

i l b u l l i s m o

Introduzione

Il bullismo è un fenomeno molto diffuso nella nostra società, ed esteso in tutto il mondo, al punto da divenire, negli ultimi anni uno degli argomenti più studiati dalla sociologia.

Molti ragazzi sono vittime di atti di violenza fisica, verbale, o psicologica, da parte dei loro coetanei.

Questo, paradossalmente, accade soprattutto nella scuola, un luogo che dovrebbe essere sicuro per chi lo frequenta ed idoneo a dare vita a forme nuove di socializzazione adolescenziale, ma che spesso si rivela un ambiente ad alto rischio per le vittime del bullismo, le quali vivono con profondo malessere la frequenza delle lezioni, perché si sentono minacciate e, il più delle volte, non adeguatamente protette e capite dai professori.

In questo modo questi giovani perdono, poco a poco, la fiducia verso gli adulti, proprio verso coloro che dovrebbero comprenderli ed aiutarli a superare il loro malessere.

Anche la tv, e, negli ultimi anni, l'aumento diffuso della tecnologia (internet, telefonini ecc.) hanno un ruolo importante nella diffusione del fenomeno.

Le cronache rilanciano ed enfatizzano storie di comportamenti aggressivi di ragazzi nei confronti di loro coetanei.

Ormai non ci sorprendono le notizie di bande di ragazzi che picchiano i compagni per ottenere favori, o di bande o gruppi di ragazzi che danneggiano o distruggono proprietà pubbliche o private, o, ancora, fanno del male al prossimo.

Spesso si è portati a pensare che il bullismo sia un fenomeno lontano dalle nostre realtà, ma, non è così.

Origini del termine

Il termine "bullismo" deriva dall'inglese "bullying" che interpreta in modo efficace quella situazione relazionale in cui uno o più soggetti prevaricano su altri, con prepotenze di vario tipo.

Il termine, nella nostra lingua, viene definito: "spavalderia, arroganza e sfrontatezza, in particolare atteggiamento di sopraffazione sui più deboli, con riferimento a violenze fisiche e psicologiche attuate specialmente in ambito giovanile e ambiente scolastico".

In ambiente militare viene usato il termine "nonnismo". La forma e la sostanza non cambiano, è comunque una forma di bullismo con altro nome; prova ne è che, in ambito militare, negli ultimi anni, esso è severamente proibito e perseguito.

Quali sono le cause del bullismo?

In molti casi il "bullo" ha avuto dei genitori che durante gli anni formativi non hanno dato il buon esempio o hanno completamente trascurato il ruolo educativo. Molti bulli provengono da famiglie in cui i genitori sono "freddi" o distaccati o, peggio, di fatto, hanno insegnato ai figli a risolvere i problemi ricorrendo alla rabbia o alla violenza.

I figli cresciuti in ambienti del genere sono portati a non considerare i loro attacchi verbali e le loro aggressioni fisiche delle prepotenze; possono addirittura considerare il loro comportamento "normale" e, perciò, accettabile.

Tipologia

Esistono diversi tipi di manifestazioni di bullismo ma, principalmente, esse si dividono in bullismo diretto e bullismo indiretto.

Il bullismo diretto è caratterizzato da una relazione diretta tra vittima e bullo e, a sua volta, può essere catalogato come:

- Bullismo fisico: il bullo colpisce la vittima con colpi, calci, pugni, spintoni, molestie sessuali ecc.;
- Bullismo verbale: il bullo prende in giro la vittima, dicendole cose cattive e spiacevoli o chiamandola con nomi offensivi, sgradevoli o minacciandola con parolacce ecc.;
- Bullismo psicologico: il bullo ignora o esclude la vittima completamente dal suo gruppo di appartenenza o mette in giro false voci sul suo conto;
- Cyber-bullismo: il bullo invia messaggi molesti alla vittima tramite sms o messaggi in chat o per mezzo di foto o filmati diffusi in rete, con lo scopo di minacciare o infastidire;

Il bullismo indiretto è meno palpabile di quello diretto, ma per questo non meno pericoloso; esso tende a danneggiare la vittima nelle sue relazioni con le altre persone, escludendola o isolandola con calunnie e pettegolezzi sul suo conto.

Profilo psicologico del bullo

I bulli vengono comunemente identificati quali ragazzi, per lo più maschi, forti, fisicamente o psicologicamente, rispetto ai compagni.

I prevaricatori presentano una elevata autostima e sono caratterizzati da comportamenti favorevoli alla violenza.

Essi sono soggetti impulsivi e irascibili, che hanno difficoltà nel controllare le pulsioni, poiché non tollerano le frustrazioni. Ritengono che l'aggressività sia positiva in quanto porti prestigio e faccia ottenere vantaggi.

Giustificano il proprio comportamento assumendo atteggiamenti di indifferenza e scarsa sensibilità morale verso la vittima.

Dimostrano di avere scarsa empatia, in particolare verso la vittima, ma anche verso la società; infatti non attuano mai comportamenti pro-sociali e altruistici.

I bulli hanno scarsa consapevolezza delle conseguenze delle prepotenze commesse, non mostrano sensi di colpa e rifiutano di assumersi responsabilità del loro operato, attribuendo ogni colpa alla vittima.

Sono soggetti che manifestano un forte bisogno di dominare senza il rispetto delle regole, per cui si caratterizzano per comportamenti aggressivi sia verso i compagni, sia verso gli adulti, verso i quali si dimostrano offensivi ed insolenti. Provano soddisfazione nel sottomettere, nel controllare ed umiliare gli altri.

I bulli sono molto popolari fra i coetanei, per questo motivo oltre a prendere l'iniziativa sono capaci di convincere anche gli altri compagni ad atteggiamenti aggressivi verso la vittima.

I compagni che aiutano il bullo nelle prevaricazioni sono chiamati bulli gregari o bulli passivi. Essi assumono il ruolo di seguaci, rafforzando il comportamento del bullo.

I bulli gregari credono che, comportandosi in tal modo, vengano accettati dai coetanei più forti; in realtà dimostrano di essere soggetti insicuri.

Non è da escludere che i bulli gregari possano provare sensi di colpa nei confronti delle vittime.

Profilo psicologico della vittima

Per quanto riguarda la vittima, il discorso è più complesso, sebbene si possano identificare due tipologie di vittime.

La più comune è la vittima passiva/sottomessa ed è la classica vittima a cui pensiamo solitamente: debole, sensibile e timorosa.

Le vittime sono solitamente dei soggetti più curiosi e insicuri rispetto ai coetanei.

Questi bambini o ragazzi, se attaccati da altri compagni, reagiscono piangendo e chiudendosi in se stessi, poiché sono contrari, per indole e carattere, ad ogni tipo di violenza. Soffrono spesso di scarsa autostima ed hanno una opinione negativa di se stessi e delle proprie capacità.

Le vittime sono bambini particolarmente fragili, che vivono in una condizione di isolamento e di esclusione nella classe, che li rende ancora più vulnerabili agli occhi dei compagni.

A scuola hanno bisogno di protezione e, quindi, cercano spesso la vigilanza dell'adulto.

Dal punto di vista dei meccanismi psicologici correlati ad una condizione di "vittimizzazione", le vittime hanno difficoltà nel riconoscimento delle emozioni ed una eccessiva passività e sottomissione ai compagni. Si trovano spesso in difficoltà nell'affrontare situazioni di attacco; quindi non attivano comportamenti reattivi o di richiesta d'aiuto perché hanno vergogna o perché hanno timore che le prepotenze diventino ancora più gravi.

I maschi soprattutto manifestano la paura di essere messi in ridicolo dai compagni, di perdere il loro status nel gruppo e di diminuire di importanza agli occhi dei coetanei.

Molte vittime tendono ad enfatizzare la propria sorte negando il problema, cercando di annullare la propria sofferenza emotiva o mettendo in atto gesti di autocolpevolizzazione, segnalando così la loro vulnerabilità.

Esiste anche una seconda tipologia di vittime: le vittime provocatrici.

Le vittime provocatrici sono dei soggetti, per lo più maschi, impulsivi, iper-reattivi, insicuri e con bassa autostima che, con il loro comportamento, provocano gli attacchi degli altri.

Al contrario delle vittime passive, le vittime provocatrici contrattaccano le azioni aggressive dell'altro, ricorrendo anche alla forza (anche se in modo poco efficace).

Proprio perché subiscono prepotenze e perché le compiono, questi soggetti si chiamano anche "bulli-vittima".

Le vittime provocatrici o aggressive, pur subendo le prepotenze, mostrano uno stile di interazione di tipo reattivo. Spesso sono bambini emotivi, irritabili e con difficoltà di controllo delle emozioni; dimostrano atteggiamenti provocatori e iper-attivi di fronte agli attacchi dei compagni.

Profilo psicologico degli spettatori

Solitamente, quando parliamo di bullismo, pensiamo solo ai bulli ed alle vittime. Accanto agli attori principali, però, ci sono una grande maggioranza di bambini e ragazzi che assistono alle prevaricazioni o che ne sono a conoscenza.

Questi soggetti, detti spettatori, possono, con il loro comportamento, favorire o fermare il fenomeno.

Quando le prepotenze non vengono denunciate ed il gruppo non interviene per fermarle, come succede nella maggioranza dei casi, il gruppo può definirsi "maggioranza silenziosa".

Il bullismo è, quindi, un fenomeno di gruppo che coinvolge la totalità dei soggetti, i quali possono assumere diversi ruoli, sostenendo il bullo, difendendo la vittima o mantenendosi neutrali.

Il comportamento degli altri influenza il comportamento del bullo, il quale ritiene molto importante dimostrare agli altri il suo potere.

Il ruolo degli spettatori può essere quello di sostenere il bullo, agendo in modo da rinforzarne il comportamento, per esempio incitandolo od anche solo rimanendo a guardare.

Le femmine, invece, spesso assumono il ruolo di difensore delle vittime. In questo caso le spettatrici prendono la parte della vittima proteggendola, consolandola o cercando di interrompere le prepotenze.

Una terza parte degli spettatori è formata, come detto in precedenza, da una maggioranza silenziosa, indifferente a ciò che accade, che davanti alle prepotenze non fa nulla e cerca di rimanere fuori dalla situazione.

Il gruppo dei pari costituisce una grande risorsa per riuscire a ridurre la portata del fenomeno bullismo.

Infatti, se da una parte la mancanza di opposizione e l'adesione ad una logica di omertà contribuiscono a legittimare i comportamenti prepotenti ed incentivano la loro perpetuazione, dall'altra, il gruppo dei pari, utilizzando strategie attive (chiamare un adulto, esprimere disapprovazione a livello verbale, sollecitare i compagni a non schierarsi con il bullo), o passive (rifiutare di prendere parte alla situazione, aprire il proprio gruppo alla vittima).

Prevenzione del fenomeno del bullismo

I soggetti interessati alla prevenzione del bullismo sono, oltre agli alunni, gli insegnanti ed i genitori, i quali possono farsi carico del fenomeno, attivando una programmazione contro le prepotenze, e creando una cultura del rispetto e della solidarietà fra gli alunni e gli insegnanti.

Gli interventi sui ragazzi devono essere preventivi, ossia devono avvenire prima che il comportamento aggressivo si manifesti.

Bisogna saper ascoltare i ragazzi e saper decodificare i loro messaggi per poi aiutarli nel modo più corretto possibile.

Compito degli insegnanti

Per rendere efficace la prevenzione è necessaria una stretta collaborazione tra gli insegnanti/educatori ed i genitori. Gli insegnanti rappresentano un punto di riferimento comportamentale al quale i ragazzi possono guardare.

Gli insegnanti devono essere in grado di capire immediatamente il disagio delle vittime e l'aggressività del bullo. E' necessario coinvolgere tutti gli organi direttivi della scuola, sia in forma di supervisione che di controllo su tutto il personale.

Il personale della scuola può aver bisogno di una formazione specifica per acquisire l'abilità gestionale che implica la capacità di confrontarsi con l'alunno, aiutandolo ad affermare la propria personalità senza cadere in comportamenti aggressivi o passivi.

Gli alunni devono essere aiutati ad apprezzare ed a rispettare le differenze e le somiglianze, a comprendere come nasce ed agisce il giudizio.

Compito dei genitori

I genitori svolgono un ruolo importante in una azione mirata al contrasto del bullismo; approntano un atteggiamento positivo incoraggiando la collaborazione fra i soggetti, sia in casa che fuori.

La formazione dei genitori avviene parallelamente alla formazione degli insegnanti. In questo modo entrambi i gruppi di adulti acquisiscono un bagaglio di conoscenza di tipo pratico per affrontare il fenomeno del bullismo.

E', dunque, molto importante la collaborazione continua tra genitori ed insegnanti; nel caso in cui si verificano episodi aggressivi da parte del figlio, i genitori devono capire le cause del problema e le difficoltà del ragazzo.

Molto importante è il sostegno della famiglia alle vittime; i genitori devono ascoltare e rassicurare ma, soprattutto, far capire loro che non è giusto stare in silenzio ma segnalare la situazione agli adulti.

Da quanto detto si può dedurre che, sia la scuola, sia i genitori possono contribuire in modo decisivo alla riduzione del fenomeno del bullismo, ciascuno con il proprio apporto.

Conclusioni

Di conseguenza si può affermare che il fenomeno analizzato costituisca un problema che riguarda l'intera comunità, e può essere bloccato o, almeno limitato, solo attraverso dei programmi di prevenzione sostenuti e condivisi da tutte le persone adulte che partecipano all'educazione del ragazzo.

Sia i genitori che gli insegnanti hanno un ruolo fondamentale nella crescita del ragazzo; essi devono saper cogliere nei comportamenti dei ragazzi quei segnali che indicano una tendenza alla prevaricazione o, al contrario, vissuti di inferiorità e di esagerata sottomissione.

Gli educatori devono essere a disposizione di tutti, ascoltare i ragazzi e sostenerli, se necessario.

Per un verso, non devono abbandonare le vittime a loro stesse, perché non tutti sono in grado di sopportare le prepotenze; per l'altro verso, non devono abbandonare i bulli, li devono aiutare a capire quale sia il loro problema, ed a superarlo assieme, anche con l'aiuto di uno specialista.

I genitori, a loro volta, devono saper accettare le critiche e devono considerare il figlio come una persona comune, che può sbagliare e che occorre aiutare, senza provare vergogna.

In generale, siamo chiamati a cooperare con il bullo, per far sì che riesca a controllare la sua aggressività, e con la vittima perché non soffra ed abbia maggior fiducia in se stessa.

La vittima, in aggiunta, potrebbe essere aiutata con degli specifici corsi di autodifesa per aumentare l'autostima e la consapevolezza delle proprie capacità, imparare a prevenire le situazioni che possono degenerare, imparare a gestire le situazioni divenute critiche, e nel caso estremo in cui si divenga oggetto di aggressione o si sia coinvolti in uno scontro fisico, imparare a difendersi allo scopo di disimpegnarsi nel più breve tempo possibile e portarsi in zona sicura.