

CONTRO I BULLISMI UNA RETE PROVINCIALE

Prevenzione e contrasto dei fenomeni
di prevaricazione tra pari

INDICE

1. CHIAREZZA DEFINITORIA 
2. RESPONSABILITÀ, COSA POSSIAMO FARE 
3. VIOLENZA NEI CONFRONTI DELLE DONNE 
4. NORMATIVA E CONTATTI UTILI 

Questo opuscolo informativo è nato dal contributo di numerosi docenti di scuole che hanno aderito al Protocollo *#Tuttiinsieme contro i bullismi – Novara* [1] e che hanno frequentato, nell'anno scolastico 2020-2021, il corso di formazione regionale **"Percorsi di formazione per la prevenzione e il contrasto del bullismo e del cyberbullismo"**.

Il corso ha avuto luogo, con scelte contenutistiche differenti, presso le sedi di Novara, Biella, Verbania e Borgomanero.

Una particolare attenzione è stata dedicata, nel programma sviluppato a Novara, ai linguaggi non violenti e alla comunicazione inclusiva.

Le lezioni su "Bullismo e cyber bullismo: quali i compiti degli adulti?", "Quanto pesano le immagini sul web? Orientarsi nel mare per navigare in sicurezza", "Come prevenire la violenza di genere onlife", "Aggiornamenti sulla normativa", "Il glossario delle parole ostili. Il potere delle parole tra linguaggio inclusivo e odio in rete" sono state tenute dalle docenti: Prof.ssa Anna Rosa Favretto, Prof.ssa Nicoletta Tomba, Prof.ssa Laura Pomicino, Prof.ssa Elena Ferrara, Prof.ssa Vera Gheno.

Tutti i relatori hanno sottolineato il ruolo prezioso degli educatori nella promozione di una vera e propria rivoluzione copernicana volta a diffondere nelle scuole i seguenti elementi di novità:

- Recupero della percezione della **responsabilità** condivisa dalla collettività di tutela dei minori e restituire complessità al fenomeno del bullismo.
- Superamento del binomio bullo - vittima a favore della visione del fenomeno come **"scena affollata"** e il cui contrasto richiede l'azione in rete di molti soggetti.
- Necessità di **chiarezza definitoria** affinchè sia possibile approntare interventi efficaci nelle scuole contro il dilagare di un uso delle parole bullismo e cyberbullismo superficiale e inconsapevole.
- Costruzione di spazi di ascolto e di parola nelle scuole per promuovere la **partecipazione** dei minori non più percepiti solo come oggetto di tutela ma coinvolti attivamente nelle scelte e iniziative approntate con loro e per loro.
- Necessità di contrastare per tempo pregiudizi e stereotipi sin dai primi anni di scolarizzazione.
- Superamento di un atteggiamento di rifiuto e demonizzazione della realtà sempre più **"onlife"** vissuta dagli studenti, promuovendo un incontro tra generazioni in cui ci si arricchisce insieme e si valorizza un uso consapevole, critico e creativo dei dispositivi digitali.

La riflessione promossa dai temi approfonditi durante il corso ha condotto alla scelta da parte di alcuni partecipanti di approntare uno strumento, questo opuscolo, quanto più possibile semplice e funzionale per promuovere una rapida condivisione e conoscenza dei fenomeni di prevaricazione tra pari e delle modalità di prevenzione e contrasto disponibili nelle scuole.

[1] Sottorete provinciale di *#Tuttiinsieme in Piemonte contro i bullismi*, Protocollo istitutivo della rete regionale



1. CHIAREZZA DEFINITORIA

**Se a scuola si sta bene, si apprende meglio:
questo insegnano le Neuroscienze;
questo sa bene chi "vive" la scuola;
da questo noi vogliamo partire per definire
il fenomeno sociale del bullismo.**

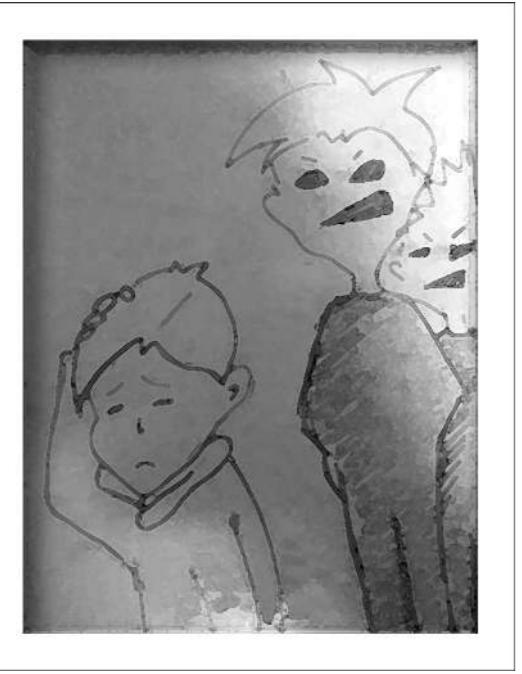
BULLISMO - la definizione

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.

"Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato o vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da parte di uno o di più compagni."
(Olweus, 1996)

"Generalmente il bullismo viene definito come una specifica categoria di comportamenti aggressivi, caratterizzati da ripetizione e da un definito squilibrio di potere."
(Olweus, 1993)

Olweus, psicologo svedese, pioniere degli studi e degli interventi relativi al fenomeno del bullismo



Bullismo è:

subire prepotenze da una o più persone con azioni di forza e di violenza ripetute frequentemente.

Per molto tempo il fenomeno del bullismo è stato ricondotto a una visione semplificata: buoni contro cattivi, vittime contro carnefici.

La realtà del fenomeno è invece complessa e coinvolge molti attori.

Tutti possono ferire ed essere feriti.

Tutti possono sbagliare ma tutti possono cambiare, migliorare e crescere.



BULLISMO I ruoli



**ESTERNI
SPETTATORI
PASSIVI
24 %**

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

(Salmivalli, Voeten, & Poskiparta 2011; Kärnä, Salmivalli, Poskiparta, & Voeten, 2008)



Una "scena affollata": non si è "bulli" o "vittime" per sempre.

Il bullismo è **fenomeno sociale** che cammina accanto alle vite di tutti gli adolescenti, spesso restando alla giusta distanza, qualche volta sfiorandole, altre purtroppo investendole fino a travolgerle. Il bullismo è **fonte di sofferenza** non solo per la vittima, ma per tutte le persone che vi assistono; può creare disagio a scuola, in famiglia o altri contesti educativi e diventare un problema per chi lo subisce, per chi vi assiste inerme, per chi ne è responsabile e per chi vi partecipa. Esso genera un clima di tensione e di insicurezza che mina la serenità dell'intero gruppo classe, spesso generando senso di inefficacia degli insegnanti e compromettendo la qualità della vita e il benessere della popolazione scolastica.

È molto **importante dedicare attenzione e cura a tutte le persone coinvolte nel fenomeno**: la vittima della prevaricazione dalle sofferenze che ne conseguono e i responsabili dagli effetti delle loro azioni. È molto importante, inoltre, mettere i ragazzi coinvolti nella condizione di auto-protegersi, aiutandoli ad elaborare strumenti relazionali per riuscire a governare un conflitto. In questo la scuola e la famiglia possono fare molto.

I tre elementi che caratterizzano il bullismo

Ci sono tre elementi a cui prestare attenzione per definire alcune situazioni anomale e ricondurle ad atti di bullismo a scuola:

INTENZIONALITÀ

il comportamento aggressivo viene messo in atto volontariamente e consapevolmente

SISTEMATICITÀ

il comportamento aggressivo viene messo in atto più volte nel tempo

SQUILIBRIO DI POTERE

tra le parti coinvolte (il bullo e la vittima) c'è una differenza di potere, dovuta alla forza fisica, all'età o alla numerosità del gruppo; la vittima ha difficoltà a difendersi e sperimenta un forte senso di impotenza.

Le forme del bullismo

Esistono diverse forme di bullismo ed in particolare esso può essere:

FISICO

comportamenti aggressivi e prepotenti

VERBALE

uso di parole offensive e lesive della dignità personale

INDIRETTO

prevaricazioni sul piano psicologico.

È meno evidente e più difficile da individuare, ma non per questo meno dannoso per la vittima.

Diversi ruoli dei soggetti coinvolti

BULLO/RESPONSABILE DELL'ATTO PREVARICATORIO

chi prende attivamente l'iniziativa di fare prepotenze ai compagni

VITTIMA

chi subisce più spesso e ripetutamente le prepotenze

GREGARIO

sostenitore del bullo che ne rinforza il comportamento, ridendo e incitando

DIFENSORE

chi prende le difese della vittima o cerca di consolarla

SPETTATORE PASSIVO

chi non interviene ed evita il coinvolgimento diretto o indiretto

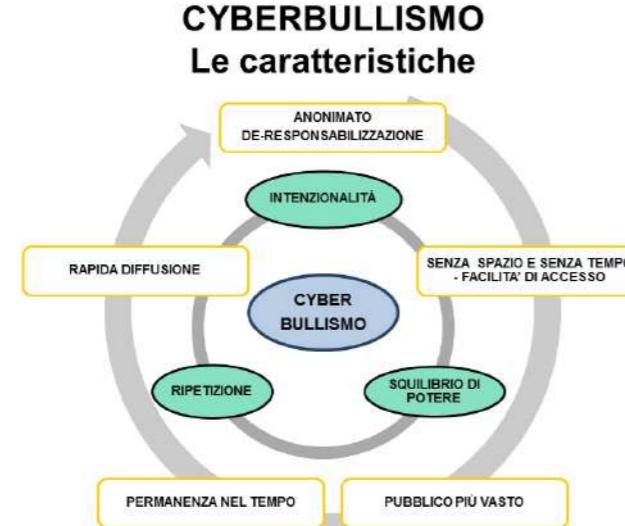
Oltre ai ruoli fin qui delineati ricordiamo la responsabilità di attenzione e cura degli adulti che gravitano negli ambienti di vita dei minori e le diverse agenzie educative che contribuiscono al processo formativo.
(Come previsto dalla Convenzione ONU sui Diritti dell'Infanzia e dell'adolescenza del 1989)

CYBERBULLISMO - la definizione

Il cyberbullismo è definito come un'azione aggressiva intenzionale, agita da un individuo o da un gruppo di persone, utilizzando mezzi elettronici nei confronti di una persona che non può difendersi.



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE



(Manesini, & Nocentini, 2015)



Il cyberbullismo è un atto aggressivo di denigrazione e diffamazione compiuto attraverso via telematica con diffusione di contenuti offensivi e umilianti.



E' particolarmente pericoloso perché **il potere del cyberbullo è accresciuto dall'invisibilità** e dal fatto che non si rende conto degli effetti concreti delle sue azioni.



Il cyberbullo, pensando di essere invisibile, potrebbe compiere azioni che non avrebbe il coraggio di attuare nella vita reale.

La vittima ha meno possibilità di difendersi, subisce le azioni del cyberbullo che potrebbero danneggiare la sua reputazione.

Il materiale può essere diffuso in tutto il mondo e circolare in rete in qualunque orario: così **ciò che si pensa di compiere "per una volta" può rimanere "per sempre"**.

FENOMENI A CONFRONTO

BULLISMO

- 1- Sono coinvolti solo gli **studenti della classe e/o dell'Istituto**.
- 2- Generalmente **solo chi ha un carattere forte**, capace di imporre il proprio potere, può diventare un bullo.
- 3- I bulli sono studenti, compagni di classe o di Istituto, **conosciuti dalla vittima**.
- 4- Le azioni di bullismo vengono raccontate ad altri studenti della scuola in cui sono avvenute, sono **circoscritte ad un determinato ambiente**.
- 5- Le azioni di bullismo avvengono **durante l'orario scolastico o nel tragitto casa-scuola, scuola-casa**.
- 6- Le **dinamiche scolastiche o del gruppo classe limitano le azioni aggressive**.
- 7- **Bisogno del bullo di dominare nelle relazioni interpersonali** attraverso il contatto diretto con la vittima.
- 8- **Reazioni evidenti da parte della vittima** e visibili nell'atto dell'azione di bullismo.

CYBERBULLISMO

- 1- Possono essere coinvolti **ragazzi e adulti di tutto il mondo**.
- 2- **Chiunque**, anche chi è vittima nella vita reale, **può diventare cyberbullo**.
- 3- I cyberbulli possono essere **anonimi e sollecitare la partecipazione di altri "amici" anonimi**, in modo che la persona non sappia con chi sta.
- 4- Il materiale utilizzato per azioni di cyberbullismo **può essere diffuso in tutto il mondo**.
- 5- Le comunicazioni aggressive possono avvenire **24 ore su 24**.
- 6- I cyberbulli hanno **ampia libertà** nel poter fare online ciò che non potrebbero fare nella vita reale.
- 7- **Percezione di invisibilità da parte del cyberbullo** attraverso azioni che si celano dietro la tecnologia.
- 8- **Assenza di reazioni visibili** da parte della vittima che non consentono al cyberbullo di vedere gli effetti delle proprie azioni **ma impatto molto più profondo**.

Fonte: MIUR (<https://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo>)

PREGIUDIZI E STEREOTIPI EDUCAZIONE ALL' AFFETTIVITÀ

**"Se riesci a provare dolore sei vivo.
Se riesci a sentire il dolore degli altri, sei umano"**

Lev Tolstoj

Premessa la complessità del fenomeno, gli interventi di prevenzione e contrasto dei comportamenti prevaricatori saranno tanto più efficaci quanto più precocemente messi in atto e condivisi nei diversi contesti educativi.

Spesso all'origine degli atti di bullismo troviamo pregiudizi, stereotipi, letture semplificate della realtà che inducono ad atteggiamenti discriminatori.

Sin dai primi anni del percorso scolastico è fondamentale valorizzare un'educazione del "sentire" e potenziare nei bambini competenze affettivo-relazionali, ascolto empatico dell'altro e intelligenza emotiva.

BULLISMO BASATO SUL PREGIUDIZIO E LA DISCRIMINAZIONE

sessista: stereotipi negativi connessi al genere

etnico: basato sul pregiudizio etnico o culturale

omofobico: stereotipi negativi relativi all'orientamento sessuale

verso la disabilità: derisione di compagni con disabilità fisiche o mentali

verso i compagni più dotati: pressione negativa verso una vittima dotata

(Menesini, Nocentini, Palladino 2017)

Compito prioritario di tutte le agenzie educative che contribuiscono al processo formativo dei minori è provvedere alla costruzione di ambienti fisici e relazionali sereni, adeguati per contrastare e prevenire situazioni di rischio. Sarà, dunque, opportuno:

- attivare "sistemi" di intervento che partano dal "mettere ordine" nei diversi contesti educativi in modo da riuscire a modificarli secondo i bisogni specifici dei minori che vi crescono.
- realizzare percorsi di tutela nei confronti di tutti i soggetti coinvolti in eventuali situazioni di prevaricazione.
- guardare ai ragazzi come soggetti competenti in grado di agire per perseguire la propria dignità e felicità e di partecipare alla realizzazione di percorsi educativi efficaci .

La scuola riveste un ruolo fondamentale nel promuovere la visione di una nuova identità del minore come soggetto di diritto, attivo, partecipe, ascoltato, informato e rispettato. È utile avere chiaro che operare per una effettiva riduzione del bullismo significa attuare con paziente costanza interventi di lunga durata, complessi e mirati a tutti i livelli dell'esperienza soggettiva (cognitivo, emotivo, affettivo, socio relazionale, ecc.) e soprattutto con il coinvolgimento di tutti gli "attori".



2. RESPONSABILITÀ cosa possiamo fare

"Ciascuno è responsabile di tutto dinanzi a tutti."

Fëdor Dostoevskij

"Tutti siamo responsabili."

Anna Rosa Favretto

SE SEI UN GENITORE

Come riconoscere se mio figlio è vittima di bullismo?
Alcuni SEGNALI da non sottovalutare

La forte pressione psicologica che caratterizza le azioni dei responsabili di atti di prevaricazione porta alla comparsa nella vittima di una serie di **alterazioni del benessere complessivo** che interessano l'equilibrio emotivo, l'equilibrio psico-fisiologico e il comportamento concreto tenuto da chi subisce; in alcuni casi la vittima presenta una serie di disturbi (disturbi dell'umore, disturbo dell'adattamento, disturbo del comportamento alimentare) che possono protrarsi per un lungo periodo o divenire cronici.

Calo delle prestazioni scolastiche

Tristezza

**Cambiamenti nel sonno
e nell'appetito**

Isolamento sociale

Apatia

Perdita di oggetti personali

Irritazione

Paura

**Non vuole andare a scuola e
finge malattie**

Alcuni SUGGERIMENTI per intervenire

Sebbene purtroppo non esista una "ricetta magica" da seguire per la soluzione di situazioni problematiche di tipo educativo e relazionale, è utile conoscere **alcune buone prassi** che aiutino i genitori a districarsi all'interno del complesso fenomeno del bullismo.

Le azioni qui di seguito riportate vogliono essere semplici suggerimenti da adottare tenendo conto naturalmente delle specifiche situazioni.

- **Partecipare agli incontri di prevenzione e sensibilizzazione** organizzati dalle scuole per prendere consapevolezza del fenomeno.

- **Favorire il dialogo con i propri figli**, evitando di assumere un atteggiamento colpevolizzante e punitivo, ma al contrario potenziare il dialogo e la comunicazione, promuovendo la **cultura dell'ascolto**.

- **Prestare attenzione al vissuto emotivo del proprio figlio**: cercare di far emergere le emozioni, le paure e i sentimenti del bambino rispetto all'accaduto. Provare a mettersi nei panni del proprio figlio, per cercare di capire meglio che cosa stia vivendo, promuovere l'autostima e ridurre il senso di colpa.

- **Aiutare il proprio figlio a prendere consapevolezza dei suoi atteggiamenti**: insegnargli a riconoscere eventuali comportamenti che possono irritare o infastidire gli altri e riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni. Cogliere l'occasione per suggerire possibili condotte alternative.

- **Trovare una soluzione al problema insieme al proprio figlio**: coinvolgere il bambino in modo attivo nella ricerca di strategie adeguate ed efficaci per la risoluzione del problema invitandolo a chiedere aiuto.

- **Stabilire un rapporto di fiducia e delle regole condivise sull'utilizzo dei social**: impegnarsi a non demonizzare i social network e a rispettare la privacy dei propri figli ma istruirli su un uso corretto della rete potenziando le competenze comunicative, empatiche e socio-relazionali anche sul web.

- **Favorire momenti di socializzazione positiva**: creare occasioni, al di fuori del contesto scolastico, in cui il bambino possa vivere momenti di socializzazione con i propri compagni, magari condividendo gli stessi interessi.

- **Rivolgersi ad esperti e insegnanti, valorizzando il rapporto scuola-famiglia e territorio**: qualora la famiglia dovesse rendersi conto di non avere strumenti adeguati per gestire la situazione, chiedere un confronto ad un insegnante o un operatore esperto presente sul territorio.

Presta attenzione a tuo figlio/a quando:

Ti sembra molto più stanco/a del solito

(potrebbe aver giocato con videogiochi o aver navigato in rete fino a tardi e soprattutto a tua insaputa)

All'improvviso diventa taciturno/a e si chiude in se stesso/a, non ti parla più volentieri come prima

(potrebbe avere qualche motivo di cui vergognarsi o per cui è preoccupato/a)

Non mangia volentieri, fa fatica a stare a tavola con voi

(potrebbe essere un'avvisaglia di disagio o di disturbo alimentare)

Non frequenta volentieri la scuola come invece faceva fino a qualche tempo prima

(potrebbe sentirsi inadeguato/a nel gruppo classe o preso/a di mira all'ingresso/uscita da alunni di altre classi)



In tutti questi casi non aspettare troppo, rivolgiti agli insegnanti di tua figlia/o e parlane con loro, sarà sicuramente utile un confronto, probabilmente potresti venire a conoscenza di un reale problema che richiede un intervento più o meno tempestivo.

Non sentirti solo ad affrontare questo eventuale problema, c'è tutta una rete intorno a te fatta di persone che collaborano per aiutarti.

Consigli operativi per i Genitori:

- Salvare tempestivamente eventuali contenuti lesivi.
- Inoltrare al titolare del trattamento o al gestore del sito internet o del social media un'istanza per l'oscuramento, la rimozione o il blocco di qualsiasi altro dato personale del minore, diffuso nella rete internet, previa conservazione dei dati originali (art.2 comma 1 legge 71/2017).
- Compilare un modulo di "Prima segnalazione" anche in forma anonima che puoi richiedere a Scuola.
- Chiedere e concordare un colloquio con il Dirigente scolastico e/o il Referente Antibullismo della Scuola per esporre il problema.
- Ricordarsi che fino a 13 anni non è consentito iscriversi a nessun social network (Instagram, Facebook, Tik Tok, Whatsapp etc.); alcuni Social pongono limiti di età anche più alti). Dai 13 ai 14 anni ci si può registrare solo con il consenso dei genitori e solo dopo aver compiuto 14 anni il minore può dare il consenso al trattamento dei dati personali e registrarsi autonomamente. I genitori restano comunque responsabili in prima persona e perseguitabili dalla legge.
- Sapere che a scuola c'è un team antibullismo che è inserito in una rete di scuole del Territorio, che collabora per prevenire e contrastare il fenomeno del bullismo e del cyberbullismo.
- Chiedere informazioni sulla procedura di ammonimento al questore (art. 7 legge 71/2017).
- Consultare "Riferimenti Normativi" e "Strumenti Utili" nella sezione 4 di questo opuscolo.

SE SEI UNO STUDENTE

Consigli operativi per gli Alunni e gli Studenti

Se sei vittima di comportamenti prevaricatori o ne vieni a conoscenza non sentirti sbagliato e non vergognarti di chiedere aiuto.

SEGNALA! Non sei solo!

In famiglia e/o a scuola troverai persone disposte ad ascoltarti e a supportarti:

- docente referente per il bullismo
- coordinatore della tua classe
- insegnanti
- studenti della peer education
- compagni di classe

Se vieni a conoscenza e/o assisti a episodi di bullismo e/o cyberbullismo ricorda che:

È ANCHE "AFFARE TUO"!

HAI IL POTERE DI FAR SENTIRE LA TUA VOCE
CONTRASTARE IL SILENZIO E COMBATTERE L'INDIFFERENZA!

Se ti accorgi o subisci in rete atti di cyberbullismo:

- Non condividere i messaggi.
- Non accettare inviti ad inviare messaggi o fotografie compromettenti, potrebbero rimanere in rete per sempre e condizionare la tua vita futura, anche lavorativa.
- Salva prontamente i contenuti lesivi.
- Se hai già compiuto 14 anni, puoi chiedere da solo, o con l'aiuto dei tuoi genitori o chi ne fa le veci, l'oscuramento, la rimozione o il blocco del contenuto lesivo nella rete internet. Puoi chiedere l'oscuramento subito al titolare del trattamento o al gestore del sito Internet o del social media e, se dopo 48 ore non hai avuto comunicazione sull'esito positivo della tua istanza, puoi fare la stessa richiesta al Garante per la protezione dei dati personali, compilando il modulo che trovi nel sito www.garanteprivacy.it
- In alcuni casi, le condotte di cyberbullismo possono costituire reato ai sensi del Codice penale e quindi, in tali circostanze, è possibile presentare querela o denuncia alle autorità competenti.

SE SEI UN INSEGNANTE

Consigli operativi per gli Insegnanti Cosa fare per prevenire?

- Creare un ambiente di accoglienza ed inclusività.
- Promuovere una cultura di gruppo basata su: solidarietà, collaborazione, empatia.
- Favorire un clima di ascolto e fiducia reciproci e non competitivo.
- Valorizzare il dialogo docente-alunno in modo da creare un'alleanza educativa sia tra pari che tra adulto-ragazzo.
- Spiegare l'importanza del "chiedere aiuto" come atto non di debolezza o di "spia" ma come un "atto di responsabilità e di coraggio".
- Non assumere atteggiamenti sarcastici e denigratori, utilizzando per esempio nomignoli, battute, motti ironici, parole offensive o sminuendo il valore della persona.



Come intervenire

- **Dare sostegno alla vittima** e considerare i responsabili come persone da aiutare oltre che da fermare.
- **Confrontarsi con le figure di riferimento presenti in Istituto:** referente per il bullismo, team di contrasto al bullismo, dirigente scolastico, coordinatore di classe.
- **Coinvolgere il gruppo classe in percorsi educativi** pianificando attività che aiutino gli alunni a cooperare tra loro, senza però accendere i riflettori sulla vittima e sul bullo.
- **Coinvolgere le famiglie.**
 - Informare alunni e famiglie della possibilità di compilare un **modulo anche anonimo di prima segnalazione**.
 - **Organizzare progetti di istituto** ed attivare percorsi di sensibilizzazione relativi al problema del bullismo.
 - Informare alunni e famiglie sul procedimento amministrativo dell' **"ammonimento al questore"** per cui vengono convocati i genitori ed avvertiti che il loro figlio sarà sottoposto ad un periodo di osservazione fino alla maggiore età.
 - Informare i ragazzi che i video possono essere rimossi tempestivamente rivolgendosi alla **polizia postale**.

A chi si deve rivolgere un insegnante?

Dopo aver raccolto le prime segnalazioni rivolgersi al Referente Bullismo della Scuola e/o al Capo di Istituto per una valutazione approfondita del caso e per poter decidere come gestirlo.

Consultare "Riferimenti Normativi" e "Strumenti Utili" nella sezione 4 di questo opuscolo informativo.





3.

VIOLENZA NEI CONFRONTI DELLE DONNE

Come si manifesta e in che cosa consiste.

Cosa fare, come reagire.

VIOLENZA DI GENERE

Il fenomeno della violenza di genere richiede una lettura complessa che ne riconosca i presupposti socio culturali.

Non concentrando l'attenzione sulla sola coppia ragazzo- ragazza, uomo-donna, bisognerebbe recuperare la responsabilità sociale di ogni cittadino attivo, in modo che ognuno, sentendosi "parte in gioco", possa contribuire ad approntare strumenti di intervento efficaci.

Riconoscendo la "cornice", il contesto in cui si verificano le violenze, si attueranno cambiamenti per modificare l'assetto culturale in funzione preventiva.

Prima che i ragazzi facciano esperienza delle prime relazioni sentimentali sarebbe opportuna una educazione che intervenga sulla formazione degli stereotipi di genere affinchè non si strutturino.

Scuola ed educatori possono fare molto intervenendo sin dai primi anni di scolarizzazione attraverso percorsi che abbiano come obiettivo la costruzione di una cultura del contrasto all'indifferenza, dell'importanza della segnalazione e della richiesta d'aiuto.

Ogni forma di odio, prevaricazione e violenza, resa possibile da contesti sociali che ne consentono la diffusione, potrà essere sradicata dalla forza di contrasto agita dalla cultura, dal pensiero critico, dalla responsabilità, dall'educazione, dal sapere: strumenti di cui la scuola dispone.

"La violenza contro le donne è forse la violazione dei diritti umani più vergognosa. Essa non conosce confini né geografia, cultura o ricchezza. Finché continuerà, non potremo pretendere di aver compiuto dei reali progressi verso l'uguaglianza, lo sviluppo e la pace".

Kofi Annan - Premio Nobel per la Pace 2001

VIOLENZA PSICOLOGICA

- Trattata come un oggetto
- Insultata, offesa, umiliata
- Fatta sentire in colpa
- Isolata da amici e parenti
- Obbligata all'utilizzo di un abbigliamento non voluto

I TUOI DIRITTI

- **Sei una persona e non un oggetto**
 - Le tue idee hanno valore
- **Hai diritto ad una vita sociale, a parlare e ad uscire con chi vuoi**
 - **Hai diritto a vestirti/truccarti come vuoi tu**

VIOLENZA SESSUALE

- Costretta a rapporti sessuali e pratiche non desiderate
- Costretta a essere fotografata e/o filmata nei momenti intimi

I TUOI DIRITTI

- **Hai diritto a dire NO**
- **Hai diritto a cambiare idea in qualsiasi momento**
- **Hai diritto a non fare quello che non vuoi**

VIOLENZA ECONOMICA

- Costretta a contrarre debiti
- Esclusa dal bilancio familiare
- Diritto negato ai beni comuni
- Umiliata per avere denaro

I TUOI DIRITTI

- **Hai diritto ad avere un lavoro**
- **Hai diritto di gestire i tuoi soldi in modo autonomo**
- **Hai diritto ad avere dei tuoi beni e/o proprietà**

VIOLENZA FISICA

- Ogni forma di aggressione contro il tuo corpo:
 - spintoni, strattoneate
 - schiaffi, calci e pugni

I TUOI DIRITTI

- **Nessuno ti può schiaffeggiare e picchiare**
- **Nessuno ti può trattenere con la forza**
- **Nessuno ti può chiudere in casa**

VIOLENZA VERBALE

- Insulti, parolacce
- Nomignoli denigratori
- Toni di voce alti e minacciosi
- Frasi per sminuire la persona

I TUOI DIRITTI

- Nessuno ti può parlare con tono minaccioso
 - Nessuno ti può impedire di parlare
- Nessuno ti può impedire di esprimere i tuoi pensieri
 - Nessuno ti può insultare né sminuire

STALKING

- Minacce e/o molestie assillanti e persecutorie
- Inseguimenti a scuola o al lavoro
- Telefonate, messaggi, regali e attenzioni eccessive e indesiderate

I TUOI DIRITTI

- Nessuno ti può molestare
 - Nessuno ti può assillare
 - Nessuno ti può pedinare
- Nessuno ti può telefonare in continuazione

VIOLENZA SUL WEB

- Diffusione via social di foto e immagini intime
- Reputazione infangata con notizie false su chat
- Vittima di gruppi d'odio e violenza sui social
- Diffusione del tuo indirizzo, numero di telefono, etc.

I TUOI DIRITTI

- **Nessuno può diffondere tue immagini e/o video per danneggiarti**
- **Nessuno può insultarti e generare odio, nei tuoi confronti, sui social**
- **Nessuno può diffondere i tuoi dati**

COSA FARE

Sappi che la tua paura e la tua sofferenza possono essere accolte e affrontate insieme.

- **Salva i contenuti violenti e segnalali** subito alla piattaforma mediante le opzioni sulla sicurezza.
- **Parlane con i tuoi genitori e con gli insegnanti**
- Chiama il **numero verde antiviolenza 1522** (puoi farlo anche in forma anonima) oppure connettiti al relativo sito **www.1522.eu** nel quale puoi chattare h24, sempre in forma anonima, con un'operatrice.
 - Rivolgiti al **Centro Antiviolenza di Novara**
 - Se non sei di Novara puoi rivolgerti alla pagina FB **www.facebook.com/centroantiviolenzaareanordnovarese**

RICORDA

**LA COSA CHE NON DEVI FARE È FARE FINTA DI NULLA
O PENSARE CHE NON PUOI FARE NULLA.**



4.

NORMATIVA E CONTATTI UTILI

Come si manifesta e in che cosa consiste.

Cosa fare, come reagire.

RIFERIMENTI NORMATIVI

LEGGI PRINCIPALI

- Convenzione ONU sui Diritti dell'Infanzia e dell'adolescenza, approvata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il 20 novembre 1989 e ratificata dall'Italia con L. n. 176/ 1991
- Legge 29 maggio 2017 n.71_ "Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo"
- Legge regionale 5 febbraio 2018 n.2 "Disposizioni in materia di prevenzione e contrasto dei fenomeni del bullismo e del cyberbullismo"
- Linee guida per l'uso positivo delle tecnologie digitali e la prevenzione dei rischi nelle scuole (2019)
- Linee di Orientamento per la prevenzione e il contrasto del Bullismo e Cyberbullismo (aggiornamento 2021)

STRUMENTI UTILI - CONTATTI

- Il numero telefonico 114 emergenza infanzia-servizio di emergenza promosso dal Dipartimento per le Pari Opportunità Presidenza del Consiglio dei Ministri ed attivo 24/24 ore, rivolto a tutti coloro che vogliono segnalare una situazione di pericolo e di emergenza in cui siano coinvolti bambini ed adolescenti.

- L' HELPLINE di Telefono Azzurro 1.96.96 una piattaforma integrata che si avvale di telefono, chat, sms, whatsapp e skype e altri strumenti per aiutare i ragazzi e le ragazze a comunicare il proprio disagio.

- POLIZIA POSTALE E DELLE COMUNICAZIONI

Piazza Costituente, 4 Novara Telefono Novara / Tel. 0321.335258/257
e-mail: sez.polposta.no@pecps.poliziadistato.it
Sito: www.commissariatodips.it

- POLIZIA DI STATO

Per le emergenze NUE: 112 (o in alternativa 113)
Per altre segnalazioni: Youpol e' l'App della Polizia di Stato che consente di segnalare situazioni di cyberbullismo e altre tipologie di violenza anche in forma anonima.

Per informazioni e/o segnalazioni: Questura di Novara centralino 0321.3881
Questura di Novara: Divisione anticrimine Ufficio Minori e Vittime Vulnerabili: 0321.388702
e-mail: anticrimine.quest.no@pecps.poliziadistato.it

- POLIZIA LOCALE

Per situazioni di pronto intervento contatto Centrale Operativa attivo h.24
Tel. 0321.459252

- GARANTE PER LA PRIVACY

Mail per segnalazione atti di cyberbullismo e rimozione dei contenuti: cyberbullismo@gpdp.it
Tel. 06.696771

- Servizio di Neuropsichiatria Infantile dell'ASL NO

AREA SUD: sede di Novara 0321.374112 / e-mail: npi.nov@asl.novara.it
AREA NORD: sede di Borgomanero 0322.848830 / e-mail: npi.bor@asl.novara.it

- CENTRO DI GIUSTIZIA RIPARATIVA NOVARA

Tel. 334.1074168

- TRIBUNALE PER I MINORENNI

CORSO UNIONE SOVIETICA, 325 10135 TORINO
Tel. 011.6195701
e-mail: tribmin.torino@giustizia.it / Sito: www.tribunaleminori.torino.it

RINGRAZIAMENTI

Si ringraziano i docenti e gli Istituti che hanno preso parte al progetto:

Ambrosano Antonietta

Angiulli Ida

Bartolozzi Federica

Boria Manuela

Campanella Giovanni

Cascella Angela

Cassano Angela

Ferrara Elena

Ferrari Mariangela

Guerrazzi Lucio

Lomonaco Antonina

Longo Maria Maddalena

Lucariello Raffaella

Martes Valentina

Martinello Samantha

Massei Ivano

Migliola Elisa Carla

Pignataro Leonardo

Pollastri Francesca

Prella Rita

Pugliese Roberta

Randisi Cinzia

Schiatti Rita

Vaccaro Silvia

Zignani Michela



Pubblicazione realizzata con il contributo della Regione Piemonte,
per la realizzazione di percorsi di formazione per docenti sulla tematica
della prevenzione ed il contrasto del bullismo e del cyberbullismo,
con riferimento al D.G.R. n. 3-2193 del 6.11.2020 - A.S.2020/21.



ITT FAUSER
Novara



ITI OMAR
Novara



I.I.S. PASCAL
Romentino



CONVITTO CARLO
ALBERTO Novara



I.C. BELLINI
Novara



I.C. EUGENIO MONTALE
Gattico - Veruno



I.C. DEL VERGANTE
Inverno



CPIA 1
Novara



CONTRO I BULLISMI UNA RETE PROVINCIALE

Prevenzione e contrasto dei fenomeni
di prevaricazione tra pari

OPUSCOLO INFORMATIVO