

GUIDA PER GLI ALUNNI  
DELLA SCUOLA  
PRIMARIA



GIOVANI AMBASCIATORI

# CONTRO BULLISMO E CYBER RISK



promosso da

**moige**  
proteggiamo i nostri figli

in collaborazione con



UNITED STATES EMBASSY  
TO ITALY

si ringrazia



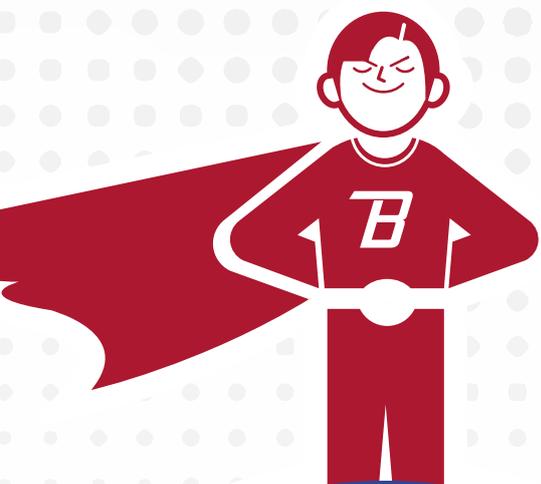
# Si dice bullismo:

- quando un bambino o un gruppo di bambini si divertono a prendere di mira sempre lo stesso compagno
- quando un bambino viene sempre escluso dal gruppo e se ne sta solo o in disparte perché nessuno vuole giocare con lui
- quando un bambino subisce prepotenze da parte di uno o più compagni che gli dicono cose spiacevoli o gli fanno cose cattive
- quando questo genere di prepotenze sono frequenti e chi le subisce non riesce a difendersi



## Sono prepotenze, comportamenti come:

- PICCHIARE
- TIRARE CALCI E PUGNI
- SPINTONARE
- DARE PIZZICOTTI
- GRAFFIARE
- MORDERE
- TIRARE I CAPELLI
- APPROPRIARSI DI OGGETTI DI ALTRI (SENZA CHIEDERE IL PERMESSO O ROVINARGLIELI DI PROPOSITO)
- INSULTARE
- MINACCIARE
- OFFENDERE
- PRENDERE IN GIRO



## Se qualcuno fa il bullo con te, cosa fai? Come ti senti?

- Faccio finta di nulla sperando che non succeda più
- Scappo e cerco di evitare quel bambino
- Ho paura e non so come difendermi
- Chiedo aiuto a un mio amico
- Provo a parlare al "bambino cattivo" per cercare di capire perché si comporta così con me
- Mi ribello e lo picchio anch'io
- Mi faccio venire il mal di pancia per non andare più a scuola/asilo
- Racconto quello che mi succede a mamma/papà/maestra
- Mi vergogno di essere preso di mira, sono triste, piango

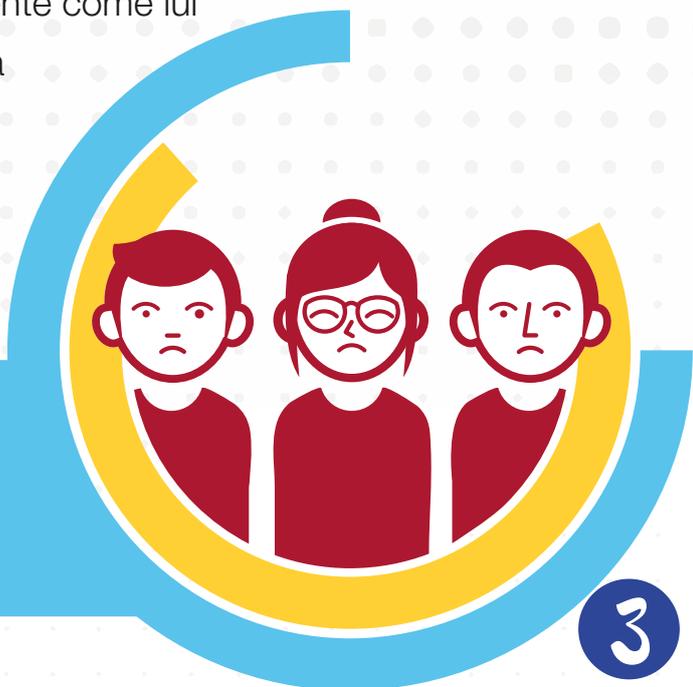
## Noi ti consigliamo di:

- Raccontare quello che ti succede a un amico, alla maestra, ai genitori, a una persona di cui ti fidi. Se mantieni il segreto le cose non cambieranno.
- Chiedere aiuto (alla maestra, ai genitori). Chiedere aiuto non significa fare la spia o essere debole, è il primo passo per risolvere la situazione.
- Evitare di stare da solo o di isolarti. Cerca di stare in compagnia di amichetti che ti possono dare aiuto e sostegno.
- Non dare ascolto al bullo. Ignoralo! Non mostrare rabbia o paura.
- Non pensare che sia colpa tua o che tu abbia qualcosa che non va. Il bullo è un prepotente che si diverte a far star male qualcuno senza motivo.

## Se qualcuno fa il bullo con un tuo compagno o un tuo amico, cosa fai? Come ti senti?

- Mi tengo in disparte perché non sono fatti miei
- Mi fa ridere quello che fa e dice il bullo
- Vado in aiuto del mio compagno o amico
- Invidio quel bullo. Vorrei essere forte e divertente come lui
- Vado a chiamare un adulto perché intervenga
- Mi allontanano perché ho paura
- Resto a guardare perché sono curioso di vedere come va a finire
- Penso che sono fortunato perché se la prende con un altro e non con me

**Potrà sembrarti strano, ma un'azione di bullismo non riguarda solo il bullo e la vittima, riguarda anche chi assiste a questi episodi.**



## Quando vedi un bambino che fa il bullo con un altro puoi fare queste cose:

- Rifiuta di prendere parte ai dispetti
- Invita gli altri compagni a non sostenere il bullo ridendo o stando a guardare
- Chiedi aiuto a un adulto
- Accompagna il bambino che subisce i dispetti da un adulto per raccontare quello che succede
- Aiutalo a difendersi anche se non è il tuo migliore amico
- Accogli il bambino che ha subito le prepotenze nel tuo gruppo di amici per non farlo sentire solo



## Ti è mai capitato di fare il prepotente? In che modo?

- Ho preso in giro un bambino perché...
- Ho fatto scherzi cattivi
- Ho escluso un bambino dai miei giochi
- Ho detto brutte parole a un bambino
- Ho parlato male di quel bambino con i miei amici
- Ho picchiato quel bambino perché...
- Ho preso un giocattolo a quel bambino anche se lui non voleva darmelo
- Ho costretto un bambino a fare cose che non voleva

## Se hai fatto una di queste cose, come ti sei sentito?

- Mi sono sentito il più forte
- Soddisfatto, perché gli altri mi considerano il capo
- Orgoglioso perché ho vinto io. Ho ottenuto quello che volevo.
- Mi sono divertito un sacco!
- Mi sono sentito in colpa perché so che non lo devo fare
- Ero dispiaciuto e ho chiesto scusa

## Il nostro consiglio:

- Immagina di essere al posto del bambino con cui hai fatto il prepotente. Come ti sentiresti al suo posto?
- Trattare male gli altri non è il modo giusto per farsi degli amici
- Non è la forza fisica che ti rende "grande": hai altri pregi e qualità per farti benvolere. Mettiti in evidenza!
- Prima di comportarti nel modo sbagliato, domandati perché lo stai facendo
- I tuoi comportamenti hanno delle conseguenze, sia per il bambino a cui fai del male, sia per te
- Ascolta anche gli altri bambini. Non è detto che tu abbia sempre ragione!

# Ed ora, ti va di aiutare le tue maestre?

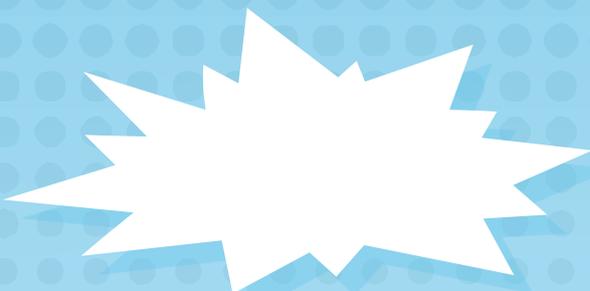
**Rispondi a queste domande!**

**INSERISCI DUE NOMI NELLE NUVOLETTE**

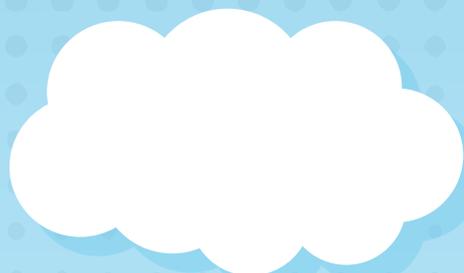
Se in classe dovessimo fare un gioco a coppie  
**CON CHI VORRESTI GIOCARE?**



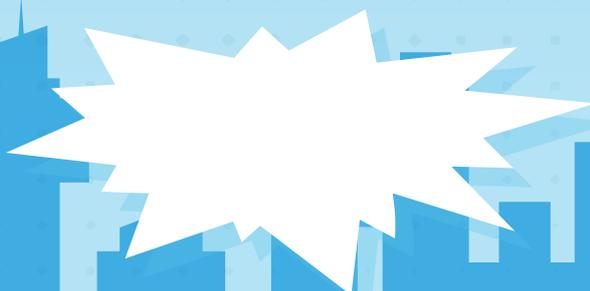
**CON CHI NON VORRESTI GIOCARE?**



Se in classe dovessimo fare un lavoro di gruppo  
**CON CHI VORRESTI LAVORARE?**



**CON CHI NON VORRESTI LAVORARE?**



# Nina Gamberina



**N**ina non sapeva come tutto era iniziato. Ricordava solo che un giorno, un giorno normale, identico a tanti altri, era andata a scuola, si era seduta al solito posto, aveva lasciato lo zainetto accanto al banco e aveva atteso che la lezione iniziasse. D'un tratto, mentre l'insegnante entrava e sistemava le sue cose, Rocco, un suo compagno, le si era parato davanti, quando la classe ancora era in fermento, e ridendo aveva detto, indicandola con il dito:

“Guardate! Guardate come è diventata rossa!” e mentre lo diceva le guance di Nina davvero si erano colorate di rosso porpora, suscitando l'ilarità del ragazzino e di tutta la classe. L'insegnante non vi fece caso, pensando che erano solo sciocchezze tra ragazzi, ma da quel giorno nulla fu più uguale per Nina.

Ogni volta che entrava in classe, Rocco la additava, rideva davanti a tutti dicendo che Nina non era normale, che doveva stare in una classe speciale o in una per gamberi, riferendosi al colore delle guance. Cominciò anzi a chiamarla Nina-Gamberina e così la chiamarono molti ragazzi della classe, poi della scuola.

Accadeva spesso, quando veniva chiamata per un'interrogazione, quando doveva essere scelta per la partita di pallavolo, quando erano sul pullman per una gita, anche solo nei giorni di scuola normali nel corso dell'intervallo.

Nina non capiva il perché di quella persecuzione. Era una ragazzina a posto, non faceva del male a nessuno, era rispettosa con gli altri, come le avevano insegnato, suggeriva addirittura quando un compagno aveva bisogno durante un compito.

Ma perché, allora, avevano iniziato a prenderla in giro?

A casa non ne parlava, si vergognava per non essere in grado di rispondere a quello sbruffone di Rocco e a coloro che, imitandolo, la sbeffeggiavano e le uniche volte che aveva parlato con qualche insegnante le avevano semplicemente detto che fra ragazzi è normale che accadano cose del genere.

Ma normale non era e Nina lo sapeva bene. Non era normale avere il terrore di uscire dal letto, la mattina, di prendere il pullman, di sedersi al suo banco. Non era normale contare i minuti che la separavano dal ritorno a casa, non era normale chiudersi nel bagno della scuola e piangere le lacrime che davanti agli adulti non era in grado di mostrare.

Le malefatte di Rocco non finirono qui. Approfittando della sua timidezza, il ragazzino arrivò a prometterle di lasciarla in pace se Nina gli avesse portato la cartella, passato i compiti e svolto altri incarichi di questo genere. Naturalmente non manteneva mai la parola, ma Nina ogni volta si piegava al suo volere sperando che quella fosse la volta buona. Intanto, intorno, tutti vedevano cosa capitava a Nina, ma nessuno aveva intenzione di aiutarla. Alcuni per paura di essere pure loro presi di mira da Rocco, altri per semplice cattiveria.

Nel frattempo i mesi passavano, Nina dimagriva, non voleva più andare a scuola, non parlava più con i compagni di classe. I genitori si chiesero cosa stesse capitando, ma Nina non osò fiatare. Non solo era timida, ma, pensava, era stata anche una stupida nel diventare la schiava del suo persecutore, a non ribellarsi. Non vedeva più una via d'uscita e si vergognava con tutti.



## **Fino a che, come spesso accade nella vita, le cose cambiarono senza che Nina se lo aspettasse.**

Un giorno come un altro, arrivò a scuola e si sedette al suo solito posto. Rocco era già lì, pronto a deriderla, con i compagni disposti in semicerchio pure loro pronti a godersi lo spettacolo. Ma quando il ragazzo iniziò a parlare, le parole stentaronο a uscire dalla sua bocca.

“N..n..n Ni..na” iniziò, tra lo stupore di tutti, prima di tutti di se stesso “N.n.n.Ni..N.Ni” non riuscì a terminare”. Rocco stava balbettando.

Non fosse mai accaduto. I compagni che erano riuniti per poter deridere Nina per un attimo fissarono Rocco, attonito, incapace di finire il nome di Nina, e quindi iniziarono pure loro la cantilena che era stata la sua: “N.n.Ni.na” e poi “R.r.r.r. Ro.Rocco Balbettone! Rocco Balbettone!” e giù a ridere. Non guardavano più Nina, ma Rocco che era sul punto di scoppiare in lacrime.

Rocco, mentre tutti ridevano, prima fissò l’insegnante, che al solito fece finta di nulla. Poi, guardò Nina. Lei era lì, con le guance rosse, ed incredibilmente era l’unica a non prenderlo in giro. Lei, che per mesi era stata il bersaglio delle sue cattiverie, ora non ricambiava, non prendeva la palla al balzo per deriderlo a sua volta. Aveva le guance rosse, di vergogna per quanto stava accadendo, ma non lo stava deridendo.

Rocco, oltretutto, non aveva mai balbettato, così non riusciva a comprendere che cosa gli fosse accaduto. Doveva essere capitato qualcosa, pensava, perché altrimenti avrebbe sempre balbettato. Il ragazzino non poteva saperlo, ma le sue balbuzie erano solo temporanee e dovute all’incubo della notte precedente, quando si era visto solo, su una spiaggia infinita, inseguito da migliaia di gamberi rossi e, come sottofondo, le risate dei compagni di classe. Nel sogno Rocco correva e correva, ma più andava avanti più i gamberi

parevano acquistare velocità e più forti erano le risate dei compagni. Si era svegliato urlando, tutto sudato per la paura. Poi, non aveva più pensato al sogno, fino a quel momento.

Mentre la lezione iniziava e tutti prendevano posto nei banchi, Rocco per la prima volta capì quanto era stato crudele con Nina, che aveva l’unica colpa di essere una ragazzina timida. Comprese come si doveva essere sentita in quei mesi, con le sue prese in giro, sempre spalleggiato dai compagni. Capì quanto doveva essere spaventoso, per lei, arrivare in classe e sedersi al banco ogni giorno, con il terrore, in ogni momento, di essere nuovamente presa di mira.

Si girò a guardarla un momento, ma lei non ci fece caso. Proprio in un momento come quello, quando avrebbe potuto vendicarsi di lui, non l’aveva fatto. Rocco attese la ricreazione, forse allora Nina avrebbe fatto la sua mossa, invece lei non disse nulla nemmeno allora. Furono invece coloro che insieme a lui avevano sempre deriso la ragazzina, stavolta, a prenderlo di nuovo in giro per le sue balbuzie.

Per la prima volta Rocco si vergognò della sua cattiveria e di quella dei ragazzi che ridevano di lui, come prima avevano riso di Nina. Non poteva sapere che avrebbe balbettato ancora per poco, ma decise comunque di provare a rimediare. Quando la ricreazione terminò, Nina gli passò davanti e lui le fece segno di avvicinarsi. Nina obbedì, come sempre faceva, per paura di ciò che avrebbe potuto farle Rocco, ma lui stavolta non voleva minacciarla o deriderla.

“S...sc...s...sc...scu...sa” le disse invece porgendole la mano.



## **Ora tocca a te!**

**Inventa il finale di questa storia.**  
Secondo te, Nina come risponderà alle scuse di Rocco?

*Scrivi qui:*

---

---

---

---

---

---

*E ora prova a rappresentare il tuo finale con un disegno*



## QUESTO È IL FINALE PROPOSTO DALL'AUTRICE DELLA STORIA:

Nina non rise dei suoi balbettii e seppur non era ancora sicura della sincerità del compagno, gli strinse la mano. Rocco sorrise, ma Nina no. Aveva accettato le sue scuse, ma il dolore che aveva provato in quei mesi non lo poteva sanare nessuno. In altre parole, potevano rispettarsi a vicenda, ma non sarebbero mai stati amici. Rocco lo capiva e ammirava Nina per come non si era prestata al gioco degli altri e non aveva ceduto alla tentazione di umiliarlo.

Alla fine Nina gli lasciò la mano e insieme rientrarono in classe. Anche giorni dopo, quando Rocco si accorse di non balbettare più, non prese più di mira Nina e non la chiamò mai più Nina-Gamberina. Anche

quando arrivò in classe un ragazzino nuovo, piuttosto robusto, facile bersaglio di prese in giro, Rocco non lo tormentò mai. Purtroppo lo fecero altri compagni, fino a quando, anche a loro, per un motivo o per l'altro capitò di comprendere come si sta dall'altra parte.

Nina non avrebbe mai dimenticato la paura di essere presa in giro davanti a tutti, l'indifferenza degli insegnanti, le minacce di Rocco e degli altri, sapeva che certe cose non si dimenticano, ma era contenta che Rocco avesse imparato la lezione e che per tutti ora fosse solo Nina e mai più Nina Gamberina.

### Riflettiamo insieme:

- Ti aspettavi di leggere questo finale?
- Sei d'accordo con l'atteggiamento di Nina?

**Sai che esistono dei bulli che agiscono anche tramite l'uso degli smartphone e dei computer? In questo caso si parla di CYBERBULLISMO.**



### Si dice cyberbullismo:

- quando un bambino o un gruppo di bambini si divertono a prendere di mira sempre lo stesso compagno attraverso l'utilizzo della rete telefonica, della rete internet, dei messaggi e dei social network
- quando si registra un video mentre si offende un bambino e si invia a tutti i compagni, con lo scopo di prenderlo in giro
- quando questo genere di prepotenze sono frequenti e chi le subisce non riesce a difendersi

LUCIO È UN BAMBINO TIMIDO E GENTILE, CHE DA TEMPO DESIDERA AVERE UNO SMARTPHONE TUTTO SUO.



"DEVI USARLO CON CAUTELE", GLI DISSERO, "E IN MODO RESPONSABILE! RICORDATI DI NON DARE A NESSUNO LE TUE INFORMAZIONI PERSONALI, ALTRIMENTI DOVRAI RESTITUIRLO!. QUESTO È IL NOSTRO PATTO!"

COSÌ I SUOI GENITORI DECISERO DI REGALARGLIENE UNO COME PREMIO PER GLI OTTIMI VOTI RICEVUTI IN PAGELLA.



LUCIO PERÒ VOLEVA ESSERE COME TUTTI I SUOI AMICHETTI E DECISE DI ISCRIVERSI AD UN SOCIAL NETWORK, INSERENDO MOLTI DATI PERSONALI.



DI LÌ A POCO, DEI RAGAZZI PIÙ GRANDI DELLA SUA SCUOLA, VEDENDO LA SUA IMMAGINE DEL PROFILO, COMINCIARONO A PRENDERLO DI MIRA OFFENDENDOLO NEI COMMENTI DELLE SUE FOTO E DEI SUOI POST.



I SUOI COMPAGNI DI CLASSE, INVECE DI DIFENDERLO, LO DERIDEVANO PUBBLICAMENTE SUL SOCIAL NETWORK. LUCIO INIZIÒ A VIVERE UNA SITUAZIONE MOLTO DIFFICILE MA AVEVA PAURA DI PARLARNE CON I GENITORI, PERCHÉ NON AVEVA RISPETTATO IL PATTO INIZIALE.

LUCIO DIVENTAVA SEMPRE PIÙ TRISTE E RIMPIANGEVA I TEMPI IN CUI NON POSSEDEVA UNO SMARTPHONE.





UN GIORNO, DOPO L'ENNESIMO EPISODIO IN CUI VENIVA DERISO PUBBLICAMENTE, LANCIO CON RABBIA IL CELLULARE DALLA FINESTRA.



PROPRIO IN QUEL MOMENTO LA MAMMA STAVA RIENTRANDO A CASA E SORPRESA PER IL COMPORTAMENTO DI LUCIO, GLI CHIESE SUBITO SPIEGAZIONI.



LUCIO A QUEL PUNTO SCOPPIO A PIANGERE E RACCONTÒ DI QUELLO CHE GLI STAVA ACCADENDO ORMAI DA MESI.



LA MAMMA LO ABBRACCIO E GLI DISSE DI NON PREOCCUPARSI. GLI CHIESE DI VEDERE IL SUO PROFILO E TUTTO QUELLO CHE GLI AVEVANO SCRITTO.

A QUEL PUNTO CHIESE ALLA PRESIDE DI CONVOCARE UNA RIUNIONE CON I TUTTI I GENITORI DELLA CLASSE, PER POTER PARLARE DELL'ACCADUTO.



I GENITORI DI LUCIO DECISERO DI NON COMPRARGLI UN CELLULARE NUOVO, PERCHÈ DOPO QUESTO EPISODIO SI RESERO CONTO CHE **LUCIO, PUR ESSENDO UN BAMBINO MOLTO RESPONSABILE, NON ERA PRONTO PER ENTRARE NEL MONDO DI INTERNET.**

SE, COME LUCIO, ANCHE TU HAI CHIESTO AI TUOI GENITORI DI REGALARTI UNO SMARTPHONE O UTILIZZI SPESSO UN COMPUTER CON ACCESSO AD INTERNET, È BENE CHE TU CONOSCA ALCUNE REGOLE:

- 1.** LE COSE DETTE SU INTERNET FANNO MALE TANTO QUANTO QUELLE DETTE IN FACCIA.
- 2.** RICORDATI CHE DALL'ALTRA PARTE DELLO SCHERMO C'È UN BAMBINO COME TE. A TE FAREBBE PIACERE ESSER PRESO IN GIRO PUBBLICAMENTE?
- 3.** SE LEGGI QUALCHE COMMENTO INGIUSTO NEI CONFRONTI DI UN TUO COMPAGNO, INTERVIENI PER DIFENDERLO! IN DUE SI È PIÙ FORTI!
- 4.** SE TI TROVI NELLA STESSA SITUAZIONE DI LUCIO, PARLANE SUBITO CON UN ADULTO. TU SEI SOLO

UN BAMBINO, DEVI AFFIDARTI AD UNA PERSONA PIÙ GRANDE!

**5.** I GENITORI DI LUCIO HANNO RAGIONE: NON BISOGNA MAI DARE INFORMAZIONI PERSONALI (NOME, INDIRIZZO, NUMERO DI TELEFONO, ETÀ, NOME E LOCALITÀ DELLA SCUOLA O NOME DEGLI AMICI) A CHI NON SI CONOSCE PERSONALMENTE O A CHI SI CONOSCE SUL WEB.

**6.** SE TI ARRIVANO DEI MESSAGGI DA PARTE DI PERSONE CHE NON CONOSCI, PARLANE SUBITO CON MAMMA E PAPÀ.

Hai bisogno di  
ulteriori informazioni?

Pensi che un tuo amico si trovi in  
questa situazione e non sai come  
aiutarlo? Hai bisogno di aiuto?

**NON ESITARE A CONTATTARCI  
AI SEGUENTI NUMERI:**

NUMERO VERDE  
**800 93 70 70**

NUMERO DI MESSAGGISTICA  
**393 300 90 90**



promosso da

**moige**

proteggiamo i nostri figli

in collaborazione con



UNITED STATES EMBASSY  
TO ITALY

si ringrazia

**enel**



INTESA  SANPAOLO