

IL BULLISMO A SCUOLA

LINEE GUIDA PER I GENITORI

Indice

[Introduzione](#)

1. [Capire la complessità del fenomeno del bullismo](#)
2. [Come faccio a capire se mio figlio è vittima di bullismo](#)
3. [Come faccio a capire se mio figlio è un bullo](#)
4. [Considerare le conseguenze del bullismo](#)
5. [Come contattare la scuola se si è preoccupati per i propri figli](#)
6. [Strategie sbagliate per affrontare problemi di bullismo](#)
7. [Come mi comporto se mio figlio è vittima di bullismo](#)
8. [Come mi comporto se mio figlio è un bullo](#)
9. [Cosa accade quando il bullismo si avvale delle nuove tecnologie](#)
10. [Cosa si può fare contro il cyberbullismo e i rischi connessi ai social network](#)

Introduzione

Le linee guida riguardano tutte quelle azioni che possono essere messe in pratica quando si cerchi di affrontare il problema del bullismo in tutti i suoi aspetti e dal punto di vista dei genitori, una volta acquisita la consapevolezza, da parte delle famiglie, dei numerosi rischi e delle conseguenze implicite nel fenomeno, non solo nell'ambiente scolastico, ma anche nella vasta rete di relazioni dei loro figli. Le linee guida presentate suggeriscono proposte e possibili interventi ma sono anche aperte a contributi provenienti da esperienze reali e storie di vita. Esse cercano di offrire alle famiglie una panoramica completa ed esauriente su questo complesso fenomeno, all'interno del variegato quadro europeo.

Capire la Complessità del Fenomeno del Bullismo

L'abbandono scolastico può essere causato da esperienze di bullismo, tanto nel ruolo di aggressori quanto in quello di vittime. È importante che i genitori conoscano bene il fenomeno per poter fare le scelte giuste. Pertanto, sebbene sia chiaro che debbano intervenire in tutti gli episodi di bullismo, loro devono nondimeno cercare di prevenirli. Affinché ciò sia possibile, il primo passo è capire la complessità del fenomeno. Ammettere che riguarda tutti, e riconoscerlo come una forma di aggressione, sono le premesse indispensabili di qualsiasi sforzo per prevenirlo. I genitori dovranno comprendere i concetti chiave del bullismo per distinguerlo da problemi comportamentali di diversa natura. Per consentire loro di raggiungere tale obiettivo, si propongono tre fasi:

- Attività di formazione, con la partecipazione del personale educativo e degli studenti stessi nei ruoli di tutor, pari o simili.
- La realizzazione di un depliant, o di un libro, con una raccolta di testimonianze, di casi concreti ma anche con un breve quadro delle leggi sul bullismo - in particolar modo quelle relative alla responsabilità personale.
- Divulgazione degli elaborati in manifestazioni periodiche all'interno e all'esterno della scuola.

Risorse dal Portale I Am Not Scared

- [Case Studies](#)
Una raccolta di testimonianze e casi concreti provenienti da diversi Paesi è disponibile nel portale I Am Not Scared.
- [Pubblicazioni](#)
Per sostenere i genitori nella comprensione della complessità del fenomeno del bullismo, diverse pubblicazioni sono disponibili nel portale I Am Not Scared.

Altre Risorse

- [Success Stories](#), [Training Sources](#), [Publications](#)
Le sezioni del portale School Safety Net offrono materiale utile per capire la complessità del fenomeno del bullismo.
- [Safe@School](#)
Un portale utile per la comprensione del bullismo a scuola.

Come Faccio a Capire se mio Figlio è Vittima di Bullismo

Un episodio di bullismo è sempre intenzionale, raramente si verifica solo una volta e implica sempre uno squilibrio di potere. La vittima ha spesso bisogno dell'aiuto degli adulti. Un ragazzo potrebbe avere difficoltà nell'esprimere il suo disagio, ma un genitore può riconoscere alcuni segnali che dimostrano che suo figlio, o sua figlia, è vittima di bullismo. Osservare il comportamento dei propri figli può far sì che la prevenzione del fenomeno cominci in casa. In generale, i genitori devono prestare attenzione ad alcuni segnali d'allarme. Quando un ragazzo è vittima di bullismo al ritorno da scuola potrebbe avere indumenti strappati o sgualciti, libri rovinati, potrebbe presentare lividi, ferite, tagli e graffi per i quali non riesce a dare una spiegazione. Una vittima di bullismo difficilmente invita a casa i compagni di classe o trascorre del tempo con loro, smette di navigare in Internet e di controllare il suo profilo sui social network. Ha paura di andare a scuola o di frequentare i luoghi di aggregazione di sempre. Ulteriori segnali d'allarme possono essere mal di stomaco o frequenti mal di testa prima di andare nei luoghi in cui possano verificarsi incidenti (la scuola, la palestra, luoghi d'incontro), ma anche stati d'animo mutevoli, facile irritabilità o esplosioni di pianto. Richieste di denaro troppo frequenti (o l'uso della carta di credito senza l'autorizzazione dei genitori) e un improvviso calo nel rendimento scolastico sono altri importanti segnali.

Pubblicazioni

- [School violence prevention](#)
Questa pubblicazione, disponibile sul portale I Am Not Scared, spiega i pericoli della violenza a scuola e quello che i genitori possono fare per prevenirla. "What parents can do: the dangers of violence in school and methods".
- [Time magazine](#)
Una serie di articoli sul bullismo.

Come Faccio a Capire se mio Figlio è un Bullo

I ragazzi fanno i bulli per una serie di diverse ragioni, alcuni per sentirsi forti, altri perchè loro stessi vittime di bullismo. Il bullo crede che di essere più influente tra i coetanei e spesso ha difficoltà a simpatizzare con la sua vittima.

A nessuno piace sentirsi dire che il proprio figlio è un bullo. Eppure, la partecipazione dei genitori è un fattore decisivo per fermare il processo.

E' indispensabile dare priorità al dialogo, sempre; ma anche focalizzare l'attenzione sulle "buone" amicizie può rivelarsi un grande aiuto. I bulli spesso non agiscono da soli ma con la complicità di altri bulli. In tal modo si sentono sostenuti e più forti. Il suggerimento è quello di cercare di allargare la cerchia di conoscenze dei ragazzi e lasciare che trascorrono il loro tempo con persone affabili e stimolanti che possano essere loro d'esempio.

Risorse On-line

- [Not My Kid: What to Do if Your Child Is a Bully](#)
Un sito web che offre risorse, consigli esperti e una comunità virtuale per i genitori.
- [Actors and victims of violence amongst pupils : relational and emotional characteristics](#)
Bulli e vittime di violenza tra studenti: aspetti relazionali ed emotivi. Lo studio prende in esame le specifiche dinamiche relazionali ed emotive che intercorrono tra i bulli e le loro vittime.

Comprendere le Conseguenze del Bullismo

In casi di bullismo è importante non sottovalutare il problema e agire tempestivamente poiché le conseguenze psicologiche del fenomeno - a breve e a lungo termine - potrebbero essere serie per le vittime, i bulli e i testimoni.

Per le vittime, il rischio è quello di esprimere disagio principalmente attraverso sintomi fisici (mal di stomaco, mal di testa) o psicologici (incubi, attacchi d'ansia), insieme a una certa riluttanza ad andare a scuola. In caso di abusi prolungati nel tempo, le vittime potrebbero intravedere in un cambiamento di scuola l'unica possibilità per sfuggire al bullismo. In alcuni casi ciò porta all'abbandono scolastico; le vittime si sentono infatti sminuite anche nelle capacità e mostrano mancanza di fiducia in se stessi o problemi nelle relazioni interpersonali. Accade occasionalmente che loro presentino veri e propri disturbi psicologici, incluso ansia e depressione.

I bulli, d'altro canto, potrebbero mostrare un calo nel rendimento scolastico, difficoltà nelle relazioni, disturbi del comportamento derivanti dall'incapacità di rispettare le regole. Ciò porta, nel lungo termine, a comportamenti devianti e antisociali, aggressivi e violenti, in famiglia ma anche a scuola.

Risorse On-line

- [Identification of Students at Risk](#)
Il primo modulo del corso di formazione on-line disponibile sul portale School Inclusion è relativo all'individuazione di studenti a rischio.
- [Emotions of aggressors and victims of cyberbullying: a preliminary study of Secondary students](#)
Questo articolo presenta uno studio sul cyberbullismo in Internet condotto con studenti di scuola secondaria nel sud della Spagna (Andalusia).
- [Consequences of bullying](#)
Un articolo interessante che spiega le conseguenze del bullismo.

Come Contattare la Scuola se si è Preoccupati per i propri Figli

Il contatto con la scuola è fondamentale per i genitori all'apparire dei primi segnali di un episodio di bullismo, si tratti di vittime o di bulli. Il primo contatto passa attraverso gli insegnanti, che vivono un rapporto quotidiano con gli studenti. Tuttavia, episodi di bullismo possono verificarsi fuori dalla classe o anche all'esterno della scuola. In questi casi, la scuola e i genitori devono avere un intento comune e non esitare nel discutere del problema e cercare, per quanto possibile, di essere chiari sugli obiettivi dei loro interventi.

Ogni scuola può avere i suoi propri strumenti per offrire un aiuto pratico alle famiglie, ma uno dei più efficaci è uno Sportello d'ascolto dei problemi e delle richieste degli studenti. Per questo motivo è importante, come esplicitato nella prima fase, che i genitori siano a conoscenza del sostegno che possono ricevere dalla scuola in caso di minimo sospetto o preoccupazione. La scuola deve essere sensibile alle preoccupazioni delle famiglie e insieme a queste condividere le risorse e un piano di intervento finalizzato principalmente alla risoluzione del problema.

Risorse On-line

- [Communication](#)
Il secondo modulo disponibile del corso di formazione on-line del portale School Inclusion offre validi esempi di comunicazione tra genitori e scuole.
- [RK Project Seat Belt](#)
Gli Stati Uniti offrono un esempio interessante dei termini di una collaborazione tra scuola, genitori e società per una migliore prevenzione del fenomeno.

Strategie Sbagliate per Affrontare Problemi di Bullismo

I genitori dei giovani bulli non devono nascondersi dietro il problema. Non devono semplicemente pensare: "E' uno scherzo, è una sciocchezza". Solo ammettendo che il giovane potrebbe aver sbagliato si può davvero aiutarlo/la. L'errore che l'insegnante non deve commettere è mostrare mancanza di interesse, alzare un muro di indifferenza, poiché i ragazzi, anche se non lo ammetteranno mai, non accettano il disinteresse da parte degli adulti. Spesso i giovani commettono azioni provocatorie solo per verificare quanto possono spingersi oltre. Troppa indulgenza a riguardo potrebbe, dunque, rivelarsi inopportuna. Al contrario, la famiglia è tenuta a svolgere adeguatamente il suo ruolo educativo nel fissare regole e imporre dei limiti. Sarebbe sbagliato, da parte dei genitori, porsi sullo stesso livello dei ragazzi professandosi loro amici. I ragazzi hanno i loro amici e piuttosto hanno bisogno di qualcuno che dica loro cosa fare e quali sono le regole da rispettare. Nel loro intimo si aspettano che li vengano imposti dei limiti che diversamente non sarebbero in grado di stabilire in maniera autonoma.

Risorse On-line

- [Help Your Child Cope with Bullies](#)
Indicazioni utili sul tema.
- [The Wrong Way to Handle Bullying](#)
Un link interessante sugli errori più comuni che i genitori dovrebbero evitare di commettere quando hanno a che fare col bullismo.

Come mi Comporto se mio Figlio è Vittima di Bullismo

Cosa potete fare se temete che vostro figlio sia vittima di bullismo?

Ci sono diversi percorsi da seguire: il primo passo è sicuramente osservare il contesto in cui si trova la vittima. In seguito dovete contattare la scuola e porvi delle domande sulla vita di vostro figlio/a.

Ciò favorisce la condivisione dei sentimenti e dei ricordi con la famiglia, e da confronti interessanti potrebbe emergere che i genitori sono stati, a loro volta, vittime o bulli. Consapevolezza e comunicazione sono decisamente le chiavi per affrontare il problema.

Risorse On-line

 [10 Actions Parents Can Take If Their Child Has Been Bullied](#)

Un articolo interessante con diverse indicazioni utili per i genitori.

Come mi Comporto se mio Figlio è un Bullo

Quando possiamo affermare che nostro figlio è un bullo?

Il bullo di solito ha un atteggiamento aggressivo che non scompare magicamente lontano dai luoghi delle sue bravate. Se i genitori cercassero di osservare accuratamente il comportamento dei loro ragazzi in casa, alcuni segnali sarebbero lampanti nella vita di tutti i giorni. Non è possibile non rendersene conto.

Cosa si può concretamente fare allora?

La risposta sta nel riconoscere che il bullo ha bisogno d'aiuto, tanto quanto la vittima. Il primo passo è cercare la strategia migliore per combattere il clima di bullismo che si respira nella classe.

Un supporto psicologico dall' esterno può rivelarsi altresì appropriato ed efficace.

Risorse On-line

 [\(Gulp!\): What to do When Your Child is the Bully](#)

Un articolo interessante per i genitori.

Cosa Accade Quando il Bullismo si Avvale delle Nuove Tecnologie

Tutti usiamo Internet, i telefoni cellulari e le nuove tecnologie, oggi più che mai. Se queste tecnologie apportano diversi vantaggi alle nostre vite, connettendoci con gli amici, offrendoci intrattenimento, ricerca e accesso ai servizi, il loro uso crescente aumenta tuttavia i rischi e i pericoli legati al cyberbullismo, soprattutto per i giovani.

Il cyberbullismo è una forma particolare di bullismo che si concretizza online e attraverso i telefoni cellulari. Siti web come Facebook e social network simili permettono ai ragazzi di inviare messaggi pericolosi e incessanti ad altri ragazzi 24 ore al giorno. Alcuni siti consentono di inviare messaggi in forma anonima.

Diversamente dal bullismo tradizionale, il cyberbullismo non richiede forza fisica o un rapporto faccia a faccia e non si limita ad avere un solo gruppo di testimoni per volta. I cyberbulli assumono forme e dimensioni diverse - chiunque disponga di una connessione Internet o di un telefono cellulare può mettere in atto forme di cyberbullismo, spesso senza dover rivelare la propria identità. I cyberbulli possono tormentare le loro vittime 24 ore su 24 e seguirle ovunque; non c'è posto quindi, tantomeno la propria casa, dove le vittime possano sentirsi al sicuro e, con un solo click, l'umiliazione è sotto gli occhi di centinaia, se non migliaia, di persone online.

Risorse On-line

- [Technology: Our Cyber Bully](#)
Questo articolo offre una definizione generale del problema.
- [La Web Ethique](#) e [Click safe](#)
Note sull'uso corretto delle nuove tecnologie.
- [Case Studies](#)
Informazioni interessanti sul cyberbullismo possono essere reperite nella sezione Case Studies del portale "I Am Not Scared".

Cosa si Può Fare contro il Cyberbullismo e i Rischi Connessi ai Social Network

Non importa quanto disagio possa causare loro, ma i ragazzi sono spesso riluttanti a raccontare a genitori o insegnanti episodi di cyberbullismo per timore che ciò causi la perdita del privilegio di avere un computer o un telefono cellulare. I genitori dovrebbero sempre vigilare sull'uso che i propri figli fanno della tecnologia; è importante, tuttavia, non minacciarli di impedirne l'accesso o punirli se sono vittime di cyberbullismo. Il progresso tecnologico incessante richiede un percorso costante di alfabetizzazione digitale per le famiglie e anche un continuo aggiornamento che renda i genitori consapevoli dei rischi legati all'uso di diversi tipi di reti sociali.

Repressione e ordini restrittivi a parte, tra le possibili strategie di mediazione c'è il controllo, da parte dei genitori, di quello che i loro figli fanno online, e ciò anche avvalendosi di software di controllo parentale.

È raccomandabile che i genitori siano a conoscenza dei social network più sicuri e delle impostazioni di privacy da impostare, per poter consigliare i loro figli nel modo giusto.

Tra le iniziative pratiche più significative rileva il programma europeo Safer Internet, che ha lanciato il Safer Internet Day, per promuovere un uso sicuro e responsabile dei nuovi media da parte dei giovani.

Risorse On-line

● [Safer Internet Day](#)

Il Safer Internet Day (SID) è organizzato da Insafe nel mese di febbraio di ogni anno per promuovere un uso più sicuro e responsabile delle tecnologie online e dei telefoni cellulari, soprattutto tra i bambini e i giovani di tutto il mondo.