

Che cosa devi fare se sei vittima del bullismo

Racconta quello che ti sta accadendo ai tuoi genitori, ad un insegnante, ad un amico più grande. Parlarne con un adulto di cui ti fidi è il modo migliore per affrontare e risolvere il tuo problema.



Che cosa devi fare se ti accorgi che un tuo compagno è vittima del bullismo

Se ti accorgi che qualcuno è in difficoltà perché subisce la prepotenza di qualcun altro, è bene rassicurarlo e consigliargli di raccontare subito il suo problema ai genitori, agli insegnanti, ad un adulto di cui si fida. Se ne ha timore puoi tentare tu stesso di riferirlo ad un adulto o ad un insegnante.



a cura di:

Operatori Consultorio
ASUR Zone Territoriali 12 e 13
Vincenzo Luciani
Direttore Consultorio Familiare
ASUR Zone Territoriali 12 e 13

progetto grafico e stampa:

Gianni Alberghina
Centro Stampa ASUR Z.T. 13
Ascoli Piceno
e-mail: giovanni.alberghina@sanita.marche.it

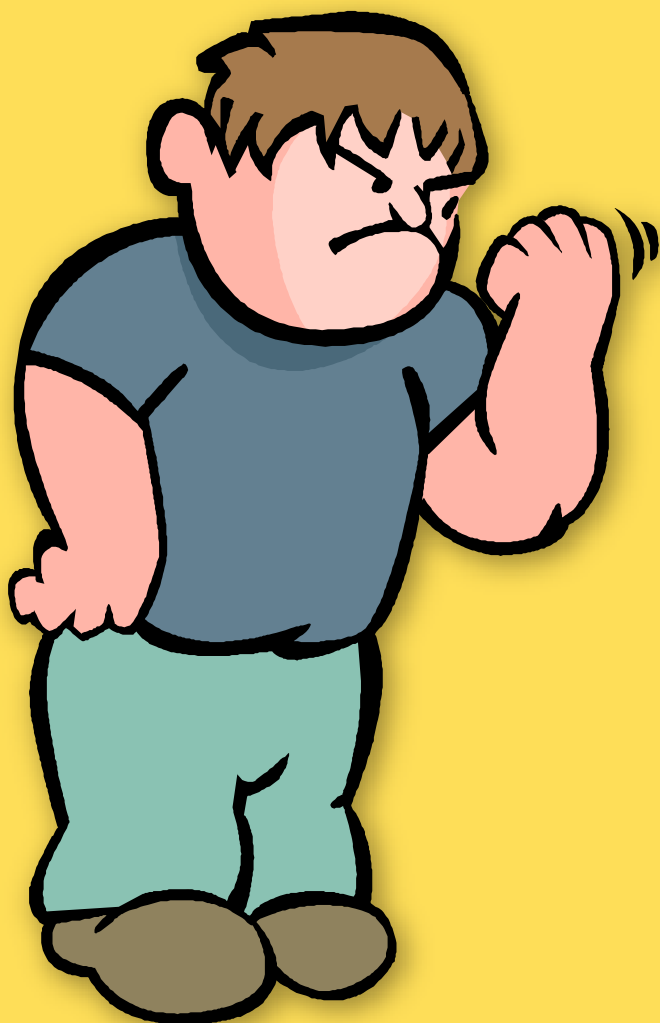
Per maggiori informazioni rivolgersi a:

Consultorio Familiare Z.T. 12
Via Manzoni, 38
San Benedetto del Tronto (AP)
tel. 0735 588719

Consultorio Familiare Z.T. 13
Via Torino, 4
Ascoli Piceno
tel. 0736 358910



**NESSUNO HA IL
DIRITTO DI FARE
IL PREPOTENTE
CON TE**



Sei vittima del bullismo quando qualcuno ripetutamente:

- 1** si comporta in modo aggressivo verso di te: ti picchia, ti sputa, ti dà morsi, ti prende le tue cose, ecc...;
- 2** ti insulta, ti costringe a fare cose che non vorresti, ti fa sentire uno sciocco, ti fa stare male, ecc...;
- 3** ti provoca, ti scrive biglietti offensivi, mette in giro cose false e brutte su di te, ecc...;
- 4** minaccia di picchiarti o di fare del male a qualcuno a cui tu vuoi bene.



Chi è un bullo

L'intenzione del bullo è quella di spaventarti, di metterti paura, perché in questo modo si sente grande e forte. In realtà è una persona che ha problemi e che non sta bene con se stessa e con gli altri.



Alcuni possibili effetti del bullismo sulla tua vita

Se subisci la prepotenza continua di un coetaneo, e non riesci a parlarne con nessuno, puoi sentirti molto triste, perdere la fiducia in te stesso, far fatica a dormire, non avere più voglia di uscire di casa, iniziare a mangiare troppo o troppo poco, avere la nausea, avere mal di testa, avere mal di stomaco, non volere andare più a scuola, smettere di fare le cose che ti è sempre piaciuto fare, ecc...