

# 10 consigli per contrastare il Bullismo

1. Chiedi aiuto, racconta quanto è accaduto, senza timore, soprattutto agli adulti, sia se sei vittima diretta, sia se assisti dall'"esterno".
2. Non mostrarti impaurito o arrabbiato; nascondere le tue emozioni in questi casi "smonta" chi si diverte a vederti reagire.
3. Cerca di ignorare il bullo e impara a dire NO
4. Non venire alle mani, potresti peggiorare la situazione
5. Rimani sempre in compagnia di qualcuno
6. I genitori non devono minimizzare il problema o colpevolizzare il figlio vittima di bullismo
7. Aiuta gli insegnanti a rendersi conto di quanto accade "di nascosto" nella scuola, parlando con loro
8. I genitori del bullo devono essere aiutati a capire che il proprio figlio va amato, prima che punito
9. Bisogna che ciascuno si prenda le proprie responsabilità, soprattutto gli adulti che devono garantire il benessere dei ragazzi, ognuno secondo il proprio ruolo
10. Molte volte il bullo è così perché non ha adulti di riferimento ed è carente di affetto; per questo lui è bisognoso di aiuto almeno quanto la vittima.



[www.associazioneseral.it](http://www.associazioneseral.it)



[www.comune.castelforte.it](http://www.comune.castelforte.it)

Questa brochure è stata realizzata dagli alunni della Scuola Secondaria di primo grado di Castelforte, nell'ambito del Progetto "Sostenere" nell'A.S. 2010-2011. Essa è stata progettata dai ragazzi attraverso un programma di formazione-intervento® nel quale sono stati seguiti dalle docenti Viviana Vezza e Maria Marricco.



Il gruppo di progetto

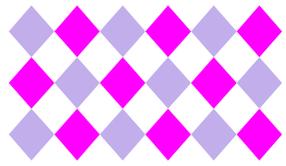
Progetto Sostenere  
Istituto Comprensivo Castelforte

*Bulli si diventa,  
non si nasce*

# Il Bullismo



 **Comune di Castelforte**  
 **Associazione Ser.A.L.**



## Che cos'è il bullismo



Il **bullismo** è un fenomeno di gruppo che interessa bambini e adolescenti, sia maschi che femmine, che inizia generalmente tra i 7- 8 anni e può proseguire fino ai 14-16 anni. Il termine "bullismo" richiama l'idea della **prepotenza**, del sopruso e fa pensare a tutti quei comportamenti aggressivi o violenti ai quali si può assistere di frequente nelle scuole o nei luoghi di incontro dei ragazzi. Spesso le vittime non dicono a nessuno quanto subiscono e, solo adulti attenti riescono ad accorgersi dei fatti che realmente avvengono.

# è importante sapere che...

Non tutte le prepotenze rientrano nel fenomeno del bullismo, ma solo quelle che hanno caratteristiche precise:

- l'atto del bullo è sempre volontario;
- è ripetuto nel tempo per periodi anche molto lunghi. Quindi un episodio di prepotenza isolato non può essere definito come atto di bullismo;
- tra bullo e vittima esiste sempre una notevole differenza di forza, o di età, o di sesso che determina uno squilibrio di potere tra i due.



### Chi è il più forte

*Il più forte non è chi si impone sugli altri con la prepotenza, ma chi resiste alla prepotenza affermando la propria identità!*

### Che cos'è l'autonomia

*Non è fare quello che tutto quello che passa per la testa infischiansene di tutti, ma è "il fare" attraverso la una regola che noi stessi riconosciamo importante per poter vivere liberi: rispetto reciproco.*



### Perché il bullo è "bullo"

*Spesso il bullo manifesta attraverso la violenza una mancanza di affetto o di giuste attenzioni vissuta in famiglia. La sua prepotenza è quindi in realtà una richiesta di aiuto, comunicata attraverso l'unico linguaggio che lui o lei hanno imparato nella propria vita.*

