Codice linguistico redatto da Alessia Dulbecco e Michelina Della Porta per il progetto S.O.S.

---

1) **Le parole (e i silenzi) non sono azioni, ma producono ugualmente degli effetti.**

Sii consapevole che anche le parole possono avere un forte impatto nella vita di chi le ascolta.

Ricorda:

- Chiediti se le parole che usi servono per costruire un dialogo rispettoso;
- Se fossero rivolte a te, chiediti come reagiresti nell'ascoltarle.

2) Usa un linguaggio che motiva e incoraggia.

Le tue parole possono sostenere la fiducia della squadra e promuovere un ambiente positivo.

- *Cosa fare:* scegli parole che sottolineino i punti di forza del gruppo o dei singoli soggetti coinvolti;
- *Non fare:* non usare un linguaggio aggressivo, per umiliare o distruggere moralmente.

3) Evita di usare affermazioni stereotipate.

Il genere non deve mai essere un limite alla partecipazione o all'esplorazione di ruoli nello sport.

- *Cosa fare:* incoraggia la partecipazione dei soggetti, in campo affida loro ruoli e posizioni differenti, indipendentemente dal genere;
- *Non fare:* non presumere che ci siano ruoli "più adatti" alle ragazze o ai ragazzi.

4) Usa termini neutri per rivolgerti al gruppo.

Ricorda di usare parole capaci di includere tutti i membri del gruppo.

- *Cosa fare*: utilizza termini come “squadra” o “gruppo” invece di “ragazzi” quando ti rivolgi a gruppi misti;
- *Non fare*: quando utilizzi parole come “ragazzi” o “ragazze”, non associarle a espressioni stereotipate, come "avete giocato da veri uomini!” o “non correre come una ragazzina!”.

5) Rispetta i pronomi e le preferenze individuali.

Il rispetto per l'identità delle persone, soprattutto adolescenti, si esprime anche attraverso l'uso corretto di pronomi e termini a loro riferiti.

- *Cosa fare*: dopo aver instaurato un buon clima di gruppo, protettivo e sicuro, chiedi sempre ai membri con quali pronomi o termini preferiscono essere chiamati;
- *Non fare*: non dare per scontato il genere o l’identità di una persona basandoti sul suo aspetto o sulle indicazioni relative al sesso che hai letto sui documenti di iscrizione.

6) Punta sulla diversità.

Incoraggia, anche attraverso il linguaggio, la costruzione di un ambiente plurale, nella consapevolezza che la diversità è un’occasione di crescita insostituibile.

- *Cosa fare:* promuovi un clima di apertura e curiosità verso le differenze, invitando i membri della squadra a condividere le loro storie e prospettive.
- *Non fare:* non usare parole che riducono la diversità a un ostacolo. Evita frasi che promuovano l'omologazione o che ridicolizzino le caratteristiche uniche di una persona.

7) Se usate bene, le parole hanno il potere di includere.

Impegnati ad usare parole che siano in grado di far sentire accolte tutte le persone della squadra, indipendentemente dall’etnia, dal genere, dalle personali abilità e dall’orientamento sessuale.

- *Cosa fare:* quando parli con le persone della squadra, scegli consapevolmente parole e termini che valorizzino ogni individuo.
- *Non fare:* non usare “etichette” per denigrare le abilità dei soggetti coinvolti, per marginalizzarli o per opprimerli.

8) Crea occasioni di scambio e di conoscenza

Più i gruppi sono eterogenei, più hanno bisogno di spazi per incontrarsi e comprendersi. Il linguaggio può favorire queste occasioni.

- Cosa fare: usa ciò che succede durante gli allenamenti o in gara per avviare riflessioni e scambi di punti di vista. Incoraggia i momenti di dialogo e confronto, aiutando ogni persona ad usare le parole giuste per comunicare cosa sente senza aggredire l’altra;
- Non fare: non creare o alimentare conflitti con parole che separano invece di unire.

9) Intervieni sempre di fronte a linguaggi inappropriati.

Non tollerare mai discorsi discriminatori o offensivi e prendi posizione quando necessario.

- *Cosa fare:* fai capire, anzitutto dando l’esempio, che i discorsi discriminatori non sono accettabili e intervieni proponendo occasioni di confronto e riflessione se dentro al gruppo hai sentito pronunciare termini inopportuni;
- *Non fare*: non restare in silenzio di fronte a commenti offensivi, discriminatori, lesivi della dignità personale.

10) Previeni violenze e discriminazioni attraverso il linguaggio

Il modo in cui parli può essere uno strumento potente per prevenire la violenza e le discriminazioni

- *Cosa fare:* se una persona della squadra ti ha confidato di aver subito vessazioni, minacce o vere e proprie violenze, sostienila e indirizzala affinché possa ottenere il giusto supporto da personale specializzato;
- *Non fare:* non ridere alle battute sessiste, razziste, omofobe o abiliste; non impiegarle a tua volta.