

Cosa sono bullismo e cyberbullismo

Bullismo e Cyberbullismo sono violenze reiterate che un ragazzo subisce da un pari.

Il cyberbullismo si attua attraverso strumenti telematici,

il bullismo invece no.

Però non sempre il bullismo passa dalla violenza fisica. A volte, è molto più offensivo un commento di un pugno.

Si può parlare di bullismo:

Violenza Fisica	Violenza Verbale	Violenza Psicologica
aggressione	insulto	umiliazione
abuso/molestia sessuale	offesa	emarginazione/esclusione/ isolamento
sopraffazione	pettegolezza o diceria	scritte sui muri, sui banchi, nei bagni
scherzi pesanti	minaccia	gesti volgari
toccare/tastare	offesa di parenti e amici	Sms
coercizione		messaggi in chat
lanci di gavettoni, uova marce...		telefonate ed email
		furti
		danni a oggetti
		impaurire
		guardare fisso
		ricatti

Il bullo/cyberbullo si ritiene nel giusto. Nel profondo pensa che la vittima si meriti quello che lui gli sta facendo. Per questo cerca ogni occasione per *dargli la colpa*. “Lo faccio perché è nero, disabile, gay, araba...” Le giustificazioni servono a eliminare le responsabilità e a colpevolizzare la vittima. Per questo le persone che appartengono a minoranze etniche, religiose, di genere o sessuali sono sempre più spesso oggetto di aggressioni. Alla fine si parte dal *pregiudizio* e si bullizza la *diversità*.

Pregiudizio	Insulto	Pregiudizio	Insulto
razza	<i>è negro</i>	sessualità	<i>ci sta con tutti</i>
religione	<i>è ebreo</i>	età	<i>è nano</i>
origine geografica	<i>è terrone</i>	genere	<i>è femmina</i>
situazione economica	<i>è una pezzente</i>	corporatura	<i>è un ciccione</i>
caratteristiche della famiglia	<i>suo padre sta in galera</i>	aspetto estetico	<i>è brutto</i>
orientamento sessuale	<i>è gay</i>	disabilità	<i>è un handicappato</i>

Gli effetti del bullismo e del cyberbullismo sono tanti e gravi, sia a livello psicologico che fisico. Addirittura, molti ragazzi si sono suicidati dopo essere stati bullizzati.

Alle vittime di solito succede questo:

Conseguenze comuni	Conseguenze estreme
Perdita di autostima, sicurezza e fiducia in sé e negli altri.	Depressione.
Atteggiamento distratto e nervoso.	Autolesionismo.
Isolamento e allontanamento dal resto della classe.	Ansia sociale e attacchi di panico.
Difficoltà di concentrazione e scarso rendimento scolastico.	Disturbi psicosomatici.
Paura e rifiuto della scuola. Assenteismo.	Tentativi di suicidio.
	Attacchi di rabbia.
	Assunzione del ruolo del bullo.

Alcuni dati statistici*

*ricerca Istat 2015, *Il bullismo in Italia: comportamenti offensivi e violenti tra i giovanissimi*.

Tabella 1.

Ragazzi e adolescenti di 11-17 anni per frequenza in cui hanno subito comportamenti offensivi nel corso degli ultimi 12 mesi, per ripartizione territoriale. In totale, più del 50% degli 11-17enni ha subito qualche episodio offensivo. Il 19,8% è vittima assidua e il 9,1% addirittura subisce prepotenze che si ripetono con cadenza settimanale.

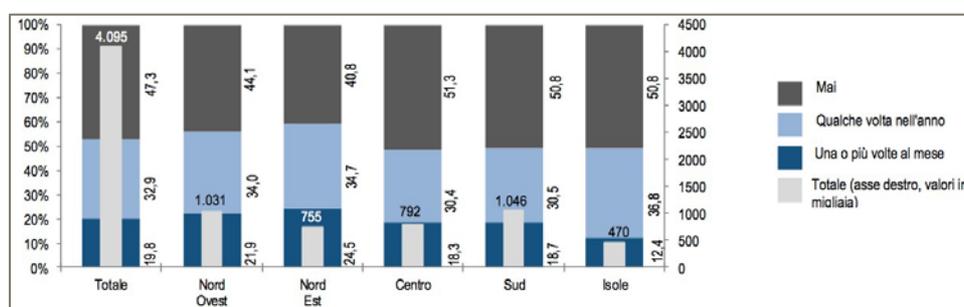


Tabella 2.

Ragazzi e adolescenti di 11-17 per frequenza con cui hanno subito comportamenti offensivi, non rispettosi e violenti, per sesso, per classe di età e per ripartizione territoriale.

Le ragazze sono più vittimizzate rispetto ai ragazzi e la percentuale di soggetti che hanno subito prepotenze diminuisce al crescere dell'età.

Al Nord le aggressioni sono di più, e spesso avvengono in zone poco o per nulla disagiate. Il bullismo, quindi, non è assolutamente collegabile con il contesto socio-culturale o con situazioni di povertà.

	Hanno subito comportamenti offensivi, non rispettosi e/o violenti (%)			
	Una o più volte a settimana	Meno di qualche volta a settimana, ma una o più volte al mese	Qualche volta nell'anno	Mai
Sesso				
Maschi	8,5	10,3	31,1	50,1
Femmine	9,9	11,0	34,7	44,4
Classe di età				
11-13enni	11,3	11,2	30,8	46,7
14-17enni	7,6	10,3	34,3	47,8
Ripartizione territoriale				
Nord	11,4	11,6	34,3	42,7
Centro	7,0	11,3	30,4	51,3
Mezzogiorno	7,5	9,2	32,5	50,8
Comune di residenza (a)				
Comuni medio-piccoli	9,4	10,1	31,2	49,2
Comuni grandi	8,8	11,4	35,1	44,8
Zona precedenti in cui abita la famiglia (b)				
Molto disagiata	10,5	12,8	32,1	44,6
Con qualche disagio	9,6	11,1	32,8	46,4
Poco o per nulla disagiata	8,0	9,0	33,4	49,7
Totale	9,1	10,7	32,9	47,3

Tabella 3.

Ripartizione per caratteristiche dell'aggressione e per genere.

Si nota una sostanziale differenza di genere: le ragazze più piccole tendono ad escludere, mentre quelle più grandi ad offendere. I ragazzi invece diminuiscono le aggressioni.

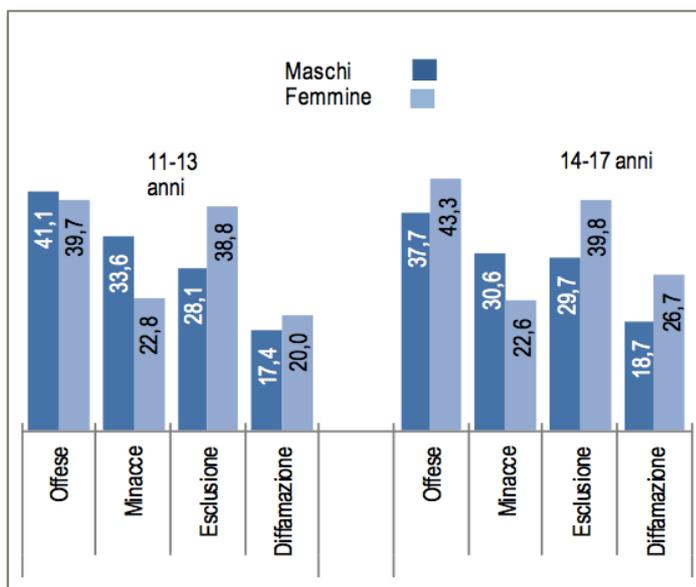


Tabella 4.

Collegamento tra atti di bullismo e tipo di scuola frequentata.

Solo una piccola percentuale di ragazzi che viene vittimizzati non è iscritto a nessuna scuola. L'ordine di scuola più a rischio, però, è la Secondaria di Primo Grado: solo il 46,2% rimane indenne, mentre il 10,7 (quindi al di sopra della media degli 11-17enni) subisce vessazioni ripetute.

Tra le scuole superiori, quella in cui si segnalano più episodi di bullismo sono i licei, per un totale di 54,5% contro il 49% dei tecnici e il 51,3% dei professionali.

Tipo di scuola frequentata (a)						
Non sono iscritti a scuola	1,6	8,0	29,1	61,4	100	89
Scuola secondaria di primo grado	10,7	11,4	31,7	46,2	100	1.861
Istituto professionale	9,1	9,0	33,2	48,7	100	467
Istituto tecnico	6,2	9,8	33,0	50,9	100	644
Liceo	8,7	10,7	35,1	45,5	100	1.034
Totale	9,1	10,7	32,9	47,3	100	4.095

(a) In Scuola secondaria di primo grado sono inclusi anche quanti sono iscritti alla scuola primaria. In Istituto professionale sono inclusi anche quanti sono iscritti ad un "Percorso triennale di Istruzione e Formazione" o a un corso di formazione professionale. In Liceo sono inclusi quanti sono iscritti a: Liceo classico, scientifico, linguistico, musicale coreutico, delle scienze umane; Istituto magistrale (Liceo socio-psico-pedagogico, delle scienze sociali, ecc.); Liceo artistico, Istituto d'arte.

(b) Si fa riferimento ai 12 mesi precedenti l'intervista.

Scheda per i docenti.

In classe

- Lavora per migliorare il clima scolastico.
- Promuovi i valori fondamentali di convivenza come il rispetto, l'uguaglianza, la dignità.
- Se noti qualcosa di strano, metti da parte la materia e concentrati su quello: un'ora di lezione si recupera facilmente, la vittima di un bullono.
- Valorizza le iniziative sul bullismo. Dai spazio ai tuoi allievi per parlare.
- Favorisci lo sviluppo di capacità assertive.
- Educa alla prosocialità.
- Favorisci i momenti di collaborazione e di comunicazione. Potenzia l'autostima.
- Proponi al tuo dirigente attività o iniziative per la lotta al bullismo. Informa i tuoi allievi sui rischi presenti in Rete.
- Educa i bambini e gli adolescenti alla prudenza: spiegagli che non devono mai dare i propri contatti a persone conosciute in Rete.
- Mostra ai ragazzi come valutare quello che incontrano in rete, spiega loro che non tutto ciò che leggono è giusto o affidabile.
- Insegna ai ragazzi a non giudicare.

Con la vittima

- Sostienila.
- Suggestiscile di non vendicarsi.
- Aiutala a conservare le prove (schermate del telefonino, della pagina Facebook ecc). Contatta l'internet provider oppure la Polizia Postale.
- Contatta la Polizia se ritieni che il materiale conservato sia offensivo. Aiutala a parlare con i genitori.

Con il bullo

- Parlagli.
- Ascolta le sue ragioni.
- Fagli capire la gravità dei suoi gesti.

Con la famiglia

- Informala.
- Invitala all'ascolto.
- Mettila in contatto con la Polizia Postale
- Insegna alle famiglie a non giudicare

Scheda per i ragazzi

Per difendersi da bulli e cyberbulli

- Parlane ogni volta che puoi.
- Se il bullo ti sta provocando, allontanati. Se ti segue e vuole farti fare qualcosa che non vuoi, rispondi “No!” con voce decisa.
- La fuga non è una cosa di cui vergognarsi.
- Il bullo si diverte quando reagisci, ti arrabbi o piangi. Sii calmo, controlla le tue reazioni.
- Non reagire mai.
- Fai capire al bullo che ti senti superiore. Così lo metterai in imbarazzo e ti lascerà stare.
- Se rischi di incontrare il bullo, evita i luoghi isolati.
- Segna su un diario gli incontri con il bullo: ti servirà per ricordare come sono andate le cose.
- Non chiuderti: parla con un adulto, digli tutto quello che ti sta succedendo. Tieni il pc protetto con un antivirus
- Non dare mai i tuoi dati personali
- Utilizza password sicure e riservate. Non usare mai la stessa password per due servizi diversi.
- Blocca lo schermo quando non utilizzi telefono o computer. Così le persone non possono sbirciare tra i tuoi dati.
- Non fidarti di chi conosci solo sul web. Mentire e inventarsi false identità è semplicissimo.
- Informa sempre i genitori prima di incontrare persone conosciute sul *web*. Attenzione ai falsi ed evita le truffe. Se ti offrono soldi o regali o telefoni costosi gratis, sono annunci falsi.
- Se vedi, leggi o trovi qualcosa che ti mette a disagio, parlane con i tuoi genitori. Blocca chi ti disturba o ti aggredisce.
- Pensa a quello che pubblichi su internet. Una cosa che oggi ti sembra divertente, un giorno potrebbe essere adoperata per prenderti in giro. La tua reputazione, anche quella online, è importante.
- Non creare né inviare contenuti a sfondo sessuale.
- Non essere tu il primo ad offendere.
- La rete non è una jungla, anche online ci sono delle leggi che si può far rispettare.

Se osservi episodi di bullismo

- Non lasciare solo la vittima.
- Integra la vittima nel tuo gruppo e rassicurala. Fai capire al bersaglio che può contare su di te. Sii riservato sulle confidenze che ti vengono fatte. Parlane con degli adulti.

- Non ridere alle battute del bullo.
- Affronta il bullo, chiedigli il perché del suo comportamento. Non escludere il bullo dal gruppo: lo farebbe peggiorare.
- Convinci la vittima a parlare con qualche adulto.
- Parla ai tuoi insegnanti o al dirigente della tua scuola.

Se ti comporti da bullo

- Non sempre i tuoi scherzi sono condivisi.
- Se sei nervoso o arrabbiato, non prendertela con qualcuno ma cerca di gestire la tua rabbia.
- Se pensi di dover scaricare ansia o nervosismo, fai sport.
- Mettiti nei panni del tuo bersaglio: come ti sentiresti al suo posto?
- Rifletti sulle conseguenze delle tue azioni: una nota, una sospensione, una bocciatura, isolamento dai compagni: ne vale la pena?
- Sii orgoglioso degli aspetti positivi del tuo carattere.
- Se ti senti di essere stato un bullo, prova a parlare con una figura adulta di riferimento.
- Spesso quello che ci infastidisce negli altri è qualcosa che proviamo anche noi: prova a risolverla.
- Non tutti ti devono essere simpatici, ma pensa che tutti hanno diritto al rispetto.

Scheda per le famiglie

Genitori delle vittime

- Ascolta i tuoi figli.
- Parla ai tuoi figli.
- Cerca di essere ragionevole e di farli ragionare. Non sminuire le loro preoccupazioni.
- Non sopravvalutare la situazione.
- Mostrati forte e al loro fianco.
- Se i vostri figli si trovano spesso e con diverse persone a essere bullizzati, rivolgetevi a un supporto professionale.

Genitori dei bulli

- Non incoraggiate, seppur indirettamente, nessun atto aggressivo. A casa, moderate il linguaggio.
- Parlate con vostro figlio, cercate di capire le sue motivazioni. Rivolgetevi a un supporto professionale.
- Non giustificate le sue azioni.
- Non responsabilizzate eccessivamente vostro figlio e non caricatelo di aspettative.

Sul web

- Imparate a navigare in internet.
- Chiedete ai vostri figli cosa fanno sul web.
- Stabilite tempi di utilizzo di telefonino e pc a seconda dell'età. Mettete il computer in una stanza di accesso comune.
- Filtrate la connessione eludendo alcuni siti.
- Controllate la cronologia dei siti web visitati dai ragazzi. Spiegate ai vostri figli come si devono comportare su internet. Illustrate loro quali sono i rischi.
- Insegnategli a bloccare chi li infastidisce in Rete.
- Spiegategli che non bisogna mai dare i propri contatti personali a sconosciuti. Parlate con i vostri figli delle loro esperienze online.
- Fate attenzione a quello che fa vostro figlio.

Script di intervento per docenti e genitori

Si tratta di un primo percorso utilizzabile quando si viene a conoscenza di casi di bullismo.

