



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
Via Campanello s.n.c. - CAP 81030 – TEVEROLA
Tel. 0818118197 – Fax 0815048809
Codice meccanografico CEIC87300R
cod. fisc. 90033260614 - e-mail ceic87300r@istruzione.it;
PEC: ceic87300@PEC.ISTRUZIONE.IT
Sito Web: www.icteverola.gov.it

Le regole per prevenire bullismo e cyberbullismo

1. Rispetta

Il bullismo non è uno scherzo. Non offendere i tuoi compagni o amici. Anche se ognuno è diverso, la prima regola è il **rispetto nei confronti degli altri**.

2. Coinvolgi

Se vedi un tuo coetaneo escluso dai giochi e dalle attività che fate, coinvolgilo, anche se può sembrarti diverso.

3. Dialoga e parla

Subire il bullismo fa stare male. Parlane con un adulto di cui ti fidi, con i tuoi genitori, con gli insegnanti, con il tuo medico. Per i genitori: osserva il comportamento di tuo figlio. Ogni cambiamento improvviso nel suo comportamento, senza un motivo ragionevole, deve destare la nostra attenzione

4. Segnala

Se sai che qualcuno subisce **prepotenze**, parlane subito con un adulto. Questo non vuol dire fare la spia, ma aiutare gli altri. Per i genitori: parla in modo rassicurante con tuo figlio di quanto è successo, solleva dai sentimenti di colpa e premialo per averne parlato

5. Reagisci

Se gli atti di bullismo diventano violenti, se ti prendono in giro sui social network, dopo averne parlato con la tua famiglia e la scuola se gli episodi continuano rivolgiti ai centri specializzati o a **Carabinieri e Polizia di Stato**

6. Non isolarti

Spesso il bullo provoca quando sei solo. Se stai vicino agli adulti e ai compagni che possono aiutarti, sarà difficile per lui avvicinarsi

7. No alla violenza

Se uno o più persone compiono atti ripetuti di bullismo colpendoti, con violenza difenditi, ma non diventare violento anche tu. Per i genitori: non chiedete a vostro figlio di “ripagare” il **bullo** con lo stesso comportamento

8. Fai un buon uso dei social network

Usa i social network in maniera responsabile e rispettosa per comunicare con i tuoi amici. Non “taggare” i tuoi compagni senza aver avuto prima la loro autorizzazione, non parlare male di loro, non caricare video che potrebbero creare imbarazzo o **vergogna**

9. Pensa prima di agire

Cosa succede se compio quel gesto? Se rubo la merenda? Se diffondo immagini imbarazzanti o con contenuti espliciti del mio fidanzato/a o dei miei compagni in rete? Se faccio scherzi telefonici ad un mio compagno continuamente? Prima di compiere certe azioni, pensa, rifletti e poi agisci. Certe azioni se gravi comportano delle violazioni della legge e si è perseguibili.

10. Sconfiggi il bullismo

Sconfiggere il bullismo è possibile e potrai contribuire a fermare il fenomeno seguendo alla lettera questo importante decalogo.

Maria Teresa De Cesare
A. Di Spirito