



IL FENOMENO DEL BULLISMO CONOSCERLO E PREVENIRLO

ALL'INTERNO UN INSERTO
SPECIALE PER I BAMBINI

*A cura di Chiara Angioletti, Laura Michelotto, Cristina Racchi
Approfondimenti a cura di Barbara Fabbri e Daniela Faletta
Con la collaborazione di Marta Pacini e Barbara Forresi
Vignette di Marco Fabbri*

*IL FENOMENO
DEL BULLISMO
Conoscerlo
e prevenirlo*

Premessa	5
1. COS'È IL BULLISMO?	7
Definizione	7
Le caratteristiche	8
Le forme di bullismo	9
Il bullismo al maschile e al femminile	10
La variabile età	10
I luoghi	11
APPROFONDIMENTO: Cosa non è bullismo	11
2. LA SITUAZIONE ITALIANA	13
3. I PROTAGONISTI: BULLI, VITTIME E SPETTATORI	14
Il bullo dominante	14
Il bullo gregario	15
La vittima passiva / sottomessa	15
La vittima provocatrice	16
Gli "spettatori"	17
APPROFONDIMENTO: Prevenzione e comportamenti prosociali	18
4. LE CONSEGUENZE DEL BULLISMO	20
5. COME CONTRASTARE IL BULLISMO?	22
DEDICATO AI GENITORI	22
Come individuare vittime e bulli: alcuni campanelli d'allarme	22
Alcuni suggerimenti	23
APPROFONDIMENTO: L'autostima	25
DEDICATO AGLI INSEGNANTI	27
Alcuni suggerimenti	28
Cosa è possibile fare concretamente a scuola?	29
APPROFONDIMENTO: L'assertività	34
6. A CHI RIVOLGERSI	36
BIBLIOGRAFIA	37
Telefono Azzurro	38



Premessa

Ogni giorno la cronaca affronta il delicato tema del bullismo, nelle sue molteplici manifestazioni.

Spesso sull'interesse del bambino e dell'adolescente, sembrano prevalere la questione della pericolosità e l'esigenza di controllo: il bullismo può essere interpretato come un "problema sociale", la cui unica soluzione rischia di essere rintracciata nella punizione e nella repressione del comportamento aggressivo.

Tutto ciò indica la necessità, condivisa e sostenuta anche dal Telefono Azzurro, di recuperare l'attenzione su queste manifestazioni di disagio infantile/adolescenziale in un'ottica di prevenzione e di promozione del benessere personale e sociale. Le espressioni del disagio in età evolutiva, infatti, possono essere molteplici, in relazione alle caratteristiche di personalità e ai diversi contesti socio-familiari.

Uno dei luoghi in cui più frequentemente emerge questo tipo di disagio è costituito dalle aule scolastiche: accanto alle più generali difficoltà di apprendimento e relazionali, che possono sfociare nell'abbandono scolastico e nel *drop out*, si evidenzia il fenomeno del bullismo, sempre più diffuso e studiato. In questo caso, l'agire prepotente nei confronti dei compagni, origina una situazione di disagio in cui i vari soggetti coinvolti sviluppano vissuti emotivi diversi in relazione

al ruolo rivestito. Protagonisti del fenomeno sono: da un lato il bullo (o i bulli) che, ripetutamente nel tempo, sfruttano una posizione di superiorità per aggredire, derubare, isolare, insultare o deridere un compagno. Dall'altro la vittima che, senza essere in grado di reagire e di ribellarsi, sperimenta una condizione di profonda sofferenza, di grave svalutazione della propria identità, di crudele emarginazione: se non protetta opportunamente, può chiudersi in se stessa e cedere allo sconforto della solitudine e dell'impotenza. Al contrario di quanto si possa comunemente pensare bulli e vittime non sono gli unici protagonisti degli episodi di prepotenza, in quanto un ruolo fondamentale è giocato dagli "esterni", cioè i compagni che quotidianamente assistono a tali situazioni o sono a conoscenza del loro verificarsi. Nella maggior parte dei casi, i coetanei osservatori non sono consapevoli del valore del loro atteggiamento di fronte a bulli e vittime e non si considerano parte attiva nella dinamica relazionale.

La prevenzione non è affatto un luogo comune nel caso del bullismo; il primo passo è acquisire gli strumenti per riconoscere il fenomeno. Il bullismo infatti, si manifesta attraverso una serie di campanelli d'allarme che possono essere identificati precocemente. Se non individuato per tempo



o male interpretato, le difficoltà legate al bullismo possono accrescersi, lo sviluppo e l'integrazione sociale essere irrimediabilmente compromessi.

La rilevazione dei segnali di disagio deve riguardare e coinvolgere ogni soggetto della rete sociale e deve essere multidisciplinare, comprendendo sia fattori socioculturali che psicologici, in un'ottica evolutiva. La famiglia, il mondo della scuola e degli amici possono costituire, in questo senso, una risorsa preziosa. La prevenzione è dunque possibile, a condizione che esista un sistema (familiare e sociale) attento ai segnali del disagio, ma anche capace di promuovere risorse, potenzialità, competenze: gli esperti in problematiche dell'infanzia e dell'adolescenza utilizzano sempre più i concetti di empowerment, di comportamenti prosociali e di life skills (o abilità di vita), la cui promozione contribuisce ad un armonico sviluppo personale e sociale, ma anche alla salvaguardia dei diritti umani¹.

Occorre dunque rivolgere maggiore attenzione non solo alle conseguenze del bullismo, ma anche alle numerose variabili che aumentano la vulnerabilità del bambino (fattori di rischio) ed alle risorse sulle quali far leva per prevenirne gli effetti negativi (fattori di protezione); dedicare sempre maggiori risorse alla prevenzione sensibilizzando e formando genitori e insegnanti ad una precoce presa in

carico e ad un efficace intervento in situazioni di bullismo. Ma anche dedicando maggiore spazio alla ricerca di strumenti conoscitivi e di un confronto sulle possibili risposte ad un disagio che può manifestarsi in forme difficilmente riconoscibili.

È per questo motivo che la guida per genitori e insegnanti di quest'anno è dedicata al tema del bullismo. Spunto di riflessione sono state le numerose telefonate che quotidianamente giungono alle linee del Telefono Azzurro, che testimoniano la rilevanza del fenomeno e la sofferenza dei giovani che ne sono coinvolti.

L'opuscolo è rivolto, come i precedenti, a genitori ed insegnanti, con l'obiettivo non solo di rispondere alle loro esigenze, fornendo indicazioni e suggerimenti operativi, ma anche di stimolare una visione critica del fenomeno, dei possibili interventi e della sua prevenzione.

Per la prima volta all'interno di queste guide di Telefono Azzurro, compare anche un inserto staccabile dedicato a bambini e ragazzi. Si tratta di un fascicoletto che, in modo semplice e accessibile, si propone di avvicinare i più giovani alla conoscenza del fenomeno, guidandoli in un percorso di riflessione sul problema e di individuazione delle possibili soluzioni.

¹ Nimh (2001); Who (1999).



1. Cos'è il bullismo?

Spesso accade che i media riportino episodi di cronaca in cui sono coinvolti bambini e ragazzi implicati in atti di prevaricazione nei confronti dei coetanei. Frequentando gli ambienti scolastici, non è raro imbattersi in situazioni in cui si verificano con una certa continuità prepotenze all'interno del gruppo dei pari. Gli atti di prevaricazione possono proseguire all'esterno del contesto scolastico: probabilmente, camminando per strada ci sarà capitato qualche volta di incrociare un gruppetto di ragazzi che se la prende con un compagno che non riesce a difendersi.

Per identificare tali situazioni, in molteplici occasioni, viene utilizzato il termine "bullismo". Tale fenomeno è articolato e complesso, con caratteristiche e manifestazioni ben precise.

Nella nostra società il bullismo è piuttosto diffuso: la sua crescente rilevanza ha suscitato l'interesse degli esperti in problematiche dell'infanzia e dell'adolescenza, i quali hanno cercato non solo di definire il fenomeno, ma anche di mettere a punto strategie di intervento per prevenirlo e contrastarlo.

I primi studi sul bullismo furono condotti agli inizi degli anni '70 ad opera di Heinemann¹ e di Olweus² in Svezia, dove il verificarsi di alcuni gravi episodi mobilitò l'opinione pubblica. L'interesse per il bullismo si intensificò negli

altri paesi europei e in quelli extraeuropei tra la fine degli anni '80 e l'inizio degli anni '90: in Italia, così come in Spagna, Regno Unito, Olanda, Irlanda, Canada, Stati Uniti, Australia e Giappone sono state condotte numerose ricerche volte a cogliere la natura e la frequenza del fenomeno e a predisporre efficaci strategie operative per combatterlo.

Definizione

Il termine bullismo deriva dalla parola inglese "bullying", mentre nelle lingue scandinave il termine utilizzato è "mobbing", anch'esso entrato ormai a far parte del nostro linguaggio comune per definire le prevaricazioni tra adulti in ambito lavorativo.

Il bullismo viene definito come *un'oppressione, psicologica o fisica, ripetuta e continuata nel tempo, perpetuata da una persona - o da un gruppo di persone - più potente nei confronti di un'altra persona percepita come più debole*.

Secondo Olweus² "uno studente è oggetto di bullismo, ovvero è prevaricato e vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da parte di uno o più compagni". Più specificamente "un comportamento 'bullo' è un tipo di azione che mira deliberatamente a far del male o a danneggiare; spesso è persistente, talvolta dura per settimane, mesi, persino anni ed è difficile difen-

¹ Heinemann (1972)

² Olweus (1973)

³ Farrington (1993)



// FENOMENO DEL BULLISMO

dersi per coloro che ne sono vittime. Alla base della maggior parte dei comportamenti sopraffattori c'è un abuso di potere e un desiderio di intimidire e dominare"⁴.

Dalle diverse definizioni sopra presentate, è possibile ricavare alcuni elementi comuni che delincono il fenomeno nella sua specificità.

Le caratteristiche

Le caratteristiche distintive del bullismo sono:

- **L'intenzionalità.**

Gli atti bullistici sono intenzionali: il bullo agisce con l'intenzione e lo scopo preciso di dominare sull'altra persona, di offenderla e di causarle danni o disagi.

- **La persistenza nel tempo.**

I comportamenti bullistici sono persistenti nel tempo: sebbene anche un singolo fatto grave possa essere considerato una forma di bullismo, di solito gli episodi sono ripetuti nel tempo e si verificano con una frequenza piuttosto elevata.

- **L'asimmetria della relazione.**

La relazione tra bullo e vittima è di tipo asimmetrico: ciò significa che c'è una disuguaglianza di forza e di potere, per cui uno dei due sempre prevarica e l'altro sempre subisce, senza riuscire a difendersi. La differenza di potere tra il bullo e la vittima deriva essenzialmente dalla

forza fisica: il bullo è più forte della media dei coetanei e della vittima in particolare, mentre la vittima è più debole della media dei coetanei e del bullo in particolare. Altri fattori che intervengono sono la differenza di età (i bulli sono generalmente bambini più grandi) o il genere sessuale (il ruolo di bullo è generalmente agito da maschi mentre le vittime possono essere indifferentemente maschi o femmine).

Spesso gli episodi di bullismo vedono coinvolto un singolo soggetto contro un altro; è però altrettanto frequente il caso in cui a mettere in atto le prepotenze sia un gruppetto di 2 o 3 persone ai danni di una sola vittima⁵.

Proprio perché il bullismo coinvolge due o più individui, per comprenderlo è necessario cogliere la sua **natura relazionale**: è dunque fondamentale focalizzarsi non solo sui problemi di comportamento o di temperamento del singolo, ma anche e soprattutto sulla tipologia di rapporto che si è venuta a creare tra bullo e vittima. In questo senso, più che focalizzare l'attenzione su "cosa fa il bullo" o sulle sue caratteristiche, è importante cogliere le dinamiche relazionali esistenti tra bullo e vittima.

Inoltre, come vedremo più approfonditamente nei paragrafi successivi, quando gli atti di bullismo avvengono all'interno della scuola, è necessario estendere la nostra attenzione a tutto il

⁴ Sharp e Smith (1995)

⁵ Olweus (1993)



gruppo classe che contribuisce (più o meno attivamente) a “costruire” i ruoli di bullo e di vittima e a mantenerli rigidi e invariati nel corso del tempo.

Le forme di bullismo¹

Gli episodi di prepotenza si possono manifestare con diverse modalità, più o meno esplicite e più o meno evidenti.

Due sono le principali forme di bullismo: diretto e indiretto.

Il bullismo diretto è costituito dai comportamenti aggressivi e prepotenti più visibili e può essere agito in forme sia fisiche sia verbali.

Il **bullismo diretto fisico** consiste nel picchiare, prendere a calci e a pugni, spingere, dare pizzicotti, graffiare, mordere, tirare i capelli, appropriarsi degli oggetti degli altri o rovinarli.

Stefano è un bambino di 9 anni che frequenta la 3° elementare.

Esile di corporatura, ha un carattere timido e riservato. Quasi tutti i giorni, durante la ricreazione, Stefano viene avvicinato e spintonato da due o tre bambini più grandi, che frequentano la 5°, i quali regolarmente lo costringono con la forza a dare loro la merenda. Stefano non riesce a difendersi e si vergogna a parlare di questi episodi.

Il **bullismo diretto verbale** implica il minacciare, insultare, offendere, prendere in giro, esprimere pensieri razzisti, estorcere denaro o beni materiali.

Arshad è un ragazzino pakistano di 12 anni.

Inserito da poche settimane in seconda media, nella scuola del paese in cui si è appena trasferito insieme ai genitori. Parole pronunciate in modo scorretto, a causa della scarsa conoscenza della lingua italiana, suscitano spesso l'ilarità dell'intera classe, istigata dall'atteggiamento provocatorio di un compagno che si rivolge ad Arshad dicendo: "Ma come parli? Non sai parlare!".

Gli insegnanti si accorgono che anche durante i momenti di gioco il ragazzino viene preso in giro.

Il **bullismo** di tipo **indiretto**, invece, si gioca più sul piano psicologico, è meno evidente e più difficile da individuare, ma non per questo meno dannoso per la vittima. Esempi di bullismo indiretto sono l'esclusione dal gruppo dei coetanei, l'isolamento, l'uso ripetuto di smorfie e gesti volgari, la diffusione di pettegolezzi e calunnie sul conto della vittima, il danneggiamento dei rapporti di amicizia.

Elena è una bambina di 10 anni che frequenta la 5° elementare.

Da qualche tempo un gruppetto di compagne diffonde pettegolezzi sul suo conto e sostiene che non si vesta alla moda, per allontanarla da Sofia, l'unica sua amica all'interno della classe. In seguito a ciò, Elena è spesso sola ed esclusa dal gruppo anche nei momenti di gioco.

¹ I casi qui presentati sono modificati riguardo tutte le informazioni soggette al rispetto della privacy.



Il bullismo al maschile e al femminile

A differenza di quanto comunemente si ritenga, il bullismo è un fenomeno che riguarda sia i maschi che le femmine; si esprime però in modi differenti nei due casi.

I maschi mettono in atto prevalentemente prepotenze di tipo diretto, con aggressioni per lo più fisiche ma anche verbali.

Tali comportamenti sono agiti nei confronti sia dei maschi che delle femmine.

Le femmine, invece, utilizzano in genere modalità indirette di prevaricazione e le rivolgono prevalentemente verso altre femmine. Poiché le forme di bullismo indiretto sono più sottili e più difficili da riconoscere, il bullismo "al femminile" è stato individuato più tardi rispetto a quello maschile ed è più difficile da cogliere anche per gli insegnanti.

Oltre ad agire maggiormente in modo diretto, i maschi subiscono soprattutto azioni di tipo diretto; le femmine invece subiscono in genere azioni di tipo indiretto.

Anche in termini di percezione del fenomeno bullismo e di atteggiamento verso di esso emergono delle differenze tra maschi e femmine. Le femmine manifestano, in generale, una maggiore capacità di empatia, cioè una capacità di mettersi nei panni degli altri e in particolare della vittima, comprendendo il suo stato d'animo e cogliendo la sua tristezza e il suo disagio. I maschi, al contrario, hanno più difficoltà ad immedesimarsi nella

vittima e raramente si dimostrano dispiaciuti o in colpa dopo aver compiuto atti di prepotenza.

La variabile età

I soggetti implicati nel fenomeno del bullismo sono bambini e adolescenti in una fascia di età compresa tra i 7-8 e i 14-16 anni. Gli individui maggiormente coinvolti sono comunque i bambini delle scuole elementari e dei primi anni delle scuole medie, dove il fenomeno sembra essere diffuso e pervasivo.

Secondo i dati a nostra disposizione, con il passare del tempo il bullismo tende a seguire un particolare decorso: il numero e la frequenza degli episodi di bullismo sembrano diminuire con la crescita del bambino. In modo particolare gli episodi diminuiscono nel passaggio tra le scuole primarie e le scuole secondarie di primo grado e, ancor più significativamente, con il passaggio dal primo al secondo grado di scuola secondaria.

L'aspetto che muta maggiormente è relativo al bullismo diretto fisico: con la crescita del bambino, infatti, diminuiscono soprattutto le manifestazioni di bullismo che fanno ricorso alla forza fisica.

Se da una parte un minor numero di ragazzi è coinvolto nel fenomeno, dall'altra, però, i ruoli di bullo e di vittima tendono a radicalizzarsi e a diventare più rigidi. Le prevaricazioni vengono indirizzate a un numero più ristretto di ragazzi, sempre gli stessi, che si



identificano sempre più nel ruolo di 'vittima'.

Sebbene si assista, con il trascorrere del tempo, ad una diminuzione della frequenza degli atti bullistici, spesso la gravità degli stessi aumenta: nel corso dell'adolescenza, infatti, cresce il livello di pericolosità e di intensità delle azioni messe in atto contro l'altro, fino a sfociare, nei casi più estremi, in comportamenti devianti.

Va sottolineato che tali comportamenti non sono più ascrivibili alla categoria "bullismo", ma rientrano nella gamma dei comportamenti antisociali e illegali.

I luoghi

I contesti in cui gli episodi di bullismo avvengono con maggior frequenza sono gli ambienti scolastici: le aule, i corridoi, il cortile, i bagni e in genere i luoghi isolati o poco sorvegliati, come per esempio gli spogliatoi della palestra o i laboratori.

Generalmente i bulli e le vittime fanno parte della stessa classe, per cui accade frequentemente che questa diventi il luogo privilegiato in cui si manifestano le prevaricazioni.

Azioni bullistiche, però, possono essere perpetrate anche durante il tragitto casa-scuola e viceversa.

COSA NON È BULLISMO

Il bullismo è una tra le possibili manifestazioni di aggressività messe in atto dai bambini e dagli adolescenti.

Sebbene non sia sempre semplice riconoscere ad un primo sguardo le differenti tipologie di comportamenti aggressivi, è però possibile distinguere quelli più specificamente riconducibili alla categoria "bullismo" da quelli che, invece, non entrano a far parte di questo fenomeno.

Una prima categoria di comportamenti non classificabili come bullismo è quella degli atti particolarmente gravi, che più si avvicinano ad un vero e proprio reato. Attaccare un coetaneo con coltellini o altri oggetti pericolosi, fare minacce pesanti, procurare ferite fisiche gravi, commettere furti di oggetti molto costosi, compiere molestie o abusi sessuali sono condotte che rientrano nella categoria dei comportamenti antisociali e devianti e non sono in alcun modo definibili come "bullismo".

Allo stesso modo, i comportamenti cosiddetti "**quasi aggressivi**", che spesso si verificano tra coetanei, non costituiscono forme di bullismo. I giochi turbolenti e le "lotte", particolarmente diffusi tra i maschi, o la presa in giro "per gioco" non sono definibili come bullismo in quanto implicano una simmetria della relazione, cioè una parità di potere e di forza tra i due soggetti implicati e una alternanza dei ruoli prevaricatore/prevaricato.



// FENOMENO DEL BULLISMO

A contribuire alla difficoltà di distinguere con chiarezza che cosa sia il bullismo e, soprattutto, ad ostacolare gli interventi per contrastarlo, giocano un ruolo di rilievo alcuni pregiudizi e luoghi comuni diffusi nell'immaginario collettivo.

Alcune tra le idee preconcepite più diffuse sono:

- Il bullismo, in fondo, è solo "una ragazzata".

Al contrario, gli atti bullistici sono tutt'altro che un gioco, anche se spesso i bulli si nascondono dietro a questa giustificazione per evitare la punizione.

- Il bullismo fa parte della crescita, è una fase normale che serve a "rafforzarsi".

In realtà il bullismo non è un fenomeno fisiologicamente connesso alla crescita e non serve affatto a rinforzare, ma crea disagio e sofferenza sia in chi lo subisce che in chi lo esercita.

- Chi subisce le prepotenze dovrebbe imparare a difendersi.

La vittima non è in grado di difendersi da sola e il continuo subire prepotenze non la aiuta certo a imparare a farlo, ma aumenta il suo senso di impotenza.

- Le caratteristiche esteriori della vittima rivestono un ruolo fondamentale.

Si pensa comunemente che ad influire in modo decisivo nella "designazione della vittima" intervengano l'aspetto fisico e alcuni particolari esteriori come l'essere in sovrappeso, avere i capelli rossi, portare gli occhiali, avere un difetto di pronuncia. In realtà molti bambini possiedono tali caratteristiche, senza per questo essere vittime di atti di bullismo. Piuttosto, spesso i bulli portano tali elementi come "giustificazione" per i loro gesti.

- Il bullismo è un fenomeno proprio delle zone più povere e degradate, è più diffuso nelle grandi città, nelle scuole e nelle classi più numerose.

Tali convinzioni non trovano riscontro nella realtà. Il bullismo è infatti altrettanto diffuso nelle zone più benestanti dal punto di vista socioeconomico, così come nelle scuole e nelle classi meno numerose.

- Il bullismo deriva dalla competizione per ottenere buoni voti a scuola.

Talvolta si crede che il bullo agisca aggressivamente in seguito alle frustrazioni per i ripetuti fallimenti scolastici: questa opinione non ha fondamento, anche perché sia i bulli che le vittime ottengono a scuola voti più bassi della media.

- Il bullo ha una bassa autostima e al di là delle apparenze è ansioso e insicuro.

Il bullo è un soggetto con un forte bisogno di dominare sugli altri ed è incapace di provare empatia. Generalmente non soffre di insicurezza o ansia, e la sua autostima è nella norma o addirittura superiore alla media.



2. La situazione italiana

Nel nostro Paese sono stati condotti molteplici studi sul fenomeno del bullismo, che hanno cercato di delineare quale sia la situazione a livello nazionale. Le ricerche hanno preso in considerazione varie realtà regionali e locali, con le loro peculiarità e le loro molteplici differenze.

Ad oggi manca però un sistema di monitoraggio permanente sul fenomeno bullismo nonché un sistema organizzato in grado di integrare i dati provenienti dai diversi sensori sociali presenti sul territorio.

Interessanti a questo proposito le ricerche campionarie svolte per l'annuale Rapporto Nazionale sulla condizione dell'infanzia e dell'adolescenza realizzato da Telefono Azzurro ed Eurispes.

Nella ricerca condotta nell'anno 2000 (I Rapporto Nazionale sulla Condizione dell'Infanzia e della Preadolescenza) emergeva che solo un ridotto numero di femmine dichiaravano di mettere in atto delle prepotenze.

Nel 3° Rapporto Nazionale sulla

Condizione dell'Infanzia e dell'Adolescenza realizzato nel 2002, dall'indagine condotta su un campione rappresentativo di 3800 adolescenti di età compresa tra i 12 e i 18 anni, emerge che quasi un terzo degli intervistati (33,5%) riferisce che nella propria scuola si verificano minacce o atti di prepotenza continui da parte dei compagni (v. tab. 1).

Tale dato rimane pressoché stabile (35,4%) nella ricerca condotta nell'anno 2004 su un campione rappresentativo di 3453 adolescenti e pubblicata nel 5° Rapporto Nazionale sulla condizione dell'infanzia e dell'adolescenza (Telefono Azzurro-Eurispes, 2004). Dalla ricerca del 2002 emerge inoltre che quasi la metà del campione ha riferito anche di avere minacciato o picchiato qualcuno. Del 53,4% del campione che ha riferito di non aver mai minacciato nessuno, le femmine rappresentano il doppio dei maschi. I maschi infine, hanno riferito di aver minacciato e picchiato qualcuno con una percentuale tripla rispetto alle femmine (vedi tab.2).

Tab.1

Nella tua scuola si verificano minacce o atti di prepotenza continui da parte dei compagni?			
	Sesso		Totale
	Maschi	Femmine	
Sì	39,2%	28,0%	33,5%
No	60,8%	72,0%	66,5%
Totale	100%	100%	100%

(fonte: Telefono Azzurro / Eurispes – anno 2002)

Tab.2

	Sesso		Totale
	Maschi	Femmine	
Ti è mai capitato di minacciare o picchiare qualcuno?			
No, mai	36,2%	70,3	53,4%
Sì, ho minacciato	19,9%	14,3%	17,1%
Sì, ho picchiato qualcuno	20,8%	8,4%	14,5%
Sì, ho fatto entrambe le cose	23,1%	7,0%	15,0%
Totale	100%	100%	100%

(fonte: Telefono Azzurro / Eurispes – anno 2002)

3. I protagonisti: bulli, vittime e spettatori

Gli “attori” che prendono parte agli episodi di bullismo possono rientrare in tre grandi categorie:

- i *bulli*, che mettono in atto le prevaricazioni
- le *vittime*, che subiscono le prepotenze
- gli *spettatori*, che non prendono parte attivamente alle prepotenze, ma vi assistono.

All'interno di tali raggruppamenti è possibile individuare alcune sottocategorie. Per quanto riguarda il bullo, è possibile parlare di “bullo dominante” o di “bullo gregario”, mentre la vittima è definibile come “vittima passiva/sottomessa” o “vittima provocatrice”. Tra gli “spettatori”, poi, vi sono i sostenitori del bullo, i difensori della vittima e la cosiddetta “maggioranza silenziosa”.

Quali sono le caratteristiche di personalità e gli stili comportamentali che contraddistinguono le diverse tipologie?

Il bullo dominante

Di questo gruppo fanno parte quei ragazzi comunemente identificati come i “classici” bulli.

Il bullo dominante:

- è un soggetto più forte della media dei coetanei e della vittima in particolare;
- ha un forte bisogno di potere, di dominio e di autoaffermazione: prova soddisfazione nel sottomettere, nel controllare e nell'umiliare gli altri;
- è impulsivo e irascibile: ha difficoltà nel controllo delle pulsioni e una bassa tolleranza alle frustrazioni;
- ha difficoltà nel rispettare le regole;
- assume comportamenti aggressivi non solo verso i coetanei, ma anche verso gli adulti (genitori e insegnanti), nei confronti dei quali si mostra oppositivo e insolente;
- approva la violenza come mezzo per ottenere vantaggi e



acquisire prestigio;

- mostra scarsa empatia (cioè capacità di mettersi nei panni dell'altro) e quindi non riesce a comprendere gli stati d'animo della vittima e la sua sofferenza;
- manca di comportamenti prosociali (altruistici);
- ha scarsa consapevolezza delle conseguenze delle prepotenze commesse, non mostra sensi di colpa ed è sempre pronto a giustificare i propri comportamenti, rifiutando di assumersene le responsabilità (pensa che la vittima "si merita di essere trattata così");
- ha un'autostima elevata (nella media o al di sopra) e un'immagine positiva di sé, che ostacola la motivazione al cambiamento;
- non soffre di ansia o insicurezza;
- il suo rendimento scolastico, variabile durante la scuola elementare, tende a peggiorare progressivamente, fino a portare talvolta all'abbandono scolastico;
- è spesso abile nello sport e nelle attività di gioco;
- la sua popolarità presso i coetanei è nella media, o addirittura al di sopra di essa soprattutto tra i più piccoli, che subiscono il fascino della sua maggiore forza fisica. Sebbene con il passare del tempo la sua popolarità diminuisca, il bullo non raggiunge mai i livelli di impopolarità della vittima.

Il bullo gregario

I bulli gregari, definiti anche bulli passivi, costituiscono il gruppetto di due o tre persone che assumono il ruolo di "sobillatori" e "segua-ci" del bullo dominante. Pur non prendendo iniziative, i bulli gregari intervengono rinforzando il comportamento del bullo dominante ed eseguendo i suoi "ordini".

Tale gruppo presenta caratteristiche più eterogenee rispetto al primo.

Il bullo gregario:

- aiuta e sostiene il bullo dominante;
- spesso agisce in piccolo gruppo;
- non prende l'iniziativa di dare il via alle prepotenze;
- spesso è un soggetto ansioso e insicuro;
- ha un rendimento scolastico basso;
- gode di scarsa popolarità all'interno del gruppo dei coetanei;
- crede che la partecipazione alle azioni bullistiche gli dia la possibilità di affermarsi e di accedere al gruppo dei "forti";
- è possibile che provi senso di colpa per le prepotenze commesse e una certa empatia nei confronti della vittima.

La vittima passiva/sottomessa

È la "classica" vittima a cui si pensa solitamente:

- è un soggetto più debole della media dei coetanei e del bullo in particolare;
- è ansioso e insicuro;
- è sensibile, prudente, tranquillo, fragile, timoroso;



- è incapace di comportamenti assertivi;
- ha una bassa autostima, un'opinione negativa di se stesso e delle proprie competenze, che viene ulteriormente svalutata dalle continue prevaricazioni subite;
- a scuola spesso è solo, escluso dal gruppo dei coetanei e difficilmente riesce a crearsi delle amicizie;
- ha bisogno di protezione: a scuola cerca la vicinanza degli adulti;
- se attaccato, è incapace di difendersi: spesso reagisce alle prepotenze piangendo e chiudendosi in se stesso;
- è contrario ad ogni tipo di violenza;
- il suo rendimento scolastico, vario nella scuola elementare, tende a peggiorare nel corso della scuola media;
- ha una scarsa coordinazione corporea ed è poco abile nelle attività sportive e di gioco; talvolta ha paure relative al proprio corpo (per es. ha paura di farsi male);
- nega l'esistenza del problema e la propria sofferenza e finisce per accettare passivamente quanto accade; spesso si auto-colpevolizza;
- non parla con nessuno delle prepotenze subite perché si vergogna, per timore di "fare la spia" e per paura che le prepotenze diventino ancora più gravi.

Sembra che le vittime "segnalino" agli altri la propria vulnerabilità: ciò le renderebbe bersagli ancora più facili da individuare per i bulli. Alcune categorie di bambini e ragazzi sembrerebbero maggiormente a rischio di vittimizzazione in quanto più vulnerabili: tra di essi i bambini appartenenti ad una diversa cultura, o coloro che presentano disabilità.

La vittima provocatrice

La vittima provocatrice è un soggetto che, con il suo comportamento, provoca gli attacchi degli altri. Contrariamente alla vittima passiva (che subisce senza reagire), spesso la vittima provocatrice contrattacca le azioni aggressive dell'altro, ricorrendo talvolta alla forza (anche se in modo poco efficace).

Proprio perché sia agisce, sia subisce le prepotenze, questo soggetto viene definito anche "bullo-vittima".

Il bambino/ragazzo vittima provocatrice:

- è generalmente un maschio;
- è irrequieto, iperattivo, impulsivo;
- talvolta è goffo e immaturo;
- ha problemi di concentrazione;
- assume comportamenti e abitudini che causano tensione e irritazione nei compagni (non solo nei bulli, ma nell'intera classe) e perfino negli adulti, provocando reazioni negative a proprio danno;
- è ansioso e insicuro;
- ha una bassa autostima;



- è preoccupato per la propria incolumità fisica.

Gli “spettatori”

Di solito quando si parla di bullismo si pensa esclusivamente al coinvolgimento dei bulli e delle vittime. Accanto a loro, però, vi è una grande maggioranza di bambini e ragazzi che assiste alle prevaricazioni o ne è a conoscenza: circa l'85% degli episodi di bullismo avviene infatti in presenza del gruppo dei pari¹. Questi soggetti, definiti “spettatori”,

possono con il loro comportamento favorire o frenare il dilagare del fenomeno.

Poiché nella maggior parte dei casi le prepotenze non vengono denunciate e il gruppo non interviene per fermarle, viene utilizzato il termine “maggioranza silenziosa”.

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

Sostenitore del bullo	Agisce in modo da rinforzare il comportamento del bullo (per es. incitandolo, ridendo o anche solo rimanendo a guardare)
Difensore della vittima (soprattutto femmine)	Prende le parti della vittima difendendola, consolandola o cercando di interrompere le prepotenze
Maggioranza silenziosa: esterno, indifferente, outsider	Davanti alle prepotenze non fa nulla e cerca di rimanere al di fuori della situazione

Proprio la maggioranza silenziosa costituisce una risorsa di grandissimo valore ed è fondamentale fare leva su di essa per ridurre la portata del bullismo: la mancanza di opposizione e l'adesione a una logica di omertà, infatti, contribuiscono a

legittimare i comportamenti prepotenti e incentivano la loro perpetuazione.

Le strategie che gli “spettatori” possono utilizzare per fermare le prepotenze possono essere più o meno dirette²:

STRATEGIE “ATTIVE”	STRATEGIE “PASSIVE”
<ul style="list-style-type: none"> - richiedere l'aiuto di un adulto - esprimere apertamente a livello verbale la disapprovazione per i comportamenti prevaricatori (per es. dicendo esplicitamente al bullo di smetterla) - cercare di aiutare la vittima a sottrarsi alla situazione - sollecitare i compagni a non appoggiare i bulli 	<ul style="list-style-type: none"> - rifiutare di prendere parte alla situazione - esprimere a livello non verbale il rifiuto di prendere parte alle prepotenze - aprire il proprio gruppo alla vittima

¹ Craig e Pepler (1997)

² Sharp e Smith (1994)



E' importante che la vittima si senta ascoltata dai compagni e riconosca in loro delle persone a cui poter chiedere aiuto nei momenti di difficoltà; allo stesso modo bi-

sogna far passare al bullo il messaggio che i suoi comportamenti prepotenti ricevono una generale disapprovazione.

PREVENZIONE E COMPORTAMENTI PROSOCIALI

Nel periodo dai tre ai sei anni circa, le abilità sociali dei bambini si arricchiscono grazie alle maggiori occasioni di contatto con i coetanei e con adulti al di fuori della famiglia: l'ingresso alla scuola materna rappresenta per il bambino/a una importante esperienza sociale allargata.

Il bambino entra a far parte in modo stabile di un gruppo di coetanei, con i quali ha l'opportunità di compiere nuove esperienze di gioco, ma la convivenza gli pone nuove sfide: capire il punto di vista dell'altro e adattarsi almeno in parte, collaborare con i compagni e frenare gli impulsi aggressivi, imparare a difendersi quando occorre.

I rapporti con i coetanei contribuiscono in modo sostanziale allo sviluppo delle competenze sociali e la mediazione dell'adulto è necessaria per far sì che il bambino si adegui alle nuove regole di comportamento.

E' importante tenere presente che l'aggregazione dei bambini nelle istituzioni educative può portare alla nascita di frequenti litigi e tensioni che sono da considerare tuttavia normali.

Il bambino ha, in effetti, il diritto a vivere il conflitto o il litigio perché ciò rappresenta per lui una specifica forma di apprendimento per l'acquisizione di regole sociali: è nel conflitto, infatti, che il bambino scopre il senso del limite, ovvero la presenza degli altri, siano essi adulti o coetanei. In questo contesto relazionale, il bambino impara ad arginare il proprio egocentrismo, a controllare i propri impulsi aggressivi e a riconoscere la resistenza dell'altro.

Insomma, nel conflitto il bambino vive un'esplorazione personale come vera area di crescita formativa.

Le ricerche condotte negli ultimi anni hanno dimostrato che il bambino in età prescolare è desideroso di contatti con l'altro ed è in grado di sviluppare rapporti significativi con i coetanei e con gli adulti di riferimento e di mettere in pratica una infinità di strategie per favorire e mantenere questi rapporti.

Inoltre, varie ricerche hanno individuato nei bambini la capacità di comportarsi con modalità "empatiche", in modo collaborativo e cooperativo, e non ultimo la capacità di risolvere in maniera positiva un conflitto.

Questi aspetti sono definiti come comportamenti "prosociali", dove



alla radice di questi atti c'è la comprensione dell'altro e la conseguente e adeguata reazione emotiva.

I bambini e le bambine spendono una considerevole dose di saggezza per riuscire a risolvere le eventuali situazioni conflittuali, confrontandosi tra loro e negoziando soluzioni accettabili sul piano interpersonale: tuttavia, sia pure in un limitato numero di casi, i conflitti possono sfociare in aggressioni fisiche o verbali.

Per evitare che questo accada, è necessario che il bambino riconosca e comprenda le emozioni che entrano in campo (rabbia, aggressività, competizione, paura ecc.) ed è quindi opportuno sostenerlo nel riconoscimento, nella comprensione e nella gestione di tali emozioni.

Spesso nel conflitto la rabbia prende il sopravvento sul bambino che, trovandosi davanti a tale esperienza emotiva disarmato ed impotente, è portato a trasformarla in taluni casi in aggressività e/o violenza. Questa "impotenza" è alla base del disagio che egli prova nell'affrontare una relazione conflittuale, nel sentirsi pervaso dalla propria condizione emotiva che non conosce o non riconosce e che pertanto lo spaventa.

La rabbia è un sentimento che ogni individuo prova e deve provare: come tutte le condizioni emotive è positiva ed è possibile esprimerla senza violenza, senza danneggiare se stessi o il prossimo. La rabbia repressa, invece, può diventare esplosiva e dannosa in quanto può trasformarsi in violenza e/o sopruso verso l'altro.

I bambini, anche se piccoli, possono imparare quale limite devono imporre ai loro comportamenti per il proprio bene e l'altrui sicurezza, ma è necessario educarli a gestire queste emozioni trovando delle modalità di espressione che risultino efficaci e non distruttive.

L'educazione a questa emozione, intesa come il suo reale riconoscimento, è quindi necessaria per prevenire future disfunzioni relazionali sin dall'età prescolare.

- Dietro alla rabbia del bambino possono nascondersi sensazioni di sofferenza, paura e impotenza. La comprensione da parte dell'adulto diventa fondamentale perché per il bambino è essenziale sapere di essere "riconosciuto" e compreso dall'adulto (empatia adulto/bambino). In questo modo egli si sente valorizzato e ciò lo aiuta a sviluppare un sano concetto di sé.
- La comunicazione con il bambino deve essere tale da fornirgli un vocabolario adatto a parlare delle proprie emozioni e delle occasioni per poterle esprimere.
- Aiutare il bambino ad esprimere senza paura le proprie emozioni, ad esempio iniziare la conversazione dicendo "Sembra proprio che tu sia arrabbiato. Me ne vuoi parlare?". Questo aiuta il bambino a trovare delle parole per esprimere ciò che sente e quindi scaricare la tensione.



- Aiutare il bambino a riflettere e a capire quando si sente arrabbiato, perché e cosa vorrebbe fare è un buon inizio per prendere dimestichezza con le proprie emozioni.
- Evitare di rispondere alla rabbia dei bambini con aggressività; questo non farebbe altro che esasperarli.
- Dare regole chiare, precise e motivate aiuta il bambino a fargli capire la regola e perché va osservata (ad esempio aiutandolo a capire la reazione dell'altro).
- Far capire ai bambini che comprendiamo le loro emozioni: "Si vede che sei molto arrabbiato".
- Un buon ascolto aiuta a far sbollire la rabbia ed accresce l'autostima dei bambini.
- I bambini imparano di più da ciò che gli adulti fanno che da quello che dicono. Sarebbe opportuno che ogni adulto valutasse la propria modalità di risoluzione dei conflitti.

Si può davvero concludere che i bambini, in età prescolare, dovrebbero aver già acquisito delle strategie che permettano loro di risolvere le situazioni di conflitto e che lascino spazio all'ascolto dell'altro (controproposte, mediazione, compromesso) piuttosto che utilizzare delle soluzioni che producono rottura dei rapporti o soluzioni violente.

4. Le conseguenze del bullismo

Nonostante il problema sia da molti sottovalutato, il bullismo produce effetti che si protraggono nel tempo e che comportano dei rischi evolutivi tanto per chi agisce quanto per chi subisce prepotenze.

Il bullo acquisisce modalità relazionali non appropriate in quanto caratterizzate da forte aggressività e dal bisogno di dominare sugli altri; tale atteggiamento può diventare trasversale ai vari contesti di vita poiché il soggetto tenderà a riproporre in tutte le situazioni lo stesso stile comportamentale. Di conseguenza, a lungo termine

si delinea per il bullo il rischio di condotte antisociali e devianti in età adolescenziale e adulta.

La vittima, nell'immediato, può manifestare disturbi di vario genere a livello sia fisico che psicologico e può sperimentare il desiderio di non frequentare più i luoghi dove solitamente incontra il suo persecutore, luoghi percepiti come pericolosi e quindi da evitare. La vittima vive una sofferenza molto profonda, che implica spesso una svalutazione della propria identità. A distanza di tempo possono persistere tratti di personalità insicura e ansiosa tali da portare, in alcuni



casi e con più probabilità rispetto ad altri, a episodi di depressione. E' possibile individuare specifiche

conseguenze a breve e a lungo termine, sia per i bulli sia per le vittime.

CONSEGUENZE PER I BULLI

A breve termine	A lungo termine
<ul style="list-style-type: none"> • Basso rendimento scolastico • Disturbi della condotta per incapacità di rispettare le regole • Difficoltà relazionali 	<ul style="list-style-type: none"> • Ripetute bocciature e abbandono scolastico • Comportamenti devianti e antisociali: crimini, furti, atti di vandalismo, abuso di sostanze • Violenza in famiglia e aggressività sul lavoro

CONSEGUENZE PER LE VITTIME

A breve termine	A lungo termine
<ul style="list-style-type: none"> • Sintomi fisici: mal di pancia, mal di stomaco, mal di testa (soprattutto alla mattina prima di andare a scuola) • Sintomi psicologici: disturbi del sonno, incubi, attacchi d'ansia • Problemi di concentrazione e di apprendimento, calo del rendimento scolastico • Riluttanza nell'andare a scuola, disinvestimento nelle attività scolastiche • Svalutazione della propria identità, scarsa autostima 	<ul style="list-style-type: none"> • Psicopatologie: <ul style="list-style-type: none"> - Depressione - Comportamenti autodistruttivi/ autolesivi • Abbandono scolastico • A livello personale: insicurezza, ansia, bassa autostima, problemi nell'adattamento socio-affettivo • A livello sociale: ritiro, solitudine, relazioni povere

Sebbene le conseguenze del bullismo siano diverse per i bulli e per le vittime, non va dimenticato che, generalmente, entrambi presentano difficoltà sul piano relazionale. Secondo alcune ricerche, i ruoli di bullo e di vittima tenderebbero a persistere nel tempo: bambini che iniziano a subire prepotenze già agli inizi della carriera scolastica possono mantenere questo ruolo negli anni.

Ciò non significa che sia impossibile per i bulli e le vittime uscire da questi ruoli: il cambiamento è possibile, anche se è difficile che avvenga spontaneamente. In molti casi, infatti, è necessario non solo un intervento da parte dei genitori, degli insegnanti e di altre figure significative per il bambino/ragazzo, ma anche di professionisti della salute mentale che lo aiutino a recuperare un positivo adattamento.



5. Come contrastare il bullismo?

La serietà degli effetti provocati dal bullismo rende doverosa una riflessione da parte degli adulti impegnati sia in ambito educativo che in quello della salute mentale, e rende necessaria la ricerca di efficaci interventi di prevenzione.

Tutti gli adulti di riferimento di bambini e ragazzi hanno la responsabilità di attivarsi, ognuno nel proprio ruolo e compito educativo.

Spesso, infatti, gli adulti possono sottovalutare o ignorare l'esistenza e le conseguenze del bullismo, non attivando di conseguenza azioni di sostegno e accompagnamento ai ragazzi in difficoltà.

Il rischio principale è quello di sottovalutare il fenomeno, non dando la dovuta attenzione a questi episodi: il bullismo è spesso la punta di un iceberg che nasconde un mondo sommerso fatto di umiliazioni, derisioni, esclusioni, ricatti o prevaricazioni dal punto di vista fisico. A questo si aggiunge la difficoltà, da parte di chi è coinvolto direttamente, di parlarne con adulti di riferimento, proprio per il vissuto fortemente doloroso che nasconde.

I genitori possono essere sorpresi nello scoprire che il proprio figlio attua comportamenti aggressivi nei confronti di altri bambini, o non sanno come gestire il problema nel caso in cui il figlio sia vittima di prepotenze. Gli insegnanti,

a loro volta, non sempre riescono a cogliere i segnali di disagio o a riconoscere gli episodi di bullismo che per altro avvengono per lo più in assenza di adulti. Ne consegue che la vittima non trova aiuto e il bullo agisce indisturbato. Il mancato intervento di un adulto può essere visto come una forma di approvazione per il suo comportamento.

DEDICATO AI GENITORI

Dati i rischi evolutivi che il fenomeno del bullismo può comportare, è necessario che i genitori siano adeguatamente informati e possano usufruire di alcune indicazioni su come poter sostenere il figlio, sia esso vittima, bullo o semplice spettatore di situazioni di prepotenza.

Come individuare vittime e bulli: alcuni campanelli d'allarme

Il primo passo che può essere fatto da un genitore è quello di saper riconoscere il bullismo, senza confonderlo con altri tipi di comportamento. Per riconoscere se un ragazzo è stato ripetutamente vittimizzato da un compagno o se egli stesso è autore di azioni di prevaricazione, è possibile far riferimento ad alcuni indicatori comportamentali.

Proponiamo qui di seguito un elenco di possibili segnali utili per il riconoscimento di presunte vittime o bulli.



INDICATORI DELLA POSSIBILE VITTIMA

- torna da scuola con vestiti stracciati o squalciti e con libri o oggetti rovinati
- ha lividi, ferite, tagli e graffi di cui non si può dare una spiegazione naturale
- non porta a casa compagni di classe o coetanei e raramente trascorre del tempo con loro
- non ha nessun amico per il tempo libero
- non viene invitato a feste
- è timoroso e riluttante nell'andare a scuola la mattina (ha scarso appetito, mal di stomaco, mal di testa...)
- sceglie percorsi più lunghi per il tragitto casa-scuola
- dorme male e fa brutti sogni
- il rendimento scolastico e l'interesse per la scuola diminuiscono
- ha frequenti sbalzi d'umore: sembra infelice, triste e depresso e spesso manifesta irritazione e scatti d'ira
- chiede o ruba denaro alla famiglia (spesso per assecondare i bulli)

INDICATORI DEL POSSIBILE BULLO

- prende in giro ripetutamente e in modo pesante
- rimprovera
- intimidisce
- minaccia
- tira calci, pugni, spinge
- danneggia cose ...

I bulli possono mettere in atto tali comportamenti nei confronti di più compagni, ma tendono a rivolgersi in particolare ai più deboli e indifesi.

Alcuni suggerimenti

Consapevoli del fatto che non esiste una "ricetta magica" per risolvere problemi di tipo educativo e relazionale, è possibile riflettere su alcune linee guida che potrebbero essere utili ai genitori per districarsi all'interno del complesso fenomeno "bullismo". È necessario tenere presente che gli episodi di bullismo non si verificano solo a scuola, ma hanno numerosi altri "teatri", come il parchetto dove i bambini si trovano a giocare, gli oratori, gli ambiti sportivi frequentati nell'extrascuola.

Ognuna di queste situazioni richiede interventi calibrati in modo diverso, ma il denominatore comune resta la responsabilità dei genitori ad intervenire qualora venissero a conoscenza di episodi di prevaricazione.

I suggerimenti sotto riportati non sono da intendersi come una serie di passi da applicare rigidamente ma, in ogni situazione, saranno proprio i genitori (o coloro che in quel momento rivestono un ruolo educativo) a valutare quali siano più adatti per un intervento efficace.



1. **Prendere consapevolezza del problema “bullismo”:** innanzitutto prestare attenzione ad eventuali segnali della presenza del bullismo;
2. **Non minimizzare il problema:** far capire al figlio che è importante prendere in seria considerazione il problema che riporta, creando un clima di ascolto attivo e di fiducia;
3. **Favorire il dialogo:** evitare di assumere un atteggiamento colpevolizzante e punitivo, ma al contrario potenziare il dialogo e la comunicazione, promuovendo la cultura dell’ascolto;
4. **Non arroccarsi su posizioni estreme nei confronti del proprio figlio (di accusa o di difesa):** avere una visione reale del problema, evitando di schierarsi dalla parte del bullo o della vittima; prima di intervenire, capire a fondo il problema e le motivazioni che hanno portato ciascun attore coinvolto a comportarsi in un determinato modo;
5. **Valorizzare il dialogo scuola-famiglia:** stare costantemente in contatto con il personale della scuola (insegnanti, dirigenti e personale non docente) per cercare di definire il problema, ascoltando anche quello che hanno da dire gli operatori scolastici;
6. **Prestare attenzione al vissuto emotivo del proprio figlio:** cercare di far emergere le emozioni, le paure e i sentimenti del bambino rispetto all’accaduto. Provare a mettersi nei panni del proprio figlio, per cercare di capire meglio che cosa stia vivendo;
7. **Invitare il proprio figlio a chiedere aiuto:** far capire al bambino che, se si dovesse trovare nella posizione di vittima di azioni di prepotenza, è importante chiedere aiuto ad uno dei suoi adulti di riferimento. Spiegare che questo non è un atto di debolezza, ma è un modo coraggioso per smascherare il bullo e farlo uscire allo scoperto;
8. **Trovare una soluzione al problema insieme al proprio figlio:** coinvolgere il bambino in modo attivo nella ricerca di strategie adeguate ed efficaci per la risoluzione del problema;
9. **Confrontarsi con altri genitori:** è importante condividere paure e preoccupazioni rispetto all’accaduto per scoprire, magari, di non essere gli unici coinvolti nel problema;
10. **Potenziare l’autostima del proprio figlio:** lavorare per costruire la fiducia del bambino in se stesso ed incoraggiarlo a sperimentarsi nelle attività (anche extrascolastiche) in cui riesce bene;
11. **Lavorare verso l’autonomia del proprio figlio:** evitare di avere un atteggiamento iperprotettivo, ma al contrario insegnare al bambino ad essere il più possibile autonomo, perché proprio una stretta dipen-



denza dai genitori può essere un fattore di rischio affinché il bambino sia preso di mira da compagni "più forti";

12. **Aiutare il proprio figlio a prendere consapevolezza dei suoi atteggiamenti:** insegnargli a riconoscere eventuali comportamenti che possono irritare o infastidire gli altri e riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni.Cogliere l'occasione per suggerire possibili condotte alternative;
13. **Favorire momenti di socializzazione positiva:** creare momenti, al di fuori del contesto scolastico, in cui il bambino possa vivere momenti di socializzazione con i propri compagni, magari condividendo gli

stessi interessi;

14. **Far intraprendere ai bambini attività extrascolastiche:** impegnarsi per esempio in attività sportive aiuta ad incanalare l'aggressività in modo positivo e favorisce la costruzione di nuove relazioni;
15. **Ridurre il senso di colpa:** far sì che i bambini non si sentano colpevoli nel caso in cui siano vittime di prepotenza, ricordando loro che è sempre possibile trovare una soluzione;
16. **Rivolgersi ad esperti:** qualora la famiglia dovesse rendersi conto di non avere strumenti adeguati per gestire la situazione, chiedere un confronto ad un operatore esperto presente sul territorio.

L'AUTOSTIMA

Le più recenti ricerche relative al benessere e alla promozione della salute in età evolutiva hanno individuato nell'autostima uno dei fattori maggiormente capaci di definire il successo del percorso di crescita di una persona.

L'autostima, in cui sono comprese l'autorealizzazione, l'autocontrollo, la fiducia in se stessi, l'autoregolazione e l'autogratificazione, gioca un ruolo fondamentale nel processo di sviluppo del Sé.

Un buon livello di autostima, quindi, corrisponde a migliori esiti in termini di benessere e qualità della vita in età evolutiva. In particolare nel caso del bullismo una buona autostima è un "fattore protettivo" rispetto alla possibilità di diventare una "vittima": bambini che valutano negativamente se stessi e le proprie capacità, infatti, costituiscono i bersagli privilegiati dei bulli.

Una bassa autostima è uno dei fattori spesso implicati nella genesi di alcuni disturbi dell'infanzia (deficit dell'attenzione, cognitivi e dell'apprendimento, fobie ecc.) e dell'adolescenza o dell'età adulta (abuso di droghe, comportamenti antisociali ecc.): aumentare un sano concetto del Sé in età precoce fornisce al bambino degli strumenti fondamentali per affrontare le varie difficoltà implicite nei passaggi evolutivi, evitan-



do così il cosiddetto "scacco evolutivo".

Il sostegno all'autostima è importante non solo in ambito familiare nella relazione con la madre e il padre, ma anche in ambito scolastico, al fine di far acquisire e sperimentare al bambino la propria competenza e la propria capacità di affrontare compiti evolutivi sempre più articolati.

Grazie ad una positiva concezione di sé, i bambini sono in grado di gestire anche la rabbia in senso positivo e costruttivo.

Riteniamo importante che i genitori e gli insegnanti rinforzino l'autostima nel bambino, qualora fosse carente, per la riduzione dei fattori di rischio; ecco quindi alcuni suggerimenti per gli adulti di riferimento su come cercare di aumentare l'autostima in età evolutiva:

- I bambini hanno bisogno di sentirsi amati ed apprezzati per quello che sono: potete farlo capire loro tramite messaggi verbali (es: "Sei proprio un bravo bambino"); oppure tramite messaggi non-verbali (es: sedendosi accanto a lui, sorridendogli e guardandolo negli occhi).
- I bambini hanno bisogno di essere apprezzati per quello che fanno. Importante è gratificarli ogni qualvolta raggiungono degli obiettivi.
- Prima di riuscire ad apprezzare una critica senza perdere l'autostima un bambino ha bisogno di aver ricevuto molti elogi.
- Non esprimere giudizi generalizzati, che non sono sempre veri, del tipo: "Non arrivi mai puntuale a scuola" oppure "Il tuo lavoro è sempre disordinato!"
- Evitate i giudizi: si attaccano come etichette.
- Evitate di avere delle aspettative sproporzionate rispetto all'età dei bambini: ad esempio molto spesso si chiede al bambino di mettersi nei panni dell'altro, o di capire i sentimenti dell'altro, senza rendersi conto che spesso non ha raggiunto una maturità psicologica che gli permetta di farlo.
- Non estremizzate i confronti tra bambini.
- Nell'esprimere una critica, indirizzatela maggiormente al comportamento che ritenete sbagliato e non alla persona.
- Sforzatevi di comprendere il punto di vista del bambino.
- Quando i bambini si sentono minacciati o hanno paura possono reagire con espressioni di rabbia (per es. quando hanno paura di sbagliare, di non essere amati, di non essere compresi, di non essere all'altezza della situazione, di non essere graditi agli altri bambini ecc.).

E' importante infine ricordare che ci sono due tipologie di autostima: l'autostima dell'essere e l'autostima del fare. È perciò necessario che gli adulti rinforzino oltre alle competenze relazionali, le abilità pratiche dei bambini (il saper fare).



DEDICATO AGLI INSEGNANTI

La scuola riveste da sempre un ruolo importantissimo nella crescita dei bambini e dei ragazzi sia per la sua funzione di educazione/socializzazione, sia per il fondamentale contributo alla costruzione dell'autostima, alla sperimentazione e acquisizione delle abilità sociali.

La scuola è il luogo privilegiato per interventi a carattere preventivo e di promozione del benes-

sere: la mancanza di intervento in situazioni in cui si profila il fenomeno del bullismo può equivalere ad una legittimazione dei comportamenti prepotenti e costituire un potente incentivo al perpetuarsi del fenomeno.

Ecco di seguito riportati alcuni campanelli di allarme che possono aiutare tutti coloro che operano all'interno dei contesti scolastici a riconoscere gli autori e le vittime delle prepotenze¹.

Come individuare vittime e bulli: alcuni campanelli di allarme

INDICATORI DELLA POSSIBILE VITTIMA

- è preso ripetutamente in giro in modo pesante, offeso, denigrato, umiliato, deriso, sottomesso, dominato, minacciato, ridicolizzato;
- è aggredito fisicamente, picchiato, preso a pugni e a calci, spinto;
- subisce il furto, il danneggiamento e la dispersione di oggetti o beni materiali (libri, denaro...);
- presenta lividi, graffi, ferite, tagli o vestiti stracciati a cui non può essere data una spiegazione naturale;
- si dimostra indifeso e reagisce agli scontri e ai litigi con il ritiro o il pianto. È spesso solo ed escluso dal gruppo dei compagni nei momenti di ricreazione; è scelto per ultimo nei giochi di squadra;
- non ha nessun buon amico in classe;
- appare depresso e ha facilità al pianto;
- subisce un calo improvviso o graduale nel rendimento scolastico;
- ha difficoltà a parlare in classe;
- dimostra ansia e insicurezza;
- ricerca la vicinanza degli adulti nei momenti di ricreazione.

I possibili bulli sono coloro che, in qualità di attori/protagonisti, mettono in atto prepotenze ripetute nel tempo e dirette ad

una o più vittime prescelte tra i compagni di scuola. Ecco come si comportano i bulli.

¹ Olweus (1993)



// FENOMENO DEL BULLISMO

INDICATORI DEL POSSIBILE BULLO

- prende in giro ripetutamente i compagni, denigra, calunnia, intimidisce, umilia, minaccia, comanda, domina, sottomette, deride
- aggredisce fisicamente i compagni con calci, pugni, spintoni
- danneggia o ruba gli oggetti altrui; rovina i vestiti, esclude intenzionalmente dal gruppo dei pari, isola

Questi indicatori identificano una modalità relazionale ben precisa e non adeguata, caratterizzata da forte aggressività e dal bisogno di dominare sugli altri, che i bulli interiorizzano e ripropongono in ogni contesto sociale. Tale atteggiamento, infatti, può diventare trasversale ai vari contesti di vita poiché il soggetto può tendere a riproporre in

tutte le situazioni lo stesso stile comportamentale.

Alcuni suggerimenti

Una volta individuato un caso di bullismo, diventa importante l'atteggiamento dell'adulto di fronte al fenomeno rilevato. Di seguito vengono riportati alcuni atteggiamenti che gli insegnanti dovrebbero adottare o evitare.

COSA NON FARE	AL CONTRARIO...
entrare in un'ottica punitiva	dare rinforzi positivi rispetto al buon comportamento degli alunni
punire il bullo e/o iperproteggere la vittima	responsabilizzare la vittima e aiutare il bullo al cambiamento
"etichettare" i ragazzi e creare sistemi di aspettative negative intorno al singolo individuo	fornire autentiche opportunità di cambiamento
disapprovare la persona	la disapprovazione va rivolta al comportamento negativo
umiliare, usare sarcasmo o minacce	valorizzare il dialogo e la chiarezza

In un'ottica di prevenzione di un fenomeno oggi tanto diffuso quanto complesso, gli insegnanti e con essi tutto il personale scolastico sono chiamati a impegnarsi per:

1. prendere consapevolezza del problema;

2. elaborare una politica scolastica antibullismo, in stretta collaborazione con i dirigenti scolastici e il personale non docente;
3. formulare una definizione condivisa di bullismo;
4. stilare una lista condivisa di



indicatori che permettano di riconoscere il fenomeno;

5. analizzare i bisogni della specifica scuola e la presenza del fenomeno dal punto di vista quantitativo e qualitativo (diffusione, frequenza degli episodi, numero dei ragazzi coinvolti, tipologie di bullismo);
6. monitorare gli spazi di gioco libero e i momenti meno strutturati;
7. intervenire tempestivamente di fronte a episodi di prepotenza (non sottovalutarli né tollerarli);
8. dare sostegno alle vittime;
9. considerare i bulli come persone da aiutare oltre che da "fermare";
10. coinvolgere gli alunni nella ricerca di soluzioni adeguate al problema;
11. promuovere relazioni di fiducia basate sull'ascolto e sul dialogo, anche al fine di comprendere le cause delle azioni di prevaricazione;
12. promuovere una cultura di gruppo centrata su solidarietà, collaborazione, empatia e comportamenti prosociali;
13. creare un'alleanza educativa e un clima di collaborazione con i genitori;
14. effettuare un monitoraggio costante del fenomeno, anche con l'aiuto di qualche esperto.

Tutto ciò nella consapevolezza che:

- monitoraggio e intervento devono avere continuità nel tempo (un intervento limitato e

fine a se stesso può far crescere la consapevolezza sul problema ma non è sufficiente a risolverlo in modo significativo);

- ci deve essere collaborazione tra tutti gli adulti responsabili del benessere dei ragazzi (insegnanti, genitori, personale scolastico) al fine di creare una omogeneità negli interventi e nelle risposte al bullismo;
- gli adulti costituiscono per i bambini e i ragazzi dei modelli di abilità relazionali e forniscono esempi di come entrare in relazione con gli altri.

Cosa è possibile fare concretamente a scuola?

Spesso, come insegnanti, si è investiti e sovraccaricati di aspettative che provengono dall'esterno; la scuola, infatti, accanto alla funzione di istruire i ragazzi si è vista riconoscere nel tempo l'importante quanto oneroso compito di educarli. Raggiungere tale obiettivo richiede sicuramente tempi ed energie che vanno oltre il semplice stare in classe e sviluppare il programma annuale; pertanto, di fronte a richieste "extra", la paura di "non terminare il programma" può limitare la disponibilità degli insegnanti a progetti extracurricolari.

Per quanto riguarda la prevenzione del bullismo, occorre riflettere sul fatto che non è strettamente necessario proporre attività cosiddette "speciali" (percorsi



cioè che si possono realizzare una tantum e limitatamente nel tempo); vi sono infatti attività curriculari e strategie didattiche abitualmente adottate dagli insegnanti che permettono di raggiungere obiettivi non solo cognitivi ma anche educativi, in quanto, per le loro modalità di realizzazione, favoriscono nei ragazzi la maturazione di stili relazionali positivi e di abilità prosociali.

Da ciò ne consegue che tali attività diventano lo strumento di prevenzione privilegiato poiché:

- coinvolgono contemporaneamente l'intera classe (o bambini di classi diverse);
- possono essere proposte con una certa continuità durante l'anno scolastico.

Le seguenti schede sono state sviluppate a partire da alcuni stimoli raccolti nella letteratura italiana sul tema del bullismo, arricchite dal confronto con gli insegnanti nell'ambito dei corsi di formazione di Telefono Azzurro e dalla sperimentazione attuata da alcuni insegnanti nelle proprie classi.

Queste attività sono state pensate per coinvolgere nell'intervento di prevenzione l'intera classe con un riguardo particolare per le vittime e con l'intento di sensibilizzare i soggetti potenzialmente positivi ma spesso indifferenti e apatici verso le sorti dei compagni più deboli, alunni cioè non direttamente implicati in episodi di bullismo nel ruolo di vittima o prevaricatore,

ma che agiscono in parallelo al bullo come sostenitori passivi o osservatori indifferenti. Accanto ai due principali "attori" del bullismo, infatti, vi sono individui non direttamente coinvolti ma che con il loro atteggiamento di indifferenza favoriscono il perpetrarsi del fenomeno: sono i cosiddetti esterni ovvero quella "maggioranza silenziosa" che, pur non approvando le prepotenze, di fatto le tollera e non interviene a difesa della vittima per paura di ritorsioni o per conservare la sua tranquillità.

L'obiettivo è quello di proporre attività che valorizzino i coetanei come "agenti di cambiamento" facendo leva sulle risorse positive della classe e sulla naturale capacità dei ragazzi di provare empatia per i compagni in difficoltà.



ATTIVITÀ	OBIETTIVI
<p>Letture di testi e utilizzo di materiale audiovisivo: utilizzare testi di narrativa, poesie, articoli di giornale, videocassette di film, cartoni animati, programmi di attualità...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • acquisire consapevolezza sul bullismo • capire cosa si prova nel fare/subire prepotenze • comprendere le motivazioni sottese al comportamento prepotente • riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni • identificare il ruolo degli spettatori • analizzare la percezione relativa all'intervento degli adulti • sviluppare empatia ed elaborare strategie di soluzione del problema • sperimentarsi in ruoli diversi da quelli solitamente "giocati" • sviluppare empatia, cioè imparare a cogliere la prospettiva dell'altro e a identificarsi con lui
<p>Role playing: permette ai ragazzi di esperire in forma di simulazione (realizzando per esempio "scenette" improvvisate da loro) situazioni che potrebbero realmente incontrare nella vita quotidiana</p>	
<p>Problem solving: è una tecnica metacognitiva che coinvolge gli alunni nella risoluzione di problemi. È suddiviso nelle seguenti fasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • identificazione e analisi del problema • individuazione di possibili soluzioni • scelta di una soluzione e progettazione di un piano per realizzarla • attuazione • verifica 	<ul style="list-style-type: none"> • imparare a risolvere i problemi in gruppo • incrementare i comportamenti prosociali • migliorare il clima di classe e le relazioni tra pari • rendere i ragazzi stessi "agenti di cambiamento", facendo leva sulle loro naturali abilità di dare aiuto ai coetanei • migliorare l'apprendimento e il rendimento scolastico
<p>Apprendimento cooperativo: permette ai ragazzi di lavorare in piccoli gruppi su un compito comune, favorendo la partecipazione di tutti gli alunni</p>	



Di seguito vengono riportate alcune schede operative di attività che l'insegnante può proporre e gestire autonomamente in classe.

SCHEDA OPERATIVA N° 1

Attività: lettura di un testo, preparato dall'insegnante, scelto tra quelli disponibili in letteratura sull'argomento o tratto da fatti di cronaca.

Obiettivi: promuovere la consapevolezza del problema, discutere e riflettere sul comportamento di chi agisce con prepotenza.

Realizzazione: la lettura può essere "animata", i dialoghi diretti dei personaggi vengono cioè letti da alunni diversi; questo rende meno monotona la lettura e mantiene alto il livello di attenzione di chi ascolta.

Segue un momento di lavoro individuale in cui l'insegnante invita i ragazzi a immedesimarsi nel personaggio del bullo e a scrivere un breve testo dal titolo "Come mi sentirei se...".

Successivamente gli alunni cercano di stilare insieme un elenco di ragioni che possono indurre un ragazzo a fare il prepotente. L'insegnante pone agli alunni i seguenti quesiti:

- Esistono buone ragioni per fare prepotenze ad altri?
- Quali possono essere delle alternative al comportamento di prepotenza?
- Quali possono essere le conseguenze del fare prepotenze ad altri?

SCHEDA OPERATIVA N° 2

Attività: role playing

Obiettivi: promuovere la consapevolezza del problema, sviluppare l'empatia e comprendere le emozioni della vittima, riflettere sulle responsabilità degli osservatori.

Realizzazione: l'insegnante invita i bambini a scrivere un breve testo in cui raccontano un episodio di prepotenza che hanno subito o al quale hanno assistito come osservatori.

I testi vengono letti ai compagni e se ne sceglie uno da interpretare con un role playing.

Si individuano tra i ragazzi gli "attori" per i ruoli di bullo, vittima e osservatori; il racconto viene interpretato rispettando fedelmente quanto è scritto.

Si chiede agli attori che cosa hanno provato mentre "fingevano" di essere la vittima o gli osservatori:

- come mi sono sentito?
- come mi sentirei se mi succedesse davvero?



Successivamente gli alunni possono suddividersi in gruppetti di 4-5 e provare a delineare una possibile soluzione che consenta alla vittima di trovare aiuto.

A turno ogni gruppo propone la soluzione individuata che viene immediatamente rappresentata dagli "attori" per verificare cosa potrebbe succedere nei vari casi; il gruppo riflette sull'efficacia o meno delle soluzioni proposte.

La discussione può essere guidata con le seguenti domande:

- Che cosa si prova quando si subiscono prepotenze?
- Quali possono essere le conseguenze per un ragazzo vittima di prepotenze?
- Qual è la soluzione più efficace? Perché?
- Cosa dovrebbe fare un bambino se subisce prepotenze?

Approfondimento:

riflettere sul ruolo degli osservatori:

- cosa provi quando vedi un compagno che subisce una prepotenza?
- come ti comporti? Perché?
- il tuo comportamento può migliorare o peggiorare la situazione della vittima?
- cosa potresti fare per aiutare la vittima?

Variante: riproporre la medesima attività assegnando ad ogni alunno un ruolo diverso da quello precedentemente interpretato, in modo che ciascuno, di volta in volta, abbia la possibilità di sperimentarsi nei panni di vittima, di bullo e di osservatore.

SCHEDA OPERATIVA N° 3

Attività: apprendimento cooperativo

Obiettivi: imparare a lavorare insieme, migliorare le relazioni tra pari, migliorare il rendimento scolastico.

Realizzazione: i ragazzi suddivisi in gruppi di 4 leggono e imparano insieme un argomento di studio (storia, geografia, scienze, ecc.). Nel piccolo gruppo si legge il testo, ogni bambino individua le parole o i concetti che non conosce e cerca di comprenderli con l'aiuto dei compagni. A turno ciascuno prova a ripetere agli altri quello che ha capito.

Variante: i ragazzi, vengono suddivisi in gruppi da 4/5 alunni; ciascun gruppo approfondisce un aspetto diverso di uno stesso argomento (es. Regione Lombardia: un gruppo approfondisce l'aspetto fisico del territorio, uno l'economia della regione, uno usi e costumi, ecc.). Ogni componente, con l'aiuto dei compagni, deve leggere ed imparare l'argomento che gli è stato assegnato. Alla fine di questa prima fase di lavoro, vengono costituiti dei gruppi misti, in cui è presente almeno un "esperto"



per ogni aspetto approfondito (ogni gruppo, pertanto, sarà composto da un alunno che ha studiato l'aspetto fisico, da un altro che si è occupato dell'economia, da un altro ancora che ha approfondito gli usi e costumi, ecc.). Ciascuno diventa quindi responsabile non solo del proprio apprendimento, ma anche di quello degli altri, dato che, nel nuovo gruppo, dovrà spiegare ciò che ha precedentemente imparato.

Consigli per la realizzazione:

- definire con precisione i tempi di lavoro
- organizzare lo spazio per evitare che vi siano interferenze tra i vari gruppi
- non fare gruppi troppo numerosi per evitare la confusione e la scarsa produttività durante il lavoro
- se nella classe ci sono più bulli evitare di inserirli nello stesso gruppo di lavoro ma dividerli. Affiancare il bullo a compagni che non sono soggetti alla sua influenza negativa e hanno un buon livello di autostima e di assertività
- se nella classe c'è un bambino che spesso subisce prepotenze, evitare di farlo lavorare nello stesso gruppo del bullo, ma affiancarlo a compagni più tranquilli, con cui si trova bene, che possano aiutarlo ad acquisire sicurezza e autostima
- suddividere i compiti all'interno di ogni gruppo in modo da facilitare l'equa partecipazione di tutti

Sia le attività curriculari, sia quelle trasversali hanno un significato importante nell'ambito di un intervento di prevenzione del bullismo perché permettono ai ragazzi di riflettere sul problema e di trarne insegnamenti significativi. Per questo motivo è molto utile, al termine di ogni attività proposta, rendere visibili tali insegnamenti attraverso scritti, disegni, regole di convivenza che si possono esporre in classe o nei corridoi della scuola.

Risultati positivi sono possibili se

non vengono a mancare premesse fondamentali come la volontà di cooperazione e di corresponsabilità da parte di tutti i soggetti coinvolti, piccoli o grandi che siano.

L'estensione o la riduzione del bullismo nella scuola dipende in parte proprio dalla volontà e dal coinvolgimento degli adulti interessati, sia familiari che educatori, che hanno la responsabilità di assicurare al bambino le condizioni migliori per il suo sviluppo e di favorire la consapevolezza dei valori della socialità fin dall'infanzia.

L'ASSERTIVITÀ

Nell'ambito della prevenzione del bullismo, risulta importante lavorare sull'apprendimento di nuove abilità sociali, in particolare sul rafforzamento delle capacità comunicative. Educare i bambini a gestire le proprie relazioni interpersonali significa aiutarli a riflettere sul loro comportamento e sulle conseguenze delle modalità di interazione che ciascuno mette in atto.

Nello specifico è possibile riflettere su tre diverse modalità di comunica-



zione/interazione: gli stili comunicativi aggressivo, passivo e assertivo¹.

Esempi appartenenti alla classe dei comportamenti aggressivi:

picchiare, spingere, tirare i capelli, mordere, lanciare oggetti, fare lo sgambetto, dare schiaffi, tirare calci...

urlare, insultare, imitare canzonando, minacciare, prendere in giro, svalutare, criticare, squalificare, fare il muso, zittire, manipolare la discussione o alcune attività...

Esempi appartenenti alla classe dei comportamenti passivi:

rimanere in disparte, isolarsi, piangere, rinunciare ai propri diritti, non esprimere le proprie emozioni/ desideri/ opinioni, rimanere in contatto con un compagno senza iniziare un'interazione, esitare...

Lo stile più efficace per risolvere i propri problemi personali è quello assertivo, intendendo per assertività la capacità di affermare la propria posizione ed idea, difendendola senza aggressività e rispettando al contempo la posizione altrui, che può risultare anche diversa².

Questo stile sottolinea quindi l'importanza di autoaffermarsi senza però prevaricare gli altri o essere irrispettosi nei loro confronti.

Esempi appartenenti alla classe dei comportamenti assertivi:

essere disponibili con chi ci sta vicino, mettersi dal punto di vista degli altri, non essere né aggressivi, né passivi e cioè:

dire chiaramente ciò che si desidera, esprimere critiche senza offendere, rispettare le regole del gioco, iniziare un'interazione verbale, rispettare i diritti degli altri, saper perdonare, essere riflessivi e fiduciosi, ...

<<Ho deciso di ...>>; <<Tu cosa ne pensi se ...>>; <<Parliamone...>>; <<Che alternative abbiamo?>>; <<Riconosco che avrei anche potuto fare diversamente>>

Potenziare nei bambini i comportamenti dello stile assertivo significa allenarli a:

- essere ascoltatori attenti e ricettivi
- essere disponibili con gli altri
- avere un comportamento più partecipe e non reattivo
- affermare di voler essere trattati con rispetto
- mettersi nei panni degli altri, cercando di tenere conto dei loro sentimenti, dei loro desideri e dei loro pensieri
- avere senso di responsabilità delle proprie azioni e delle loro conseguenze
- essere in grado di esprimere la propria posizione in maniera chiara, senza minacciare, aggredire, criticare, umiliare, ...
- essere assertivi non significa riuscire sempre, ma operare nel migliore dei modi.

¹ Del Re e Bazzo (1995)

² Genta (2002)

6. A chi rivolgersi

Come abbiamo visto, le reazioni di bambini e adolescenti autori, vittime o testimoni di episodi di bullismo possono essere estremamente diversificate. Nel caso in cui abbiate dubbi o domande sul bullismo potete rivolgervi a professionisti esperti nelle problematiche dell'infanzia e dell'adolescenza.

Ciò non vuol dire che vostro figlio o un vostro studente soffrano di un disturbo mentale o che, in quanto adulti di riferimento, non siate stati in grado di supportarlo adeguatamente. Può essere utile rivolgersi ad un consulente esperto anche solo per comprendere meglio una situazione, la reazione di un bambino, per sapere come muoversi ed imparare a gestirla.

Accanto a reazioni di disagio lievi e limitate nel tempo, alcuni bambini in seguito a situazioni di bullismo possono sviluppare reazioni di disagio particolarmente acute e persistenti: in alcuni casi, queste possono arrivare ad interferire con la vita relazionale, il funzionamento familiare e la normale vita scolastica. In questi casi è opportuno rivolgersi ad uno specialista per un'adeguata valutazione.

Per una consulenza potete consultare diversi specialisti dei seguenti servizi sociosanitari dell'Azienda Sanitaria Locale:

- **Pediatria**
- **Neuropsichiatria Infantile**
- **Servizio di Età Evolutiva**
- **Consultorio Giovani**
- **Consultorio Familiare**
- **Centri per bambini e adolescenti**
- **Psicologo presente nel contesto scolastico**

E' possibile rivolgersi anche alle li-

nee di consulenza telefonica di :

• **Telefono Azzurro**

Il Centro Nazionale di Ascolto di Telefono Azzurro è attivo in tutta Italia 24 ore su 24, 365 giorni all'anno. La Linea Gratuita - 19696 - è a disposizione di tutti i bambini e gli adolescenti fino a 14 anni di età che desiderano parlare con un consulente (psicologo o pedagogista) per affrontare il proprio disagio. La Linea Istituzionale - 199.15.15.15 - è a disposizione dei ragazzi oltre i 14 anni e degli adulti che desiderano confrontarsi in merito ad eventuali situazioni di disagio.

Qualora si verificano situazioni di pericolo che richiedono un intervento in emergenza potete far riferimento anche alla linea

• **114 - Emergenza Infanzia**

Il Servizio Emergenza Infanzia 114 è una linea telefonica d'emergenza accessibile gratuitamente da telefonia fissa 24 ore su 24 da parte di chiunque intenda segnalare situazioni di pericolo immediato per l'incolumità psico-fisica di bambini e adolescenti. Il servizio in fase definitiva è stato affidato in gestione a Telefono Azzurro Onlus. Da maggio 2004 il servizio è attivo su tre Regioni (Lombardia, Sicilia, Veneto); entro il 2004 sarà attivo anche in Emilia Romagna, Piemonte e Lazio; entro dicembre 2005 sarà progressivamente esteso a tutto il territorio nazionale. Ai servizi sopra elencati è possibile anche rivolgersi per avere informazioni relative alla realizzazione di corsi di prevenzione sulla tematica del bullismo rivolti a genitori, insegnanti, bambini e ragazzi.

BIBLIOGRAFIA

Testi

- Del Re G., Bazzo, G. (1995). *Educazione sessuale e relazionale-affettiva. Unità didattiche per la scuola media*. Erickson, Trento.
- Fonzi, A. (a cura di) (1997). *Il bullismo in Italia. Il fenomeno delle prepotenze a scuola dal Piemonte alla Sicilia*. Giunti, Firenze.
- Genta, M.L. (2002) (a cura di). *Il bullismo. Ragazzi aggressivi a scuola*. Carrocci, Roma.
- Harry McGurk (1989). *Lo sviluppo sociale del bambino*, Bollati Boringhieri.
- Heinemann, P.P. (1972). *Mobbning-gruppvald bland barn och vuxna*. Natur och Kultur, Stockholm.
- Marini, F., Mameli, C. (1999). *Il bullismo nella scuola*. Carrocci Editore, Roma.
- Menesini, E. (2000). *Bullismo che fare? Prevenzione e strategie di intervento nella scuola*. Giunti, Firenze.
- Menesini, E. (a cura di) (2003). *Bullismo: le azioni efficaci della scuola*. Edizioni Erickson, Trento.
- Novara D. (2004), *Abbracci e litigi*, EGA.
- Olweus, D. (1973). *Hackkyklingar och oversittare. Forskning om skolmobbning*. Almqvist & Wicksell, Stockholm.
- Olweus, D. (1978). *Aggression in the Schools. Bullies and Whipping Boys*. Hemisphere, Washington, D.C.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School. What we know and what we can do*. Blackwell Publishers, Oxford. (Tr. it. *Bullismo a scuola. Ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*. Giunti, Firenze, 1996).
- Sharp, S., Smith, P. K. (1994). *Tackling bullying in our school. A practical handbook for teachers*. Routledge, London. (Tr. it. *Bulli e prepotenti nella scuola. Prevenzione e tecniche educative*. Erikson, Trento, 1995).
- Telefono Azzurro (a cura di B. Forresi). *L'ascolto del disagio in adolescenza. Guida per genitori e insegnanti*, n.3.
- Whitehouse E., Pudney W. (2003), *Ho un vulcano nella pancia*, EGA.

Articoli

- Baldry, A. C. (2001). *Bullismo a scuola e comportamenti devianti negli adolescenti: possibili fattori di rischio*. Rassegna Italiana di Criminologia, Vol.12, pag.375-396.
- Craig, W., Pepler, D. (1997). *Observations of Bullying and Victimization in the Schoolyard*. Canadian Journal of School Psychology, Vol. 2, pag.41-60.
- Farrington, D.P. (1993). *Understanding and Preventing Bullying*. Crime and Justice, Vol. 12, pag. 381-458.
- Hokoda A., Fincham F.D. (2000) *Origini familiari degli schemi motivazionali di impotenza e di padronanza nei bambini*. Psicologia dell'Educazione e della Formazione, Vol.2.
- Loeber, R., Hay, D. (1997). *Key Issues in the Development of Aggression and Violence from Childhood to Early Adulthood*. Annual Review of Psychology, Vol. 48, pag. 371-410.
- Menesini, E. (1998). *Bullismo, che fare?* Psicologia Contemporanea, Vol. 149, pag.38-44.
- Pinelli M., Pelosi A., Broccaioli B. (2000). *Il livello di autostima e percezione del rischio negli adolescenti*. Psicologia dell'Educazione e della Formazione, Vol. 2.
- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Bjorkqvist, K., Osterman, K., Kaukiainen, A. (1996). *Bullying as a Group Process: Participant Roles and Their Relations to Social Status within the Group*. Aggressive Behavior, Vol. 22, pag.1-15.
- Telefono Azzurro - Eurispes (2000).– *La prevaricazione tra i bambini*. Primo Rapporto Nazionale sulla Condizione dell'Infanzia e della Preadolescenza, pag. 253-266.
- Telefono Azzurro - Eurispes (2002). *L'identikit del bambino*. Terzo Rapporto Nazionale sulla Condizione dell'Infanzia e dell'Adolescenza, pag. 731-787.
- Telefono Azzurro - Eurispes (2002). *L'identikit dell'adolescente*. Terzo Rapporto Nazionale sulla Condizione dell'Infanzia e dell'Adolescenza, pag. 789-862.

E' possibile trovare ulteriori informazioni sui seguenti siti:

www.aacap.org

www.bullybeware.com

www.dest.gov.au/schools/publications/2000/bullying/index.htm

www.edscuola.it

www.educare.it

www.nasponline.org

www.nwrel.org/request/dec01/untangling.html

www.pedagogia.it

www.vivoscuola.it



Telefono Azzurro

Telefono Azzurro ONLUS è nato nel 1987 come prima Linea Nazionale di Prevenzione dell'Abuso all'Infanzia. Oggi l'ascolto e la consulenza telefonica rimangono attività fondamentali, al fianco dei tanti progetti innovativi intrapresi per tutelare i diritti dei bambini e degli adolescenti, anche grazie al forte contributo del volontariato tradizionale e del Servizio Civile.

Consulenza telefonica

Due le linee: 1.96.96, per i bambini fino a 14 anni, e 199.151515, dedicata agli adolescenti e agli adulti. Il call-center è al lavoro 24 ore su 24 tutti i giorni, per cercare di risolvere problemi di qualsiasi natura, affrontare casi di abusi e maltrattamenti ma anche ascoltare problemi diversi, meno urgenti ma altrettanto importanti, che vengono posti da bambini in difficoltà.

Centri Territoriali

Sulla base della lunga esperienza nella gestione e nella prevenzione del disagio, Telefono Azzurro ha attivato dei centri territoriali, che garantiscano una presenza e un intervento più capillari per rispondere in maniera sempre più puntuale ed efficace ai bisogni e alle esigenze dei più piccoli.

Gli operatori dei centri territoriali, presenti a Treviso, Modena, Bologna, Roma e Palermo, possono

gestire i casi locali segnalati dal call-center e dalle agenzie, individuando le strategie più adeguate in sinergia con i servizi del territorio.

Il centro territoriale infatti dà concretezza al modello di intervento di Telefono Azzurro: costruisce e consolida una vera e propria rete, insieme a servizi, forze dell'ordine, istituzioni del territorio, per una gestione integrata dei casi di disagio e abuso.

Ecco perché l'associazione intende potenziare i centri esistenti e aprirne di nuovi; un passo cui seguirà la regionalizzazione delle linee di ascolto e consulenza telefonica.

In molti di questi centri sono inoltre presenti "spazi neutri", dove è possibile effettuare audizioni protette, per un ascolto del bambino in sede processuale che rispetti i suoi tempi e i suoi bisogni, senza passare per l'esperienza traumatica di un'aula di tribunale.

Tetti Azzurri

I Tetti Azzurri sono centri per l'accoglienza, la diagnosi e la cura di bambini vittime di abuso e maltrattamento; strutture che garantiscono e ascoltano il minore.

Questi centri si trovano a Roma, dove Tetto Azzurro è nato nel 1999 grazie alla collaborazione con la Provincia, e a breve in Veneto, dove è stato promosso dalla



Regione per combattere gli effetti dell'abuso all'infanzia.

I servizi attivati presso i Tetti Azzurri hanno diversi obiettivi: la diagnosi e il trattamento individuale e familiare per situazioni di abuso sessuale, maltrattamento fisico e abuso psicologico di soggetti in età evolutiva, la pronta accoglienza residenziale, la consulenza legale specialistica per gli operatori e il monitoraggio del fenomeno. Agli operatori psico-socio-sanitari dei territori di riferimento i centri offrono inoltre corsi di formazione, promuovendo la condivisione di procedure integrate negli interventi a tutela dell'infanzia e dell'adolescenza.

Progetti per l'Emergenza

Relativamente alle situazioni di emergenza che coinvolgono i più piccoli, dall'esperienza pluriennale di Telefono Azzurro sono nati alcuni progetti specifici.

Il primo è il Team Emergenza, progettato e realizzato nel 1999 in collaborazione con il Ministero degli Interni e l'Università di Yale, e costituito da una équipe di psicologi.

Il Team può intervenire, 24 ore su 24, in situazioni di crisi che coinvolgano bambini e adolescenti vittime o testimoni di eventi traumatici e stressanti. Ad esempio nei casi di abusi e violenze, atti devianti e autolesivi, eventi catastrofici. In questi casi l'operatore accoglie le segnalazioni da parte di cittadini, forze dell'ordine e di

pubblica sicurezza o altre agenzie del territorio; valuta l'emergenza e, a seconda del caso, attiva immediatamente il percorso dell'intervento in rete con le agenzie coinvolte, seguendo anche la successiva presa in carico del caso.

In occasione dell'inondazione di Quindici e Sarno, in Campania, e del terremoto in Molise, gli operatori del Team Emergenza sono accorsi per prestare aiuto ai bambini e alle famiglie delle zone colpite e per ridurre eventuali effetti post-traumatici nei minori coinvolti.

Le competenze maturate, anche mediante un costante lavoro di ricerca e di scambio a livello internazionale in area emergenza, sono poi alla base del modello elaborato per il 114 Emergenza Infanzia, il servizio creato da tre Ministeri e affidato in gestione a Telefono Azzurro. Si tratta di un servizio di emergenza gratuito, attivo 24 ore su 24, accessibile da parte di chiunque intenda segnalare situazioni di emergenza e pericolo per l'incolumità psico-fisica di bambini e adolescenti dove sia necessario un intervento immediato con il coinvolgimento di specifici servizi e istituzioni del territorio.

Il tema emergenza coinvolge oggi tutto Telefono Azzurro e l'organizzazione dei volontari riveste un ruolo sempre più importante nella costruzione di un modello di intervento congiunto per quegli scenari di rischio sismico, idrogeologico, industriale, terroristico



e per tutti quegli eventi catastrofici in cui la comunità colpita e i suoi bambini abbiano bisogno di sostegno e di aiuto.

Volontariato

Il volontariato di Telefono Azzurro è particolarmente attivo nelle carceri e presso il mondo della scuola.

Per difendere i diritti dell'infanzia anche nel contesto carcerario, i volontari, dopo una adeguata formazione, creano e gestiscono gli spazi Ludoteca e i Nidi. I primi, rivolti ai bambini e agli adolescenti in visita al genitore-detenuto, sono ambienti strutturati e attrezzati per sdrammatizzare almeno in parte l'impatto con la struttura penitenziaria. I Nidi sono invece dedicati ai bambini che fino ai 3 anni possono vivere all'interno del carcere con la mamma detenuta: i volontari aiutano ad accudirli, giocano con loro, li accompagnano all'esterno presso parchi e spazi gioco e, dove possibile, agevolano l'inserimento in asili nido comunali.

Coinvolge invece le scuole il progetto "Uno a Uno", per sostenere quegli alunni di elementari e medie inferiori che presentano difficoltà di tipo scolastico e relazionale: negli stessi locali dell'istituto un volontario affianca regolarmente il bambino, offrendogli un sostegno sul piano culturale che sia anche formativo per la sua personalità.

Formazione

Le conoscenze e le competenze sviluppate in tanti anni di attività di Telefono Azzurro nella prevenzione, cura e trattamento dell'abuso all'infanzia e all'adolescenza, anche relativamente a situazioni di emergenza, sono state tradotte in numerosi documenti e opuscoli divulgativi, pubblicazioni, moduli di formazione e strumenti didattici.

In particolare gli operatori di Telefono Azzurro offrono percorsi di formazione specifica agli operatori sociosanitari, alle forze dell'ordine, a vigili di quartiere e liberi professionisti, per contribuire alla creazione di reti integrate di servizi che possano gestire in maniera sinergica le problematiche minori. Mentre i corsi per educatori ed insegnanti mirano a diffondere una corretta cultura dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza e a favorire la prevenzione dell'abuso sessuale e del disagio.

Nell'ambito della formazione specialistica è attiva una collaborazione con l'Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia per la realizzazione di due master di II livello.

Oggi Telefono Azzurro è una associazione che lavora con le Istituzioni per garantire in tutti gli ambiti il rispetto dei diritti dei bambini.

E' una associazione che si impegna nella prevenzione e nella cura delle situazioni di disagio median-



te il coinvolgimento della comunità, affrontando i problemi dei più piccoli in un'ottica nazionale, europea e internazionale.

E' infine osservatorio permanente, pubblicando annualmente un Rapporto Nazionale sulla Condizione dell'infanzia e dell'adolescenza in collaborazione con Eurispes.

In questi anni molti obiettivi sono

stati raggiunti, grazie all'aiuto e alla fiducia di tanti sostenitori che hanno condiviso i valori di Telefono Azzurro.

Ma è necessario affrontare i problemi dell'infanzia con conoscenze e mezzi sempre più adeguati: questa è la sfida in cui crediamo e che potremo affrontare solo con il sostegno di tutti.

Chi chiamo?

Come utilizzare le linee di ascolto e di intervento di Telefono Azzurro nei casi di bullismo.

Quando chiamare il 114?

Il Servizio 114 - Emergenza Infanzia si occupa delle situazioni di emergenza in cui sono coinvolti bambini e adolescenti, nel ruolo di vittime, autori o testimoni. Il 114 può essere contattato da adulti e bambini. Per i casi di bullismo, il 114 è da chiamare **contestualmente alla situazione di emergenza**, ovvero:

- nel momento in cui si sta verificando;
- se si è appena verificato un episodio di prevaricazione che comporta o ha comportato **un pericolo per un bambino o ragazzo** e nel caso in cui sia necessario l'intervento immediato dei servizi del territorio, come ad esempio il 118 (per eventuali ferite) o le Forze dell'ordine;
- nel caso in cui si prospetti un **rischio immediato** per il minore (per es. bambino inseguito da coetanei che lo vogliono picchiare o che sa che a breve incontrerà chi lo ha già precedentemente minacciato).

Quando chiamare l'1.96.96?

La linea 1.96.96 può essere contattato da bambini e adolescenti al di sotto dei 14 anni, che avvertono l'esigenza di trovare uno **spazio di ascolto** per raccontare problemi o difficoltà di qualunque tipo e natura, che non richiedono un intervento immediato degli operatori dei servizi. Possono chiamare questa linea:

- bambini e ragazzi che hanno subito prepotenze fisiche e/o verbali (occasionalmente o persistenti nel tempo) da parte di coetanei e che vivono l'isolamento sistematico o l'esclusione dal gruppo dei pari;
- bambini e ragazzi che hanno assistito in qualità di testimoni ad episodi di bullismo o che sono a conoscenza di situazioni di prevaricazione tra coetanei;
- i bambini e i ragazzi che hanno commesso atti di prepotenza nei confronti di coetanei.

Quando chiamare la linea 199.15.15.15?

La linea 199.15.15.15 è una linea di consulenza per i ragazzi al di sopra dei 14 anni e gli adulti che necessitano di un confronto su problematiche che riguardano i minori. A questo numero possono pertanto rivolgersi sia i ragazzi oltre i 14 anni che sono stati vittime, testimoni o autori di atti di bullismo, sia i **genitori** e gli **insegnanti** che sono a conoscenza di situazioni di bullismo, o semplicemente preoccupati rispetto alla tematica, e vogliono suggerimenti su come muoversi per impostare un intervento atto a contrastare e/o a prevenire il fenomeno.





Le linee di Telefono Azzurro:

199.15.15.15 linea adolescenti e adulti

1.96.96 linea gratuita per bambini

Per informazioni:

www.azzurro.it

e-mail: telefonoazzurro@azzurro.it

Numero Verde 800.090.335

Per donazioni:

Bonifico: Banca Popolare Emilia Romagna,
c/c 73154, ABI 05387, CAB 02400, CIN G

Carta di credito: tel. 800.410.410 o www.azzurro.it

Conto Corrente Postale: 550400

Shopping solidale: www.azzurroshopping.it

S.O.S. Il Telefono Azzurro Onlus - viale Monte Nero 6, 20135 Milano



In collaborazione con

