

# La nostra sfida contro il **bullismo** nata da una videotestimonianza

**C'**era una volta un gruppo di ragazze e ragazzi che hanno detto no al bullismo e al cyberbullismo.

## **Un video per riflettere**

La nostra storia è iniziata una mattina in classe, al Commerciale dell'istituto Einaudi di Pistoia, durante la visione di un video.

In questo video un ragazzo raccontava la sua esperienza: picchiato e umiliato dai

suoi compagni di classe.

I nostri visi erano rigati da lacrime di dispiacere miste alla rabbia. Da qui è nata la nostra riflessione.

## **La violenza nel mondo**

Nel mondo uno studente su tre tra i 13 e i 15 anni ha vissuto esperienze di bullismo che gli hanno causato danni fisici e psicologici.

Le conseguenze, in questi casi, possono essere devastanti per chi subisce questo tipo di violenza: ansia, de-

pressione e in alcuni casi si può arrivare persino al suicidio.

## **La sfida**

Il bullismo è e resta un fenomeno complesso e doloroso, che causa danni psicologici molto gravi. Combatterlo è una sfida significativa e un impegno collettivo per la nostra comunità. Bisogna perciò parlarne e creare ambienti inclusivi per tutti.

Ad esempio è fondamentale, fin da piccoli, trasmettere



Un ragazzo vittima di bullismo, protagonista di un video di denuncia della Fondazione Carolina

valori di inclusione, è importante imparare a conoscere le proprie emozioni, promuovere la gentilezza e intervenire quando siamo testimoni di comportamenti di bullismo.

## **Riconoscere per evitare**

I drammi causati dalla violenza nelle varie forme, dalle aggressioni fisiche a quelle psicologiche, vanno riconosciuti per far in modo che dentro ognuno di noi non ci sia spazio per questi atteggiamenti.

È necessario sorvegliare il proprio odio e tenere vivo il rispetto per l'altro. Questo è un impegno che vogliamo e dobbiamo prendere.

## **Cercare la felicità**

Andiamo spesso alla ricer-

ca della felicità, ma essa non nasce dalla facilità nel fare le cose o dalla popolarità o dai follower.

La felicità è costruzione silenziosa ad affrontare le sfide della vita, a comprendere e riconoscere la forza che ognuno di noi possiede.

## **Un grido di speranza**

I bulli gridano il dolore nella violenza; noi, invece, gridiamo il dolore nel "costruire" un sentiero dove tenderci una mano anche se il tragitto si fa tortuoso.

*Articolo realizzato dalle studentesse e dagli studenti della classe 4<sup>a</sup> A Commerciale dell'istituto Einaudi di Pistoia*