

STOP al BULLISMO!

Un ragazzo su due ne è coinvolto come vittima o spettatore. Ma la prepotenza di pochi si può fermare solo se tutti fanno la loro parte.

Il bullismo è un problema serio. Pochi ci prestano l'attenzione che in realtà meriterebbe. Se non fosse per quei rari casi, spesso molto gravi, di cui si occupano i giornali, dei comportamenti aggressivi che vanno sotto il nome di bullismo, se ne parla poco e si fa ancora meno. Ciò che emerge è solo la punta di un iceberg, ma il malessere causato da episodi di bullismo è molto più diffuso di quanto si creda. Secondo le ricerche effettuate nelle

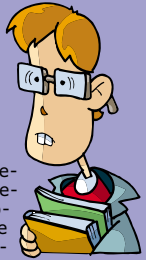
scuole italiane, infatti, un ragazzo su tre è vittima dei bulli. Non è perciò un fenomeno da sottovalutare e non riguarda i soliti quattro "elementi" fastidiosi del gruppo che tutti conoscono! Anche tu sarai venuto a conoscenza di qualche episodio di prepotenza nella tua classe. Cosa succede quando il bullo si sceglie la "vittima" e la perseguita? Come difendersi? E se toccasse a te... come reagire? Ecco un piccola guida per riconoscere e "sgonfiare" i bulli.



Attenzione ai luoghi!

I luoghi maggiormente preferiti dal bullo per predare la propria vittima sono: la scuola, la compagnia, il gruppo sportivo.

Identikit della vittima: più subisci, peggio è...



Il più timido oppure il più debole può essere la vittima preferita dai bulli. Se la prendono, infatti, con coloro che non hanno la forza necessaria per difendersi e per reagire alle minacce e agli oltraggi che subiscono. Le vittime hanno una scarsa capacità di accordarsi con il gruppo e per questo possono vivere in una condizione di solitudine ed isolamento. Purtroppo, per paura o per vergogna si sopporta tutto in silenzio.

In che modo il bullo si diverte?

Il bullo si diverte a prendere in giro, offendere verbalmente, picchiare e aggredire la propria vittima. Purtroppo a farne le spese sono sempre i soliti: i più deboli, coloro che sono definiti dagli altri i paurosi o che magari non sanno difendersi.

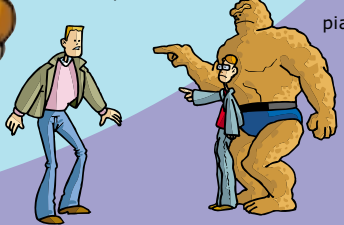


Le vittime di solito cosa fanno?

- ✓ Fanno fatica a far sentire la loro voce, stanno zitte perché hanno paura di non essere più accettate dai loro compagni;
- ✓ scappano allontanandosi;
- ✓ fanno finta che non sia successo niente;
- ✓ cercano un altro gruppo di amici dove certi "giochi" non si praticano;
- ✓ subiscono le violenze senza parlare o reagire;
- ✓ si difendono reagendo fisicamente solo quando la rabbia diventa troppa.

Da chi andare e cosa fare?

Le vittime però non dovrebbero stare in silenzio e subire solamente. La voce può essere una buona arma di difesa. E se non basta, non bisogna avere paura di chiedere aiuto agli adulti o agli amici più stretti.



La voce delle vittime

"Un giorno ho reagito con calma e sono riuscito a farmi rispettare per quello che sono. Da quel giorno ho trovato dei nuovi amici".

Giuseppe

"La maggior parte delle prese in giro le ricevo in classe. Se potessi difendermi userei le mani più che le parole".

Claudio



"Mi chiamavano "nano", "tappo" e...ho tanta voglia di crescere", all'inizio ci stavo veramente male, piangevo e andavo dai prof ma ora ho capito che certa gente è meglio lasciarla stare".

Alberto

Consigli utili

- ✓ Evita situazioni di rischio come quella di trovarsi da soli nei luoghi preferiti dal bullo;
- ✓ non subire in silenzio (tanto la situazione non cambia);
- ✓ cerca di non affrontare il bullo a viso aperto (faresti il suo gioco);
- ✓ non avere paura di chiamare aiuto in caso di necessità;
- ✓ non temere di parlarne con qualcuno (questo non vuol dire spifferare ma raccontare un disagio quando si è vittima prepotenze).

"Mattia, un mio compagno di classe, ogni mattina viene preso in giro e picchiato dai più grandi per avere la sua merenda. A me non piace molto ma non so cosa fare".

Piero