



VADEMECUM

uniti contro bullismo e cyberbullismo

*L' impegno della scuola è quello di costruire un vademecum
per informare e formare su fenomeni in espansione quali il
bullismo e il cyberbullismo*

PERCHÈ UN VADEMECUM DEDICATO A BULLISMO E CYBERBULLISMO?

Un Vademecum è uno strumento educativo utile per prevenire, contrastare e gestire i fenomeni del bullismo e del cyberbullismo.

A CHI È DESTINATO?

È destinato a ragazzi e ragazze, famiglie e personale scolastico dell'Istituto.

Nel mondo reale il bullismo generalmente si sviluppa all'insaputa degli occhi dell'adulto e dell'insegnante, genitore, dirigente, collaboratore scolastico e pertanto è necessario avere un paio di occhiali speciali per attuare un'azione di prevenzione efficace che preveda il coinvolgimento di tutte queste figure ognuna in relazione alla propria sfera di competenza.

CHE COS'È IL BULLISMO?

Il bullismo è un abuso di potere. Esso ha connotati tipici che si possono così riassumere:

- Una serie di comportamenti di prevaricazione diretta o indiretta.
- Azioni reiterate (ripetute) nel tempo.
- Il coinvolgimento sempre degli stessi soggetti, di cui uno/alcuni sempre in posizione dominante (bulli) ed uno/alcuni più deboli e incapaci di difendersi (vittime).



CHE COS'È IL CYBERBULLISMO?

Il cyberbullismo (o bullismo on-line) è il termine che indica atti di bullismo o molestie effettuati tramite mezzi elettronici come: e-mail, sms, blog, telefoni cellulari e/o siti web.

Nella Rete un cyberbullo riesce a rimanere anche anonimo e a far perdere più facilmente le sue tracce. Tutto on-line diventa ingestibile e acquisisce dimensioni enormi e devastanti, in tempi molto brevi. Tramite Social, il cyberbullo sollecita, facendo uso delle diverse strategie offerte dalla tecnologia più avanzata (chat, blog, likes, ...), l'inclusione di altri "amici" anonimi in modo che la vittima non riesca a comprendere chi ci sia realmente dall'altra parte.

Oggi la tecnologia consente ai bulli di infiltrarsi nelle case delle vittime, di materializzarsi in ogni momento nella loro vita, perseguitando con messaggi, immagini, video offensivi inviati tramite smartphone o pubblicati sui siti web tramite Internet (sms, mms, foto, video, e-mail, chat rooms, instant messaging, siti web, telefonate e blog). L'obiettivo è quello di provocare danni ad un coetaneo incapace di difendersi.



Solo mettendo a confronto Bullismo e Cyberbullismo ci possiamo rendere conto delle differenze ed analogie.

BULLISMO

SONO COINVOLTI SOLO GLI STUDENTI DELLA CLASSE E/O DELL'ISTITUTO;

GENERALMENTE SOLO IL BULLO, IL GREGARIO E IL BULLO-VITTIMA COMPIONO PREPOTENZE;

I BULLI SONO COMPAGNI CONOSCIUTI DALLA VITTIMA;

LE AZIONI DI BULLISMO VENGONO RACCONTATE AD ALTRI NEL CONTESTO CUI SONO AVVENUTE LE AZIONI, SONO PERCIÒ CIRCOSCRITTE AD UN DETERMINATO AMBIENTE;

LE AZIONI DI BULLISMO POSSONO AVVENIRE DURANTE L'ORARIO SCOLASTICO O NEL TRAGITTO CASA-SCUOLA, SCUOLA-CASA;

CYBERBULLISMO

POSSONO ESSERE COINVOLTI RAGAZZI ED ADULTI DI TUTTO IL MONDO;

CHIUNQUE, ANCHE CHI È VITTIMA NELLA VITA REALE O HA UN BASSO POTERE SOCIALE, PUÒ DIVENTARE CYBERBULLO;

I CYBERBULLI POSSONO ESSERE ANONIMI, FINGERSI ANONIMI E SOLLECITARE LA PARTECIPAZIONE DI ALTRI "AMICI" ANONIMI, IN MODO CHE LA PERSONA NON SAPPIA CON CHI STA INTERAGENDO;

IL MATERIALE UTILIZZATO PER AZIONI DI CYBERBULLISMO PUÒ ESSERE DIFFUSO IN TUTTO IL MONDO;

LE COMUNICAZIONI AGGRESSIVE POSSONO AVVENIRE 24 ORE SU 24;

BULLISMO

LE DINAMICHE DEL GRUPPO
LIMITANO LE AZIONI
AGGRESSIVE;

IL BISOGNO DEL BULLO È DI
DOMINARE NELLE RELAZIONI
INTERPERSONALI,
ATTRAVERSO IL CONTATTO
DIRETTO CON LA VITTIMA;

LE REAZIONI, DA PARTE DELLA
VITTIMA, SONO EVIDENTI E
VISIBILI ALL'ATTENZIONE DEL
BULLO;

IL BULLO TENDE A SOTTRARSI
DA RESPONSABILITÀ
PORTANDO SU UN PIANO
SCHERZOSO LE AZIONI DI
VIOLENZA.

CYBERBULLISMO

I CYBERBULLI HANNO AMPIA
LIBERTÀ NEL POTER FARE
ONLINE CIÒ CHE NON
POTREBBERO FARE NELLA VITA
REALE;

LA PERCEZIONE DI INVISIBILITÀ
DA PARTE DEL CYBERBULLO
AVVIENE ATTRAVERSO AZIONI
CHE SI CELANO DIETRO LA
TECNOLOGIA;

L'ASSENZA DI REAZIONI
VISIBILI DA PARTE DELLA
VITTIMA NON CONSENTE AL
CYBERBULLO DI VEDERE GLI
EFFETTI DELLE PROPRIE
AZIONI;

INSUFFICIENTE
CONSAPEVOLEZZA DELLE
PROPRIE AZIONI PORTA IL
CYBERBULLO AD ASCRIVERE LE
PROPRIE AZIONI ALL'AVATAR
CREATO.

GLOSSARIO

ASTANTI

Spettatori neutrali che non prendono una posizione di fronte alle prepotenze, dando di fatto sostegno al bullo. Il bullismo, infatti, non accade quasi mai quando gli adulti stanno guardando.

BANNARE

Escludere deliberatamente una persona da un gruppo on line per ferirla.

BULLO E BULLISMO

Il bullismo è un comportamento aggressivo teso ad arrecare danno ad un'altra persona. È rivolto ad uno stesso individuo, si ripete nel tempo e spesso la vittima non riesce a difendersi. Implica un'interazione dinamica e prolungata tra attore e vittima; abuso sistematico di potere tra pari; INTENZIONALITÀ a ferire e soggiogare; RIPETIZIONE delle azioni nel tempo; SQUILIBRIO DI POTERE, volontà di imporre un dominio sulla vittima.

Il bullismo è anche discriminatorio: omofobico, razzista e contro i disabili,

Il bullo cerca tra le sue vittime la persona fragile che possa facilmente alimentare la propria esigenza di potere sull'altro. Manifestazioni di bullismo:

- FISICO: prendere a pugni o calci, prendere o maltrattare gli oggetti personali della vittima;
- VERBALE: insultare, deridere, offendere;
- INDIRETTO: fare pettegolezzi, isolare, escludere dal gruppo.

CYBERBASHING O HAPPY SLAPPING

Si tratta di aggressioni che hanno inizio nella vita reale (risse, litigi, aggressioni, etc.) e che vengono condivisi in rete attraverso foto o filmati. È dunque una forma di cyberbullismo che si verifica quando la vittima viene colpita e aggredita di fronte a un gruppo di persone che riprende l'episodio con il telefono per poi divulgarlo, commentarlo o "linkarlo".

CYBERBULLISMO

Il cyberbullismo consiste nel porre in essere in modo virtuale, prepotenze, calunnie o violazioni della privacy attraverso l'invio di sms, e-mail o la diffusione di immagini o filmati compromettenti in Internet o sui social network.

CYBERSTALKING

Cyber-persecuzione: invito ripetuto di messaggi fortemente intimidatori che possono contenere anche minacce o ricatti.

GLOSSARIO

DENIGRAZIONE

Sparlare di qualcuno on line. Inviare o pubblicare pettegolezzi, dicerie crudeli o foto compromettenti per danneggiare la reputazione delle vittime o le loro amicizie.

FLAMING

Messaggi violenti e volgari mirati a suscitare una lite on line.

HARRASSMENT

Dall'inglese "molestia": invio ripetuto di messaggi offensivi, scortesi e insultanti.

IMPERSONATION

Sostituzione di una persona. Violare l'account di qualcuno rubandone l'identità e inviare messaggi per veicolare un'immagine denigratoria della stessa al fine di danneggiarne la reputazione.

OUTING E INGANNO

Condividere online segreti o informazioni imbarazzanti su un'altra persona. Spingere con l'inganno qualcuno a rivelare segreti o informazioni imbarazzanti per poi condividerli online.

VITTIMA

È il soggetto che subisce atti di bullismo o cyberbullismo. In genere la maggior parte dei tratti di personalità della vittima lo rendono un obiettivo più facile.

La vittima, infatti, presenta in genere:

bassa autostima, scarsa capacità di risoluzione dei problemi, difficoltà emotive, sentimenti di solitudine, si differenzia dagli altri, etc.

Tra le vittime si parla di:

vittima passiva, che subisce le prepotenze senza riuscire a reagire e di

vittima provocatrice, che ingaggia duelli serrati con il bullo, stuzzicandolo, fino a che questo non risponde con un'azione di prepotenza.

LINEE GUIDA RAGAZZE E RAGAZZI

COME POSSIAMO DIFENDERCI DAI BULLI?

- Racconta subito quello che hai vissuto a causa di un bullo e ti farà sentire meno solo/a
- Cerca sempre di mantenere la calma, quando arrivano delle provocazioni: impara a dire di "NO".
- Se ti arrabbi o piangi farai il "gioco del bullo" e lui o lei si diventerà nell'averti fatto del male; perciò non dargli/le retta e vai per la tua strada.
- Se ti fanno del male anche fisico non entrare in duello perché potresti peggiorare la situazione e prenderti anche la colpa.
- Fai capire che non hai paura e trova dei modi anche furbi e simpatici per cercare di ammorbidire la tensione.
- Spesso i bulli se la prendono con le persone che rimangono isolate e sole, cerca di stare in gruppo tra compagni o con adulti.
- Evita luoghi isolati.
- Subire il bullismo fa stare male, non ti tenere tutto dentro e parlane con qualcuno (genitori, insegnanti, collaboratori scolastici, referente bullismo della tua scuola, compagni...).
- Se vieni a sapere che qualcuno subisce delle ingiustizie fallo sapere ad un adulto. Non significa essere una spia, ma vuol dire mettersi nei panni dell'altro.
- Cerca tutti i giorni quando ti alzi di ripetere a te stesso che vali e che sei una persona forte. Soprattutto che questo momento passerà e che troverai la tua serenità.



LINEE GUIDA RAGAZZE E RAGAZZI

ECCO ALCUNI PICCOLI ACCORGIMENTI PER EVITARE I RISCHI LEGATI ALLA TECNOLOGIA: CYBERBULLISMO

- Evita di aprire File che non conosci, Spam o allegati sospetti, per evitare virus. Mantieni un buon aggiornamento del tuo pc e buon Antivirus.
- Non dare mai troppe informazioni sul tuo conto perché potrebbero usare tuoi dati personali per colpire la tua privacy (dark site)
- Le password che usi per entrare in piattaforme o siti differenti, tienile in posti segreti e lontani da altri.
- Ricordati sempre che è facile parlare e mentire quando si è nascosto da uno schermo perciò diffida di conoscenze fatte on-line oppure accetta di incontrare queste persone, solo se accompagnato/a da altre persone (amici, parenti etc...)
- Attenzione alle truffe che si nascondono nei giochi ed evita sempre i siti a pagamento
- Se ricevi dei messaggi o contenuti che ti mettono a disagio, non temere e metti subito al corrente la tua famiglia o gli insegnanti di quello che è successo.
- Se da delle discussioni nascono conversazioni on-line che hanno un'idea d'imbarazzo, impara subito a bloccare le persone in questione
- Rifletti su quello che andrai a pubblicare e ricordati che tutti potrebbero vederlo.
- Blocca sempre i tuoi dispositivi con una password che conosci solo tu, per evitare che qualcuno possa accedere ai tuoi dati e segreti.
- Evita messaggi volgari o offensivi, rispetta la netiquette.
- Prima di fare click usa sempre la tua testa. Se ti accorgi che è un sito per maggiorenni, esci subito e non cercare altro.
- Anche nel mondo virtuale esistono dei diritti: non fornire informazioni personali, proteggere la propria identità e essere rispettati dagli altri navigatori.



LINEE GUIDA GENITORI

I genitori devono essere consapevoli che il loro compito è quello di guidare e sostenere i propri figli per affrontare ogni tipo di difficoltà.

Cosa può fare un genitore quando viene a conoscenza che suo figlio è vittima del bullismo o che egli/ella stesso/a è un bullo?

- In contesto scolastico deve rivolgersi agli insegnanti della classe;
- in contesto extra scolastico contattare i numeri verdi e le varie associazioni che ogni giorno si occupano di questo tipo di problematica e vengono incontro alle persone.



LINEE GUIDA GENITORI

CAMPANELLI D'ALLARME AI QUALI DARE ASCOLTO!

I genitori devono prestare attenzione ad alcuni indicatori che potrebbero insorgere nei loro figli:

- tristezza al ritorno da scuola;
- frequenti malesseri: mal di pancia, mal di testa, scarso appetito...;
- presenza di lividi, ferite o vestiti strappati;
- solitudine e apatia;
- materiale scolastico rovinato o disperso;
- sonno agitato ed incubi;
- perdita di interesse nelle materie scolastiche ed extrascolastiche;
- richiesta di denaro con motivazione dubbia.



LINEE GUIDA PER LA SCUOLA

Suggerimenti per prevenire o intervenire al verificarsi di fenomeni di BULLISMO.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

- Stimola la partecipazione di tutta la comunità scolastica (docenti, collaboratori scolastici, genitori, alunni) ai percorsi formativi di prevenzione, contrasto e gestione dei fenomeni di bullismo e cyberbullismo attivati dalla scuola o da Enti esterni.
- Attiva spazi e momenti di ascolto rivolti al personale scolastico, agli alunni e alle loro famiglie, attraverso il supporto dello Psicologo di Istituto.
- Adotta e applica, insieme ai docenti, il Regolamento di prevenzione e contrasto dei fenomeni di bullismo e di cyberbullismo nella scuola.
- Organizza e coordina il Team Antibullismo e per l'Emergenza.

I DOCENTI

- Promuovono i valori fondamentali per la convivenza civile: rispetto, collaborazione, tolleranza.
- Osservano, individuano e segnalano eventuali situazioni di prepotenza e promuovono la cooperazione tra pari.
- Propongono al Dirigente scolastico eventuali iniziative per la prevenzione al bullismo.

PERSONALE ATA ED EDUCATIVO

- Segnalano tempestivamente ai docenti e al Dirigente scolastico eventuali episodi di bullismo.
- Vigilano nei momenti di entrata, uscita e intervallo.

NORMATIVA DI RIFERIMENTO

- Direttiva Ministeriale n. 16 del 5 febbraio 2007 - Linee di indirizzo generali ed azioni a livello nazionale per la prevenzione e la lotta al bullismo
- Direttiva Ministeriale del 15 marzo 2007 - Linee di indirizzo utilizzo telefoni cellulari
- LEGGE 29 maggio 2017, n. 71, Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo.



LOSER

LOL

STUPID

LOSER

IDIOT

LAME

STUPID

UGLY

BULLY

HA-HA HA-HA

HA-HA

HA-HA