



Ministero dell'Istruzione dell'Università e Ricerca

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
"RICCARDO MASSA"

Via Virgilio Brocchi, 5- c/o Via G. Quarenghi, 12 - 20151 Milano
TEL. 0288444966

www.icriccardomassa.edu.it e-mail miic8c300p@pec.istruzione.it

1

PROTOCOLLO DI INTERVENTO EMERGENZA BULLISMO E CYBERBULLISMO

Il **bullismo** tradizionale è una forma di prevaricazione e di oppressione intenzionale, reiterata nel tempo e sistematica, perpetrata da una persona o da un gruppo più potente nei confronti di un'altra percepita come più debole. Teniamo presente che il bullismo è un fenomeno di gruppo: l'85% di episodi di bullismo avviene infatti in presenza del gruppo.

Il **cyberbullismo** (detto anche "bullismo elettronico") è una forma di prepotenza virtuale con effetti reali, è l'insieme di atti di umiliazione, molestia, diffamazione, aggressività effettuati tramite mezzi informatici anch'essi intenzionali, sistematici e ripetuti, attuati attraverso l'uso di internet e delle tecnologie digitali. I tratti distintivi sono l'assenza di limiti spazio temporali, l'anonimato del molestatore e l'indebolimento di regole etiche e di responsabilità.

L'Art. 1 della [Legge del 29 maggio 2017, n. 71, \(Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo\)](#) definisce il cyberbullismo come. *«... qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione, furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati personali in danno di minorenni, realizzata per via telematica, nonché la diffusione di contenuti online aventi come oggetto anche uno o più componenti della famiglia del minore il cui scopo intenzionale e predominante sia quello di isolare un minore o un gruppo di minori ponendo in atto un serio abuso, un attacco dannoso, o la loro messa in ridicolo».*

Se si tratta **di Cyberbullismo** la Legge stabilisce quanto segue.

Art. 2 della [Legge del 29 maggio 2017, n. 71, \(Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo\)](#):

"Ciascun minore ultraquattordicenne, nonché ciascun genitore o soggetto esercente la responsabilità del minore, che abbia subito un atto di cyberbullismo (da indentificare tramite URL) può inoltrare al titolare del trattamento o al gestore del sito internet o del social media, un'istanza per l'oscuramento, la rimozione o il blocco di qualsiasi altro dato personale del minore.

*Se entro 48 ore il titolare del trattamento o il gestore del sito internet o del social media non hanno provveduto alla rimozione, l'interessato può rivolgere la richiesta al **Garante Della Privacy** che prenderà un provvedimento".*

Il Dirigente informa la famiglia della vittima e la vittima stessa di come (eventualmente) si possa interpellare il **Garante della privacy** compilando la formula messa a disposizione sul sito del Garante stesso (<http://www.garanteprivacy.it/web/guest/home/docweb/-/docweb-display/docweb/6732688>)

Di seguito si affronteranno le modalità con cui i vari attori della comunità scolastica (Preside, docenti, alunni, personale ATA e genitori con supporti di Enti o Istituzioni esterne) devono attivarsi per contrastare e prevenire atti di bullismo e gestire situazioni di emergenza.

- Il Preside nomina il **docente referente di Istituto** che rappresenta il punto di riferimento per conoscenze e competenze in materia e che, insieme ad una **commissione di lavoro** di docenti e genitori, progetta e diffonde interventi e strategie di prevenzione, promozione e contrasto.
- Il **referente** si interfaccia anche con **altre istituzioni come l'ATS e con l'Osservatorio Municipale sul bullismo e cyberbullismo** per progettare le pratiche di contrasto e per costruire la **policy anti bullismo** nel confronto con i referenti delle diverse scuole della zona
- L'Osservatorio assume una funzione di:
 - raccordo istituzionale
 - supporto progettuale e programmatico
 - coordinamento tra le scuole e le Aziende Socio Sanitarie Territoriali (ASST) presenti nel Municipio e gli altri Enti (ad esempio Save the Children)
- Il **docente referente di Istituto** insieme alla **commissione di lavoro** diffonde interventi e strategie di prevenzione, promozione e contrasto, propone una sorta di ventaglio di attività e spunti per affrontare il tema in termini positivi (es. per promuovere l'empatia e la collaborazione, la solidarietà, l'inclusione, l'aiuto reciproco e il supporto) e per gestire le problematiche (i conflitti, la competizione, le esclusioni, le prese in giro e i problemi relazionali) in classe.
- Il **Collegio docenti** promuove progetti in entrambe le direzioni (sia di prevenzione e promozione sia di contrasto).
- Il singolo **docente** si impegna a dedicare attenzione e cura in classe alla gestione positiva delle dinamiche di gruppo, alla promozione del benessere e del rispetto degli studenti. Occorre che anche da parte degli insegnanti quindi, ci sia una grande attenzione al rispetto, al linguaggio, alla sensibilità dei singoli e alle modalità relazionali espresse nel gruppo classe. Sempre al docente, alleato con la famiglia, spetta l'educazione all'uso consapevole e corretto della comunicazione e all'uso appropriato e sicuro delle nuove tecnologie.

Il Consiglio di classe si impegna a lavorare su tematiche trasversali inerenti, oltre che al benessere del singolo e del gruppo, anche sui principi sanciti dalla Convenzione dei Diritti dell'Infanzia.

I segnali premonitori da individuare per prevenire il fenomeno del bullismo¹

A cura di Nicola Iannaccone

Scherzo o Prepotenza?

I comportamenti ai quali prestare attenzione sono quelli che dallo scherzo conducono all'umiliazione e alla prepotenza, per sfociare, infine, nell'illegalità.

Si suggerisce di monitorare lo scherzo per individuarne i limiti, prevenirne gli eccessi, affinché non si trasformi in umiliazione e prepotenza che si configurano come reati per i quali si entra nel circuito penale.

3

I segnali premonitori per prevenire il fenomeno devono essere rintracciati:

- nell'eccesso dello scherzo;
- nel limite che si può superare;
- nelle caratteristiche della "vittima dello scherzo".

Come distinguere lo scherzo dalla prepotenza

1. chi viene fatto oggetto di uno scherzo o di una presa in giro non deve mai essere sempre la stessa persona;
2. chi fa gli scherzi o prende in giro deve essere capace di accettare a sua volta scherzi e prese in giro da chiunque;
3. chi subisce lo scherzo o la presa in giro ha il diritto di dire basta e deve essere ascoltato senza contestazioni o commenti;
4. uno scherzo o una presa in giro deve avere una fine: la vittima deve avere ben chiaro che si trattava di uno scherzo o di una presa in giro e che da qual momento è finita;
5. alla fine dello scherzo o della presa in giro, la vittima va sostenuta da tutti gli "spettatori" e i "complici" e deve sentire che non è isolato dagli altri. *La vittima è il protagonista importante dello scherzo o della presa in giro e non deve sentirsi umiliato o deriso.*
6. l'artefice dello scherzo o della presa in giro deve accettare che la vittima possa esprimere la sua contrarietà a quanto ha subito. Nel caso lo scherzo o la presa in giro non sia piaciuta alla vittima l'artefice deve scusarsi a nome anche degli spettatori.

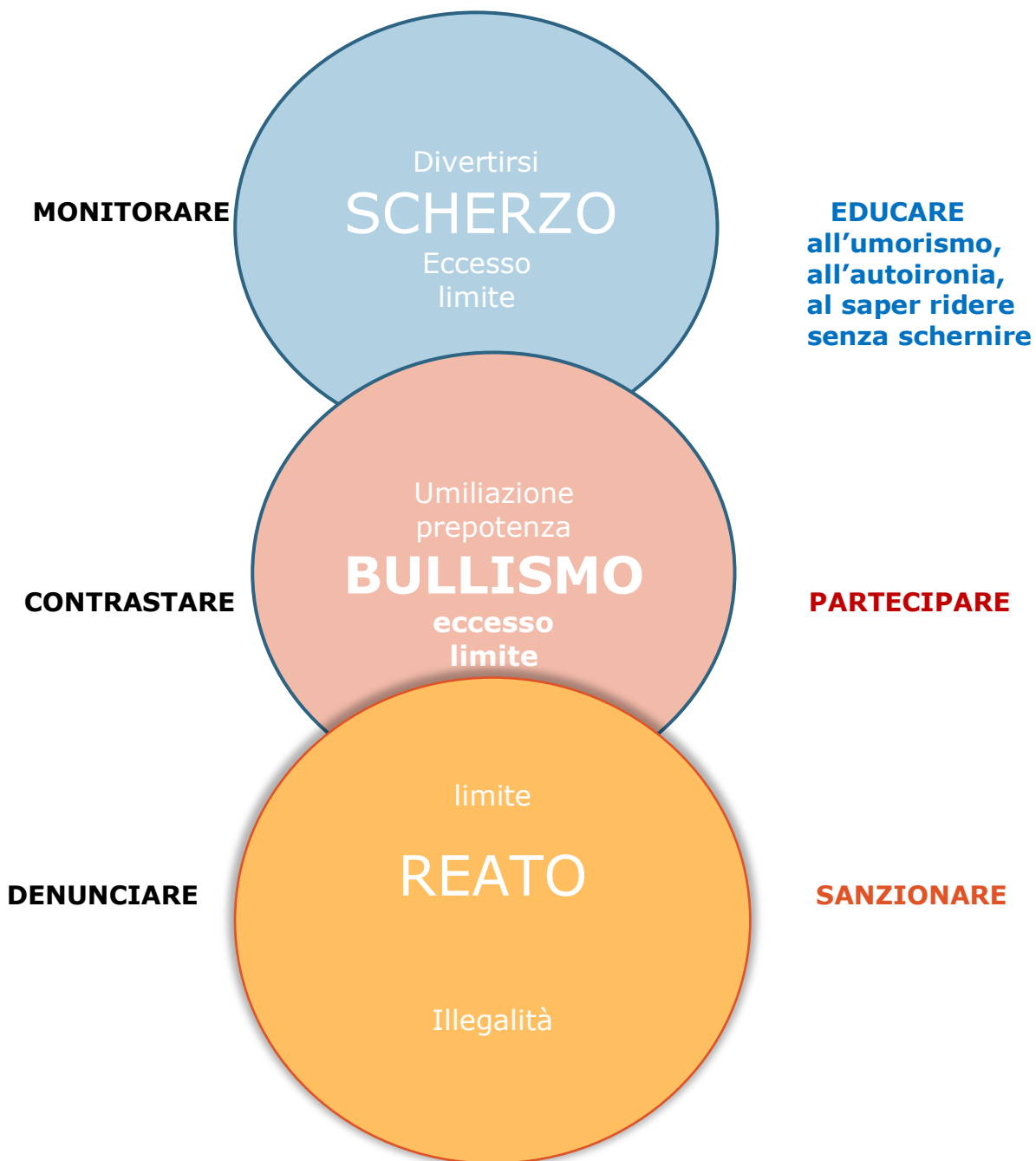
in Allegato

1) scheda che definisce cosa è un episodio di scherzo, bullismo, reato.

¹ tratto dal Documento Finale "Commissione di Studio sulla violenza tra i giovani" della Prefettura di Milano – maggio 2007
<http://www.stopalbullismo.it/pref07.pdf>

ALLEGATO 1

SCHERZO BULLISMO REATO



Come si riconosce un atto di bullismo e/o di cyberbullismo

Il bullismo e il cyberbullismo vanno identificati: l'azione può essere individuale, o di gruppo. Il bullismo e il cyberbullismo non vanno confusi con altri atti di violenza come uno scontro (anche fisico) alla pari tra due soggetti, o con atti di vandalismo.

Si parla di bullismo quando sono presenti tre caratteristiche:

- squilibrio di potere
- intenzionalità
- ripetizione

Rientrano nel bullismo:

- la violenza fisica, psicologica (deridere, insultare, offendere, ricattare ...), l'intimidazione del gruppo
- l'isolamento della vittima (tramite pettegolezzi o esclusione)
- la sottrazione o il maltrattamento di oggetti personali della vittima
- la discriminazione etnica, omofobica, sessista, o contro ogni forma di disabilità.

Rientrano nel cyberbullismo

- esclusione, estromissione intenzionale dalle attività online
- flaming: litigi online in cui si fa uso di linguaggio volgare e violento
- harrasment: molestie attuate attraverso l'invio ripetuto di linguaggi offensivi
- cyberstalking: invio ripetuto di messaggi che includono esplicite minacce fisiche al punto che la vittima arriva a temere per la propria incolumità
- denigrazione: pubblicazione di pettegolezzi e commenti crudeli, calunniosi e denigratori all'interno di comunità online quali newsgroups, blogs, forum di discussione, messaggistica immediata, siti internet ...
- outing estorto: registrazione delle confidenze-raccolte all'interno di un ambiente privato-creando un clima di fiducia e poi inserite in un blog pubblico
- impersonificazione: insinuazione all'interno dell'account di un'altra persona con l'obiettivo di inviare dal medesimo messaggi ingiuriosi o che screditino la vittima
- sexting: invio di messaggi via smartphone e internet corredati da foto e immagini a sfondo sessuale.

Bulli e vittime

I bulli possono essere soggetti dominanti ma anche gregari fino ad essere la vittima stessa di un altro bullo in classe.

Le vittime possono essere passive, deboli, timide, isolate o avere, al contrario, personalità originali, irrequiete "diverse", essere soggetti "fuori dal coro", competenti e capaci, oppure essere provocatrici, divergenti.

Sicuramente la vittima risulta colui o colei che più di tutti si distanzia dalla media del gruppo.

Il ruolo del bullo o la tipologia della vittima dipendono dalla cultura condivisa (valori, modelli, comportamenti dominanti espliciti e impliciti) del/nel gruppo classe.

Rilevazione dei casi e responsabilità

E' opportuno sottolineare che la rilevazione dei casi è compito dell'intera comunità educante.

Secondo la nuova normativa la scuola è responsabile anche in caso di eventi avvenuti in rete anche in tempi non scolastici, ma di cui un docente, un educatore o un operatore ATA sono venuti a conoscenza: **tutti gli adulti operanti nella scuola sono incaricati di pubblico servizio e quindi responsabili.**

Gli episodi di cyberbullismo, anche quando avvengono fuori dalle mura scolastiche, hanno forti ripercussioni personali e nelle relazioni tra bambini/e ragazzi/e.

La scuola non può non assumersi, dunque, il compito educativo di creare nuove occasioni di relazioni positive, rispettose del sé e dell'altro da sé, tra pari.

6

In caso di gravi infrazioni e ipotesi di reato, al DS spetta l'obbligo di segnalazione alle autorità preposte: Polizia Postale, Garante della Privacy e Autorità Giudiziaria.

I docenti sono tenuti all'osservazione sistematica delle dinamiche presenti nel gruppo classe. Quando emerge un episodio di bullismo/cyberbullismo vanno considerati tutti gli attori in gioco: la/le vittima/e, il/i bullo/i, gli spettatori (la maggioranza silenziosa), gli aiutanti/sostenitori, i difensori del bullo o della vittima, gli adulti.

Modalità di intervento

Il docente informato del caso di bullismo o cyberbullismo dopo aver ricostruito i fatti e le responsabilità, informa tramite il modulo di segnalazione allegato e tramite relazione scritta, il coordinatore di classe/referente di team, il Consiglio di classe/il team, il referente del bullismo/cyberbullismo e il DS.

Il fenomeno del bullismo/cyberbullismo va declinato in termini di episodi di **bassa o alta intensità:**

Bassa intensità: non è necessario ricorrere all'Autorità Giudiziaria/Polizia Postale

Media intensità: non è necessario ricorrere all'Autorità Giudiziaria ma bisogna attivare la Polizia Postale per la rimozione di contenuti sulla rete

Alta intensità: vanno attivate entrambe le autorità.

Per gli episodi a bassa intensità ad esempio: linguaggio offensivo non reiterato, litigi online, esclusione da chat di classe, molestie, "brutti scherzi", lievi prepotenze ripetute verso la stessa vittima: il Dirigente convoca gli alunni coinvolti direttamente bullo/i , vittima/e, se lo ritiene opportuno, convoca un Consiglio di classe straordinario, in accordo con il Consiglio di Classe informa e convoca le famiglie degli alunni coinvolti, e *attiva:*

- *Interventi individuali:*
adotta misure di supporto² per la vittima;

² In collaborazione coi servizi Socio Sanitari del territorio (ASST)

prevede sanzioni³ e percorsi rieducativi e di supporto⁴ per il bullo.

- *Interventi di classe:*

Parallelamente agli interventi individuali è importante che si avvii nella classe un momento di riflessione e discussione, che coinvolga anche gli altri docenti, allo scopo di modificare le relazioni tra gli alunni. Il coordinatore di classe si informa prima con i singoli alunni coinvolti direttamente, poi con la classe intera esplicitando il problema e discutendo con gli studenti su quello che è accaduto. Momenti di riflessione proseguiranno anche una volta conclusa la fase disciplinare, per evitare che si ripropongano le stesse dinamiche negative che hanno portato all'episodio di bullismo.

Alcune ore delle attività curriculari vengono "sospese" per dedicare spazio alla visione di video o ad attività rispetto a questo tema. Se lo si ritiene opportuno verrà coinvolto un esperto esterno (psicologo) di supporto alle attività in classe.

Per evitare che si ripropongano le stesse dinamiche negative, le attività in classe dovranno proseguire in ore curricolari, anche dopo la risoluzione dell'emergenza. Queste dovranno essere improntate al recupero della relazione tra pari, allo sviluppo della consapevolezza del proprio ruolo, delle proprie potenzialità, e delle proprie esigenze anche attraverso un uso responsabile e rispettoso della comunicazione online.

- *Interventi con le famiglie:*

Comunicazione: i genitori vengono informati tempestivamente tramite diario, o per telefono e vengono convocati nei giorni successivi.

Colloquio: i genitori della vittima e quelli del bullo vengono convocati in tempi separati alla presenza di due docenti e del coordinatore di classe. Ad entrambi si richiede collaborazione e vigilanza per i mesi successivi (come da patto educativo di corresponsabilità). In alcuni casi può essere utile organizzare un incontro tra i genitori coinvolti in modo da favorire il dialogo e rasserenare il clima, promuovendo la collaborazione tra tutti. In presenza dei genitori si convocano vittima e bullo/a e si comunica loro la sanzione disciplinare/riparativa e/o l'eventuale sospensione (fino a 3 giorni).

Per gli episodi ad alta intensità comportamenti gravi per marcata ripercussione fisica e/o psicologica: sexting, flaming, cyberstalking, outing estorto, impersonificazione.

Oltre a quanto indicato sopra, i genitori vengono convocati il giorno dopo, firmano il **modulo di segnalazione** compilato dai docenti, vengono informati delle loro responsabilità civili e penali e della possibile denuncia da parte della scuola presso le competenti autorità.

Il coordinatore di classe redige un verbale di quanto stabilito (interventi, sanzioni, percorsi rieducativi), lo invia al referente del cyberbullismo, lo allega al registro dei verbali insieme al modulo firmato dai genitori.

³ Nel regolamento di Istituto dovrebbero essere indicate delle procedure che, in maniera più o meno esplicita, regolamentano a livello disciplinare (richiami, sanzioni, punizioni, ecc.) il bullismo e gli episodi di cyberbullismo

⁴ In collaborazione coi servizi Socio Sanitari del territorio (ASST)

La sanzione disciplinare (comunicata ai genitori) può andare da 5 a 15 giorni a seconda della gravità, della collaborazione della famiglia, della consapevolezza da parte del bullo/i e della gravità del fatto.

Inoltre il Dirigente in accordo con il Collegio Docenti, informa i docenti e attiva interventi di scuola:

- 1- il Preside comunica a tutta la scuola la versione dei fatti ricostruendoli in modo semplice e sequenziale senza esprimere giudizio e nel rispetto della privacy;
- 2- gli autori degli episodi di B&C devono assumersi le responsabilità di fronte alla vittima e alla comunità scolastica porgendo delle pubbliche scuse;
- 3- la scuola in contemporanea e per un periodo di tempo uguale per tutti, lavora sul tema tramite riflessioni volte ad analizzare l'episodio nei suoi vari aspetti; approfondisce il tema del bullismo e del cyberbullismo tramite le informazioni tratte da fonti validate presenti nel web; visiona video o filmati come strumento per ulteriore approfondimento del tema. Si può prevedere un momento di riflessione personale scritta, ed eventualmente la creazione e diffusione, tramite volantini da affiggere a scuola, di consigli di difesa o di azioni in caso di episodi di B&C

Le sanzioni

I comportamenti accertati che si configurano come forme di B&C sono considerati come infrazioni gravi e vengono sanzionati sulla base del regolamento disciplinare dell'Istituto. La sanzione disciplinare, commisurata all'intensità dell'episodio, deve prevedere anche una attività riparatoria ed educativa che sia visibile e vada a beneficio della vittima e/o della classe.

La classe a sua volta dovrà fare una sua azione riparatoria nei confronti della vittima. Le sanzioni saranno particolarmente incisive per fatti di estrema gravità, preferibilmente con l'attivazione di percorsi educativi di recupero mediante lo svolgimento di attività di natura sociale, culturale e in generale a vantaggio della comunità scolastica. Vengono considerati deplorabili e sanzionabili anche le condotte dei compagni sostenitori del bullo perché, pur non partecipando direttamente alle prevaricazioni, con il loro assenso contribuiscono a rafforzare il comportamento del bullo e ad avvallarlo.

Obbligo di denuncia

Devono essere denunciati dal Dirigente Scolastico alle autorità competenti, i seguenti reati perseguibili d'ufficio:

- rapina ed estorsione (art 628 C.P. e art 629 C.P.) riferibili ad episodi di minacce e violenze per ottenere o sottrarre oggetti o somme di denaro;
- lesioni gravissime (art 582 C.P. e art 585 C.P.) e lesioni guaribili in più di 40 giorni che comportino una diminuzione permanente della funzionalità di un organo;
- violenze sessuali, compresi i palpeggiamenti e le molestie (art 609 S.P.) commessi singolarmente o in gruppo (se commessa in gruppo viene

considerata più grave ed è punita più severamente; la responsabilità ricade anche su spettatori e complici);

- violenza o minaccia a pubblico ufficiale per alunni che hanno compiuto il 14esimo anno di età (art 336 C.P. e art 337 C.P.)
- episodi di bullismo in caso di querela: lesioni lievi, minacce, ingiurie, diffamazioni (art 582, 612, 591, 595 C.P.). In questi casi è necessario informare la famiglia (o segnalare il caso ai servizi sociali), che può procedere alla querela a sua discrezione. Il mancato avviso alla famiglia da parte dell'Istituzione Scolastica è passibile di denuncia.

Risorse e strumenti interni

➤ Dirigente scolastico

coinvolge nella prevenzione e contrasto tutte le componenti della comunità scolastica;

prevede all'interno del PTOF corsi di aggiornamento e formazione in materia di prevenzione del B&C rivolti al personale docente e non docente;

promuove azioni di sensibilizzazione ed educative rivolte a studenti e genitori per l'acquisizione delle competenze di cittadinanza digitale.

- Referente del bullismo e cyber bullismo: prof.ssa Claudia Di Ciò contattabile tramite tel di via Quarenghi 14 tel. 02 88 44 00 58. In seguito all'autorizzazione del Dirigente, prende in carico casi singoli (genitori e/o alunni coinvolti), concordando le modalità di intervento con il Consiglio di Classe e il coordinatore.
- Gruppo di lavoro B&C
- Psicologa
- Animatore digitale e gruppo di lavoro sulle competenze digitali.
- Tutto il personale docente e non docente
- Genitori
- Studenti

INDICAZIONI PER GLI STUDENTI

Cosa fare se assisti a episodi di B&C⁵:

- 1- Accorgersi della situazione: in base agli approfondimenti fatti a scuola, si tratta di un episodio di B&C ? Ha le caratteristiche per essere definito un episodio di B&C?
- 2- Interpretarlo come una emergenza
- 3- Assumersi la responsabilità dell'intervento: "Mi riguarda. E' anche un mio problema. Il mio intervento può essere utile. Non sono né complice né spettatore passivo."
- 4- Conoscere le strategie per intervenire:
 - a) Prendermi cura della vittima** come ascoltarla, darle sostegno emotivo, consolarla, cercare di difenderla, ecc.
 - b) Adottare comportamenti pro-vittima** come per esempio dire in modo assertivo al bullo di smetterla, coinvolgere la vittima nella propria rete sociale, ecc.
 - c) Adottare comportamenti anti-bullo** come per esempio non diventare complice del bullo, non restare a guardare senza far niente, non ridere, mostrare disapprovazione per quello che sta accadendo, non condividere, non mettere "MI PIACE", contrastarlo in modo assertivo.
 - d) Cercare aiuto**: chiedere agli amici; chiedere ad un adulto (genitori, insegnanti, allenatore ,...); segnalare
- 5- Implementare la decisione: attuare le strategie sopra indicate

Cosa fare se ti ritieni vittima di episodi di B&C

Vedi Allegato 2

⁵ Tratto da http://www.istruzioneveneto.it/wpusr/wp-content/uploads/2016/12/Bullismo-Cyberbullismo_scuola_Ersilia-Menesini_15-11-2016.pdf

NÉ VITTIME, NÉ PREPOTENTI, NÉ INDIFFERENTI ⁶**Che cos'è il bullismo**

Diciamo che un ragazzo subisce delle prepotenze quando un altro ragazzo, o un gruppo di ragazzi gli dicono cose cattive e spiacevoli. È sempre prepotenza quando un ragazzo riceve colpi, pugni, calci e minacce, quando viene rinchiuso in una stanza, riceve bigliettini o messaggi con offese e parolacce, quando nessuno gli rivolge mai la parola e altre cose di questo genere. Questi fatti succedono spesso e chi li subisce non riesce a difendersi. Si tratta sempre di prepotenze anche quando un ragazzo viene preso in giro ripetutamente e con cattiveria. Non si tratta di prepotenza quando due ragazzi, all'incirca della stessa forza, litigano tra loro o fanno la lotta⁶.

Nel bullismo il prepotente sceglie volontariamente di arrecare danno ad una persona più debole, che non è in grado di difendersi. Il "bullo" arriva a premeditare l'aggressione per ottenere un guadagno personale che può consistere in prestigio, dominio sugli altri, e, a volte, anche somme di denaro o oggetti personali.

Ad esempio il "bottino" che il bullo estorce alle sue vittime può comprendere: merendine, penne, figurine, giochi, ecc. Ma anche l'obbligo per la vittima di compiere mansioni come fare i compiti scolastici.

Nel bullismo sono comprese anche le azioni di esclusione premeditata da un gruppo o da un'attività o la presa in giro che hanno solo lo scopo di arrecare sofferenza alle vittime.

Tali episodi, tanto quelli di aggressività diretta che indiretta, si ripetono a lungo nel tempo (persino per anni!).

Bulli: se li conosci, li eviti

I ragazzi prepotenti mettono in atto molti comportamenti aggressivi e prevaricatori verso i coetanei e spesso anche verso gli adulti, sia genitori che insegnanti. Sono impulsivi, cercano di dominare gli altri, mentre mostrano scarsa comprensione nei confronti delle vittime. Se il bullo è un maschio tende ad utilizzare la propria superiorità fisica o comunque a scegliere vittime più deboli.

I bulli si vantano spesso per la loro superiorità, vera o presunta, si arrabbiano facilmente e hanno difficoltà ad accettare rifiuti o contrattempi e a rispettare le regole. In genere sono abili nelle attività sportive e di gioco e sanno trarsi d'impaccio anche nelle situazioni difficili, anche con l'inganno. Al contrario di quel che generalmente si pensa, l'aggressività dei bulli non nasconde una qualche sorta di

⁶ Adattamento di: Bullismo: istruzioni per ragazzi Nicola Iannaccone & Federico Colombo. Pubblicato in "Just do it. I comportamenti a rischio in adolescenza" di A. Pellai, S. Boncinelli - 2004

debolezza. I bulli attuano atteggiamenti di prevaricazione per farsi rispettare dagli altri, per puro divertimento o per sentirsi migliori rispetto agli altri.

Da quello che abbiamo detto sembra quasi che fare il bullo convenga. In realtà essi raggiungono i propri obiettivi e soddisfano i propri desideri a scapito degli altri e quindi possono facilmente incorrere in guai con la giustizia.

I bulli spesso sono accompagnati da alcuni "aiutanti", i cosiddetti "bulli passivi". Sono i seguaci e i sobillatori dei bulli che non partecipano direttamente agli episodi di prevaricazione e che abitualmente non prendono iniziative, ma che contribuiscono a determinarli e provarli

Vittima: più subisci, peggio è

Le vittime sono quelle che subiscono le prepotenze attuate dai bulli. Nella maggior parte dei casi i ragazzi e le ragazze che subiscono passivamente generalmente non prendono in giro i compagni e sono prudenti, sensibili, e non aggressivi. Si considerano timidi e poco attraenti. Talvolta hanno un'opinione negativa di sé e della propria situazione.

Se attaccati reagiscono chiudendosi in se stessi o, se si tratta di bambini piccoli, piangendo. Le vittime hanno una scarsa capacità di accordarsi con il gruppo e per questo possono vivere a scuola in una condizione di solitudine e isolamento trovandosi quindi in situazioni di debolezza che attirano gli atteggiamenti prevaricatori dei bulli.

I bambini che subiscono prepotenze spesso non lo dicono agli adulti. Possono avere paura o vergognarsi.

Le conseguenze di tale situazione comprendono problemi di apprendimento e di concentrazione, aumento dell'ansia, dell'insicurezza e della valutazione negativa di sé. Alcuni ragazzi cercheranno di evitare di andare a scuola per sottrarsi al ruolo di vittima designata dei bulli lamentando sintomi da stress, mal di stomaco, mal di testa, incubi o attacchi d'ansia. Inoltre le vittime, una volta divenute adulte, possono sviluppare disturbi emotivi quali la depressione.

Una percentuale minore di casi comprende ragazzi e ragazze vittime inquiete ed offensive. Essi tendono a controbattere e possono essere fastidiosi anche per gli adulti. Il loro comportamento provoca irritazione, tensione e reazioni negative da parte di molti compagni o, addirittura, di tutta la classe. Questi atteggiamenti attirano su di sé le prevaricazioni del prepotente.

Spettatori: i veri protagonisti

Quanto detto finora può svolgersi in luoghi isolati ma più spesso questi episodi accadono all'interno della scuola sotto gli occhi dei compagni. Infatti, quando una provocazione viene portata avanti nella classe in modo sistematico, la maggior parte dei ragazzi ne è a conoscenza, poiché, anche se non prende parte direttamente all'attacco, ha modo di osservare cosa sta accadendo.

Gli "spettatori" che ridono e incoraggiano i bulli a continuare nelle loro azioni di prepotenza, più o meno volontariamente, finiscono per sostenere il bullo. Tra questi sono presenti anche ragazzi insicuri che in altre situazioni possono ricoprire il ruolo di vittima.

Fortunatamente alcuni spettatori provano un senso di ingiustizia profondo e si oppongono alle sopraffazioni a cui assistono intervenendo direttamente in difesa del compagno contrastando così il fenomeno del bullismo.

La maggioranza dei ragazzi assiste inconsapevole e con indifferenza alle azioni di prevaricazione, al contrario dei difensori delle vittime che agiscono affinché ciò non accada. Per colludere non è necessario condividere! Proprio questa mancanza di reazione non fa altro che scusare simili violenze. Certuni hanno paura di poter prendere il posto delle vittime se si ha troppa cura di loro e così può diventare naturale stare dalla parte dei vincenti anche quando questi sono dei violenti.

In conclusione, dato che gli spettatori sono la maggioranza il loro atteggiamento può essere determinante.

La loro azione può migliorare la vita di tutti, compresi i bulli.

Né Prepotenti

Se ti sei riconosciuto in quanto abbiamo detto sui bulli e hai deciso di cambiare stile, puoi iniziare a parlarne con un adulto di tua fiducia o puoi rivolgerti a uno psicologo che potrai trovare a scuola oppure in un servizio pubblico. In questi servizi, come i consultori familiari e i centri dell'infanzia e dell'adolescenza, troverai un aiuto specializzato nel rispetto della tua privacy.

Né Vittime

Se ti senti una vittima prova a mettere in pratica questi consigli.

Prendi precauzioni – "Non tirarti la zappa sui piedi!"

- Evita situazioni di rischio come trovarsi da soli nel tragitto casa-scuola e nei luoghi più isolati della scuola.
- Abituati a valutare le situazioni di rischio e prepara una via di fuga.
- Se sei già stato vittima di prepotenze, cambia il tragitto casa-scuola.
- Dimostrati sicuro di te: cammina con passo deciso, tieni alta la testa e guarda dritto davanti a te (puoi fare delle prove davanti allo specchio).
- Chiedi consiglio e cerca di sapere se il prepotente è così pericoloso come sembra a prima vista.

Migliora la tua autostima e la tua comunicazione – “Tutti abbiamo pregi e difetti, nessuno è perfetto!”

- Mostra la tua tristezza e i tuoi sentimenti a qualcuno di cui hai fiducia.
- Chiediti se non dubiti troppo di te.
- Cerca di imparare qualcosa anche da un errore che hai commesso o da un insuccesso. Puoi aiutarti completando questa frase: “Una volta ho fallito a (...) Quella volta ho imparato che (...) Quindi la prossima volta mi comporterò (...)”
- Pensa alle cose che hai fatto bene nella tua vita e fai un elenco delle qualità che ti hanno permesso di raggiungerle.
- Aumenta i contatti con i tuoi coetanei.
- Dai ascolto ad una persona che sa apprezzarti.
- In caso di bisogno sentiti libero di chiedere aiuto. Tutti abbiamo bisogno dell'aiuto degli altri!

Affronta il bullo – “Davide contro Golia”

- Quando il bullo ti provoca o ti prende in giro rispondi con frasi preparate in anticipo come: “Stupido è chi stupido fa”, “Se dici queste cose vuol dire che sei un esperto”, “Il tempo ci dirà chi ha ragione”, “C'è chi può e chi no”.
- Quando il bullo ti minaccia, digli “Smettila”, “Vattene” con fermezza ed espressione arrabbiata.
- Guardalo negli occhi e digli che non fa una buona cosa.
- Allontanati con passo deciso.

Fronteggia la violenza fisica – “La difesa è il miglior attacco”

- Proteggi le parti più vulnerabili.
- Grida “Aiuto!!”.
- Fai rumore per richiamare l'attenzione.
- Aspetta l'occasione per divincolarti e scappare.

- Impara qualche tecnica di autodifesa, rispondi ai colpi e scappa appena possibile.

Accetta quello che è successo – “Non far finta di niente!”

- Chiedi aiuto a qualcuno.
- Raccontare a qualcuno che sei vittima di prepotenze (questo non è spifferare!).
- Parlane con un adulto (ricordati che questo non significa fare la spia!).

15

Né indifferenza

Se ti capita di assistere a degli episodi di bullismo le tue scelte sono determinanti per scrivere il finale di questa storia.

Aiuta la vittima – “L’unione fa la forza!”

- Tieni d'occhio la vittima affinché non subisca prepotenze.
- Vai verso la vittima e non lasciarla sola.
- Ascolta la storia della vittima.
- Sostiene la vittima dicendogli qualcosa di piacevole e che cosa sa fare bene.
- Fai partecipare chi è vittima di prepotenze ai giochi del gruppo.
- Ammetti con una vittima le tue paure e che ogni tanto non si riesce a fare quello che si vuole.
- Non raccontare in giro i segreti che ti sono stati confidati, ma non nascondere quanto accade.

Contrasta il bullo e il bullismo – “Che la forza sia con te!”

- Difendi qualcuno che è vittima di prepotenze.
- Chiedi al prepotente perché si comporta così.
- Non aiutare il prepotente.
- Critica il prepotente.
- Contrastare il prepotente.

- Dichiarala ad alta voce che le prepotenze non sono accettabili.
- Afferma che odi le prepotenze e digli di smetterla;
- Racconta ad un adulto che qualcuno è vittima di prepotenze (ricordati che questo non significa fare la spia!).

Stabilisci un patto anti-bulli con la classe o con il tuo gruppo di amici - “Tutti per uno, uno per tutti!”

16

- Parla con un insegnante di fiducia di quanto accade ai tuoi compagni.
- Proponi un patto anti-bulli con le regole di rispetto reciproco e di sanzione in caso di prepotenze.
- Chiedi all’insegnante di far diventare ufficiale il patto anti-bulli in classe e a scuola.
- Mostra la tua delusione quando la mentalità del gruppo sta diventando aggressiva.

Risorse e strumenti sul territorio

A CHI RIVOLGERSI:

- **Polizia Postale:** poltel.mi@poliziadistato.it www.commissariatodips.it
Tel. 02.43333011: accoglie tutte le segnalazioni relative a comportamenti a rischio nell'utilizzo della Rete e che includono gli estremi del reato.
- **Stazione Carabinieri competente per la scuola:** sezione Milano Musocco, via Chiasserini 102-104 , tel.023570513.
- **Corecom:** tel. 02.67482300 ; corecom@consiglio.regione.lombardia.it
www.corecomlombardia.it/
- **Telefono Azzurro:** <http://www.azzurro.it/emergenza-0>
- Servizi messi a disposizione dal Safer Internet Center per segnalazione di contenuti illegali e dannosi.
"Clicca e segnala" di Telefono Azzurro www.azzurro.it/it/clicca-e-segnala; Stop-it di Save the Children www.stop-it.it
- Procura presso il Tribunale dei minorenni
- HELPLINE 1.96.96 operativa 24 ore su 24. Tramite i siti di: Telefono Azzurro, Corecom Lombardia, Save the Children.
- Consultori ASST Fatebenefratelli [Sacco Municipio 8](#)
- Consultorio di Via Aldini 72 (Accesso su appuntamento dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13.00 e dalle 13.30 alle 16.00) Telefono: 02 8578.8236
E-MAIL: consultorio.aldini@asst-fbf-sacco.it
- Consultorio di Piazzale Francesco Accursio,7 Telefono: 02 8578.8237
E-MAIL: consultorio.accursio@asst-fbf-sacco.it
- ATS UOC Promozione Salute- UOS Milano
promozionesalute@ats-milano.it Via Juvara 22 - Tel 0285783872

