

Bullismo e aggressività

Tipologie relazionali e interventi preventivi

Beatrice Curti - *Psicologo del Consultorio Ce.L.A.F.*

Giuseppe Giunta – *Direttore del Consultorio Ce.L.A.F.*

Bullismo: 1. Definizione e lettura in termini relazionali; 2. Sviluppo del fenomeno: emergenza? 3. Interventi e strategie preventive.

1. Definizione e lettura in termini relazionali

Il termine “bullismo” deriva dall’inglese *bullying*: parola che definisce i comportamenti di prepotenza tra bambini e adolescenti, caratterizzati da oppressione fisica e psicologica e agiti da un gruppo o da una persona verso una o più vittime.

Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato o vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da parte di uno o di più compagni. Le vittime del bullo sono solitamente più deboli della media dei ragazzi. Si può distinguere una forma di bullismo diretto, che si manifesta in attacchi relativamente aperti nei confronti della vittima, e di bullismo indiretto, che consiste in una forma di isolamento sociale ed in una intenzionale esclusione dal gruppo. Un comportamento da “bullo” è un tipo di azione (individuale o collettiva) che mira deliberatamente a ferire; spesso è persistente, talvolta dura per settimane, mesi e persino anni ed è difficile per coloro che ne sono vittime difendersi.

Alla base della maggior parte dei comportamenti sopraffattori c’è un abuso di potere e un desiderio di intimidire e dominare. Il bullismo assume forme differenti: fisiche: colpire con pugni o calci, appropriarsi di, o rovinare, gli effetti personali di qualcuno; verbali: deridere, insultare, prendere in giro ripetutamente, fare affermazioni razziste; indirette: diffondere pettegolezzi fastidiosi, escludere qualcuno da gruppi di aggregazione. Le vittime dei bulli hanno vita difficile, possono sentirsi oltraggiate, possono provare il desiderio di non andare a scuola. Nel corso del tempo è probabile che perdano sicurezza e autostima, rimproverandosi di “attirare” le prepotenze dei loro compagni. Questo disagio può influire sulla loro concentrazione e sul loro apprendimento. Alcuni ragazzi possono presentare sintomi da stress, mal di stomaco e mal di testa, incubi o attacchi d’ansia. Altri si sottrarranno al ruolo di vittima designata dei bulli marinando la scuola. Altri ancora potranno persino sviluppare il timore di lasciare la sicurezza della propria casa. Le conseguenze di tale situazione sono spesso gravi e possono provocare strascichi anche in età di molto successive a quelle del sopruso stesso.

La Relazione è asimmetrica, dominata da un sistema motivazionale agonistico [attacco (sovra-attivato) e fuga (sotto attivato)] anziché da quello cooperativo.

Sistemi motivazionali (Liotti, 2001)

<p>- Sistema agonistico</p> <p>Attivato da:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▲ Percezione che la risorsa è limitata ▲ Segnali mimici di sfida ▲ Ridicolizzazione, colpevolizzazione, giudizio ▲ Emozioni: collera da sfida, trionfo, potenza, orgoglio, disprezzo, superiorità 	<p>▲ Sistema cooperativo</p> <p>Attivato da:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Percezione di obiettivo comune • Segnali di non-minaccia (sorriso) • Emozioni: empatia, lealtà reciproca, condivisione, fiducia, gioia
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

I bulli hanno un forte bisogno di dominare gli altri e si dimostrano spesso impulsivi. Vantano spesso la loro superiorità, vera o presunta, si arrabbiano facilmente e presentano una bassa tolleranza alla frustrazione. Manifestano grosse difficoltà nel rispettare le regole e nel tollerare le contrarietà e i ritardi. Tentano a volte di trarre vantaggio anche utilizzando l'inganno. È spesso presente nell'esperienza infantile del bullo un atteggiamento negativo di fondo, caratterizzato da mancanza di calore e di coinvolgimento, da parte delle persone che si prendono cura di lui in tenera età, fattore che appare importante per lo sviluppo di modalità aggressive nella relazione con gli altri. Anche l'eccessiva permissività e tolleranza verso l'aggressività manifestata verso i coetanei e i fratelli crea le condizioni per lo sviluppo di una modalità aggressiva stabile. Un ruolo importante è ricoperto anche dal modello genitoriale nel gestire il potere: l'uso eccessivo di punizioni fisiche porta il bambino ad utilizzarle come strumento per far rispettare le proprie regole. Le condotte inadeguate si verificano, con maggior probabilità, quando i genitori non sono a conoscenza di ciò che fanno i figli o quando non hanno saputo fornire i limiti oltre i quali certi comportamenti non sono consentiti.

2. Sviluppo del fenomeno: emergenza?

Fenomeno che preoccupa il mondo adulto:

1. per la diffusione,
2. per la precoce comparsa degli episodi,
3. per la tipologia di violenze presentate.

I bulli si dimostrano molto abili nelle attività sportive e di gioco e sanno trarsi d'impaccio anche nelle situazioni difficili. Al contrario di ciò che generalmente si pensa, non presentano ansia o insicurezze. I bulli hanno ridotte abilità verbali (non usano il dialogo ma l'azione) ed utilizzano un modello relazionale reattivo-aggressivo associato, se maschi, alla forza fisica che, suscitando popolarità, tende ad auto-rinforzarsi negativamente raggiungendo i propri obiettivi.

L'Obiettivo dell'azione del bullo è quello di aumentare il valore personale ed il potere dell'aggressore.

Il problema del bullismo non consiste tanto nel bullo, quanto nei suoi adepti, nel clima di complicità e omertà che adottano i suoi compagni. Costoro si mostrano,

infatti, capaci di individuare e deprecare le prevaricazioni del più forte sul più debole ma, di fatto, non fanno nulla per opporvisi.

Diffusione (Olweus, 1993):

1. Bullo come modello positivo per gli amici che sfida autorità e ottiene rispetto da altri ragazzi;
2. Partecipazione al gruppo diminuisce inibizioni sociali;
3. Gruppo determina effetto di “diluizione” delle responsabilità (riduzione senso di colpa).



Oggi c'è, rispetto al passato, un maggior tasso di denunce (aspetto positivo), per la maggiore consapevolezza degli adulti circa le conseguenze del bullismo, profonde e talvolta irreversibili.

Emerge, nel bullo, un deficit di intelligenza emotiva. [non c'è capacità empatica]. In famiglia c'è incapacità a gestire l'aggressività ed a modularne l'espressione. Il gruppo, come detto, favorisce gli episodi di bullismo, perché al suo interno si indeboliscono sia il controllo sia l'inibizione delle condotte negative e si riduce la consapevolezza della responsabilità individuale.

Precocità della comparsa:

Un tempo il fenomeno si presentava alle scuole superiori, oggi compare già nella scuola primaria. (S. Vigetti Finzi)

Tipologia violenze presentate.

I “Lividi sia dell'anima che del corpo” (S. Vigetti Finzi) si presentano in 3 forme, indicative della maggiore aggressività sia fisica che, soprattutto, psicologica:

1. Azioni fisiche: da aggressioni lievi all'appropriazione di oggetti fino a violenza fisica o uso di armi.
2. Comportamenti verbali: minacce, insulti, prese in giro riguardanti scuola, persona, fisicità e scelte sessuali.
3. Comportamenti indiretti: pettegolezzo e calunnia mirata a esclusione da gruppo.

3. Interventi e strategie preventive

Per combattere il bullismo è importante che siano espresse le regole da rispettare e da seguire ma non è educativo ricorrere soltanto alla punizione fisica. Un intervento preventivo va rivolto a tutti gli alunni e non direttamente ai “bulli” e alle loro vittime, perché, al fine di un cambiamento stabile e duraturo, risulta maggiormente efficace agire sulla comunità degli spettatori. L'intervento psicologico individuale sul “bullo” è inefficace. Infatti il “bullo” non è motivato al cambiamento, in quanto le sue azioni non sono percepite da lui come un problema, esse sono un problema soltanto per la vittima, gli insegnanti e il contesto. L'intervento diretto sulla vittima, pur efficace a fini individuali, non lo è per quanto riguarda la riduzione del fenomeno del “bullismo”. Quella vittima

cesserà di essere tale e il bullo ne cercherà presto un'altra nel medesimo contesto.

Castigare i colpevoli non basta!!! È NECESSARIO modificare le strutture relazionali che permettono il verificarsi di episodi di aggressività

Gestione delle emozioni

1. Riconoscere emozioni positive e negative sperimentate nei vari contesti (es. rabbia, senza averne timore o vergogna);
2. Imparare a tollerare le emozioni negative (in primis la frustrazione);
3. Realizzare soprattutto nei contesti scolastici interventi che promuovano la COLLABORAZIONE
4. Cultura "dell'altro", del "diverso", come risorsa

Educare alla relazione

- Riflettere sui propri meccanismi di pensiero-azione
- Imparare ad ascoltare e considerare opinioni altro ("ascolto attivo")
- Comunicare in modo efficace
- Imparare a riconoscere ciò che è giusto da ciò che è sbagliato nelle relazioni
- Promuovere una cultura basata su rispetto solidarietà legalità

I vari punti sinora trattati costituiscono i capisaldi attorno a cui far ruotare le azioni di prevenzione e di intervento efficaci per contrastare il bullismo. La loro conoscenza è utile ad acquisire una maggior comprensione del fenomeno per coloro che, più o meno direttamente, si trovano ad affrontare il problema, sia allo scopo di ridurlo che di produrre cambiamenti stabili e duraturi nei soggetti coinvolti.

Bibliografia

- Fedeli D., 2005, **Psicologia e scuola**, numeri 121, 122, 123, 124, 125, Giunti Firenze
- Fedeli D., 2007, **Il Bullismo: oltre** vol. 1 e 2, Vannini, Brescia
- Fedeli D., 2008, **Psicologia e scuola**, numero 0, Giunti, Firenze
- Goleman D., 1995, **Intelligenza emotiva**, BUR
- Greemberg L., Paivio S., 2000, **Lavorare con le emozioni in psicoterapia integrata**, Edoardo Giusti, Milano
- Liotti G., 1994, **La dimensione interpersonale della coscienza**, Carocci, Firenze
- Liotti G., 2001, **Le opere della coscienza**, Cortina, Milano
- Menesini E., 2000, **Bullismo che fare?**, Giunti, Firenze