

GIOCO, SCHERZO O SOPRAFFAZIONE?

Percorso formativo di prevenzione al bullismo

“ Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato e vitimizzato, quando viene esposto, ripetutamente, nel corso del tempo alle azioni offensive messe in atto da parte dei compagni...l'azione del bullo nei confronti della vittima è compiuta in modo intenzionale e con lo scopo di danneggiare la vittima [...]”

Di fronte a situazioni relazionali complesse, spesso gli adulti tendono a cadere in diverse trappole, prima tra tutti quella di confondere le Prepotenze e le “ragazzate” .

Sono errori tipici il pensare che *“in fondo....”*:

- ⊙ “Sono solo ragazzate ...”
- ⊙ “Ci siam passati tutti ...”
- ⊙ “Così si fortifica il carattere ...”
- ⊙ “Devono cavarsela tra di loro ...”
- ⊙ “... io mi devo occupare dell’aspetto didattico ... queste cose se le vedano tra famiglie ...”
- ⊙ “È lui che se le cerca”.

Quando, allora si può davvero parlare di bullismo?

E’ necessario che siano presenti alcuni fattori “critici”:

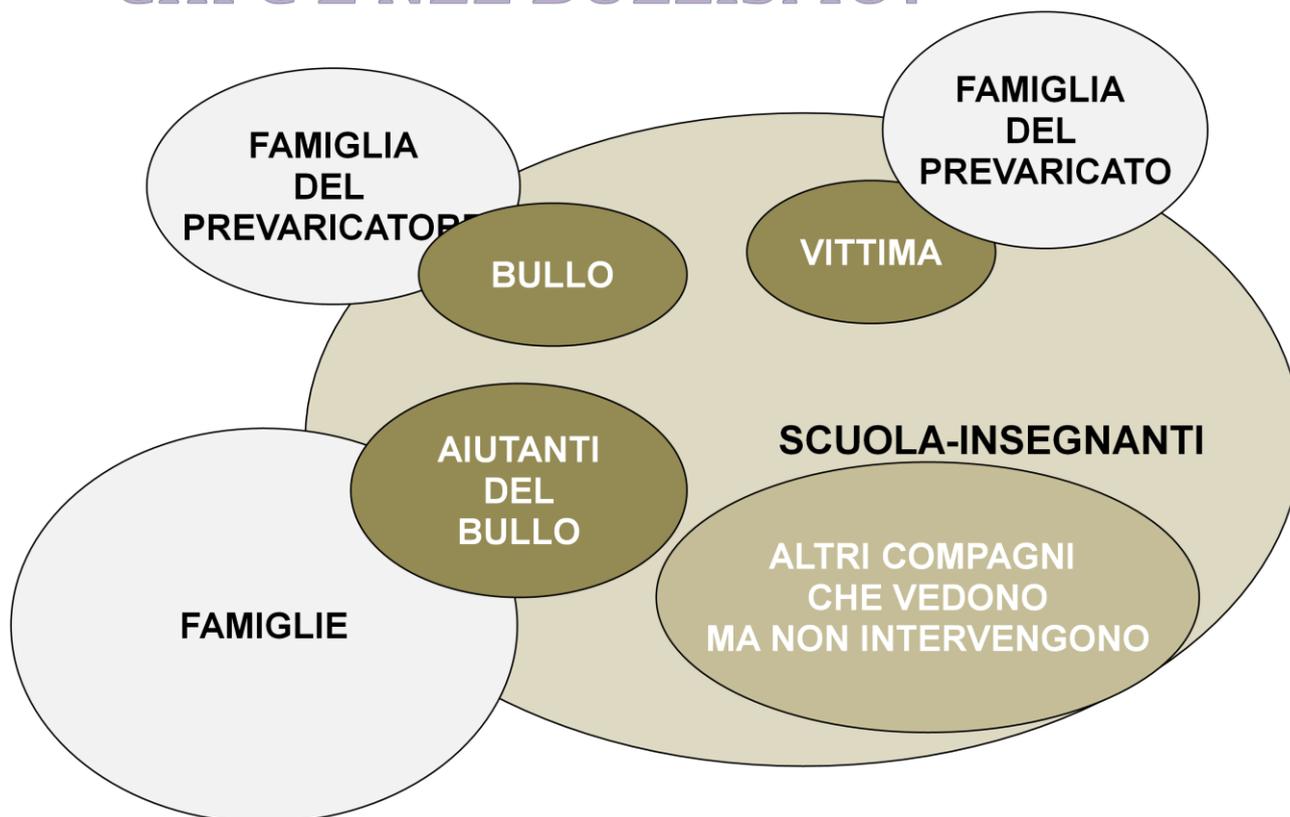
- ⊙ **Frequenza** (la prevaricazione si ha una volta a settimana o più frequentemente per un tempo continuato)
- ⊙ **Intenzionalità** nel danneggiare
- ⊙ **Pervasività**. La modalità più diffusa è l’offesa verbale, seguita dagli attacchi fisici, dai racconti di false storie nei confronti della vittima e dall’esclusione del gruppo.
- ⊙ Simmetria ovvero **disuguaglianza di “forza”**
- ⊙ Qualche autore ci aggiunge il **“nascondimento”**

Sono pertanto “atti di bullismo”:

Insulti, Voci diffamatorie, false accuse, Razzismo, Critiche immotivate ed eccessivo controllo, Estorsione, Minacce, Violenza privata, Aggressioni e/o giochi violenti con forti squilibri, Lesioni personali...

Ma anche: Esclusioni ripetute dal gioco, Schiaffetti continui, Danneggiamento di cose...

CHI C'È NEL BULLISMO?



Dr. Rumiato Leila- Psicologa

14

Il bullismo pertanto è un **fenomeno dinamico e relazionale** che, oltre a cristallizzare il legame che si instaura tra prevaricatore e prevaricato, rispettivamente “imprigionati” dentro il ruolo di bullo e vittima, **coinvolge** sistematicamente l'intero **gruppo-classe (alunni e insegnanti)** e i contesti di crescita in cui sono inseriti: **famiglia, territorio...**

E' inoltre importante ricordare che esperienze scolastiche positive sembrano essere legato, a lungo termine, ad una maggior capacità di stabilire relazioni costruttive e di pianificare positivamente la propria vita

Quali sono dunque gli attori ed i ruoli coinvolti?

1. **Bullo Attivo.** I bulli **non necessariamente** sono adolescenti o bambini dalla **personalità forte**. Spesso vi sono diversi disagi che possono portare un ragazzo/a ad agire da bullo: insicurezza interiore, desiderio di considerazione presso gli altri, insuccessi amorosi o scolastici, situazioni famigliari difficili.

Presentano forte aggressività, non solo verso i compagni ma anche verso la famiglia, i professori, e **tollerano difficilmente la frustrazione**. Crescendo, **possono** essere maggiormente portati al coinvolgimento in attività criminali, oppure sono facilmente soggetti a comportamenti preoccupanti e pericolosi per la loro salute, quali abuso di droghe e stupefacenti, alcool, ecc

2. **Gregario (o bullo gregario) o Bullo passivo:** solitamente fanno parte del gruppo dei seguaci del bullo dominante; non hanno una forte personalità, sono tendenzialmente insicuri e tendono a provare una certa empatia (parziale) per la vittima; non reagiscono negativamente alle esagerazioni del bullo “capo”, sono passivi perché accettano le azioni negative prevaricatrici di quest’ultimo verso il perseguitato, solo per poter rimanere ben accetti e membri del gruppo considerato “importante” o “prestigioso”. Altre volte sono il “braccio” del bullo attivo.
3. **Ragazze: il bullismo psicologico.** Mentre i ragazzi prediligono le azioni fisiche, il gentil sesso attua un complesso di minacce e insulti a livello psicologico. Sono tipici atti di bullismo femminile quelli che hanno come oggetto **l’esclusione dal gruppo**, le **malelingue**, la **distruzione dell’immagine** esteriore della vittima (commenti poco accettabili sul corpo, sulla personalità, sul modo di vestirsi ecc.) e anche di quella interiore.
4. **Gli spettatori:** La maggior parte di costoro avverte il senso di ingiustizia, ma non interviene. Il loro ruolo è solo apparentemente irrilevante o secondario, in quanto:
- **quando restano indifferenti**, limitandosi ad assistere alle prepotenze senza intervenire in alcun modo, gli spettatori **legittimano** il comportamento del bullo;
 - il loro **atteggiamento neutrale fortifica il bullo** che, non trovando ostacoli sulla sua strada, non ha motivo per modificare il suo modo di agire;
 - **non mostrando disapprovazione si rendono** indirettamente **complici** delle azioni del bullo.
 - In **POCHI** hanno il coraggio di prendere le difese della vittima, esprimendo verbalmente o con il loro comportamento la propria disapprovazione ed assumendosi, con grande coraggio, il rischio di andare controcorrente.
 - Per lo più infatti gli spettatori:
 1. si alleano col bullo e diventano suoi complici;
 2. si allontanano più o meno velocemente;
 3. osservano passivamente, senza intervenire in alcun modo.

Quali i motivi del loro “non intervento?”

La ragione più semplice consiste nel fatto che **spesso gli spettatori non sono amici della vittima** e, quindi, non hanno motivi per intervenire; in altre parole, **pensano che il fatto non li riguardi** direttamente;

Molto più spesso, però, gli spettatori **hanno paura di possibili ritorsioni** da parte del bullo, in alcuni casi, la **vittima è considerata responsabile dell’episodio**; ed ancora, i ragazzi **ritengono che il bullismo non si possa fermare** e che la strategia più conveniente sia quella di sopportare in silenzio; infine, talvolta gli spettatori non riescono a empatizzare con la vittima.

Diverse le tipologie di spettatori: **Sostenitori del bullo:** agisce in modo da rinforzare il comportamento del bullo (ad es incitandolo o ridendo); **Difensore della vittima:** soprattutto femmine, prende le parti della vittima difendendola, consolandola o cercando di interrompere le prepotenze; **Maggioranza silenziosa:** esterni indifferenti, davanti alle prepotenze non fanno nulla e cercano di rimanere al di fuori della situazione.

5. Vittima: due le tipologie di vittime:

- ✓ **Passiva o sottomessa o remissiva**, è caratterizzata da bassa autostima, dal presentarsi come insicuro, timoroso, ansioso, spesso presenta una certa labilità emotiva, risulta poco competitivo, poco portato per gli sport, non riesce ad affermarsi nel gruppo dei pari. Spesso è isolato, ha

difficoltà a fare amicizia con i coetanei, appare sottomesso ed è incapace di difendersi e di reagire alle aggressioni.

Nel chiederci “Perché molte vittime non reagiscono?” ricordiamo Esopo: “L’abitudine rende sopportabili anche le cose più spaventose ”

- ✓ **Vittima provocatrice**: rappresenta il 10-15% delle vittime e la maggior parte sono maschi. Spesso iperattivo, impulsivo, con difficoltà di concentrazione, goffo, incapace di esprimere e modulare le proprie emozioni, reagisce piuttosto che subire, spesso provocatorio, crea tensioni nel gruppo dei pari, ma è anche isolato, emarginato dai coetanei. Si propone, agli occhi di un osservatore come vittima e aggressore.

Quali Conseguenze x la vittima ?

La vittima può sviluppare disturbi a più livelli ed intensità diverse, potremmo pertanto trovare Disturbi somatici (es. Cefalea, Vertigini, Dolori muscolari, Inappetenza, Dolori addominali, Tachicardia, Insonnia, etc) o psicologici (es. disturbi d’ansia, attacchi di panico, etc.) e le ricadute influiscono maggiormente su autostima e rendimento scolastico.

ATTENZIONE: Intercettare una ‘vittima potenziale’ è possibile!!! Alcuni possibili *indicatori per individuare la possibile vittima sono i seguenti*:

- ✓ si dimostra indifeso e reagisce agli scontri con il ritiro e il pianto;
- ✓ ha difficoltà a parlare in classe;
- ✓ non ha nessun buon amico in classe;
- ✓ ricerca la vicinanza degli adulti nei momenti di ricreazione;
- ✓ è presa ripetutamente in giro;
- ✓ subisce il furto e il danneggiamento;
- ✓ presenta lividi, graffi e ferite.

Quali interventi di prevenzione possibili?

Trattandosi di un fenomeno caratterizzato dalle dinamiche relazionali e di gruppo che si instaurano tra vari attori, la **politica scolastica** è importante **affronti il bullismo su tre versanti**:

1. INTERVENTI CON GLI INSEGNANTI, al fine di

- a) Attivare un processo di empowerment volto ad acquisire, affinare e rafforzare le **conoscenze sul fenomeno del bullismo** e sulle sue manifestazioni;
- b) Fornire strumenti per **osservare e cogliere correttamente** gli episodi “sospetto”
- c) Fornire strumenti e tecniche per **contrastare i comportamenti prevaricatori** e prepotenti;
- d) Progettare e programmare attività curriculari volte a **migliorare le abilità socio-affettive (o prosociali)** degli alunni;

TRE PASSI necessari:

1. Osservare e raccogliere. Tale step può essere effettuato in diversi modi:

- i. Osservazioni dirette (Il problema spesso è che le prevaricazioni avvengono spesso in maniera nascosta; Manca spesso **condivisione** di quanto osservato tra gli insegnanti; Troppo spesso ci si affida a un proprio senso di tolleranza alle “ragazzate”). Vedi Fig.1.
 - ii. Questionario che può aiutare ad accertare in modo puntuale dove ed in che modo si manifestano situazioni di prepotenza; consente di rendere insegnanti, alunni e genitori consapevoli del problema e della eventuale gravità e permette di direzionare e motivare gli interventi.
 - iii. Questionario sociometrico, consente di fare l’elenco dei compagni di classe che fanno più prepotenze e di quelli che subiscono più spesso prepotenze
2. secondo step fondamentale è condividere tra colleghi le osservazioni e le valutazioni fatte, così da riuscire ad avere un quadro più completo e complesso della situazione!!!
 3. Terzo step importante è Intervenire possibilmente verso tutti gli attori coinvolti, senza incolpare, ove possibile senza punire o escludere ma promuovendo una cultura del rispetto!!!

Interventi possibili:

2. INTERVENTI CON I GENITORI: Sostanziale promuovere percorsi formativi per

- ⊙ **Sensibilizzare** i genitori sul fatto che le modalità educative con cui si trasmettono regole e disciplina ai propri figli possono incidere sull’emergere di condotte prepotenti o, al contrario, passive tendenti alla vittimizzazione;
- ⊙ **Accrescere le conoscenze sul fenomeno** e fornire indicazioni su come **riconoscere i segnali di disagio** dei propri figli;
- ⊙ Offrire indicazioni concrete su come affrontare i comportamenti non adattivi dei figli, **aiutando i genitori a promuovere nei figli una maggior competenza emotiva e relazionale** (molto importante non solo per i bulli ma soprattutto per le vittime).

NB: È importante “formare” i genitori in merito ai Segnali di “allerta” della vittima, segnali quali Ostilità verso la scuola, scuse volte a non andarci, richiesta di esservi accompagnati; Richieste troppo frequenti (ai genitori) di denaro; spesso alcuni persecutori richiedono il pagamento di un “pizzo”, oppure rubano i soldi direttamente; Stato di tensione, agitazione, tristezza, emotività ingiustificata al ritorno da scuola; Presenza frequente di incubi, sonno disturbato o agitato, incontinenza notturna; Assenza di amicizie; le vittime purtroppo sono raramente difese dal resto del gruppo dei coetanei, che invece è coeso al bullo “capo”, o alla bulla; Rifiuto di raccontare le giornate scolastiche nel loro svolgersi; Presenza di lividi, graffi, tagli, strappi agli indumenti; se frequenti, possono essere il segnale di una forma di bullismo diretto e fisico verso vostro figlio.

3. INTERVENTI CON GLI ALUNNI

Prima di tutto, cosa NON fare:

- ⊙ Entrare in un’ottica punitiva ;
- ⊙ punire il bullo o iperproteggere la vittima ;
- ⊙ etichettare i ragazzi e creare sistemi d’aspettative negative intorno al singolo individuo;
- ⊙ disapprovare la persona ;
- ⊙ umiliare o usare sarcasmo o minacce.
- ⊙ In particolare: percorsi formativi volti a
- ⊙ Sviluppare negli alunni **capacità empatiche** e cooperative;

- ⊙ Favorire una **alfabetizzazione emozionale**;
- ⊙ Far acquisire **competenze pro-sociali** per gestire i conflitti;
- ⊙ Formare un **concetto positivo di sè** e migliorare l'autostima;
- ⊙ Rafforzare il senso di identità e di appartenenza.

Cosa fare? - tratto dal lavoro a gruppi in aula –

Lavoro di gruppo sulla **consegna “scherzo vs prepotenza”**: quali le differenze?

<i>SCHERZO</i>	<i>(vs)</i>	<i>PREPOTENZA</i>
Fa sorridere chi lo fa e chi lo subisce	← INTENZIONALITA' →	
Non c'è consapevolezza	← CONSAPEVOLEZZA →	C'è consapevolezza
Non ha intento di ferire/schiacciare	← FERIRE/SUSCETTIBILITA' →	Ha l'intento di schiacciare l'altro per emergere
Sono presenti	← PRESENZA DI “SCUSE” →	Non ci sono
È raro	← EPISODICO →	Ha una frequenza alta
Quello che per una persona è uno scherzo, per l'altro non lo è....		

Lavoro di gruppo: **consegna azioni possibili** – tratto dal lavoro a gruppi in aula –

1. Azioni verso e per il GRUPPO DOCENTI/INSEGNANTI

Obiettivi da raggiungere:

- ➔ Migliorare la capacità di osservazione degli episodi;
- ➔ Aumento dell'autorevolezza negli interventi verso gli alunni;
- ➔ Acquisire o migliorare la gestione dei conflitti.

Azioni proposte:

- ➔ In consiglio di classe ➔ osservazioni didattiche ma anche più relazionali;
- ➔ CO- costruzione di criteri di osservazione condivisi;
- ➔ Confronto VERTICALE (ovvero incontri di continuità più attenti e mirati);
- ➔ Maggior ascolto e confronto con colleghi e personale scolastico;
- ➔ Maggior confronto con dirigente scolastico;
- ➔ FORMAZIONE dei docenti/insegnanti;
- ➔ Formazione psicologica sulla gestione dei gruppi e dei conflitti.

2. Azioni verso e per il GRUPPO GENITORI

Obiettivi da raggiungere:

- ➔ Formare ed essere informati;
- ➔ Renderli consapevoli della gravità degli episodi;
- ➔ Cambiamento delle dinamiche relazionali della classe attraverso la collaborazione con i genitori.

Azioni proposte:

- ➔ Incontro tra insegnanti, dirigente e singole famiglie;
- ➔ Incontri tra genitori del “Bullo” e della “Vittima” e degli “spettatori attivi” con un mediatore/facilitatore;
- ➔ Incontro con i genitori coinvolti e con l'intero consiglio di classe;
- ➔ Incontri formativi rivolti a tutti e tenuti da psicologi preparati sulla tematica;

- Incontri di formazione in merito alle problematiche adolescenziali ed anche sul bullismo (ma non solo su questo);
 - Patto di corresponsabilità;
 - Sportello per genitori.
3. Azioni verso e per il GRUPPO CLASSE
- Obiettivi da raggiungere:
- Educazione affettiva;
 - Rapporti di causa effetto;
 - Educazione all'ascolto.
- Azioni proposte:
- Test sociometrici;
 - Circle time a tematica;
 - Cambiare spesso posto;
 - Attività a gruppo eterogeneo;
 - Giochi di ruolo su "situazioni problema";
 - Visione critica di un evento;
 - Promozione di momenti di gioco relazionale.

Bibliografia

["Il bullismo: oltre. Vol. 1. Dai miti alla realtà: la comprensione del fenomeno"](#), Daniele Fedeli, Vannini 2007

["Bullismo: le azioni efficaci della scuola"](#), Ersilia Menesini, Erickson

["Bulli e prepotenti nella scuola"](#), S. Sharp e P. K. Smith, Erickson

["l'intervento strategico nei contesti educativi"](#), A. Fiorenza e G. Nardone, Giuffrè Milano

Data e Ora	Luogo	V/S*	Cosa ho visto/sentito	Chi è coinvolto	Ruolo: P/V/T/G^	Interventi effettuati	Liv. disagio
<p><i>Nota 1</i> * V se ho assistito personalmente; S se ho accolto un racconto da uno o più alunni.</p>					<p><i>Nota 2</i> ^ P: Prevaricatore; V: ha subito lo scherzo/l'atto; T: Testimone; G: Gregario</p>		

Fig. 1- Strumento per l'osservazione diretta

