

Dott.ssa

Letizia Galli

*Psicologa Clinica, Scolastica e
dell'emergenza*



ISCRIZIONE
ORDINE
PSICOLOGI
DELL'UMBRIA
N°1191

*Bullismo, cyberbullismo e
come si comunica con le
famiglie.*



BULLISMO

IL TERMINE BULLISMO DERIVA DALLA PAROLA INGLESE "BULLYING", VIENE DEFINITO COME UNA CONDOTTA AGGRESSIVA, PSICOLOGICA O FISICA, INTENZIONALE, RIPETUTA E CONTINUATA NEL TEMPO, PERPETUATA DA UNA PERSONA O DA UN GRUPPO DI PERSONE PIÙ POTENTI NEI CONFRONTI DI UN'ALTRA PERCEPITA COME PIÙ DEBOLE

CYBERBULLISMO



CON IL TERMINE CYBERBULLISMO SI INDICANO LE CONDOTTE AGGRESSIVE E INTENZIONALI, ESEGUITE PERSISTENTEMENTE ATTRAVERSO STRUMENTI ELETTRONICI (SMS, FOTO, VIDEO CLIP, E-MAIL, CHAT, WHATSAPP, SITI WEB, CHIAMATE), DA UNA PERSONA SINGOLA O DA UN GRUPPO, CON L'OBIETTIVO DI FAR MALE O DANNEGGIARE UNA PERSONA CHE NON PUÒ FACILMENTE DIFENDERSI.

CARATTERISTICHE DEL BULLISMO



INTENZIONALITÀ: LO SCOPO DEL BULLO È DOMINARE IN MODO CONSAPEVOLE E VOLONTARIO UN'ALTRA PERSONA OFFENDENDOLA E CAUSANDOLE DANNI.

PERSISTENZA NEL TEMPO: GLI EPISODI SONO RIPETUTI NEL TEMPO E SI VERIFICANO CON ELEVATA FREQUENZA

ASIMMETRIA: DISUGUAGLIANZA DI FORZA E DI POTERE, ALL'INTERNO DI UN GRUPPO DI PARI, DOVE UNO PREVARICA E L'ALTRO SUBISCE

PRINCIPALI INDICATORI DEL BULLO



- PROVA PIACERE AD UMILIARE GLI ALTRI, NON COMPRENDE I SENTIMENTI ALTRUI;
- NON ACCETTA LE REGOLE O LE FIGURE CHE RAPPRESENTANO L'AUTORITÀ;
- TENDE AD IMPORRE IL PROPRIO PUNTO DI VISTA;
 - RICORRE SPESSO ALLA MENZOGNA;
- RITIENE CHE L'AGGRESSIVITÀ SIA LA STRATEGIA PIÙ EFFICACE PER LA RISOLUZIONE DEI CONFLITTI.

COSA NON È BULLISMO



IL BULLISMO È UNA TRA LE POSSIBILI MANIFESTAZIONI DI AGGRESSIVITÀ MESSE IN ATTO DAI BAMBINI E DAGLI ADOLESCENTI.

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, COMMITTERE FURTI DI OGGETTI MOLTO COSTOSI, COMPIERE MOLESTIE O ABUSI SESSUALI SONO CONDOTTE CHE RIENTRANO NELLA CATEGORIA DEI COMPORTAMENTI ANTISOCIALI E DEVIANTI E NON SONO DEFINIBILI COME "BULLISMO"



COSA NON È 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.

INOLTRE, IN GENERALE, UN FATTO SPORADICO E OCCASIONALE, NON RIPETUTO NEL TEMPO, NON INTENZIONALE, NON ASIMMETRICO A LIVELLO RELAZIONALE, PER QUANTO SPIACEVOLE NON È ASCRIVIBILE AD UN ATTO DI BULLISMO



SCHERZO, LITIGIO, BULLISMO, REATO

LO SCHERZO È UN EVENTO DIVERTENTE, CHE NON HA L'INTENZIONE DI FERIRE E AMMETTE RECIPROCIÀ.

IL LITIGIO È UN DISSIDIO OCCASIONALE CHE NASCE INTORNO AD UNA INCOMPRESIONE, AD UNA DIFFERENZA, AD UNA COMPETIZIONE – AD ESEMPIO, AMOROSA – MA NON È RIPETUTO NEL TEMPO. DUE PERSONE POSSONO LITIGARE ANCHE MOLTO ASPRAMENTE SENZA PER QUESTO RIVOLGERSI DELLE PREPOTENZE, E POI CHIARIRSI E TORNARE A RAPPORTARSI IN MODO SERENO.

IL BULLISMO È UNA RELAZIONE FATTA DI PREPOTENZE RIPETUTE, SEMPRE TRA LE STESSA PERSONE, IN UNA SITUAZIONE DI SQUILIBRIO DI FORZE, DOVE CHI HA IL POTERE LO UTILIZZA VOLUTAMENTE PER FERIRE IL PIÙ DEBOLE.

UN COMPORTAMENTO CONFIGURA UN **REATO** SE INFRANGE UNA NORMA GIURIDICA. QUESTO PUÒ ACCADERE CON ATTI DI BULLISMO MA ANCHE CON AZIONI ALL'INTERNO DI SEMPLICI LITIGI.



FATTORI DI RISCHIO FAMILIARI

- STILE EDUCATIVO GENITORIALE TROPPO PERMISSIVO;
- STILE EDUCATIVO GENITORIALE COERCITIVO;
 - SISTEMA DI REGOLE FAMILIARI POCO STRUTTURATO E CARATTERIZZATO DA INCOERENZA;
 - IN ALCUNI CASI LA VIOLENZA E L'AGGRESSIVITÀ SONO UNA CARATTERISTICA DELL'INTERO SISTEMA FAMILIARE.



PRINCIPALI INDICATORI DELLA VITTIMA

INDICATORI PRIMARI

- È RIPETUTAMENTE PRESA IN GIRO, DENIGRATA, MESSA IN RIDICOLO, UMILIATA E SOTTOMESSA;
 - È OGGETTO DI DERISIONE;
 - VIENE AGGREDITA FISICAMENTE E PICCHIATA;
- NEI LITIGI E NEGLISCONTRI È INDIFESA E REAGISCE PIANGENDO;
 - ISUOI OGGETTI VENGONO PRESI, DANNEGGIATI;
- PRESENTA LIVIDI, TAGLI, GRAFFI, VESTITI STRACCIATA A CUI NON PUÒ DARE UNA SPIEGAZIONE NATURALE.



PRINCIPALI INDICATORI DELLA VITTIMA

INDICATORI SECONDARI

- È SPESSO SOLA ED ESCLUSA DAL GRUPPO DEI PARI;
- VIENE SCELTA PER ULTIMA NEI GIOCHI DI GRUPPO;
- TENDE SEMPRE A STARE VICINO L'INSEGNANTE O QUALCHE ADULTO NELL'ORARIO D'INTERVALLO;
- HA DIFFICOLTÀ A PARLARE IN CLASSE, È ANSIOSA ED INSICURA;
 - APPARE ABBATTUATA, DEPRESSA;
- MOSTRA UN PROGRESSIVO PEGGIORAMENTO DEL RENDIMENTO SCOLASTICO.



REAZIONI DELLA VITTIMA

- **SINTOMI ANSIOSI**: ALTERAZIONE DEL RITMO SONNO VEGLIA, INCUBI NOTTURNI, INAPPETENZA, AGITAZIONE PSICOMOTORIA, PAURE DIFFUSE, EVITAMENTO DEI CONTESTI GRUPPALI;
- **SINTOMI DEPRESSIVI**: TRISTEZZA, APATIA E DISINTERESSE DIFFUSO, AFFATICAMENTO ED ASTENIA, ESPLOSIONI DI RABBIA INGIUSTIFICATA, ISOLAMENTO;
- **SINTOMI SOMATICI**: MAL DI TESTA, PROBLEMI GASTROINTESTINALI, ADDOMINALGIE, DERMATITI.



GLI SPETTATORI

IL LORO COMPORTAMENTO ASSUME VALORE DECISIVO RISPETTO ALLA POSSIBILITÀ DI FAVORIRE O INIBIRE IL FENOMENO.

COSA FANNO GLI SPETTATORI?

- ASSISTONO E MANIFESTANO INTERESSE PER LE AZIONI DEL BULLO;
- MOSTRANO INDIFFERENZA ALLONTANANDOSI DALLA SITUAZIONE;
 - TEMONO RITORSIONI;
- LA VITTIMA È CONSIDERATA RESPONSABILE DELLA PROPRIO SORTE;
 - NON HANNO RAPPORTI CON LA VITTIMA;
 - SENSO DI IMPOTENZA «TANTO NON SERVE A NULLA».



CYBERBULLISMO - LE TIPOLOGIE

SCRITTO-VERBALE: OFFESE E INSULTI TRAMITE MESSAGGI DI TESTO, EMAIL, PUBBLICATI SUI SITI, SOCIAL NETWORK O TRAMITE TELEFONO (ES. TELEFONATE MUTE).

VISIVO: DIFFUSIONE DI FOTO O VIDEO CHE RITRAGGONO SITUAZIONI INTIME, VIOLENTE O SPIACEVOLI TRAMITE CELLULARE, SITI WEB E SOCIAL NETWORK.

ESCLUSIONE: ESCLUSIONE DALLA COMUNICAZIONE ONLINE, DAI GRUPPI.

IMPERSONIFICAZIONE: FURTO, APPROPRIAZIONE, USO E RIVELAZIONE AD ALTRI DI INFORMAZIONI PERSONALI COME LE CREDENZIALI D'ACCESSO ALL'ACCOUNT E-MAIL, AI SOCIAL NETWORK.



CYBERBULLISMO, COSA LO RENDE INSIDIOSO

PERVASIVITÀ ED ACCESSIBILITÀ: IL CYBERBULLO PUÒ RAGGIUNGERE LA SUA VITTIMA IN QUALSIASI MOMENTO E IN QUALSIASI LUOGO.

- **PERSISTENZA DEL FENOMENO:** IL MATERIALE DIFFAMATORIO PUBBLICATO SU INTERNET PUÒ RIMANERE DISPONIBILE ONLINE ANCHE PER MOLTO TEMPO;
- **MANCANZA DI FEEDBACK EMOTIVO:** IL CYBERBULLO, NON VEDENDO LE REAZIONI DELLA SUA VITTIMA AI SUOI COMPORTAMENTI, NON È MAI TOTALMENTE CONSAPEVOLE DEL DANNO CHE ARRECA: QUESTO LO RENDE PIÙ DISINIBITO E ABBASSA I LIVELLI DI AUTOCONTROLLO.
- **SPETTATORI INFINITI:** LE PERSONE CHE POSSONO ASSISTERE AD EPISODI DI CYBERBULLISMO SONO POTENZIALMENTE ILLIMITATE.
- **MOLTIPLICAZIONE DI CYBERBULLI:** LA NATURA ONLINE DEL CYBER BULLISMO PERMETTE CHE SIANO MOLTI QUELLI CHE DIVENTANO CYBERBULLI, ANCHE SOLO CONDIVIDENDO O PROMUOVENDO L'EPISODIO DI CYBER BULLISMO.



ESITI PER LE VITTIME A BREVE TERMINE

- SINTOMI FISICI QUALI MAL DI STOMACO, MAL DI TESTA;
- SINTOMI PSICOLOGICI QUALI DISTURBI DEL SONNO, INCUBI, ANSIA;
- PROBLEMI DI CONCENTRAZIONE E CALO DEL RENDIMENTO SCOLASTICO;
 - RILUTTANZA AD ANDARE A SCUOLA;
 - SCARSA AUTOSTIMA.



A LUNGO TERMINE

- DEPRESSIONE;
- ANSIA;
- FOBIE SOCIALI;
- DISTURBI PSICOSOMATICI;
- ABBANDONO SCOLASTICO;
- COMPORTAMENTI AUTOLESIVI;
- ISOLAMENTO SOCIALE.



SPETTATORI NEL CYBERBULLISMO

- GLI SPETTATORI CHE POSSONO ASSISTERE AD EPISODI DI CYBERBULLISMO SONO POTENZIALMENTE ILLIMITATI;
- LA DIFFUSIONE IN RETE È INCONTROLLABILE E NON AVVIENE CON UN GRUPPO DI PERSONE DEFINITO;
- GLI SPETTATORI POSSONO SVOLGERE UNA FUNZIONE PASSIVA (SE SI LIMITANO A RILEVARE NELLE PROPRIE MAIL, NEGLI SMS, NELLE CHAT, ATTI DI CYBERBULLISMO DIRETTI AD ALTRI) O ATTIVA (SE SCARICANO, DIFFONDONO E COMMENTANO IL MATERIALE).



COME INTERVENIRE

SONO MOLTISSIME LE POSSIBILITÀ DI INTERVENTO SPERIMENTATE E POSSIBILI IN UN INTERVENTO DI PREVENZIONE O RIDUZIONE DEL BULLISMO RIVOLTE AL:

- SINGOLO CHE SUBISCE PREPOTENZE (VITTIMA);
- SINGOLO CHE AGISCE PREPOTENZE (BULLO);
- GRUPPO CLASSE;



COME INTERVENIRE CON LA VITTIMA

- **SUPPORTO INDIVIDUALE:** PERMETTE AL SOGGETTO DI AVERE QUALCUNO CHE LO ASCOLTA RIDUCENDONE IL SENSO DI SOLITUDINE ANCHE SE I TEMPI DI LAVORO SONO PIÙ LUNGHI RISPETTO AL LAVORO DI GRUPPO.
- **AIUTO IN CLASSE:** ATTRAVERSO IL SOSTEGNO DEGLI INSEGNANTI E DEI CONSULENTI SI AFFRONTANO I BULLI CON I COMPAGNI PRESENTI SPERIMENTANDO MODALITÀ PER AFFRONTARE IL PROBLEMA.
 - **GRUPPO DI AUTO-MUTUO AIUTO TRA LE VITTIME:** LE PERSONE CHE VIVONO LA STESSA SITUAZIONE SI AIUTANO NEL TROVARE STRATEGIE PER AFFRONTARE IL PROBLEMA RIDUCENDO IL SENSO DI SOLITUDINE E INCOMPRESIONE.



COME INTERVENIRE CON IL BULLO

- **APPROCCIO MORALE:** SI BASA SULLA CAPACITÀ DI ASCOLTARE IL BULLO PER AIUTARLO GRADUALMENTE A SVILUPPARE LA CAPACITÀ EMPATICA, ATTRAVERSO UN'ESPERIENZA DI EMPATIA SU DI SÉ. L'OBIETTIVO È QUELLO DI PROMUOVERE LA CAPACITÀ DI SENTIRE LE EMOZIONI E I VISSUTI DELLE VITTIME..
- **APPROCCIO LEGALE:** SI BASA SULLA CONDIVISIONE DEI COMPORTAMENTI ACCETTABILI E NON ACCETTABILI ALL'INTERNO DEL GRUPPO CLASSE E DELLA SCUOLA. L'OBIETTIVO È QUELLO DI FAR RIFLETTERE E RESPONSABILIZZARE L'ALUNNO SULLA GRAVITÀ DEGLI ATTI COMPIUTI.
- **APPROCCIO UMANISTICO** (APPROCCIO SENZA ACCUSE): SI BASA SULLA CAPACITÀ DI ASCOLTARE E DI STABILIRE UNA GENUINA COMUNICAZIONE CON IL BULLO PER AIUTARLO GRADUALMENTE A SVILUPPARE LA CAPACITÀ EMPATICA ATTRAVERSO UN'ESPERIENZA DI EMPATIA SU DI SÉ.



COME INTERVENIRE SUL GRUPPO CLASSE

- **APPROCCIO CURRICULARE:** PREVEDE L'UTILIZZO DI ATTIVITÀ DIDATTICHE CHE AFFRONTANO ATTRAVERSO TEMATICHE STORICHE, SOCIALI E CULTURALI LE CARATTERISTICHE DEL BULLISMO (ES. IL CONCETTO DI POTERE, DI OPPRESSIONE, DI VIOLENZA, IL PREGIUDIZIO, LA DIVERSITÀ, ECC.). L'OBIETTIVO È QUELLO DI ACQUISIRE E POTENZIARE LA CONSAPEVOLEZZA DEL FENOMENO DELLE PREVARICAZIONI, EVIDENZIANDONE CAUSE, EFFETTI E STRATEGIE DI RISOLUZIONE.
- **POTENZIAMENTO DELLE ABILITÀ SOCIALI E DELLA COOPERAZIONE:** PERMETTE AL GRUPPO CLASSE DI MIGLIORARE LE CAPACITÀ COMUNICATIVE E RELAZIONALI. SI IMPARA A LAVORARE CON GLI ALTRI E SI VALORIZZA IL LORO CONTRIBUTO ATTENUANDO LA COMPETIZIONE



IN OGNI STORIA DI BULLISMO NON C'È MAI UN
VINCITORE E NEMMENO UN VINTO, C'È
SOLO UN SOGGETTO DEBOLE CHE SE LA PRENDE CON UNO
ANCORA PIÙ DEBOLE E APPROFITTA DELL'INCOMPETENZA
E DELL'ANALFABETISMO EMOTIVO, CHE DOMINA
L'AMBIENTE IN CUI ENTRAMBI VIVONO E SI MUOVONO
PER AFFERMARE UN POTERE
FITTIZIO, FATTO DI DEGRADO, UMILIAZIONE, SOLITUDINE
E OMERTÀ.

ALBERTO
PELLAI



In che modo si comunicano eventi come il bullismo o simili, alle famiglie?



SI CREA INNANZITUTTO UNA RELAZIONE TRA SCUOLA E FAMIGLIA, PER FAR SI CHE OGNI TIPO DI COMUNICAZIONE AVVENGA IN UN MODO SICURO E CHIARO.

- ° COMPITI PER CASA
- ° COLLOQUI CON INSEGNANTI
- ° CONTRATTO EDUCATIVO



- ° GARANTIRE UN'ACCOGLIENZA SCOLASTICA IN CUI ALLE FAMIGLIE VENGANO COMUNICATE CON CHIAREZZA REGOLE E RISORSE.
- ° AVERE UNO SPAZIO IN CUI RICEVERE LE FAMIGLIE CONSONO AL DIALOGO
- ° AVERE TEMPI ADEGUATI PER IL RICEVIMENTO DELLE FAMIGLIE.
- ° AVERE UNO SPAZIO DI CONFRONTO TRA I COLLEGHI IN MODO DA POTER FARE FOCUS SULL'ALUNNO O SULL'ALUNNA PER POTER AVERNE PRESENTI NECESSITÀ E RISORSE.
- ° PARTIRE DAL PRINCIPIO CHE SIA NECESSARIO CONDIVIDERE CON COLLEGHI E GENITORI IL SUCCESSO PRIMA DELL'INSUCCESSO.

MOLTO IMPORTANTI SONO ANCHE I MOMENTI DEDICATI ESCLUSIVAMENTE ALL'INCONTRO CON I GENITORI, QUESTI POSSONO ESSERE DI GRUPPO OPPURE INDIVIDUALI:

- GLI INCONTRI IN GRUPPO SONO DI SOLITO FINALIZZATI A FAR CONOSCERE AI GENITORI IL PROGETTO EDUCATIVO, LE ATTIVITÀ, GLI OBIETTIVI, IL CALENDARIO DIDATTICO, GLI OPERATORI IMPEGNATI QUOTIDIANAMENTE CON I BAMBINI, EVENTUALI PROGETTI IN CUI C'È L'IDEA DI UN LORO COINVOLGIMENTO DIRETTO. SARÀ POI UTILE PROPORRE UNA RIUNIONE CON I GENITORI NEL CASO DI EVENTI NON IN PROGRAMMA, CHE POTREBBERO TURBARE L'EQUILIBRIO DELLA QUOTIDIANITÀ DEI BAMBINI, COME AD ESEMPIO, L'ALTERNARSI DELLE FIGURE CHE SI PRENDONO CURA DEI BAMBINI, PER UNA MATERNITÀ O UNA MALATTIA OPPURE VALUTARE LA PROPOSTA DI NUOVE ATTIVITÀ.

- I COLLOQUI INDIVIDUALI SONO DEDICATI A CIASCUN BAMBINO: SARÀ IMPORTANTE CONDIVIDERE CON I GENITORI I PROGRESSI DEL FIGLIO E GLI ASPETTI CRITICI SU CUI LAVORARE INSIEME; I COLLOQUI SARANNO ANCH'ESSI PROGRAMMATI.

AD ESEMPIO ALL'INIZIO DELL'ANNO SARÀ FONDAMENTALE UN COLLOQUIO DEDICATO AD OGNI FAMIGLIA, PER CONOSCERE AL MEGLIO IL BAMBINO, LE SUE ABITUDINI, I GIOCHI PREFERITI, I GUSTI ALIMENTARI E TUTTO QUELLO CHE I GENITORI RITENGONO IMPORTANTE FARCI SAPERE PERCHÈ POSSIAMO PRENDERCI CURA DEI LORO FIGLI NEL MIGLIORE DEI MODI; IN QUESTO PRIMO COLLOQUIO SARÀ BENE CONSEGNARE ANCHE UNA SCHEDA DA COMPILARE CON LE INFORMAZIONI PIÙ IMPORTANTI.





NON DOVRÀ INFINE MAI MANCARE LA POSSIBILITÀ PER I GENITORI PER RICHIEDERE UN MOMENTO DI ATTENZIONE DEDICATO OGNI QUALVOLTA SE NE RISCONTRI LA NECESSITÀ;

INFATTI, SOLTANTO INSTAURANDO UN RAPPORTO DI PIENA FIDUCIA ATTRAVERSO LA COMUNICAZIONE CONTINUA, SI POTRÀ LAVORARE IN PIENA SERENITÀ CON I BAMBINI E CRESCERE BAMBINI SERENI ED EMOTIVAMENTE SANI.

Grazie



per l'attenzione

Psicologa Letizia Galli

Tel. 3337249701

dott.ssaletizia@direzionedidatticaaldomoro.edu.it