

GÉNÉRATION AMI

A SCUOLA DI ANTI BULLISMO

SCHEDA PER I GENITORI O TUTORI LEGALI

Venire a conoscenza che il proprio figlio è coinvolto in episodi di bullismo mette i genitori in una posizione di incertezza, sia nel caso in cui il figlio viva la situazione nel ruolo di vittima, sia in quello in cui si comporti da bullo/a. Anche nell'ipotesi in cui il ragazzo non ricoprisse uno di questi ruoli, ma facesse parte del gruppo di chi osserva senza intervenire, i genitori dovrebbero farsi carico del problema, per contrastare l'idea che il bullismo non li riguardi direttamente. Si tratta infatti di un fenomeno sociale e la maggioranza silenziosa, con l'indifferenza e l'omertà, contribuisce a mantenere il problema. Risulta quindi necessario che i genitori fungano da modello per i figli e promuovano una cultura della cittadinanza responsabile e del dovere etico di rispettare e aiutare l'altro in difficoltà. Prevenire e ridurre la prepotenza è quindi un dovere di ogni adulto, a maggior ragione di chi ha figli che frequentano contesti in cui regna la paura e il terrore. Di seguito, alcune linee guida utili per contrastare il fenomeno.

CONSIGLI PER GENITORI DI RAGAZZI VITTIME

I bambini e i ragazzi vittime di bullismo non parlano facilmente della loro situazione. Prima di chiedere aiuto sicuramente hanno cercato in tutti i modi di cavarsela da soli. È importante quindi che i genitori imparino a osservare il comportamento e l'umore del figlio per capire come si sente. Mentre i bambini danno segnali del loro malessere soprattutto attraverso sintomi fisici (mal di pancia, vomito, difficoltà a dormire, paura di andare a scuola), i ragazzi più grandi quando si trovano in difficoltà possono apparire molto scontenti, depressi e ansiosi. I genitori devono quindi:

- prestare attenzione ai diversi segnali di malessere;
- parlare col proprio figlio con calma, senza finire le sue frasi o anticipare i suoi pensieri, ma ascoltandolo senza giudicarlo;
- assicurare la sicurezza e la protezione, accompagnando il figlio a scuola o in altri luoghi, oppure aiutandolo a organizzarsi con un amico;
- stimolare il figlio a cercare delle strategie e valutarne insieme l'efficacia;
- organizzare esperienze nuove e gratificanti per il proprio figlio in modo da farlo sentire vincente e meno vulnerabile.

CONSIGLI PER GENITORI DI RAGAZZI BULLI

Venire a sapere che il proprio figlio si comporta da bullo non è un'esperienza facile per un genitore. Anche se in un primo momento è difficile guardare in faccia la realtà, il genitore dovrebbe cercare di assumere un atteggiamento volto a capire e non a giudicare quanto è successo:

- tenete a bada la rabbia e la vergogna generate dalla condotta di vostro figlio;
- parlate con lui per capire come sono andate le cose;
- stimolate vostro figlio a cercare di mettersi nei panni della vittima e a capire come si è potuta sentire dopo aver subito le prepotenze;
- cercate di capire con vostro figlio quali sono i vantaggi che ne ricava dalle aggressioni che mette in atto;
- individuate con lui altre modalità per raggiungere la stessa popolarità nel gruppo dei suoi amici che ora ottiene incutendo paura e tenendo in pugno gli altri;
- ricordatevi che il vostro comportamento è un modello a cui i figli guardano; se con gli altri, anche in situazioni di litigio, avete un atteggiamento di accettazione e mediazione, questo già rappresenta un buon passo per aiutare vostro figlio.

CONSIGLI PER GENITORI DI RAGAZZI NÉ VITTIME NÉ BULLI

Ricordatevi che, anche se vostro figlio non è direttamente coinvolto in episodi di violenza nel ruolo di bullo o vittima, vive comunque il clima di tensione, paura e intimidazione che regna del luogo in cui si manifesta il bullismo. Imparate ad osservare il comportamento e i cambiamenti di umore di vostro figlio: spesso chi assiste alle prepotenze non sempre esprime a parole il suo disagio, ma l'insicurezza che vive si manifesta dal suo atteggiamento. Dai racconti che vostro figlio porta, per esempio della scuola, è possibile capire che posizione ha deciso di ricoprire rispetto alle prepotenze. Cerca di difendere la vittima? Sostiene il bullo? Chiama l'insegnante? Guarda senza intervenire? È importante che voi trasmettiate a vostro figlio la necessità di prendere una posizione ferma di contrasto al bullismo:

- parlate con lui accogliendo le sue emozioni, probabilmente sarà molto arrabbiato per le ingiustizie subite dall'amico vittima;
- sostenetelo nella sua decisione di difendere la vittima e contrastare il bullismo, cercando di valutare con lui le strategie più efficaci e che lo mettano meno in pericolo;
- valutate la possibilità di confrontarvi con gli insegnanti e il dirigente scolastico;
- cercate di coinvolgere anche gli altri genitori.

SE VOSTRO FIGLIO È AMICO DELLA VITTIMA, MA NON FA NULLA PER DIFENDERLA

- parlate con lui accogliendo le sue emozioni, probabilmente da una parte si sentirà in colpa perché non riesce a difendere l'amico, dall'altra sarà terrorizzato dalla possibilità di fare la stessa fine e quindi vivrà ogni giorno nel timore di diventare vittima a sua volta;
- cercate di riflettere con lui sull'ingiustizia delle prepotenze e sul fatto che nessuno merita di essere vittima;
- trovate insieme delle soluzioni che vostro figlio non veda come pericolose;
- sostenetelo nella ricerca di altri compagni che lo possano spalleggiare in questo compito di difesa della vittima;
- valutate la possibilità di confrontarvi con gli insegnanti e il dirigente scolastico;
- cercate di coinvolgere anche gli altri genitori.

SE VOSTRO FIGLIO È AMICO DEL BULLO E TENDE A SOSTENERLO

- cercate di riflettere con lui sullo stato d'animo della vittima, chiedendo come si sentirebbe lui se fosse trattato allo stesso modo;
- se vedete che il bullo esercita un forte fascino su vostro figlio, cercate di mettere in discussione la leadership del prepotente, facendo domande sull'amicizia e sulla possibilità di avere aiuto nei momenti di difficoltà;
- esplorate con vostro figlio le paure che gli impediscono di mettersi contro il bullo;
- cercate di ipotizzare con vostro figlio delle situazioni in cui lui reagisce alle prepotenze in modo diverso e valutatene le conseguenze;
- individuate con lui altre persone che potrebbero aiutare la vittima senza perdere la sicurezza e l'immagine sociale acquisita nel gruppo;
- valutate la possibilità di confrontarvi con gli insegnanti e il dirigente scolastico;
- cercate di coinvolgere gli altri genitori.

SE VOSTRO FIGLIO È AMICO DEL BULLO, MA NON LO SOSTIENE

- cercate di riflettere con lui sullo stato d'animo della vittima, chiedendo come si sentirebbe lui se fosse trattato allo stesso modo;
- se vedete che il bullo esercita un forte potere su vostro figlio, cercate di mettere in discussione la leadership del prepotente, facendo domande sull'amicizia e sulla possibilità di avere aiuto nei momenti di difficoltà;
- esplorate con vostro figlio le paure che gli impediscono di difendere attivamente la vittima o di chiamare l'insegnante;
- cercate di ipotizzare con vostro figlio delle situazioni in cui lui reagisce alle prepotenze in modo diverso e valutate le conseguenze;
- individuate con lui altre persone che potrebbero aiutare la vittima senza perdere la sicurezza e l'immagine sociale acquisita nel gruppo;
- valutate la possibilità di confrontarvi con gli insegnanti e il dirigente scolastico;
- cercate di coinvolgere anche gli altri genitori.

SE VOSTRO FIGLIO GUARDA LE PREPOTENZE SENZA INTERVENIRE

- cercate di riflettere con lui sullo stato d'animo della vittima, chiedendo come si sentirebbe lui se fosse trattato allo stesso modo;
- ricordate a vostro figlio che il bullismo è un problema di tutti e che il suo silenzio non fa altro che alimentare il clima di tensione e paura;
- esplorate con vostro figlio le paure che gli impediscono di difendere attivamente la vittima o di chiamare l'insegnante;
- cercate di ipotizzare con vostro figlio delle situazioni in cui lui reagisce alle prepotenze in modo diverso e valutate le conseguenze;
- individuate con lui altre persone che potrebbero aiutare la vittima senza perdere la sicurezza e l'immagine sociale acquisita nel gruppo;
- valutate la possibilità di confrontarvi con gli insegnanti e il dirigente scolastico;
- cercate di coinvolgere anche gli altri genitori;
- ricordatevi che resistere alla pressione del gruppo e della maggioranza è un elemento indispensabile per la costruzione di un'identità forte.



Se hai bisogno di aiuto o, semplicemente, senti il bisogno di raccontare la tua storia o quella accaduta ad altri, invia una e-mail a info@bullistop.com, anche in maniera anonima. Riceverai una risposta e un sostegno da parte di persone competenti e fidate.

Promosso da



Con il patrocinio di



In collaborazione con



Un progetto di

