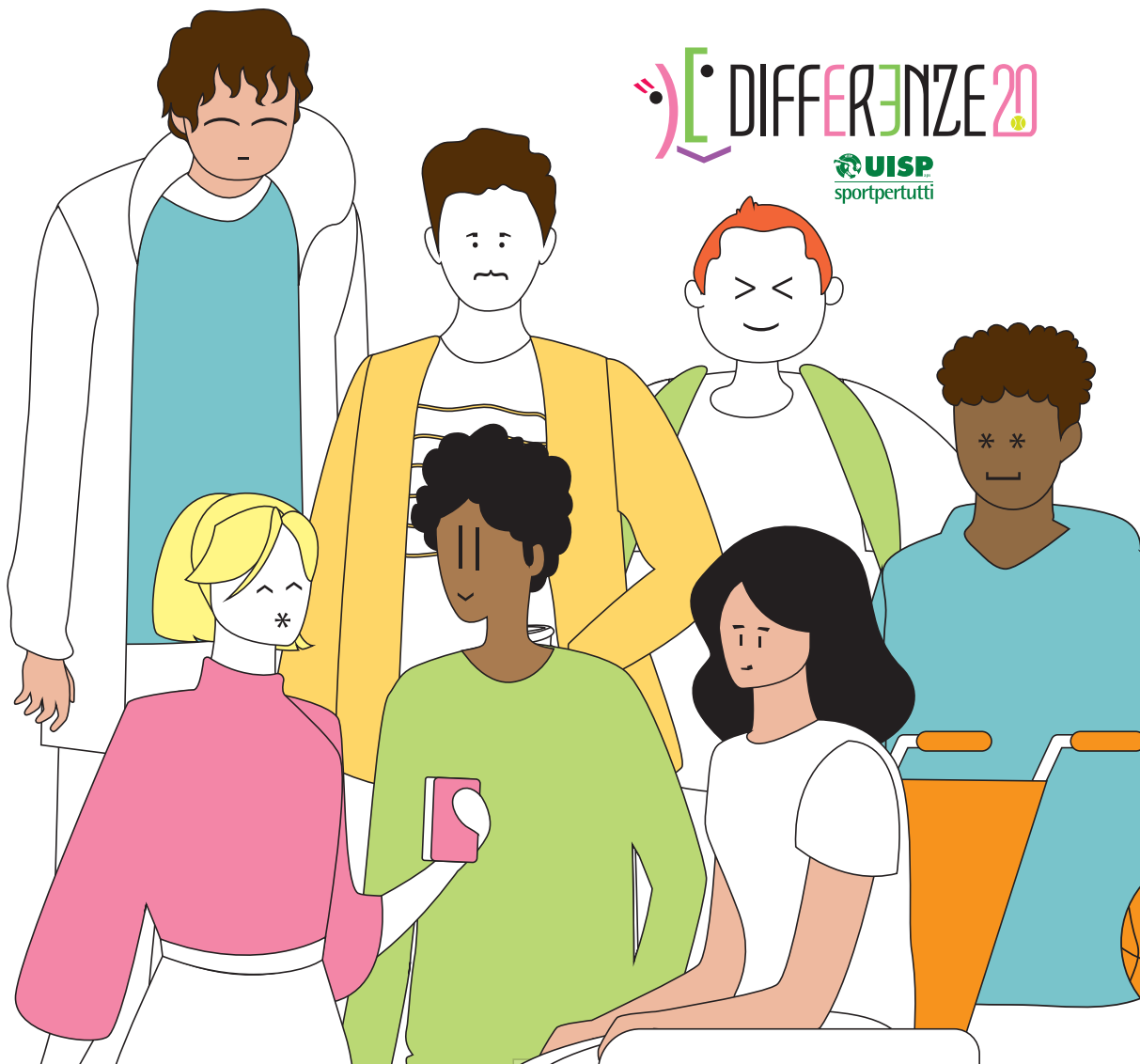




**UISP**  
sportpertutti



Claudio Cappotto

# OLTRE IL BULLISMO. CAPIRE, REAGIRE E TRASFORMARE LE RELAZIONI TRA PARI



Presidenza del Consiglio dei Ministri  
Dipartimento per le pari opportunità

Progetto realizzato con il contributo della Presidenza del Consiglio dei ministri  
Dipartimento per le pari opportunità - Avviso Violenza 2022



Questo handbook didattico è stato prodotto nell'ambito del Progetto **“Differenze 2.0: Laboratori sperimentali di educazione di genere nelle scuole medie superiori per prevenire e contrastare la violenza sulle donne”**, promosso e realizzato dall'**UISP Aps** e finanziato dalla **Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento per le Pari Opportunità** - Avviso violenza 2022.

Questa nuova versione del Progetto nasce dall'esperienza di Differenze del 2022 e rappresenta un ulteriore sviluppo delle possibili azioni da proporre in ambito scolastico, per educare al rispetto, promuovere una diversa cultura di genere, contrastare la violenza sulle donne e tutte le forme di discriminazioni di genere. L'obiettivo del progetto è quello di coinvolgere prima di tutto i ragazzi e le ragazze di 7 scuole in altrettante città d'Italia, in un percorso di conoscenza e consapevolezza su queste tematiche e di sensibilizzare le realtà del territorio. Attraverso il progetto si vogliono fornire informazioni, stimolare riflessioni, scardinare stereotipi e pregiudizi sessisti, educare alle differenze e ad un linguaggio non violento, elementi indispensabili per la costruzione di relazioni paritarie tra uomo e donna e per diminuire il rischio di violenza all'interno delle relazioni di intimità. I ragazzi e le ragazze coinvolte nel progetto avranno il compito di creare una campagna di comunicazione promossa sui social, “ideata dai giovani per i giovani”, sui temi delle disuguaglianze e discriminazioni di genere, sul contrasto alla violenza sulle donne e volta a favorire relazioni basate sul rispetto.

L'Uisp pertanto ha ritenuto importante produrre questi handbooks didattici rivolti ad adulti e adolescenti per approfondire le tematiche della violenza di genere, il bullismo e il cyberbullismo, la violenza in ambito sportivo, fino ad arrivare al Body Shaming, Cyberbullismi e violenze verbali ai tempi della AI (intelligenza artificiale).



**Edizioni BookLab**

Via Giacomo Peroni, 130 - 00131 Roma

© 2026 Claudio Cappotto - Tutti i diritti riservati

Oltre il bullismo - Capire, reagire e trasformare le relazioni tra pari

**ISBN:** 978-88-97401-90-2

© 2026 UISP APS - Tutti i diritti riservati

Opera completa: Differenze 2.0: handbooks di progetto

**ISBN:** 978-88-97401-86-5

**Grafica e Stampa:** DigitaliaLab srl

Via di Cervara, 10 - 00155 Roma

**Finito di stampare:** Gennaio 2026

# SOMMARIO

## INTRODUZIONE E CONTESTO

|                                                       |   |
|-------------------------------------------------------|---|
| INTRODUZIONE PER DOCENTI E EDUCATORI/EDUCATRICI ..... | 4 |
| PREFAZIONE PER I/LE LETTORI/LETTRICI.....             | 5 |

## PARTE I – CAPIRE IL FENOMENO

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| CAPITOLO 1 - CAPIRE IL BULLISMO.....      | 6  |
| CAPITOLO 2 - LE FORME DEL BULLISMO .....  | 8  |
| CAPITOLO 3 - LE MODALITÀ OPPRESSIVE ..... | 16 |

## PARTE II - EMOZIONI, RETE E CONSAPEVOLEZZA

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| CAPITOLO 4 - EMOZIONI IN GIOCO.....         | 18 |
| CAPITOLO 5 - CYBERBULLISMO.....             | 20 |
| APPROFONDIMENTI - I RISCHI ONLINE.....      | 22 |
| CAPITOLO 6 - REAGIRE E CHIEDERE AIUTO ..... | 26 |

## PARTE III - COSTRUIRE, AGIRE, TRASFORMARE

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| CAPITOLO 7 - COSTRUIRE RELAZIONI SANE.....        | 28 |
| CAPITOLO 8 - ATTIVITÀ PRATICHE E LABORATORI ..... | 30 |

## STRUMENTI E APPROFONDIMENTI FINALI

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| GLOSSARIO ESSENZIALE.....      | 31 |
| RISORSE UTILI E CONTATTI ..... | 33 |



## INTRODUZIONE PER DOCENTI E EDUCATORI/EDUCATRICI

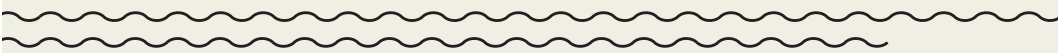
Il presente handbook nasce come strumento educativo destinato alle scuole secondarie di secondo grado. L'obiettivo è duplice: fornire agli studenti e alle studentesse strumenti di consapevolezza e prevenzione rispetto alle dinamiche di bullismo e offrire agli/alle insegnanti e agli/alle educatori/educatrici un supporto operativo per affrontare in classe questi temi in modo partecipato e costruttivo.

Ogni capitolo include box di approfondimento, spunti di discussione e attività pratiche adattabili a contesti diversi (lezioni, laboratori, progetti di educazione civica, sportelli d'ascolto).

Obiettivo didattico: promuovere nelle scuole un clima relazionale fondato su rispetto, empatia e corresponsabilità, contrastando i meccanismi di esclusione e le modalità oppressive.

Il linguaggio è narrativo, neutro rispetto al genere e favorisce il dialogo aperto sulle differenze, sui diritti e sulla cittadinanza attiva.





## PREFAZIONE PER I LETTORI E LE LETTRICI

Hai mai sentito qualcuno dire «È solo uno scherzo!»? Spesso le parole che feriscono vengono mascherate da ironia o leggerezza. Ma quando uno scherzo fa male, non è più uno scherzo: è una forma di potere.

Questo handbook non vuole darti lezioni né giudicarti: vuole offrirti uno spazio per capire e scegliere. Capire come nascono le prevaricazioni. Scegliere come reagire, come difendere, come cambiare.

«Ognuno di noi è parte del problema, ma può anche diventare parte della soluzione.»

Troverai storie, attività e riflessioni per riconoscere i meccanismi del bullismo e trasformarli in occasioni di crescita. Leggile con curiosità, confrontati con i/le tuoi/tue compagni/e, prova a metterti nei panni degli altri. Capire le emozioni – proprie e altrui – è il primo passo per costruire relazioni più autentiche e libere.

## CAPITOLO 1

# CAPIRE IL BULLISMO

### CHE COS'È DAVVERO IL BULLISMO?

Il bullismo non è un semplice litigio né un diverbio tra compagni.

È un comportamento ripetuto nel tempo in cui una persona o un gruppo esercita potere, controllo o prevaricazione su un'altra persona.

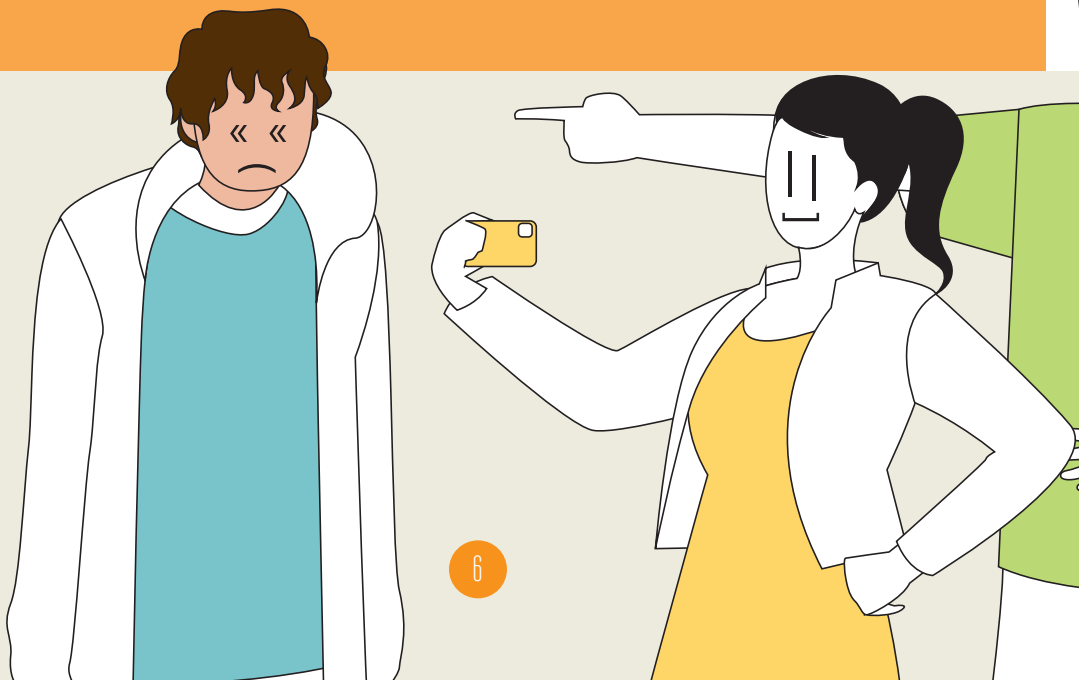
Nel conflitto c'è equilibrio; nel bullismo c'è asimmetria di forza.

Il bullismo può essere fisico, verbale, psicologico o relazionale.

Spesso nasce da piccoli gesti – una battuta, un'esclusione – che col tempo diventano abitudine e ferita.



**LO SAPEVI CHE...** Il termine bullismo deriva dall'inglese bullying e si è diffuso negli anni '70. **In Italia è entrato nel linguaggio educativo negli anni '90**, quando si è compreso che non era solo indisciplina ma un fenomeno sociale.



## LE TRE CARATTERISTICHE DEL BULLISMO

- 1 >> **Intenzionalità:**  
il gesto è voluto.
- 2 >> **Ripetizione:**  
le azioni si ripetono nel tempo.
- 3 >> **Asimmetria di potere:**  
la vittima non ha la forza per difendersi.

### Il bullismo vive del silenzio del gruppo:

più persone tacciono,  
più l'aggressore si sente legittimato.



## I RUOLI NEL BULLISMO

- ▶ **Bullo/Bulla:** cerca potere o approvazione.
- ▶ **Vittima:** si colpevolizza, si isola.
- ▶ **Spettatori:** ridono, tacciono o si voltano.
- ▶ **Difensori:** rompono il silenzio, aiutano.



## PARCIAMONE!

**Ti è mai capitato**  
di assistere a un episodio  
di bullismo?

**Cosa** ti ha fermato  
o spinto a intervenire?

Che cosa significa per te  
“essere coraggiosi”?





## CAPITOLO 2

# LE FORME DEL BULLISMO

**Il bullismo non è un fenomeno unico:** assume forme diverse, ma tutte condividono lo stesso nucleo – l'abuso di potere. Riconoscerle è il primo passo per fermarle.



### BULLISMO FISICO - LA FORZA CHE FERISCE

È la forma più visibile e riconoscibile di bullismo. Si manifesta attraverso atti di violenza diretta: spintoni, calci, pugni, stratonni, o danneggiamento di oggetti personali (zaini, libri, telefoni). Talvolta si presenta anche in modo “sottile”: togliere la sedia a qualcuno/a, bloccarlo/a nel corridoio, impedirgli/le di muoversi liberamente.

Spesso il bullo fisico agisce per mostrare potere o dominanza davanti agli altri, cercando approvazione e controllo del gruppo. Dietro la forza, tuttavia, si può nascondere fragilità emotiva e bisogno di riconoscimento.

**ESEMPIO:** «Ogni mattina, appena entravo, mi spingeva. Tutti ridevano. Dopo un po', ho smesso di reagire.»

**Il bullismo fisico colpisce il corpo, ma lascia segni anche dentro:** ansia, paura, isolamento. Per questo va affrontato subito, con il supporto degli adulti e della scuola.



#### **ATTIVITÀ: “La mappa della forza”**

In piccoli gruppi, scrivete su un cartellone:

- ▶ “Quando la forza serve” (es. proteggere, aiutare)
- ▶ “Quando la forza fa male” (es. dominare, umiliare) Discutete le differenze tra potere e rispetto



## BULLISMO VERBALE - LE PAROLE CHE COLPISCONO

Il bullismo verbale si manifesta attraverso offese, insulti, soprannomi offensivi, prese in giro, minacce o derisioni pubbliche.

È spesso considerato “meno grave” perché non lascia lividi, ma può essere più distruttivo: le parole feriscono l'identità, minano la fiducia in sé e rimangono nella memoria.

**ESEMPIO:** «Ogni giorno mi chiamavano con un nomignolo che odiavo. A forza di sentirlo, ho finito per crederci anch'io.»

**Il linguaggio costruisce realtà.** Quando le parole vengono usate per umiliare o ridicolizzare, diventano strumenti di dominio. Il bullismo verbale si alimenta di stereotipi e conformismo: chi non si adegua al gruppo diventa bersaglio.



**LO SAPEVI CHE...** Secondo una ricerca di Save the Children (2022), il 65% degli studenti e delle studentesse hanno assistito ad almeno un episodio di derisione pubblica a scuola.

### FORME COMUNI DI BULLISMO VERBALE:

- ▶ Insulti diretti o ironici.
- ▶ Diffusione di voci o pettegolezzi.
- ▶ Commenti sull'aspetto fisico, l'accento o la provenienza.
- ▶ Minacce, anche implicite (“Ti conviene stare zitto...”).



#### **ATTIVITÀ: “Le parole che curano”**

Create due liste: parole che feriscono / parole che curano.

Poi scrivete una breve storia usando solo le parole positive.

Discutete come cambia il tono e l'effetto della comunicazione.



## BULLISMO RELAZIONALE - L'ESCLUSIONE SILENZIOSA

È la forma più sottile e spesso più dolorosa. Il bullismo relazionale consiste nell'escludere deliberatamente una persona dal gruppo, ignorarla, farla sentire invisibile o non desiderata. Non ci sono insulti o pugni, ma un muro di indifferenza.

**ESEMPIO:** «Hanno smesso di parlarmi, mi toglievano dal gruppo in chat. Nessuno mi guardava più.»

**L'esclusione è una forma di controllo sociale:** serve a ribadire chi "appartiene" e chi no. Può essere esercitata da un singolo o da un gruppo, spesso in modo tacito, con alleanze invisibili.

### SEGNALI DEL BULLISMO RELAZIONALE:

- Silenzi improvvisi nei confronti di una persona.
- Risate o sguardi d'intesa dopo che qualcuno parla.
- "Dimenticanze" sistematiche (non invitare, non informare).



**LO SAPEVI CHE...** Il bullismo relazionale è più diffuso tra le ragazze, ma colpisce tutti i generi. Spesso le vittime non sanno come reagire perché non c'è una violenza "visibile".



### ATTIVITÀ: "Fuori dal cerchio"

In cerchio, un volontario esce e osserva come il gruppo comunica. Poi racconta come si è sentito e cosa ha notato.

Riflessione: quali segnali di esclusione possiamo riconoscere nella vita reale?



## BULLISMO RAZZISTA E ABILISTA QUANDO LA DIFFERENZA DIVENTA BERSAGLIO

Il bullismo razzista e abilista nasce dal pregiudizio verso chi viene percepito come “diverso” per origine, lingua, religione, colore della pelle, disabilità fisica o neurodivergenza. È una forma di violenza simbolica e sociale, perché colpisce l’identità stessa della persona, ciò che è e non ciò che fa.

Questo tipo di bullismo si manifesta in frasi, gesti, esclusioni o derisioni che mirano a mettere qualcuno/a “al suo posto”, come se non avesse diritto a essere parte del gruppo. **Spesso è alimentato da stereotipi culturali, da modelli di superiorità impliciti e da un linguaggio che normalizza la discriminazione.**

ESEMPIO REALE (testimonianza anonima): «Quando ho detto che mio padre non è nato in Italia, hanno cominciato a imitare il suo accento. Ridevano, ma a me veniva solo voglia di non parlare più.»

### RAZZISMO QUOTIDIANO E MICROAGGRESSIONI

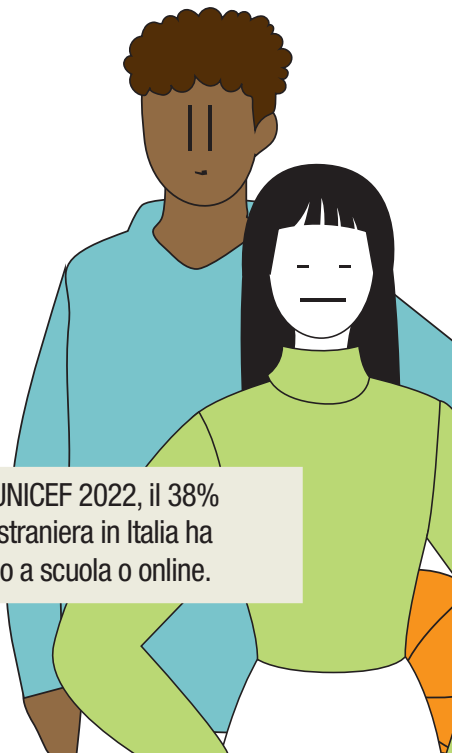
Il bullismo razzista non si limita agli insulti espliciti. Spesso si esprime in microaggressioni, piccoli gesti o frasi che fanno sentire “diversi”, anche senza intenzione di ferire. Ecco alcuni esempi:

- ▶ “Ma da dove vieni davvero?”
- ▶ “Parli bene per essere straniero.”
- ▶ “Non sembri disabile.”
- ▶ “Sei troppo sensibile, non è colpa mia se non capisci le battute.”

Ogni frase di questo tipo, ripetuta nel tempo, costruisce una barriera invisibile tra chi si sente accettato e chi no. È un linguaggio che nega l’appartenenza, come se alcune persone dovessero continuamente dimostrare di meritare il proprio posto.



**LO SAPEVI CHE...** Secondo una ricerca UNICEF 2022, il 38% degli/delle studenti/studentesse di origine straniera in Italia ha dichiarato di aver subito episodi di razzismo a scuola o online.



## BULLISMO OMOLESBOBITRANSFOBICO



Il bullismo omolesbobitransfobico è una forma di violenza che prende di mira chi viene percepito/a come diverso rispetto alle aspettative legate al genere o all'orientamento sessuale. Può colpire ragazzi e ragazze LGBTQ+, ma anche chi – pur non identificandosi come tale – viene considerato/a “non conforme” agli stereotipi di mascolinità o femminilità.

**ESEMPIO:** un ragazzo preso in giro perché “troppo sensibile” o una ragazza insultata perché “troppo maschile” subiscono la stessa logica di esclusione.

### COME FUNZIONA

**Questo tipo di bullismo si fonda su pregiudizi e stereotipi culturali.**

Nasce dall'idea che esista un solo modo “giusto” di essere uomo o donna e che tutto ciò che si discosta da questa norma debba essere ridicolizzato o punito.

Le offese possono essere verbali (“sei gay” usato come insulto), fisiche (spinte, sputi, aggressioni), oppure sociali (esclusione, isolamento, diffusione di voci).

Anche i social network sono spazi in cui questo fenomeno si amplifica: meme, chat di gruppo e commenti possono diventare strumenti di disumanizzazione, in cui la differenza viene trasformata in motivo di scherno pubblico.

### LE CONSEGUENZE

Il bullismo omolesbobitransfobico incide profondamente sull'autostima, sul senso di appartenenza e sulla salute mentale delle persone coinvolte. Molti ragazzi e ragazze LGBTQ+ riferiscono di sentirsi invisibili o non accettati/e, di temere il giudizio dei/delle compagni/e o di non poter essere sé stessi/e.



Le ricerche di UNESCO e UNICEF mostrano che gli studenti e le studentesse vittime di questo tipo di bullismo:

- ▶ hanno tassi più alti di ansia, depressione e abbandono scolastico,
- ▶ evitano gli spazi comuni (aule, spogliatoi, corridoi),
- ▶ riducono la partecipazione alle attività scolastiche,
- ▶ sperimentano isolamento e autocensura.



**LO SAPEVI CHE...** In Italia, circa il 35% degli studenti LGBTQ+ dichiara di aver subito episodi di bullismo omofobico o transfobico a scuola (Fonte: Gay Help Line, 2023).

### COSA POSSIAMO FARE

Contrastare il bullismo omofobico/transfobico significa cambiare la cultura della scuola. Non basta punire i comportamenti violenti: serve creare spazi sicuri in cui ogni identità sia rispettata e riconosciuta.

### ECCO ALCUNE AZIONI EFFICACI:

- ▶ **Usare un linguaggio inclusivo**, evitando termini offensivi o stereotipati.
- ▶ **Riconoscere e nominare le discriminazioni**, anche quando sembrano “battute”.
- ▶ Promuovere l'educazione alle differenze di genere e agli affetti come parte dell'educazione civica.
- ▶ Coinvolgere i compagni e le compagne di classe in attività cooperative e laboratori di empatia.
- ▶ Creare sportelli scolastici di ascolto e collaborare con associazioni LGBTQ+ locali.



#### ATTIVITÀ: “Le parole che includono”

In piccoli gruppi, fate un elenco di parole o espressioni usate per offendere le persone LGBTQ+. Poi riscrivetele in modo positivo, trasformandole in parole di accoglienza e rispetto.

### MESSAGGIO FINALE

Essere diversi non è un problema. Il problema è una società che considera la differenza un difetto invece di un valore. Ogni studente e studentessa hanno diritto a sentirsi al sicuro, riconosciuti/e e rispettati/e, indipendentemente da chi sono o da chi amano.

## BUCCISMO ABILISTA E DISCRIMINAZIONE SULLA DISABILITÀ

Il bullismo abilista colpisce chi ha una disabilità fisica, sensoriale o cognitiva, ma anche chi semplicemente non rientra nei modelli di “normalità” imposti dalla società. Si basa sull’idea errata che le persone con disabilità siano “deboli”, “meno capaci” o “da compatire”.

### **Le forme di bullismo abilista includono:**

- ▶ imitazioni offensive di movimenti o voce;
- ▶ esclusione da giochi o attività di gruppo;
- ▶ battute o soprannomi legati alla disabilità;
- ▶ iperprotezione e infantilizzazione (“non farlo, non ce la fai”).

**ESEMPIO:** «Durante l’intervallo mi nascondevano il bastone e ridevano. Per loro era uno scherzo, per me un incubo.»

### **Il bullismo abilista colpisce anche chi vive forme invisibili di disabilità**

– come i disturbi dell’apprendimento o le neurodivergenze (ADHD, autismo, dislessia). Chi non risponde ai tempi o alle regole “standard” viene spesso deriso, escluso o accusato di “fare apposta”.



**LO SAPEVI CHE...** In Italia, secondo ISTAT 2023, quasi un/una ragazzo/a su 4 con disabilità ha dichiarato di aver subito derisioni o isolamento a scuola.

## IL VALORE DELLA DIFFERENZA

Contrastare il bullismo razzista e abilista significa cambiare la prospettiva: non “tollerare” la differenza, ma riconoscerla come valore. Le differenze linguistiche, culturali, fisiche e cognitive arricchiscono il gruppo e rendono la comunità più umana e creativa.

Ogni scuola può diventare un luogo in cui la differenza non è una barriera ma un linguaggio comune, attraverso:

- ▶ progetti di educazione interculturale;
- ▶ laboratori di accessibilità e comunicazione inclusiva;

- uso di strumenti compensativi e tecnologie assistive;
- celebrazione di giornate come il 3 dicembre (Giornata internazionale delle persone con disabilità) e il 21 marzo (Giornata contro il razzismo).

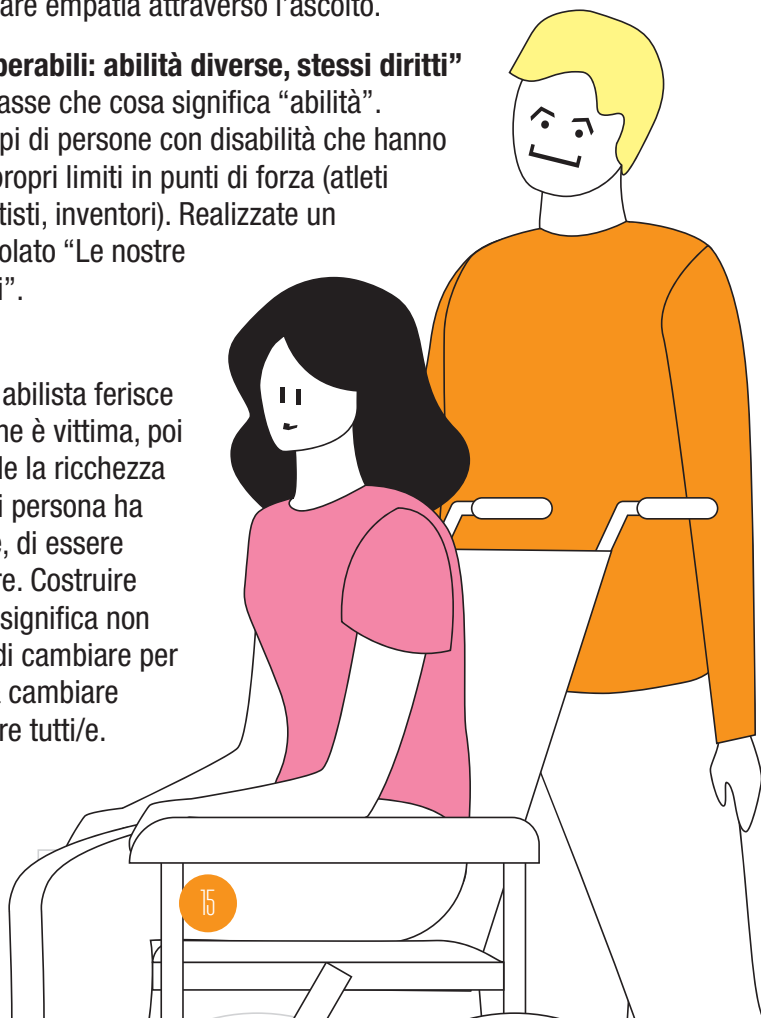
» **ATTIVITÀ: “Il mio nome, la mia storia”**  
Ogni studente/studentessa racconta la storia del proprio nome o una tradizione della propria famiglia. Gli/le altri/e ascoltano senza interrompere e poi condividono una parola che hanno imparato o che li ha colpiti.

**Obiettivo:** valorizzare la pluralità delle identità presenti in classe e creare empatia attraverso l’ascolto.

» **ATTIVITÀ: “Superabili: abilità diverse, stessi diritti”**  
Discutete in classe che cosa significa “abilità”. Scoprite esempi di persone con disabilità che hanno trasformato i propri limiti in punti di forza (atleti paralimpici, artisti, inventori). Realizzate un cartellone intitolato “Le nostre abilità invisibili”.

### MESSAGGIO FINALE

Il bullismo razzista e abilista ferisce due volte: prima chi ne è vittima, poi la comunità che perde la ricchezza della differenza. Ogni persona ha diritto di appartenere, di essere accolta, di partecipare. Costruire una scuola inclusiva significa non chiedere a nessuno di cambiare per essere accettato, ma cambiare insieme per accogliere tutti/e.



## CAPITOLO 3

# LE MODALITÀ OPPRESSIVE

### QUANDO LA FORZA DIVENTA CONTROLLO

Il bullismo non è solo un fatto personale, ma riflette modelli di potere che impariamo osservando gli adulti, i media, i gruppi.

Ogni volta che qualcuno usa la popolarità, la forza o il sarcasmo per umiliare un'altra persona, riproduce una modalità oppressiva.



**LO SAPEVI CHE...** Molte forme di oppressione sono “normali” nella cultura quotidiana: interrompere chi parla, ridicolizzare un accento, usare nomignoli denigratori. Riconoscerle è il primo passo per liberarsene.

### STEREOTIPI E RUOLI IMPOSTI

Molti atti di bullismo nascono da regole sociali non scritte:

- ▶ “I maschi devono essere forti.”
- ▶ “Le ragazze devono essere tranquille.”
- ▶ “Chi è diverso va preso in giro.”

Queste frasi sembrano banali, ma insegnano la gerarchia. Metterle in discussione significa costruire libertà.



## MICROAGGRESSIONI QUOTIDIANE

Una battuta sessista, una risata per l'aspetto di qualcuno, un commento razzista: sono microaggressioni, piccole ferite che sommate diventano muri. **Spesso chi le subisce tace per paura di passare come “esagerato”.**

ESEMPIO: “Non era cattiveria, ma ogni giorno quelle battute mi facevano sentire invisibile.”

## MASCHILITÀ TOSSICA E CULTURA DELLA FORZA

Molti ragazzi imparano presto che mostrare fragilità è “da deboli”. Così reprimono emozioni e le trasformano in rabbia o dominio. La cosiddetta maschilità tossica non danneggia solo le vittime, ma anche chi la esercita: impedisce di vivere relazioni autentiche e rispettose.



### ATTIVITÀ: “Le parole che usiamo”

In gruppo, elencate le parole usate per insultare a scuola. Scrivete accanto a ognuna lo stereotipo che rappresenta (di genere, corpo, provenienza). Discutete: quali parole vogliamo cancellare dal nostro vocabolario collettivo?





## CAPITOLO 4

# EMOZIONI IN GIOCO

### CAPIRE LE EMOZIONI

Dietro ogni atto di bullismo ci sono emozioni forti e spesso confuse: paura, rabbia, vergogna, desiderio di appartenenza. Capirle non significa giustificarle, ma trasformarle in consapevolezza. **Le emozioni sono informazioni preziose: ci dicono cosa abbiamo bisogno di cambiare.**

### LE EMOZIONI DELLA VITTIMA

Chi subisce bullismo prova vergogna, solitudine e colpa. Molti pensano “forse me lo merito”, ma non esiste colpa nell’essere vittima. Il silenzio aggrava la sofferenza; il dialogo la spezza.

ESEMPIO: “Non volevo più uscire di casa. Quando un’amica mi ha ascoltato senza giudicare, è stato il primo respiro dopo mesi.”

### LE EMOZIONI DEL BULLO/DELLA BULLA

Dietro l’aggressività si nasconde spesso insicurezza o paura di essere rifiutati/e. Il/la bullo/a può usare la forza come linguaggio per chiedere attenzione. Questo non scusa, ma aiuta a capire che anche chi aggredisce ha bisogno di ascolto e di modelli diversi.



## GLI SPETTATORI

La maggior parte degli studenti e delle studentesse non è né bullo né vittima, ma spettatore. Eppure, proprio chi guarda può cambiare le cose: una parola, un “basta”, una mano sulla spalla.



**LO SAPEVI CHE...** Quando anche un solo spettatore interviene, il 60% degli episodi di bullismo si interrompe entro 10 secondi.

## L'EMPATIA COME FORZA

Empatia non significa solo “capire gli altri”, ma sentire insieme. Allenarla è una forma di libertà: libera dal giudizio e dall'indifferenza.



### ATTIVITÀ: “Le emozioni sulla scena”

In piccoli gruppi, scegliete una situazione di bullismo e rappresentatela due volte:

- ▶ Come accade realmente.
  - ▶ Come potrebbe andare se qualcuno mostrasse empatia.
- Discutete: cosa cambia?



# CAPITOLO 5

# CYBERBULLISMO

## IL BULLISMO CHE NON DORME MAI

Il bullismo non finisce quando si esce da scuola: può continuare online, in chat, sui social, nei commenti. Il cyberbullismo è la versione digitale della prevaricazione: usa la rete per colpire, umiliare o isolare una persona. Le ferite non si vedono, ma restano.



**LO SAPEVI CHE...** Oltre il 30% degli/delle adolescenti italiani/e hanno subito almeno un episodio di bullismo online. Molti/e non lo raccontano per paura o vergogna.

## LE FORME DEL CYBERBULLISMO

- ▶ Flaming: discussioni aggressive nei commenti o nelle chat.
- ▶ Harassment: messaggi offensivi e ripetuti.
- ▶ Exclusion: esclusione da gruppi o conversazioni.
- ▶ Outing: diffusione di contenuti privati senza consenso.
- ▶ Impersonation: creazione di profili falsi per deridere qualcuno.
- ▶ Doxing: pubblicazione di dati personali sensibili.

Ogni forma ha conseguenze psicologiche e legali.  
Online, l'anonimato non è mai totale e la responsabilità resta.

## PERCHÉ ONLINE È PIÙ FACILE FERIRE

Quando scriviamo dietro uno schermo, non vediamo le reazioni dell'altro. Questo riduce l'empatia e può farci dimenticare che dall'altra parte c'è una persona vera. La distanza digitale diventa uno scudo, ma anche un rischio: le parole pesano come pietre.

## COME PROTEGGERSI

- Non rispondere con rabbia. Blocca e segnala.
  - Conserva le prove. Screenshot, link, messaggi.
  - Parla con un adulto di fiducia. Non restare solo.
  - Segnala ai gestori dei social o alla Polizia Postale.
  - Pensa prima di pubblicare.
- Una volta online, nulla scompare davvero.



### ATTIVITÀ: “Internet non dimentica”

Analizzate in gruppo una campagna di sensibilizzazione sul cyberbullismo. Poi create uno slogan o un post positivo per la vostra scuola.

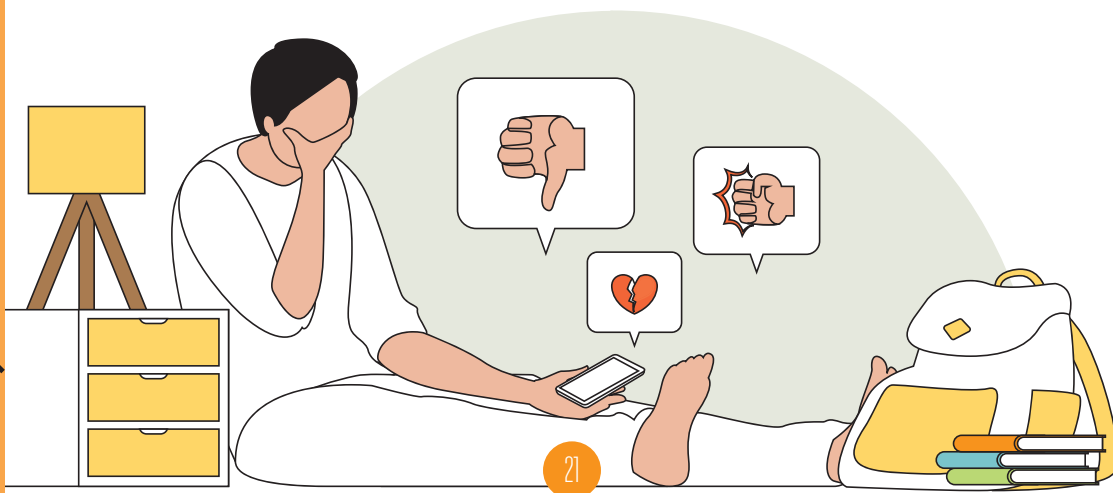


## PARLIAMONE!

**Ti è mai capitato** di leggere commenti offensivi online?

**Come reagisci** quando vedi qualcuno insultato in rete?

**Cosa potresti fare** concretamente per difendere chi è preso di mira?



# APPROFONDIMENTI I RISCHI ONLINE



## APPROFONDIMENTO 1

### SEXTING: TRA LIBERTÀ E VULNERABILITÀ

Il termine sexting unisce le parole sex e texting, cioè “inviare messaggi o immagini a contenuto sessuale tramite cellulare o social”. Per molti/e adolescenti rappresenta un modo di esplorare la propria identità o una forma di intimità con la persona amata. Tuttavia, il confine tra libertà e rischio è molto sottile.

Quando un contenuto privato viene condiviso, anche solo con una persona di fiducia, non esiste più il controllo su dove possa finire. Un gesto impulsivo, fatto per curiosità o per sentirsi accettati, può trasformarsi in un incubo se il materiale viene inoltrato ad altri/e.



**LO SAPEVI CHE...** Secondo le ricerche di Telefono Azzurro, più del 25% dei/delle ragazzi/e tra i 13 e i 17 anni hanno inviato o ricevuto contenuti sessualmente espliciti almeno una volta.

Il sexting non è sempre un reato, ma può diventarlo se coinvolge minori di 18 anni, perché la legge tutela l'immagine e la dignità dei/delle giovani. In questi casi, anche chi riceve o conserva le immagini può incorrere in conseguenze penali.



#### RIFLETTI:

Cosa ti spinge a condividere un'immagine privata?

Sei sicuro di poterti fidare di chi la riceve?

Che cosa accadrebbe se quell'immagine circolasse?

Educare al sexting responsabile significa parlare di consenso, fiducia e rispetto. La tecnologia non è il problema: lo è l'uso inconsapevole del potere che un'immagine può avere sulla vita di una persona.



## APPROFONDIMENTO 2

### REVENGE PORN: LA VIOLENZA DELLA VENDETTA

Il revenge porn è la diffusione o condivisione non consensuale di immagini o video intimi, spesso come atto di vendetta dopo la fine di una relazione o per umiliare qualcuno/a. È una delle forme più gravi di cyberviolenza, perché unisce la violazione della privacy alla volontà di distruggere l'immagine pubblica della vittima.

Le conseguenze possono essere devastanti: vergogna, isolamento, ansia, perdita di autostima, persino abbandono scolastico. Una volta online, il materiale diventa difficile da rimuovere completamente: per questo serve prevenzione, sostegno e intervento immediato.



**LO SAPEVI CHE...** In Italia, dal 2019 il revenge porn è un reato (art. 612-ter del Codice Penale). Chi diffonde o minaccia di diffondere contenuti sessualmente espliciti senza consenso rischia la reclusione da uno a sei anni e una multa fino a 15.000 euro.

Chi subisce revenge porn non deve sentirsi colpevole: la responsabilità è di chi tradisce la fiducia, non di chi ha condiviso in un contesto intimo.

È importante non cancellare le prove, fare screenshot, segnalare i profili e rivolgersi subito alla Polizia Postale, a Telefono Azzurro o allo sportello scolastico.



#### **RICORDA:**

chiedere aiuto non è debolezza, è l'inizio della guarigione.  
La vendetta non è amore: è controllo, e il rispetto non dovrebbe mai finire insieme a una relazione.





## APPROFONDIMENTO 3

### TRICKERY: L'INGANNO IN RETE

Il termine trickery significa “inganno” e si riferisce a quelle situazioni in cui qualcuno, fingendo amicizia o interesse, riesce a farsi mandare immagini intime o informazioni personali per poi usarle contro la vittima.

È una forma di manipolazione online molto diffusa tra adolescenti e adulti: inizia con la seduzione, continua con la richiesta di contenuti e spesso sfocia nel ricatto digitale (sextortion).

Le persone che praticano trickery sanno come creare fiducia: usano profili falsi, fingono di avere la stessa età o gusti simili, fanno complimenti e ascoltano. Poi, quando la vittima abbassa le difese, chiedono foto o video “solo per loro” e in seguito minacciano di diffonderli se non ricevono altri contenuti o denaro.

ESEMPIO: “Mi diceva che mi capiva, che ero speciale. Poi ha iniziato a chiedermi foto. Quando ho smesso di fidarmi, mi ha minacciato.” – Testimonianza raccolta da un progetto scolastico 2023

**Il trickery non è un gioco:** è una trappola emotiva. Chi lo subisce può provare paura, colpa e vergogna, ma è fondamentale sapere che non è colpa della vittima. Parlarne subito con un adulto o un referente scolastico può impedire che la situazione peggiori.



#### COSA FARE SE ACCADE:

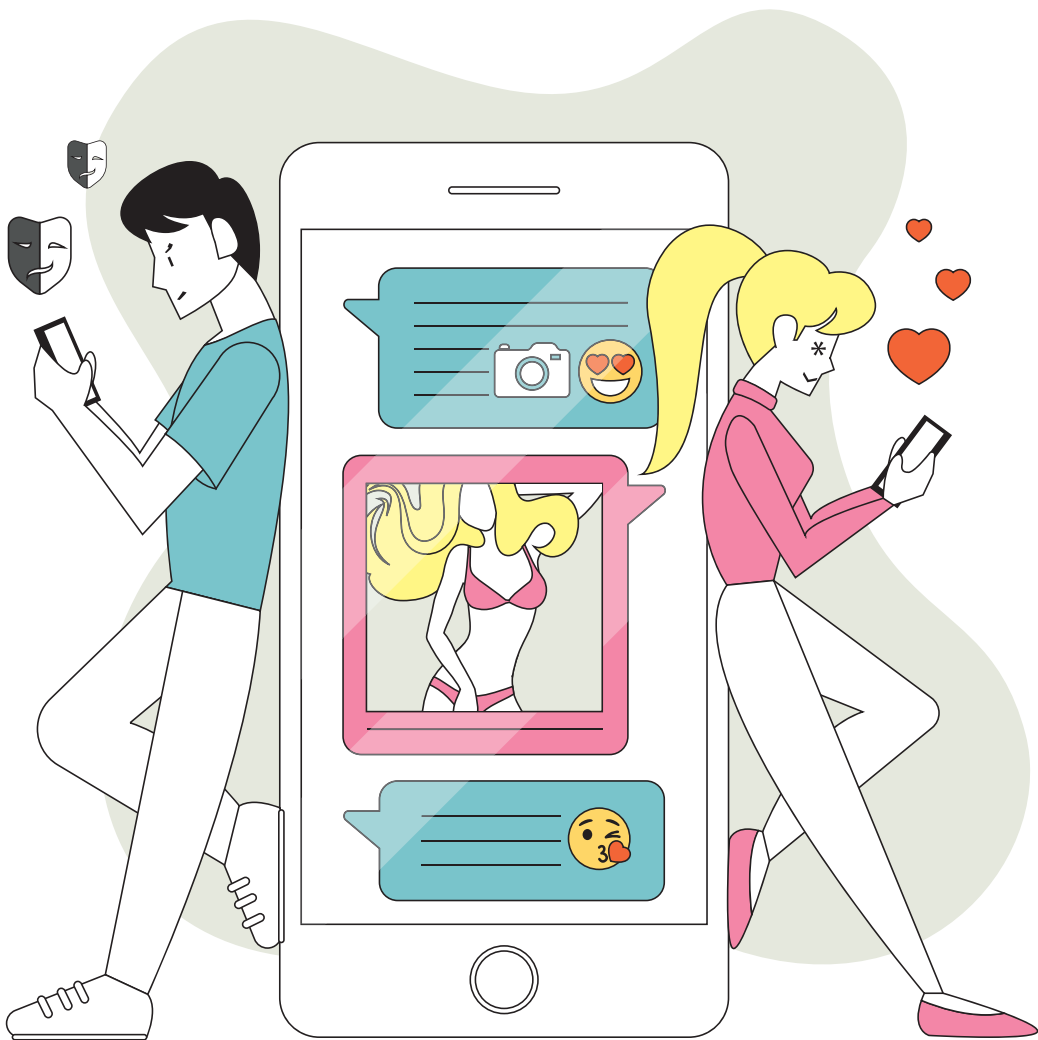
Blocca subito la persona.

Non inviare altri contenuti.

Salva chat e prove.

Segnala alla Polizia Postale o al portale [commissariatodips.it](https://www.commissariatodips.it).

La rete può essere uno spazio di libertà, ma richiede consapevolezza. Riconoscere l'inganno è il primo passo per difendere la propria dignità e quella degli altri.





## CAPITOLO 6

# REAGIRE E CHIEDERE AIUTO

### ROMPERE IL SILENZIO

Il primo passo per superare il bullismo è parlare. Il silenzio è il terreno su cui cresce la paura. Chiedere aiuto è un atto di forza, non di debolezza.

“Quando ho raccontato cosa mi succedeva, ho capito che non ero solo.” –  
Studente, 17 anni

### COSA FARE SE SEI VITTIMA

- ▶ Non sentirti colpevole. Il problema non sei tu.
- ▶ Raccontalo. A un insegnante, un familiare, un amico.
- ▶ Conserva prove se si tratta di cyberbullismo.
- ▶ Cerca supporto psicologico o presso uno sportello d'ascolto.
- ▶ Non rispondere con violenza. Il rispetto è la risposta più forte.

### COME AIUTARE UN COMPAGNO O UNA COMPAGNA

- ▶ Ascolta senza giudicare.
  - ▶ Non dire “ignora” o “succede a tutti”.
  - ▶ Sii presente: anche un messaggio o un sorriso contano.
  - ▶ Aiuta la persona a chiedere aiuto a un adulto o a un referente scolastico.
- 



**LO SAPEVI CHE...** Nelle scuole che adottano programmi di peer education, gli episodi di bullismo diminuiscono fino al 40%.

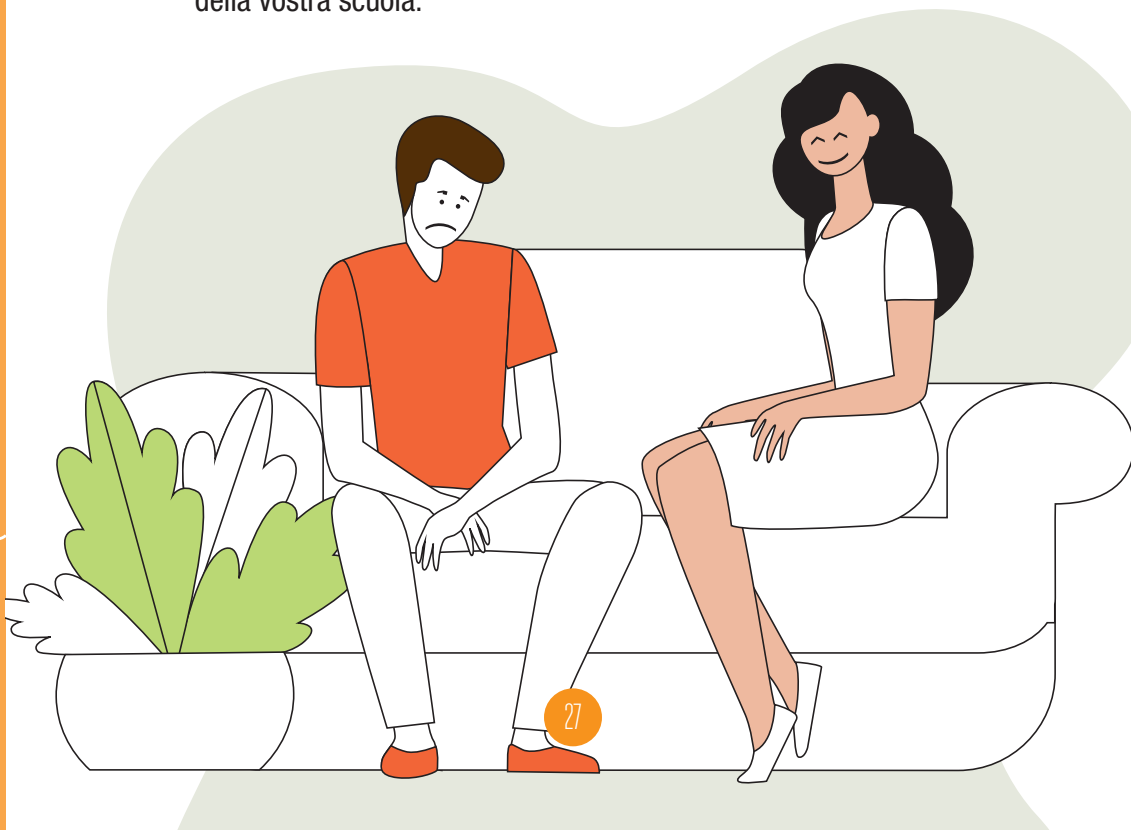
### IL RUOLO DELLA SCUOLA E DEI DOCENTI

Ogni scuola deve avere un referente per il bullismo e il cyberbullismo. La scuola non è solo il luogo dove il problema nasce, ma dove può essere affrontato e risolto. Serve formazione, empatia e collaborazione tra adulti e studenti.



#### **ATTIVITÀ: “La rete del coraggio”**

Disegnate su un cartellone una rete. Al centro scrivete la parola “AIUTO”. Ogni nodo rappresenta una persona o un servizio a cui potete rivolgervi. Alla fine avrete costruito la mappa del sostegno della vostra scuola.



## CAPITOLO 7

# COSTRUIRE RELAZIONI SANE

### DALLA FORZA ALLA COLLABORAZIONE

L'opposto del bullismo non è il silenzio, ma la collaborazione. Costruire relazioni sane significa creare un ambiente dove ognuno possa sentirsi visto/a e rispettato/a. Non vuol dire essere tutti/e uguali, ma riconoscere e valorizzare le differenze.

ESEMPIO: “Ci vuole più coraggio a chiedere scusa che a colpire.”

### COMUNICAZIONE NON VIOLENTA

La Comunicazione Non Violenta (CNV), teorizzata da Marshall Rosenberg, è un metodo per esprimere i propri bisogni senza ferire gli altri.





Si basa su quattro passaggi:

- ▶ Osservare senza giudicare. (“Quando interrompi mentre parlo...”)
- ▶ Esprimere ciò che sentiamo. (“...mi sento frustrato.”)
- ▶ Dire di cosa abbiamo bisogno. (“Ho bisogno di essere ascoltato.”)
- ▶ Formulare una richiesta concreta. (“Puoi lasciarmi finire di parlare?”)



**LO SAPEVI CHE...** Le scuole che insegnano la CNV registrano una significativa riduzione dei conflitti interpersonali (fonte: UNESCO, 2023).

## COOPERAZIONE E INCLUSIONE

La forza di un gruppo sta nella differenza. Accogliere non significa solo “non escludere”, ma dare valore alle differenze. Quando le persone si sentono accettate, cresce la fiducia e diminuisce la paura.



### **ATTIVITÀ: “Costruiamo la nostra classe ideale”**

- ▶ In gruppi, disegnatte una classe ideale.
- ▶ Scrivete al centro i valori fondamentali (rispetto, empatia, libertà).
- ▶ Individuate tre azioni concrete per rendere la vostra classe più inclusiva.





## CAPITOLO 8

# ATTIVITÀ PRATICHE E LABORATORI



### “SPECCHIO, SPECCHIO...”

Scrivi tre frasi che senti dire su di te. Scambia il foglio con un/una compagno/a e rispondi con parole positive.

**Rifletti:** come cambia la tua percezione di te stesso/a quando ricevi incoraggiamento?

### “LE PAROLE CHE FERISCONO, LE PAROLE CHE CURANO”

Traccia due colonne su un cartellone:

- ▶ Parole che feriscono.
- ▶ Parole che curano. Confrontate e discutete come il linguaggio possa cambiare il clima del gruppo.

### “LA MAPPA DELLE RELAZIONI”

Disegna la rete di amicizie nella tua classe. Chi è al centro? Chi resta ai margini? Cosa puoi fare per includere chi si sente escluso/a?

**Obiettivo:** trasformare l'indifferenza in attenzione.

### “LA GIORNATA DEL RISPETTO”

Organizzate a scuola una giornata contro il bullismo.

Lecture, musica, arte, messaggi sui social: ogni forma di espressione può essere un atto di rispetto.

Perché il rispetto non si insegna solo: si pratica.

## GLOSSARIO ESSENZIALE

- ▶ **Aggressione** – Azione fisica o verbale che mira a ferire o umiliare.
- ▶ **Alleato** – Chi sceglie di sostenere le vittime e contrastare l'ingiustizia.
- ▶ **Asimmetria di potere** – Squilibrio di forza o status che rende vulnerabili.
- ▶ **Autostima** – Fiducia in sé stessi/e, costruita con rispetto e riconoscimento.
- ▶ **Benessere digitale** – Uso consapevole della tecnologia in equilibrio con la vita reale.
- ▶ **Body shaming** – Derisione dell'aspetto fisico.
- ▶ **Bystander (spettatore/spettatrice)** – Chi assiste a episodi di bullismo senza intervenire.
- ▶ **Bullismo** – Comportamento aggressivo, intenzionale e ripetuto verso un/una pari.
- ▶ **Cyberbullismo** – Bullismo che avviene online tramite social o chat.
- ▶ **Cultura della forza** – Valorizzazione della dominanza come segno di successo.
- ▶ **Difensore** – Chi interviene per aiutare o fermare un torto.
- ▶ **Empatia** – Capacità di comprendere e condividere emozioni altrui.
- ▶ **Esclusione sociale** – Allontanamento o isolamento di qualcuno/a dal gruppo.
- ▶ **Gaslighting** – Manipolazione che fa dubitare di sé stessi/e.
- ▶ **Genere** – Ruoli e aspettative sociali legati all'essere maschi e femmine.
- ▶ **Gentilezza** – Atteggiamento di cura e rispetto verso gli/le altri/e.
- ▶ **Hate speech** – Linguaggio d'odio che incita alla discriminazione.
- ▶ **Inclusione** – Accoglienza e valorizzazione delle differenze.
- ▶ **Invidia sociale** – Risentimento verso chi appare più popolare.
- ▶ **Isolamento** – Esclusione intenzionale di qualcuno da un gruppo.
- ▶ **Leadership positiva** – Uso dell'influenza per promuovere collaborazione.

- 
- **Maschilità tossica** – Modelli rigidi e violenti di maschilità.
  - **Mediazione** – Intervento neutrale per risolvere un conflitto.
  - **Microaggressione** – Gesto o frase offensiva basata su stereotipi che può sembrare non rilevante ma che in realtà ferisce e umilia.
  - **Oppressione** – Sistema che mantiene alcune persone in svantaggio.
  - **Orientamento sessuale** – Attrazione affettiva e sessuale verso uno o più generi.
  - **Peer education** – Educazione tra pari per condividere esperienze e supporto.
  - **Perdono** – Interruzione del ciclo di rabbia senza negare il torto.
  - **Prevaricazione** – Imporre la propria volontà sugli/sulle altri/e.
  - **Privacy** – Diritto a mantenere riservati dati e immagini personali.
  - **Razzismo** – Discriminazione basata su razza o origine.
  - **Relazione tossica** – Legame dominato da controllo o manipolazione.
  - **Revenge porn** – Diffusione non consensuale di immagini intime.
  - **Ruolo sociale** – Comportamento atteso in base a contesto o genere.
  - **Sexting** – Invio di contenuti sessuali tramite dispositivi digitali.
  - **Sextortion** – Ricatto basato su minaccia di diffondere immagini intime.
  - **Shaming** – Umiliazione pubblica o derisione.
  - **Stereotipo** – Idea rigida e semplificata su persone o gruppi.
  - **Trolling** – Provocazione online per creare conflitto.
  - **Trickery** – Inganno online per ottenere contenuti o dati personali.
  - **Uguaglianza** – Parità di diritti e opportunità per tutti/e.
  - **Violenza psicologica** – Azioni che minano autostima e libertà.
  - **Vittima** – Chi subisce danni fisici o morali.
  - **Whistleblower** – Chi segnala comportamenti scorretti.
  - **Zoning sociale** – Separazione o etichettamento di gruppi sociali.

## RISORSE UTILI E CONTATTI



### **NUMERI DI EMERGENZA E ASCOLTO**

- ▶ Telefono Azzurro – 1.96.96 Servizio gratuito 24 ore su 24 per bambini/e e adolescenti in difficoltà. Offre ascolto, sostegno psicologico e orientamento in caso di bullismo, cyberbullismo, violenza o disagio emotivo.  
[www.azzurro.it](http://www.azzurro.it)
- ▶ 114 Emergenza Infanzia Numero nazionale per segnalare situazioni di maltrattamento, abusi o bullismo. Attivo h24, collegato al Dipartimento per le Pari Opportunità. [www.114.it](http://www.114.it)
- ▶ Helpline 800 66 96 96 – Bullismo e Cyberbullismo (MIUR e Telefono Azzurro) Linea diretta dedicata a studenti, genitori e insegnanti per ricevere supporto e informazioni sui comportamenti di bullismo nelle scuole.

### **SERVIZI E SPORTELLI DI SOSTEGNO**

- ▶ Generazioni Connesse. Programma del Ministero dell'Istruzione contro il cyberbullismo. Offre schede pratiche, corsi, materiali per docenti e studenti. [www.generazioniconnesse.it](http://www.generazioniconnesse.it)
- ▶ Polizia Postale e delle Comunicazioni. Per segnalare episodi di cyberbullismo, sexting, revenge porn o furti d'identità digitale.  
[www.commissariatodips.it](http://www.commissariatodips.it)
- ▶ Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza. Istituzione che tutela i diritti dei minori e riceve segnalazioni in caso di violazioni o discriminazioni.  
[www.garanteinfanzia.org](http://www.garanteinfanzia.org)
- ▶ UNAR – Ufficio Nazionale Antidiscriminazioni Razziali. Per denunciare episodi di discriminazione, razzismo, bullismo omotransfobico o di genere. Numero verde 800 90 10 10. [www.unar.it](http://www.unar.it)
- ▶ Gay Help Line – 800 713 713 Ascolto, consulenza e supporto psicologico per chi subisce discriminazioni o bullismo legato all'identità di genere o all'orientamento sessuale. [www.gayhelpline.it](http://www.gayhelpline.it)
- ▶ Telefono Amico – 02 2327 2327 Servizio di ascolto anonimo per chi vive momenti di difficoltà o isolamento. [www.telefonoamico.it](http://www.telefonoamico.it)



## **FIGURE DI RIFERIMENTO NELLA SCUOLA**

- ▶ Docente referente per bullismo e cyberbullismo. Ogni istituto scolastico ha un/auna insegnante con formazione specifica che coordina interventi di prevenzione e supporto. Rivolgiti a lui/lei per segnalare situazioni di disagio o chiedere aiuto in sicurezza.
- ▶ Sportello d'ascolto scolastico o psicologo della scuola. Offre consulenza riservata a studenti/studentesse e famiglie per gestire conflitti, ansia o episodi di bullismo.
- ▶ Dirigente scolastico. Ha il dovere di attivare i protocolli di intervento in caso di bullismo o violenza tra pari.

## **ALCUNE ASSOCIAZIONI E PROGETTI ATTIVI**

- ▶ Corecom – Comitato Regionale per le Comunicazioni. Presente in ogni regione, può intervenire per la rimozione rapida di contenuti dannosi in rete.
- ▶ Save the Children Italia. Attiva sportelli e progetti di educazione digitale, ascolto e tutela dei/delle minori. [www.savethechildren.it](http://www.savethechildren.it).
- ▶ Associazione “Noi e il bullismo”. Rete nazionale di docenti, psicologi e genitori per il contrasto alle prevaricazioni scolastiche. [www.noieilbullismo.it](http://www.noieilbullismo.it).

## **COSA FARE SE SEI VITTIMA O TESTIMONE DI BULLISMO**

- ▶ Parlane subito con un adulto di fiducia (genitore, insegnante, referente).
- ▶ Annota o conserva le prove, se gli episodi sono online.
- ▶ Non rispondere con rabbia e non isolarti.
- ▶ Chiama i numeri di aiuto sopra indicati o rivolgiti allo sportello della tua scuola.
- ▶ Ricorda: chiedere aiuto è un atto di forza, non di debolezza.

“Non esiste una persona immune dal dolore, ma tutti possiamo scegliere di essere parte della cura.”



## FILMOGRAFIA TEMATICA

### Bullismo e relazioni tra pari

- ▶ Wonder (S. Chbosky, 2017) – Un ragazzo con una malformazione facciale affronta la scuola per la prima volta: un racconto di empatia e accoglienza.
- ▶ Un bacio (I. Cotroneo, 2016) – Tre adolescenti si confrontano con identità, differenza e bullismo.
- ▶ Cyberbully (C. Hardwicke, 2015) – Film TV che esplora le conseguenze del bullismo online.
- ▶ Mean Creek (J. Estes, 2004) – Quando lo scherzo si trasforma in tragedia: riflessione sul confine tra gioco e crudeltà.
- ▶ Ben X (N. Balthazar, 2007) – Un ragazzo autistico trova rifugio nei videogiochi dopo le violenze dei compagni.

### Differenza, identità e inclusione

- ▶ The Perks of Being a Wallflower (Noi siamo infinito, 2012) – L'adolescenza tra amicizia, trauma e accettazione di sé.
- ▶ Love, Simon (G. Berlanti, 2018) – Coming out, amicizia e paura del giudizio in un liceo americano.
- ▶ Prayers for Bobby (R. Mulcahy, 2009) – Una madre si confronta con l'omofobia e la perdita del figlio.
- ▶ Tomboy (C. Sciamma, 2011) – Un racconto delicato sull'identità di genere in età preadolescenziale.
- ▶ The Hate U Give (G. Tillman Jr., 2018) – Razzismo, ingiustizia e voce dei giovani nelle proteste contemporanee.

### Cyberbullismo e rischi digitali

- ▶ Disconnect (H. Reitman, 2012) – Le vite di adolescenti e genitori intrecciate da web e isolamento.
- ▶ Girl Fight (2011) – Storia vera di una studentessa vittima di bullismo documentato online.

- 
- ▶ #Blue Whale (docuserie, RaiPlay, 2022) – Indagine sulle sfide social e la pressione dei social network.
  - ▶ Eighth Grade (B. Burnham, 2018) – La solitudine di crescere nell’era dei social media.

## **BIBLIOGRAFIA E LETTURE CONSIGLIATE**

### Manuali e testi educativi

- ▶ C. Goleman, “Intelligenza emotiva”, Rizzoli, 1996.
- ▶ D. Olweus, “Il bullismo a scuola”, Giunti, 2001.
- ▶ F. Batini, “Educare alle emozioni”, Erickson, 2019.
- ▶ S. Ciccone, “Essere maschi. Tra potere e libertà”, Rosenberg & Sellier, 2010.
- ▶ I. Fratter – L. Pannofino, “Cyberbullismo e nuovi media”, Carocci, 2022.

### Differenza e identità di genere

- ▶ C. Arcidiacono, “Ragazzi che amano i ragazzi”, FrancoAngeli, 2014.
- ▶ L. Vanni, “Generazioni fluide”, Feltrinelli, 2021.
- ▶ M. Mieli, “Elementi di critica omosessuale”, Einaudi, 1977.
- ▶ M. Lingiardi, “Citizen gay. Famiglie, diritti, identità”, il Saggiatore, 2019.
- ▶ C. Saraceno, “Cittadinanza e differenze”, Il Mulino, 2020.

### Rischi digitali e consapevolezza online

- ▶ F. Pira, “Figli delle app”, FrancoAngeli, 2018.
- ▶ S. Polizzi, “Cyberbullismo e sexting”, Maggioli, 2020.
- ▶ A. Ferraro, “Digital mente. Psicologia dei social network”, Hoepli, 2021.
- ▶ G. Pellai – B. Tamborini, “Il bullismo spiegato a genitori e insegnanti”, De Agostini, 2023.

### Narrativa per ragazzi

- ▶ R. Palacio, “Wonder”, Giunti, 2012.

- 
- A. D'Avenia, “Cose che nessuno sa”, Mondadori, 2011.
  - L. Lowry, “The Giver – Il donatore”, Giunti, 1993.
  - J. Green, “Cercando Alaska”, Rizzoli, 2006.
  - B. Alberti, “Myra sa tutto”, Rizzoli, 2020 (sul cyberbullismo).

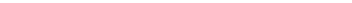
## RINGRAZIAMENTI FINALI



Questo manuale è dedicato a chi sceglie la gentilezza invece del potere.

Ogni gesto di rispetto è una piccola rivoluzione.

Grazie agli/alle studenti/studentesse, agli/alle insegnanti, agli/alle educatori/educatrici e a chi, ogni giorno, costruisce spazi di ascolto e libertà.

NOTE 

[illegible]

NOTE 

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

NOTE \_\_\_\_\_

[illegible]



Questa pubblicazione non è stata realizzata con finalità commerciali  
ma esclusivamente informative ed educative, collegate al progetto “Differenze 2.0”  
promosso da Uisp e realizzato con il contributo della Presidenza del Consiglio dei ministri  
Dipartimento per le pari opportunità - Avviso Violenza 2022.  
Questa pubblicazione è in distribuzione gratuita.

Editing handbook didattici:  
Silvia Saccomanno Ammendola,  
Ufficio progetti Uisp nazionale e coordinatrice Differenze 2.0.



## CLAUDIO CAPPOTTO

PhD, psicologo, sessuologo e psicoterapeuta, già assegnista di ricerca in Psicologia Clinica presso l'Università di Napoli Federico II e docente a contratto di Psicologia di Comunità e Psicologia Clinica presso il CdS in Servizio Sociale - Università di Palermo. Tra i suoi temi di ricerca l'omolesbobitransfobia nei contesti educativi, l'incongruenza di genere e la costruzione della maschilità legata alla violenza.

Tra i suoi ultimi lavori *Pensare le differenze. Pratiche antidiscriminatorie e popolazione LGBTQIA* (PM, Varazze, 2025). Attualmente lavora presso il Centro di Ateneo SInAPSi - Università degli Studi di Napoli Federico II, con inquadramento nell' Area delle Elevate Professionalità.



EDIZIONI BOOKLAB  
ISBN: 978-88-97401-90-2

