

INSIEME per una Scuola inclusiva a misura di tutti e di ciascuno!

Informazione-Formazione per i docenti

Il bullismo nella scuola e il cyberbullismo in rete

Il termine "**bullismo**", estrapolato dall'inglese "bullying", significa letteralmente "intimorire". Viene definito come un'azione intenzionale, fisica o psicologica, attuata in modo ripetuto nel tempo e caratterizzata da uno squilibrio di potere tra chi compie l'azione e chi la subisce, al fine di arrecare danno alla vittima. Il bullismo dunque non è né uno scherzo né un litigio.

Dagli studi sul fenomeno e secondo la definizione fornita da Olweus si evince che "un individuo è oggetto di azioni di bullismo, quando è prevaricato o vittimizzato o esposto ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da uno o più compagni".

Il bullismo è un fenomeno che riguarda indistintamente ragazzi e ragazze.

Il bullismo al femminile – detto anche bullismo "rosa" – sembra essere sempre più in espansione: le ragazze tuttavia agiscono attraverso un canale che spesso non coinvolge il corpo, ma si attua attraverso una violenza "psicologica", che colpisce quindi l'area emozionale, interiore, toccando i punti deboli della vittima, ridicolizzandoli e deridendoli.

Le ragazze, specie in età adolescenziale, sembrano più evolute e mature soprattutto a livello emotivo e quindi più a conoscenza delle implicazioni psichiche e delle fragilità su cui si può far perno. Tali modalità sono meno visibili e pertanto più subdole e meno facili da individuare.

DIFFERENZA TRA AGGRESSIVITÀ E BULLISMO

L'**aggressività** è diretta, impulsiva, spesso viene attuata come reazione a provocazioni o frustrazioni che non si riescono a tollerare; è una risposta che non contempla il gruppo, ma riguarda il singolo.

Il leader, invece, nell'atto aggressivo di **bullismo**, rappresenta colui che agisce in una dinamica collettiva in cui si evidenzia un comportamento finale di un processo di gruppo. Il leader ha bisogno del gruppo mentre, nel caso di aggressività "patologica", il gruppo tende ad isolare il soggetto.

Differenza tra scherzo e prepotenza. La differenza è essenzialmente nel clima.

Durante uno **scherzo** il soggetto non viene umiliato. L'azione che viene messa in atto non ha il fine di deridere una vittima, ma ridere, momentaneamente, di e con qualcuno che può ben sopportare lo scherzo stesso, tanto da non viverlo come un'umiliazione, ma un invito a riderci su.

Nella **prepotenza** invece il fine è quello di imporre la propria volontà sull'altro, utilizzando la forza. Si tratta dunque di un'imposizione forzata della propria volontà a danno di un altro soggetto attraverso l'uso di strumenti costrittivi.

Differenza tra bullismo e cyberbullismo

La tecnologia sta rivoluzionando comportamenti e pensieri, di giovani e meno giovani che la utilizzano come un'estensione della loro mente.

I nuovi mezzi tecnologici ci consentono di leggere, di studiare, di ascoltare musica, di conoscere nuove persone, di sperimentare diverse identità, di esprimere la nostra creatività, di provare emozioni, di esercitare nuove forme di partecipazione e libertà di espressione, ma anche di nasconderci e camuffarci nella relazione con l'altro.

I più giovani, i "nativi digitali", bambini/e e ragazzi/e in grado di interagire con gli strumenti digitali fin dai primi anni di vita, crescono in un mondo che offre loro continui stimoli, spesso differenti da quelli che i loro genitori hanno sperimentato nella propria vita, ed è per questo che talvolta hanno difficoltà a comprendere le implicazioni quotidiane legate alla virtualità e le interconnessioni tra vita off line ed on line.

La realtà della rete, sembra aver assorbito molto del loro tempo mentale e fisico: navigarla significa immergersi in relazioni e in comportamenti complessi, apparentemente privi di regole. In questo "habitat" possono verificarsi situazioni rischiose: ingenuamente si potrebbero condividere commenti e/o foto sui social network e provare un successivo pentimento; si potrebbero incontrare persone indesiderate, vedere scene fastidiose o violente, subire il furto di identità virtuali o peggio ancora, essere perseguitati, da singoli o da un gruppo, come nel caso del bullismo on line (detto anche cyberbullismo). Tale fenomeno è in forte espansione e rappresenta uno dei maggiori pericoli virtuali. Tra le vittime di cyberbullismo, circa la metà ha pensato di togliersi la vita, molti praticano autolesionismo cioè si tagliano con lamette, oggetti appuntiti, danno pugni al muro, si bruciano. Molte di queste vittime dichiarano di essere tristi e depresse, molte sono vessate anche nella vita reale, cala il rendimento scolastico, diminuisce il desiderio di aggregarsi agli altri.

Spesso c'è continuità tra bullismo e cyberbullismo.

Tuttavia tra i due fenomeni esistono diverse sostanziali differenze.

BULLISMO

Le caratteristiche principali del bullismo sono rappresentate essenzialmente dall'intenzionalità attuata dal bullo, che mette in atto con consapevolezza e coscienza (appunto, intenzionalmente) comportamenti fisici, verbali o psicologici con lo scopo di offendere l'altro e di arrecargli danno o disagio. Altra caratteristica fondamentale è la persistenza: anche se un solo e singolo episodio può essere considerato una forma di bullismo, l'interazione tra bullo e vittima è caratterizzata dalla ripetitività dei comportamenti di prepotenza che vengono protratti nel tempo.

Anche l'interazione asimmetrica rappresenta un ulteriore fattore distintivo. Essa è fondata sul disequilibrio e sulla disuguaglianza di forza tra il bullo che agisce, e la vittima che spesso non è in grado di difendersi. Il bullo ha maggior potere della vittima a causa dell'età, della forza, della grandezza, del genere, o per la sua popolarità nel gruppo di coetanei, ma anche perché spesso ci sono "osservatori passivi" o sostenitori che si alleano con lui per proteggere se stessi. In lui sussiste una totale assenza di compassione.

Un'altra componente importante è la vulnerabilità della vittima ossia il grado di sensibilità alle prese in giro rispetto agli altri coetanei. In particolare la vittima non sa o non può difendersi adeguatamente: in genere ha delle caratteristiche fisiche o psicologiche che la rendono più incline alla vittimizzazione. La vittima si sente isolata ed esposta, spesso ha molta paura, ha vergogna di riferire gli episodi di bullismo perché teme rappresaglie e vendette, ma anche perché si ritiene "in colpa" per il non saper reagire. Si tratta di persone che nella maggior parte dei casi, non riescono ad integrarsi da un punto di vista sociale.

Tutto viene poi amplificato maggiormente dal fattore di notorietà dell'atto ossia la tendenza a far conoscere a quanti più compagni possibile l'accaduto, sia per ottenere "rispetto" sia per sostenere e instillare negli altri una sensazione di paura.

CYBERBULLISMO

Definizione "qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione, furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati personali in danno di minorenni, realizzata per via telematica, nonché la diffusione di contenuti on line aventi ad oggetto anche uno o più componenti della famiglia del minore il cui

scopo intenzionale e predominante sia quello di isolare un minore o un gruppo di minori ponendo in atto un serio abuso, un attacco dannoso, o la loro messa in ridicolo". (L. 29 maggio 2017, n. 71)

Si differenzia per particolari caratteristiche:

Anonimato del molestatore: il potere del cyberbullo è accresciuto dall'invisibilità anche attraverso la creazione di una finta personalità virtuale: per questo motivo, il livello di disinibizione è alto (si fanno cose che nella vita reale sarebbero più contenute), in virtù del fatto che egli stesso non si rende conto degli effetti che le sue azioni hanno sugli altri. In realtà, questo anonimato è illusorio: ogni comunicazione elettronica lascia delle tracce. Però per la vittima è difficile risalire da sola al molestatore.

Assenza di relazione e conoscenza: nel bullismo elettronico le persone possono anche essere sconosciute tra di loro e possono essere coinvolti soggetti che si trovano in tutto il mondo.

Facilità di accesso: il materiale può circolare tranquillamente e incondizionatamente senza limiti di orari e permanere sui siti per lungo tempo.

Difficile reperibilità: se il cyberbullismo avviene via SMS, messaggia istantanea o mail, o in un forum online privato, ad esempio, è più difficile reperirlo e rimediare.

Indebolimento delle remore etiche: le due caratteristiche precedenti, abbinate con la possibilità di essere "un'altra persona" online, possono indebolire le remore etiche: spesso la gente fa e dice online cose che non farebbe o direbbe nella vita reale.

Assenza di limiti spaziotemporali: mentre il bullismo tradizionale avviene di solito in luoghi e momenti specifici (ad esempio in un contesto scolastico), il cyberbullismo investe la vittima ogni volta che si collega al mezzo elettronico utilizzato dal cyberbullo.

Varie tipologie di bullismo e cyberbullismo

Bullismo Il bullismo può essere attuato a danno di una vittima in diversi modi. Può essere:

Fisico: si attua attraverso una violenza fatta di pugni o calci, oppure attraverso la sottrazione di oggetti alla vittima che avviene in modo ripetuto, o quando intenzionalmente si vogliono rovinare i suoi oggetti. Il bullismo fisico è il più semplice da individuare. Quando un bambino o un ragazzo schiaffeggia ogni giorno davanti a scuola gli stessi compagni più piccoli, siamo dinanzi a un fenomeno di bullismo fisico

Verbale: vuol dire insultare ripetutamente, deridere, schernire, sottolineare aspetti razziali, apostrofare soggetti con nomignoli umilianti, pretendendo che tali nomi vengano usati da tutti per riferirsi alle vittime. Come è facilmente intuibile, non solo l'aggressione fisica può provocare dolore: infatti il dover subire continue offese o prese in giro da parte dello stesso compagno comporta un progressivo e deleterio logoramento interiore. Il bullo dunque può essere anche piccino, raffinato e molto intelligente, non solo grande, grosso e «grezzo»

Indiretto: si verifica attraverso la divulgazione di maldicenze, la manipolazione o il danneggiamento dei rapporti di amicizia, o anche attraverso l'intenzionale isolamento sociale, l'esclusione dal gruppo, la diffusione di pettegolezzi fastidiosi o storie offensive. Dunque, è una forma di «aggressione» che non viene inviata direttamente dal presunto bullo alla presunta vittima, ma che avviene attraverso vari passaggi che si attuano al fine di raggiungere ugualmente il bersaglio. Pare che questa forma di bullismo sia più femminile che maschile e che si manifesti soprattutto sotto forma di «subdolo pettegolezzo»

CYBERBULLISMO

Esistono diversi modi attraverso i quali il cyberbullo può infliggere un danno psicologico immediato e a lungo termine alla propria vittima:

FLAMING: battaglia verbale online. È una forma atipica perché i messaggi online violenti e volgari sono inviati tra due persone con la stessa modalità. Ha una durata limitata

HARASSMENT: molestie vere e proprie. Sono messaggi diffamatori ed ingiuriosi inviati ripetutamente nel tempo, via email, sms, MMS, blog

CYBERSTALKING: persecuzione telematica. Le molestie divengono insistenti ed intimidatorie, la vittima inizia a temere per la sua incolumità fisica

PUT DOWN: denigrazione ricevuta attraverso email, sms, post inviati su blog. La vittima viene attaccata, non per la persona che è realmente, ma per la sua reputazione agli occhi degli altri

MASQUERADE o IMPERSONATION: sostituzione di persona. Consiste nella violazione dell'account di un'altra persona: il cyberbullo si identifica in quella persona ed invia messaggi ingiuriosi, che creano problemi o screditano la persona stessa

EXCLUSION: estromissione intenzionale di una persona da un gruppo online come un gruppo di «amici», da una chat, o da altre attività, solo al fine di ferirla

CYBERBASHING: ha inizio nella vita reale, la vittima è ripresa mentre viene aggredita, per proseguire su Internet. Le immagini condivise sono commentate, votate o, addirittura consigliate. E' la forma più frequente

OUTING o il TRICKERY: avviene quando una persona, dopo un periodo di apparente amicizia, pubblica e diffonde in rete informazioni personali sulla vittima. In genere cerca di convincere la vittima a confidarsi con lei con l'obiettivo di condividere poi le confessioni in rete. E' un vero e proprio tradimento affettivo

EXPOSURE: è la rivelazione di informazioni o particolari che riguardano la vita privata di qualcuno senza che questi abbia la possibilità di rimediare. Le informazioni possono essere veritiere o estorte ma non rivelate direttamente dalla vittima. Non sono delle confidenze

SEXTING: è il fenomeno più dilagante tra i giovani ed è l'invio di immagini o video a sfondo sessuale.

La diffusione del fenomeno del bullismo e del cyberbullismo

La diffusione del fenomeno del bullismo

Nel bullismo tradizionale in genere la vittima e il bullo sono in genere persone che si conoscono, che si frequentano nella stessa scuola o compagnia.

Per questo motivo gli episodi di bullismo, solitamente, circolano all'interno di un territorio ristretto (classe, scuola, compagnia, gruppo sportivo) e i bulli compiono le loro azioni in tempi definiti: pausa pranzo, ricreazione, tragitto casa-scuola, cambio negli spogliatoi, etc.

Trovandosi a faccia a faccia con la propria vittima e potendo vedere gli effetti delle sue azioni il bullo, a volte, ha un contenimento del livello di disinibizione che dipende dalla dinamica di gruppo.

In questa situazione il bullo sente il bisogno di rendersi "visibile" e dunque forte agli occhi degli altri, anche se poi la sua vera identità si nasconde dietro una maschera.

La diffusione del cyberbullismo

A differenza del bullismo tradizionale che si consuma principalmente nelle ore scolastiche, il cyberbullismo è un fenomeno persistente in quanto le aggressioni continuano a divulgarsi in rete in ogni momento, senza pausa. Inoltre, ad esempio come accade nel caso di video offensivi divulgati su YouTube, la dimensione temporale dell'offesa si dilata pressoché all'infinito, poiché il video

rimane disponibile agli spettatori per un lungo periodo di tempo, e prescinde dalle azioni che il bullo e il gruppo che lo supporta decidono di intraprendere.

Sul web, il tam-tam sociale, è reso ancora più rapido e gravoso, se diffamatorio, in quanto la platea che assiste alla vessazione è esponenzialmente numerosa.

Per tale motivo sovente la vittima sviluppa un pensiero di tipo paranoico: crede che in sua assenza il vociferare nella rete sia continuo ed incessante suo malgrado, ed impossibile da placare.

Colui o colei che emette azioni di cyberbullismo tenta, invece, di ottenere popolarità all'interno di un gruppo, per divertimento o semplicemente per noia.

La facilità nell'emissione di un comportamento persecutorio online è legata alla **difficile reperibilità** di chi molesta, **all'anonimato virtuale** (che laddove necessario è possibile anche rintracciare tramite denuncia alla polizia postale), **all'assenza di limiti di spazio e di tempo** per **l'insistenza della vessazione virtuale, all'indebolimento delle remore etiche.**

Dunque, il cyberbullismo potenzialmente si consuma ovunque e in ogni istante. Diventa quindi difficoltoso individuare luoghi e tempi in cui tali dinamiche relazionali avvengono, con la conseguenza che il fenomeno appare meno riconoscibile e di più difficile gestione (contrasto).

Un solo episodio, divulgato a migliaia di astanti o spettatori, che partecipino o meno (ad esempio la pubblicazione di un video su YouTube), può arrecare un potenziale danno alla vittima anche senza la sua ripetizione nel tempo; il video è sempre disponibile, può essere visto da migliaia di persone in tempi diversi. Lo stesso contenuto offensivo divulgato da un bullo può essere diffuso a cascata tra i riceventi, eventualmente anche non implicati nella relazione bullo-vittima.

Non è quindi necessario che l'atto offensivo venga ripetuto dallo stesso aggressore nel tempo.

Una vasta platea di spettatori potrà comunque amplificare l'effetto dell'aggressione, con risultati devastanti per la vittima (aumento dell'incidenza di suicidi).

Sussiste **quindi uno squilibrio di potere tra le parti**: nel bullismo elettronico anche una sola persona, nel chiuso della propria stanza e senza particolari doti fisiche, può compiere atti di bullismo su un numero illimitato di vittime con poche operazioni telematiche.

La reale disparità potere tra la vittima e il cyber-bullo deriva essenzialmente dall'anonimato dietro cui si cela l'aggressore e quindi dall'impotenza della vittima e dall'impossibilità di fermare le aggressioni.

Le cause del bullismo e del cyberbullismo

Le cause del bullismo

Esistono alcuni fattori di rischio che possono incidere sullo sviluppo di un comportamento aggressivo "da bullo", che sarebbero riconducibili a tre livelli: **individuale, familiare e sociale**.

Il temperamento, la diagnosi accertata o la tendenza verso un deficit di attenzione e di iperattività, la predisposizione verso giochi maneschi e le limitate competenze di problem solving costituiscono alcune caratteristiche rientranti nei fattori di rischio a **livello individuale**.

Sussiste infatti una maggiore probabilità di diventare bulli in quei ragazzi considerati tendenzialmente più «esplosivi», con «un carattere forte». Ovviamente questo non significa che tutti i ragazzi vivaci siano a rischio di sviluppare tendenze di bullismo, ma semplicemente che, a livello statistico, è più probabile che tali soggetti, perennemente attivi, pronti sempre ad intervenire in ogni situazione seppur ritenuta pericolosa, tendenzialmente poco timidi e amanti dei «giochi di contatto», possano un giorno, a seguito dell'interazione con altri, diventare dei «bulli».

Meno probabile è che la stessa sorte capiti invece a chi è da sempre definito un «tipo tranquillo», un po' timido, il classico «bravo ragazzo» che non ama il rischio e preferisce rimanere sempre in seconda fila.

Si tratta ovviamente di percentuali: è più o meno probabile, ma non «certo» o «da escludersi».

La tendenza verso, o la diagnosi accertata di deficit di attenzione e iperattività (ADHD) si verifica invece quando il ragazzo con ADHD (disturbo evolutivo dell'autocontrollo) ha una certa tendenza a ricercare una soddisfazione immediata dei propri desideri. A ciò si associa un'incapacità di ritardare la gratificazione e una scarsa abilità nel controllare le risposte impulsive. La scarsa capacità di comprendere correttamente gli altrui stati mentali, intesi come emozioni, desideri, intenzioni, pensieri, e di prevedere, sulla base di questi, il proprio e l'altrui comportamento, può portare, dunque, un ragazzo, magari frequentemente irruento, ad attribuire erroneamente agli altri intenzioni diverse dalle proprie, e pensare quindi che, così come lui è sempre «pronto allo scontro» verso gli altri, anche loro lo siano.

Altra caratteristica è l'apprezzamento e/o la propensione verso giochi e atteggiamenti maneschi.

Inoltre, una limitata competenza di problem solving, intesa come l'incapacità di trovare soluzioni più efficaci ed adeguate in risposta al gesto prepotente ricevuto, può essere considerata un fattore di rischio. Il ragazzo/a nel momento in cui minaccia un compagno o aggredisce un coetaneo o tormenta un bimbo più piccolo, attua tale comportamento poiché non possiede gli strumenti utili per relazionarsi in modo adeguato con gli altri.

Nel livello familiare, oltre allo stile educativo (permissivo, autorevole, distratto, autoritario), rientrano certamente caratteristiche con una chiara valenza negativa.

Tra questi possiamo citare:

Atteggiamenti aggressivi diffusi in famiglia: figli che osservano quotidianamente comportamenti violenti da parte dei genitori ricorrono più spesso alla violenza e hanno una maggiore probabilità di assorbire modelli comportamenti tipici dei bulli. Dunque, le famiglie nelle quali sono diffusi atteggiamenti al limite della legalità, o chiaramente delinquentiali, sono ovviamente ambienti a più elevato rischio. Questo soprattutto in virtù del fatto che tutto ciò che i grandi fanno in famiglia, i figli, in particolar modo, li riproducono con gli altri.

Scarsa attenzione verso ciò che accade quotidianamente al ragazzo: i genitori non si pongono il problema di conoscere le abitudini, le passioni, gli interessi del figlio e attuano dunque una sorta di disinteresse o, di disimpegno educativo nei confronti degli stessi. Sono totalmente impreparati e non sanno rispondere alle domande sulle attività svolte dal proprio figlio durante la giornata.

Poca coerenza nelle risposte alle azioni del ragazzo: costituisce un fattore di elevato rischio un ambiente familiare nel quale si verificano in modo alternato atteggiamenti di indifferenza e reazioni «esagerate», «minacce di sanzioni» che poi non fanno seguito ad un reale provvedimento, regole che vengono imposte ma poi non fatte rispettare. Quindi, anche se i genitori affermano l'esistenza di limiti all'aggressività espressa, in realtà non mettono in pratica provvedimenti effettivi che fissino dei paletti ai figli e non impongono punizioni a seguito di comportamenti scorretti. In questo modo il ragazzo non riesce realmente a comprendere la gravità del suo gesto «da bullo».

Nel livello sociale si includono: il gruppo di amici, l'ambiente scolastico e quello sociale più prossimo.

Spesso i bulli tendono a circondarsi e vanno alla ricerca di **compagni** che, più o meno in modo esplicito, li ammirino e li sostengano. Dunque se il ragazzo/a mentre mette in atto un comportamento aggressivo e prevaricatore nei confronti di altri soggetti più deboli, riceve attenzione e approvazione da parte dei compagni e viene visto come un «eroe», vi è una elevata probabilità che, sentendosi gratificato dal contesto, ripeta in futuro le «cattive azioni» e le aggressioni. In un certo senso questo atteggiamento tende ad avallare le forme di bullismo, che può dunque anche essere contagioso: un ragazzo che frequenta un bullo potrebbe cioè diventare complice del bullo in base a un meccanismo di «**contagio sociale**», ossia potrebbe trovarsi coinvolto insieme a lui in un'azione di prevaricazione. Il genitore deve essere consapevole del fatto

che il proprio figlio, che nell'ambiente familiare ha un comportamento corretto, potrebbe diventare alleato del bullo, o bullo egli stesso, in contesti che favoriscono tali meccanismi.

Anche l'ambiente scolastico, così come l'atteggiamento dei genitori attuato in casa, ha un'influenza sul comportamento dei figli. La differente gestione e reazione da parte dei docenti agli atti di prevaricazione, ha delle ricadute sul comportamento degli alunni. È di fondamentale importanza l'alleanza educativa tra scuola e famiglia: appare ovvio il fatto che un docente che non sanziona i comportamenti «da bullo» a cui assiste, mette in atto egli stesso una forma di bullismo nei confronti dei propri studenti e fornisce un terreno fertile per la produzione di ulteriori azioni prevaricatrici da parte di uno o più alunni.

L'ambiente sociale viene inteso come il contesto pubblico in cui il ragazzo vive e con il quale si relaziona quotidianamente. In alcuni ambienti sociali la prevaricazione non solo viene accettata, ma anche insegnata, promossa e sostenuta. Ad esempio, in alcune zone a elevato rischio di disagio, in cui si sviluppano fenomeni di sottocultura, lo stile di educazione genitoriale è indirizzato all'acquisizione da parte di bambini e ragazzi di un «comportamento da duri». Il bullo, infatti, in alcune culture, è quasi un mito, per cui l'obiettivo di molti ragazzi è quello di acquisire un comportamento che gli consenta di guadagnarsi il rispetto «a tutti i costi».

In conclusione, il comportamento da bullo o da vittima non è una tendenza passeggera, e non può essere considerata solo come un qualcosa che viene determinato da possibili condizioni ambientali sfavorevoli. In mancanza di interventi intenzionali ed efficaci per porvi rimedio, tali comportamenti rimarranno stabili nel tempo, almeno nel periodo scolastico, e anche in diversi contesti sociali (soprattutto per le vittime).

Risulta quindi fondamentale cercare di intervenire per arginare questi problemi sia a livello familiare che all'interno della scuola, cercando di creare un clima positivo di convivenza nella scuola che promuova una sensibilizzazione verso la sofferenza dell'altro.

Le cause del cyberbullismo

Tra le cause del cyberbullismo certamente possiamo citare un **utilizzo eccessivo di Internet**: in particolare la vittima, utilizza il Web più frequentemente rispetto ai coetanei e questa cosa la espone dunque ad un maggiore attacco virtuale.

Un altro aspetto da non sottovalutare è **l'accesso alla rete senza controllo da parte degli adulti**, effettuato indistintamente sia dal bullo che dalla vittima. Per questa motivazione è sempre

consigliabile posizionare il pc in un punto centrale della casa al fine di poter supervisionare la navigazione in rete da parte dei ragazzi.

Gli stessi, spesso effettuano iscrizioni a **gruppi online** e partecipano senza controllo in contesti caratterizzati da esplicite incitazioni alla violenza.

Un'altra componente pericolosa, che può essere considerata la maggiore causa della diffusione del cyberbullismo è **la mancanza di consapevolezza** da parte dei ragazzi/e relativamente alla diffusione di immagini, video e informazioni personali. Spesso viene utilizzata una **webcam** e il materiale viene diffuso sui **social network** con una conseguente visibilità e accessibilità da parte di tutti.

In ultimo, ma non in ordine di importanza possiamo citare **l'utilizzo molto frequente di videogiochi violenti** che rafforzano nel cyberbullo l'idea che minacce o insulti sul Web siano solo virtuali e possono essere considerati solo come un gioco.

Il clima di ostilità, la scarsa accettazione del figlio da parte dei genitori e il ruolo dei modelli educativi autoritari e violenti nel controllo del comportamento dei figli, sono tipici delle famiglie dei bulli e dei cyberbulli. Spesso i genitori dei ragazzi bulli e cyberbulli sono eccessivamente permissivi, tendono a trascurare i bisogni educativi dei ragazzi, le esigenze di controllo e di delimitazione del comportamento in contesti interpersonali. Ciò può portare alcuni di loro ad assumere atteggiamenti e comportamenti di prevaricazione senza una chiara consapevolezza degli effetti che questi possono avere sugli altri.

Una caratteristica dello stile parentale, frequentemente associata a difficoltà di tipo aggressivo nei bambini, è quella relativa all'incoerenza tra azioni e comportamenti educativi. Quando lo stile educativo parentale risulta incoerente, il bambino è incapace di prevedere le reazioni dei suoi genitori, per questo motivo egli impara a guardare le azioni degli altri con gli occhi del paranoide: atteggiamenti o parole innocenti vengono scambiate per offese rivolte alla propria persona e, quindi, meritevoli di una punizione. Ciò spiega i numerosi attacchi ingiustificati dei bulli contro uno o più coetanei e il loro senso di ostilità verso l'esterno.

E' importante comprendere tuttavia che anche la famiglia del bullo è una famiglia in difficoltà; in genere la realtà familiare di del bullo e del cyberbullo, così oppositivo e provocatorio alle regole sociali, si presenta essa stessa priva regole definite. Il giovane viene spesso lasciato in una sorta di autonomia estrema, di autosufficienza senza accudimento.

I soggetti protagonisti del bullismo e del cyberbullismo

I soggetti protagonisti del bullismo

Il bullismo è un fenomeno di natura relazionale che implica la partecipazione almeno di due coprotagonisti.

Tra i vari protagonisti possiamo distinguere:

- **Il bullo:** chi prende l'iniziativa e attua le prepotenze nei confronti degli altri
- **L'aiutante:** agisce in modo prepotente, ma con una posizione di seguace del bullo
- **Il sostenitore:** agisce in modo da rinforzare il comportamento del bullo ad esempio ridendo, incitando o semplicemente osservando
- **La vittima:** chi subisce le prepotenze
- **Il difensore:** la persona che prende le difese della vittima consolandola o cercando di far cessare le prepotenze nei suoi confronti
- **L'esterno:** spettatore passivo, che non fa niente, e cerca di rimanere fuori dalle situazioni di prepotenza

Il bullo

Va specificato tuttavia che non esiste un bullo, ma **tante tipologie di bullo.**

In linea generale, possiamo affermare che il bullo, indipendentemente dal suo modo di presentarsi, è spesso un ragazzo/a che sente la necessità di controllare in qualche maniera gli altri. Può cercare di arrivare al suo scopo attraverso l'uso della propria forza fisica (spesso infatti ha una taglia che gli consente di farlo), o servendosi della propria popolarità tra compagni (spesso è appoggiato da un gruppetto più o meno folto di presunti sostenitori) o della propria sfrontatezza (spesso ha un senso dell'autostima molto elevato). Il bullo tuttavia non è un leader positivo, capace di guidare gli altri, ma piuttosto è un ragazzo che tende a tutti i costi ad affermare la sua volontà con prepotenza e arroganza.

Si tratta di ragazzi che possiedono una personalità piuttosto forte e dominante (rispetto agli altri), ai quali piace farsi "valere"; in genere hanno un temperamento impulsivo che tende a manifestarsi facilmente quando si sentono sotto pressione; i loro atteggiamenti sono spesso propensi alla violenza verso altri individui; hanno difficoltà a seguire le regole; hanno una scarsa empatia e compassione verso la vittima. Le interazioni con gli adulti sono spesso attuate in maniera aggressiva

perché la violenza, anche verbale, è l'unico modo che conoscono e che utilizzano per esprimere e comunicare il loro pensiero.

Molti adolescenti inclini al bullismo mostrano una totale mancanza di empatia, che non consente loro di sviluppare una normale vita relazionale. Un soggetto che compie un atto di bullismo infatti non è in grado di avvertire lo stesso senso di rimorso che la maggior parte delle persone avvertirebbe dopo aver ferito un'altra persona. D'altra parte, crescendo, un soggetto che si comporta da bullo incontra sempre maggiori difficoltà a sviluppare vere amicizie.

Bullo dominante. È molto spesso un ragazzo di sesso maschile, in genere più forte fisicamente o psicologicamente rispetto agli altri compagni. Ha un atteggiamento favorevole verso la violenza e in genere presenta un'autostima abbastanza elevata. Ritiene l'aggressività un fattore positivo poiché è attraverso questa che riesce ad ottenere ciò che desidera. Tende sempre a giustificare il suo comportamento, nel quale si evidenzia una scarsa empatia verso la vittima. La sua aggressività è rivolta sia verso i suoi compagni che verso gli adulti. Può attuare la sua violenza non solo aggredendo fisicamente la persona, ma anche istigando qualcun altro a farlo. Presenta elevate abilità sociali e notevoli doti nella comprensione della mente dell'altro, che utilizza però al fine di manipolare la situazione a proprio vantaggio.

Bullo gregario. Spesso presenta difficoltà a livello di rendimento scolastico, è tendenzialmente più ansioso del bullo dominante; nel gruppo è poco popolare e viene visto dagli altri come una persona estremamente insicura. Molto spesso, al fine di ottenere una propria dimensione e un'opportunità di affermazione all'interno del gruppo, tende a farsi trasportare dagli altri fino ad assumere il ruolo di aiutante o sostenitore del bullo.

Bullo-vittima. In genere utilizza uno stile di interazione aggressivo, con atteggiamenti provocatori di fronte agli attacchi dei compagni: per questo viene definita anche vittima aggressiva o provocatrice. Spesso è un ragazzo che non riesce a gestire in modo appropriato le proprie emozioni, è spesso irritabile ed emotivamente instabile. Il suo comportamento è accompagnato frequentemente da difficoltà sul piano cognitivo e dell'attenzione. Questa sua modalità provocatoria verso gli altri, favorisce l'insorgenza e l'innescò di un circolo vizioso nel quale prevale un'alta conflittualità. È molto impopolare tra i compagni.

La vittima

Le vittime generalmente hanno una scarsa autostima e un'opinione negativa di sé stesse e della propria situazione: si considerano fallite, si sentono stupide, timide e poco attraenti. Si presentano come persone più ansiose e insicure rispetto alle altre. Hanno un atteggiamento di rifiuto verso la

violenza e verso l'uso di mezzi violenti. Quando ricevono attacchi da parte di altri studenti, spesso reagiscono piangendo e/o chiudendosi in se stesse. Di regola, a scuola non hanno buoni amici con cui confidarsi, per questo solitamente, vivono una condizione di solitudine e di abbandono. Se le vittime sono di sesso maschile, probabilmente sono fisicamente più deboli della media.

Come è facilmente intuibile, l'attacco ripetuto da parte dei coetanei provoca in loro un aumento dell'insicurezza, dello stato di ansia e della valutazione negativa riguardo se stessi.

La vittima passiva. È un ragazzo/a tendenzialmente passivo che non sembra provocare in alcun modo le prepotenze subite: nella maggior parte dei casi si fa riferimento a persone caute, sensibili e calme. Il loro comportamento denota una forte insicurezza, un'incapacità e un'impossibilità di reagire di fronte agli insulti ricevuti. In altre parole è possibile descriverle come caratterizzate da un modello sottomesso, associato (nel caso dei maschi) alla debolezza fisica.

La vittima provocatrice. È un ragazzo/a che provoca gli attacchi e spesso contrattacca le azioni dell'altro con il suo comportamento irrequieto e irritante. Questa categoria di vittime viene associata spesso a quella dei "bulli-vittima", ossia a quei soggetti che oltre a mettere in atto le prepotenze, le subiscono.

Quando si verifica un episodio di prepotenza, è facile restringere l'attenzione e l'intervento alla coppia bullo-vittima, senza approfondire le dinamiche interne al gruppo che hanno favorito l'insorgere del problema. Spesso invece il gruppo concorre a creare vittime al suo interno, proteggendo i bulli, a cui va la loro simpatia e tollerando male la sofferenza e la fragilità delle vittime, che irritano il gruppo perché evocano personali insicurezze. Si può stabilire addirittura un **clima di omertà**, in cui gli episodi di prepotenza si svolgono su un piano non facilmente percepibile dal docente e sono tenuti nascosti perché né la vittima né i compagni si sentono in grado di affrontare il bullo. In queste dinamiche un ruolo importante per modificare la situazione in un modo o nell'altro è giocato da chi sostiene o aiuta il bullo, da chi difende la vittima, da chi resta indifferente o sta a guardare. È quindi utile allargare l'osservazione al gruppo e progettare attività che aiutino a comprendere le situazioni di fragilità, ad aumentare l'autostima, ad attivare le forze positive presenti in classe e a creare un clima meno aggressivo e più cooperativo.

Molto spesso i ragazzi (ma in parte anche alcuni adulti) modulano i propri comportamenti agendo in maniera più aggressiva a seguito dell'osservazione di un atto violento da parte di un altro soggetto. Con molta probabilità l'effetto verrà amplificato se l'osservatore avrà una valutazione positiva rispetto al modello osservato, considerandolo, ad esempio, coraggioso e forte. I ragazzi insicuri e dipendenti (i bulli passivi, i gregari) saranno quelli che si lasceranno influenzare con più probabilità

dall'azione del modello: sono gli stessi che non godono di alcuna considerazione all'interno del gruppo dei coetanei e che desidererebbero affermarsi. Questo tipo di effetto che si viene a creare viene denominato **contagio sociale**.

Può succedere inoltre che alcuni soggetti, che in linea generale, hanno comportamenti corretti e non aggressivi, partecipino ad episodi di bullismo a seguito di una **riduzione del senso di responsabilità** individuale, che diminuisce considerevolmente quando diverse persone prendono parte all'episodio. Questo comporta una conseguente diminuzione del loro senso di colpa. Inoltre, col passare del tempo può verificarsi un cambiamento nella considerazione della vittima da parte dei compagni di scuola, che può essere gradualmente percepita come una persona incapace, che "merita" di essere picchiata e molestata.

I soggetti protagonisti del cyberbullismo

Il cyberbullo

Il profilo psicologico del cyberbullo mette in luce una mania del controllo, attraverso la quale egli tenta di mettersi in mostra: è uno sgrammaticato sociale, non conosce le regole del viver comune e dello stare in contatto con le persone. E' una persona immatura dal punto di vista affettivo, che presenta un'incapacità di gestione emozioni autocoscienti come il senso di colpa o la vergogna.

È facile attirare la sua attenzione se ci si veste in modo insolito, se si ha un colore della pelle diverso o finanche se si è la più graziosa della classe. Nei criteri di elezione della vittima infatti, la "diversità", nelle sue varie declinazioni, gioca un ruolo non secondario, insieme all'orientamento politico o religioso.

In genere compie azioni di prepotenza per ottenere popolarità all'interno di un gruppo, per divertimento o semplicemente per noia.

Fra i meccanismi psicologici che spingono il cybe bullo a perseguitare qualcuno vi è il **disimpegno morale** che vede nella deumanizzazione delle vittime (il fatto di non percepirle più come umani) un punto di forza per dissociarsi dal dispiacere che verrebbe loro procurato. In altre parole, non vedendo con i propri occhi l'effetto delle sue azioni, tende a sublimare la sofferenza, non si accorge del danno procurato, non lo contempla, non se ne rende conto, lo disconosce.

Questo appiattimento del vissuto dell'empatia frena il nascere e lo svilupparsi del senso di colpa di fronte alla sofferenza altrui.

Nel cyberbullismo, l'assenza di un contatto reale tra il bullo e la vittima (face to face contact) facilita e amplifica la deumanizzazione ed il disimpegno morale: anche guardare e leggere video o commenti offensivi e passare la voce ad altre persone dell'azione ridicolizzante a danno di qualcuno, comporta una responsabilità. Pertanto anche chi osserva, ovviamente in maniera diversa, si impegna a portare avanti l'azione del cyberbullo e viene ad avere una corresponsabilità.

La vittima

La vittima al contrario è un soggetto debole, con un carattere ansioso e insicuro. E' in genere una persona sensibile con una bassa autostima. Tende ad isolarsi perché incapace di difendersi ed è estremamente bisognosa di protezione. A livello scolastico ha un rendimento non brillante e risulta essere poco abile nello sport e nel gioco. Nelle relazioni con gli altri nega l'esistenza del problema, perché tende a colpevolizzarsi e per questo non riesce a confidarsi con nessuno.

Anche nel cyberbullismo la vittima può essere passiva o provocatrice.

In entrambi i casi le vittime hanno alle spalle famiglie molto coese, che coinvolgono i figli nella loro vita interna. Ciò favorisce l'instaurarsi di un legame di stretta dipendenza dalla famiglia, con conseguente difficoltà sul versante dei rapporti con i pari. Il risultato è che questi ragazzi/e hanno difficoltà nel gestire le relazioni sociali con gli altri e non riescono ad affrontare interazioni più complesse.

Inoltre, nel bullismo elettronico la responsabilità può essere estesa e condivisa anche a chi "semplicemente" visiona un video e decide di inoltrarlo ad altri, ride o rimane indifferente. In questo senso il ruolo del gruppo assume un'importanza ancora più evidente e delicata.

Avvengono due fenomeni di tipo parallelo: il primo consiste nell'attaccare la vittima direttamente, spesso sotto la maschera dell'anonimato; l'altro si verifica attraverso la diffusione di immagini, video, notizie, in rete o tramite sms, riguardanti la vittima, distribuendo tali immagini e informazioni a un gruppo di astanti estesissimo: diventa quindi molto importante "il farlo sapere al mondo", e il vasto pubblico di astanti (bystanders) è un elemento fondamentale nel mantenere o nel contrastare questo fenomeno legato alle nuove tecnologie. L'astante, che frequenta i siti e fruisce delle immagini, diventa uno "strumento" fondamentale per lo scopo del cyberbullo, e assume un ruolo di responsabilità attiva nei confronti delle vittime, anche se, paradossalmente non le conosce affatto.

Conseguenze sociali del bullismo e del cyberbullismo

Le conseguenze possono essere diverse a seconda del soggetto:

- **Nella vittima** si presenta un forte desiderio di fuggire dalla realtà (rifiuto di andare a scuola); un calo dell'autostima; una somatizzazione fisica; una sensazione di depressione e tristezza che a volte sfociano in tentativi di suicidio
- **Nel bullo** possono manifestarsi comportamenti antisociali; disturbi della condotta e possibili problemi legali
- **Nell'aiutante, nel sostenitore e nel soggetto esterno** si instaura un senso profondo di sfiducia nei confronti degli altri: tutti imparano a "farsi i fatti propri" perché pensano che non si può contare sull'aiuto di nessuno dato che a vincere è sempre il più forte

Per ciò che riguarda il **bullo**, si definiscono disturbi della condotta le modalità comportamentali attraverso le quali il soggetto attua violazioni ai diritti degli altri o alle regole che sono alla base delle interazioni nei diversi contesti sociali.

Le conseguenze a danno delle **vittime** si manifestano quotidianamente nella vita reale: si presentano cambi di umore improvvisi, disturbi emotivi, problemi di salute fisica (dolori addominali, mal di testa, soprattutto la mattina prima di andare a scuola), disturbi del sonno (incubi), attacchi di panico, nervosismo e ansia. Le vittime si chiudono in loro stesse e non comunicano con il resto del mondo, cadono in una specie di depressione. In molti casi, smettono di andare a scuola o di fare sport, si isolano da ogni contesto sociale. A livello psicologico, i continui attacchi provocano una totale erosione della loro sicurezza ed autostima, che si riflette poi nella vita di relazione e sull'andamento scolastico.

Anche chi ha una buona autostima, se viene continuamente vessato mette in dubbio se stesso. Questo meccanismo può portare allo sfinimento psico-emotivo che nei casi più gravi sfocia nel suicidio.

Inoltre, facendo specificatamente riferimento al cyberbullismo, la vittima, molto spesso, sviluppa un pensiero di tipo paranoico: crede che in sua assenza il vociferare nella rete sia continuo ed incessante, e suo malgrado, impossibile da placare.

Difficilmente le vittime parlano della loro problematica con adulti o amici. In loro si instaura un senso di vergogna perché pensano di essere deboli, incapaci di reagire e per timore di ricevere giudizi negativi da parte degli adulti preferiscono nascondere il problema e sopportare il dolore in solitudine.

Referente di istituto per il Contrasto al Bullismo e Cyberbullismo

Prof.ssa Tania Grilleni