

“Bullismo e cyberbullismo: aggressore e vittima sono entrambi espressione di una fragilità”

Pubblicato: Martedì 7 Febbraio 2023



*In occasione della giornata contro il bullismo e il cyberbullismo (Internet saper day), l'Asst Valle Olona pubblica un approfondimento con le parole della **Dott.ssa Mariarosa Ferrario**, Dirigente Medico Neuropsichiatra – Responsabile dell'Unità Operativa di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza del Presidio Ospedaliero di Gallarate*

Il bullismo è un **fenomeno complesso**, ancora troppo frequente, determinato dall'intreccio di variabili sociali, culturali, psicologiche.

Si riferisce a un **comportamento aggressivo, violento e intenzionale, ripetuto nel tempo, nei confronti di persone considerate deboli**. Può essere opera di un singolo o di un gruppo di individui. E' caratterizzato dalla perseverazione e dalla asimmetria ossia uno sbilanciamento di potere dove una parte prevarica e l'altra subisce.

Può esprimersi in diverse forme:

- psicologica (esclusione, maldicenze)
- verbale (minacce, insulti)

- fisica (aggressioni, danneggiamento di oggetti ..)

L'uso delle nuove tecnologie di comunicazione del mondo virtuale ha dato forma a nuove modalità di aggressione che prendono il nome di **cyberbullismo**. E' una forma di bullismo che avviene senza il contatto corporeo, spesso in anonimato, include insulti e minacce veicolati dalla messaggistica, dai social network o attraverso diffusione di foto, testi, filmati denigratori.

Il bullismo riguarda entrambi i sessi e non è strettamente legato alla classe sociale.

Aggressore e vittima sono entrambi l'espressione di una fragilità. Bambini e ragazzi bulli, sono spesso il risultato di **storie di vita problematiche o di contesti carenti** sul piano educativo ed affettivo. Esprimono con il loro comportamento **una vulnerabilità, la paura di rimanere ai margini della società, la richiesta di attenzione e visibilità**. Essere popolari, avere successo, sembrano oggi bisogni irrinunciabili mutuati da stereotipi vigenti veicolati attraverso i media. Bambini e ragazzi crescono in una società che promuove la competizione, il successo personale, l'individualismo, chiede di essere performanti. Ne è l'espressione un fenomeno preoccupante che sta spopolando sui social , il **“body shaming”**: pratica di offendere qualcuno per il suo aspetto fisico.

Molto spesso le storie di bullismo si consumano nel silenzio perché **le vittime subiscono senza dire per timore di ulteriori ripercussioni**, ma le ferite fisiche e psicologiche possono avere importanti ripercussioni sulla crescita, la vita quotidiana dei ragazzi, la loro salute.

Bambini e ragazzi vittime possono manifestare disturbi d'ansia, depressivi, difficoltà a frequentare la scuola, ritiro sociale, disturbi del comportamento alimentare, disturbi psicosomatici , alterazioni del sonno, autolesionismo, problematiche in costante aumento nei servizi di neuropsichiatria.

E allora cosa fare?

I ragazzi e le ragazze hanno bisogno di essere ascoltati/e dagli adulti di riferimento, genitori, insegnanti.

Sia il bullo che la vittima necessitano di aiuto. I genitori del bullo devono fermarsi ad accogliere il disagio che ha portato il loro figlio/a a diventare un aggressore. Anche i genitori della vittima devono fermarsi per poter ascoltare la sofferenza dell'umiliazione, del sentirsi impotenti e poter infondere nei loro figli la speranza che potrà esserci un futuro diverso. E quando le situazioni diventano complesse bisogna farsi supportare da specialisti del settore che possano accompagnare la crescita dei minori e delle loro famiglie.

Negli ultimi anni si sono sviluppate molte campagne di prevenzione e di sensibilizzazione, ma ancora non basta.

Il contrasto al bullismo passa attraverso un percorso di condivisione che coinvolge la scuola, le istituzioni, la famiglia, i minori stessi. L'informazione non basta, **è necessario coinvolgere i bambini e i ragazzi nel processo di cambiamento attraverso esperienze che tocchino la vita emotiva del singolo e del gruppo.**

Promuovere la cultura della differenza, dell'insuccesso, aumentare la capacità di comunicare, di esprimere sentimenti ed emozioni. Ascoltare le storie delle vittime e provare a immedesimarsi in ciò che prova chi si sente aggredito, fare esperienze di aiuto verso i più deboli, di collaborazione fra pari con il coinvolgimento di tutto il gruppo classe possono essere strategie di aiuto.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it

