

# CYBER BULLISMO



# Bullismo e Cyberbullismo sono due fenomeni diversi?



Seppure con caratteristiche e modalità diverse, il bullismo e il cyberbullismo sono due fenomeni strettamente collegati tra loro.

Spesso chi è vittima di bullismo “tradizionale” è anche contemporaneamente vittima di cyberbullismo, definiti dalla letteratura come “global victims” (Shariff e Churchill, 2010).

# Definizione di bullismo

- “Il **bullismo** è una sottocategoria del comportamento aggressivo, ma di un tipo particolarmente crudele, poiché è diretto in modo ripetuto verso una vittima che spesso non è in grado di difendersi a causa del suo isolamento, perché più piccola, debole o semplicemente meno sicura di sé. Il ragazzo che agisce in modo prepotente può approfittare di questa opportunità per gratificazione personale o per acquisire status di prestigio nel gruppo.” (Menesini, Nocentini, 2008).
- Ciò che connota l'atto di bullismo è la MODALITA' ATTRAVERSO CUI VIENE ESPRESSA L'AGGRESSIVITA' (Di Renzo, 2007):

# Una prima definizione di Cyberbullismo

- Atto aggressivo e intenzionale, condotto da un individuo o da un gruppo, attraverso varie forme di contatto elettronico, ripetuto nel tempo contro una vittima che non può difendersi. (Smith et al., 2008)

Indica quindi tutti quegli atti di vessazione, umiliazione, molestia, diffamazione, azioni aggressive indirette effettuati tramite mezzi elettronici come l'e-mail, la messaggistica istantanea, i social network, i blog, i telefoni cellulari, i forum e/o i siti web.

**PER 90% DEI PARTECIPANTI AD UN SONDAGGIO ONLINE IL BULLISMO E IL CYBERBULLISMO SONO UNA PROBLEMATICA DEL PROPRIO CONTESTO DI VITA, I DUE TERZI HANNO DICHIARATO DI AVERLI SUBITI PERSONALMENTE ALMENO UNA VOLTA E UN TERZO DI CONSIDERARE NORMALE RIMANERNE VITTIMA.**

**I RAGAZZI CONSIDERANO IL CYBERBULLISMO COME IL FENOMENO SOCIALE PIÙ PERICOLOSO DEL CONTESTO STORICO IN CUI VIVONO.**

*U-Report* realizzato dall'Unicef (2016)

*«qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione, furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati personali in danno di minorenni, realizzata per via telematica, nonché la diffusione di contenuti on line aventi ad oggetto anche uno o più componenti della famiglia del minore il cui scopo intenzionale e predominante sia quello di isolare un minore o un gruppo di minori ponendo in atto un serio abuso, un attacco dannoso, o la loro messa in ridicolo».*



# Le caratteristiche del bullismo e cyberbullismo

## ➤ Intenzionalità:

la volontà di creare un danno, fisico o psicologico, alla vittima in assenza di una provocazione esplicita;

## ■ Persistenza nel tempo/ sistematicità:

gli episodi sono ripetuti nel tempo e si verificano con elevata frequenza

## ➤ Asimmetria:

disuguaglianza di forza e di potere, uno prevarica sempre e l'altro subisce.

Se nel bullismo convenzionale l'asimmetria di potere che viene esercitata dal bullo nei confronti della vittima è di tipo fisico o sociale, in questa nuova forma di aggressività il potere viene imposto attraverso l'abilità e le competenze acquisite nelle nuove tecnologie.

# Le forme del bullismo

**fisiche:** colpire con pugni o calci, appropriarsi, o rovinare, gli effetti personali di qualcuno;

**verbali:** deridere, insultare, offendere, minacciare, prendere in giro ripetutamente, fare affermazioni discriminanti;

**indirette:** diffondere pettegolezzi e calunnie, diffamare, escludere qualcuno dal gruppo di aggregazione, vessazione psicologica: **bullismo relazionale,**

In quest'ultima categoria rientra anche il **cyberbullismo** che ricalca le stesse dinamiche ma in maniera ancora più efferata in quanto digitale e impersonale.





- Nel cyberspazio il bullismo acquisisce delle caratteristiche peculiari che non si sostituiscono a quelle già esistenti, ma si aggiungono e tendono ad amplificare ancora di più il fenomeno.
- Esistono però delle caratteristiche tipiche del cyberbullismo che si evidenziano soprattutto nel senso di sicurezza e di paura che la condotta aggressiva digitale arreca alle vittime.

# Bullismo VS Cyberbullismo

Attori definiti: bullo, gregari, vittima, osservatori. Generalmente il bullo è fisicamente prestante o sa usare il corpo per far male

- Qualunque persona può diventare bullo (anche con basso potere sociale: “vittime”).

Sono coinvolte persone della scuola o compagnia, solitamente conosciute.

- Assistono alle prepotenze un numero elevato di astanti (bystanders) che molto spesso non conoscono la vittima.

La conoscenza degli episodi di bullismo circola all'interno di un territorio ristretto (classe, scuola, compagnia, gruppo sportivo).

- Il materiale può essere diffuso in tutto il mondo. Le tecnologie consentono un'ampia visibilità delle prepotenze, raggiungendo un pubblico potenzialmente illimitato, si amplifica l'effetto dell'aggressione,

Il bullismo si può perpetrare in tempi definiti: pausa ricreazione, tragitto casa-scuola, cambio negli spogliatoi, etc.

- I materiali circolano in qualunque orario, ma soprattutto possono permanere sui siti a lungo.



Contenimento del livello di disinibizione del “bullo”, che dipende dalla dinamica di gruppo.

- Alto livello di disinibizione del “bullo” (si fanno cose che nella vita reale sarebbero più contenute).

Bisogno del bullo di rendersi “visibile”. Ha bisogno di dominare le relazioni interpersonali

- Il potere del bullo è accresciuto dall'invisibilità

Può vedere gli effetti sulla “vittima”, ha una fredda consapevolezza

- Non vede gli effetti. Insufficiente consapevolezza

Il bullo si nasconde dietro una “maschera”. Deresponsabilizzazione

- Creazione di una personalità virtuale del bullo. Depersonalizzazione



# Caratteristiche del Cyberbullismo

Dunque oltre alle caratteristiche tradizionali del bullismo (l'intenzionalità, la persistenza nel tempo, l'asimmetria di potere, la natura sociale del fenomeno) il bullismo on line sembra essere connotato anche dalle caratteristiche del Cyberspazio:

- **La distanza sociale:** che il web crea, diviene un elemento fondamentale per comprendere l'efferatezza di alcuni comportamenti; infatti, in questo caso, mancano tutti quei feedback affettivi e comportamentali che fanno capire al bullo che l'altro sta soffrendo.
- **L'indebolimento delle remore morali:** associato alla possibilità di presentarsi sul web come un'altra persona, rafforza nell'aggressore l'idea di essere al sicuro dalle conseguenze.
- **L'assenza dei limiti spazio temporali:** mentre nel caso del bullismo scolastico, l'aggressione avviene in momenti e contesti specifici, l'onnipresenza del web rende l'attacco sempre possibile, esponendo la vittima ad una costante azione vessatoria





# Bullo e Cyberbullo

## ➤ Bullo dominante:

- Aggressività generalizzata sia verso gli adulti sia verso i coetanei,
- Impulsività e scarsa **empatia** verso gli altri, **generale immaturità nel riconoscere le emozioni**
- La sua prepotenza non è dovuta ad insicurezza e scarsa autostima, al contrario si tratta di un bambino sicuro di sé, con elevate abilità sociali, capaci di istigare gli altri. Ulteriori ricerche hanno mostrato che per i cyberbulli si evidenziano punteggi maggiori di ansia e depressione
- Vanta la sua superiorità, vera o presunta, si arrabbia facilmente e presenta una bassa tolleranza alla frustrazione, alle regole e alle contrarietà
- Ha buone doti psicologiche utilizzate però al fine di manipolare la situazione a proprio vantaggio, con forte bisogno di dominare gli altri. Tenta, a volte, di trarre vantaggio anche utilizzando l'inganno.

- Il rendimento scolastico è vario ma tende ad abbassarsi con l'aumentare dell'età e, parallelamente a questa, si manifesta un atteggiamento negativo verso la scuola.
- atteggiamento positivo verso la violenza, poiché è ritenuta uno strumento per raggiungere i propri obiettivi.
- È alla ricerca di emozioni forti, estreme, stabilisce con gli altri rapporti interpersonali improntati quasi sempre sulla prevaricazione.

# Bullo e Cyberbullo gregario

- Più ansioso, insicuro, poco popolare, cerca la propria identità e l'affermazione nel gruppo attraverso il ruolo di aiutante o sostenitore del bullo.
- Assume la funzione di SOBILLATORE
- Questo comportamento da parte dei componenti del gruppo risponde a delle finalità auto protettive sotto due aspetti.
  1. limita la possibilità che quel soggetto diventi personalmente vittima del bullo.
  2. l'identificazione con l'aggressore crea l'illusione di essere personalmente potenti e non indifesi. Non si tratta, quindi, del riconoscimento della leadership del bullo da parte dei coetanei, ma piuttosto questi saranno disposti ad accettare i suoi modi, poichè combattuti tra amore e timore per lui. Questo rappresenta però una grave minaccia per il benessere del gruppo.



# Gli osservatori



## Difensore della vittima

- Sostiene la vittima consolandola, standole vicina.
- Difende la vittima contrastando apertamente il bullo.

## Sostenitore del bullo

- Rafforza e sostiene la prevaricazione tramite risate, incitazioni e segnali di condivisione del comportamento negativo, inoltri

## Esterno

- Non prende posizione né in favore del bullo né della vittima.
- Rimane estraneo, spettatore della situazione.

# Vittima: passiva- sottomessa

- soggetti ansiosi, insicuri, cauti, esteriormente calmi, carente autostima, opinione negativa di sé, si considerano stupidi, falliti, poco attraenti;
- se attaccati, reagiscono piangendo o chiudendosi in loro stessi: mancano di adeguate strategie per fronteggiare le emozioni derivanti da situazioni stressanti, che causano in loro senso di fallimento e frustrazione;
- spesso sono fisicamente più deboli dei pari;
- hanno un atteggiamento negativo nei confronti della violenza;
- dal punto di vista delle relazioni sociali intrecciano relazioni con altre vittime passive, bassi livelli di accettazione da parte dei pari, sono isolati, si colpevolizzano del proprio comportamento senza riuscire a parlare con nessuno
- possono far parte di gruppi minoritari (disabili, stranieri)



# Le famiglie delle vittime passive

- Il contesto familiare in cui crescono le vittime passive, sembra caratterizzato da un elevato livello di coesione e **iperprotezione**, alti livelli di comunicazione e basso livello di conflittualità e controllo coercitivo.
- Questi attributi dell'ambito familiare favoriscono l'instaurarsi di un forte legame di **interdipendenza** tra i membri, vincolo che impedisce al bambino di **sviluppare un adeguato livello d'indipendenza e autonomia personale**: racchiuso come si sente all'interno del proprio nucleo **egli sviluppa un atteggiamento d'ansia e paura verso il mondo protettivo esterno**, (Genta, 2002; Menesini, Giannetti & Genta, 1999).



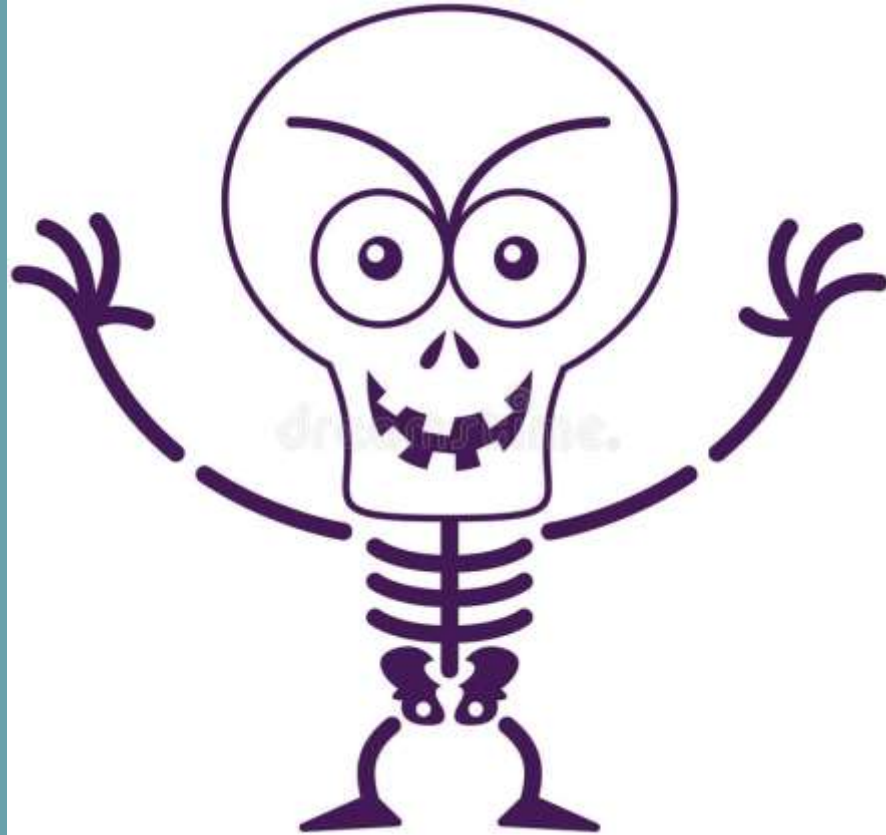
# Vittima provocatrice

- Impulsiva, reattiva irritabile. In qualche modo provoca gli altri e raramente riesce a reagire, ma con comportamenti che non riescono ad avere la meglio su quelli del bullo.
- Ha scarsi rapporti con i pari.
- Perry et al. (1992) hanno definito la figura della vittima provocatrice come “**aggressore inefficace**” o “**vittima ad alto conflitto**”; secondo gli autori, questi bambini hanno difficoltà a modulare la loro affettività in situazioni di conflitto interpersonale, durante le quali si verifica un’iperattivazione emotiva che trasforma l’interazione con i pari in uno scambio aggressivo, che successivamente sfocia in angoscia emotiva e frustrazione per il soggetto.

# Le famiglie delle vittime provocatrici

- Rigby (1994) famiglie caratterizzate da un basso livello di comunicazione e carenza di affetto e di sentimenti positivi,
- i soggetti indagati da Baldry e Farrington (1998) descrissero i loro genitori come autoritari, punitivi e carenti di capacità di supporto





PERCHÉ  
TANTA  
CATTIVERIA?

- La dimestichezza delle nuove generazioni con la tecnologia, nonché la facilità con cui è possibile realizzare e perpetrare prepotenze informatiche (click del mouse, touch sul display) rende difficile per i giovani comprendere a pieno il potenziale lesivo delle loro azioni “virtuali” e la concreta drammaticità delle conseguenze per le vittime (c.d. effetto della tecnomediazione). Lo schermo del computer o il display dello smartphone, si frappongono fisicamente e psicologicamente tra la sofferenza della vittima e l’autore della prepotenza, impedendo la comprensione a pieno di quanto subisce la vittima.

# Per quali motivi agisce il cyberbullo?

Il bullo in genere compie azioni di prepotenza per ottenere popolarità all'interno di un gruppo, per divertimento o semplicemente per noia.

*Per il cyberbullismo, in particolare, sono stati definiti alcuni comportamenti specifici che possono scatenare il fenomeno:*

- un utilizzo eccessivo di Internet
- un accesso alla rete senza controllo da parte degli adulti
- partecipazione a gruppi online
- utilizzo di webcam e social network
- utilizzo molto frequente di videogiochi violenti





## Il disimpegno morale (Bandura, 2002)

- I meccanismi di disimpegno morale sono delle strategie cognitive con cui i ragazzi giustificano e legittimano le loro aggressioni.
- Questi meccanismi *consentono* al trasgressore di una norma di lenire il senso di colpa e la vergogna potenzialmente derivanti dall'atto trasgressivo
- Le forme di disimpegno morale possono strutturarsi, stabilizzarsi e quindi diventare un modello per il soggetto, che in qualche maniera lo svincolano da regole e norme.



- Fra i meccanismi del disimpegno morale, quello più utilizzato dal bullo è la **DEUMANIZZAZIONE** (Menesini, Fonzi, Vannucci, 1997).
  - Consiste nell'attribuire alle vittime un'assenza di sentimenti umani che frena il nascere e lo svilupparsi del senso di colpa di fronte alla loro sofferenza. Agisce quindi sulla capacità empatica di un individuo: quando una persona viene "degradata" dal suo stato di essere umano viene meno la corrispondenza empatica di un secondo soggetto.
- Nel Cyberbullismo l'assenza di un contatto reale tra il bullo e la vittima (lack face to face contact, Scheiner) potrebbe facilitare la deumanizzazione

# Il bullismo/ cyberbullismo e il disimpegno morale (Bandura, 2002)

- **Giustificazione morale:** Si giustifica l'azione negativa invocando valori superiori (es. “è giusto diffondere la sua foto nuda, mi ha tradito”)
- **Etichettamento eufemistico:** Considerare l'azione negativa come meno grave, positiva. (es. “bannare dei compagni fastidiosi significa solo dar loro una lezione”)
- **Confronto vantaggioso:** Si confronta la propria azione con una peggiore (es. “Ho commentato la sua foto con “sei sfigato” c'è chi usa termini peggiori; “gli ho dato solo uno spintone, mica un pugno”)
- **Dislocazione della responsabilità:** La responsabilità dell'azione è riversata su altri. (es. “ho soltanto inoltrato la foto che ha fatto un mio amico”)
- **Diffusione della responsabilità:** La responsabilità dell'azione è divisa tra più persone. (es. “non è colpa mia, l'abbiamo fatto tutti insieme”; “non sono stato solo io, c'erano anche degli altri”)
- **Distorsione delle conseguenze:** Minimizzazione delle conseguenze dell'azione negativa (es. “ma non si è fatto niente!”)
- **Attribuzione di colpe alla vittima:** La vittima viene considerata responsabile di ciò che le accade. (es. “è stato lui a provocarmi”)

# I fattori predisponenti

Il bullismo è un fenomeno multifattoriale, alcune delle possibili cause sono:



# Fattori di rischio ambientali

**Condizioni di svantaggio socio-economico:** basso reddito, quartieri a rischio

**Contesto culturale:** (Olweus), i ragazzi che opprimono e quelli che subiscono sono il frutto di una società che tollera la sopraffazione. Il bullismo è quindi figlio di un contesto culturale più ampio, in cui si persegue un modello di forza e potere, in cui vige la distinzione tra vincenti e perdenti, in cui la sconfitta non è ben vista. I mass media, televisione, cinema, videogiochi, ci presentano modelli di violenza giovanile come espressione di forza e vitalità, risoltrice di conflitti e depurata da ogni segno di sofferenza o conseguenza per le vittime. In una cultura fondata sui (dis)valori della sopraffazione, dell'arroganza, della furbizia e della competizione, sarà naturale per il piccolo bullo prevaricare il compagno più debole.

# Fattori familiari

- **Clima familiare:** conflittualità coniugale, assenza di supporto nella rete sociale, psicopatologia, esposizione alla violenza.
- **Interazioni bambino-adulto:** eccessivo autoritarismo, incoerenza educativa, scarsa empatia.
- Nello specifico:
  - atteggiamento distanziante, mancanza di calore e di coinvolgimento nella relazione con il bambino da parte delle figure di accudimento nei primi anni di età (teoria dell'attaccamento);
  - stile educativo genitoriale eccessivamente permissivo, che non pone limiti e non offre contenimento all'aggressività – (il bambino sarà incapace di porre adeguati limiti al proprio comportamento);
  - uso coercitivo del potere da parte dei genitori: punizioni fisiche, violente esplosioni emotive, (si sentirà quindi autorizzato ad utilizzare gli stessi modelli di comportamento anche nelle relazioni al di fuori della famiglia)
  - lunghi periodi caratterizzati da assenza di supervisione da parte degli adulti



FRANCO TESTI

# (Attaccamento)

- Molti studi hanno indagato la qualità della relazione affettiva tra genitori e figli, in particolare ha considerato il legame di attaccamento madre-bambino.
- Da tali ricerche è emerso che i bambini con **attaccamento insicuro-evitante** esibiscono con più probabilità comportamenti di attacco e prepotenza verso i compagni (poiché non sviluppano un atteggiamento di fiducia verso gli altri e si aspettano risposte ostili),
- i bambini con **attaccamento insicuro-resistente** assumono con più probabilità il ruolo di vittime (poiché hanno poca fiducia e poca stima in se stessi, sono insicuri e ansiosi).
- Altre ricerche si sono focalizzate sugli stili educativi parentali, come contesto di apprendimento di regole e valori.  
Il bambino che vive in una famiglia in cui regnano un'educazione coercitiva, violenza e sopraffazione ha più probabilità di interiorizzare schemi di comportamento disadattivi, si sentirà quindi autorizzato ad utilizzare gli stessi modelli di comportamento anche nelle relazioni al di fuori della famiglia.  
Al contrario, se la famiglia presenta uno stile educativo permissivo e tollerante, il bambino sarà incapace di porre adeguati limiti al proprio comportamento.



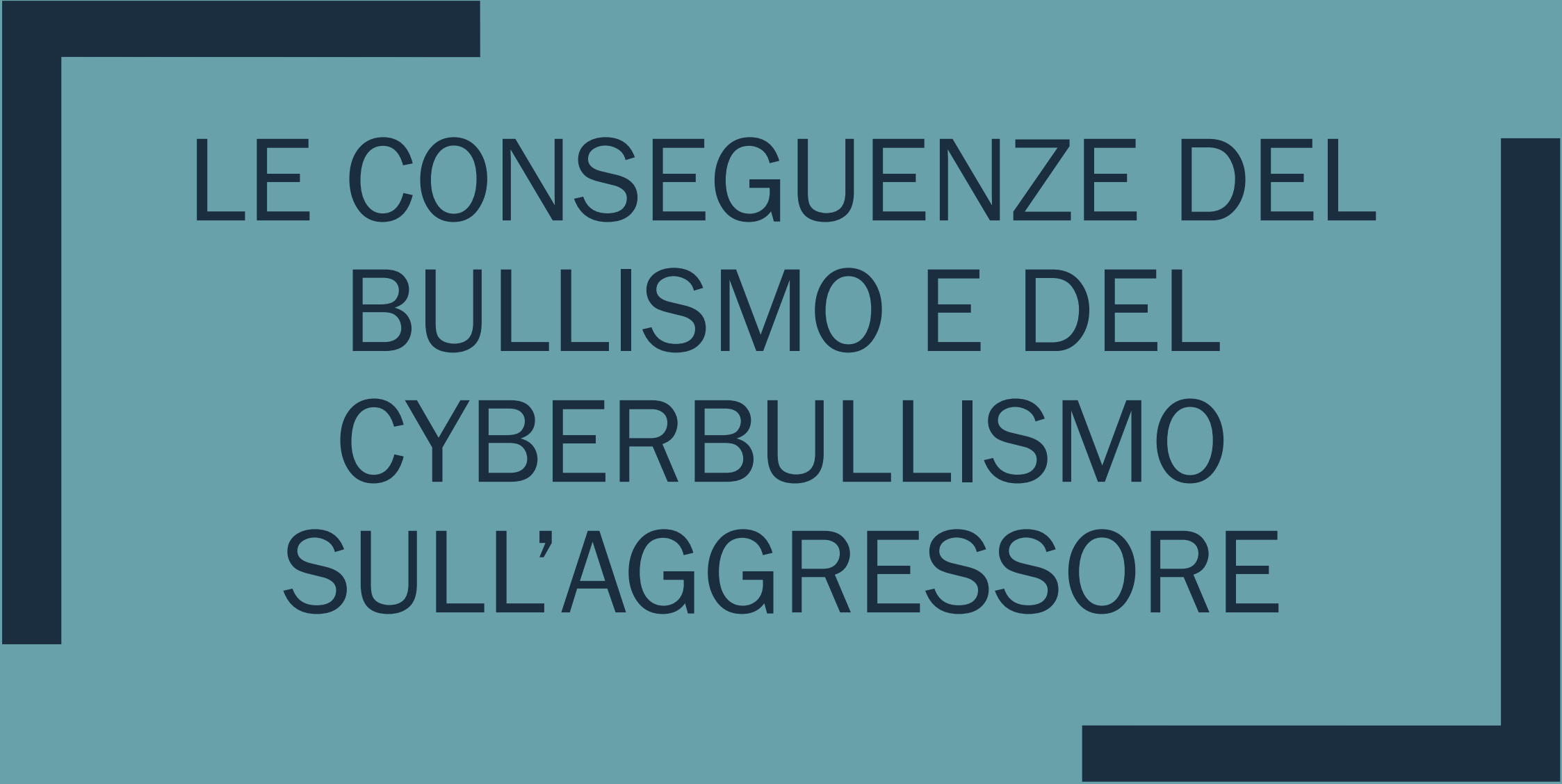
# Il Bullo

- ❑ Dodge, negli anni Ottanta del XX secolo, condusse una serie di studi sui ragazzi aggressivi americani che lo portarono a leggere le loro condotte disadattive alla luce di un errato processamento degli stimoli sociali.
- ❑ Il social information processing descritto dall'autore si articola nelle sei fasi seguenti:
  - ❑ decodifica dello stimolo sociale;
  - ❑ interpretazione dello stimolo;
  - ❑ scelta degli obiettivi;
  - ❑ generazione di possibili risposte;
  - ❑ scelta di una risposta fra le alternative generate;
  - ❑ esecuzione della risposta selezionata.

- Secondo Dodge, gli individui aggressivi tendono a fallire in una delle suddette fasi; essi, quindi, sarebbero contraddistinti da:
  - una carente decodifica dell'informazione sociale (interpretata come ostile);
  - una gamma limitata di opzioni non aggressive di reazione, specialmente in situazioni di conflitto interpersonale (Dodge, 1980; Gini, 2006)
- Varie ricerche hanno criticato l'impostazione teorica di Dodge, sostenendo che i soggetti aggressivi siano in realtà degli ottimi "lettori" degli stati d'animo e delle intenzioni altrui, e che usino tale abilità per ricavare vantaggi personali, manipolare gli altri, mantenere la dominanza e difendere il proprio status
- Attualmente, la ricerca psicologica tende a confermare che ciò che differenzia i bulli dagli individui non aggressivi NON sia la carenza di abilità sociali, bensì la mancanza di EMPATIA unita ai meccanismi di DISIMPEGNO MORALE

# Fattori personali:

- Comprende tutti gli personologici. Ha maggiore probabilità di diventare aggressivo:
  - *Un bambino con pattern comportamentali aggressivi*
  - *Un bambino che non riesce a decodificare le emozioni altri*
  - *Un bambino con deficit di autoregolazione a livello comportamentale*

A decorative L-shaped frame composed of thick, dark blue lines. The vertical line is on the left side, and the horizontal line is at the bottom. The top-left corner is rounded, and the bottom-right corner is also rounded. The frame encloses the central text.

LE CONSEGUENZE DEL  
BULLISMO E DEL  
CYBERBULLISMO  
SULL'AGGRESSORE

Per quanto riguarda gli autori di prepotenze la letteratura ha individuato esiti gravi sia a lungo che breve termine (Buccoliero & Maggi, 2017; Caravita & Gini, 2010; Farrington & Ttofi, 2011; Ttofi et al., 2011):

- difficoltà di concentrazione,
- scarso rendimento scolastico che può comportare l'abbandono scolastico;
- sviluppo di convinzioni violente a 15-20 anni;
- rischio di comportamenti di abuso di sostanze, alcol, fumo;
- disturbi della condotta, comportamento deviante e maggiore probabilità di divenire autore di reato e di avere problemi con la legge;
- reiterazione di comportamenti aggressivi e violenti in famiglia e sul lavoro.

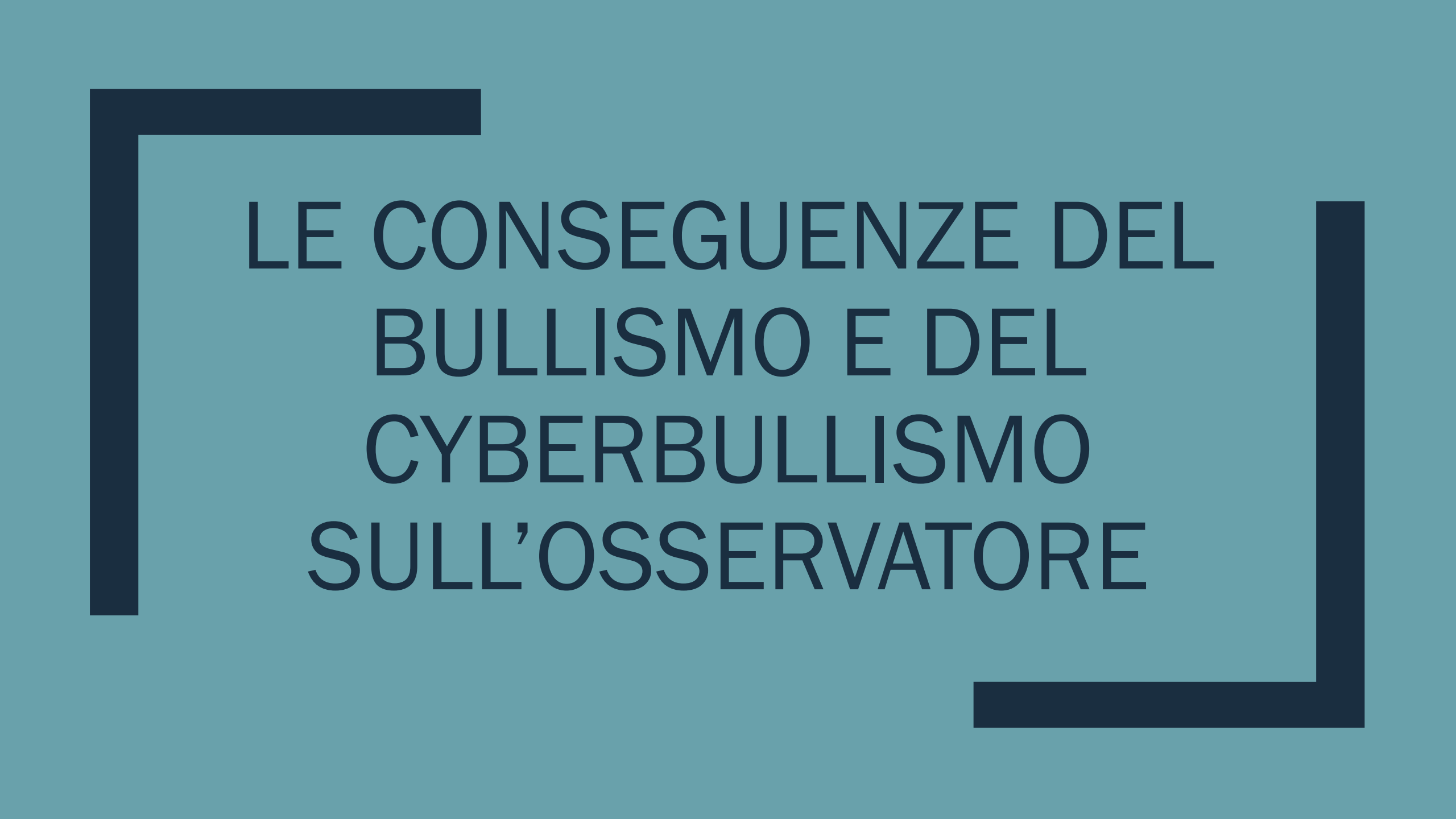
Anche per il cyberbullismo si rilevano per gli autori delle prevaricazioni esiti e correlati di disadattamento rilevanti (Sourander et al., 2010; sito del Telefono Azzurro):

- rischio di comportamenti di abuso di alcol e sostanze;
- disturbi del comportamento, della condotta e iperattività;
- problemi relazionali;
- rischio di suicidio.

# Effetti a breve e lungo termine nel bullo

Area comportamentale	Area sociale	Area cognitiva
Aggressività	Popolarità fra pari	Scarso rendimento scolastico
Crudeltà verso gli animali	Mancanza di empatia	Bocciature
Acting out		
Disagio scolastico		
Delinquenza		
Disturbo della condotta		
Disturbo antisociale di personalità		
Furti		
Vandalismo		
Abuso sostanze		





LE CONSEGUENZE DEL  
BULLISMO E DEL  
CYBERBULLISMO  
SULL'OSSERVATORE

Nel caso degli osservatori che mantengono un ruolo passivo, il non prendere una posizione comporta conseguenze negative (Buccoliero & Maggi, 2017; Fedeli, 2007 citato in Buccoliero & Maggi, 2017; Saint-Pierre, 2015; Salmivalli & Voeten, 2004):

- desensibilizzazione alle prevaricazioni,
- disimpegno morale e diffusione di norme e atteggiamenti a sostegno del bullismo nel gruppo dei pari;
- senso di insicurezza, timore di venir prevaricati;
- sentimenti d'impotenza e di colpa per il non intervento;
- possibile messa in atto di comportamenti aggressivi come difesa dagli eventuali attacchi del prepotente;
- demotivazione e difficoltà scolastiche.
- Nel caso di cyberbullismo, un recente studio (Caravita, Colombo, Stefanelli, & Zigliani, 2016) ha rilevato che assistere a situazioni di bullismo e cyberbullismo suscita negli adolescenti alti livelli di stress ed emozioni negative. Inoltre, l'esposizione al cyberbullismo suscita negli osservatori emozioni di rabbia, vergogna, paura e disgusto.





## LE VITTIME DEL BULLISMO E DEL CYBERBULLISMO

- Le conseguenze del cyberbullismo si manifestano nella vita reale delle vittime.
- È la dimensione della socialità a risentirne maggiormente.
- Vi è un rifiuto di recarsi a scuola o di svolgere le consuete attività sportive.
- Si manifestano in modo psichico e psicosomatico cioè, con cambi di umore improvvisi, disturbi emotivi, problemi di salute fisica, dolori addominali e disturbi del sonno, nervosismo, ansia e depressione, si chiudono in se stesse e non comunicano con il resto del mondo.
- Cadono in una specie di depressione. Autostima e sicurezza vengono minate profondamente, abbassamento del senso di autoefficacia. Nei casi più disperati decidono addirittura di togliersi la vita.

- Infine l'essere vittima di cyberbullismo (Bauman, Toomey, & Walker, 2013; Gradinger, Yanagida, Strohmeier, & Spiel, 2015) conduce a:
- sintomi di internalizzazione quali ansia e depressione;
- problemi di condotta; sintomi psicosomatici; disordini affettivi e scarsa qualità della vita;
- abuso di alcol e droghe;
- abbassamento dell'autostima e del senso di auto-efficacia;
- calo del rendimento scolastico, fino al rifiuto di andare a scuola;
- idee e comportamenti suicidari.

# Effetti a breve e lungo termine nella vittima

Area comportamentale	Area Affettivo-relazionale	Area sociale	Area cognitiva	Area psicosomatica
Disagio scolastico	Mancanza di autostima	Rifiuto dei pari	Difficoltà di concentrazione	Insonnia
Calo del rendimento scolastico	Ansia		Problemi di apprendimento	Incubi
Auto-aggressività	Depressione			Risvegli notturni
Autolesionismo	Mancanza di fiducia negli altri			Mal di testa
Suicidio	Ritiro sociale			Mal di pancia
Resistenza ad andare a scuola fino all'abbandono scolastico	Instabilità emozionale			Ammalarsi facilmente
	Solitudine			



Ricerca  
Vodafone  
2015

# L'11% dei teenager Italiani ha subito atti di **CIBERBULLISMO\***

Questo li ha fatti sentire...

per il **28%** depressi

il **5%** ha avuto tendenze suicide

per il **42%** indifesi



In risposta ad atti di cyberbullismo...

il **12%** ha praticato atti di autolesionismo

il **26%** ha evitato contesti sociali

il **18%** ha chiuso il proprio account sui social media

\*sondaggio di Vodafone e Yougov fra teenager di età 13-18 anni



# IL SUPPORTO PSICOLOGICO



- L'intervento di uno specialista è fondamentale, la psicoterapia o il supporto psicologico rappresentano uno spazio di ascolto e accoglienza del disagio utile anche a trovare la forza per uscire dal ruolo passivo che alimenta il circuito.
- Per i Giovani adulti che hanno subito segretamente atti di bullismo durante la scuola la psicoterapia rappresenta uno spazio dove narrare e revisionare la propria storia, questo può aiutare ad elaborare i propri vissuti dolorosi e a trovare chiavi di volta per uscire da situazioni di analoga passività nel presente.
- Difficilmente il bullo arriva in terapia nel periodo scolastico, forte del suo “successo” tra i pari. Può accadere invece dopo, quando, finita la scuola, la sua popolarità sfuma e lo stigma sociale per le condotte aggressive diventa più forte. Il lavoro si concentrerà sulle sue abilità sociali, autostima etc.
- In terapia spesso i genitori di ragazzi bulli o bullizzati

A person wearing a grey hoodie is sitting at a desk, typing on a laptop. The background is a dark blue gradient with a faint, semi-transparent image of a robot head with four glowing eyes. The text 'LE AZIONI DEL CYBERBULLO' is centered in white, bold, sans-serif font. The text is framed by a white L-shaped graphic element on the left and bottom right.

# LE AZIONI DEL CYBERBULLO



**Flaming:** messaggi violenti e volgari che mirano a suscitare contrasti e battaglie verbali negli spazi web;

**Harassment (Molestie):** l'invio ripetuto di messaggi offensivi e sgradevoli;

**Denigration (Denigrazione):** insultare o diffamare qualcuno online attraverso dicerie, pettegolezzi e menzogne, solitamente di tipo offensivo e crudele, volte a danneggiare la reputazione di una persona e i suoi rapporti;

**Impersonation (furto d'identità):** in questo caso l'aggressore ottiene le informazioni personali e i dati di accesso (nick, password, ecc.) di un account della vittima, con lo scopo di prenderne possesso e danneggiarne la reputazione;

**Happy slapping:** filmare la vittima quando viene bullizzata

**Outing and Tricking:** diffondere online i segreti di qualcuno, informazioni scomode o immagini personali; spingere una persona, attraverso l'inganno, a rivelare informazioni imbarazzanti e riservate per renderle poi pubbliche in rete;

**Exclusion (Esclusione):** escludere intenzionalmente qualcuno/a da un gruppo online (chat, liste di amici, forum tematici, ecc.);

**Cyberstalking:** invio ripetuto di messaggi intimidatori contenenti minacce e offese.

# Come sceglie la vittima il Cyberbullo?

La "diversità", nelle sue varie declinazioni, è il pretesto che il cyberbullo cerca per poter mettere in atto le sue vessazioni

- *l'aspetto estetico (67%, con picchi del 77% tra le femmine dai 12 ai 14 anni),*
- *la timidezza (67%, che sale al 71% sempre per le ragazze preadolescenti),*
- *il supposto orientamento sessuale (56% che arriva al 62 per i preadolescenti maschi),*
- *l'essere straniero (43%),*
- *l'abbigliamento non convenzionale (48%),*
- *la bellezza femminile che "spicca" nel gruppo (42%),*
- *la disabilità ( 31%, che aumenta al 36% tra le femmine dai 12 ai 14).*

Di minore importanza, o almeno non abbastanza per attirare l'attenzione dei bulli, sono invece considerati l'orientamento politico o religioso, causa di atti di bullismo rispettivamente per il 22 e il 20% dei ragazzi.

# Dove avvista la vittima il Cyberbullo?

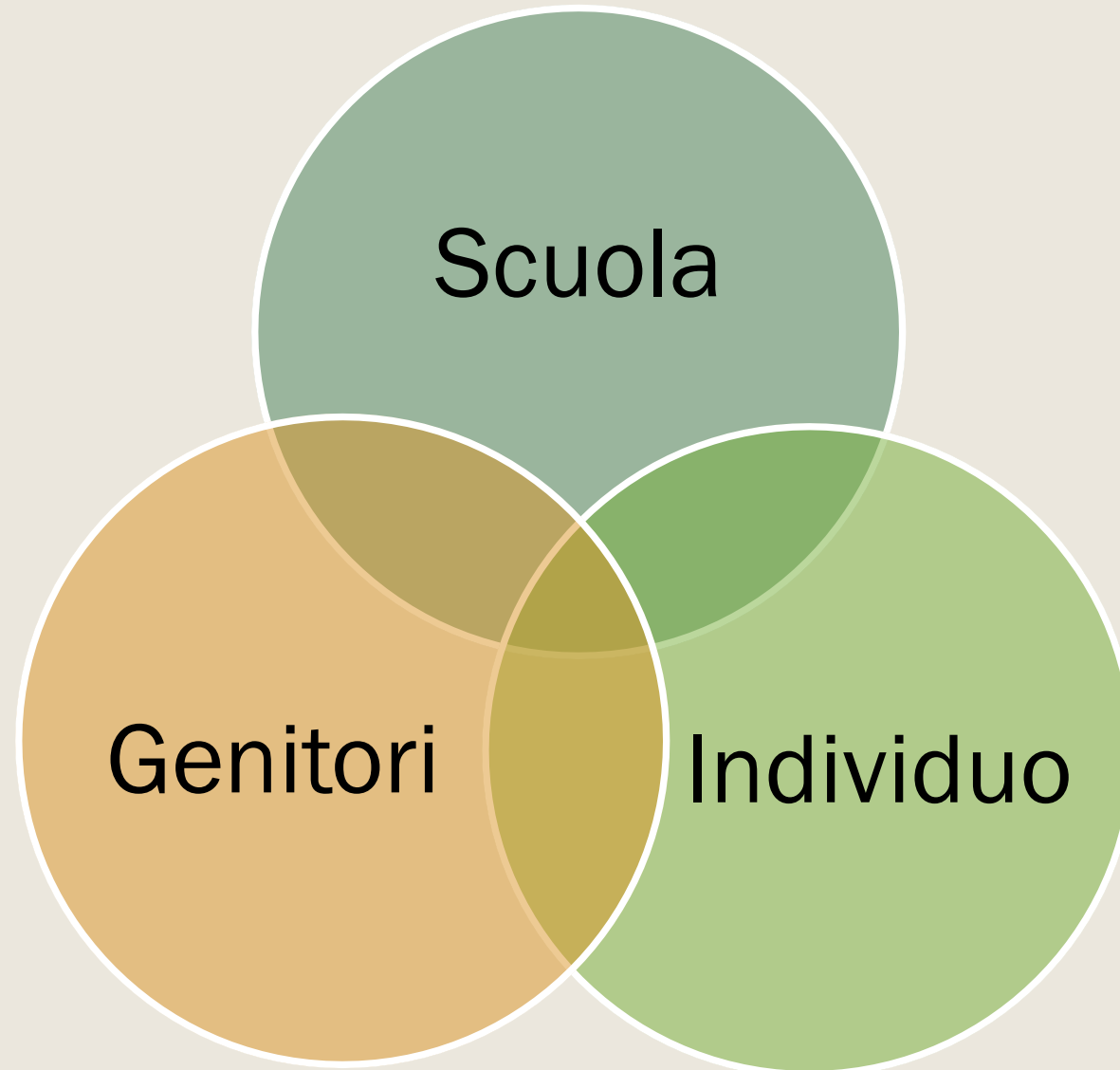
- Se per il 67% dei ragazzi italiani si può esser puntati durante la sosta in piazzetta, nel solito locale o in altri abituali luoghi di aggregazione, per l'80% dei minori intervistati la scuola rappresenta la residenza elettiva del bullismo nella vita reale, che trova rinforzo ed eco in quella virtuale attraverso un utilizzo pressoché costante di dispositivi di ultima generazione.
- Questa percentuale si innalza all'86% nei pre-adolescenti maschi.
- Ma non solo, vittime sono anche sconosciuti che hanno una pagina pubblica ad esempio su social come facebook Facebook (caso di Rose Mary).

# Come attacca la vittima il Cyberbullo?

Una volta individuata la vittima i cyberbulli entrano in azione;

- rubano e-mail, profili, o messaggi privati per poi renderli pubblici (48%),
- inviano sms/mms/e-mail aggressivi e minacciosi (52%, lo fanno soprattutto le femmine preadolescenti 61%),
- vengono appositamente creati gruppi “contro” su un social network per prendere di mira qualcuno (57%),
- vengono diffuse foto e immagini denigratorie o intime senza il consenso della vittima (59%, con picchi del 68% nel nord est), o notizie false sull’interessato via sms/mms/mail (58%).
- La modalità d’attacco preferita dai giovani cyberbulli è la persecuzione della vittima attraverso il suo profilo su un social network (61%).

# Interventi di informazione e sensibilizzazione



# I campanelli d'allarme: la possibile vittima

- È timoroso e riluttante ad andare a scuola. Al momento di andare a scuola, il figlio mostra ansia con sintomi di malessere fisico
- Per raggiungere la scuola fa lunghi giri e percorsi diversi ogni mattina
- Diminuisce il rendimento e l'interesse per la scuola
- Frequenti sbalzi di umore
- Cerca soldi (per i bulli)
- Lividi o oggetti personali spesso deteriorati
- Non porta a casa compagni di classe o altri coetanei, non ha amici per il tempo libero
- Raramente, o mai, viene invitata alle feste
- Scarica il suo nervosismo sui fratelli più piccoli o mostra eccessiva emotività
- Dorme male e fa brutti sogni
- non riesce a compiere attività che richiedono concentrazione
- Sembra infelice, depressa, o mostra inaspettati cambiamenti di umore, manifestando irritabilità e scatti d'ira
- Non riesce a dare spiegazioni plausibili del suo comportamento o per risposta diventa aggressivo



# I campanelli d'allarme: la possibile vittima

## A Scuola:

- L'allievo viene continuamente schernito dai compagni e anche se essi riferiscono che si tratta solo di un gioco, il giovane mostra segnali di disagio
- Appare depresso con facilità al pianto
- È vittima di furti e danneggiamenti
- Reagisce con il ritiro
- È spesso escluso
- Durante i momenti di svago l'allievo rimane solo o accanto ad un adulto
- In occasione di giochi di squadra viene escluso o scelto dietro sollecitazione dell'insegnante
- Nelle discussioni in classe non interviene mai e se sollecitato si mostra impacciato e timoroso di intervenire
- Il suo rendimento scolastico peggiora senza un'apparente motivazione



# campanelli di allarme del possibile bullo

- Rimprovera
- Prende in giro
- Intimidisce e minaccia
- Danneggia oggetti
- Tira calci e pugni
- IN CALSSE:
- Prende in giro ripetutamente i compagni, denigra, calunnia, minaccia, condanna
- Aggredisce i compagni
- Danneggia o ruba gli oggetti
- Esclude dal gruppo dei pari o fa escludere
- È leader di un gruppo selettivo.





# Strategie di intervento nella scuola



## ➔ GRUPPO-CLASSE

Attività curricolari: stimoli letterari, Role-play, Problem-solving

Principali obiettivi:

- Sviluppare nei ragazzi una consapevolezza sul fenomeno del bullismo e del cyberbullismo;
- Potenziare le abilità sociali, in particolare la consapevolezza emotiva e l'empatia (Alfabetizzazione emozionale);
- Promuovere il supporto tra pari

## ➔ COOPERAZIONE TRA SCUOLA E FAMIGLIA

- Corsi di formazione per i genitori e per gli insegnanti



# Scuola: atteggiamenti da evitare

- entrare in un'ottica punitiva
- punire il bullo e/o iperproteggere la vittima
- “etichettare” i ragazzi e creare sistemi di aspettative negative intorno al singolo individuo
- disapprovare la persona
- umiliare, usare sarcasmo o minacce



# Scuola: atteggiamenti da adottare

- dare rinforzi positivi rispetto al buon comportamento degli alunni
- responsabilizzare la vittima e aiutare il bullo al cambiamento
- fornire autentiche opportunità di cambiamento
- la disapprovazione va rivolta al comportamento negativo
- valorizzare il dialogo e la chiarezza
- monitorare gli spazi di gioco libero e i momenti meno strutturati;
- intervenire tempestivamente di fronte a episodi di prepotenza (non sottovalutarli né tollerarli);
- dare sostegno alle vittime;



# Scuola: atteggiamenti da adottare

- considerare i bulli come persone da aiutare oltre che da “fermare”;
- coinvolgere gli alunni nella ricerca di soluzioni adeguate al problema;
- promuovere relazioni di fiducia basate sull’ascolto e sul dialogo, anche al fine di comprendere le cause delle azioni di prevaricazione
- promuovere una cultura di gruppo centrata su solidarietà, collaborazione, empatia e comportamenti prosociali;
- creare un’alleanza educativa e un clima di collaborazione con i genitori;
- effettuare un monitoraggio costante del fenomeno, anche con l’aiuto di qualche esperto.



## Segnali ai quali i genitori dovrebbero fare attenzione in particolare per il cyberbullismo

- si rifiuta di parlare di ciò che fa online;
- utilizza Internet fino a tarda notte;
- fa un uso eccessivo di Internet;
- ha un calo dei voti scolastici;
- è turbato dopo aver utilizzato Internet.



# Interventi per i genitori

## FARE:

- Insegnare loro a saper esprimere la propria rabbia in modo costruttivo e con maturità;
- Comunicare in modo sincero;
- Insegnare loro ad identificarsi con gli altri e capire le conseguenze dei propri comportamenti;
- Prendere esempio dai valori positivi che si vedono a casa.
- tenere il computer in una stanza della casa frequentata da tutti;
- controllare con regolarità che cosa faccia il proprio figlio, condividendo con lui anche le attività sul computer;
- cercare di parlargli per capire quale genere di attività online gli piacciono;
- cercare online il suo nome: esaminando i suoi profili o i messaggi sui siti delle comunità di teenager, si può capire se è coinvolto in atti di bullismo



## INSEGNARE:

- mai dare informazioni personali, come nome, indirizzo, numero di telefono, età, nome e località della scuola o nome degli amici a chi non si conosce personalmente o a chi si conosce sul web;
- non condividere le proprie password, neanche con gli amici;
- non accettare incontri di persona con qualcuno conosciuto online;
- mai rispondere a un messaggio che faccia sentire confusi o a disagio. Meglio ignorare il mittente, terminare la comunicazione e riferire quanto accaduto a un adulto;
- mai usare un linguaggio offensivo o mandare messaggi volgari online.





Istruire a:

- non rispondere a e-mail o sms molesti e offensivi;
- non rispondere a chi insulta o prende in giro;
- non rispondere a chi offende nelle chat o esclude da una chat;
- salvare i messaggi offensivi che si ricevono (sms, mms, e-mail), prendendo nota del giorno e dell'ora in cui il messaggio è arrivato;
- cambiare il proprio nickname;
- cambiare il proprio numero di cellulare e comunicarlo solo agli amici;
- utilizzare filtri per bloccare le e-mail moleste;
- non fornire mai dati personali (nome, cognome, indirizzo di residenza) a chi si conosce in chat o sul web;
- parlane immediatamente con un adulto (genitori o insegnanti);
- in caso di minacce fisiche o sessuali, è possibile contattare anche la Polizia.



# Cosa fare nel caso che tuo figlio sia una vittima del cyberbullismo?

- Ascoltare tuo figlio, appoggiarlo e aiutarlo a superare la crisi.
- Se gli stalker sono nella sua scuola parlare con gli insegnanti e lo psicologo scolastico
- Se si tratta di qualcosa di piu' grave allora contatta pure la polizia



# Cosa non bisogna mai fare:

- Arrabbiarsi agitarsi o provare vergogna: il messaggio da veicolare è non devi sentirti responsabile di quanto accaduto: il bullismo non è colpa tua ma di chi aggredisce.
- Sminuire l'importanza dell'accaduto: è necessario dare il giusto valore al vissuto dei propri figli
- Dare la colpa alla scuola: non togliere la fiducia che i ragazzi hanno riposto nelle istituzioni
- Propinare consigli della «nonna» tipo «ignorali, rendi pan per focaccia, picchiali per primo»: non bisogna esporre la vittima a un rischio elevato di ritorsioni

