STOP AL BULLISMO E AL CYBERBULLISMO

IL RISPETTO È IL NOSTRO SUPERPOTERE!

INSIEME PER UNA SCUOLA PIÙ SICURA, PIÙ GENTILE, PIÙ NOSTRA!

1

COSA È IL BULLISMO?

Il bullismo è un comportamento aggressivo, ripetuto nel tempo, con l'intenzione di fare del male a una persona che ha difficoltà a difendersi.





Non è una semplice lite, ma prepotenze che si ripetono nel tempo.

PER PARLARE DI BULLISMO DEVONO ESSERCI:

- ☑ Volontà di fare del male
- ☑ Squilibrio di forza
- ☑ Ripetizione nel tempo

2

COSA È IL CYBERBULLISMO?

Il cyberbullismo è il bullismo che avviene online, attraverso cellulare, chat, social network, videogiochi o altre piattaforme digitali.



PUÒ MANIFESTARSI CON:

- Messaggi offensivi
- Foto o video senza consenso
- Esclusione da gruppi online
- Furto di profili
- Diffusione di false informazioni

Online le parole possono far male davvero. Pensa prima di pubblicare!

3

LE FORME DEL BULLISMO

FISICO



- Spintoni
- Pugni e calci
- Furti
- Danneggiamento di oggetti

VERBALE



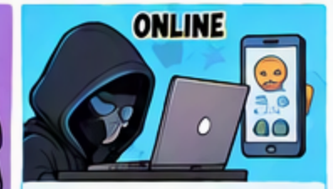
- Insulti
- Minacce
- Prese in giro
- Soprannomi offensivi

RELAZIONALE



- Esclusione dal gruppo
- Diffusione di bugie
- Isolamento

ONLINE



- Messaggi offensivi
- Foto o video senza consenso
- Esclusione da gruppi
- Furto di account
- Informazioni false

4

I PROTAGONISTI

IL BULLO



Fa prepotenze e cerca di dominare gli altri.

LA VITTIMA



Subisce le prepotenze e può sentirsi sola, triste o spaventata.

GLI SPETTATORI



Assistono agli episodi. Possono peggiorare la situazione oppure scegliere di aiutare.

I DIFENSORI



Stanno dalla parte della vittima, chiedono aiuto agli adulti o promuovono il rispetto.

DA CHE PARTE VUOI STARE?

5

RICONOSCI I SEGNALI

Una persona che subisce bullismo può:



Sentirsi triste o ansiosa



Avere difficoltà a dormire



Isolarsi dagli amici



Non voler andare a scuola



Avere un calo nel rendimento



Apparire spesso preoccupata o spaventata

SE NOTI QUESTI SEGNALI, NON IGNORARLI!

6

COSA FARE?

SE SEI UNA VITTIMA



- ☑ Non tenere tutto per te
- ☑ Parlane con un adulto di fiducia
- ☑ Conserva le prove online (screenshot, messaggi)
- ☑ Chiedi aiuto. Non è un segno di debolezza!

SE ASSISTI A UN EPISODIO



- ☑ Non ridere e non incoraggiare
- ☑ Stai vicino alla vittima
- ☑ Avvisa un insegnante o un adulto
- ☑ Aiuta a creare un clima di rispetto.

SE HAI FATTO BULLISMO

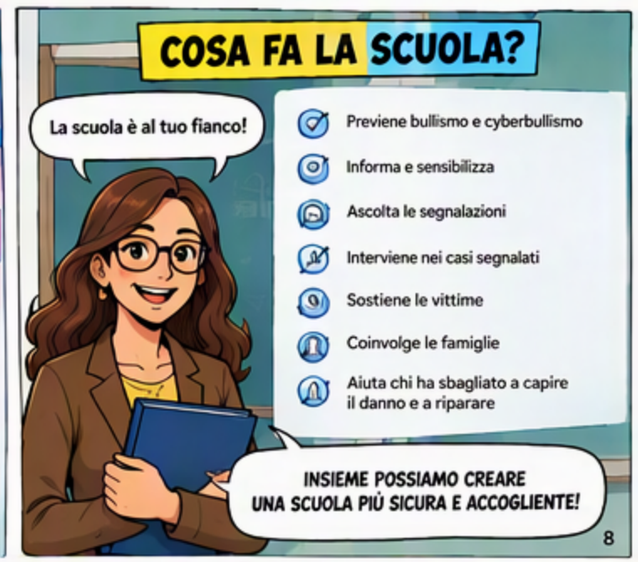


- ☑ Riconosci l'errore
- ☑ Parlane con un adulto
- ☑ Chiedi scusa
- ☑ Impara a gestire la rabbia e le emozioni
- ☑ Puoi cambiare!

CHIEDERE AIUTO NON È FARE LA SPIA, MA PROTEGGERE QUALCUNO.

7

COSA FA LA SCUOLA?



- ☑ Previene bullismo e cyberbullismo
- ☑ Informa e sensibilizza
- ☑ Ascolta le segnalazioni
- ☑ Interviene nei casi segnalati
- ☑ Sostiene le vittime
- ☑ Coinvolge le famiglie
- ☑ Aiuta chi ha sbagliato a capire il danno e a riparare

8

LE 5 REGOLE D'ORO

1. RISPETTA TUTTI
2. USA PAROLE GENTILI
3. NON CONDIVIDERE CONTENUTI OFFENSIVI
4. CHIEDI AIUTO QUANDO SERVE
5. DIFENDI CHI È IN DIFFICOLTÀ

PICCOLI GESTI, GRANDI CAMBIAMENTI!

9

IL MIO IMPEGNO



- ☑ Rispetto gli altri
- ☑ Non partecipo ad atti di bullismo o cyberbullismo
- ☑ Uso internet in modo responsabile
- ☑ Chiedo aiuto quando vedo una situazione di disagio

IO SCELGO IL RISPETTO!

10

RICORDA...

Le parole possono ferire, ma anche costruire. Scegli sempre di essere la persona che fa la differenza.



11

INSIEME PER UN FUTURO PIÙ GENTILE



12