



ISTITUTO COMPRENSIVO B. GENOVESE di BARCELLONA POZZO di GOTTO
VIA IMMACOLATA, 278 - 98051 – BARCELLONA P.G. (ME). TEL. 090/9797427 – Cod. MEIC827004
Email: meic827004@istruzione.it - Sito internet: www.icbgenovese.edu.it - pec: meic827004@pec.istruzione.it

COMMISSIONE LEGALITÀ, BULLISMO E CYBERBULLISMO

Bullismo e cyberbullismo

*Vademecum per alunni,
famiglie, scuola*

DEFINIZIONE DI BULLISMO

I connotati tipici del fenomeno si possono così riassumere:

1. Comportamenti di prevaricazione diretta o indiretta, fisica o psicologica;
2. Azioni reiterate nel tempo;
3. Coinvolgimento sempre degli stessi soggetti, di cui uno o alcuni sempre in posizione dominante (bulli) e uno o alcuni sottomessi e incapaci di difendersi (vittime).

- **coloro che lo subiscono**
- **coloro che lo compiono**
- **coloro che assistono**

È importante contrastare il bullismo . . .

. . . perché il bullismo fa male a coloro che lo subiscono

Hanno paura, si sentono soli, sbagliati, umiliati, indifesi. Nella maggior parte dei casi, si vergognano a chiedere aiuto. In loro la sofferenza aumenta sempre di più e aiutarli diventa molto difficile. Da adulti, potrebbero sentirsi a disagio nelle relazioni sociali, soffrire di depressione e avvertire sé stessi sempre come *vittime*.

. . . perché il bullismo fa male a coloro che lo compiono

Si illudono di risolvere con la prepotenza tutti i problemi che incontrano e non si mostrano agli altri come sono realmente. Si considerano degni di rispetto e ammirazione solo perché suscitano

paura nelle vittime. Sono costretti a reggere il ruolo del *duro*, anche quando non ne hanno voglia, perché non possono *perdere la faccia*. Vivono una vita inautentica, e questo li tiene in una condizione di disagio perenne. Vivono le relazioni sociali in maniera sempre problematica e conflittuale. Il loro processo di crescita è unidirezionale: nella vita quotidiana "devono" litigare, perché non conoscono gli aspetti positivi della vita sociale.

. . . perché il bullismo fa male a coloro che assistono senza far niente

Coloro che assistono (ci sono sempre) hanno un ruolo fondamentale: il bullo ha bisogno di mostrare agli altri cosa è capace di fare. Alcuni diventano amici del prepotente per non avere problemi, altri hanno paura di essere presi di mira in futuro. Tutti insieme "*si fanno i fatti propri*", pensando che vince sempre il più forte e quindi è inutile chiedere aiuto. Coloro che assistono senza fare niente, con questo loro atteggiamento esprimono ammirazione verso ciò che sta facendo il bullo.

. . . perché la violenza genera violenza

La vittima del bullismo potrebbe esplodere con una reazione estrema verso chi la sta vessando o verso altre persone più deboli. Molti bulli sono stati vittime in passato; soprattutto se, quando erano in difficoltà, non si sono sentiti ascoltati e sostenuti.

CYBERBULLISMO

Il **cyberbullismo** è il bullismo online. Il termine indica gli atti di bullismo effettuati tramite mezzi elettronici, come e-mail, sms, blog, siti web, telefoni cellulari, social.

Bullismo

e

Cyberbullismo

Sono coinvolti solo gli studenti della classe e/o dell'Istituto.	Possono essere coinvolti ragazzi e adulti di tutto il mondo.
Generalmente solo il bullo, il gregario e il bullo-vittima compiono prepotenze.	Chiunque, anche chi è vittima nella vita reale o ha un basso potere sociale, può diventare un cyberbullo.
I bulli sono studenti, compagni di classe o di Istituto, conosciuti dalla vittima.	I cyberbulli possono essere anonimi, fingersi anonimi e sollecitare l'inclusione di altri "amici" anonimi, in modo che la persona non sappia con chi sta interagendo.
Le azioni di bullismo vengono raccontate ad altri studenti della scuola in cui sono avvenuti i fatti o ad amici di altre scuole vicine.	Il materiale utilizzato per gli atti di cyberbullismo viene diffuso in tutto il mondo e rimane evidente per sempre (occorre richiedere la rimozione).

<p>C'è il bisogno del bullo di dominare nelle relazioni interpersonali, rendendosi visibile.</p>	<p>C'è la percezione di invisibilità da parte del cyberbullo. Le comunicazioni online possono essere particolarmente sadiche.</p>
--	---

<p>Le azioni di bullismo avvengono durante l'orario scolastico o nel tragitto casa-scuola e scuola-casa.</p>	<p>Le comunicazioni aggressive possono avvenire 24 ore su 24.</p>
--	---

<p>Si registra una media disinibizione, determinata dalle dinamiche del gruppo classe.</p>	<p>Alta disinibizione: i cyberbulli tendono a fare online cose che non farebbero nella vita reale. Il cyberbullismo permette a chi lo pratica di nascondersi dietro lo schermo di un telefono o la tastiera di un computer e dire cose che non direbbe in presenza.</p>
--	---

<p>Deresponsabilizzazione: "Stiamo scherzando", "Non è colpa mia"...</p>	<p>Depersonalizzazione: le conseguenze delle proprie azioni vengono ascritte alle "personas" o "avatars" create.</p>
--	--

<p>Presenza di segnali tangibili da parte della vittima, ai quali il bullo non presta minimamente attenzione.</p>	<p>Mancanza di segnali tangibili sul proprio comportamento e conseguente insufficiente consapevolezza degli effetti</p>
---	---

delle proprie azioni.

GLOSSARIO

(L'importanza delle parole)

Cyberstalking	Cyber-persecuzione: è l'invio ripetuto di messaggi fortemente intimidatori o contenenti minacce.
Denigration	Denigrazione: parlare di qualcuno online. Inviare o pubblicare pettegolezzi, dicerie feroci o foto compromettenti per danneggiare la reputazione della vittima.
Exclusion	Escludere (bannare) deliberatamente una persona da un gruppo online (per esempio, una lista di amici) con l'intenzione di ferirla.
Flaming	Messaggi violenti e volgari, che mirano a suscitare una lite online.
Happy slapping	Si tratta di aggressioni che hanno inizio nella vita reale e poi continuano con le foto o i filmati online.
Harassment	Dall'inglese, "molestia": è l'invio ripetuto di messaggi offensivi, scortesi e insultanti.

Impersonation	Sostituzione di persona: violare l'account di qualcuno, farsi passare per questa persona e inviare messaggi per dare una cattiva immagine di questa persona, per danneggiarne la reputazione.
Outing and trickery	Rivelazioni e inganno: condividere online segreti o informazioni imbarazzanti su un'altra persona. Spingere con l'inganno qualcuno a rivelare segreti o informazioni imbarazzanti e poi condividerle online.
Sexting	L'invio, la ricezione e la condivisione di testi, video e immagini inerenti la sessualità. Inviato a una ristretta cerchia di persone, possono diffondersi in modo incontrollabile, generando seri problemi, sia personali che legali, alla persona ritratta e ai diffondenti.

Il web non dimentica

**Immagini, testi, video online
devono essere protetti il più
possibile.**

LINEE GUIDA PER I RAGAZZI

Consigli per difendersi dai bulli

- Racconta a un amico, a un parente, a un insegnante, a un adulto la prepotenza che stai subendo. È difficile per il bullo prendersela con te se racconterai a qualcuno ciò che ti sta succedendo.
- Quando il bullo vuole provocarti, fai finta di niente e allontanati. Se vuole costringerti a fare una cosa che tu non vuoi fare, rispondi "NO!", con voce ferma e decisa.
- Se gli altri pensano che hai paura del bullo e stai scappando da lui, non ti preoccupare. Ricorda che il bullo non può prendersela con te se tu non vuoi ascoltarlo.
- Il bullo si diverte quando reagisci, se ti arrabbi o piangi; rimane spiazzato se tu non reagisci. Se ti provoca, cerca di mantenere la calma, non farti vedere spaventato, non mostrarti triste e impaurito. Senza la tua reazione il bullo si annoierà e ti lascerà stare.
- Quando il bullo ti provoca o ti fa male, non reagire facendo a botte con lui. Se fai a pugni potresti peggiorare la situazione, farti male o prenderti la colpa di aver cominciato per primo.
- Se il bullo vuole le tue cose, non vale la pena bisticciare, dagli ciò che vuole: le cose possono essere sostituite, tu no!
- Fai capire al bullo che non hai paura di lui e che sei più intelligente e spiritoso. Così lo metterai in imbarazzo e

ti lascerà stare. Pensa in anticipo a risposte divertenti o furbe da dargli, prendendolo un po' come un gioco.

- Il bullo ti provoca quando sei da solo. Se stai vicino agli adulti e ai compagni che possono aiutarti, sarà difficile per lui avvicinarsi.
- Per non incontrare il bullo, puoi cambiare la strada che fai abitualmente per andare a scuola o per rientrare a casa. Durante la ricreazione stai vicino agli altri compagni o agli adulti. Utilizza i bagni quando ci sono altre persone. Evita i luoghi isolati.
- Ogni volta che il bullo ti fa del male, scrivilo sul tuo diario, riportando tutti i particolari: il diario ti aiuterà a ricordare meglio come sono andate le cose.
- Subire il bullismo fa stare male. Parlane con un adulto di cui ti fidi, con i tuoi genitori, con gli insegnanti, con il tuo medico. Non puoi sempre affrontare le cose da solo. Non soffrire in silenzio.
- Se sai che qualcuno subisce prepotenze, raccontalo subito a un adulto. Questo non è fare la spia, ma aiutare gli altri. Potresti essere tu al suo posto e saresti felice se qualcuno ti aiutasse.
- Esercitati davanti allo specchio: devi assumere un aspetto deciso e sicuro. Il bullo prende di mira le persone che gli sembrano timorose, riservate, che stanno per loro conto.

***"Ignorate i bulli
che vi feriscono
con gesti e parole,
loro non diventeranno
mai quello che voi
potete diventare."***

Paolo Rossi

Consigli per difendersi dai rischi legati all' uso delle nuove tecnologie

- Tieni il tuo pc protetto da virus, malware, adware, ecc., dotandolo di antivirus idonei e mantenendo anche aggiornati i sistemi operativi e i browsers che utilizzi per l'accesso a internet e quando installi il software, assicurati che la fonte sia attendibile.
- Diffida di chi vuol sapere troppe cose. Non dare a nessuno in rete i tuoi dati personali (nome, numero di telefono, indirizzo di casa o della scuola che frequenti, ecc.) senza prima averne parlato con i tuoi genitori.
- Utilizza password sicure e tienile riservate. Scegli sempre una password diversa per ciascuno degli account

che utilizzi. Deve essere lunga, alfanumerica (lettere e numeri), con simboli.

- Ricordati sempre che è facile mentire quando si è online: alcune persone possono fingersi quello che non sono realmente. Non è una buona idea incontrare qualcuno che si è conosciuto solo tramite la Rete, anche se questa persona ti ha inviato una sua foto o si è presentata attraverso una webcam. Ogni immagine sul web può essere falsa. Informa sempre i genitori prima di avventurarti in incontri con persone conosciute su Internet.
- Non rispondere a messaggi istantanei o email che ti chiedono dati personali, password, numero di carta di credito: cestina subito questi messaggi senza aprire gli eventuali allegati, che potrebbero essere dannosi o contenere materiale non idoneo a bambini e adolescenti. Evita di entrare in siti "a pagamento".
- Se ricevi messaggi o incontri contenuti che ti mettono a disagio, non cercare di saperne di più da solo, segnalalo ai tuoi genitori, agli insegnanti o a un adulto di cui ti fidi.
- Stai con prudenza sui social, nelle chat, nei forum, nei blog. Se qualcuno crea disturbi, mette a disagio, suggerisce argomenti di discussione che imbarazzano o spaventano, interrompi subito il contatto. Non continuare la conversazione se non ti senti a tuo agio o se ti accorgi che l'interlocutore ha un secondo fine.
- Pensa a ciò che pubblichi su Internet. Non pubblicare contenuti o immagini imbarazzanti, dannosi, inappropriati. Non utilizzare la webcam assumendo

comportamenti inopportuni. Utilizza la webcam solo se sei vestito in modo decoroso. Ricorda: per via della tua immagine o delle cose che dici, potresti essere manipolato e minacciato.

- Presta particolare attenzione alle registrazioni online, verifica che l'indirizzo web inizi con `https://`. La `s` indica che la connessione al sito è crittografata e quindi più sicura.
- Blocca sempre lo schermo quando non utilizzi il pc, il tablet o il telefono; per maggior sicurezza, potresti impostare il blocco automatico: dopo un certo tempo che risulta inutilizzato, si blocca automaticamente.
- Rispetta la netiquette*. Non inviare messaggi volgari, non essere offensivo: sul web bisogna essere educati come nel mondo reale.
- Prima di fare click usa la testa. Se capiti in un sito dove è chiaramente indicato "accesso vietato a bambini o adolescenti", rispetta l'indicazione e allontanati: non è "da grandi" fingersi grande.
- Ricordati che anche nel mondo virtuale ci sono dei diritti: il diritto di non fornire informazioni personali e di proteggere la propria identità, il diritto di essere rispettati dagli altri navigatori, il diritto di esprimersi liberamente, rispettando sempre i diritti degli altri.

*Il termine *netiquette* indica l'insieme delle regole che disciplinano il comportamento di un utente di Internet nel rapportarsi agli altri utenti. Si potrebbe tradurre in *Galateo* (etiquette) della Rete (Net).

LINEE GUIDA PER I GENITORI

I genitori devono essere consapevoli che è loro dovere guidare e sostenere i propri figli, accompagnandoli nell'affrontare le difficoltà del percorso di crescita. Devono interessarsi a come si comportano i figli in classe. Devono fidarsi del lavoro della Scuola in tutte le sue componenti. Spesso il comportamento del ragazzo a scuola è differente da quello a casa, dove, talvolta, si mostra più calmo e tranquillo.

Quando il genitore sa che il proprio figlio subisce prepotenze (è una vittima) oppure pratica prepotenze (è un bullo), deve subito rivolgersi alla scuola, al Dirigente scolastico e agli insegnanti, affinché si possa intervenire tempestivamente.

L'intervento dei genitori è fondamentale perché:

- migliora le condizioni di vita nella scuola;
- migliora le condizioni negli ambienti di relazione;
- interrompe il circolo vizioso delle violenze subite, che lasciano tracce indelebili sulla vittima;
- fa emergere le difficoltà relazionali sia dei bulli sia delle vittime e consente, così, di attivare percorsi di sostegno e aiuto;
- contribuisce a combattere un terreno fertile alla produzione di comportamenti devianti e delinquenti;
- contribuisce a fare in modo che possa diffondersi la cultura della collaborazione contro la cultura della prevaricazione;
- contribuisce a fare in modo che possano diffondersi i valori del rispetto e della tolleranza.

A COSA PRESTARE ATTENZIONE

Conoscendo il proprio figlio, i genitori dovrebbero prestare attenzione all'insorgere di indicatori, quali:

- è triste e scontento quando torna a casa;
- manifesta disagi ricorrenti prima di andare a scuola (mal di testa, mal di pancia);
- si ammala con facilità;
- ha poco appetito;
- ha spesso ferite, lividi, vestiti strappati;
- è spesso solo e non invita amici a casa;
- non partecipa alle feste perché nessuno lo invita;
- ha spesso libri rovinati;
- dice troppo spesso di aver perso libri, matite, penne, colori e oggetti vari che gli appartengono;
- ha un sonno agitato da incubi ricorrenti;
- perde interesse per le attività scolastiche ed extrascolastiche, con conseguente calo del rendimento;
- chiede denaro a casa con dubbie motivazioni (nascondendo, magari, richieste di denaro da parte dei bulli);
- tende a isolarsi e non ha voglia di parlare.

In generale, è opportuno monitorare ogni cambiamento d'umore del ragazzo, tale da portarlo a essere più isolato, agitato, depresso, a manifestare una mancanza di autostima senza vero motivo.

COME AIUTARE I PROPRI FIGLI A DIFENDERSI DAI BULLI

- Ascoltate i vostri figli, dando loro fiducia quando vi raccontano episodi per loro non piacevoli, senza minimizzare né enfatizzare, ma cercando solo di capire cosa sia successo. Le loro paure, le loro ansie, i loro sentimenti devono essere presi in seria considerazione.
- Che il ragazzo sia un bullo o una vittima, dovete fargli comprendere che chiedere aiuto è possibile e non è un segno di debolezza, ma un modo adeguato per affrontare il problema.
- Aiutate il ragazzo a trovare insieme soluzioni, se si trovano a essere oggetto della prepotenza altrui: si sentiranno rassicurati e meno deboli, se vi sentono dalla loro parte.
- Se vostro figlio si trova continuamente coinvolto in episodi di prepotenza e bullismo, in situazioni differenti e con ragazzi diversi, potrebbe essere utile rivolgersi a un supporto professionale adeguato per affrontare il suo problema: non esitate a farlo.
- Se vostro figlio è un bullo, se vi viene segnalato che commette atti di prepotenza nei confronti degli altri ragazzi, dovete assolutamente capire come si sente e che cosa gli sta succedendo. Ascoltate il suo malessere, parlategli dell'importanza della compassione; fategli capire quanto è importante l'amicizia, specialmente in età adolescenziale; spiegategli l'importanza del rispetto delle regole e della vita degli altri, del dialogo nelle relazioni sociali.

- Dato che gli atti di bullismo, statisticamente, si verificano soprattutto in ambiente scolastico, parlate senza pregiudizi con gli insegnanti di vostro figlio: è necessario valutare insieme come agire. Parlate con il Dirigente scolastico per conoscere le strategie preventive e di contrasto con le quali la scuola affronta i casi di bullismo. Parlate anche con gli altri genitori, senza avere paura di ripercussioni e senza vergognarvi di avere un problema; chiedete loro consigli e cercate insieme delle soluzioni.
- Nel caso in cui vostro figlio sia il bullo, non giustificate mai le sue condotte. Essendo psicologicamente molto fragile, cercherà sempre di dirvi che è colpa degli altri: se lo assecondate in questo passaggio cruciale, lo danneggiate irrimediabilmente.
- Non responsabilizzate eccessivamente il ragazzo (che sia il bullo o la vittima), dicendo, per esempio, "deve imparare a cavarsela senza l'aiuto degli adulti".

COME AIUTARE I PROPRI FIGLI A DIFENDERSI DAI RISCHI LEGATI ALL'USO DELLE NUOVE TECNOLOGIE

Se non sapete già farlo, imparate a navigare in Internet e a conoscere tutte le possibilità offerte dalla Rete: non potrete adottare mezzi di difesa e di controllo se non possedete una adeguata cultura informatica.

Chiedete ai vostri figli di essere informati rispetto alle loro attività online: che cosa fanno in Rete e con chi stanno comunicando.

Stabilite i tempi di utilizzo del computer e del collegamento in Rete a seconda dell'età del figlio. Si può considerare eccessivo un utilizzo che sottragga tempo alle altre attività importanti per la crescita (studio, amici, sport, socializzazione nel mondo reale).

Scrivete insieme ai vostri figli un elenco di regole per il corretto uso di Internet e appendetelo di fianco al computer: le vostre raccomandazioni devono essere condivise.

Mettete il computer in una stanza di accesso comune, non nella camera dei ragazzi o in un ambiente isolato. Internet va considerato come uno strumento utile per tutta la famiglia.

Se non potete seguire direttamente la navigazione dei vostri figli, potete utilizzare dei software di protezione per monitorare l'uso

di Internet e dei software "filtro" per veicolare la navigazione solo verso siti consentiti. Controllate periodicamente il contenuto dell'hard disk e verificate la cronologia dei siti web visitati dai vostri ragazzi.

Spiegate ai vostri figli che le persone che incontrano in Rete non sempre sono quello che dicono di essere.

Parlate apertamente con i vostri figli dei rischi che possono presentarsi durante la navigazione. I ragazzi devono essere consapevoli dei pericoli ai quali vanno incontro e devono sapere che possono confidarsi con i genitori in caso di brutti incontri virtuali.

Insegnate ai vostri figli a bloccare chi li infastidisce in Rete.

Spiegate ai vostri figli che non bisogna mai fornire online dati personali a sconosciuti (nome, età, indirizzo, numero di telefono, email, messenger id, foto proprie e/o di familiari e amici) e non bisogna compilare moduli online che richiedano questi dati.

Occorre dire ai ragazzi che, quando ricevono sulla propria casella di posta elettronica spam, posta pubblicitaria e messaggi da mittenti sconosciuti, devono eliminarli senza aprirne gli allegati: potrebbero contenere materiale non adatto ai minorenni oppure virus in grado di danneggiare il computer.

Dimostrate ai vostri figli la disponibilità ad ascoltarli, anche per fornire loro l'opportunità di riferire se qualcuno o qualcosa li ha turbati o li ha fatti sentire a disagio durante la navigazione.

Insegnate ai vostri ragazzi che comportamenti illeciti o disdicevoli nel mondo reale (per esempio, insultare una persona, dire cose false di qualcuno, sottrarre credenziali a un amico, accedere illecitamente a un sito o a un servizio, ecc.) sono illegali anche in Rete.

Considerate che spesso, navigando, ci si allontana molto dal punto da cui si è partiti per effettuare una ricerca: questo aumenta il rischio di accedere, anche involontariamente, a materiali non idonei a bambini e adolescenti. È perciò necessaria una vostra continua attenzione.

UTILIZZATE LA FUNZIONE PARENTAL CONTROL, PREVISTA DA DIVERSI ANTIVIRUS, PER BLOCCARE L'ACCESSO AD ALCUNI SITI WEB O, SE SI È INDIVIDUATO UN INDIRIZZO POTENZIALMENTE MOLESTO, PER METTERE QUESTO INDIRIZZO NELLA LISTA NERA. POTETE CONSULTARE IL SITO PARENTAL SOFTWARE REVIEW, CHE SI OCCUPA DI SOFTWARE DEDICATI ALLA LOTTA AL CYBERBULLISMO.

È BENE RICORDARE che molti bambini utilizzano internet già durante i primi anni della scuola elementare (6 - 7 anni). Non avendo ancora sviluppato le capacità di pensiero critico necessarie, i bambini al di sotto dei 10 anni non devono essere lasciati da soli a esplorare il web.

Già a questa età, l'uso di Internet è frequente: i ragazzi scaricano musica, utilizzano motori di ricerca per trovare informazioni, visitano siti, inviano e ricevono sms, partecipano a giochi online. La supervisione degli adulti è quindi fondamentale anche in questa fase.

La protezione non è data solo dai "filtri" da applicare al computer: **è fondamentale il dialogo costante, la vicinanza e la partecipazione alle problematiche dei ragazzi.**

L'isolamento è la prima cosa da evitare in assoluto.

DA RICORDARE >>>> Si può richiedere ai gestori della piattaforma web, sulla quale si è concretizzato l'atto di cyberbullismo, di rimuovere eventuali contenuti dannosi, come video, fotografie o post, così come disposto **dall'art. 2 Legge 29 maggio 2017, n. 71: Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione e il contrasto del fenomeno del cyberbullismo.**

LINEE GUIDA PER LA SCUOLA

È nel mondo della scuola che il bullismo, il più delle volte, si genera e si manifesta: a scuola il bullo attua le sue prepotenze e la vittima vive il suo dramma. L'esperienza scolastica acquisisce, in tal modo, una connotazione negativa che va a influire sul normale sviluppo dei soggetti coinvolti.

I ragazzi, che siano bulli o vittime, difficilmente parlano con gli adulti di quello che succede loro: i bulli per non essere scoperti, le vittime per paura di peggiorare la situazione.

La scuola rappresenta, allora, il luogo idoneo dove poter iniziare a fare prevenzione; dove promuovere una cultura pro sociale che abitui a vedere nell'altro diverso da sé un altro modo di essere, né migliore né peggiore; dove far nascere una cultura del confronto e del dialogo aperto; dove comprendere che il bullismo è un comportamento sbagliato e deviante e che solo parlandone lo si può riconoscere e sconfiggere.

La scuola ha il compito di guidare il ragazzo nel processo di crescita, apprezzando e valorizzando le sue qualità, capacità e potenzialità. In tal modo aiuterà il ragazzo ad acquisire buona sicurezza di sé. Esprimere sé stessi e le proprie capacità in un contesto relazionale contribuisce a rafforzare la propria sicurezza e, quindi, a comprendere che la pacifica convivenza tra gli individui è basata sul rispetto e l'accettazione dell'altro.

Un percorso educativo basato sull'autoritarismo, su metodologie frustranti e punitive, offre modelli sbagliati e limita il ragazzo nella realizzazione di sé, favorendo l'acquisizione di atteggiamenti di risposta aggressivi.

Il modello educativo che suscita comportamenti riflessivi e, quindi, meno aggressivi è di tipo **autorevole**: non esclude che vengano posti dei limiti, non esclude divieti e punizioni, ma offre al ragazzo un modello edificante e rafforza la sua autostima.

Il problema del bullismo può essere affrontato efficacemente con una politica scolastica integrata, cioè con un insieme coordinato di azioni che coinvolgano tutte le componenti scolastiche e in cui tutti gli adulti, dal dirigente scolastico agli insegnanti, dal personale non docente ai genitori, ognuno in funzione del proprio ruolo, si assumano la responsabilità della relazione con gli allievi.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO ...

Può adottare e sostenere una politica scolastica che faciliti il riconoscimento del bullismo e il suo contenimento, attivando progetti di prevenzione e contrasto del fenomeno.

Può valorizzare e incentivare le iniziative di docenti o di gruppi di studenti che mostrano interesse nell'affrontare il tema del bullismo.

Può attivare degli spazi o dei momenti di ascolto rivolti agli alunni e alle loro famiglie, in cui si possa discutere dei conflitti che possono insorgere con e nella scuola, attivando meccanismi di mediazione all'interno dei quali vengano affrontate, in un clima di ascolto e fiducia, le situazioni di disagio legate al bullismo.

I DOCENTI

Possono cercare di migliorare la qualità del clima scolastico, promuovendo l'integrazione e trasmettendo l'importanza di valori fondamentali per la convivenza, quali la tolleranza e il rispetto.

Possono cercare di potenziare le abilità sociali dei ragazzi: è importante educarli incrementando la comunicazione tra i membri del gruppo-classe e promuovendo atteggiamenti di collaborazione, solidarietà, tolleranza, rispetto della diversità.

Possono favorire nei ragazzi lo sviluppo di capacità strategiche: opporre resistenza alle minacce, saper rispondere agli insulti senza per questo innescare conflitti, saper sottrarsi a situazioni in cui si è prevaricati, potenziare l'autostima, saper strutturare testi e, quindi, discorsi decisi, utilizzando linguaggi adeguati.

Possono contribuire alla promozione della cooperazione e dell'aiuto tra pari.

Possono organizzare attività e incontri con alunni e genitori per affrontare insieme eventuali situazioni di prepotenza che possano verificarsi in classe o a scuola e cercare insieme soluzioni.

Possono proporre al Dirigente scolastico iniziative preventive da adottare nella lotta al bullismo.

IL PERSONALE NON DOCENTE

Deve segnalare tempestivamente ai docenti e al Dirigente scolastico eventuali episodi di bullismo a cui ha assistito personalmente o di cui è venuto a conoscenza.

Non deve sottovalutare i propri compiti di sorveglianza, fondamentali dal punto di vista educativo e per il buon andamento delle relazioni in ambiente scolastico.

Può, con la dovuta sensibilità, rivolgere l'attenzione verso quegli alunni che spesso sono isolati nei cortili e nei corridoi e segnalare la situazione agli insegnanti.

Può mostrarsi come mediatore disponibile all'ascolto e alla comprensione nella gestione di piccoli conflitti tra studenti.

Può segnalare al Dirigente e ai docenti eventuali momenti o luoghi in cui gli allievi non vengono adeguatamente sorvegliati, al fine di migliorare le strategie di controllo e vigilanza.

PER PREVENIRE IL CYBERBULLISMO E PROMUOVERE UN USO CRITICO DELLA RETE ...

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Può rivolgersi a partner esterni alla scuola, allo scopo di realizzare un progetto integrato di prevenzione del fenomeno. Servizi socio-sanitari, aziende del privato sociale (cooperative e associazioni), forze di polizia possono dare in tale direzione un contributo fondamentale.

Possono attuare iniziative di collaborazione con altre scuole, condividendo idee, risorse e buone pratiche.

I DOCENTI

Devono sempre tenere aggiornate le proprie competenze tecnologiche, la cui conoscenza significa anche dimostrare ai ragazzi di essere vicini al loro mondo.

Devono cercare di capire il livello delle conoscenze informatiche degli allievi e organizzare, eventualmente, ore di formazione.

Devono informare gli alunni sui rischi presenti in Rete, sollecitandone un uso consapevole e spiegando loro che Internet rimane una fonte di apprendimento e divertimento, ma nasconde pericolose insidie.

Devono educare bambini e adolescenti alla prudenza, a non fornire dati e informazioni personali, ad abbandonare un sito dai contenuti che possono turbare o spaventare, a non incontrare persone conosciute in Rete senza averne prima parlato con i genitori.

Devono mostrare agli alunni come usare e valutare criticamente ciò che incontrano durante la navigazione: non tutte le notizie e i dati presenti in Rete sono affidabili.

Devono spiegare agli alunni che comportamenti illeciti nel mondo reale (per esempio, insultare una persona, sottrarre credenziali a un amico, accedere illecitamente a un sito o a un servizio, ecc.) lo sono anche in Rete.

Devono incoraggiare discussioni all'interno della classe sui siti che gli alunni trovano interessanti e invitarli a parlare dei siti in cui hanno incontrato argomenti che li hanno preoccupati o spaventati.

Suggerimenti didattici

L'argomento è trasversale a tutte le discipline. Potrebbe essere affrontato partendo da una ricerca su episodi significativi di bullismo e cyberbullismo, ricerca da condurre sulla Rete e sugli organi di stampa. I materiali (fotografie, testi, immagini, video, ecc.) potrebbero essere raccolti a formare un documento unitario, sia cartaceo che informatico (cartellone, opuscolo, power

point, story telling, ecc.). Condurre, poi, gli allievi a una riflessione individuale e collettiva, cercando di stimolare la loro innata empatia.

Sarebbe utile invitare gli allievi a riferire episodi di bullismo e cyberbullismo di cui siano a conoscenza e richiedere un loro giudizio.

Si potrebbe organizzare la drammatizzazione di scene in cui a uscire da vincitori non sono i prepotenti.

Dopo aver affrontato adeguatamente l'argomento in classe, gli allievi potrebbero essere guidati nel realizzare disegni, fumetti e testi aventi a oggetto episodi di bullismo e cyberbullismo.

Potrebbe essere utile sottoporre ai ragazzi un questionario anonimo, allo scopo di rilevare l'eventuale presenza di fenomeni di bullismo e cyberbullismo, e, al tempo stesso, allo scopo di indurli ad attivare meccanismi di riflessione e autovalutazione delle risposte date.

SITI UTILI

1. giovaniprotagonisti.azzurro.it Telefono Azzurro contro il bullismo, il cyberbullismo, gli abusi, i maltrattamenti - Il 114 è il numero da chiamare per segnalare situazioni di pericolo. È attivo ogni giorno, a ogni ora, gratuitamente.
2. www.acbsnoalbullismo.it
3. www.bullistop.com
4. www.mabasta.org
5. www.bullismo.it
6. zerobullismo.com
7. www.moige.it

QUESTIONARIO ANONIMO

PARTE PRIMA

“Io insieme agli altri, a scuola”

Istruzioni

Il questionario è anonimo: non dovrai mettere il nome, né simboli o sigle. È importante che tu lo compili da solo, senza chiedere suggerimenti ai tuoi compagni. Quando l'avrai compilato sarà mescolato a quello degli altri, perciò rispondi tranquillamente e senza timori.

Non ci sono risposte giuste o sbagliate: sono importanti solo la tua opinione e la tua esperienza, per cui rispondi spontaneamente e senza preoccuparti.

SCUOLA

CLASSE _____ SESSO M F
ETÁ _____

- 1. Come ti trovi con i tuoi compagni di classe? (1 risposta)**
Bene Abbastanza bene Né bene né male Abbastanza male Molto male
- 2. E con gli altri ragazzi che frequentano la scuola? (1 risposta).**
Bene Abbastanza bene Né bene né male Abbastanza male Molto male
- 3. Sei soddisfatto dei tuoi rapporti con gli insegnanti? (1 risposta).**
Molto Abbastanza Indifferente Poco Per niente
- 4. Sei soddisfatto di come i tuoi genitori si interessano alla tua esperienza scolastica? (1 risposta).**
Molto Abbastanza Indifferente Poco Per niente
- 5. Quale momento della giornata preferisci trascorrere con i compagni di classe? (1 risposta).**
La ricreazione Le lezioni La strada da casa a scuola Il tempo libero
Nessuno
- 6. Ti accade di restare solo perché nessuno dei tuoi compagni vuole stare con te? (1 risposta).**

- Sì, durante la ricreazione Sì, durante le lezioni Sì, durante la strada da casa a scuola e viceversa Sì, mi lasciano sempre solo No, sto sempre con gli altri ragazzi
- 7. Secondo te, nella tua scuola c'è qualcuno che compie delle prepotenze, comportandosi da bullo?**
- Sì No Non so
- 8. Che tipo di prepotenze vengono compiute? (anche più di una risposta).**
- Prese in giro Scherzi pesanti Esclusioni dalle compagnie Offese e insulti
- Calunnie sul conto di qualcuno Calunnie sui miei familiari Minacce
- Piccoli furti
- Furti importanti Estorsioni di denaro Aggressioni fisiche Altro (specificare)
- 9. Dove avvengono più frequentemente queste azioni? (anche più di una risposta).**
- Prima di arrivare a scuola Fuori della scuola, vicino all'entrata Dentro la scuola
- Fuori della scuola, lungo il tragitto che porta a casa Altro (specificare)
- 10. I bulli sono da soli o in gruppo?**
- Uno solo Due Un gruppo
- 11. Sono maschi o femmine?**
- Maschi Femmine Sia maschi che femmine
- 12. Quando qualcuno fa il bullo, i compagni ... (al massimo due risposte).**
- Si divertono e fanno il tifo per il bullo Sono spaventati Fanno finta di niente
- Cercano di aiutare il più debole Lasciano da solo il bullo Escludono dal gruppo chi è vittima
- 13. Quando qualcuno si comporta da bullo, gli adulti ... (insegnanti, bidelli) (1 risposta)**
- Non si accorgono di niente Fanno finta di niente Non sono mai presenti
- Intervengono per difendere chi subisce Ridono e si divertono
- 14. Qualcuno dei tuoi insegnanti ha cercato di far smettere le prepotenze nei tuoi confronti (1 risposta).**
- Non ho subito prepotenze No, perché non ne sapevano niente No, non ci hanno provato Sì, hanno tentato, ma la situazione è peggiorata Sì, ma non è cambiato nulla
- Sì, hanno tentato e le prepotenze sono diminuite Sì, hanno tentato e le prepotenze sono cessate
- 15. A te è capitato di ... (anche più di una risposta)**
- Assistere alle prepotenze di altri Subire prepotenze Fare il bullo

16. All'interno della scuola, parli di quello che succede?

- Sì No

17. Se sì, con chi ne parli? (anche più di una risposta)

- Con un compagno di cui mi fido Con i compagni di classe Con un insegnante di fiducia
Con un bidello Con alcuni insegnanti

18. Al di fuori della scuola, parli di quello che succede?

- Sì No

19. Se sì, con chi ne parli? (anche più di una risposta)

- Con un amico di cui mi fido con gli amici che frequento al di fuori della scuola
Con i miei genitori Con altri familiari (fratelli, zii, ...) Con altri adulti

20. I tuoi genitori riescono a capire i tuoi sentimenti?

- Per niente Poco Abbastanza Molto

21. Nella tua vita, quale importanza hanno queste cose?

	Poco importante	Abbastanza importante	Molto importante
Il successo			
La libertà di fare quello che voglio			
La giustizia			
La solidarietà			
L'ordine e il rispetto delle regole			
L'uguaglianza di possibilità per tutti			
La tolleranza di opinioni e comportamenti diversi dai miei			
La realizzazione personale			
L'onestà			
La ricchezza			
La libertà di pensiero e di espressione			
Il rispetto degli altri			

22. Carlo, un ragazzo della tua età, viene ripetutamente offeso e sottoposto a scherzi pesanti da parte di alcuni ragazzi delle classi superiori. Cosa gli consiglieresti di fare? (scegli al massimo tre risposte e poi sottolinea la più importante, cioè la migliore delle tre).

- Parlarne con gli insegnanti Chiedere aiuto ai compagni di classe Far finta di niente
Chiedere spiegazioni a questi ragazzi Evitare in tutti i modi di incontrarli Ribellarsi picchiando uno di loro Rispondere alle offese Subire e basta Cambiare scuola
Denunciare il fatto con un bigliettino Parlarne ai genitori Far intervenire fratelli o sorelle più grandi Rivolgersi al preside Altro (specificare)

23. Tu cosa faresti se ti trovassi nella situazione di Carlo? (scegli al massimo tre soluzioni e poi sottolinea la più importante).

- Parlarne con gli insegnanti Parlarne con i compagni di classe Parlarne con un insegnante di fiducia Parlarne con un bidello Parlarne con alcuni insegnanti

24. Quale titolo di studio hanno i tuoi genitori?

	Padre	Madre
Scuole elementari		
Medie inferiori		
Biennio o triennio delle Medie superiori		
Diploma scuole superiori		
Frequenza universitaria o laurea breve		
Laurea		

SECONDA PARTE

Vivendo l'ambiente scolastico, può capitare di assistere a gesti ripetuti di prepotenza verso qualcuno ...

25. Se ti capita di intervenire è perché ... (1 risposta)

- Il bullo se la prende con un mio amico
- Sono più forte di lui
- Non ho paura di nessuno
- I prepotenti non mi piacciono
- È un problema che ci riguarda tutti

26. Se ti capita di non intervenire è perché ... (1 risposta)

- Con me si comporta bene, quindi non sono fatti miei
- Io e la vittima non siamo amici, quindi non mi interessa
- Non voglio essere escluso dal gruppo
- Ho paura di andarci di mezzo
- Ci si deve difendere da soli

27. Qual è il tuo atteggiamento nei confronti del bullo? (1 risposta)

- Lo ammiro, sa fare il capo e ci fa divertire
- Evito tutti i contatti con lui perché ho paura
- Sono indifferente
- Sono contento quando si trova in difficoltà
- Reagisco apertamente alle sue prepotenze

28. Qual è il tuo atteggiamento nei confronti di chi subisce prepotenze? (1 risposta)

- Lo prendo un po' in giro
- Penso si meriti di essere trattato così
- Faccio finta di niente
- Nei momenti di calma cerco di dargli una mano
- Non fa parte del mio gruppo e non mi interessa

29. Come si può reagire efficacemente ai comportamenti di prepotenza? (1 risposta)

- Esercitando l'autorità (di insegnante, preside, ...)
- Minacciando il bullo
- Isolando chi fa il prepotente
- Facendo intervenire il gruppo di spettatori
- Insegnando alla vittima come difendersi
- Informando gli adulti (insegnanti, genitori)

Può anche capitare di essere oggetto di prepotenze ripetute o di esserlo stato in passato ...

30. Che tipo di prepotenza hai dovuto subire e in quale luogo? (metti una crocetta nelle caselle dove si incrociano i fatti successi con i luoghi)

	Nel tragitto per/da scuola	<input type="checkbox"/> All'entrata a scuola <input type="checkbox"/> All'uscita da scuola	Nei corridoi	In classe	Nei bagni	Nel cortile	Nella palestra
Prese in giro							
Scherzi pesanti							
Esclusioni dalle compagnie							
Offese e insulti							
Minacce							
Furti di oggetti di scarso valore							
Furti importanti							
Estorsioni di denaro							
Aggressioni fisiche							
Altro (specifica)							

31. Quante volte hai subito prepotenze nell'ultimo mese di scuola? (1 risposta)

- Alcune volte Una volta alla settimana Diverse volte alla settimana
 Continuamente

32. Come ti sei sentito quando altri ragazzi ti hanno fatto prepotenze? (1 o più risposte)

- Non ho subito prepotenze Sono stato male Mi sono sentito triste Mi sono sentito indifeso: nessuno poteva aiutarmi Non ho provato niente Ero preoccupato per ciò che gli altri dicevano di me

33. Quando qualcuno se la prende con te, tu ...(1 risposta)

- Mi sforzo di rispondere Vorrei reagire, ma ho troppa paura Cerco di capire perché se la prende con me Cerco aiuto tra i miei compagni o le mie compagne Spero che qualcuno si accorga di come mi sento

34. Secondo te, i tuoi compagni e le tue compagne ... (1 risposta)

- Si divertono Mi disprezzano perché sono il più debole Se ne fregano di me e di come posso sentirmi Gli dispiace per me, ma hanno paura di intervenire
 Sono dalla mia parte

35. Chi si comporta da prepotente con te è ... (al massimo due risposte)

- Una sola persona della mia classe Alcune persone della mia classe Quasi tutta la mia classe
 Una sola persona non della mia classe Un gruppo non della mia classe

36. Scrivi tre aggettivi per descrivere chi fa il bullo con te

37. Quando guardi al futuro pensi che ... (1 risposta)

- Vorrei non venire più a scuola Forse qualcuno cercherà di aiutarmi
 Sarebbe bello se diventassi io il più forte Continuerò a subire le prepotenze di altri Una volta o l'altra riuscirò a difendermi

Ti potrebbe essere capitato che, per difenderti da prepotenze subite o per imitare qualcuno che ammiri o per non essere escluso dal gruppo degli amici o per altri motivi ancora, te la sei presa ripetutamente con qualcuno più debole di te.

38. Che tipo di comportamento hai avuto e in quale luogo? (metti una crocetta nelle caselle dove si incrociano i fatti successi con i luoghi)

	Nel tragitto da/per la scuola	<input type="checkbox"/> All'entrata a scuola <input type="checkbox"/> All'uscita da scuola	Nei corridoi	In classe	Nei bagni	Nel cortile	Nella palestra
Prese in giro							
Scherzi pesanti (specifica) _____ _____							
Esclusioni dalle compagnie							
Offese e insulti							
Minacce							
Furti di oggetti di scarso valore							
Furti importanti							

Estorsioni di denaro							
Aggressioni fisiche							
Altro (specifica)							

39. Quante volte sono successi questi fatti nell'ultimo mese di scuola?

- Alcune volte
 Una volta alla settimana
 Diverse volte alla settimana
 Tutti i giorni

40. Faccio il bullo perché ... (anche più di una risposta)

- Dimostro di essere più forte degli altri
 Mi piace che gli altri abbiano paura di me
 I miei compagni e le mie compagne si aspettano che io mi comporti così
 Finalmente sono io quello che comanda
 È il modo più efficace per risolvere le cose
 Altro (specifica)

41. Secondo te, i tuoi compagni e le tue compagne ... (anche più di una risposta)

- Ti ammirano
 Si divertono
 Hanno paura di te
 Vogliono essere tuoi amici
 Ti disapprovano

42. Scrivi tre aggettivi per descrivere i ragazzi con cui te la prendi

SCHERZO? LITIGIO? BULLISMO? REATO?

Situazione	scherzo	litigio	bullismo	reato
Quando Omar litiga con qualcuno, non è capace di spiegarsi a parole e passa subito alle mani.				
Marco è il più bravo della classe. Prende regolarmente in giro Mattia perché studia poco e rischia la bocciatura.				
Il primo giorno di scuola un ragazzo di quinta, nell'intervallo, va da uno di prima, gli sottrae la merenda dalle mani e la mangia.				
Siccome Sara e Anna non vogliono giocare con lei, Lisa ha scarabocchiato i loro disegni.				
Un alunno offende pesantemente un suo compagno davanti a tutti.				
Enrico, più basso degli altri, non viene mai chiamato a giocare nelle due squadre dell'ora di ginnastica. Il professore lo impone e nessuno gli passa la palla.				
Matteo è amico di Francesco e spesso si prendono in giro.				
Franco, un ragazzo di terza, pretende che tutti i giorni Luca, un ragazzo di prima, gli offra un morso della sua merenda. Luca lo fa e Franco quasi sempre rifiuta.				
Un alunno tutti i giorni ottiene 3 euro da un compagno dietro la minaccia di botte.				
Amin viene dal Marocco. Un compagno lo chiama sempre "sporco marocchino" e fa in modo che nessuno si metta in banco con lui.				
Giovanni è timido e vagamente effeminato. I compagni lo chiamano sempre Giovanna.				
Anna è fidanzata con l'ex di Lisa. Lisa continua a chiamarlo sul cellulare. Anna le dice che se non la smette le spaccherà la faccia.				
Appassionati di wrestling, Aldo, Paolo e Gianluca si divertono a picchiarsi durante l'intervallo.				
Due ragazzi chiudono una ragazza in una classe vuota e la costringono a spogliarsi. La filmano e se ne vanno senza toccarla.				
In classe nessuno va bene, solo Monica, che viene presa in giro e isolata dai compagni perché le dicono che è una secchiona e fa la "lecchina" con i professori.				
Elia vuole sempre avere ragione. Se qualcuno lo contraddice, Elia lo minaccia e gli dice di tacere.				

Marzia ha chiesto alla compagna di banco di passarle il compito in classe di matematica. La compagna si è rifiutata e Marzia è molto arrabbiata con lei perché ha preso 4.				
Il ragazzo più temuto della classe pretende di avere la doccia riservata in palestra e di farla comunque per primo, anche se arriva dopo gli altri.				
Alessia ha un grave difetto di udito. Le compagne la prendono in giro perché parla con la voce un po' alterata.				
Benché fisicamente meno capace, Dario stuzzica continuamente Luca, che gli dà una lezione prendendo le sue cose, stracciandogli il diario, i quaderni, ...				
Sara dice in giro che Marta puzza e nessuno deve esserle amica.				
Al cambio dell'ora, Andrea palpeggia abitualmente in pubblico Rita, anche se lei cerca ogni volta di sottrarsi e lo riferisce all'insegnante.				
Nicola ha nascosto l'astuccio di Gianni, alla fine dell'ora glielo ha restituito.				
Roberto minaccia direttamente l'insegnante, dicendo che se non la smette di avercela con lui gli succederà qualcosa.				
Annalisa ha telefonato a Giorgio con voce alterata per dirgli che le piace e fissare un appuntamento. Giorgio, curioso, si è presentato e non ha visto nessuno. Annalisa lo guardava e rideva di nascosto insieme alle sue amiche.				