

# BULLISMO E CYBERBULLISMO

VADEMECUM PER  
ALUNNI  
INSEGNANTI  
GENITORI



# VADEMECUM “BULLISMO E CYBERBULLISMO”

Educa i bambini e non sarà  
necessario punire gli uomini.

Pitagora

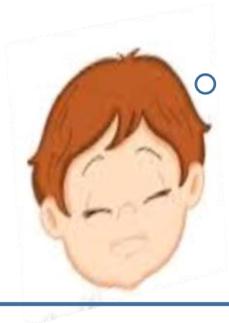


# IL BULLISMO

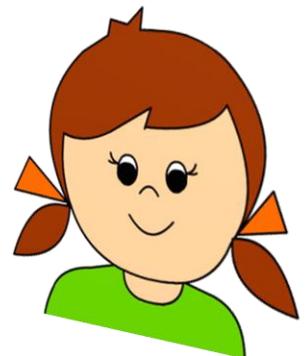
Cos'è il bullismo?



È un atto aggressivo condotto da un individuo o da un gruppo ripetutamente e nel tempo contro una vittima che non riesce a difendersi.



Ma quali sono gli atti del bullismo?



Il bullismo può essere FISICO, VERBALE e INDIRETTO.

# LE TIPOLOGIE DI BULLISMO

## IL BULLISMO FISICO



COLPI  
STRATTONI  
PUGNI  
CALCI  
FURTO  
DANNEGGIAMENTI DEGLI  
OGGETTI PERSONALI DELLA  
VITTIMA



## IL BULLISMO VERBALE



OFFESE  
MINACCE  
SOPRANNOMI  
OFFENSIVI  
E PRESE IN GIRO

## IL BULLISMO INDIRETTO



ESCLUSIONE SOCIALE, OVVERO  
ESCLUSIONE DAL GRUPPO,  
DIFFUSIONE DI CALUNNIE, METTERE  
IN GIRO CATTIVE VOCI.

# LE CARATTERISTICHE DEL BULLISMO



## Il bullismo:

- è definito come intenzionale, ovvero il bullo non lo fa per gioco o per caso. È consapevole del male che provoca. La sua intenzione è quella di ferire.
- È ripetuto nel tempo: il bullo viene incoraggiato dagli altri o non punito e questo alimenta il bullismo.
- La vittima non riesce a difendersi e opporsi perché il bullo è più forte o sostenuto dal gruppo.
- Provoca divertimento/soddisfazione nel bullo e profonda sofferenza nella vittima.

# IL CYBERBULLISMO

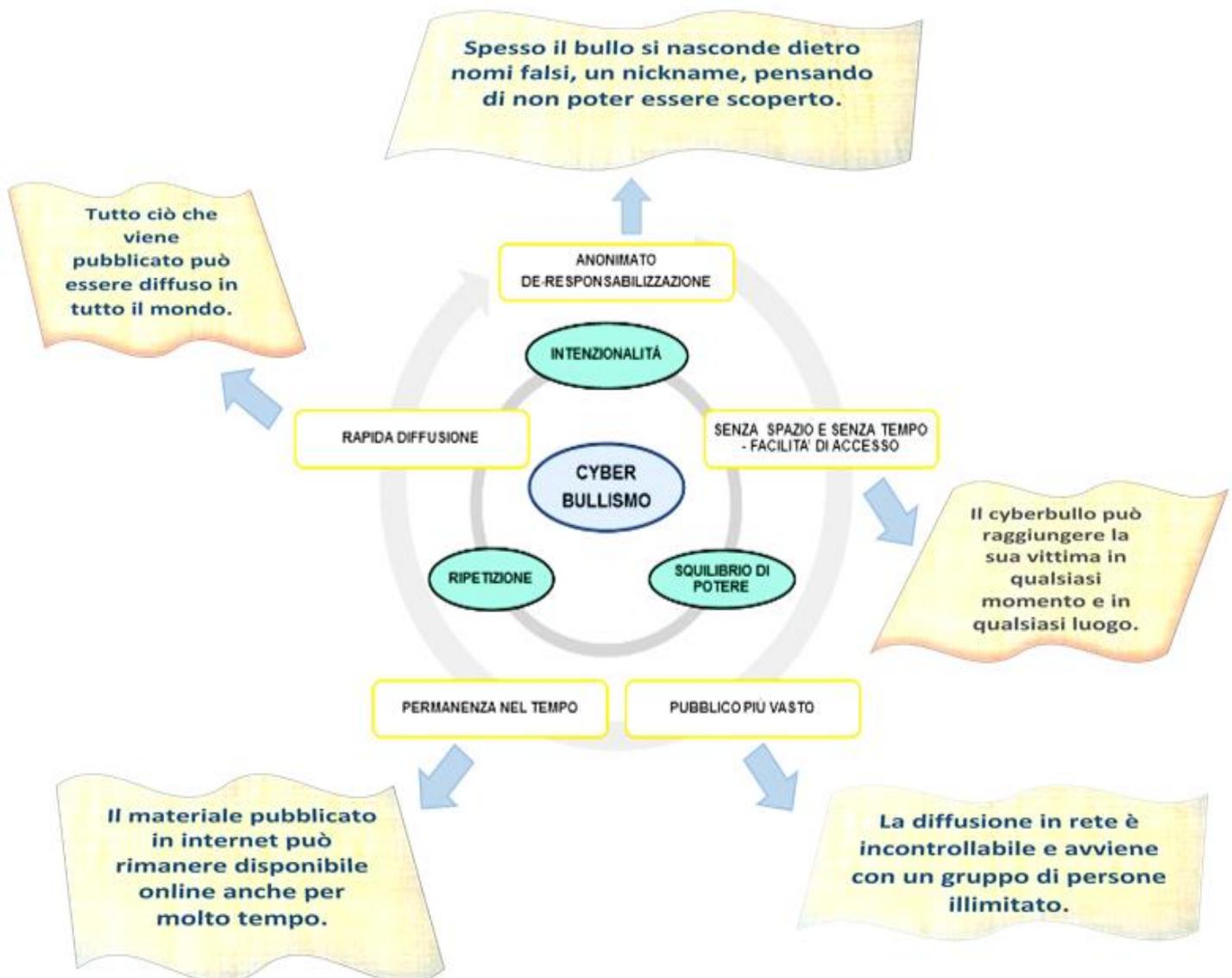


Il cyberbullismo è definito come un'azione aggressiva intenzionale, agita da un individuo o da un gruppo di individui, **utilizzando i mezzi elettronici** nei confronti di una persona che non può difendersi. La Legge 29 maggio 2017, n. 71 definisce il cyberbullismo come

*“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 on line aventi ad 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” (art.1).*



# LE CARATTERISTICHE DEL CYBERBULLISMO



## TIPOLOGIE DI CYBERBULLISMO



**SCRITTO-VERBALE:** offese e insulti tramite messaggi, e-mail, pubblicati su siti, social network, o tramite telefono (es. telefonate mute).



**VISIVO:** diffusione di foto, o video che ritraggono situazioni personali, violente o spiacevoli tramite cellulare, siti Web e social network.



**ESCLUSIONE:** esclusione dalla comunicazione online, dai gruppi.



**IMPERSONIFICAZIONE:** furto, appropriazione, uso e rivelazione ad altri di informazioni personali, come le credenziali di accesso all'account email, ai social network.

## RUOLI E PROTAGONISTI DEL BULLISMO E CYBERBULLISMO

Il bullismo si sviluppa in un gruppo di pari in cui ogni membro gioca uno specifico ruolo.

BULLO



SPETTATORI

VITTIMA

Quali comportamenti assumono?

Il **BULLO** attua le prepotenze, a volte direttamente, a volte indirettamente avvalendosi di uno o più gregari; la **VITTIMA**, subisce le prepotenze; gli **SPETTATORI** costituiscono la maggioranza silente; i **SOSTENITORI** sono coloro che parteggiano, ovvero gli aiutanti del bullo e gli aiutanti della vittima.



Ecco cosa puoi fare per difenderti dal bullo e dal cyberbullo e ...

# DECALOGO

PER DIFENDERSI DAL BULLO, ANCHE IN INTERNET



1. Devi dire un "No" deciso se un bullo ti provoca o ti offende.



2. Chiedi subito aiuto a un adulto (genitore o insegnante) quando un bullo ti minaccia.



3. Se sei preso in giro e insultato, non c'è qualcosa di sbagliato in te. È il bullo che sbaglia.

4. Mantieni la calma e non mostrarti arrabbiato. Al bullo non piace l'indifferenza.

5. Non mostrarti ferito, se ti offende perché continuerà a farlo.

6. Non farti amico il bullo. Per essere accettato da lui. Il bullo non è un amico!

7. Stai il più possibile con i tuoi compagni, non rimanere da solo, se un bullo ti vuol far del male.



9. Blocca subito un contatto On-line e chiudi la chat. Se qualcuno ti infastidisce e ti offende.

10. Cambia strada per tornare a casa, se qualcuno ti ha preso di mira.

8. Ricordati che, quando si è in pericolo, scappare vuol dire difendersi e non mostrarsi deboli.





... quando navighi  
in internet!



Parla sempre con i tuoi genitori della tua navigazione in internet: navigare in internet può avere conseguenze nella vita reale.

Non ti fidare mai di persone conosciute solo online. In rete le persone possono non essere ciò che dicono di essere.

Non svelare mai le informazioni personali: nome, cognome, indirizzo, nome della tua scuola, e-mail, numeri di telefono.



Non condividere mai con nessuno le tue password di accesso.

Non andare mai ad appuntamenti fissati online con persone che non conosci e parlane sempre con i tuoi genitori.

Non rispondere a mail ricevute da persone che non conosci.

Se qualcuno ti invia messaggi di aiuto, offerte, richieste di informazioni, avvisi di presenza di Virus, non crederci perché possono essere stratagemmi pericolosi.



Se in internet vedi qualcosa che ti disturba o spaventa, avvisa subito i tuoi genitori o i tuoi insegnanti.

Non inviare mai foto personali.



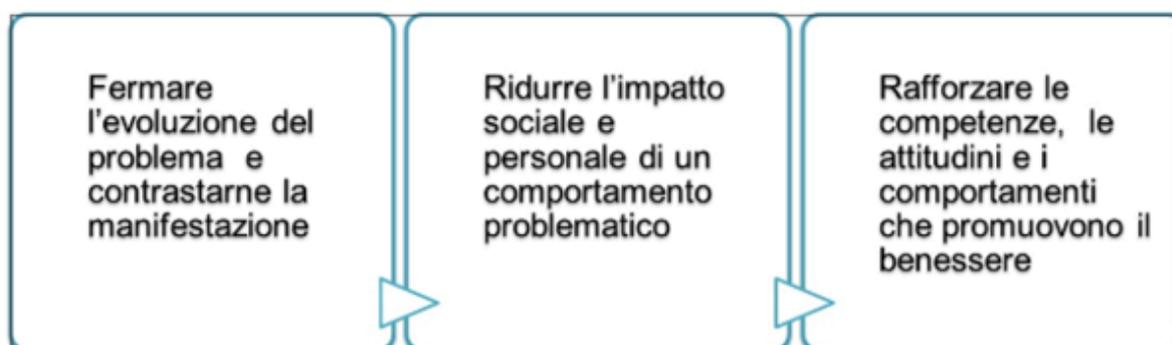
COSA?!?!...  
MA SONO IO



Ricorda, a tua volta, di non usare internet per deridere, circuire, ingannare nessun bambino.

## I docenti e ... le procedure d'intervento

La scuola deve costantemente controllare ed intervenire soprattutto con azioni di prevenzione ed intervento per ridurre il rischio e promuovere risorse e resilienza.



Cosa fare con gli alunni?



*VALUTAZIONE DELLA SITUAZIONE DELLA CLASSE,  
DALLA PREVENZIONE ALL'INTERVENTO  
INDIVIDUALIZZATO: QUANDO USARE  
GLI STRUMENTI?  
A QUALE SCOPO?*



Quali domande guidano la valutazione?



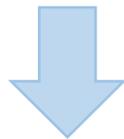
Quanto è grave? Qual è il livello di sofferenza della vittima?  
Che percezione hanno i compagni?

Che dinamiche di bullismo ci sono nella mia classe? Quanti sono coinvolti? Quali sono le norme?

Quanto è presente il fenomeno del bullismo nella nostra scuola? Nella nostra classe? Quali sono i tipi di bullismo più frequenti?

# INTERPRETAZIONE DELLA REALTÀ E STRATEGIE DI INTERVENTO

Valutare situazioni di bullismo selezionando e utilizzando strumenti di misura e strategie.

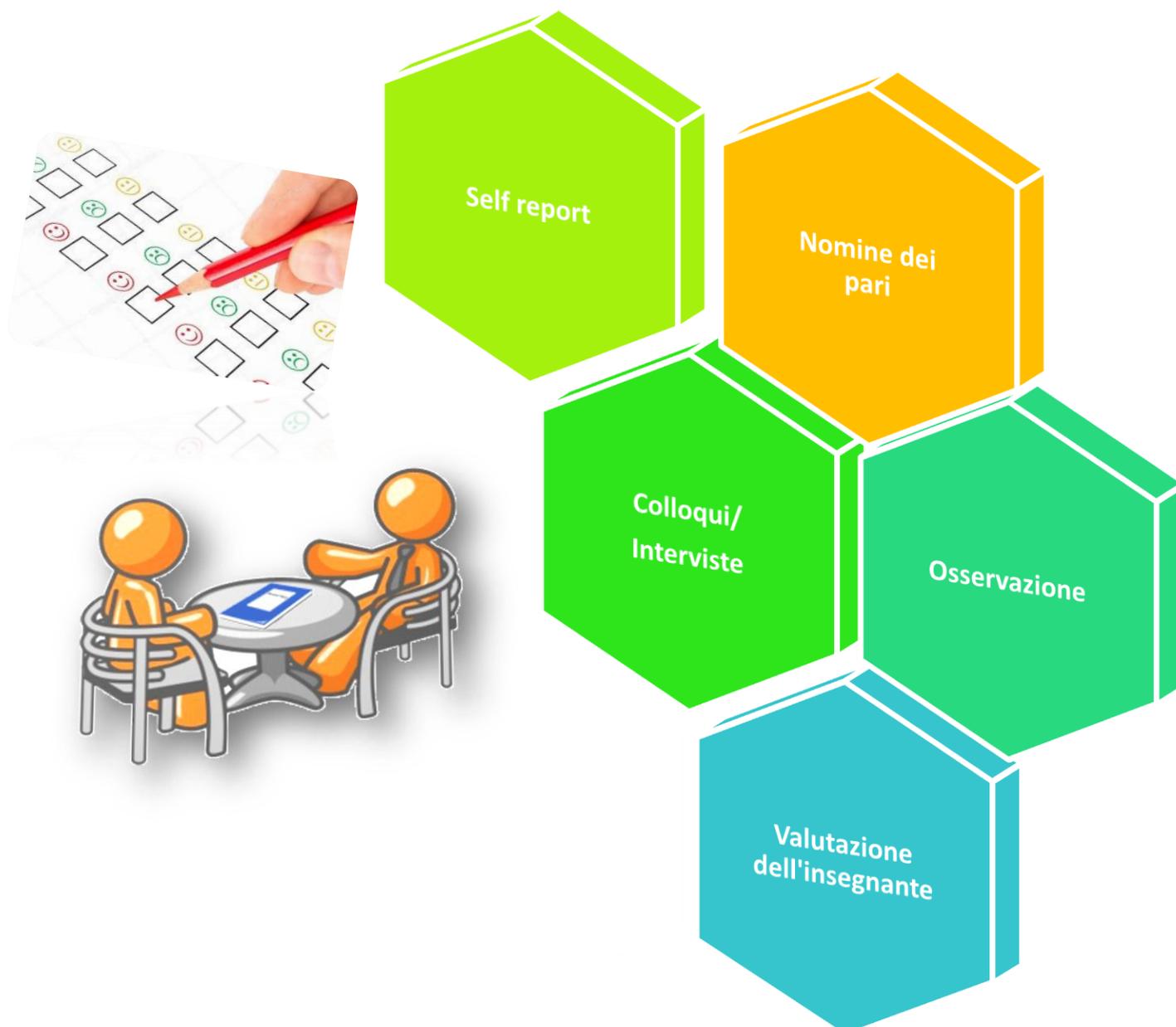


Adottare una metodologia pro-attiva che si pone obiettivi come:

- Ammettere l'esistenza del problema;
- incoraggiare a parlare di sé e dei propri problemi;
- favorire una diffusa partecipazione di docenti, non docenti, studenti e genitori;
- insegnare a tutti, a potenziali bersagli quanto a potenziali bulli, come essere assertivi (autodifesa emotiva e verbale);
- saper gestire la propria aggressività ed interagire in maniera responsabile.

## Strumenti

*Le principali fonti di informazione per la valutazione del fenomeno del bullismo*



## Esempi per la scuola primaria ...



### **Self Report per studenti**

Questionario anonimo sulle prepotenze di Olweus (utilizzato per gli studenti di età compresa tra la quarta primaria e la terza media): offre una prima definizione di bullismo per poi chiedere quante volte lo studente ha compiuto o ricevuto atti di bullismo in un determinato periodo di tempo.

Una seconda modalità invece consiste nel dare una definizione di bullismo per poi chiedere agli alunni di indicare il numero di volte che hanno messo in atto o ricevuto specifici comportamenti di bullismo.

(Si allegano: "Questionario anonimo sulle prepotenze di Olweus" - All. 1

"Florence Bullying Victimization Scales" - All. 2

"Florence Cyberbullying Cybervictimization Scales2 - All. 3)

## Nomine di Pari

Per la natura sociale del fenomeno, la valutazione dei pari è una basilare fonte d'informazione sul bullismo, sulla vittimizzazione e su tutti i ruoli che i bambini assumono in una situazione di bullismo.

(Si allega il documento "Nomine comportamentali: Valutazione dei pari- All.4)

## Colloqui/Interviste

Il colloquio può essere individuale oppure di approfondimento con gli spettatori.

Il colloquio individuale avviene con la vittima e con il bullo e ha lo scopo di indagare la presenza e la qualità del fenomeno, il relativo impatto sullo sviluppo individuale e l'efficacia di un intervento.

Il colloquio di approfondimento si conduce con gli spettatori che hanno assistito all'episodio di prepotenza senza intervenire. Questo tipo di colloquio mira a ottenere informazioni qualitative sulle caratteristiche e sul livello delle prepotenze, sui protagonisti e sul loro ruolo e sul motivo per cui nessuno è intervenuto.



## Osservazione Diretta

- *OSSERVAZIONE NON STRUTTURATE*: il metodo più semplice per valutare situazioni di bullismo. Il luogo e il tempo, in cui con maggiore probabilità si potranno osservare atti di bullismo, sono scelti dall'osservatore.
- *OSSERVAZIONE CON UN MAGGIOR GRADO DI STRUTTURAZIONE*: con questo tipo di osservazione si possono rilevare e raccogliere informazioni sistematiche rispetto alla frequenza, alla durata, alla tipologia e alle modalità di manifestazioni relativamente a *OBIETTIVI SPECIFICI DI APPROFONDIMENTO*.

Per la rilevazione e registrazione di informazioni, si può utilizzare la scheda di seguito illustrata.

(Allegato 5 del presente documento)

ORARIO	LUOGO	COMPORAMENTO DI PREPOTENZA DEL BAMBINO .....	DURATA	TARGET: BAMBINO-VITTIMA

## *Valutazione dell'insegnante*

È una valutazione delle situazioni di bullismo da parte degli insegnanti.

- Un modo consiste nella *Nomina di studenti che si comportano in determinati modi* o che manifestano comportamenti aggressivi e/o di bullismo.
- Più frequentemente si chiede all'insegnante di *valutare la frequenza con cui ogni studente si comporta rispetto ad alcuni descrittori COMPORTAMENTALI.*

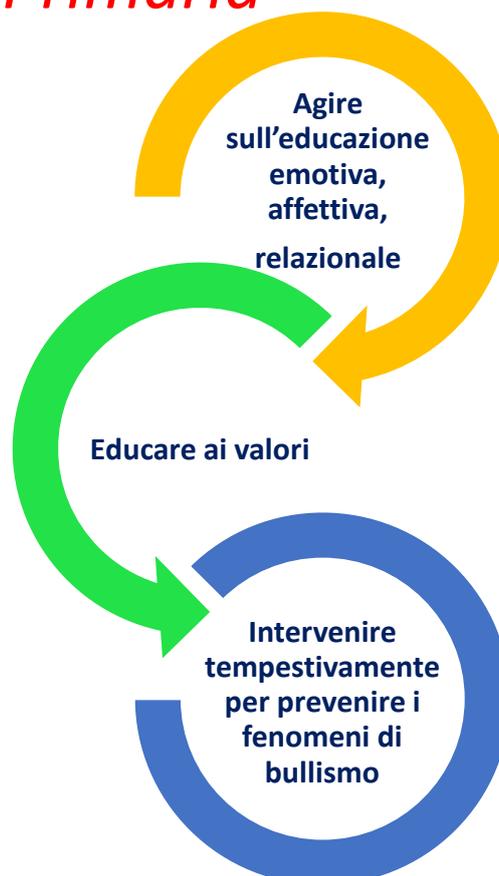
(Si allega il modello di "Valutazione dell'insegnante" - Allegato 6)

## Per sconfiggere il bullismo ...

### *Nella Scuola dell'Infanzia:*



### *Nella Scuola Primaria*



## Metodi e metodologie ....

Le "bully boxes" metodo per cui gli alunni possono scrivere le loro preoccupazioni o esperienze e imbucarle in una apposita cassetta.

# L'approccio curricolare

Attività didattica su tematiche

psico-sociali

Utilizzare uno stimolo culturale esterno per sollecitare una riflessione personale degli alunni sul problema.

Riportare la discussione a livello di classe e di scelte individuali.

Sistematicità e continuità dell'intervento.

- Contenuti mirati.
- Metodologia didattica interattiva per sensibilizzare gli alunni.
- Rielaborazione personale del problema approfondito nel materiale proposto - la lettura, la visione di un video ... - riportando a sé e ai propri vissuti le problematiche affrontate.

## Stimoli letterari



## Esempio di attività con stimoli letterari

Focus sul protagonista – Vittima o Bullo

DOPO LA LETTURA IN CLASSE O NEL GRUPPO

- Discussione su ciò che nel testo si dice del protagonista per indurre gli alunni a esprimere i propri sentimenti e le proprie emozioni sull'episodio.
- Rielaborazione della situazione: si simula un'intervista al protagonista.

## Stimoli video



## Esempio di attività con stimoli audio visivi

Focus sul problema – Differenza tra scherzo e prepotenza

### *VISIONE DEL FIMATO E DISCUSSIONE*

- Dopo la visione del filmato, l'insegnante chiede alla classe di discutere su **quali episodi costituiscono uno scherzo e quali una prepotenza vera.**

### *ANALISI DELLA SITUAZIONE*

- L'insegnante chiede quali sono gli elementi che segnalano la natura dell'episodio, ovvero **da cosa hanno capito che si trattava di uno scherzo o di una prepotenza.**

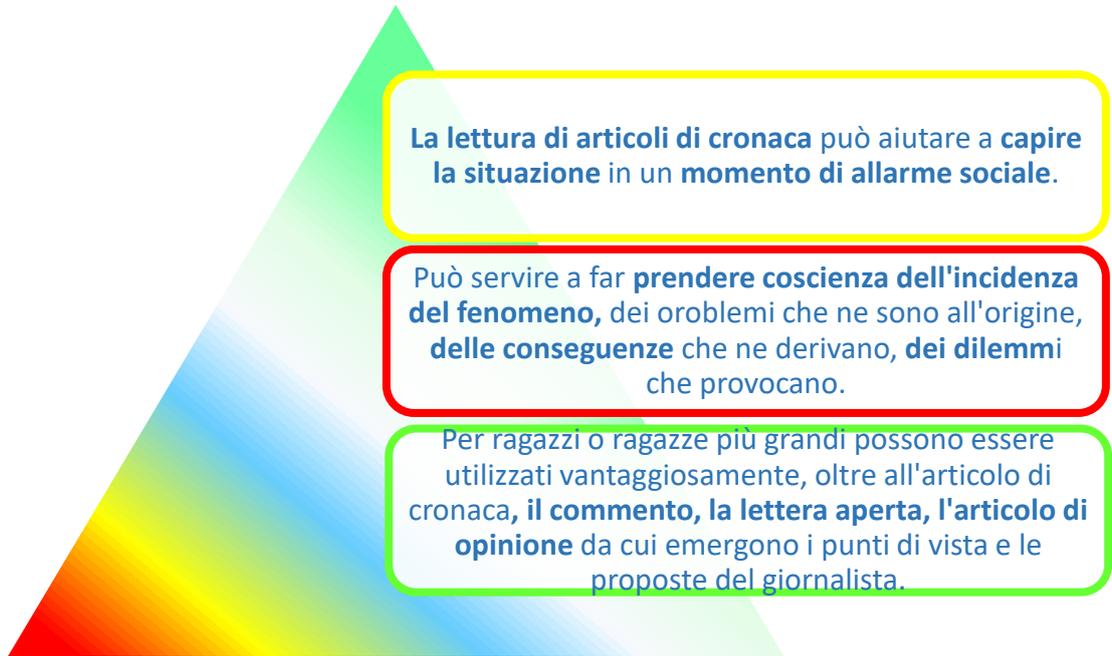
### *RIFLESSIONE*

- L'insegnante induce gli alunni a **riflettere su cosa segna il confine tra un comportamento di scherzo e un comportamento di offesa o di prepotenza vera.**

### *RIELABORAZIONE*

- L'insegnante predispone un'attività per invogliare gli alunni a **raccontare situazioni da loro vissute** e per realizzare **un cartellone di sintesi** sulle differenze tra scherzo e prepotenza.

## Stimoli d'attualità



## Esempio di attività con stimoli d'attualità

### Focus sugli spettatori – Spettatori o complici?

L'insegnante chiede di provare ad analizzare il ruolo di chi sostiene i compagni prepotenti. Sono responsabili quanto gli attori principali di ciò che succede?

Sollevare la questione di quale può essere il ruolo degli spettatori in episodi di prepotenza. Scegliere un episodio in cui lo spettatore non interviene e chiedere ai bambini di immaginare quali sentimenti prova.

Suddivisa la classe in piccoli gruppi, ogni gruppo sceglie un episodio e prova a inventare una storia o un comportamento alternativo dello spettatore.

Come le persone adulte possano intervenire sul problema? Il loro intervento può risultare utile e come può agire in positivo?

Riflettere sul ruolo dei compagni, di genitori, insegnanti, personale della scuola in relazione al problema.

## Tecniche di rielaborazione



## Lettera o articolo

Si invita la classe a scrivere una lettera immedesimandosi nel ruolo del protagonista della vicenda accaduta.

L'insegnante divide la classe in piccoli gruppi (4/5 alunni), invita ogni gruppo a scrivere una lettera assumendo il ruolo di uno dei personaggi coinvolti nella vicenda. Nella lettera si deve descrivere ciò che è accaduto.



## Intervista

Simulare un'intervista al protagonista della storia presentata in uno dei seguenti modi:

- 👍 L'insegnante assume il ruolo di protagonista e gli alunni gli fanno domande relative alla vita del personaggio.
- 👍 Si formano gruppi di 4/5 alunni, all'interno dei quali un alunno assume il ruolo del protagonista e i compagni lo intervistano.

## Scrittura e narrazione creativa

La narrazione dello stesso evento, la ricerca delle intenzioni, l'attribuzione del senso complessivo del racconto attraverso **l'esercizio interpretativo** permette ai bambini di entrare nel personaggio e nella sua storia e percepire **la realtà in modo globale e profondo.**



## Brain Storming

“**Tempesta di idee**”, è una **tecnica di gruppo** finalizzata a **far emergere il più alto numero di idee possibili** su un argomento precedentemente definito.



## Role Play

È un particolare tipo di esercitazione che richiede ai partecipanti di svolgere **il ruolo di “attori”** per riflettere sulle proprie modalità di proporsi nella relazione con l’altro e nella comunicazione (consapevolezza).



(Per l’approfondimento didattico si può consultare il sito dedicato “Generazioni Connesse”, raggiungibile al link: <https://www.generazioniconnesse.it>)

## *Cosa possono fare i genitori per aiutare i propri figli?*

- ☺ Ascoltare i propri figli dando loro fiducia quando raccontano episodi per loro non piacevoli, senza minimizzare o enfatizzare, prendendo in seria considerazione le loro paure ed i loro sentimenti e cercando di capire cosa sia successo.



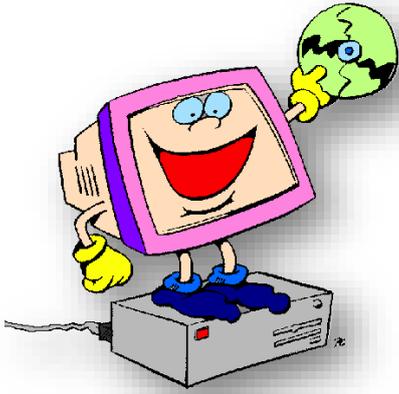
- ☺ Sia vostro figlio un bullo o una vittima, fargli comprendere che chiedere aiuto è possibile e non è un segno di debolezza, ma un modo adeguato per affrontare il problema.



- ☺ Aiutare i figli a pensare e a trovare insieme delle soluzioni possibili se si trovano ad essere oggetto delle prepotenze altrui, si sentiranno rassicurati e meno deboli se sentono i genitori dalla loro parte.



- ☺ Se non è possibile seguire direttamente la navigazione in rete dei propri figli, si possono utilizzare dei software di protezione o controllare periodicamente il contenuto dell'hard disk per verificare la cronologia dei siti web da loro visitati.



- ☺ Spiegare ai figli che le persone che si incontrano in Rete, non sempre sono quelle che dicono di essere.



- ☺ Insegnare ai ragazzi che comportamenti illeciti nel mondo reale (per es. insultare una persona, sottrarre credenziali ad un amico.....) sono illegali anche in Rete.



- ☺ Consigliare di non rispondere alle provocazioni del cyberbullo.



- ☺ Insegnare a bloccare chi li infastidisce in Rete. Infatti, i genitori o i ragazzi ultraquattordicenni (secondo la nuova Legge sul Cyberbullismo) possono **segnalare e bloccare** immagini e/o contenuti sul proprio conto, impropriamente diffusi, chiedendo al gestore del sito internet o del social media, la rimozione o il blocco di qualsiasi altro dato del minorenne diffuso nella Rete.



- ☺ Non criminalizzare internet: allontanare i giovani dalle tecnologie della comunicazione sarebbe un grande errore. Le potenzialità del web sono infinite, si tratta di favorirne un utilizzo consapevole.

DUNQUE, RISPETTA LA NETIQUETTE,  
OVVERO LE REGOLE DI BUONA  
EDUCAZIONE IN RETE



Chiedete aiuto alla scuola! Parlatene con il Dirigente Scolastico, con il Vicario, con il Referente per il Bullismo, i docenti di classe, lo psicologo, la Polizia Postale ...

... *aiutiamo i nostri bambini a crescere serenamente.*

# Indice

Definizione del bullismo.....	2
Le tipologie di bullismo.....	3
Le caratteristiche del bullismo.....	5
Il cyberbullismo.....	6
Le caratteristiche del cyberbullismo.....	7
Tipologie di cyberbullismo.....	8
Ruoli e protagonismi del bullismo e del cyberbullismo.....	9
Il decalogo per difendersi dal bullo, anche in internet.....	10
I docenti e ... le procedure d'intervento.....	12
Valutazione della situazione della classe, dalla prevenzione all'intervento....	13
Interpretazione della realtà e strategie d'intervento.....	14
Strumenti.....	15
Esempi per la scuola primaria.....	16
Valutazione dell'insegnante.....	19
Per sconfiggere il bullismo ...	20
Metodi e metodologie.....	21
Stimoli letterari.....	22
Stimoli video.....	23
Stimoli di attualità.....	24
Tecniche di rielaborazione.....	25
Cosa possono fare i genitori per aiutare i propri figli?.....	28

## *Riferimenti bibliografici*

Franchini G., Maiolo G., Ciripò, bulli e bulle. Storie di bullismo e cyberbullismo., Trento, Erickson, 2017.

Piattaforma ELISA - Università degli Studi – Firenze

<https://didatticapersuasiva.com>

<https://www.generazioniconnesse.it>

## *Siti consigliati:*

*Sito istituzionale dedicato al bullismo e cyberbullismo "IL NODO BLU NELLE SCUOLE PUGLIESI", raggiungibile al seguente link: <https://www.ilnodoblunellescuolepugliesi.it>*

*Safer Internet Centre - Generazioni Connesse, progetto cofinanziato dall'Unione Europea nell'ambito del programma Connecting Europe Facility - Telecom; per educare e sensibilizzare all'uso positivo e consapevole di Internet, dei nuovi media e tecnologie, raggiungibile al seguente link: <https://www.generazioniconnesse.it>*