e lo fa girare fra gli altri. Tutti fanno un tiro. Poi lo spinello arriva a XY. XY non vuole fumare lo spinello. Quando si rifiuta, il gruppo comincia a metterlo/a sotto pressione:

- Dai, prova ...
- Solo questa volta ...
- È davvero una figata ...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 4-6

5 Mobbing negli spogliatoi

Scena

Nello spogliatoio il gruppo di atleti/e spettegola su una persona del gruppo che non è presente. Arrivano offese, insulti e parolacce. Nel gruppo qualcuno ha l'idea di sistemare questa persona su WhatsApp, Facebook, SMS o altre piattaforme.

XY non pensa che sia una buona idea.

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 2

6 Vittoria grazie a un fallo

Scena

In occasione di una partita decisiva del campionato, la squadra avversaria è in vantaggio. L'allenatore/trice prende XY brevemente da parte e lo/la invita a mettere fuori combattimento una determinata persona della squadra avversaria con un fallo. XY potrebbe tranquillamente rischiare l'espulsione per questo.

XY non vuole farlo. Quando si mostra esitante, l'allenatore/trice insiste.

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 4-6

7 Uscita fino a mezzanotte

Scena

Domani c'è una gara/partita importante. XY è a casa. Alcuni amici suonano alla porta: hanno deciso di andare a prendere XY e farlo/a uscire con loro. Il luogo dell'uscita è così lontano che XY sicuramente non sarebbe di ritorno prima di mezzanotte.

XY vuole riposarsi prima della gara/partita e quindi non vuole andare.

Il gruppo, però, insiste:

- Ma dai, vieni anche tu con noi...
- Non fare il/la guastafeste...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 4-6

8 Il sigaro della vittoria

Scena

La squadra ha vinto l'ultima competizione della stagione.

Ormai è chiaro che saranno i campioni regionali. Nello spogliatoio regna il buon umore. Una persona tira fuori un sigaro (il sigaro della vittoria), lo accende e lo fa girare tra il gruppo. XY, però, non vuole fumare il sigaro, che comunque arriva anche a lui/lei. Quando XY si rifiuta, il gruppo insiste perché anche lui/lei faccia un tiro:

- Dai, prova ...
- È davvero una figata ...
- Fa parte della vittoria ...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 5-10

9 Un giro di birra per tutti

Scena

XY (15) si allena nella società con i membri adulti. Dopo l'allenamento, va con l'intero gruppo nel locale abituale.

L'allenatore/trice offre un giro di birra. XY preferirebbe non consumare bevande alcoliche. Il gruppo insiste:

- Ma tra poco avrai 16 anni...
- La birra non contiene molto alcol...
- È la tradizione della nostra squadra...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 4-6

10 Sigaretta

Scena

XY sta uscendo con il suo gruppo. Sulla via dalla stazione al locale, un membro del gruppo chiede chi voglia una sigaretta. Tutti/e ne prendono una e la accendono. XY finora non ha mai fumato e non vuole neanche cominciare. Il gruppo insiste:

- Cosa, non hai ancora fumato? ...
- Dai, prendi, una sigaretta non fa male ...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 4-6

11 Tabacco da fiuto

Scena

In occasione di un torneo, durante una pausa nella competizione, un membro della squadra tira fuori una scatoletta di tabacco da fiuto e inala un paio di dosi. Gli altri membri, che non conoscono ancora questo prodotto, lo vogliono provare. È divertente per il gruppo vedere come a molte persone vengano le lacrime e starnutiscano ripetutamente. La scatoletta arriva anche a XY.

XY non vuole provare il tabacco da fiuto. Quando si rifiuta, il gruppo insiste:

- Dai, prova ...
- Il tabacco da fiuto non fa male ...
- È davvero una figata ...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.

Partecipanti: 3-4

12 Narghilé

Scena

In occasione della festa di un amico/un'amica, sul balcone c'è una shisha (un narghilé). Attorno alla shisha sono disposti dei cuscini. XY è invitato/a sedersi con il gruppo, a prendere un tubicino e rilassarsi fumando insieme al gruppo.

XY non vuole provare. Quando si rifiuta, il gruppo insiste:

- Dai, prova ...
- Qui è così piacevole ...
- Il narghilé non fa male ...

Gioco di ruolo

- Prima di tutto, pensate insieme ai modi in cui XY può reagire.
- Provate poi la scena.
- Recitate la scena di fronte all'intero gruppo.