

**BULLISMO E CYBERBULLISMO
VADEMECUM PER GENITORI**

INDICE

BULLISMO

DEFINIZIONE DI BULLISMO.....p.3

PERCHÉ È IMPORTANTE CONTRASTARE IL BULLISMOp.4

CYBERBULLISMO

DEFINIZIONE DI CYBERBULLISMO.....p.5

DIFFERENZE TRA BULLISMO E CYBERBULLISMO.....p.5

LINEE GUIDA PER I GENITORI

COSA OSSERVARE.....p.6

COSA FARE.....p.8

CONSIGLI PER DIFENDERE I PROPRI
FIGLI DAI RISCHI LEGATI ALLE NUOVE TECNOLOGIE.....p.9

SITI UTILI.....p.12

NUMERI UTILI.....p.13

BULLISMO

DEFINIZIONE DI BULLISMO

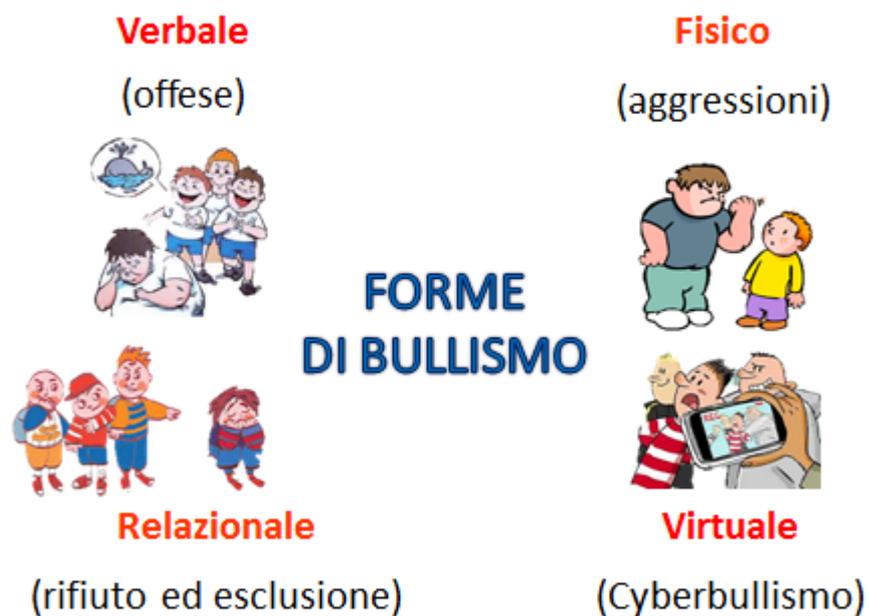
Il bullismo è un **ABUSO DI POTERE**.

I **connotati tipici** del fenomeno si possono così riassumere:

1. comportamenti di prevaricazione diretta o indiretta;
2. azioni costanti e ripetute nel tempo;
3. coinvolgimento sempre degli stessi soggetti, di cui uno/alcuni sempre in posizione dominante (bulli) ed uno/alcuni più deboli e incapaci di difendersi (vittime).

Le intenzioni manifestate o le azioni compiute vengono messe in atto con lo **scopo** di:

1. danneggiare pubblicamente la persona presa di mira, attraverso atti di offesa fisica e/o psicologica
2. suscitare in essa un sentimento di umiliazione, paura e disagio interiore



PERCHÉ È IMPORTANTE CONTRASTARE IL BULLISMO

Perché il bullismo fa male a coloro che lo subiscono

Hanno paura, si sentono soli, sbagliati, umiliati, indifesi.

Soprattutto se sono adolescenti, si vergognano a chiedere aiuto. In loro la sofferenza aumenta sempre più ed aiutarli diventa molto difficile. In età adulta, possono sentirsi a disagio nelle relazioni con gli altri, soffrire di depressione e sentirsi sempre potenzialmente “vittime”.

Perché il bullismo fa male a quelli che lo compiono

Si illudono di risolvere con la prepotenza tutti i problemi che incontrano e non si mostrano agli altri come sono realmente, con capacità e debolezze. Scambiano la paura suscitata nelle vittime per rispetto ed approvazione. Si costringono a reggere il personaggio del “duro” anche quando non ne hanno voglia, perché non possono perdere la faccia. Da grandi rischiano più degli altri di avere problemi con la giustizia.

Perché il bullismo fa male a coloro che assistono senza far niente

Alcuni diventano amici del prepotente per non avere problemi, altri hanno paura di essere presi di mira in futuro. Tutti insieme imparano a “farsi i fatti propri”, pensando che non si può contare sull’aiuto di nessuno perché vince sempre il più forte. Con la legge della giungla tutti possono essere vittime, perché ognuno ha dei punti deboli e può essere preso di mira dagli altri.

Perché la violenza crea violenza, la vessazione genera vessazione

Se il bullismo dura a lungo può darsi che, presto o tardi, la vittima esploda con una reazione estrema e apparentemente eccessiva. Può farlo verso chi la sta vessando o verso altre persone, più deboli di lei. Molti “bulli” sono state “vittime” in passato. Soprattutto se, quando erano in difficoltà, non si sono sentiti ascoltati e sostenuti da nessuno.

CYBERBULLISMO

DEFINIZIONE DI CYBERBULLISMO

Il **cyberbullismo** o **ciberbullismo** (ossia "bullismo" online) è il termine che indica atti di bullismo e di molestia effettuati tramite mezzi elettronici come l'e-mail, sms, i blog, i telefoni cellulari e/o i siti web.

DIFFERENZE TRA BULLISMO E CYBERBULLISMO

BULLISMO	CYBERBULLISMO
Sono coinvolti solo gli studenti della classe e/o dell'Istituto	Sono coinvolti solo gli studenti della classe e/o dell'Istituto
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 sa con chi sta interagendo
Il racconto delle azioni bullistiche è limitato a studenti della scuola in cui sono avvenuti i fatti o ad amici di altre scuole limitrofe	Il materiale cyberbullistico può essere diffuso in tutto il mondo
Il bisogno del bullo di dominare nelle relazioni interpersonali, rendendosi visibile	La percezione di invisibilità da parte del cyberbullo: "Tu non puoi vedere me!"
Il bullismo raramente raggiunge forme di sadismo, se non quando evolve nella criminalità minorile	Le comunicazioni online possono essere particolarmente sadiche
Le azioni bullistiche avvengono durante l'orario scolastico o nel tragitto casa-scuola, scuola-casa	Le comunicazioni aggressive possono avvenire 24 ore su 24
Media Disinibizione sollecitata dalle dinamiche del gruppo classe	Alta Disinibizione: i cyberbulli tendono a fare online ciò che non farebbero nella vita reale
Presenza di feedback (segnali) tangibili da parte della vittima ai quali il bullo non presta attenzione	Mancanza di feedback (segnali) tangibili sul proprio comportamento, "Io non posso vederti!" e conseguente insufficiente consapevolezza degli effetti delle proprie azioni

LINEE GUIDA PER I GENITORI

I genitori devono essere consapevoli che il loro compito è guidare e sostenere i propri figli, incoraggiandoli ad affrontare le difficoltà del percorso di crescita. La cosa sicuramente più importante che possono fare è interessarsi a come si comportano i figli in classe; si verifica spesso, infatti, che il comportamento del figlio a scuola sia differente da quello a casa dove, talvolta, è più calmo e tranquillo.

Quando il genitore viene a conoscenza che il proprio figlio subisce prepotenze o è un bullo è **importante che**:

- si rivolga agli INSEGNANTI e al DIRIGENTE SCOLASTICO, affinché si possa intervenire;
- sappia che ci sono dei NUMERI VERDI, ASSOCIAZIONI, PROFESSIONISTI con competenze specifiche a cui potersi rivolgere.

COSA OSSERVARE

È lecito sospettare che sia stato **preso di mira** da un bullo il bambino o l'adolescente che:

- si mostra riluttante al momento di andare a scuola o di partecipare ad attività sportive o di svago
- è triste e scontento quando torna a casa
- presenta calo di motivazione e di rendimento scolastico
- smarrisce i propri oggetti personali o li riporta a casa in cattivo stato
- ha spesso lividi, ferite o vestiti strappati
- tende ad isolarsi dagli altri, si ritira da solo nella propria stanza e non invita amici a casa
- non partecipa alle feste perché nessuno lo invita;

- mostra scarso interesse per cose che prima apprezzava
- soffre di inappetenza
- mostra segnali di ansia (dolori fisici che lo spingono a sottrarsi a determinate situazioni sociali o scolastiche, difficoltà di addormentamento, incubi)
- chiede denaro a casa con una motivazione dubbia (celando magari richieste di denaro da parte dei bulli).
- trascura improvvisamente le sue abituali attività in internet

È lecito sospettare che **sia autore** di atti di bullismo il bambino o l'adolescente che:

- Non rispetta l'autorità
- Ostenta superiorità nei confronti degli altri
- Tende a svalutare le altre persone
- Non mostra empatia
- Non rispetta gli altri
- È indifferente di fronte alla violenza (può trovarla divertente)
- È insensibile o crudele verso gli animali
- Ha una certa tendenza alla menzogna
- Non riconosce le proprie responsabilità e tende ad attribuirle agli altri
- Tende a percepire ostilità da parte degli altri
- Utilizza la collera per esprimersi
- Sembra depresso, manifesta idee suicide
- Sembra non provare paura
- Possiede oggetti o denaro di cui non si riesce a stabilire la provenienza
- Cerca di dissimulare le proprie attività in rete

COSA FARE

Ascoltare

Creare le condizioni perché i figli posano raccontare gli episodi spiacevoli senza minimizzare o enfatizzare, accogliendo le emozioni e cercando di capire cosa è successo prima di dare soluzioni.

Ricercare insieme soluzioni

Aiutare i figli a trovare insieme delle soluzioni con atteggiamento **rassicurante** e fiducioso, se il figlio subisce forme di prepotenza e bullismo; aiutandolo a **mettersi nei panni dell'altro**, se il figlio mette in atto forme di prepotenza e bullismo.

Chiedere aiuto

Far comprendere al figlio che chiedere aiuto non è un segno di debolezza, ma un comportamento adeguato.

Supporto professionale

Non esitare a chiedere un supporto professionale, se il figlio si trova coinvolto ripetutamente in episodi di prepotenza e bullismo, in situazioni diverse e con ragazzi differenti.

Parlare con gli insegnanti

Quando il bullismo si verifica a scuola è fondamentale parlarne con gli insegnanti, i quali si attiveranno e potranno dare indicazioni su come procedere.

CONSIGLI PER DIFENDERE I PROPRI FIGLI DAI RISCHI LEGATI ALLE NUOVE TECNOLOGIE

Conoscere

Imparate a navigare in internet per capire che non è possibile adottare mezzi di difesa e di controllo se non possedete una minima cultura informatica.

Stabilire tempi

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

Stabilire regole

Condividete le raccomandazioni per un uso sicuro di Internet con i vostri figli. È utile scrivere insieme a loro una "carta delle regole di comportamento" e magari appenderla di fianco al computer.

Monitorare

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

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.

Parlare dei rischi

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 consci dei pericoli ai quali vanno incontro e 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, nr. telefono, e-mail, messenger id, foto proprie e/o di familiari e amici) e non bisogna inviare a nessuno informazioni bancarie e/o compilare moduli online dove vengano richieste.

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

Se i ragazzi ricevono sulla propria casella di posta elettronica spam, posta pubblicitaria e messaggi da mittenti sconosciuti, occorre dire loro di eliminarli senza aprirne gli allegati: potrebbero infatti contenere virus, malware ecc. in grado di danneggiare il computer o materiale non adatto ai minorenni.

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 nel mondo reale (per es. insultare una persona, sottrarre credenziali ad un amico, accedere illecitamente ad un sito o ad un servizio ecc.), sono illegali anche in Rete.

Prestare attenzione

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.

Molti bambini utilizzano internet già durante i primi anni della scuola primaria.

È importante sottolineare che è fondamentale l'accompagnamento all'utilizzo di internet da parte di un adulto (genitore, insegnante, educatore) in relazione all'età del bambino.

I bambini al di sotto dei 10 anni, in genere, non avendo ancora sviluppato le capacità di pensiero critico necessarie, non sono in grado di esplorare il web da soli.

Con la preadolescenza e l'adolescenza si intensifica l'uso di Internet: i giovani scaricano musica, utilizzano motori di ricerca per trovare informazioni, visitano siti, inviano e ricevono sms, la posta elettronica e i giochi online. La supervisione degli adulti è quindi fondamentale anche in questa fase, poiché una maggior conoscenza e consapevolezza legate alla crescita non mettono comunque al riparo dai rischi della Rete.

Ricordatevi che . . .

Per vostro figlio la protezione non è data solo da "FILTRI" da applicare al computer: è fondamentale, invece, il **dialogo costante e continuo e la vicinanza e la partecipazione alle problematiche** dei vostri ragazzi.

SITI UTILI



[Bullismo? No Grazie!](#)



[Bullismo.info](#)



[S.O.S BULLISMO](#)



[Aquilone Blu ONLUS](#)



[SMONTA IL BULLO](#)



[CYBERBULLISMO.COM](#)



[STOP al Bullismo](#)



[Bullismo in Italia](#)



[Informagiovani - Italia](#)

NUMERI UTILI

POLIZIA DI STATO	113
CARABINIERI	112
GUARDIA DI FINANZA	117
VIGILI DEL FUOCO	115
SERVIZIO SANITARIO	118
TELEFONO AZZURRO “Emergenza Infanzia”	114
TELEFONO AZZURRO “Pericoli sul Web” Clicca e segnala	http://www.azzurro.it/it/cosa-facciamo/caso-di-emergenza/clicca-e-segnala
