

Frédérique Saint-Pierre

Bambini e bullismo

red!

Ringraziamenti

Desidero anzitutto ringraziare con calore e affetto Luc Bégin e Marise Labrecque per l'appoggio, il rigore e l'ironia che mi hanno aiutato ad affrontare la stesura di questo libro.

Un sincero ringraziamento anche allo staff delle Edizioni CHU Sainte-Justine, Marie-Ève Lefebvre, Nicole Tétreault e Louis-Luc Lecompte, per il loro minuzioso lavoro.

Vorrei infine esprimere riconoscenza ai miei genitori, ai miei figli e al mio compagno di vita per il sostegno che mi hanno offerto e l'interesse dedicato al mio progetto.

Introduzione

Il bullismo è ormai divenuto una realtà quotidiana nella vita di bambini e adolescenti. Non passa una settimana senza che se ne abbia notizia sui mezzi di informazione. Non si tratta di un fenomeno di secondaria importanza, ma di un problema grave e preoccupante, di una realtà che suscita disagio, indignazione, incomprensione, oltre che un senso di sconforto e impotenza.

I rapporti fra bambini e adolescenti, indipendentemente dall'età, non possono mai essere del tutto esenti da tensioni, conflitti, stress, e neppure da una certa dose di aggressività. I bambini sviluppano la loro personalità e le loro abilità sociali in un contesto relazionale in cui si instaurano a volte rapporti di forza e si manifestano emozioni tanto intense quanto primitive. Tuttavia, nel momento in cui viene messa in atto una sistematica azione di offesa e prevaricazione ai danni di un altro individuo, siamo in presenza di comportamenti violenti che non favoriscono in alcun modo lo sviluppo né il benessere dei giovani.

Il bambino o il ragazzo vittima di bullismo vive di solito una condizione di profonda angoscia che può lasciare pesanti strascichi anche in età adulta. L'impatto di tali comportamenti offensivi e violenti su coloro che li subiscono è attualmente ben noto. Senza contare che gli atti di bullismo provocano conseguenze negative anche su soggetti diversi da chi ne è vittima, i quali, condividendo il medesimo contesto in cui viene messa in atto la violenza, ne diventano testimoni più o meno passivi, ne patiscono lo stress e possono manifestare un profondo malessere interiore.

Gli episodi di bullismo generano un impatto negativo anche su coloro che ne sono la causa, benché ciò non sia sempre così evidente.

Non bisogna infatti dimenticare che spesso si tratta di soggetti che vivono un profondo disagio emotivo. Ma dato che questo si manifesta in un modo che suscita una generale disapprovazione, diventa difficile identificarsi con loro e capirne le motivazioni.

Infine, è importante non sottovalutare il disagio vissuto dai genitori, sia dei giovani che subiscono gli atti di violenza, sia di coloro che li mettono in atto, ma anche di quelli che ne sono “testimoni”, così come il disagio di educatori e insegnanti, che spesso incontrano difficoltà ad affrontare questo tipo di situazione e a intervenire efficacemente per porvi fine.

Indipendentemente dal fatto che si sia bambini, adolescenti, genitori, insegnanti, presidi, allenatori o professionisti del benessere psicologico, è possibile affrontare da soli il problema del bullismo? Molte persone si sentono isolate, incapaci di comunicare il proprio disagio, in preda allo sconforto. Tuttavia, sembra proprio che la possibilità di contrastare i comportamenti aggressivi, di prevenirli, comprenderli, denunciarli e risolverli passi necessariamente attraverso una condivisione di conoscenze, sfere d’influenza, poteri ed energie individuali. Questo libro intende fornire un contributo alla lotta contro il bullismo, mettendo a disposizione una serie di informazioni che permettono di comprendere meglio questa problematica e suggerendo ipotesi di intervento allo scopo di alleviare la sofferenza di coloro che ne sono vittime.

1. I diversi aspetti del bullismo

Lo psicologo norvegese Dan Olweus, pioniere delle ricerche sul bullismo, iniziò negli anni Settanta del secolo scorso lo studio di questo fenomeno e dei suoi effetti su bambini e adolescenti che frequentavano le scuole scandinave. Proseguì poi i suoi studi nel corso dei decenni successivi, così come fecero molti altri ricercatori di vari Paesi nel campo della psicologia e delle scienze sociali, contribuendo in tal modo ai progressi delle conoscenze sull'argomento. Il risultato è che oggi disponiamo di una notevole quantità di articoli e opere dedicati al tema del bullismo. Attualmente, in molti Paesi questo problema occupa un posto di primo piano nell'attualità, per quanto riguarda sia il resoconto di episodi che coinvolgono vittime e aggressori, sia la divulgazione di programmi di prevenzione a livello di politiche governative. Si parla così tanto di bullismo perché oggi questo fenomeno si manifesta con maggior frequenza? Oppure si tratta di un problema che è sempre esistito ma che, essendo socialmente meno tollerato, viene più facilmente denunciato? È possibile che, utilizzando troppo spesso il termine "bullismo" per definire situazioni non perfettamente inquadrabili in tale contesto, siamo indotti in errore e portati a sminuire l'importanza di questo fenomeno quando si manifesta in tutta la sua evidenza?

Alcune definizioni

Aggressività

L'aggressività è una pulsione presente in tutti gli esseri umani, compresi i più piccoli. Essa si manifesta in modi diversi, dai più sani ai più problematici, nei rapporti interpersonali e nelle interazioni sociali. Quando i bambini interagiscono tra loro, è inevitabile che si

generino conflitti, che il più delle volte fanno parte del loro normale percorso di crescita. Nel corso di queste interazioni, i bambini imparano ad affermarsi, a negoziare, a fare concessioni e a risolvere i conflitti con gli altri.

Anche se nella maggior parte dei casi le manifestazioni di aggressività tra bambini necessitano dell'intervento degli adulti per essere tenute sotto controllo, in linea generale esse non destano preoccupazione. Infatti, se correttamente incanalata, l'aggressività consente al bambino di affermare la propria identità, di esprimere i propri bisogni e di difendersi da eventuali minacce alla propria integrità fisica o psicologica.

Può però capitare che alcuni bambini adottino comportamenti che possono essere definiti prevaricatori o socialmente violenti. Nel maldestro tentativo di affermarsi o conquistarsi un ruolo all'interno di un gruppo, essi cominciano a manifestare atteggiamenti aggressivi, ma lo fanno in modo transitorio e sporadico, come se si trovassero in una fase "esplorativa".¹ In questo caso non si può parlare di bullismo. Tuttavia, nel momento in cui i comportamenti aggressivi, che prima erano solo episodi isolati, assumono carattere ripetitivo trasformandosi in atti violenti, umilianti, minacciosi o denigratori, tutti i soggetti coinvolti (vittima, aggressore e testimoni) si trovano implicati in una dinamica che può nuocere al loro sviluppo provocando gravi danni. Per intervenire in modo adeguato in situazioni conflittuali, è importante definire correttamente la natura di questi episodi. Si tratta di conflitti spiacevoli ma relativamente "normali" oppure si è in presenza di veri e propri atti di bullismo? Cercare di chiarire bene la situazione è fondamentale se si vuole evitare di drammatizzare i conflitti e di applicare alle persone coinvolte le etichette di "vittime" e "aggressori". D'altro canto, non si può rimanere passivi di fronte ad azioni inaccettabili e potenzialmente molto dannose, o addirittura, in alcuni casi, contrarie alla legge.

Una definizione di bullismo

Si parla di bullismo quando una o più persone provano piacere a usare il proprio potere per maltrattare, in modo costante e ripetitivo, uno o più individui.^{2 3}

Le intenzioni manifestate o le azioni compiute, che siano di grave

entità o semplicemente “di disturbo”, assumono carattere molesto e continuativo, e si protraggono per un periodo di tempo che va da uno a diversi mesi. Vengono messe in atto col preciso intento di danneggiare pubblicamente la persona presa di mira, attraverso atti di offesa sia fisica sia psicologica, e di suscitare in essa un sentimento di umiliazione, paura e disagio interiore. Aggressività e molestia sono strettamente collegate e si inscrivono in complesse dinamiche di gruppo che coinvolgono, in rapporti di forza squilibrati, un aggressore (il “bullo”), una vittima e alcuni testimoni, o “osservatori”, più o meno passivi.⁴ Infatti, attraverso la reiterazione di atti aggressivi, chi agisce acquista forza e chi subisce ne perde. Tale squilibrio tende ad accentuarsi via via, ed è questo un tratto distintivo degli episodi di bullismo.

Il ripetersi di atti offensivi produce un accumulo di stress i cui effetti negativi possono radicarsi in profondità nella struttura psicologica del soggetto che ne è vittima.⁵ Le conseguenze nefaste di questo genere di situazioni sono ormai riconosciute e documentate da numerosi studi, oltre che da eloquenti testimonianze di persone, giovani e meno giovani, che le hanno subite.

Questi stessi studi tendono anche a dimostrare che i comportamenti bullistici producono effetti deleteri sui giovani che li mettono in atto. Pur essendo autori di azioni che non possono che essere condannate, si tratta di soggetti di cui è legittimo preoccuparsi. Inoltre, anche i giovani “testimoni” di questi episodi ne riportano effetti più o meno gravi e, benché non siano direttamente coinvolti, occorre riconoscere che essi svolgono un ruolo importante nella dinamica dell'aggressione. Ritorneremo su tali questioni nei capitoli 3 e 4.

Le diverse forme di bullismo

In linea generale, l'offesa verbale consiste nell'utilizzo di soprannomi, canzonature, insulti e minacce tesi a mettere in ridicolo, umiliare e denigrare l'altro. Di solito questi attacchi personali sono evidenti, ma possono anche assumere forme più sottili ed essere meno percepibili dagli altri. Non provocano conseguenze fisiche, ma possono causare ferite psicologiche anche profonde.

- **L'aggressione fisica** si basa su azioni, come spintonare, dare pizzicotti, calci e pugni, stratonare, tirare i capelli, sputare, lanciare o

rubare oggetti che appartengono alla vittima. Più l'aggressore è fisicamente forte, più questa forma di sopraffazione rischia di diventare pericolosa.

- Il **bullismo relazionale o sociale** consiste in atti volti a provocare il rifiuto e l'esclusione del soggetto preso di mira. Questo scopo è ottenuto danneggiandone in qualche modo la reputazione, umiliandolo davanti agli altri o, in modo indiretto, divulgando calunnie e maldicenze sul suo conto.
- Il **cyberbullismo** è il risultato dell'evoluzione delle nuove tecnologie. Consiste nell'utilizzo dei nuovi mezzi di comunicazione (sms, e-mail, social network come Facebook e Twitter) per esercitare forme di violenza sugli altri, danneggiarli o nuocere alla loro reputazione e alle loro relazioni sociali.
- Il bullismo, che sia di natura fisica, verbale, relazionale o virtuale, può avere anche una **connotazione sessuale**. Quando l'aggressore utilizza insulti a carattere sessuale, lascia intendere che la vittima non ha niente per piacere agli altri, o fa riferimento al suo orientamento sessuale, reale o presunto, oppure mette in atto approcci indesiderati, si tratta appunto di offese a sfondo sessuale. In alcuni casi si può parlare di vere e proprie aggressioni sessuali.
- L'attacco può anche avere una **connotazione razziale o religiosa** nel momento in cui l'aggressore utilizza l'appartenenza etnica o religiosa per denigrare e aggredire la vittima.

Accade di frequente che diverse forme di bullismo si manifestino contemporaneamente. In un campione di bambini in età scolare, il 14% di loro sosteneva di essere vittima di offese verbali, e il 60% di questi affermava anche di subire attacchi fisici gravi o molto gravi.⁶

Quando si verificano gli atti di bullismo?

Le azioni violente di solito vengono messe in atto in mancanza di figure autorevoli, in luoghi in cui la sorveglianza è assente o inadeguata:⁷ spazi scolastici comuni, corridoi, spogliatoi, scuolabus o mezzi pubblici, luoghi pubblici (tra cui i parchi), spazi virtuali e internet. A volte l'aggressore può trovarsi solo con la vittima, ma di solito è circondato da persone che non hanno alcuna autorità su di lui. Nella maggior parte dei casi, i testimoni degli atti di bullismo sono

coetanei che frequentano lo stesso ambiente. La loro tacita presenza costituisce un elemento importante nella dinamica dell'aggressione.⁸ È ormai assodato che la presenza di osservatori che sembrano approvare il comportamento del bullo o che si mostrano indifferenti contribuisce sia al verificarsi delle aggressioni, sia alla loro frequenza.⁹ Questi testimoni sono parte in causa nel problema e possono riportarne gravi conseguenze, come vedremo nel capitolo 4.

Le nuove tecnologie: il cyberbullismo

Gli adulti hanno spesso difficoltà a prendere coscienza dell'importanza degli scambi tra giovani che avvengono tramite internet e i social network. Va sottolineato che di solito i giovani sono più interessati, oltre che più competenti, all'uso di questi strumenti rispetto ai loro genitori e insegnanti. Hanno dunque facilmente accesso a questo universo virtuale senza la necessaria supervisione.

Gli atti di bullismo possono così verificarsi in rete, grazie all'uso di computer e cellulari, attraverso e-mail, social network, blog, siti di chat e di giochi on line, ma anche sms. Tutti questi spazi virtuali possono essere facili veicoli di intenzioni malevole e minacciose, così come di foto e video in grado di danneggiare una persona.

I dati forniti da ricerche e inchieste sul cyberbullismo^{10 11} confermano che si tratta di una forma frequente di violenza. Secondo uno studio, tra il 20 e il 27%¹² dei giovani afferma di essere stato vittima di cyberbullismo, mentre in base a un'altra ricerca quasi la metà dei ragazzi sostiene di esserne stata oggetto o di aver conosciuto qualcuno che ha subito questo tipo di aggressione "virtuale".¹³ Questa forma di bullismo si osserva generalmente tra amici coetanei,¹⁴ e riguarda più spesso le femmine dei maschi.

Va peraltro notato che alcuni giovani possono prendere di mira anche insegnanti o educatori. Infatti, il 20% degli insegnanti canadesi interpellati sull'argomento dichiara di essere già stato minacciato e molestato in internet.¹⁵

Il cyberbullismo presenta alcune caratteristiche di cui bisogna tener conto per meglio comprenderne l'impatto e per definire con precisione i mezzi per combatterlo.^{16 17}

Innanzitutto, trattandosi di una forma di bullismo “virtuale”, può essere messa in atto ovunque e in qualsiasi momento, semplicemente avendo accesso a un computer o a un cellulare. Ciò significa che non esiste più quello spazio “sicuro” a cui la vittima poteva ritornare una volta rientrata a casa da scuola. Pur trovandosi tra le pareti domestiche, vi è sempre il rischio di essere nuovamente raggiunti dall’aggressore, e lo stesso vale per i testimoni presenti sui social network.¹⁸

Attraverso i social media e gli spazi virtuali a sua disposizione, l’aggressore è in grado di raggiungere facilmente la propria vittima sottraendosi alla supervisione di una figura d’autorità. Può persino agire conservando l’anonimato. Per esempio, può spacciarsi per qualcun altro o usare un pseudonimo o un indirizzo di cui è difficile individuare la provenienza. Chi adotta questo tipo di comportamento si sente protetto per il solo fatto di agire dietro uno schermo o in modo anonimo, e ciò rischia di amplificare il grado di violenza a cui può arrivare. È anche possibile che ciò alimenti la sua certezza di poter agire impunemente, senza rischio di essere scoperto.

Per quanto riguarda la vittima, il fatto di prendere coscienza di propositi aggressivi nei suoi confronti trovandosi sola davanti a uno schermo rischia di acuire il suo senso di solitudine di fronte a questa situazione. Inoltre, se l’aggressore rimane anonimo e nasconde la propria identità, la vittima non ha la possibilità di individuare la fonte della minaccia. Oltre ad alimentare un senso di angoscia e disorientamento, questo fatto complica ulteriormente la ricerca di mezzi adeguati per proteggersi e difendersi.

Il cyberbullismo si manifesta spesso in presenza di testimoni, che svolgono indirettamente un ruolo importante nella dinamica dell’aggressione. Attraverso i social network, l’aggressore può raggiungere un uditorio molto numeroso. La diffusione di frasi denigratorie, di foto e video potenzialmente compromettenti può dunque avvenire su larga scala, con effetti ancora più devastanti per la persona presa di mira.

La violenza perpetrata on line può coinvolgere un numero incredibile di persone in un brevissimo lasso di tempo, alla velocità cioè di un semplice “click”.¹⁹

La dinamica dell'aggressione: bullo, vittima, testimoni²⁰

Analizzare un episodio di bullismo mettendo l'accento unicamente sulle azioni dell'aggressore e della vittima equivale ad avere una visione riduttiva del problema. Infatti, l'atto di bullismo non può essere interpretato semplicemente come una situazione in cui una persona ne aggredisce un'altra, ma corrisponde piuttosto a una dinamica di potere che coinvolge diversi soggetti. Il bullo (l'aggressore), il bersaglio dell'attacco (la vittima), così come i testimoni degli atti di violenza: tutti partecipano a questa stessa dinamica. Inoltre, ciascuno di questi soggetti vive all'interno di una famiglia, di una scuola e, più in generale, di una comunità.^{21 22}

È dunque preferibile adottare una visione globale del problema, poiché i fattori che contribuiscono al fenomeno del bullismo possono essere individuati nell'interazione fra diversi soggetti più o meno vulnerabili e che si evolvono in ambienti sociali caratterizzati da proprie modalità di funzionamento e da codici culturali specifici. Ciò significa che le soluzioni al problema possono scaturire a tutti questi livelli.²³

Affronteremo in modo più dettagliato la questione delle soluzioni nel capitolo 5.

Al di là delle altre caratteristiche che la contraddistinguono, la vittima manifesta spesso un atteggiamento di sottomissione (*low profile*). Tale modo di porsi attira l'attenzione del potenziale bullo alimentando il suo bisogno di imporre il proprio potere attraverso comportamenti aggressivi.

Per quanto riguarda i testimoni degli atti di bullismo, la loro presenza più o meno silenziosa contribuisce a rafforzare i comportamenti dell'aggressore. Più o meno manifestamente allineati alla posizione di quest'ultimo, essi costituiscono in qualche modo una sorta di "cricca" che infonde forza e potere al bullo. Anche se apparentemente "passivi" in quanto non agiscono direttamente, la loro sola presenza rappresenta un elemento fondamentale della dinamica di offesa. Alcuni di loro tenderanno a identificarsi con la vittima, altri con l'aggressore.

Il bullismo: un problema dalle molteplici sfaccettature

Per avere un approccio corretto al problema del bullismo, alcuni autori suggeriscono di analizzarlo a diversi livelli:

- la **problematica personale dei soggetti coinvolti**, ovvero la vittima, l'aggressore e gli eventuali testimoni: criticità, diagnosi psicologica o psichiatrica;
- l'**ambiente scolastico**: il ruolo del personale, la percezione della scuola da parte dei soggetti coinvolti, le azioni, generali o mirate, intraprese in seguito a uno specifico episodio di violenza, la capacità di ascolto dei problemi degli alunni, i valori perseguiti, il grado di tolleranza rispetto alla diversità e alle manifestazioni di aggressività;
- il **contesto familiare**: il comportamento e gli atteggiamenti dei genitori;
- la **comunità**: il grado di integrazione del soggetto nel suo ambiente, l'accesso a risorse come i servizi sanitari, i centri di aggregazione, culturali e sportivi o i centri giovanili, insomma tutti quei luoghi in cui i giovani possono dedicarsi ad attività strutturate.

Alcune statistiche

- Tra il 21 e il 39% dei giovani canadesi riferisce di aver commesso atti di violenza ai danni di un'altra persona, mentre coloro che dichiarano di essere stati vittime dei loro coetanei almeno una volta nel corso degli ultimi mesi raggiungono una percentuale compresa tra il 23 e il 54%.
- Secondo uno studio dell'Osservatorio Internazionale della violenza a scuola per l'Unicef,²⁴ circa il 10% dei giovani francesi di età compresa fra i 7 e i 13 anni si dice vittima di ripetute violenze fisiche e verbali da parte dei coetanei a scuola (prese in giro, uso di soprannomi, insulti, minacce); il 13% dichiara di aver subito spesso o molto spesso violenze fisiche (percosse, pizzicotti, spintoni).
- Secondo uno studio dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sullo stato di salute dei giovani di 36 Paesi, il bullismo rappresenta un problema reale presso i giovani canadesi. Questo studio dimostra fra l'altro che tra i ragazzi di età compresa tra gli 11 e i 15 anni, il 54% dei maschi e il 32% delle femmine riferisce di aver commesso

Da notare

Il bullismo è:

- un processo costante che coinvolge un gruppo di persone (aggressore, vittima, testimoni);
- una serie di comportamenti intenzionalmente offensivi e volti a umiliare e dominare una persona, spesso pubblicamente e in modo ripetitivo.

Il bullismo non è:

- scherzi o maldicenze occasionali;
 - conflitti o rotture fra amici;
 - un processo normale nello sviluppo di bambini e adolescenti.
-

atti di violenza su un'altra persona durante le sei settimane precedenti il sondaggio. Inoltre, il 10% dei maschi e il 7% delle femmine confessa di averlo fatto frequentemente nel corso dello stesso periodo.²⁵

- Tra il 5 e il 10% dei giovani è spesso coinvolto – cioè più di due volte alla settimana – in episodi di bullismo a titolo di vittima o di aggressore; dal 10 al 15% lo è solo occasionalmente o in modo transitorio, mentre una percentuale del 75-80% non è coinvolta se non a titolo di testimone.
- Tra il 56 e il 90% dei giovani riferisce di essere stato testimone di diverse forme di bullismo, sia direttamente sia in modo indiretto.^{26 27 28}
- Fra il 30 e il 60% dei bambini dichiara di aver subito comportamenti violenti da parte dei coetanei almeno una volta nel corso di un anno scolastico,²⁹ mentre il 6-15% riferisce di esserne stato vittima con maggiore frequenza, e in modo più o meno grave.^{30 31 32}
- Un'inchiesta condotta tra i genitori di bambini e ragazzi di età compresa tra i 10 e i 17 anni³³ mostra, nel periodo compreso tra il 2003 e il 2007, un incremento del 52% dei comportamenti violenti nei soggetti presi in esame. I dati relativi al 2007 indicavano che, secondo quanto dichiarato dai genitori, il 15% dei bambini e adolescenti ricorreva con una certa frequenza a comportamenti offensivi e violenti.

Indice

5 Introduzione

7 1. I diversi aspetti del bullismo

- 7 Alcune definizioni
- 10 Quando si verificano gli atti di bullismo?
- 11 Le nuove tecnologie: il cyberbullismo
- 13 La dinamica dell'aggressione: bullo, vittima, testimoni
- 14 Il bullismo: un problema dalle molteplici sfaccettature
- 14 Alcune statistiche

16 2. La vittima di bullismo

- 16 I segnali a cui prestare attenzione
- 17 Chi sono le vittime di bullismo?
- 18 Quando la vittima si trasforma in aggressore
- 18 Le differenze tra maschi e femmine
- 19 I fattori familiari e individuali associati alla vittimizzazione
- 20 Vittime passive e vittime provocatrici o aggressive
- 22 Un fattore di protezione per i soggetti a rischio
- 22 La difficoltà di denunciare le violenze
- 24 Gli effetti del bullismo sul bambino o l'adolescente

35 3. Il giovane bullo

- 35 Il contesto sociale
- 36 Ritratto dell'aggressore
- 38 Le differenze tra maschi e femmine
- 38 Evoluzione delle forme di bullismo in rapporto all'età
- 39 I percorsi del bullismo
- 40 I fattori individuali e familiari associati al bullismo

- 46 Gli effetti del bullismo sull'aggressore
- 49 Come posso sapere se mio figlio è un bullo?
- 50 I bulli adulti

52 4. I testimoni degli atti di bullismo

- 52 I giovani che assistono alle aggressioni
- 52 I testimoni, attori di primo piano nella dinamica del bullismo
- 55 Reazioni diverse
- 56 Gli effetti del bullismo sui testimoni
- 57 Passare all'azione: una grande sfida
- 57 I coetanei come fattori di protezione per i testimoni a rischio
- 58 Per aiutare i testimoni ad agire
- 58 Gli effetti del bullismo sugli adulti
- 59 In conclusione

60 5. Prevenzione e intervento

- 61 I programmi di prevenzione universale
- 64 Prevenire e intervenire sui diversi attori
- 67 Alcune misure efficaci a scuola
- 70 Le domande da porsi per valutare una situazione di bullismo
- 72 Quali iniziative assumere
- 72 Come deve comportarsi l'adulto
- 76 Consigli ai genitori per aiutare una vittima, un aggressore o un testimone
- 79 Intervenire contro il cyberbullismo
- 81 In conclusione

82 Bibliografia

83 Note