



PARLIAMO DI BULLI

Ricordati che tutti i problemi hanno almeno una soluzione e che c'è sempre qualcuno che ci può aiutare a trovare quella migliore! Di fronte alle prese in giro, non mostrarti intimidito ma cerca delle risposte spiritose o intelligenti.



Cerca di non cedere alle provocazioni e di non andare alle mani soprattutto se il bullo è più forte di te. Se ti minacciano chiedendoti degli oggetti personali, cedi alle loro richieste ma non alle loro minacce. Appena puoi vai a riferire quello che è successo ad un adulto di tua fiducia.

Il Bullismo non si vince con la violenza, ma col buon senso. Parlane con genitori, insegnanti ed amici: insieme si può sconfiggere.

Ogni volta che subisci delle prepotenze, scrivilo sul tuo diario. Questo ti aiuterà a ricordare i singoli episodi.



Se ti capita di vedere che qualche altro ragazzo subisce delle prepotenze senza riuscire a difendersi, parlane con un adulto che ti possa aiutare ad affrontare la situazione. Potresti essere tu al suo posto e saresti felice se qualcuno ti aiutasse.



Se c'è qualcuno che fa il bullo e che ripetutamente ti prende in giro, ti canzona o comunque ti fa del male, parlane con i tuoi genitori, un amico di cui ti fidi o con gli insegnanti: insieme è molto più semplice trovare delle soluzioni per affrontare il problema.

Tenta di ignorare le provocazioni del bullo e non far vedere che sei impaurito o che ci rimani male per quello che dice. Ricordarti che i bulli interpretano la paura e la sofferenza che riescono a provocare negli altri come segno di potere.

Ogni volta che subisci delle prepotenze, scrivilo sul tuo diario. Questo ti aiuterà a ricordare i singoli episodi.



La prima e più efficace forma di difesa dal bullismo è la prevenzione, che nasce direttamente dalla capacità di "fare squadra" tra adulti e adolescenti, al fine di favorire la costruzione di un tessuto sociale in cui, sulla base dell'esempio dei "grandi", i "piccoli" imparino a tessere relazioni interpersonali fondate su: tolleranza, rispetto, collaborazione e solidarietà.

Tale risultato lo si raggiunge solo attraverso un percorso fatto di tante tappe, ciascuna ugualmente necessaria, e che sono:

- fiducia nel prossimo;
- rispetto per se stessi e per gli altri;
- maggior coinvolgimento nella vita familiare e scolastica;
- sviluppo di una coscienza identitaria e non relativista;
- ricorso al dialogo quale strumento di analisi e soluzione dei problemi.



Se ti capita di vedere che qualche altro ragazzo subisce delle prepotenze senza riuscire a difendersi, parlane con un adulto che ti possa aiutare ad affrontare la situazione. Potresti essere tu al suo posto e saresti felice se qualcuno ti aiutasse. Anche il carabiniere di quartiere può aiutarti se ti confidi con lui.

