

## Linee guida per i genitori

A cura della prof.<sup>ssa</sup> G. Landi

I genitori devono essere consapevoli che il loro compito è guidare e sostenere i propri figli, incoraggiandoli ad affrontare le difficoltà del percorso di crescita. La cosa sicuramente più importante che possono fare è interessarsi a come si comportano i figli in classe; si verifica spesso, infatti, che il comportamento del figlio a scuola sia differente da quello a casa dove, talvolta, è più calmo e tranquillo.

Quando il genitore viene a conoscenza che il proprio figlio subisce prepotenze o è un bullo è **importante che:**

- si rivolga alla scuola, al dirigente scolastico e agli insegnanti, affinché si possa intervenire;
- sappia che ci sono dei numeri verdi, associazioni, professionisti con competenze specifiche a cui potersi rivolgere.

L'intervento dei genitori è fondamentale perché:

- migliora le condizioni di vita nella scuola;
- migliora le condizioni negli ambienti di relazione;
- interrompe il circolo vizioso delle violenze subite che lasciano tracce indelebili sulla vittima;
- fa emergere le difficoltà relazionali sia dei bulli sia delle vittime al fine di attivare percorsi di sostegno e aiuto;
- combatte un terreno fertile alla produzione di comportamenti devianti e delinquenti;
- si diffonda la cultura della collaborazione che sostituisca quella della prevaricazione;
- si diffondano i valori del rispetto e della tolleranza verso la diversità.

## **A COSA PRESTARE ATTENZIONE**

I genitori, conoscendo il proprio figlio, dovrebbero prestare attenzione all'insorgere di indicatori quali:

- è triste e scontento quando torna a casa;
- manifesta disagi ricorrenti prima di andare a scuola (mal di testa, mal di pancia);
- si ammala con facilità;
- ha scarso appetito;
- ha spesso lividi, ferite o vestiti strappati;
- è spesso solo e non invita amici a casa;
- non partecipa alle feste perché nessuno lo invita;
- ha spesso libri rovinati o “perde” matite, penne, colori e oggetti vari che gli appartengono;
- ha un sonno agitato da incubi ricorrenti;
- perde interesse nelle attività scolastiche ed extrascolastiche con conseguente calo del rendimento;
- chiede denaro a casa con una motivazione dubbia (celandosi magari richieste di denaro da parte dei bulli).

## **CONSIGLI PER AIUTARE I PROPRI FIGLI A DIFENDERSI DAI BULLI**

Ascoltate i vostri figli dando loro fiducia quando vi raccontano episodi per loro non piacevoli, senza minimizzare o enfatizzare, prendendo in seria considerazione le loro paure ed i loro sentimenti e cercando di capire cosa sia successo.

Sia vostro figlio un bullo o una vittima, fategli comprendere che chiedere aiuto è possibile e non è un segno di debolezza, ma un modo adeguato per affrontare il problema.

Aiutate i vostri figli a pensare e a trovare insieme delle soluzioni possibili se si trovano ad essere oggetto delle prepotenze altrui, si sentiranno rassicurati e meno deboli se vi sentono dalla loro parte.

Se vostro figlio si trova continuamente coinvolto in episodi di prepotenza e bullismo, in situazioni differenti e con ragazzi diversi, potrebbe essere necessario e utile rivolgersi ad un supporto professionale adeguato per affrontare il suo problema, non esitate a farlo.

Se vostro figlio è un bullo è importante che capiate come si sente e cosa gli succede, ascoltate il suo malessere, fategli capire il valore della compassione, dell'amicizia, delle regole e del rispetto della vita degli altri e l'importanza del dialogo nelle relazioni sociali. Non giustificate MAI le sue azioni (pensando che sia sempre colpa degli altri).

Non responsabilizzate eccessivamente i vostri figli ( “Deve imparare a cavarsela da solo”)

# PREVENZIONE DEL CYBERBULLISMO

## Consigli Per Difendere I Propri Figli Dai Rischi Legati Alle Nuove Tecnologie

- 1** • Imparate a navigare in internet per capire che non è possibile adottare mezzi di difesa e di controllo se non possedete una minima cultura informatica.
- 2** • Chiedete ai vostri figli di essere informati rispetto alle loro attività online: che cosa fanno in Rete e con chi stanno comunicando.
- 3** • Stabilite i tempi di utilizzo del computer e del collegamento in Rete a seconda dell'età di vostro figlio. Si può considerare eccessivo un utilizzo che sottrae tempo alle altre attività importanti per la crescita (studio, amici, sport, socializzazione nel mondo reale).
- 4** • Condividete le raccomandazioni per un uso sicuro di Internet con i vostri figli. È utile scrivere insieme a loro una "carta delle regole di comportamento" e magari appenderla di fianco al computer.
- 5** • Mettete il computer in una stanza di accesso comune, non nella camera dei ragazzi o in un ambiente isolato. Internet va considerato come uno strumento utile per tutta la famiglia.
- 6** • Se non potete seguire direttamente la navigazione dei vostri figli, potete utilizzare dei software di protezione per monitorare l'uso di internet e dei software "filtro" per veicolare la navigazione solo verso siti consentiti. Controllate periodicamente il contenuto dell'hard disk e verificate la cronologia dei siti web visitati dai vostri ragazzi.
- 7** • Spiegate ai vostri figli che le persone che incontrano in Rete non sempre sono quello che dicono di essere.
- 8** • Parlate apertamente con i vostri figli dei rischi che possono presentarsi durante la navigazione. I ragazzi devono essere consci dei pericoli ai quali vanno incontro e sapere che possono confidarsi con i genitori in caso di brutti incontri virtuali.
- 9** • Insegnate ai vostri figli a bloccare chi li infastidisce in Rete.

**10** • Spiegate ai vostri figli che non bisogna mai fornire online dati personali a sconosciuti (nome, età, indirizzo, nr. telefono, e-mail, messenger id, foto proprie e/o di familiari e amici) e non bisogna inviare a nessuno informazioni bancarie e/o compilare moduli online dove vengano richieste.

**11** • Se i ragazzi ricevono sulla propria casella di posta elettronica spam, posta pubblicitaria e messaggi da mittenti sconosciuti, occorre dire loro di eliminarli senza aprirne gli allegati: potrebbero infatti contenere virus, malware ecc. in grado di danneggiare il computer o materiale non adatto ai minorenni.

**12** • Dimostrate ai vostri figli la disponibilità ad ascoltarli, anche per fornire loro l'opportunità di riferire se qualcuno o qualcosa li ha turbati o li ha fatti sentire a disagio durante la navigazione.

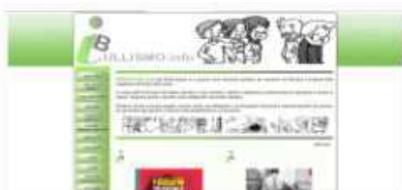
**13** • Insegnate ai vostri ragazzi che comportamenti illeciti nel mondo reale (per es. insultare una persona, sottrarre credenziali ad un amico, accedere illecitamente ad un sito o ad un servizio ecc.), sono illegali anche in Rete.

**14** • Considerate che spesso, navigando, ci si allontana molto dal punto da cui si è partiti per effettuare una ricerca: questo aumenta il rischio di accedere anche involontariamente a materiali non idonei a bambini e adolescenti; è perciò necessaria una vostra continua attenzione.

# SITI UTILI



[Bullismo? No Grazie!](#)



[Bullismo.info](#)



[S.O.S BULLISMO](#)



[Aquilone Blu ONLUS](#)



[SMONTA IL BULLO](#)



[CYBERBULLISMO.COM](#)



[STOP al Bullismo](#)



[Bullismo in Italia](#)



[Informagiovani - Italia](#)

## FONTI:

- PREFETTURA DI ROVIGO – UFFICIO TERRITORIALE DEL GOVERNO  
in collaborazione con le FF.OO. della provincia di Rovigo – Documento del 21 Gennaio 2014
- MIUR Direzione Generale per lo Studente, l'Integrazione e la Partecipazione