

Scheda di approfondimento su empatia e diritti umani

Comprendere l'altro, riconoscere i diritti, costruire relazioni rispettose. Questa scheda vuole introdurre il docente alle tematiche trattate all'interno delle attività "Io la vedo così", "Il bastone delle parole" e "Il Codice del rispetto", mettendo in relazione punto di vista, ascolto, empatia, partecipazione, comportamenti rispettosi e diritti umani.

I diritti umani: dalla conoscenza alla vita quotidiana

I diritti umani sono i diritti fondamentali che appartengono a ogni persona e hanno alla base il riconoscimento della dignità, della libertà e dell'uguaglianza. La Dichiarazione universale dei diritti umani (DUDU), adottata nel 1948, costituisce un riferimento fondamentale per il sistema internazionale di tutela dei diritti umani e ha ispirato trattati, costituzioni e legislazioni nazionali.

I diritti umani sono **universali**, perché appartengono a tutte le persone senza distinzione; **inalienabili,** perché sono legati alla condizione stessa di essere umano; **indivisibili e interdipendenti,** perché i diversi diritti sono collegati tra loro e la tutela di uno può incidere sul godimento degli altri.

Per bambine e bambini, parlare di diritti umani non significa necessariamente partire da concetti astratti o da situazioni lontane. **I diritti si incontrano nella quotidianità**: quando una persona può esprimere la propria opinione, viene ascoltata, può partecipare senza essere esclusa, vede rispettata la propria privacy o viene trattata con la stessa dignità delle altre persone.

Potete approfondire mostrando alle alunne e agli alunni il poster della Dichiarazione universale dei diritti umani in versione semplificata poster DUDU.

Un'attenzione particolare: la CRC

Quando parliamo di bambine, bambini e persone adolescenti, un riferimento fondamentale è la Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza (*CRC - Convention on the Rights of the Child*). Adottata dall'Assemblea generale delle Nazioni Unite il 20 novembre 1989 e ratificata dall'Italia nel 1991 con la legge n. 176, riconosce alle persone di minore età specifici diritti e costituisce un punto di riferimento internazionale per la tutela dell'infanzia.

Nel corso delle attività di questo percorso assume una particolare importanza l'**articolo 12 della CRC**: il diritto delle persone minorenni a esprimere la propria opinione sulle questioni che le riguardano e a vedere tale opinione ascoltata e presa in considerazione. Questo diritto attraversa le tre attività: riconoscere punti di vista differenti, creare uno spazio in cui ciascuno possa parlare ed essere ascoltato e partecipare alla costruzione delle regole della classe.

Questo percorso affronterà anche l'**articolo 14**, sulla libertà di pensiero, coscienza e religione e l'**articolo 29**, che collega l'educazione allo sviluppo della personalità e delle capacità e al rispetto dei diritti e dei valori degli altri. La CRC permette quindi di guardare a bambine e bambini non soltanto come persone da proteggere, ma come soggetti titolari di diritti, capaci di esprimersi e partecipare.

Se utile, mostrate alla classe il poster in versione adattata per bambine e bambini della 'Convenzione internazionale sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza'. (Convenzione internazionale sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza)

Empatia e diritti umani

Come accennato nei paragrafi precedenti, i diritti umani stabiliscono principi e garanzie che spettano a ogni individuo. L'**empatia è invece una capacità relazionale**: aiuta a provare a vedere una situazione dal punto di vista dell'altra persona, riconoscerne le emozioni e comprenderne l'esperienza. Per questo pur appartenendo a due piani differenti, empatia e diritti umani possono rafforzarsi reciprocamente.

L'empatia può rendere più concreto il significato dei diritti. Sapere che ogni persona ha diritto a esprimere la propria opinione assume una dimensione più vicina quando si sperimenta cosa significa essere ascoltati. Allo stesso modo, provare a immaginare come possa sentirsi una persona esclusa può aiutare a comprendere il significato di uguaglianza e non discriminazione. È importante, tuttavia, ricordarsi che non dobbiamo provare empatia verso una persona perché quella persona possa avere dei diritti. I diritti le appartengono comunque.

Per la stessa ragione, essere empatici non significa essere sempre d'accordo. Significa provare ad ascoltare e comprendere un altro punto di vista, riconoscere emozioni proprie e altrui e scegliere modalità di relazione rispettose della dignità e dei diritti di ogni persona.

L'Educazione ai diritti umani vuole, attraverso attività partecipative e di confronto in uno spazio sicuro e rispettoso, fornire strumenti pratici relazionarci nella nostra vita quotidiana con rispetto e consapevolezza.

La comunicazione svolge un ruolo fondamentale nelle attività di Educazione ai diritti umani.

Essa è infatti uno degli strumenti più potenti che abbiamo per esprimere chi siamo, costruire relazioni e vivere insieme in modo armonioso. Fin da piccoli, impariamo che **le parole possono avvicinarci o allontanarci dalle altre persone**, possono farci sentire un sentimento di accoglienza, oppure di esclusione, e ancora riusciamo a farci comprendere e a far presente la nostra posizione. Comunicare non significa solo parlare, ma anche ascoltare, osservare e rispondere in modo rispettoso a ciò che gli altri ci trasmettono. È attraverso la comunicazione che costruiamo legami di fiducia e impariamo a rispettare le emozioni, i bisogni e i diritti delle persone intorno a noi.

Ogni persona ha diritto a esprimere i propri pensieri e sentimenti senza il timore di essere giudicata o ridicolizzata. Questo è un principio fondamentale dei diritti umani: la libertà di espressione.

L'**articolo 19** della 'Dichiarazione universale dei diritti umani' ci ricorda che: "Ogni individuo ha diritto alla libertà di opinione e di espressione, incluso il diritto di non essere molestato per le proprie opinioni e quello di cercare, ricevere e diffondere informazioni e idee attraverso ogni mezzo e senza riguardo a frontiere", così come nell'**articolo 14** della 'Convenzione internazionale sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza' si riconosce alle persone minorenni la libertà di pensiero, di coscienza e di religione.

Tuttavia, perché la comunicazione sia davvero efficace, deve fondarsi sul rispetto reciproco. Non si tratta solo di "dire ciò che si pensa", ma di farlo in modo che tenga conto delle emozioni e della dignità di chi ci ascolta. **Saper comunicare in modo empatico e consapevole aiuta ogni giovane persona a esprimere i propri bisogni senza prevaricare, e a difendere i propri diritti senza ricorrere all'aggressività o alla chiusura**. Molti conflitti e anche manifestazioni più gravi di violenza e soprusi, dentro e fuori dalla scuola, possono nascere infatti proprio da incomprensioni o da una comunicazione poco attenta.