



La scuola del BenEssere

RICERCA-AZIONE PER LA PREVENZIONE
DELLA VIOLENZA TRA PARI



IL BULLISMO - INCONTRO CON I GENITORI

La scuola del BenEssere

Ricerca-azione per la prevenzione della violenza tra pari

5 Scuole Superiori

Liceo Aristofane
Liceo Mamiani
Liceo Ripetta
Liceo Montessori
IIS Bramante

4 Istituti Comprensivi

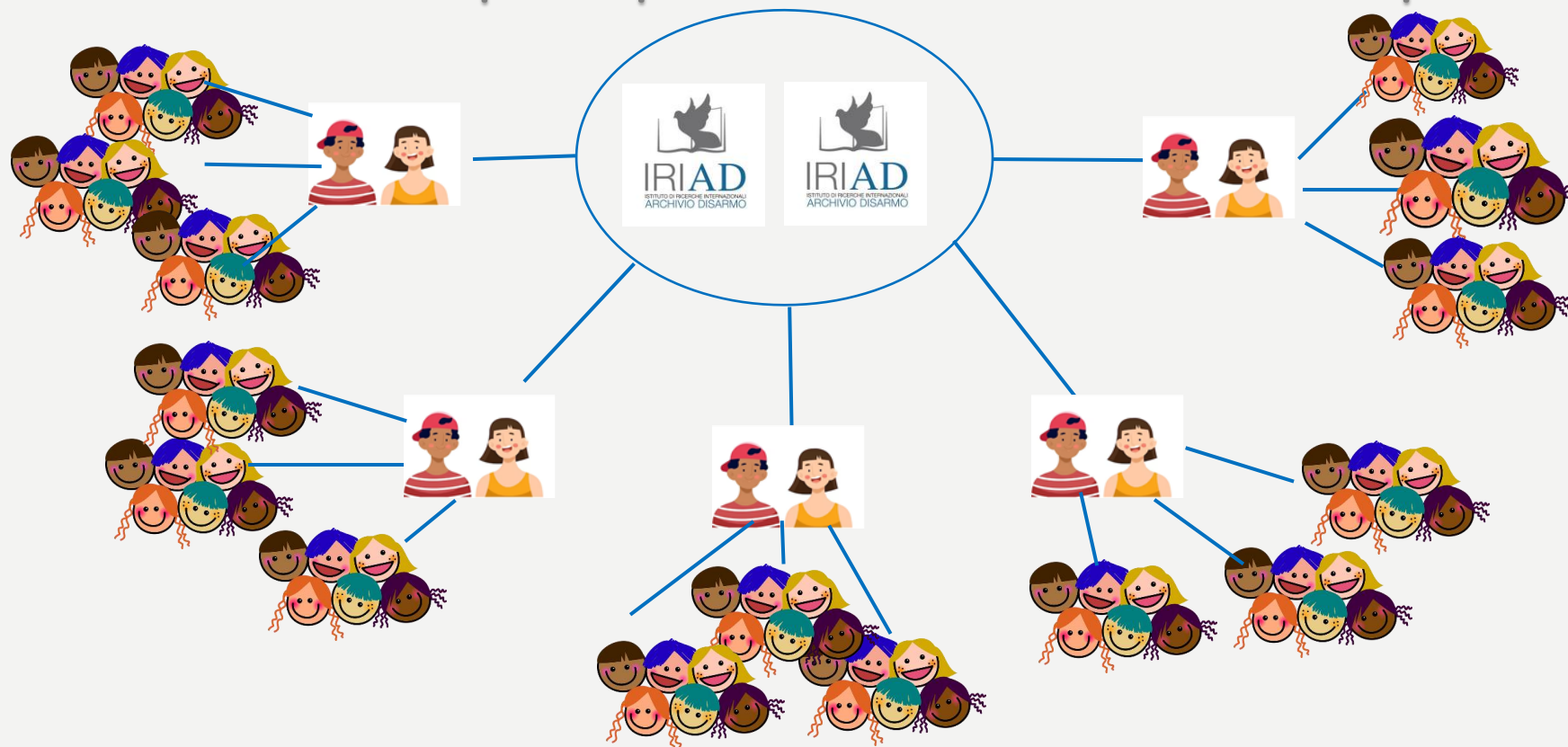
IC Alcide De Gasperi
IC Claudio Abbado
IC piazza Winckelmann
IC Uruguay

Municipio Roma II
Municipio Roma III
Asl RMI

Il progetto ha fornito agli studenti degli Istituti Superiori gli strumenti necessari per promuovere sul territorio una cultura del rispetto, nonché prevenire la diffusione di fenomeni di violenza quali il bullismo ed il cyberbullismo e attivare percorsi virtuosi e innovativi di **peer education**

La scuola del BenEssere

Ricerca-azione per la prevenzione della violenza tra pari



Destinatari raggiunti :

Oltre 800 bambini e bambine della primaria

Oltre 1000 ragazzi e ragazze della secondaria

CHE COSA È PER VOI IL BULLISMO?

Scherzo



Evento divertente, non ha intenzione di ferire, genera emozioni positive in tutti. Ammette reciprocità. Di solito lo scherzo è bello «finché dura poco»

Litigio



Evento che nasce da una incomprensione, una differenza, una competizione. E' caratterizzato dalla compresenza di emozioni negative nei contendenti, «alla pari». Non si ripete nel tempo.

Bullismo



Abuso di potere, segnato da azioni prevaricanti (fisiche, verbali, psicologiche) ripetute nel tempo, con fissità ed asimmetria dei ruoli. Crea sofferenza in chi subisce.

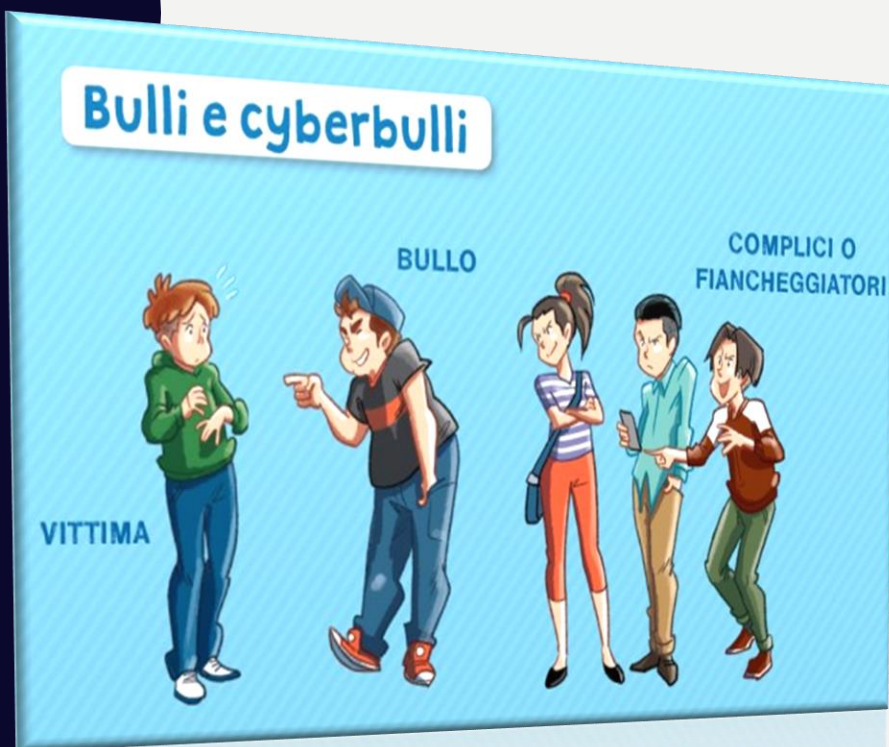
Reato



Comportamento che infrange una norma giuridica. Può accadere un reato con episodi di bullismo, ma anche con semplici litigi degenerati. Dai 14 anni il minore è imputabile e quindi punibile

CHE COS'È IL BULLISMO

Il termine bullismo deriva dalla parola inglese “bullying”, viene definito come un’**oppressione**, psicologica o fisica, **ripetuta e continuata** nel tempo, perpetuata da una persona o da un gruppo di persone **più potente** nei confronti di un’altra percepita come **più debole**.



CARATTERISTICHE DEL BULLISMO

INTENZIONALITÀ

Il bullo offende con l'intenzione e lo scopo di dominare sull'altra persona (la vittima)

PERSISTENZA NEL TEMPO

Gli episodi sono ripetuti nel tempo, e si verificano con frequenza elevata.

Tuttavia, anche UN singolo episodio è considerato atto di bullismo

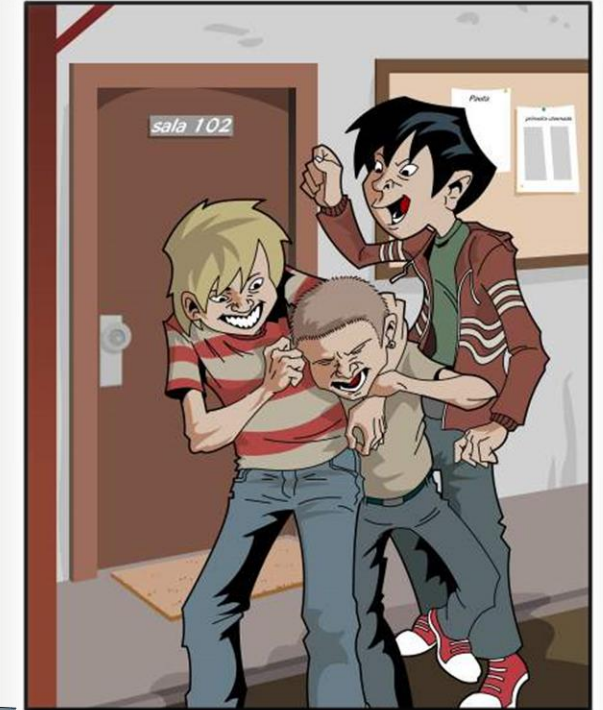
ASIMMETRIA DI POTERE

Squilibrio di forza e potere tra bullo e vittima. Diversi fattori possono intervenire in questa relazione (Forza fisica, Genere, Età).

FORME PRINCIPALI DI BULLISMO

- DIRETTO FISICO:

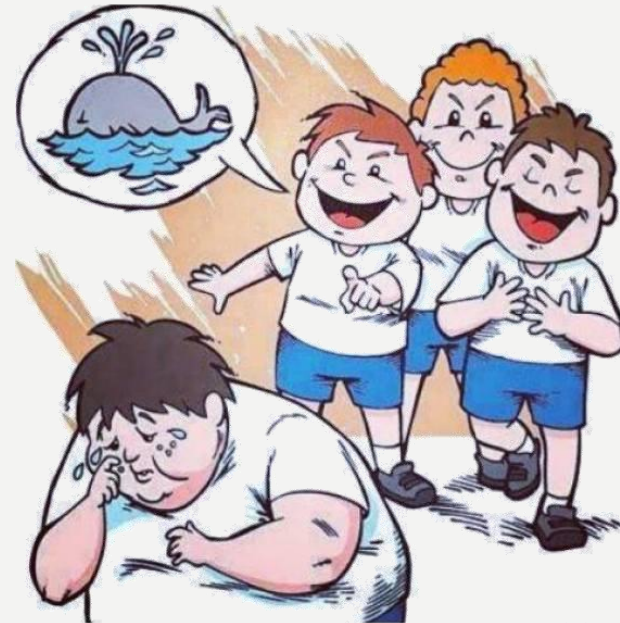
consiste nel picchiare, prendere a calci e pugni, spingere, dare pizzicotti, graffiare, mordere, tirare i capelli, appropriarsi o rovinare gli oggetti degli altri.



FORME PRINCIPALI DI BULLISMO

DIRETTO VERBALE:

consiste nel minacciare, insultare, offendere, prendere in giro, esprimere pensieri razzisti, estorcere denaro o beni materiali.



FORME PRINCIPALI DI BULLISMO

INDIRETTO:

consiste nel provocare un danno psicologico attraverso l'esclusione dal gruppo dei coetanei, l'isolamento, l'uso ripetuto di smorfie e gesti volgari, la diffusione di pettegolezzi e calunnie sul conto della vittima, il danneggiamento dei rapporti di amicizia.

BULLISMO: MASCHI VS FEMMINE

I **maschi** mettono in atto prevalentemente forme di bullismo diretto.

I comportamenti sono agiti sia nei confronti dei maschi, sia nei confronti delle femmine

Le **femmine** principalmente utilizzano modalità indirette di bullismo (pettegolezzi, isolamento, umiliazioni, emarginazione)

Per questo motivo è più difficile da individuare e per molto tempo è stato sottostimato ed invisibile.

I comportamenti sono agiti prevalentemente verso femmine.

GLI ATTORI DELLE PREPOTENZE

- *Il bullo leader* è l'ideatore delle prepotenze (non sempre il perpetratore).
- *I gregari* partecipano alle prepotenze sotto la guida del bullo.
- *I sostenitori* sono coloro che assistono senza prendere parte all'azione sostenendola con incitamenti, risolini e via di seguito. Essi contribuiscono a determinare il fenomeno, aggravando la situazione della vittima e costruendo aspettative di ruolo verso i bulli.

ETÀ E LUOGHI

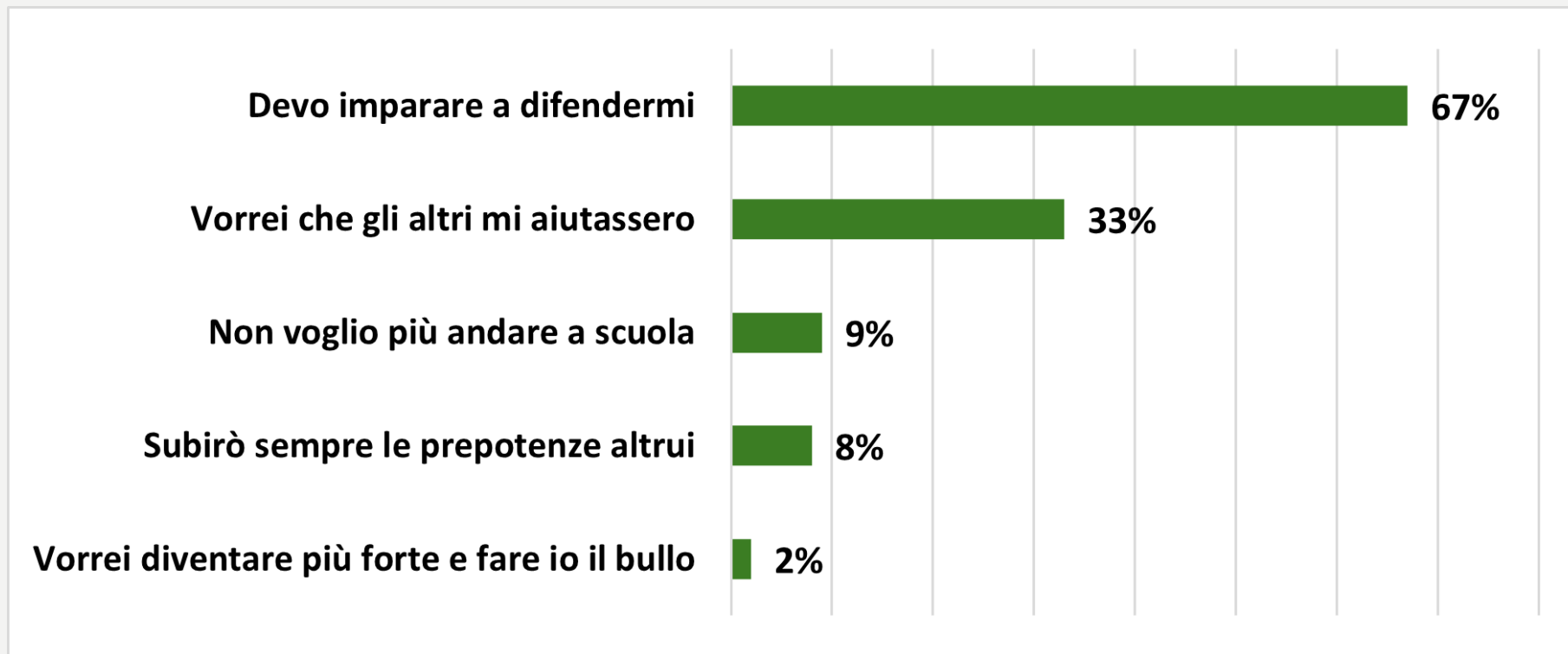
- I **soggetti implicati** sono bambini e adolescenti in una fascia di età compresa tra i 7-8 e i 14-16 anni.
- I **contesti** in cui avvengono con maggior frequenza sono gli ambienti scolastici: le aule, i corridoi, il cortile, i bagni e in genere i luoghi isolati.
- I bulli e le vittime fanno parte della stessa classe. A volte le persecuzioni possono avvenire anche durante il tragitto casa-scuola e viceversa.

PERCHÉ È IMPORTANTE CONTRASTARE IL BULLISMO?

- **Perché il bullismo fa male a coloro che lo subiscono.** Hanno paura, si sentono soli, sbagliati, umiliati, indifesi. Soprattutto se sono adolescenti, si vergognano a chiedere aiuto. In loro la sofferenza aumenta sempre di più e aiutarli diventa molto difficile. In età adulta possono sentirsi a disagio nelle relazioni con gli altri sentendosi sempre potenzialmente «vittime»
- **Perché il bullismo fa male a quelli che lo compiono.** Si illudono di risolvere con la prepotenza tutti i problemi che incontrano e non si mostrano agli altri come sono realmente, con capacità e debolezze. Scambiano la paura suscitata nelle vittime per rispetto ed approvazione. Si costringono a reggere il personaggio del “duro” anche quando non ne hanno voglia, perché non possono perdere la faccia. Da grandi rischiano più degli altri di avere problemi con la giustizia.
- **Perché il bullismo fa male a coloro che assistono senza far niente.** Alcuni diventano amici del prepotente per non avere problemi, altri hanno paura di essere presi di mira in futuro. Tutti insieme imparano a “farsi i fatti propri”, pensando che non si può contare sull’aiuto di nessuno perché vince sempre il più forte. Con la legge della giungla tutti possono essere vittime, perché ognuno ha dei punti deboli e può essere preso di mira dagli altri
- **Perché la violenza crea violenza, la vessazione genera vessazione** Se il bullismo dura a lungo può darsi che, presto o tardi, la vittima esploda con una reazione estrema e apparentemente eccessiva. Può farlo verso chi la sta vessando o verso altre persone, più deboli di lei. Molti “bulli” sono state “vittime” in passato. Soprattutto se, quando erano in difficoltà, non si sono sentiti ascoltati e sostenuti da nessuno.

ANTICIPAZIONE INDAGINE CONOSCITIVA

Quando hai subito queste prepotenze cosa hai provato?



CONSEGUENZE PER I BULLI

A breve termine

- Basso rendimento scolastico
- Disturbi della condotta per incapacità di rispettare le regole
- Difficoltà relazionali

A lungo termine

- Ripetute bocciature e abbandono scolastico
- Comportamenti devianti e antisociali: crimini, furti, atti di vandalismo, abuso di sostanze
- Violenza in famiglia e aggressività sul lavoro

CONSEGUENZE PER LE VITTIME

A breve termine

- Sintomi fisici: mal di pancia, mal di stomaco, mal di testa (soprattutto alla mattina prima di andare a scuola)
- Sintomi psicologici: disturbi del sonno, incubi, attacchi d'ansia
- Problemi di concentrazione e di apprendimento, calo del rendimento scolastico
- Riluttanza nell'andare a scuola, disinvestimento nelle attività scolastiche
- Svalutazione della propria identità, scarsa autostima

A lungo termine

- Psicopatologie:
- Depressione
- Comportamenti autodistruttivi/autolesivi
- Abbandono scolastico
- A livello personale: insicurezza, ansia, bassa autostima, problemi nell'adattamento socio-affettivo.
- A livello sociale: ritiro, solitudine, relazioni povere

LINEE GUIDA PER I GENITORI

I genitori devono essere consapevoli che il loro compito è **guidare e sostenere** i propri figli, incoraggiandoli ad affrontare le difficoltà del percorso di crescita. La cosa sicuramente più importante che possono fare è interessarsi a come si comportano i figli in classe; si verifica spesso, infatti, che il comportamento del figlio a scuola sia differente da quello a casa dove, talvolta, è più calmo e tranquillo.

Quando il genitore viene a conoscenza che il proprio figlio subisce prepotenze o è un bullo è importante che:

- si rivolga agli **INSEGNANTI** e al **DIRIGENTE SCOLASTICO**, affinché si possa intervenire;

RICORDATEVI CHE LA SCUOLA E LA FAMIGLIA DEVONO ESSERE ALLEATI

- sappia che ci sono dei **NUMERI VERDI, ASSOCIAZIONI, PROFESSIONISTI** con competenze specifiche a cui potersi rivolgere

I SEGNALI DI ALLARME DA OSSERVARE NELLE VITTIME

- Rifiuto immotivato di recarsi a scuola;
- E' triste e scontento quando torna a casa
- Calo improvviso del rendimento scolastico
- Sparizione frequente di materiale scolastico personale;
- Ritrovamento di abiti sporcati, rovinati;
- Segni di violenza fisica;
- Chiede denaro a casa con motivazioni dubbie
- Rifiuto di raccontare cosa avviene a scuola;
- Mostra segnali di ansia
- Disturbi del sonno, scarso appetito



I SEGNALI DI ALLARME DA OSSERVARE NEI SOSPETTI **BULLI**

- Non rispetta l'autorità
- Ostenta superiorità nei confronti degli altri
- Tende a svalutare le altre persone
- Non mostra empatia
- Non rispetta gli altri
- È indifferente di fronte alla violenza (può trovarla divertente)
- È insensibile o crudele verso gli animali
- Ha una certa tendenza alla menzogna
- Non riconosce le proprie responsabilità e tende ad attribuirle agli altri
- Tende a percepire ostilità da parte degli altri
- Utilizza la collera per esprimersi
- Sembra non provare paura
- Possiede oggetti o denaro di cui non si riesce a stabilire la provenienza



COSA FARE

- **Ascoltare** Creare le condizioni perché i figli posano raccontare gli episodi spiacevoli senza minimizzare o enfatizzare, accogliendo le emozioni e cercando di capire cosa è successo prima di dare soluzioni.
- **Ricercare insieme soluzioni** Aiutare i figli a trovare insieme delle soluzioni con atteggiamento rassicurante e fiducioso, se il figlio subisce forme di prepotenza e bullismo; aiutandolo a mettersi nei panni dell'altro, se il figlio mette in atto forme di prepotenza e bullismo.
- **Chiedere aiuto** Far comprendere al figlio che chiedere aiuto non è un segno di debolezza, ma un comportamento adeguato.
- **Supporto professionale** Non esitare a chiedere un supporto professionale, se il figlio si trova coinvolto ripetutamente in episodi di prepotenza e bullismo, in situazioni diverse e con ragazzi differenti.
- **Parlare con gli insegnanti** Quando il bullismo si verifica a scuola è fondamentale parlarne con gli insegnanti, i quali si attiveranno e potranno dare indicazioni su come procedere.

DISPOSITIVI INFORMATICI

Quali dispositivi
utilizzano i vostri
bambini?

Per quanto
tempo?

I RISCHI LEGATI A UN USO ECCESSIVO DELLE TECNOLOGIE

- Partiamo dal presupposto che l'intrattenimento con i device moderni (smartphone, tablet, pc, console da gioco) **non** è qualcosa da **criminalizzare** perché fa parte della nostra vita e di quella dei nostri figli.
- Secondo l'indagine dell'Osservatorio nazionale adolescenza l'età media per quanto riguarda l'uso del primo cellulare, si attesta oggi intorno ai **9 anni**.
- Dobbiamo quindi essere consapevoli delle **conseguenze** di **un'esposizione eccessiva** dei bambini a questi dispositivi.

QUALI SONO SECONDO VOI ???

I RISCHI LEGATI A UN USO ECCESSIVO DELLE TECNOLOGIE

IPERATTIVITA',
DISTURBI DEL
SONNO,
MANCANZA DI
CONCENTRAZIONE

DISTURBI VISIVI,
DOLORI ALLA
SCHIENA,
CATTIVA
POSTURA

SOSTITUZIONE
DELLE RELAZIONI
UMANE CON
QUELLE
VIRTUALI/RISCHIO
ISOLAMENTO

CONSIGLI PER I GENITORI

Conoscere

Imparate a utilizzare al meglio i dispositivi informatici, solo così è possibile adottare mezzi di difesa e di controllo

CONSIGLI PER I GENITORI

Stabilire tempi

Stabilite i tempi di utilizzo dei devices informatici e del collegamento in Rete a seconda dell'età di vostro figlio. Si può considerare eccessivo un utilizzo che sottrae tempo alle altre attività importanti per la crescita (studio, amici, sport, socializzazione nel mondo reale).

CONSIGLI PER I GENITORI

Stabilire regole

Condividete le raccomandazioni per un uso sicuro di Internet con i vostri figli. È utile scrivere insieme a loro una «carta delle regole di comportamento».

CONSIGLI PER I GENITORI

Monitorare

Chiedete ai vostri figli di essere informati rispetto alle loro attività online: che cosa fanno in Rete e con chi stanno comunicando. I dispositivi informatici vanno utilizzati in una stanza di accesso comune, non nella camera dei bambini o in un ambiente isolato.

Se non potete seguire direttamente la navigazione dei vostri figli, potete utilizzare dei software di protezione per monitorare l'uso di internet e dei software "filtro" per veicolare la navigazione solo verso siti consentiti.

Controllate periodicamente la cronologia dei siti web visitati dai vostri bambini.

CONSIGLI PER I GENITORI

Parlare dei rischi/educazione informatica

Spiegate ai vostri figli che le persone che incontrano in Rete non sempre sono quello che dicono di essere.

Parlate apertamente con i vostri figli dei rischi che possono presentarsi durante la navigazione. I ragazzi devono essere consci dei pericoli ai quali vanno incontro e sapere che possono confidarsi con i genitori in caso di brutti incontri virtuali.

Insegnate ai vostri figli a bloccare chi li infastidisce in Rete.

Spiegate ai vostri figli che non bisogna mai fornire online dati personali a sconosciuti (nome, età, indirizzo, nr. telefono, e-mail, foto proprie e/o di familiari e amici) e non bisogna compilare moduli online dove vengano richieste.

Dimostrate ai vostri figli la disponibilità ad ascoltarli, anche per fornire loro l'opportunità di riferire se qualcuno o qualcosa li ha turbati o li ha fatti sentire a disagio durante la navigazione.

Insegnate ai vostri ragazzi che comportamenti illeciti nel mondo reale (per es. insultare una persona, sottrarre credenziali ad un amico, accedere illecitamente ad un sito o ad un servizio ecc.), sono illegali anche in Rete.

CONSIGLI PER I GENITORI

Prestare attenzione

Considerate che spesso, navigando, ci si allontana molto dal punto da cui si è partiti per effettuare una ricerca: questo aumenta il rischio di accedere anche involontariamente a materiali non idonei a bambini e adolescenti; è perciò necessaria una vostra continua attenzione. Molti bambini utilizzano internet già durante i primi anni della scuola primaria. È importante sottolineare che è fondamentale l'accompagnamento all'utilizzo di internet da parte di un adulto (genitore, insegnante, educatore) in relazione all'età del bambino. **I bambini al di sotto dei 10 anni**, in genere, non avendo ancora sviluppato le capacità di pensiero critico necessarie, **non sono in grado di esplorare il web da soli**. Con la **preadolescenza** e l'**adolescenza** si intensifica l'uso di Internet: i giovani scaricano musica, utilizzano motori di ricerca per trovare informazioni, visitano siti, inviano e ricevono sms, la posta elettronica e i giochi online. **La supervisione degli adulti è quindi fondamentale anche in questa fase**, poiché una maggior conoscenza e consapevolezza legate alla crescita non mettono comunque al riparo dai rischi della Rete.

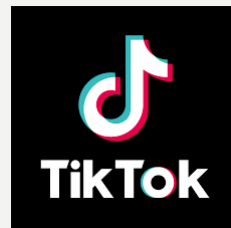
IL CYBERBULLISMO: COS'È

Qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione e si intende altresì qualunque forma di furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati per-sonali in danno di minorenni, **realizzata per via telematica**.

(Legge 71/2017

«Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo»).

Al fine di rafforzare la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo e del bullismo e potenziare la protezione delle vittime, la recente **legge n. 70 del 17 maggio 2024 estende espressamente l'applicazione della legge del 2017 anche al bullismo**.



CARATTERISTICHE

- Le prepotenze, attraverso l'uso delle tecnologie (cellulari, Rete, Social Network) si propagano all'istante (**PERVASIVITA'**);
- Aumenta la platea dei possibili spettatori senza alcun tipo di controllo. La vittima ha la sensazione di poter essere raggiunta in ogni momento;
- I contenuti possono rimanere online per molto tempo (**PERSISTENZA**);
- Gli episodi riscontrati sembrano essere solo la punta dell'«iceberg». Si parla di «FENOMENO SOMMERSO».
- La possibilità di **ANONIMATO** offerta dalla RETE riduce l'EMPATIA nei confronti della vittima.



TIPOLOGIE DI CYBERBULLISMO

- **Molestie - Harrassment:** messaggi e pubblicazioni offensive o volgari, ripetuti nel tempo; spyware – controllare i movimenti on line della vittima -; telefonate mute.
- **Cyberstalking:** può nascere quando la molestia è particolarmente insistente e diretta verso coetanei con cui si ha un rapporto conflittuale o con cui si è interrotta una relazione affettiva.
- **Denigrazione - Denigration:** azione singola volta a denigrare l'altro (una foto deformata, immagini porno) che può produrre effetti indefiniti e a cascata.
- **Fingersi un altro – Impersonation:** il bullo, riuscito ad accedere alla password della vittima, invia messaggi ad altre persone o pubblica dati, “spacciandosi” per quella persona, al fine di cambiare o distruggere l'immagine della stessa.

TIPOLOGIE DI CYBERBULLISMO

- **Manipolazione delle informazioni – Outing:** “il bullo” conosce segreti e possiede immagini della “vittima” (prima amica) che diffonde a sua insaputa o contro la sua volontà. Può costringere la “vittima” a pubblicare informazioni e/o immagini di altre persone.
- **Escludere (“bannare”) - Exclution:** cancellare/estromettere da una chat, gruppo on line di gioco, lista di amici, una persona.
- **Filmare – Cyberbrashing:** video riprendere un atto di bullismo e pubblicarlo su internet, chiedendo pareri e di votarlo.
- **Flaming** – da fiamma: invio on line di messaggi violenti e volgari
- **Cyberpersecuzione:** molestie e minacce ripetute per incutere timore o paura



Bullismo tradizionale	Cyberbullismo
I bulli di solito sono: studenti o compagni di classe (persone conosciute dalla vittima)	I cyberbulli sono: anonimi
I testimoni delle azioni di prepotenza e di aggressività sono solamente i membri di un determinato ambiente (scuola, parco giochi) e restano circoscritte da un spazio	Il “materiale” usato dai cyberbulli può essere diffuso in tutto il mondo
Si riscontra un certo tipo di disinibizione sollecitata dalle dinamiche di gruppo	Qui è presente un’altro tipo di disinibizione: il bullo virtuale tende a fare ciò che non avrebbe coraggio di fare nella vita reale
Il bullo tradizionale ha bisogno di dominare le relazioni interpersonali correlate con la visibilità, ovvero, della presenza reale del bullo	Il cyberbullo si approfitta della presunta invisibilità (ogni computer lascia le “impronte” che possono essere identificate dalla polizia postale) attraverso la quale vuole ugualmente esprimere il proprio potere e dominio
Si osserva una chiara presenza di feedback tra la vittima e il suo oppressore, alla quale non presta sufficientemente attenzione (consapevolezza cognitiva ma non emotiva)	Il bullo virtuale, invece, non vede le conseguenze delle proprie azioni, e proprio quello può ostacolare in lui la comprensione empatica della sofferenza provata dalla vittima
Si può riscontrare piuttosto facilmente la deresponsabilizzazione, del tipo: “Non è colpa mia, stiamo scherzando”;	Nel cyberbullismo si può, invece, rilevare anche i processi depersonalizzazione, dove le conseguenze delle proprie azioni vanno prescritte agli avatar
Nel bullismo tradizionale, sono solo i bulli ad eseguire i comportamenti aggressivi	Nel bullismo virtuale, anche la vittima nella vita reale o di un basso potere sociale può diventare il cyber bullo
Nel bullismo tradizionale il pubblico è passivo	Nel caso di cyberbullismo gli spettatori possono essere passivi e attivi (partecipare nelle prepotenze

SEXTING!



KINDA FUNNY
IF YOU STOP AND
THINK ABOUT IT.

Sexting: cosa si intende?

Il termine “sexting”, deriva dalla fusione delle parole inglesi “sex” (sesso) e “texting” (pubblicare testo). Si può definire “sexting” l’invio e la condivisione di testi, video o immagini sessualmente esplicite/inerenti alla sessualità. Spesso, sono realizzate e diffuse attraverso gli smartphone (tramite l’invio di mms o condivisione tramite bluetooth) o attraverso siti, e-mail, chat.

Tali immagini o video, anche se inviate ad una ristretta cerchia di persone, si diffondono in modo incontrollabile e possono creare seri problemi, sia personali che legali, alla persona ritratta. L’invio di foto che ritraggono minorenni in pose sessualmente esplicite configura, infatti, il reato di distribuzione di materiale pedopornografico.

Ma quali sono gli aspetti caratteristici di questo tipo di comportamenti?

- **Fiducia:** spesso i ragazzi/le ragazze inviano proprie immagini o video nudi o sessualmente espliciti perché si fidano della persona a cui stanno inviando il materiale. **Mostrano una scarsa consapevolezza** che quello stesso materiale, se il rapporto (amicale o di coppia) dovesse deteriorarsi o rompersi, potrebbe essere diffuso come ripicca per quanto accaduto.
- **Pervasività:** le possibilità che offrono i telefonini di nuova generazione permettono di condividere le foto proprie o altrui con molte persone contemporaneamente, attraverso invii multipli, condivisione sui social network, diffusione online;
- **Persistenza del fenomeno:** il materiale pubblicato su internet può rimanere disponibile online anche per molto tempo. I ragazzi, che crescono immersi nelle nuove tecnologie, **non sono consapevoli che una foto o un video diffusi in rete potrebbero non essere tolti mai più.**
- **Non consapevolezza:** i ragazzi spesso **non sono consapevoli di scambiare materiale pedopornografico.**

Consigli da dare ai ragazzi :

E' necessario che i ragazzi siano i primi autori della loro tutela e della loro sicurezza quando sono online, ecco alcuni consigli pratici per tutti i bambini e gli adolescenti, che li possono aiutare ad affrontare e reagire a **situazioni pericolose**:

- **Non rispondere** a email o post molesti o offensivi nei tuoi profili sui social network.
- Se i post nei tuoi profili sui social network ti infastidiscono cancellali, **bloccando** la persona che te li ha inviati
- Salva i messaggi che ricevi prendendo nota del giorno e dell'ora in cui arrivano (se chat, salva la cronologia).
- A seconda di dove ricevi le minacce, cambia nickname, o numero di cellulare o l'indirizzo mail.
- Se qualcosa che avviene online ti infastidisce (o fa stare male un tuo amico), **parlane con un adulto** di cui ti fidi.
- In caso di minacce o proposte che ti infastidiscono, parlane immediatamente con gli adulti di cui ti fidi.

✓ PER LA VITTIMA NON È SEMPLICE REAGIRE ALLE PREPOTENZE. TUTTAVIA, CI SONO ALCUNI COMPORTAMENTI CHE POSSONO ESSERE D'AIUTO.

✓ Ecco alcuni consigli utili:

- ✓ non vergognarsi per ciò che accade, non è in alcun modo colpa di chi sta subendo;
- ✓ chiedere aiuto non significa essere una spia o un debole, ma è il primo passo per risolvere la situazione;
- ✓ parlarne immediatamente con gli adulti di cui ti fidi (genitori, insegnanti, persone di cui ti fidi...)
- ✓ raccontare agli insegnanti quello che accade, magari con l'aiuto e l'appoggio di qualche compagno;
- ✓ l'isolamento non è una soluzione. Altri ragazzi possono essere stati coinvolti in episodi di bullismo, ricordarsi che non siamo soli!!!



NON VERGOGNARTI



PARLANE CON GLI AMICI

ISOLARSI NON SERVE...NON SEI SOLO



PARLANE CON I GENITORI



'Sei grassa', 18enne vittima di cyberbullismo si suicida di fronte alla famiglia

Casi di bullismo

**Il caso di Padova. 14enne spinta a suicidarsi su Ask.fm.
«Suicidati», «Sei strana, meriti di stare sola»**

📅 aprile 5, 2017 👤 No Bullismo 💬 0 Comments

**Vercelli, si impicca ragazzo
vittima del cyberbullismo**



Articoli sul bullismo

Casi di bullismo

Testimonianze

Carolina Picchio vittima di Cyberbullismo

📅 febbraio 26, 2017 👤 No Bullismo 💬 0 Comments 📌 Testimonianze bullismo, Testimonianze cyberbullismo

RISCHI LEGATI ALL'UTILIZZO DEI SOCIAL MEDIA – INTERNET ADDICTION

Chi ha una dipendenza da Internet riversa in questa occupazione la maggior parte delle sue energie e del suo tempo, manifestando **stress e comportamenti disfunzionali** quando non riesce a connettersi.

La dipendenza da Internet può associarsi anche a manifestazioni di **ritiro sociale**, per cui l'adolescente preferisce la **vita virtuale** a quella reale, si isola in se stesso e spesso presenta anche delle **alterazioni nel ritmo sonno-veglia**

Senza arrivare a situazioni di disagio estremo è importante rilevare che, da uno studio condotto dall'Osservatorio Nazionale Adolescenza, **6 adolescenti su 10 dichiarano di rimanere spesso svegli fino all'alba** a chattare, parlare e giocare con gli amici o con la/il fidanzata/o, rispetto ai **4 su 10** nella fascia dei preadolescenti. (**cosiddetto fenomeno del vamping**)

E i videogiochi???

RISCHI LEGATI ALL'UTILIZZO DEI SOCIAL MEDIA – DISMORFIA DA FILTRI

L'utilizzo spasmodico dei **social network** ha cambiato la percezione **dell'aspetto esteriore**, nostro e degli altri, ed è sicuramente molto cambiato da quando il **selfie** è diventato così importante nella nostra quotidianità.

I "**filtri di bellezza**" contribuiscono all'idea che non sia accettabile mostrarsi come si è in realtà. L'idea molto diffusa tra i giovani è che **se non sei perfetto o perfezionato da qualche filtro, meglio evitare di esporre la tua immagine**.

È in forte **aumento**, da parte delle giovanissime, la richiesta di **interventi chirurgici che le renda simili a uno scatto di loro stesse, modificato dai filtri**.

RISCHI LEGATI ALL'UTILIZZO DEI SOCIAL MEDIA – LIKE ADDICTION

- Gli adolescenti sono alla continua ricerca di approvazione, che si raggiunge attraverso like e follower. Per **oltre 3 adolescenti su 10 è importante il numero dei like ricevuti: tanti like e tante approvazioni accrescono l'autostima**, la popolarità e quindi la sicurezza personale.
- Ovviamente, vale anche il contrario, ovvero **commenti dispregiativi e pochi like condizionano l'umore e l'autostima in negativo**, tanto che il 34% ci rimane molto male e si arrabbia quando non si sente apprezzato.
- Una motivazione ce la fornisce la **scienza**: ogni volta che riceviamo una notifica, come un like o un commento, il nostro cervello rilascia piccole quantità di dopamina, generando una sensazione di piacere e soddisfazione. Il piacere associato alla notifica spinge l'utente a continuare l'interazione con la piattaforma, postando più contenuti, controllando frequentemente le notifiche, o partecipando attivamente nei social.

EVENTO CONCLUSIVO DEL PROGETTO

 **La scuola del
BenEssere.**

Ricerca-azione per la
prevenzione della violenza
tra pari.

**LICEO MAMIANI
VIALE DELLE MILIZIE, 30 – ROMA
MARTEDÌ 11 MARZO 2025
ORE 14:30**



Presentazione dei risultati dell'indagine
conoscitiva sulla diffusione del bullismo nel
territorio

Saluti

Carlo Caprari – Regione Lazio Direzione Inclusione Sociale, Area
Terzo settore e innovazione sociale

Interventi

Fabrizio Battistelli – Presidente Archivio Disarmo
**Studenti peer tutor dell'IIS Bramante, Liceo Aristofane, Liceo
Mamiani, Liceo Montessori, Liceo Ripetta**

Seguirà un rinfresco alle ore 16:30.

Progetto realizzato con il contributo di