

Bullismo e cyberbullismo

di

Michela Pensavalli

Bullismo

Negli ultimi anni si è rifletto molto sul poter dare agli insegnanti ed alle famiglie strumenti di comprensione, prevenzione ed intervento al fine di comprendere il bullismo, inteso come un fenomeno con caratteristiche particolari, che riguarda indistintamente ragazzi e ragazze.

Nella precisione non è uno scherzo né un litigio, ma una relazione fatta di prepotenze perpetrate in modo intenzionale e sistematico, sempre tra le stesse persone, in una situazione di squilibrio di forze, dove chi ha il potere lo utilizza intenzionalmente per ledere il più debole.

I bambini, dunque, vanno resi consapevoli di quelli che sono i fattori distintivi di questo fenomeno, che sono fondamentalmente tre:

- L'intenzionalità: il comportamento del bullo viene messo in atto con volontarietà e consapevolezza di nuocere, offendere, arrecare danno o sofferenza.
- La ripetitività: dell'intenzione e dell'azione che vengono ripetute più volte e nel tempo
- Differente gerarchia di potere: tra il bullo e la vittima c'è una differenza di potere legata alla forza fisica, all'età ad un fattore di intelligenza e/o di capacità. La vittima si sente incapace, impotente ed ha difficoltà a difendersi.

A seconda dell'identità di genere e dei comportamenti espressi dai protagonisti dell'azione "bullista" si può parlare di:

- *Bullismo diretto*: quando l'intenzione o l'azione è perpetrata ai danni di una vittima e tale azione sfrutta comportamenti che impiegano principalmente (ma non solo!) la forza per nuocere all'altro. Ad esempio imporsi con la massa fisica, picchiare, spingere.
- *Bullismo indiretto*: quando l'intenzione o l'azione "bullista" non è rivolta direttamente alla vittima ma sfrutta meccanismi più "sottili" per arrivare ad arrecare danno. Molto spesso indirettamente si arriva a diffondere un pensiero offensivo, diffamatorio che coinvolge l'ambiente delle relazioni o l'intero contesto all'interno del quale la vittima vive e si esprime. Ne sono un esempio la calunnia, la diffamazione, il pettegolezzo.

Una speciale forma di bullismo, che può essere diretto ed indiretto, è quello *verbale*: quando l'intenzione o l'azione dannosa è arrecata tramite frasi, offese, calunnie ai danni della vittima, insistenti nel tempo e nonostante il dolore provocato.

E' molto importante spiegare i ruoli che partecipano alla dinamica dell'azione che intercorre tra il bullo e la vittima, poiché è fondamentale porre attenzione a tutti i protagonisti, anche secondari che prendono attivamente o passivamente parte alla prepotenza reiterata.

- *Bullo*: prende l'iniziativa, ha l'intuizione e porta avanti l'intenzione del comportamento di sopruso;
- *Aiutante*: "seguace" elettivo del bullo, spesso si sostituisce a lui in sua assenza e lo tiene informato dell'andamento della situazione;
- *Sostenitore*: chiunque rinforzi il comportamento del bullo, ridendo, incitandolo o semplicemente osservandolo senza denunciare;
- *Difensore*: chiunque tenti di intervenire con l'intenzione di far cessare l'azione lesiva;
- *Astante*: chiunque eviti coinvolgimento diretto o indiretto nella dinamica di sopruso;
- *Vittima*: il co-protagonista che subisce o provoca le intenzioni e le azioni del bullo, dei suoi aiutanti e sostenitori.

Il concetto sostanziale che aiuta a spiegare come mai possa essere possibile reiterare un'azione che provochi dolore o sofferenza ad un'altra persona, è l'Empatia. A questo costrutto esplicativo del comportamento umano sono stati dedicati moltissimi studi. Ad oggi si ritiene che ogni intenzione ed azione che sfrutti un comportamento aggressivo a danni di altri, sia guidato da un deficit di questa caratteristica formidabile degli esseri umani, e che consente di andare oltre il sentimento di simpatia, che vuol dire provare emozioni simili alla persona che ci sta di fronte, e dunque ritrovare o riconoscere in essa qualcosa di nostro.

L'Empatia consente di sentirsi proprio come si sente quella persona, che pur fosse il suo sentire molto diverso o lontano dal nostro sentire personale. Un conto è essere simpatico ad una persona che tifa la mia stessa squadra di calcio, e un altro è sentirsi come il tifoso della squadra antagonista che perde la partita contro la mia squadra del cuore.

Per comprendere dunque come si generi un comportamento aggressivo che non guardi più ai sentimenti, ai bisogni ed alle sofferenze della persona, bisogna valutare ed insistere sulla crescita di questa competenza sociale che è l'empatia.

Un prima differenziazione va operata anche per distinguere l'intenzione o l'azione del bullo da:

- *lo scherzo*: che è un'azione simpatica, che dunque sfrutta l'intuizione e la comprensione di tratti, atteggiamenti, modi di fare e di essere della persona a cui viene rivolto, il quale reagisce a sua volta con minore o maggiore coinvolgimento e partecipazione all'azione o alla verbalizzazione di suoi tratti temperamentali e/o caratteriali descritti.

In questo caso l'azione non è reiterata nel tempo e non ha in sé un'intenzione lesiva palese;

- *il litigio*: si tratta di un contrasto più o meno acceso che chiama in gioco intenzioni, verbalizzazioni e azioni, con diversi gradi di aggressività. Nell'interazione le due parti sono in disaccordo e co-partecipano, anche se con livelli diversi, all'oggetto della disamina. L'intenzione di litigare spesso non è chiara alle parti, in ogni caso l'azione conflittuale non è reiterata nel tempo, anche se può avere in taluni casi la tendenza intenzionale al sopruso verbale e all'aggressività indiretta, come ad esempio un litigio verbale nel quale vengono rivelati indiscrezioni, informazioni personali, senza il consenso della persona in causa, con l'intento di ledere i rapporti sociali di questa.

Cyberbullismo

Quando l'atto aggressivo ed intenzionale è condotto da un individuo o da un gruppo di individui, attraverso varie forme di contatto elettronico, ed è ripetuto nel tempo contro una vittima che non può difendersi si parla allora di cyber-bullismo. Con questo termine (in inglese: *cyberbullying*) viene definito il fenomeno del bullismo che si verifica attraverso il *Web*.

Oggi giorno la realtà della Rete sembra aver assorbito molto del tempo mentale e fisico degli abitanti post-moderni: navigarla significa immergersi in trame di relazioni e di comportamenti complessi e 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*.

Come il bullismo nella vita reale, il cyber-bullismo potrebbe costituire una violazione del Codice civile, del Codice penale e, per quanto riguarda l'ordinamento italiano, del Codice della *Privacy* (D.Lgs 196 del 2003).

I comportamenti legati al bullismo in *Internet* possono consistere in: atti di vessazione, umiliazione, molestia, diffamazione, azioni aggressive indirette effettuate tramite mezzi elettronici come *l'e-mail*, gli *sms*, i *blog*, i *social network*, i telefoni cellulari, e/o i siti web. Questi atti avvengono ad esempio attraverso l'invio *on-line* di messaggi violenti e volgari, la spedizione ripetuta di messaggi di insulto, la divulgazione di pettegolezzi e voci per rovinare la reputazione del soggetto, la pubblicazione di informazioni o immagini imbarazzanti riguardanti una persona; fino ad arrivare alle molestie e minacce ripetute per incutere timore o paura, oppure al filmare la vittima, spesso in condizioni o circostanze buffe o vergognose. Può capitare che qualcuno venga preso di mira sui *social network* e avvenga quindi la persecuzione tramite il suo profilo virtuale.

Si tratta di prepotenze (diverse da uno scherzo o un litigio) perpetrate in modo intenzionale ed in maniera duratura (almeno per qualche mese) e sistematica, a danno della/e medesima/e persona/e, in una situazione di squilibrio di forze, dove chi ha il potere, virtuale, e non fisico in questo caso, lo utilizza intenzionalmente per ledere il più debole.

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 mette in atto azioni di *cyber-bullismo* tenta, invece, di ottenere popolarità all'interno di un gruppo, per divertimento o semplicemente per noia.

La facilità nell'emissione di un comportamento persecutorio *on-line* 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.

Fra i meccanismi psicologici che spingono il cyber bullo a perseguire qualcuno, vi è il disimpegno morale, che vede nella deumanizzazione delle vittime un punto di forza per dissociarsi dal dispiacere che verrebbe loro procurato. Questo appiattimento del vissuto dell'empatia, termine che letteralmente significa "calzare i panni dell'altro", frena il nascere e lo svilupparsi del senso di colpa di fronte alla sofferenza altrui. Nel *cyber-bullismo*, l'assenza di un contatto reale tra il bullo e la vittima (*face to face contact*) facilita e amplifica la deumanizzazione.

Il profilo psicologico del cyber-bullo mette in luce una mania del controllo, attraverso il quale egli tenta di mettersi in mostra: è uno sgrammaticato sociale, non conosce le regole del viver comune e

lo stare in contatto con le persone. E' una persona immatura dal punto di vista affettivo che presenta un'incapacità di gestione delle 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.

Negli ultimi anni si è riflettuto molto sul poter dare agli insegnanti ed alle famiglie strumenti di comprensione, prevenzione ed intervento per comprendere il bullismo virtuale.

Gli adulti possono cercare di interpretare il comportamento dei ragazzi dopo la navigazione in Internet o l'uso del telefonino (stati ansiosi, depressivi, alimentazione sregolata) e anche in casa (uso eccessivo di Internet anche fino a notte fonda); è sempre buona regola cercare di monitorare le amicizie e i siti frequentati dal figlio, condividendo con lui le motivazioni di tale controllo. E' utile indirizzare i ragazzi verso le frequentazioni *off-line* ed invogliarli a praticare lo sport o attività ludiche che aggregano. Nei casi di persecuzione *on-line* è infatti la dimensione della socialità a risentirne. Le vittime, ad esempio, molto frequentemente sviluppano un'autostima bassa, depressione, ansia, paure, problemi di rendimento scolastico ed interrompono per tali motivi la frequentazione della scuola o del gruppo di amici.

E' importante comprendere tuttavia che anche la famiglia del bullo è una famiglia in difficoltà, peraltro chi pratica persecuzione *on-line* è stato in almeno un caso su due vittima egli stesso di atti di bullismo. In genere la realtà familiare di un ragazzo cyber-bullo, così oppositivo e provocatorio alle regole sociali, si presenta essa stessa priva di regole definite. Il giovane viene spesso lasciato in una sorta di autonomia estrema, di autosufficienza senza accudimento.

I genitori, anche di fronte all'emergenza evidenziata da persone esterne (insegnanti, educatori) tendono a sminuire il comportamento del proprio figlio e/o a nascondere, più che ad affrontare il problema.

La scuola ha altresì un ruolo importante nella prevenzione e nell'interpretazione dei segnali di disagio: parole d'ordine sono attenzione alla crescita emotiva, e non soltanto cognitiva degli allievi, ed entusiasmo e flessibilità nei confronti di una didattica più aperta agli schemi interattivi e comunicativi. Tutto ciò al fine di consentire ai ragazzi di avere una valida alternativa alle comunità virtuali autoreferenziate che spesso escludono, se non laddove vedono come veri e propri antagonisti, le comunità degli adulti, insegnanti o genitori.