

Il bullismo

Dott.ssa Bernardelli Sara
Psicologa-Psicoterapeuta

Partiamo da una testimonianza...

Che cos'è il bullismo?

- Il bullismo è una forma di deviazione relazionale tra pari
- E' una forma di interazione deviata tra coetanei, bambini e/o ragazzi

- **CARATTERISTICA PRINCIPALE:** uno compie atti di aggressione e prevaricazione e un altro si trova nel ruolo di vittima e perseguitato
- I comportamenti sono diversi dai soliti dispetti, le piccole prepotenze o gli scherzi un po' pesanti
- Si parla di persecuzioni psicologiche e fisiche

Le caratteristiche del fenomeno

- È un fenomeno occulto, sommerso, che sfugge all'attenzione degli insegnanti e dei genitori
- I bulli scelgono i luoghi più nascosti della scuola, i corridoi, gli angoli del cortile, i bagni, il tragitto verso casa
- Le vittime non osano parlare, terrorizzate dall'idea che i persecutori infieriscano ancora di più contro di loro, per vendicarsi. Ma anche per un senso di profonda umiliazione, vergogna e colpa che preferiscono tenere segreto anche ai genitori "Perché non si preoccupino".

Alcuni dati

- Le ricerche condotte in Italia evidenziano dei dati allarmanti, molto di più che in altri paesi
- La ricerca evidenzia che quasi un bambino su due, e non uno su sette, come nella maggior parte degli altri Paesi, sarebbero vittime di soprusi e prepotenze da parte dei compagni
- La diffusione del fenomeno è maggiore nelle scuole elementari e nei primi anni delle medie
- Con il crescere dell'età, è vero che si assiste ad una diminuzione della frequenza di tali atteggiamenti, ma si assiste anche ad una radicalizzazione in forme stabili di disagio individuale.

Quando si può parlare di bullismo

- L'*asimmetria* nella relazione tra bullo e vittima in termini di forza fisica o di controllo della situazione: cioè, il primo è più forte, mentre la vittima è più debole e incapace di difendersi
- La *volontà* e l'*intenzionalità* di fare del male che è ciò che spinge il bullo a prevaricare la vittima anche senza aver ricevuto particolari provocazioni
- La *sistematicità*: gli episodi di bullismo continuano e si perpetuano nel tempo

- Un bambino rimane escluso per sempre e il bullo, che è colui che rimane dentro al gruppo, si accanisce contro la sua vittima, la umilia di fronte a tutti e la riduce ad un'entità senza valore, senza dignità, che "merita" di essere trattata in questo modo

Modalità con cui si può manifestare il bullismo

- Ci sono modi diretti e indiretti
- **BULLISMO DIRETTO**: azioni aggressive che tendono a ferire immediatamente la vittima e che possono tradursi in prepotenze fisiche e/o verbali (calci, pugni, offese)
- **BULLISMO INDIRETTO**: i bulli mettono in giro maldicenze e dicerie riguardanti la vittima e atteggiamenti di esclusione che la condannano all'isolamento sociale.

Il bullo

- I bulli incutono paura, ma godono di scarsa popolarità
- Essi tendono a dominare
- usano la forza fisica per imporsi, faticano a rispettare le regole, non tollerano le frustrazioni, sono facili all'ira.
- Il comportamento del bullo mira deliberatamente a far del male o danneggiare
- Alla base di questi comportamenti persecutori c'è un abuso di potere e un desiderio di intimidire e dominare

- Mancanza di empatia che determina l'incapacità di comprendere i sentimenti altrui, di mettersi nei loro panni
- Insensibilità ai sentimenti degli altri che li pone nella condizione di non riuscire ad instaurare buone relazioni con gli altri e nemmeno rapporti veri con i coetanei e/o gli insegnanti e i genitori
- Comportamenti oppositivi e arroganti
- Estrema impulsività
- Non provano senso di colpa per le azioni che compiono né vergogna

- Bisogno di dominare e sottomettere gli altri studenti
- Si irritano facilmente a causa di un temperamento bollente
- Hanno bassa tolleranza alle frustrazioni;
- Difficoltà nel rispettare le regole e nel tollerare la contrarietà
- Apparentemente hanno un alto livello di autostima; in ogni caso, hanno un'opinione positiva di sé

- Sono bambini o ragazzi che non sono stati educati a controllare l'impulso all'aggressività e ad incanalarlo in modi più costruttivi
- In altre situazioni i bulli sono stati a loro volta "vittime", nel senso che hanno ricevuto un'educazione repressiva, sono stati spesso sgridati e puniti con la violenza

Le vittime

- Sono bambini tranquilli, riservati, sensibili, con una certa facilità al pianto
- Piuttosto schivi, timorosi, tendono a non reagire
- L'aspetto più problematico è la passività che mostrano, nel senso che non reagiscono, non se la prendono, al massimo piagnucolano: questo li rende dei facili bersagli dei bulli che li giudicano incapaci, pavidì, imbelli e meritevoli dei loro comportamenti

- Spesso le vittime hanno un atteggiamento ansioso, insicuro e sensibile, incapace di imporsi nel gruppo dei pari e di promuovere un minimo di popolarità
- Vivono spesso forti emozioni di ansia e hanno una bassa autostima

- A scuola:

1. Vengono ripetutamente presi in giro in modo pesante, rimproverati, intimiditi, minacciati, comandati, sottomessi, oggetto di derisione;
2. Sono aggrediti fisicamente senza essere capaci di difendersi in modo adeguato e possono presentare lividi, ferite a cui non è possibile dare una spiegazione naturale;
3. Sono indifesi nei litigi;
4. Sono spesso esclusi dai pari, mentre tendono a stare vicini agli adulti;
5. Appaiono indifesi, depressi, ansiosi e abbattuti in classe;
6. Il loro rendimento scolastico peggiora progressivamente.

- A casa:

1. Non porta a casa compagni di scuola o altri coetanei; non ha amici nel tempo libero;
2. E' riluttante ad andare a scuola la mattina (mal di stomaco, mal di pancia, mal di testa);
3. Tende a voler andare a scuola con modalità diverse dagli altri, per evitare incontri;
4. Dorme male e fa brutti sogni;
5. Perde interesse nelle attività scolastiche riportando brutti voti;
6. Manifesta tristezza, depressione, improvvisi cambiamenti dell'umore, irritazione e scatti d'ira;
7. Chiede o ruba denaro per assecondare le richieste dei bulli

- Ma le vittime possono anche essere provocatrici, nel senso che hanno un modo di fare che li rende antipatici a molti, anche se poi vengono attaccati solo dai bulli. Inoltre, coloro che sono vittime provocatrici, tendono a diventare a loro volta bulli con coloro che percepiscono più deboli e indifesi di loro

Il ruolo del gruppo

- Il bullo ha la possibilità di agire indisturbato, potendo contare su un buon numero di "ammiratori" nei confronti dei quali esercita una leadership negativa, che soddisfa il suo bisogno di primeggiare e gli consente di ottenere anche dei vantaggi materiali
- Il "silenzio-assenso" della maggior parte dei soggetti del gruppo classe di fatto autorizza i bulli e i loro sostenitori a attuare le sofferenze.

Bullismo maschile e femminile

- Nel bullismo maschile c'è una disparità di forze fisiche tra persecutori e vittime: il bambino preso di mira è solitamente il compagno più gracile, mingherlino, timoroso.
- Le femmine utilizzano, invece, strategie più sottili, raffinate e indirette, basate sull'astuzia piuttosto che sulla forza. La caratteristica principale è la calunnia

Gli adulti

- La scuola e la famiglia giocano un ruolo fondamentale nel prevenire ed eliminare gli episodi di bullismo
- In famiglia, i maschi hanno bisogno di una figura paterna che funga da modello di riferimento equilibrato e positivo, poco incline sia alla prevaricazione che al vittimismo

- Per le femmine, è molto importante la figura materna che dovrà trasmetterle la consapevolezza del valore della propria identità femminile, in modo tale che sia meno incline a cercare di affermare se stessa svalutando le compagne, o a diventare vittima della loro prevaricazione

- Ai figli, inoltre, bisogna spiegare che se c'è qualche compagno a scuola che lo tratta male, lo deve dire agli adulti, perchè se cerca di fermarlo da solo è molto probabile che vada incontro ad un insuccesso: questo non significa essere debole o che ha sbagliato

- Sottolineate sempre ai figli che se ne parlano con gli adulti non significa che stanno facendo la spia,
- Dite ai figli che se anche gli insegnanti lo vengono a sapere e intervengono nei confronti del bullo, non è detto che debbano anche fare il nome di chi ha parlato del fenomeno;
- Ricordate ai bambini/ragazzi che spesso il bullo continua ad agire perchè nessuno è a conoscenza di quello che fa, ma quando viene scoperto, spesso non mostra più i suoi comportamenti.

- Sottolineate sempre con il bambino che lui non si deve sentire in colpa per quello che sta accadendo

Il ruolo della scuola

- Favorire gli interessi positivi, come la collaborazione, la solidarietà e il coinvolgimento emotivo
- Stabilire limiti precisi ai comportamenti di prevaricazione e sopraffazione
- Vanno aiutati anche i bambini "osservatori" che, con il loro silenzio, spesso contribuiscono involontariamente a mantenere il fenomeno

Grazie per la vostra attenzione
bernardellisara@gmail.com