

## CAP 5

# LE COSE GIUSTE DA FARE

### IL BULLISMO

*"Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato o vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da parte di uno o di più compagni."* OLWEUS

- E' malvagio.
- Quando uno piange, egli ride.
- Provoca tutti i più deboli di lui, e
- quando fa a pugni, s'inferocisce e tira a far male.
- Non teme nulla,
- ride in faccia al maestro,
- ruba quando può,
- nega con una faccia invetriata,
- è sempre in lite con qualcuno.
- Egli odia la scuola,
- odia i compagni,
- odia il maestro.

Dalla definizione di Olweus si possono trarre le seguenti caratteristiche presenti in un comportamento di bullismo:

#### **Azioni individuali o collettive di tipo:**

- \* fisico: prendere a pugni o calci, prendere o maltrattare gli oggetti personali della vittima;
- \* verbale: insultare, deridere, offendere;
- \* indirette: fare pettegolezzi, isolare dal gruppo.

#### **Dura nel tempo (settimane o mesi): la vittima è impossibilitata a difendersi.**

Come abbiamo visto da queste caratteristiche il bullismo può essere attuato da un singolo individuo o da un gruppo e la vittima può essere, a sua volta, un singolo individuo o un gruppo. Si può distinguere una forma di bullismo diretto, che si manifesta in attacchi relativamente aperti nei confronti della vittima, e di bullismo indiretto, caratterizzato da una forma di isolamento sociale ed in una intenzionale esclusione dal gruppo.

Per quanto riguarda **la manifestazione** degli atti di bullismo si può affermare che la scuola è senza dubbio il luogo in cui questi si manifestano con maggiore frequenza, soprattutto durante i momenti di ricreazione, e nell' uscita da scuola.

Proprio a causa di ciò, **le vittime** dei bulli spesso rifiutano di andare a scuola. Rimproverati e rimproverandosi continuamente di "attirare" le prepotenze dei loro compagni, perdono sicurezza e autostima. Questo disagio può influire sulla loro concentrazione e sul loro apprendimento. Spesso ragazzi con sintomi da stress, mal di stomaco e mal di testa, incubi o attacchi d'ansia, o che marinano la scuola o, peggio ancora, hanno il timore di lasciare la sicurezza della propria casa, sono le vittime prescelte dal bullo.

**Le conseguenze** di tale situazione sono spesso gravi e possono provocare strascichi anche in età di molto successive a quelle del sopruso stesso. Generalmente le vittime sono più deboli fisicamente della media dei ragazzi. Anche l'aspetto fisico (ad esempio l'obesità) può giocare un ruolo nella designazione della vittima, anche se non è determinante.

#### **La vittima**

**Le vittime sono, per lo più, soggetti sensibili e calmi, anche se al contempo sono ansiosi ed insicuri.** Se attaccati, reagiscono chiudendosi in se stessi o, se si tratta di bambini piccoli, piangendo.

**Talvolta soffrono anche di scarsa autostima** ed hanno un'opinione negativa di sé e della propria situazione. Le vittime sono caratterizzate da un modello reattivo ansioso o sottomesso,

associato, soprattutto se maschi, ad una debolezza fisica, modello che viene rinforzato negativamente dalle conseguenze dei comportamenti sopraffattori.

Tali conseguenze sono sempre a svantaggio della vittima perché non possiede le abilità per affrontare la situazione o, se le possiede, le padroneggia in maniera inefficace.

**Solitamente le vittime vivono a scuola una condizione di solitudine, di isolamento e di abbandono.**

Manifestano particolari preoccupazioni riguardo al proprio corpo: hanno paura di farsi male, sono incapaci nelle attività di gioco o sportive, sono abitualmente non aggressivi e non prendono in giro i compagni, ma hanno difficoltà ad affermare se stessi nel gruppo dei coetanei. Il rendimento scolastico è di vario tipo e tende a peggiorare nella scuola media.

Queste caratteristiche sono tipiche delle vittime definite passive o sottomesse, che segnalano agli altri l'insicurezza, l'incapacità, l'impossibilità o difficoltà di reagire di fronte agli insulti ricevuti; così le ripetute aggressioni non fanno altro che peggiorare questo quadro di incertezza sulle proprie capacità.

## **Il bullo**

La caratteristica più evidente del comportamento da bullo è chiaramente quella dell'**aggressività** rivolta verso i compagni, ma molto spesso anche verso i genitori e gli insegnanti.

- **I bulli hanno un forte bisogno di dominare gli altri e**
- **si dimostrano spesso impulsivi.**
- Vantano spesso la loro superiorità, vera o presunta,
- **si arrabbiano facilmente e**
- **presentano una bassa tolleranza alla frustrazione.**
- Manifestano grosse difficoltà nel rispettare le regole e nel tollerare le contrarietà e i ritardi.
- Tentano a volte di trarre vantaggio anche utilizzando l'inganno.
- Si dimostrano molto abili nelle attività sportive e di gioco e sanno trarsi d'impaccio anche nelle situazioni difficili.
- Al contrario di ciò che generalmente si pensa, non presentano ansia o insicurezze. Sono caratterizzati quindi da un modello reattivo-aggressivo associato, se maschi, alla forza fisica che, suscitando popolarità, tende ad auto-rinforzarsi negativamente raggiungendo i propri obiettivi.
- I bulli hanno generalmente un atteggiamento positivo verso l'utilizzo di mezzi violenti per ottenere i propri scopi e mostrano una buona considerazione di se stessi.
- Il rendimento scolastico è vario ma tende ad abbassarsi con l'aumentare dell'età e, parallelamente a questa, **si manifesta un atteggiamento negativo verso la scuola.** L'atteggiamento aggressivo prevaricatore di questi giovani sembra essere correlato con una maggiore possibilità, nelle età successive, ad essere coinvolti in altri comportamenti problematici, quali **la criminalità o l'abuso da alcool o da sostanze.**

All'interno del gruppo vi possono essere i cosiddetti **bulli passivi**, ovvero i seguaci o sobillatori che non partecipano attivamente agli episodi di bullismo.

È frequente che questi ragazzi provengano da condizioni familiari educativamente inadeguate, il che potrebbe provocare un certo grado di ostilità verso l'ambiente. Questo fatto spiegherebbe in parte **la soddisfazione di vedere soffrire i loro compagni.**

Questo tipo di atteggiamento è rinforzato spesso da un accresciuto prestigio.

## **La vittima provocatrice**

Esiste un' "incrocio" tra vittima e bullo:

- le vittime provocatrici, caratterizzate da una combinazione di modalità di reazione ansiose e aggressive.
- Possono essere iperattivi, inquieti e offensivi.
- Tendono a controbattere e possono essere sgraditi anche agli adulti.
- Hanno la tendenza a prevaricare i compagni più deboli.

- Non è raro che il loro comportamento provochi reazioni negative da parte di molti compagni o di tutta la classe. Questo tipo di vittima è meno frequente rispetto alle precedenti e le vittime del primo tipo risultano maggiormente esposte a rischio di depressione.

Le vittime presentano sin dall'infanzia un atteggiamento prudente e una forte sensibilità.

### **Condizioni che favoriscono il fenomeno**

Vari studi hanno evidenziato alcuni fattori che sembrano essere alla base del comportamento aggressivo.

### **Sicuramente un ruolo importante è da attribuire al temperamento e al carattere del bambino.**

Un atteggiamento negativo di fondo,

- caratterizzato da mancanza di calore e di coinvolgimento, da parte delle persone che si prendono cura del bambino in tenera età, è un ulteriore fattore importante nello sviluppo di modalità aggressive nella relazione con gli altri.
- l'eccessiva permissività e tolleranza verso l'aggressività manifestata verso i coetanei e i fratelli crea le condizioni per lo sviluppo di una modalità aggressiva stabile. Un ruolo importante è ricoperto anche dal modello genitoriale nel gestire il potere.
- L'uso eccessivo di punizioni fisiche porta il bambino ad utilizzarle come strumento per far rispettare le proprie regole. È importante che siano espresse le regole da rispettare e da seguire ma **non è educativo ricorrere soltanto alla punizione fisica.**

Queste non sono sicuramente le uniche cause del fenomeno, anzi, si può dire che esso è inserito in un reticolo di fattori concatenati tra loro.

È, comunque, certo che le condotte inadeguate si verificano, con maggior probabilità quando i genitori non sono a conoscenza di ciò che fanno i figli o quando non hanno saputo fornire adeguatamente i limiti oltre i quali certi comportamenti non sono consentiti. Gli stili educativi rappresentano infatti un fattore cruciale per lo sviluppo o meno delle condotte inadeguate.

### **È interessante sottolineare come il grado di istruzione dei genitori, il livello socio-economico non sembrano essere correlate con le condotte aggressive dei figli.**

A livello sociale si è visto come anche i fattori di gruppo favoriscano questi episodi. All'interno del gruppo c'è un indebolimento del controllo e dell'inibizione delle condotte negative e si sviluppa una riduzione della responsabilità individuale.

### **Questi fattori fanno sì che in presenza di ragazzi aggressivi anche coloro che generalmente non lo sono lo possano diventare.**

Per evitare che un bambino ansioso e insicuro diventi una vittima è importante che i **genitori lo aiutino a**

- ♥ trovare una migliore autostima,
- ♥ una maggiore autonomia e gli forniscano degli
- ♥ strumenti adeguati per affermarsi nel gruppo dei coetanei.

### **IL PESO DELL'OMERTÀ**

**L'omertà è la vera nemica della sicurezza di un giovane (soprattutto a scuola!), l'ombra del silenzio sulla realtà è il grande muro da superare per risolvere il problema.**

Inutile dire che per bypassare il muro sono necessari impegno, attenzione e sensibilità da parte degli insegnanti. Sicuramente non in tutte le ore accadono violenze nella classe, ma "sensibilità" significa anche che il desiderio di risolvere il problema porti alla comunicazione ad altri insegnanti e ad un'azione comune con il consiglio docenti.

Un insegnante dovrebbe anche spingere il proprio alunno a parlare, **a condividere a comunicare regolarmente il proprio dolore, la propria paura e ciò che è costretto a vedere e a vivere!**

Questo è il classico "passo gigante", il passo più difficile ma anche quello che più ci avvicina alla soluzione del problema. Fatto questo, si evitano troppi ulteriori e spesso fatali danni all'anima della vittima.

Sapere di non essere soli aiuta molto. **La cosa più sconcertante rimane il silenzio degli alunni, compagni di banco della vittima.** Questi sono coscienti di assistere a violenza, a prevaricazione (soprattutto alle medie e alle superiori), ma il coraggio di denunciare, proprio non esiste... "non s'ha da fare".

Anche su questo fronte bisogna battere il chiodo e spronare al dialogo e alla presa di posizione che non sia però solo apparente.

### **LA SINDROME DEL BULLO IN ETA' ADULTA**

Ma il bullismo, come ho già detto, non è solo una questione tra ragazzi: **molti adulti sono affetti dalla < sindrome del bullo > e fanno gli spacconi col proprio coniuge attuando giochi psicologici e angherie di ogni genere, comprese le violenze fisiche soprattutto nei confronti del sesso femminile!**

Dunque, il bullismo determina anche la mancata maturazione al punto che l'adulto fa ancora < il bulletto > proprio per non essere < cresciuto >: ha 40-50-60 anni e più, ma è ancora bambino!

**Gli adulti-bulli sono dei veri carnefici, capaci di < cuocere la vittima a fuoco lento > fino alla morte, vessandola in tutti i modi:** essendo adulti sono in grado di attuare strategie più raffinate (elaborati giochi psicologici ed elaborati strumenti di tortura) che mirano anche a migliori < coperture > per eludere le sorveglianze di chi dovrebbe essere preposto all'analisi e alla correzione!

Talvolta, **costoro sono talmente abili da spacciarsi come vittime (vittimismo) delle proprie vittime:** questa devasta ulteriormente coloro che li subiscono realmente!

**Quando un carnefice si presenta come vittima ...** nuoce ancor più alle vere vittime: se così viene accettato e/o avallato, il fenomeno e chi lo perpetua diventa davvero devastante e degradante!

Dunque, **il bullo adulto riesce ancor più ad ingannare la società e persino ad utilizzarla per rafforzarsi: egli pensa < sono talmente bravo che mi faccio credere da tutti come innocuo e come vittima >!**

**Molte mogli finiscono per esaurirsi ed essere ricoverate in reparti psichiatrici senza che qualcuno ne accerti le vere cause nascoste per paura e/o omertà.**

**Raramente, comunque, accade anche che le vittime siano alcuni mariti ... e allora tutto si inverte.**

Paradossalmente, in tali casi "il paziente di quei reparti" non viene creduto e il bullo riesce nel suo intento mistificatore e angariatore: questo vuol dire che il bullo è diventato talmente abile al punto di < darla da bere a tutti > e la vittima talmente schiacciata che finisce col concludere < è colpa mia, forse mi sbaglio, la causa risiede nella mia anormalità >! Questo può addirittura sfociare nella < **sindrome di Stoccolma** > o nella < **sindrome del cavaliere amico** >!

**Si assiste, così, ad un fenomeno molto subdolo: il bullo fa in modo che la sua vittima sia < malata > perché in tal modo egli appare persino < il buono della situazione e "la povera sfortunata vittima" > nella situazione di una "patologia dell'altro" (sua vera vittima e di cui ne è la vera causa patologica!) che lo costringe allo sforzo di assistere chi sta male (... in per colpa sua!).**

**Egli fa in modo che questo si perpetui per i suoi soli interessi, soprattutto per poter continuare a fare il bullo!**

**Se possibile egli costringe la sua vittima alla pazzia ...**

**Del resto espressione del "bullismo adulto" sono anche le violenze di ogni tipo, non solo su altri adulti, ma anche su minori e bambini!**

Molte donne vengono uccise o impazziscono a causa di una sindrome che andava curata quando i loro vessatori erano ancora bambini!

l'ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) è il disturbo che rende i bambini iperattivi e aggressivi per cause svariate che vanno dagli abusi all'essere stati vittime di bullismo.

Tali cause e tale sindrome, che in molti casi si trascina per tutta la vita, è dapprima < anticamera del bullismo > e poi ne diventa la vera sintomatologia con annessi e connessi.

**Tornando ai bambini, il 4% che frequentano le scuole elementari manifesta un disturbo caratterizzato da:**

- **difficoltà di attenzione**
- **incapacità di terminare un qualsiasi compito**
- **manca di interesse**
- **manca di autocontrollo**
- **paura dovuta al semplice sospetto**
- **reazioni smisurate a qualsiasi correzione**

**La sindrome del bullismo è una realtà del tutto trascurata: è alla radice di etiche comportamentali che si protraggono per tutta la vita e che danneggiano non solo se stessi, ma anche il coniuge e chiunque li circonda!**

**Ne parlo di più nel capitolo che tratta delle conseguenze.**

### **La prevenzione del bullismo**

Risulta poco utile agire sul disturbo e sulla psicopatologia ormai conclamata.

La specificità di un intervento preventivo è quindi rivolta a tutti gli alunni e non direttamente ai "bulli" e alle loro vittime, perché, al fine di un cambiamento stabile e duraturo, risulta maggiormente efficace agire sulla comunità degli spettatori. È importante sottolineare questo punto perché, come indicato in letteratura, è inefficace l'intervento psicologico individuale sul "bullo".

**Infatti il "bullo" non è motivato al cambiamento in quanto le sue azioni non sono percepite da lui come un problema, e queste sono un problema soltanto per la vittima, gli insegnanti e il contesto.**

L'intervento diretto sulla vittima, pur efficace a fini individuali, non lo è per quanto riguarda la riduzione del fenomeno del "bullismo".

Quella vittima cesserà di essere tale e il bullo ne cercherà presto un'altra nel medesimo contesto. Quindi, la prevenzione deve interessare gli alunni, gli insegnanti e i genitori. Questi possono farsi carico dei problemi attivando una programmazione contro le prepotenze e promuovendo interventi tesi a costruire una cultura del rispetto e della solidarietà tra gli alunni e tra alunni ed insegnanti. Si è evidenziato che l'intervento con bambini e ragazzi, deve essere preventivo rispetto a segnali più o meno sommersi del disagio e rispetto alle fisiologiche crisi evolutive. Per questi motivi è necessario attuare un programma di intervento pluriennale di carattere preventivo e diretto al gruppo classe/scuola. Questo intervento rappresenta un'occasione di crescita per il gruppo classe stesso che, attraverso un maggiore dialogo ed una maggiore consapevolezza di pensieri, emozioni ed azioni, diventerà risorsa e sostegno per ciascun membro della classe.

È inutile sottolineare che per rendere efficace e duraturo questo tipo di prevenzione, è necessario che gli insegnanti, gli educatori e le famiglie collaborino, come modelli e come soggetti promotori di modalità adeguate di interazione, affinché l'esempio possa essere acquisito e diventare uno stile di vita per i ragazzi. Il compito degli insegnanti è quindi quello di intervenire precocemente finché permangono le condizioni per modificare gli atteggiamenti inadeguati.

**Per migliorare la collaborazione con le famiglie è importante che si spieghi anche ai genitori che i loro figli possono assumere diversi atteggiamenti a seconda degli ambienti in cui si trovano. Questo è utile per prevenire la sorpresa delle famiglie nello scoprire modalità di comportamento differenti a casa e a scuola.**

### **BULLISMO FEMMINILE**

Un accenno vorrei farlo riguardo al "bullismo femminile".

Esso viene poco considerato perché molto meno vistoso rispetto a quello maschile, ma a causa di ciò anche più subdolo.

Esso si manifesta meno "fisicamente" e di più "verbalmente" ed "indirettamente".

**Di solito la "bullo"**

- \* **s'atteggia ad "ape regina" e si circonda di altre api isolando chi non le è gradita.**

- \* Inoltre mette in atto nei confronti della "esclusa" un vero e proprio comportamento persecutorio fatto di pettegolezzi e falsità infondate.

Per la vittima diventa difficile chiedere aiuto, perchè il comportamento bullistico è poco evidente e **si tende ad attribuire l'isolamento della vittima ad una sua eventuale timidezza.**

Si può facilmente immaginare quali possano essere gli esiti per la propria autostima, esiti che possono anche comportare quei **disturbi del comportamento alimentare tanto frequenti fra le ragazze.**

## TEST SUL BULLISMO

Di seguito c'è un test per scoprire se sei "vittima" di un "bullo". Rispondi V se è vero ed F se è falso.

- 1 Si diverte a tormentarti ? V F
- 2 Gli piace prenderti in giro o deriderti i? V F
- 3 Considera divertente vederti sbagliare o farti male ? V F
- 4 Sottrae o danneggia oggetti che ti appartengono ? V F
- 5 Si arrabbia spesso con te ? V F
- 6 Ti accusa per le cose che gli vanno male ? V F
- 7 E' vendicativo nei tuoi confronti se gli ha fatto qualcosa di spiacevole? V F
- 8 Quando gioca o fa una partita con te vuole essere sempre il vincitore? V F
- 9 Ricorre a minacce o ricatti per ottenere quello che vuole ? V F

Se hai risposto Vero ad almeno 3 delle domande è molto probabile che tu sia vittima di un bullo, e le indicazioni seguenti potranno esserti utili.

## Consigli per il bambino

E' accaduto che qualcuno ha fatto il prepotente con te o con qualche tuo amico? Forse sarà successo. Viene chiamato bullo chi fa il prepotente o cerca di fare del male ad altri sia con le parole che con le azioni.

### Hai di fronte un bullo se qualcuno:

1. E' aggressivo nei tuoi confronti picchiandoti, sputandoti, ti dà dei morsi, prende le tue cose.
2. Ti insulta, ti fa fare cose che tu non vorresti fare, ti fa sentire uno stupido, ti fa stare male
3. Ti provoca, ti scrive biglietti offensivi, mette in giro bugie su di te
4. Cerca di convincere anche i tuoi amici a isolarti e prenderti in giro
5. Minaccia di picchiare te o qualcuno a cui vuoi bene

Il bullo cerca di usare la violenza per avere quello che vuole, cercando una "vittima" che non riesce a difendersi da solo o che considera "inferiore" a lui.

Il bullo può essere qualcuno della tua scuola, o qualcuno che consideravi un amico.

**L' intenzione del bullo è quella di spaventare, di mettere paura, perché in questo modo si sente grande e forte, vuole che gli altri pensino che è potente, che ha successo, che tiene tutto e tutti sotto controllo. In realtà spesso è una persona che non ha nessuna di queste "qualità", anzi cerca di nascondere i suoi "difetti".**

## Gli effetti del bullismo

Quando qualcuno fa il prepotente con te e ti fa stare male, potresti sentirti:

- \* Di valere poco o niente
- \* Triste o arrabbiato
- \* Senza voglia di giocare o di uscire
- \* Con poco appetito o molto appetito
- \* Ti senti male come quando hai la nausea
- \* Sei ansioso
- \* Con mal di testa e mal di stomaco
- \* Senza desiderio di andare a scuola

### Ecco che cosa devi fare se qualcuno fa il bullo nei tuoi confronti:

- ♥ Cerca di farti vedere calmo e tranquillo, senza arrabbiarti o aver paura, anche se lo sei.
- ♥ Cerca di evitare cose che non desideri fare
- ♥ Non pensare a quello che ti dice, anzi, pensa bene di te

- ♥ Cerca di capire quando è preferibile andare via, evitando il bullo
- ♥ Se non puoi evitarlo, di fronte alla sua violenza verbale, usa l'ironia (ti grida "Sei grasso come un maiale". Replica "Ti sbagli, assomiglio più ad una Balena")
- ♥ Se ti senti un po' solo cerca di farti nuovi amici, con loro sarà diverso
- ♥ Racconta a qualcuno di cui ti fidi quello che sta succedendo (un insegnante, un amico più grande di te, i tuoi genitori).
- ♥ Non avere paura di dirgli quello che succede, non è colpa tua! Parlare con chi ti può aiutare è il modo migliore per risolvere la situazione
- ♥ Non pensare che dicendolo a qualcuno andrai incontro a problemi peggiori, se chiedi aiuto allora non sei più da solo e potete pensare insieme a come risolvere questo problema
- ♥ Spiega chiaramente che la situazione ti crea dei problemi e che per te è importante che venga fatto qualcosa.
- ♥ Continua a parlare di quello che accade finché non otterrai qualche cambiamento.

Non accettare che qualcuno sia aggressivo con te! Non è facile fermarlo ma neanche impossibile.

*Dott.ssa Rosalia Cipollina*

### **Bullismo, ecco come guarire le vittime e anche i prepotenti** *(Ada Fonzi)*

Il bullismo nelle scuole, ma anche in strada e nei luoghi della socialità infantile è un fenomeno in continua crescita e si diffonde più in Italia che altrove. Bambini, ragazzini adolescenti, in prevalenza maschi (anche se l'impennata riguarda da tempo anche le femmine, comunque più inclini al bullismo psicologico) prevaricatori, manipolatori e prepotenti con uno speculare elevato numero di "vittime": il 41% nella scuola primaria e il 26% in quella media, gli alunni che hanno subito soprusi.

Il dato è il risultato di uno studio coordinato da Ada Fonzi, professore emerito in Psicologia dello sviluppo all'Università di Firenze, un'autorità nell'analisi del settore e autrice (insieme con la figlia Carlotta, esperta di cinema) di "Abbasso i bulli. Come guarire prepotenti e vittime", appena arrivato in libreria per Ponte delle Grazie. Un saggio che, attraverso la forma del racconto, propone tutto ciò che c'è da sapere sull'argomento. E che apre un'utile finestra su quanto genitori e operatori scolastici possono fare per prevenire e curare chi infierisce e chi subisce.

*Michele ha nove anni, va a scuola malvolentieri e spesso inventa ogni scusa per rimanere a casa.*

*Risponde a monosillabi ai genitori che cercano di capire il suo comportamento e si chiude sempre più in se stesso.*

*Non parla di quello che gli tocca subire in classe, dove alcuni coetanei, guidati da David, ragazzino smargiasso e arrogante, lo deridono, lo umiliano e, a volte, perfino lo picchiano.*

*Le maestre sembrano non vedere e non sentire, i compagni di classe tacciono, forse per paura, e neanche i genitori si sono mai accorti di nulla.*

*Ma l'incubo continua... Finché un giorno Michele urla in faccia a mamma e papà quello che gli succede.*

*Ed è l'inizio di un percorso, difficile, doloroso, ma anche costruttivo.*

*E' suo padre la voce narrante del libro: in principio reagisce con rabbia, poi subito, insieme con la moglie Luisa, si responsabilizza e inizia a scavare nella sua infanzia, quando era lui il bullo a scuola.*

*Contemporaneamente però cerca anche un confronto con la direttrice scolastica. E si apre uno spiraglio, un lavoro comune.*

*La scuola affida a una psicologa il compito di discutere il problema con gli alunni e lei comincia a insegnare come distinguere tra amicizia, prevaricazione, solidarietà. In breve, parla ai bambini di come contrastare quell'analfabetismo emotivo che troppo spesso blocca grandi e piccini. E, attraverso il racconto, emerge come non sia giusto e non serva delegare soltanto alla scuola il compito di intervenire. Solo attraverso la collaborazione tra insegnanti, operatori e genitori, si può raggiungere un risultato positivo per arginare un fenomeno che riguarda certo i ragazzini vittime, ma anche i prevaricatori, in qualche modo vittime essi stessi di un disagio che li spinge al sopruso e alla violenza. Ciascuno ingabbiato nel proprio ruolo, spesso complementare e perfino intercambiabile.*

La conclusione del libro è aperta e illuminante; non c'è lieto fine, ma solo un positivo risultato dialettico e di scambio, realistica premessa per poter ripartire verso la soluzione.

*"Occorre sottolineare che i ragazzi raramente riferiscono le loro difficoltà sia agli insegnanti che ai genitori.*

*Vi è quindi una disattenzione degli adulti verso il fenomeno del bullismo, a cui spesso fa invece da contraltare, da parte dei genitori, un improvviso atteggiamento recriminatorio nei confronti della scuola, una volta scoperta la vittimizzazione del proprio figlio.*

*La vera ricetta consiste nel mantenere sempre aperto il dialogo con il proprio bambino, non drammatizzando né sottovalutando le difficoltà che questo incontra a scuola.*

*Questo dialogo deve coinvolgere anche gli insegnanti, per individuare insieme le strategie di contrasto più efficaci e creare un clima di rispetto reciproco e di collaborazione".*

*Ada e Carlotta Fonzi*

### **Per curare i bulli serve il dialogo**

Si chiama «**giustizia riparativa**». È un modello innovativo di giustizia penale che insegna ad andare oltre la punizione del colpevole per individuare nelle vittime dei reati soggetti non solo da assistere e proteggere, ma soprattutto capaci di dialogare con chi li ha danneggiati per promuovere gesti condivisi di riparazione sociale, a vantaggio di tutta quanta la comunità. Caldeggiata dai principali organismi internazionali, la «giustizia riparativa» è approdata in via sperimentale anche in una scuola media di Milano, in zona Corvetto, protagonista insieme ad altre due realtà della bergamasca e del cremonese del progetto «Percorsi di prossimità alle vittime dei reati e ad altre persone offese», del quale si è discusso stamani in un convegno all'Università Cattolica.

Un'occasione per sperimentare un diverso modello educativo nel quale il bullismo possa essere affrontato senza ricorrere a note e sospensioni punitive, ma attraverso il dialogo. Con il coinvolgimento di soggetti del terzo settore attivi sul territorio, è stato studiato infatti un percorso nel quale 20 ragazzi di una seconda sono stati guidati a riflettere sui conflitti all'interno della classe e poi aiutati nell'opera di mediazione per il superamento dei contrasti.

Il trend evolutivo del bullismo presenta un calo in molti dei 27 Paesi coinvolti nella ricerca. Tuttavia il numero di bambini e di ragazzi bulli è sempre troppo alto: cosa si può fare di più per impedire che bulli diventino adulti violenti e antisociali?

In uno studio longitudinale dell'Università di Irvine in California, la psicologa sociale Candice Orgenrs ha seguito un migliaio di soggetti dall'età di tre anni fino ai 32 per capire come evolve l'aggressività nel corso della vita. (Psicologia Contemporanea n. 232).

### **Sono emersi tre tipi diversi di sviluppo di comportamento aggressivo:**

- ♥ quello limitato all'età prescolastica e scolastica,
- ♥ quello che compare nell'adolescenza e che prosegue nell'età adulta solo nei maschi e
- ♥ quello cronico già spiccato nell'infanzia, che prosegue per tutta la vita.

Segnali che si possono cogliere sono le condizioni sociali svantaggiate, maltrattamenti fisici dai genitori o da altri adulti, conflitti familiari, un temperamento difficile, iperattività e deficit di attenzione. Un fattore di rischio importante è la scarsa attenzione dei genitori verso i desideri e i bisogni dei figli, la loro insicurezza nelle questioni educative, la poca o nulla coerenza nei loro atteggiamenti e il lasciarsi sopraffare dai figli.

Fattori che invece riducono il rischio sono: bambini che hanno un comportamento amichevole, l'affetto dei genitori e un rapporto di sostegno e di confidenza con almeno uno di loro, abitudini alimentari e di sonno regolari, capacità di adattamento alle situazioni nuove, opportunità di molti contatti con adulti al di fuori della famiglia e con coetanei loro pari.

Concorrono dunque, a formare la personalità di un individuo, il suo DNA, la qualità della relazione affettiva con i genitori nei primissimi anni di vita, l'ambiente in cui vive, gli eventi casuali della vita e l'esperienza che ne trae.

Cosa fare, dunque?

Appare molto utile stabilire delle regole per esempio sulle faccende domestiche, evitare di tollerare l'aggressione, perché significherebbe rinforzarla, tenere un comportamento misurato che mira a ragionevoli compromessi e nei casi più difficili avvalersi anche di una consulenza.

Ciò significa occuparsi positivamente del bambino nella normale vita quotidiana, ascoltandolo, partecipando alle sue attività per riconoscere e aiutarlo a gestire tempestivamente e con fermezza l'aggressività, evitando punizioni o premi e favorendo invece, il dialogo costruttivo. Fin dal 1993 l'Organizzazione Mondiale della Sanità per arginare e prevenire gravi fenomeni di devianza giovanile e dell'età adulta, ha pubblicato le Life Skills Education in Schools indicando dieci abilità per la vita da insegnare alle nuove generazioni tra cui l'empatia e la comunicazione efficace.

Da alcuni anni "Bambino Oggi... Uomo Domani Onlus" nella convinzione che prevenire è meglio che curare, sta realizzando nelle scuole dell'infanzia il Progetto Comunichiamo Positivamente per aiutare i bambini, attraverso i loro genitori e insegnanti, a sviluppare una comunicazione empatica. Si possono considerare punti di forza del Progetto la preparazione specifica dei volontari della Onlus, counsellor e psicoterapeuti, che offrono il loro tempo e la loro professionalità nelle scuole dell'infanzia e l'opportunità offerta a genitori e insegnanti, di partecipare gratuitamente ad un corso di micro-counselling per sperimentare nella pratica come si sviluppano modalità empatiche e di comunicazione efficace.

I risultati rilevati dai partecipanti sono positivi, è migliorata la relazione con i bambini, con il partner, con i colleghi di lavoro e per questo auspichiamo che l'opportunità sia colta da quante più persone possibile.

Orietta Matteucci counsellor e mediatore familiare

### **Come ti smonto il bullo**

Il bullismo dei ragazzi può determinare situazioni di emergenza nella scuola. Gli alunni presi di mira e angariati da compagni prepotenti possono sentirsi depressi, perdere sicurezza e autostima, incontrare difficoltà di concentrazione e di apprendimento nello studio, accusare disturbi psicosomatici (mal di testa o di stomaco, incubi, attacchi d'ansia), sviluppare un'avversione per l'ambiente scolastico.

L'allarme viene lanciato da due psicologi inglesi, Sonia Sharp e Peter K. Smith, che hanno studiato il fenomeno ed elaborato un progetto per affrontarlo nel libro "Bulli e prepotenti nella scuola –

*Prevenzione e tecniche educative (Edizioni Erickson, Trento)*

Il bullismo è un tipo di comportamento che mira deliberatamente a far del male, mosso dal desiderio di intimidire e di dominare.

Può assumere forme, spesso persistenti, di violenza fisica, verbale o morale.

Per combatterlo, si propone una serie di attività didattiche volte a incoraggiare il rifiuto dell'aggressività e della prepotenza come valori.

Inoltre, si forniscono i copioni di possibili colloqui con un bullo capobanda, un complice, una "vittima classica" e un'altra "provocante".

#### **I metodi indicati sono due:**

- ♥ quello dell' "interesse condiviso"
- ♥ e dell' "approccio senza accusa".

Entrambi mirano a rendere consapevoli i bulli che la loro vittima "se la sta passando male" a scuola, e a stimolare la loro compassione per indurli a cercare di aiutare il compagno.

### **COME DIFENDERSI**

Alle vittime può essere offerto un "training di assertività", organizzato per gruppi.

Si tratta di insegnare ai ragazzi, con esercitazioni pratiche, le tecniche per:

- ♥ fare affermazioni assertive,
- ♥ resistere al raggio e alle minacce,
- ♥ rispondere agli insulti,
- ♥ abbandonare una situazione di bullismo,
- ♥ ottenere l'appoggio dei presenti,
- ♥ accrescere la propria autostima,
- ♥ mantenersi calmi in situazioni stressanti.

Si risponde “assertivamente” quando si afferma il proprio diritto senza offendere o minacciare l’avversario (“**Non mi piace quando fai così**”).

La risposta assertiva si basa su una combinazione di messaggio verbale e linguaggio del corpo che esprima sicurezza. Per questo, si consiglia di

- ♥ stare bene eretti,
- ♥ guardare il molestatore negli occhi,
- ♥ assumere un’espressione del viso neutra,
- ♥ tenere le braccia rilassate lungo i fianchi o le mani in tasca, evitare atteggiamenti che possano percepiti come difensivi (braccia conserte, giocherellare con le mani) o come aggressivi (mani sui fianchi o indice puntato).

**Un’altra tecnica è quella del “disco incantato”,** consistente nel ripetere sempre la stessa risposta assertiva, finché il molestatore non si stanca e si ritira.

Se neppure questa funziona, si può tentare quella del “fogging” (annebbiare, confondere): si risponde ad ogni scherno o insulto con un’affermazione elusiva che miri a smorzare il conflitto (“Tu puoi pensarla così”, “Magari”, “A te può sembrare così”, “E allora?”).

Quando derisioni e insulti provengono da più persone, si ritiene opportuno che la vittima non risponda e cerchi di mantenere la calma ripetendosi mentalmente messaggi di autostima (“Io sono bravissimo”, “Io riesco a stare calmo”).

## **COME RILASSARSI**

Per rilassarsi, vengono suggeriti

- ♥ esercizi di respirazione,
- ♥ esercizi di concentrazione e distensione muscolare (per esempio, stringere il pugno, contare fino a tre e poi lasciar cadere la mano lungo il fianco) e di
- ♥ visualizzazione di immagini rassicuranti.

Infine, si raccomanda agli **insegnanti** di dare rilievo al fatto che, se gli alunni subiscono comportamenti bullistici, non devono necessariamente risolvere la situazione da soli, ma **possono essere aiutati dai compagni e dal personale della scuola.**

Perciò si sottolinea che non deve essere avallata la convinzione secondo cui denunciare un sopruso significhi “fare la spia”.

### **Lo "spettacolo" quotidiano recitato a scuola da un bullo di 14 anni**

Non sono serviti a fargli cambiare atteggiamento le due sospensioni che gli sono state già comminate (una di 5 giorni dalle lezioni e una di un mese dalle uscite didattiche), le reiterate ammonizioni verbali e scritte, e i numerosi giudizi di non sufficienza da lui riportati nella valutazione del primo quadrimestre.

Ogni volta promette e giura che si comporterà bene, ma poi non c’è giorno, o quasi, in cui riesca a mantenere la promessa.

Per quanto mi riguarda, Y. ha disturbato deliberatamente, spesso in concorso con altri, la maggior parte delle lezioni alle quali è stato presente.

Talvolta, come è accaduto dopo 38 minuti di continue interruzioni, il professore è stato costretto a porre fine anticipatamente alla lezione per mancanza delle necessarie condizioni di tranquillità.

A parte alcuni atti di violenza fisica compiuti nei confronti di compagni al di fuori della vigilanza, le sue azioni di disturbo consistono normalmente in un susseguirsi di comportamenti di questo tipo, evidenziati dalla sua collocazione al primo banco davanti alla cattedra (per esigenze di controllo):

- \* mangia o mastica chewing-gum
- \* beve da una bottiglietta,
- \* rifornisce di caramelle o gomme da masticare i compagni,
- \* si mette in testa un cappello,
- \* erutta, fa schioccare la lingua,
- \* fischia, canta, batte sul banco,

- \* lancia pezzetti di gomma o di gesso, palline di carta (riuscendo quasi sempre a non farsi scoprire)
- \* si muove dal posto senza permesso,
- \* se richiamato nega anche sotto giuramento di aver fatto alcunché e ribatte a lungo (con ulteriori perdite di tempo),
- \* pretende di andare al gabinetto durante ogni ora di lezione e simula contorsioni da impellente bisogno,
- \* interviene a sproposito per accusare e per difendere (anche falsamente) dei compagni richiamati dall'insegnante,
- \* inclina la sedia a rischio di cadere (e talvolta cade),
- \* sposta di sua iniziativa il banco.
- \* A volte, simula di essersi fatto molto male per aver urtato qualcosa, piegandosi fino a terra e coprendosi il volto, ma è solo una sceneggiata, come quella da lui messa in atto quando ha accusato il professore di averlo colpito con il battente della porta della classe.
- \* Un giorno ha osato minacciare il professore di denuncia ai carabinieri perché non lo mandava, per la seconda volta nella stessa ora, al gabinetto.
- \* Altre volte ha minacciato di far venire suo padre o sua madre.
- \* Una volta, viene sorpreso durante una lezione di geografia, mentre passava il suo videotelefonino acceso ad un compagno della fila accanto.
- \* Il 2 marzo ha tentato di imbrogliarmi presentandomi come suo un riassunto scritto di geografia che aveva preso a una compagna, e spergiurava che quella fosse la sua scrittura.

Da questi comportamenti, si evince che il ragazzo, forse spinto da carenze affettive, cerca ogni pretesto e ricorre a continue provocazioni per porsi al centro dell'attenzione dell'insegnante e dei compagni.

Lo fa anche chiedendo insistentemente di essere interrogato, benché poi dimostri di non sapere quasi nulla degli argomenti trattati.

Suppongo, inoltre, che la sua anomala richiesta di attenzione si rivolga maggiormente verso di me, in quanto insegnante uomo, perché il ragazzino risente della lontananza del padre, che vive nel Paese di origine.

Si segnala, infine, il rischio che gli insegnanti della classe corrano nei rapporti con questo alunno, rivelatosi bugiardo e simulatore, che - non si sa mai - potrebbe rivolgere loro false accuse infamanti per ritorsione.

Questa relazione è autentica. Sono stati tolti i nomi per rispetto della privacy.

*Un Prof.*

## CONCLUSIONE

In due mie precedenti dispense ho parlato a lungo del genere musicale rock e della cultura hip hop (in cui il rock entra sempre più e di cui si fa <portavoce>): in questa dispensa parlo soprattutto del **malessere giovanile manifestato tramite atti di contestazioni, sempre più spesso anche violenti.**

Il malessere deriva da molti fattori reali, ma anche da molte <aggiunte interattive> che lo stratificano e lo esasperano: come spesso accade, le soluzioni adottate dagli adolescenti li rovinano ancora di più accentuando i disagi e le ovvie conseguenze.

**Le culture Punk e Hip Hop sono <dei contenitori in cui vanno a finire le proiezioni dei diasgi> (tra l'altro, precedute e introdotte dalla cultura Beat), il "teatro" dove vengono rappresentati i malesseri con varie forme di contestazione.** Ma questi "teatri" aggiungono altri mali e, lungi dal sanare quelli esistenti, aggravano la situazione giovanile.

**L'adolescente che, preso dai suoi malesseri, si scatena col puck, col rock, col rap, con l'hip hop anche pacifico, ecc. manifesta un disagio crescente e lungi dal guarire peggiora moltissimo perché al suo, fatto di vuoti esistenziali e istinti distruttivi tesi per lo più a reclamare attenzione, aggiunge dell'altro che riuscirà a controllare sempre meno fino a diventarne succube.**

Come ho detto, a tutto questo si deve aggiungere il plagio che deriva da altri surrogati come il subliminale, le droghe e quant'altro.

**Il ragazzo,**

- preso dal vortice delle sue insoddisfazioni,
  - dalla voglia di ribaltare tutto ciò che le autorità hanno costruito e determinato (genitori, conduttori, autorità civili, ecc.),
  - attanagliato dal vuoto esistenziale e
  - senza valori,
  - senza punti fermi cui fare riferimento,
  - senza modelli utili ad essere imitati per il suo sviluppo psico/spirituale,
- vuole solo evadere e fare di tutto per realizzare una <libertà> che, nella sua mente, potrebbe derivare solo da <un ordine nuovo>.**

**Satana** è molto abile a strumentalizzare i giganti che si agitano nell'adolescente e, conoscendone i limiti dovuti ai suoi piaceri fortemente attrattivi (livelli esorbitanti di testosterone/feromone e di dopamina, ricerca di misurarsi per dimostrare di essere grande e forte, ecc.), **gli manda contro eserciti coalizzati di <evasori/elusori/disturbatori/guastatori>** che servono a depistarlo, a disorientarlo sempre più, a incastrarlo definitivamente.

Dunque, **la disco-dance, la disco-music e tutto l'hip hop, non sono elaborati casuali inventati per divertire, ma veri strumenti che possono dare la morte (creandogli dipendenza)** che lo vogliono intrappolare in una rete indistruttibile fino alla sua totale deriva e morte morale/spirituale... **come accade agli uccelli e ai pesci caduti nella rete!**

Sono i genitori che ne hanno la responsabilità "in primis", ma con questo non voglio dire che essi siano gli unici colpevoli: **una schiera di istituzioni egoiste ha abbandonato l'adolescente al suo destino perché stargli dietro è faticoso e sottrae risorse/energie che, invece, gli adulti vogliono utilizzare solo per se stessi!**

Così come è più semplice per i genitori lasciare il bambino davanti al televisore ... anziché spendere del tempo a educarlo/disciplinarlo, così **molti adulti (autorità adulte di vario genere) trovano più semplice lasciare l'adolescente in balia dei suoi <svaghi>: solo che non si tratta di svaghi temporanei, ma di vere schiavitù che lo porteranno alla rovina. Magari si giustificano anche con una pretesa "libertà di gestione concessa" per aiutarlo a crescere in modo che <si senta bene e felice>!**

Inoltre, quello che va ben focalizzato, è che le conseguenze non saranno solo del giovane che verrà, ma anche della famiglia d'origine, della Chiesa e di tutta la società.

**Il bambino trascurato diventa un adolescente molto debole ed incapace di muoversi nel tunnel che in cui si trova: un adolescente del tutto impotente e incastrato nel suo tunnel diventa un giovane ribelle e contestatore; un giovane contestatore si trova sempre davanti alla porta della delinquenza o, quanto meno, di fronte ad una vita dissoluta che manifesterà dinamiche distruttive qualunque cosa farà e in qualunque posto si troverà!**

**Molti <mariti cafoni> sono il risultato dell'essere stati giovani disastriati che provenivano da un'adolescenza di solitudine e di "sballo", che a sua volta erano il risultato di un'infanzia trascurata durante la quale avevano accumulato molti disagi e malesseri distruttivi che sembravano superati ma che riemergono non appena**

## **ve ne sarà la possibilità, l'ideale <humus> per la distruzione, le problematiche della vita con tutte le sue difficoltà!**

Il malessere giovanile è segno dei tempi (di tutti i tempi), ma, oggi più che mai, anche conseguenza di una trascuratezza/strafottenza/menefreghismo all'insegna dell'egoismo e dell'edonismo: **quando pensiamo solo all'oggi, il domani è perso.**

Il fatto è che **mentre da una parte si continua a dire che <la storia è maestra di vita>, nessuno impara dal passato per spezzare le dinamiche distruttive e rovinose:** dunque, la storia, soprattutto quella fatta di vissuti dolorosi e negativi, si ripete sempre proprio perché non si attuano dei giusti rimedi.

**Rimediare è molto faticoso perché presuppone un'analisi approfondita, un reale ravvedimento e una reale conversione per realizzare uno stile di vita nuovo.**

Come nel vecchio film di Garry Marshall <Happy Days>, la società è satura di persone simili a "Fonzie" (Arthur Fonzarelli) che tendono ad assumerne il controllo, si manifestano arroganti e presuntuosi che non sanno chiedere scusa nemmeno di fronte a <sbagli eclatanti>: prima o poi il controllo sarà preso da uno, ma non sarà uno qualsiasi bensì l'anticristo.

E i nostri figli e i nostri nipoti? Che fine faranno? Dipende molto da noi.

Infine, **dobbiamo ammettere onestamente che la società è piena di <Peter Pan>**, di eterni bambini, di adolescenti mai cresciuti ancora attanagliati dal <complesso di Edipo> o dalle sindromi adolescenziali, di giovani ribelli e contestatori che **a 30-40-50 anni si manifestano ancora adolescenti:** vestono, vivono, parlano e agiscono come se lo fossero.

**E' un mondo di <adulti bambini>** (per non essere cattivo evito di definirli "neonati", ma ne sarei tentato!) che sono pronti a <giocare> (**trovano il tempo e le energie solo per attività ludiche e/o di sopravvivenza!**), a impiegare/passare il tempo in cose inutili/dannose per sé e i loro eventuali figli, che si isolano dimenticando di essere mariti/padri/nonni o mogli/madri/nonne, che pretendono di realizzare buoni risultati senza fatica e senza impegno, che <usano e gettano> come in preda ad uno sfrenato consumismo relazionale che, però, a lungo li isola sempre più fino a gettarli nello sconforto più totale!

**Quale società costruiranno costoro? Che ne sarà del domani con questi odierni presupposti? - Sarà il disordine totale, la catastrofe:** "il terreno propizio" che satana è riuscito a generare con le sue abilità mistificatorie: finalmente potrà incarnarsi per prendere il controllo del mondo al fine di regnare, **alla ricerca di una adorazione impossibile che, però, lo accecherà fino alla sua totale rovina eterna.**

Purtroppo, come lui e con lui finiranno tutti coloro che, presi nella sua rete fatta di divertimenti distruttivi e anestetizzanti, **<lo hanno seguito come il maiale viene portato al macello da colui che dolcemente lascia cadere dietro di sé le fave** (il cibo di cui è ghiotto) mentre si dirige alla stanza in cui un improvviso fendente trapasserà il cuore della sua bestia!

**Ravvediamoci e spezziamo questa <catena> per evitare il peggio: usciamo fuori dal folto gruppo di coloro che vivono male per morire peggio... e per poi andarsene nel tormento eterno!**

**Entriamo per la <porta stretta>, e se già lo abbiamo fatto seguiamo anche la <via stretta ed angusta>: sarà difficile, ma ne vale la pena.**

**E non importa se dall'altra "parte" coloro che passano per "la porta larga" e percorrono <la strada larga> (coloro che pensano solo a "mangiare, bere e divertirsi") li vediamo molto numerosi e divertiti, ci deridono e ci sbeffeggiano! Mat 7**

**E' una tragedia quando dei Cristiani veri, nati di Nuovo, pur essendo passati dalla porta stretta... vorrebbero poi camminare per una sorta di via larga, quasi a volersi volgere indietro!**

**Essendo stati affrancati dal peccato, siete divenuti servi della giustizia. Rm 6:18**

**Ma ora, essendo stati affrancati dal peccato e fatti servi a Dio, voi avete per frutto la vostra santificazione e per fine la vita eterna: Rm 6:22**

**Cristo ci ha affrancati perché fossimo liberi; state dunque saldi, e non vi lasciate di nuovo porre sotto il giogo della schiavitù! Gal 5:1**

**Ogni cosa m'è lecita, ma non ogni cosa è utile. Ogni cosa m'è lecita, ma io non mi lascerò dominare da cosa alcuna. 1Cor 6:12**

**Voi sapete che quando eravate Gentili eravate trascinati dietro agl'idoli muti, secondo che vi si menava. 1Cor 12:2**

**Voi dunque, diletti, sapendo queste cose innanzi, state in guardia, che talora, trascinati anche voi dall'errore degli scellerati, non scadiate dalla vostra fermezza. 2P 3:17**

**Anche noi, dunque, poiché siamo circondati da sì gran nuvolo di testimoni, depono ogni peso e il peccato che così facilmente ci avvolge, corriamo con perseveranza l'arringo che ci sta dinanzi, riguardando a Gesù. Eb 12:1**

**QUANTO AL DIVERTIMENTO,  
RIDE BENE ... CHI RIDE ULTIMO! Sal 73**