



LA GUIDA DEDICATA AI GENITORI PER AIUTARLI  
A STARE VICINO AI PROPRI RAGAZZI

## COS'È IL BULLISMO

Il bullismo è una prevaricazione intenzionale, ripetuta nel tempo, che prevede l'utilizzo di violenza fisica, verbale o psicologica e può avere conseguenze molto gravi. Per non sottovalutarlo bisogna riconoscerlo.



**BOTTE**

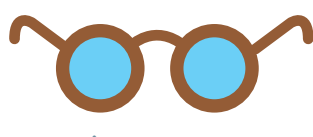


**MINACCE E INTIMIDAZIONI**



**PRESE IN GIRO**

**INSULTI**



HEY! 4 OCCHI!

**COMMENTI A SFONDO  
SESSUALE**

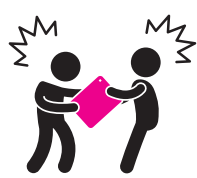


**FURTI O  
DANNEGGIAMENTI**



Anche pettegolezzi o continue esclusioni dal gruppo possono essere considerati bullismo.

## FORSE NON SAI CHE...



**15,09%**

degli studenti è vittima di bullismo e cyber-bullismo



**51%**

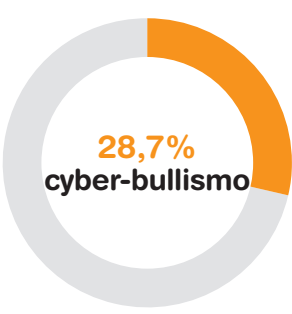
dei ragazzi ha assistito a episodi di bullismo



**79%**

degli atti di bullismo avviene a scuola

## LE FORME PIÙ COMUNI DI BULLISMO



## I CAMPANELLI D'ALLARME

Torna spesso a casa con vestiti stracciati o sguaiati, libri o oggetti rovinati o vi dice di aver perso i soldi che gli avevate dato

Ha lividi o ferite per i quali non riesce a fornire una spiegazione

Non invita più a casa i compagni di classe o i coetanei e non trascorre più del tempo con loro



Smette improvvisamente di andare su Internet o, al contrario, controlla in continuazione i propri profili sui social network

Ha paura di andare a scuola o in altri luoghi di aggregazione che prima frequentava abitualmente



Ha mal di stomaco o mal di testa frequenti prima di andare nei luoghi di aggregazione (ad es. scuola, palestra), improvviso calo nel rendimento scolastico, difficoltà del sonno, inconsueti sbalzi di umore, irritazione o scoppi d'ira

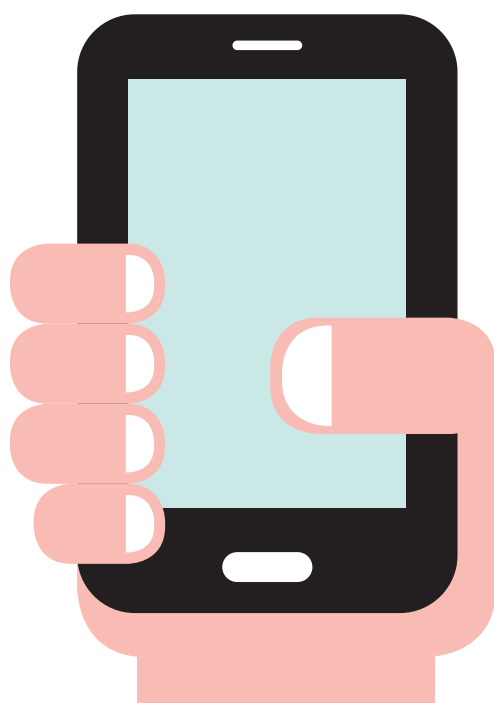
## CONSIGLI PER CONTRASTARE IL BULLISMO

- Educa a comportamenti relazionali positivi, dando l'esempio in famiglia
- Educa all'accettazione, all'ascolto e al rispetto per l'altro
- Invita a non rimanere indifferente davanti alle ingiustizie, anche a quelle che non riguardano i suoi amici
- Presta attenzione ai segnali di malessere di tuo figlio
- Se tuo figlio ti racconta una situazione di bullismo, ascolta senza minimizzare e giudicare quello che ha fatto/non ha fatto
- Ascolta il suo parere valorizzandone l'iniziativa e trovate insieme un modo per risolvere la situazione
- Stimola tuo figlio a trovare attività nuove e gratificanti, anche al di fuori della scuola, che possano aumentare la sua autostima
- Confrontati con gli insegnanti e cercate insieme una soluzione
- In caso di necessità, rivolgiti a Telefono Azzurro chiamando il numero 1.96.96



## E C'È ANCHE IL CYBER-BULLISMO

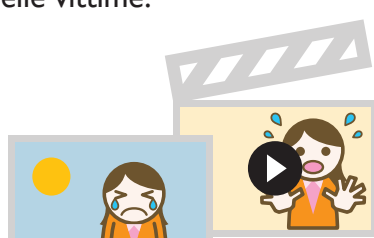
I ragazzi hanno un'intensa attività online. Se il bullismo è circoscritto all'aula o al gruppetto di presenti, il cyber-bullismo può contare su una platea sconfinata, aumentando in modo esponenziale le sofferenze delle vittime.



Offese sui social network



Minacce via e-mail



Pubblicazione di foto o video umilianti



Insulti via sms o chat

## UN PROBLEMA REALE



**59,2%**

usa il telefono per collegarsi a Internet



**20%**

ha trovato proprie foto imbarazzanti online



**23,6%**

ha trovato proprie informazioni false



**10,2%**

ha ricevuto sms a sfondo sessuale

## CONSIGLI PER CONTRASTARE IL CYBER-BULLISMO

- Cerca di conoscere il mondo online di tuo figlio, cosa fa, che siti frequenta, chi incontra
- Insegnagli a usare Internet con la testa, in particolare a non inviare informazioni sensibili
- Spiegagli quali rischi corre online, come quelli legati all'invio di foto/video di se stesso che possono finire nelle mani sbagliate
- Insegnagli a comportarsi correttamente e responsabilmente online
- Invitalo a informarti subito se qualcuno lo importuna online
- Presta attenzione anche ai piccoli cambiamenti che avvengono nel suo comportamento e nei suoi atteggiamenti, ancor più se improvvisi
- Mantieni un dialogo sempre aperto con gli insegnanti, la scuola e le altre figure educative
- In caso di necessità, rivolgiti a Telefono Azzurro chiamando il numero 1.96.96



Bullismo e Cyber-bullismo possono avere conseguenze gravissime sulla vita di un bambino o un adolescente, a volte anche estreme. Non sottovalutare il problema, mantieni sempre alta l'attenzione sul mondo di tuo figlio.

Ogni ragazzo in difficoltà può sempre rivolgersi gratuitamente a Telefono Azzurro:

attraverso il servizio  
ch@t disponibile tutti  
i giorni su

**azzurro.it**



chiamando il numero  
gratuito riservato a chi  
ha bisogno di aiuto

**1.96.96**