

#cuorinrete
#generazioniconnesse
#stopbullyng

insicurezza
social network
utilizzo social sbagliato
ridondanza
bulli
violenza
paura
debolezza
cattiveria
depressione
suicidio
imputenza
vittima
oppressione
falla
parole
Internet
sentimenti
giudizio
derisione
paranoia
vulnerabilità
fragilità
prepotenza
vergogna
violenza psicologica
adolescenti
tristezza
lacrime
ingiustizia
minaccia
abusato

Riflessioni sul bullismo

IIS Italo Calvino

Classe 3G Liceo Scientifico Noverasco – Opera

a.s. 2021-2022

Un grazie a:

Marco Anastasio, Ayse Baban,

Enrico Bostina, Ludovica Caniglia,

Alice Carleo, Simone Cortese,

Arianna D'Amico, Alessandro Gnoli,

Ginevra Manfredi, Federico Mangione,

Alessandro Massetti, Marta Montanari,

Francesca Pastore, Claudia Patella, Lorenzo Sauro,

Carlo Torraccia, Giacomo Uboldi per le loro riflessioni

Un grazie a Mercedes Auteri e a Giorgia Ferrara per gli spunti di riflessione e per la sensibilità alla trattazione di questi argomenti.

La copertina è stata realizzata collettivamente con l'applicativo "mentimeter", ogni componente della classe poteva scegliere tre parole pensando al bullismo-cyberbullismo.

Maggiore è la dimensione delle parole, maggiore è stata la loro ricorrenza...paura, violenza, debolezza e ancora cattiveria, ingiustizia...parole che non dovrebbero più esistere!

Buona lettura! Lilibiana Liborio

Consegna: dopo aver esposto la tua interpretazione personale e le sensazioni provate osservando l'opera proposta, scrivi una riflessione sul fenomeno del bullismo-cyberbullismo, sulla sua diffusione, su cosa sarebbe importante fare per arginarlo e su tutto quello che ti viene in mente ed hai voglia di scrivere in merito.

Bullying di Matt Mahurin



Matt Mahurin, collezione privata, 2017



Una interessante interpretazione sul fenomeno del bullismo è offerta dall'illustrazione intitolata Bullying di Matt Mahurin (Santa Cruz, 31 gennaio 1959). È un illustratore, fotografo e regista statunitense; i suoi lavori sono stati utilizzati da riviste quali TIME, Newsweek, Rolling Stone, Esquire, Forbes e The New York Times.



Il quadro di Matt Mahurin, intitolato “Bullying” rispecchia e illustra con tanto di particolari un qualsiasi episodio o situazione di bullismo.

Nell’immagine si vede come la vittima, ovvero la ragazzina più piccola, si trovi sull’orlo del precipizio, quasi spinta dalla bulla, che probabilmente è stata dipinta con una maggiore fisicità proprio per mettere in luce la sensazione di vuoto e impotenza che prova la bambina impaurita o qualsiasi vittima durante un atto di bullismo. Lo sfondo del quadro è caratterizzato da un baratro sormontato da un cielo scuro e da nuvoloni grigi e neri che rappresentano, metaforicamente, la “tempesta” in cui si trova la vittima mentre viene bullizzata; la vittima, quindi, risulta molto spesso isolata, sola e senza alcun tipo di aiuto contro un problema che da sola non sarebbe capace di gestire. Il precipizio può anche essere visto come una specie di limite: la bambina viene dipinta sull’orlo e ancora in vita, ma se dovesse fare un altro passo indietro, rischierebbe di cadere. Ora, questa ipotetica caduta può simboleggiare il gesto estremo della vittima, che in alcuni casi corrisponde al suicidio, come purtroppo succede in molte situazioni. Come detto in precedenza, l’efficacia di questo quadro risiede anche nei particolari; uno di questi è, ad esempio, l’ombra imponente della bulla sulla vittima che quasi la copre tutta, facendola sentire annullata ed insicura.

Un altro particolare è sicuramente il pugno chiuso della bulla e la sua posizione eretta, che simboleggiano un atteggiamento violento e aggressivo da parte sua. Infine, oltre alla bulla e alla vittima sulla scena sono presenti degli spettatori, che nel dipinto sono rappresentati come ombre. Queste persone, infatti, pur non appoggiando la bulla nelle sue malefatte, sono da considerare complici degli atti di violenza verso la persona oppressa, poiché si comportano esattamente come delle ombre, vuote e indifferenti. Il quadro in questione racchiude tutti gli elementi tipici dell’atto di bullismo; l’oppressore, la vittima, gli spettatori, la violenza, la paura provata dalla vittima. Infine, ci sono poi gli aiutanti del bullo, il quale solitamente non gira mai da solo, ma solo in gruppo, prendendo di mira i più deboli. Nonostante il bullismo sia comunque un tema di cui si parla frequentemente nelle scuole, non è mai sparito del tutto; fortunatamente non mi è mai capitato nemmeno di assistere o di conoscere qualcuno che davvero è stato bullizzato, ma le storie di alcuni ragazzi che sono stati o sono tuttora vittime di bullismo sono preoccupanti.

Un modo sicuramente efficace per limitare questo genere di episodi violenti è continuare a parlarne nelle scuole e sensibilizzare i più giovani riguardo questo tema, ma alla fine credo sia impossibile estirpare del tutto il bullismo, poiché anche episodi, seppur di gravità minore, avverranno sempre.

Lo stesso discorso può essere applicato per il cyberbullismo, dove è ancora più facile anzi criticare una persona dietro a uno schermo o ad un nickname falso; in questo senso un bullo o chiunque abbia cattive intenzioni è facilitato nel compierle, poiché non ha bisogno nemmeno del coraggio necessario per avvicinarsi di persona ad una potenziale vittima, potendolo fare comodamente sui social, senza rivelare la propria identità.

In conclusione, il bullismo, anche se non sempre a un livello estremo, rimane comunque un problema da affrontare, cercando sempre di più col tempo di limitare i suoi danni.



Mi trovo nella mia stanza e sono seduto a fissare sul computer il quadro di Matt Mahurin, e mi viene da pensare di essere noi quelle ombre ferme, lì a guardare una povera ragazza che sta per precipitare da un dirupo da cui non si può più risalire. Guardando l'opera penso sia anche colpa nostra se quella ragazza sta per cadere, non solo del ragazzaccio prepotente di turno che crede di essere superiore, perché siamo noi che non la aiutiamo e siamo noi a deriderla facendole credere di essere sola al mondo. Provo ribrezzo nell'ipotesi che un domani io potrei essere quell'ombra inerme fermo a guardare una futura morte di un giovane che aveva ancora tutta la vita davanti. Il pensiero che al giorno d'oggi avvengano ancora fatti del genere mi fa pensare come la nostra società abbia ancora molti problemi, nonostante i molti sforzi fatti, il bullismo è ancora vivo nella nostra quotidianità: appena tre anni fa una mia cara amica, Giorgia, si suicidò a causa di un qualche ragazzo che giocava a fare Dio con le vite degli altri. Lei non aveva mai parlato con nessuno dei suoi problemi, solo nella sua ultima lettera. Da quel giorno continuo a pensare perché ogni ragazzo o ragazza vittima di bullismo non esponga mai le sue difficoltà a qualcuno o come sia possibile che nessuno si accorga del malessere interiore di una persona. Eliminare il bullismo è quasi impossibile come far smettere di fumare chi ormai lo fa da anni poiché è troppo diffuso e radicato nella società per poterlo combattere, inoltre esistono moltissimi tipi di bullismo dal più banale, come un semplice insulto, al più violento, come il cyberbullismo che è ancora più complesso e più violento; l'unica cosa che si può fare è arginarlo con piccoli gesti come segnalare a qualcuno, come a un docente, colui che sta commettendo atti di bullismo oppure cercare di aiutare la vittima standogli vicino. Concludo con il dire che qualsiasi cosa si faccia con l'intento di aiutare è meglio che stare fermi a guardare come quelle ombre che stanno immobili a non fare nulla.



Il dipinto riportato produce in me emozioni intense e connesse tra loro; il ricordo del passato si manifesta nitido nella mia mente osservandolo, provocando in me un forte senso di rabbia e paura che, nonostante il trascorrere degli anni, non sono ancora stata in grado di superare. Ho sempre cercato di lottare contro la sensazione di impotenza, tentando di avere tutto sotto controllo e sperando di limitare le occasioni di vulnerabilità; purtroppo, però quando mi si sono presentate davanti in maniera incombente ho dovuto fare i conti con la realtà che stranamente questo quadro riesce a illustrare perfettamente. I pugni serrati da una parte e le mani nascoste dall'altra diventano simbolo delle figure protagoniste della scena che esprimono la propria fragilità sfruttando comportamenti opposti: rispettivamente: il tentativo di diventare piccoli piccoli e intoccabili, chiudendosi in se se stessi e l'assunzione di una superiorità apparente, volta a nascondere la reale persona, troppo spesso profondamente insicura. Intrappolati in un vortice di timore, non esiste via di uscita evidente, ogni varco è occluso: in una direzione, una schiera di nemici, della quale compare solo l'ombra, che sfrutta la propria posizione per alimentare la dose di odio represso ed ingiustificato, nascondendosi dietro il loro punto di riferimento; nell'altra l'astratto futuro, rappresentato dalla distesa fosca e infinita segnalata dal precipizio, nella quale è sempre più probabile cadere con la consapevolezza che la salvezza è possibile tanto quanto la sconfitta. Il terrore predomina sulla scena e dagli occhietti dell'indifesa bambina ne fuoriesce la reale essenza,

che sprigionandosi definisce un grigio contesto, privo di speranza, dove l'unico elemento che si è in grado di cogliere è la prepotenza del predatore. Quando si sente parlare di questo argomento le reazioni che si ottengono sono quelle di sdegno o compassione, ma nonostante questo non si è in grado di coglierne la gravità e quando si è reali testimoni di un evento di ostentazione, si fa un passo indietro perché fino al momento in cui esso non colpisce in prima persona non si sente la necessità di intervenire, generando così una moltitudine di individui indifferenti, quasi addormentati. Il bullismo è un fenomeno enormemente diffuso e apparentemente inarrestabile, esso è la fonte di innumerevoli insicurezze e spesso causa il suicidio tra gli adolescenti; loro sono le vittime adatte per i prepotenti perché vengono colti indifesi in un periodo della vita dove sono convinti che non esista una via di mezzo, prendendo in considerazione esclusivamente gli estremi e ritenendo che nessuno li comprenda; si sentono soli, sono tutti potenzialmente nemici da dover combattere, ma quando poi si imbattono in coetanei che sfruttano la loro instabilità per apparire più forti, riescono a rendersi conto che coloro che fino a quel momento avevano affrontato energicamente delineano le loro ancore di salvezza, i loro fari nella nebbia, che hanno atteso, sopportando le difficoltà e gli attacchi ingiustificati, pronti ad apportare aiuto in caso di necessità e, nonostante la speranza di non essere costretti ad intervenire, non demordendo mai. Il bullismo è un aspetto della società che supera i tempi e i confini territoriali, è sempre esistito, in ogni luogo della Terra, anche in quello più nascosto; non dipende dalle caratteristiche proprie della vittima ma è legato alla modalità con la quale il bullo stesso cresce; essendo sostanzialmente una persona fragile, egli sfrutta la violenza per compensare ciò, riuscendo oltretutto ad acquisire un posto fondamentale nella gerarchia adolescenziale, la quale prevede un leader intorno al quale si radunano quei ragazzi che hanno bisogno di qualcuno che sia disposto a proteggerli da ulteriori personaggi dispotici e che compiono qualsiasi azione per mantenere saldo questo rapporto. Naturalmente per questa ragione non è corretto attribuire la colpa ad un'unica figura perché tutti coloro che non fanno in modo di evitare soprusi, mantenendo il silenzio, sono ugualmente responsabili.

Sarebbero molte le soluzioni volte a reprimere una volta per tutte il bullismo, ma alle base di queste esiste un principio fondamentale: l'educazione.

E' necessario che i ragazzi crescano con una famiglia, oltre che presente, capace di definire dei sani valori che permettano di indirizzare le menti dei più piccoli su ciò che rappresenta la giustizia, insegnando loro che non si deve essere fieri della brutalità ma, al contrario, della disponibilità, della gentilezza e dell'onestà che li contraddistingue, portandoli ad ammettere gli errori effettuati. Bisogna diffondere il concetto secondo il quale il parlare con gli adulti di ciò che accade non sia un comportamento da persone deboli ma caratterizza i più tenaci e coraggiosi, così da rendere possibile una limitazione della violenza che altrimenti potrebbe diffondersi a macchia d'olio. Non si può dimenticare, infine, che le parole sono le armi peggiori che esistono in questo mondo, tanto quanto gli atti violenti. Esse entrano nella mente senza farsi sentire, non lasciando tracce ma piantando delle radici sempre più profonde e difficili da sradicare. Si sottovalutano, convincendosi che ciò che non produce segni immediati o visibili non sia sufficientemente importante da essere combattuto, ma così non è: quando esse si insinuano nel cervello non lasciano via di scampo, inducendo la persona a ritenere non necessario l'aiuto esterno, costringendola a caricarsi del peso sulle proprie e uniche spalle e non permettendole di capire che il fardello, se suddiviso, non è solo più facile da trasportare ma soprattutto meno terrificante da trattare.



Ai giorni d'oggi il bullismo è sfortunatamente un fenomeno che si trova al picco della sua diffusione, specialmente con la velocissima propagazione dei social media, i quali favoriscono il cyberbullismo, una variante del bullismo relegata solamente all'ambito di internet; ciò non vuol dire che la presenza del fenomeno d'origine sia diminuita, infatti essa persiste, sfortunatamente, con forza.

Però, nel corso dei decenni, sono stati fatti diversi tentativi e prese altrettante iniziative mirate a ridurre l'influenza di questa piaga sulla vita di tutti i giovani; alcuni potrebbero affermare che essi siano stati inefficaci, data la persistenza del fenomeno, ma si può essere certi che, senza tali numerosi interventi, la situazione sarebbe decisamente peggiore di come è adesso.

L'illustrazione di Matt Mahurin intitolata Bullying è particolarmente significativa in questo senso: essa raffigura due ragazzine vicino ad un burrone, una torreggiante sull'altra che si trova sull'orlo della scarpata; inoltre, si possono osservare numerose ombre dietro la ragazza più alta, le quali appaiono osservare la situazione rimanendo però inerti, nonostante la bambina più bassa sembri sul punto di cadere e, probabilmente, morire.

Tutto ciò è soltanto l'insieme delle apparenze e degli aspetti più superficiali; il vero senso dell'opera risiede nel simbolismo e nella sua capacità evocare in noi forti emozioni, infatti come suggerisce il titolo, essa è una metafora del bullismo che non richiede alcuna parola: la ragazza più alta torreggiante su quella più bassa ci dà un'idea di impotenza, sentimento diffuso tra le vittime di bullismo, mentre il baratro dietro quest'ultima ci fa capire come, con una piccola spinta da parte di un bullo, si possa cadere in un pozzo di infinita depressione e tristezza; un grande significato simbolico è inoltre attribuito al gruppo di ombre, riconducibili a coloro i quali, pur assistendo ad un'istanza di bullismo, rimangono inerti, astenendosi dall'agire. Infine, la mancanza dei volti della bulla e delle ombre possiede lo scopo di deumanizzare tali figure, mentre la vittima mantiene i suoi tratti facciali, in tal modo portandoci a provare ulteriore compassione per lei. Però si può affermare che, oltre a tali significati più ovvi, siano presenti simbolismi più astratti ed oscuri, con lo scopo di provocare una reazione puramente emotiva; ne sono un esempio i colori, i quali evocano concetti di sporcizia e marciume, causando nell'osservatore una sensazione di disgusto e lo stile stesso dell'opera che può ricondursi alla cosiddetta uncanny valley (valle perturbante), ovvero l'insieme di raffigurazioni realistiche ma dall'aspetto artificiale che provocano nell'osservatore inquietudine e sconforto. Infatti, le due ragazzine appaiono quasi come dei manichini, rigidi e senza emozioni; dopotutto il bullismo porta spesso le vittime ad assumere un atteggiamento apatico.

Però dopo tutto ciò rimane sempre una domanda: è possibile fermare il bullismo? E se sì, come? A mio parere la risposta è, sfortunatamente, no, infatti il bullismo è un fenomeno che, come tanti altri fenomeni del suo genere, è profondamente radicato nella natura umana, quindi estirparlo è a dir poco impossibile; ma di certo ci si può sforzare ad arginarlo il più possibile, e tale scopo si può raggiungere in diversi modi.

In primo luogo, si deve parlare estensivamente di bullismo agli studenti, soprattutto mentre frequentano la scuola primaria e secondaria di primo grado, poiché in quei momenti le loro menti sono altamente plasmabili e perciò incorporare in loro l'idea di bullismo come fenomeno negativo risulta più facile, così come risulta più semplice insegnare i metodi per combatterlo, ovvero rivolgersi a degli adulti competenti.

In secondo luogo, è necessario mettere a disposizione degli studenti uno psicologo sempre disponibile in grado di aiutarli a superare la situazione, la quale spesso lascia effetti permanenti

anche dopo la sua conclusione. Infine, bisogna che tutti noi facciamo la nostra parte nella battaglia contro il bullismo, aiutando le vittime e testimoniando in loro favore, poiché non fare niente è parte del problema.



Il dipinto di Matt Mahurin è molto particolare: più tempo lo guardi, più dettagli riesci a notare; Dopo aver quindi trovato questi dettagli fondamentali, mi sento di poter dare un'interpretazione personale. Nel dipinto è chiaramente distinguibile la postura autoritaria della ragazza girata di spalle, che inscena il bullo: le sue mani sono serrate e il volto è inclinato verso quello della vittima; proprio da questo particolare possiamo notare la differenza fisica tra le due ragazze. La vittima invece subisce senza potersi opporre: di fatto la ragazzina più piccola ha un'espressione spaventata e si trova ad un passo dal cadere nel vuoto. Un altro ruolo che riscontriamo quasi sempre è quello degli spettatori (le ombre) che assistono alla violenza senza dire nulla se non (solo a volte) incitando il bullo a continuare. Il bullismo consiste in una serie di comportamenti violenti e ripetuti commessi da un bullo contro una vittima definita adatta da quest'ultimo. Per violenza non si intende solo quella fisica ma anche, e soprattutto, psicologica (prese in giro, emarginazione...). Il bullismo si basa però su uno squilibrio tra due o più soggetti: solitamente il bullo è più grande e forte fisicamente (la ragazza a destra), la vittima invece è più fragile e spesso timida (la ragazza a sinistra). Il problema del bullismo/cyberbullismo coinvolge ogni anno migliaia di studenti che spesso non denunciano i bulli. Le istituzioni, da diversi anni a questa parte sono scese in campo per contrastare il fenomeno, lanciando campagne e istituendo numeri verdi per ogni regione. Ciò che molte vittime di bullismo non comprendono è il fatto che se non si agisce subito, o non si agisce proprio, il problema non scompare, ma il dolore diventa ancora più pesante. Un professore di psicologia è entrato in aula ponendo ai suoi studenti una domanda apparentemente semplice: "Quanto pesa un bicchiere d'acqua?". Il punto non era indovinare il peso esatto ma comprendere il significato del suo ragionamento: tenerlo per 2 secondi è molto più semplice di tenerlo per 2 minuti, poi 2 ore e così via. Arriva così la morale del discorso, che ha come tema centrale i problemi della vita ma che può combaciare perfettamente con il tema bullismo; è questo il motivo per cui bisogna esporre la nostra difficoltà subito, telefonando in numero verde, rivolgendosi ai propri genitori o parlando con un adulto che conosciamo.



In quest'opera vengono raffigurate due ragazze di cui la più "piccola" si trova rivolta di spalle sul ciglio di un dirupo, mentre la ragazza più "grande" si trova di fronte a lei e la guarda. Come si può notare ci sono altre quattro ombre alle loro spalle di persone che osservano la scena senza intervenire e fungono da "spettatori".

L'autore di quest'opera, probabilmente, con la diversa altezza delle due ragazze non vuol rappresentare solo la differenza d'età, ma la loro differente "potenza". La ragazza più grande ha il ruolo di incutere timore e paura, mentre la più piccola rappresenta l'insicurezza ed il sentirsi inferiori.

Una cosa che mi ha colpito sono i colori cupi e freddi che secondo me descrivono appieno la tristezza e la paura che questa immagine vuole rappresentare. Inoltre, penso che la posizione della ragazza più piccola sul ciglio del dirupo stia ad indicare il vuoto che essa prova dentro di sé e di come da questa situazione non riesca più a tornare indietro. Il bullismo è un atto con il quale una persona sfoga i suoi malesseri su persone più “deboli”, così crede di nascondere le proprie insicurezze e fragilità mettendosi una corazza da persona “forte e grande” che in realtà non gli appartiene e facendo subire agli altri cose che magari in passato ha a sua volta subito.

In questi tempi ormai è un fenomeno molto diffuso che viene esercitato non solo di persona, ma anche attraverso piattaforme digitali dove è noto col nome di cyberbullismo. Con ciò vorrei ricollegarmi al filmato proposto durante le ore di Educazione digitale, filmato di “Fondazione Carolina” (creata dal padre in sua memoria) che vede come protagonista una ragazza di nome Carolina appunto, derisa e violentata in una festa, proprio da coloro che considerava amici, fatto che la porterà in seguito al suicidio. Questo mi ha fatto riflettere molto su come sia difficile arginare questo problema ai giorni d’oggi, perché quando una foto o un filmato vengono pubblicati sul web, in pochi minuti diventano di dominio pubblico ed è quasi impossibile cancellarli. Ai giorni nostri il bullismo spesso non viene esercitato da una singola persona, ma da un “branco” che vede il loro “capo” come un punto di riferimento da seguire ed imitare producendo timore in coloro che assistono a queste scandalose scene di bullismo che non intervengono per paura di essere giudicate e prese di mira. Io fortunatamente non ho mai subito atti di bullismo, ma persone a me vicine sì ed è come se indirettamente li avessi subiti in qualche modo anch’io, sentendomi senza forze, incapace di aiutarle nei momenti di sconforto e di difficoltà. Per sconfiggere questo fenomeno penso che sia molto importante il dialogo con persone più grandi come genitori, professori o in generale figure con una certa autorità che riescono a segnalare ciò che sta accadendo e a prevenire futuri problemi.



Due ragazzine, una sul bordo di un precipizio, esile, con le mani dietro la schiena, ancora acerba nella sua fisicità, di fronte un'altra, imponente che la sottomette con la sua altezza, la rende immobile standole a poco più di un palmo dal viso.

Le mani a pugni chiusi per far capire che lei è più forte. Intorno le nuvole le circondano, quasi a voler celare l'attimo, delle ombre minacciose sostengono colei che è il simbolo malvagio contro una creatura indifesa. Mi sale un brivido dietro la schiena, immagino il terrore della piccola, i suoi pensieri congelati, la sua voce soffocata dalla paura, non ha via di scampo. Purtroppo, questa non è solo un'opera ma una triste realtà presente tutt'oggi, il bullismo convive nelle giornate di molti bambini, adolescenti e persino adulti. Ogni giorno fragili esseri umani subiscono cattiverie, aggressioni di tipo verbale ma anche di tipo fisico, che si infiltrano nelle loro vite come un male incurabile e doloroso. Spesso, chi è debole, tace di queste verità e tiene dentro tutta la paura, che porterà la persona a morire dentro, nell'anima, perché anche chi vede e assiste ad atti di bullismo spesso tace, come le ombre che si vedono ma non parlano. Credo che tutto questo non sia giusto, ognuno dovrebbe urlare a squarciagola ciò che accade, fermare chi si permette di sovrastare un altro essere umano. Nel corso degli anni questa realtà sta emergendo sempre di più, le istituzioni stanno cercando di fermare il fenomeno del bullismo, ma la strada è lunga ed impervia. Se ognuno di noi alzasse la voce, se intervenissimo tutti alla vista di atti simili,

forse insieme potremmo, in parte, distruggere questo fenomeno.

Molti giovani come me, purtroppo, hanno addirittura perso la vita, le loro anime non sono riuscite a sopportare i continui maltrattamenti subiti. È proprio per coloro che ancora vivono nel baratro che dobbiamo agire, tendere una mano, fare un sorriso in più quando vediamo quella persona che si nasconde in un angolo, perché l'unione fa la forza e la vita è preziosa e unica e tutti hanno il diritto di viverla con spensieratezza e felicità.

Il messaggio che ho cercato di mandare può essere banale ma io ci sono, nel mio piccolo combatterò sempre per far sì che non esistano più angoli bui, perché il bullismo non insegna, ma al contrario, segna l'animo delle persone. Ho trovato un acronimo guardando sul web che mi è piaciuto molto col quale a ogni lettera della parola BULLISMO viene associata una parola e ho deciso di riportarla in questa riflessione in modo che tutti i miei compagni possano vederla:

Basta Umiliare Lottiamo Liberiamo Insistiamo Salviamo Miglioriamo Orgogliosamente



L'illustrazione di Matt Mahurin secondo il mio punto di vista rappresenta un senso di paura e vergogna, in cui una ragazza subisce violenza da parte di una più grande ed entrambe sono circondate da persone indifferenti.

Il bullismo può essere considerato proprio ciò, un evento dove un gruppo di persone di mira una sola persona che sia facilmente influenzabile e debole caratterialmente la quale viene emarginata e decide di chiudersi dentro sé stessa, solo ed esclusivamente per puro divertimento. Insieme al gruppo classe abbiamo visto anche dei filmati di testimonianze nei quali questi eventi di bullismo non si sono fermati purtroppo solo al rinchiudersi dentro sé stessi ma hanno portato alcune volte addirittura al suicidio.

Principalmente la diffusione del bullismo avviene intorno ai 13 anni, periodo scolastico dove il ragazzo più debole viene preso di mira da un gruppo di altri ragazzi. A parer mio il miglior modo per arginarlo è parlarne con l'insegnante, con i genitori o con qualsiasi persona che possa darti una mano. Il vero problema è che siamo nel 2021/2022, anno dove i social fanno parte di noi stessi, e quindi spesso questo fenomeno si traspone sulla Rete diventando cyberbullismo, il quale purtroppo interessa e affligge moltissime persone e molte di queste decidono pure di non parlarne. Piano piano la soglia di età si abbassa, sempre più ragazzi intorno agli 11/12 anni ma in alcuni casi anche meno, iniziano ad utilizzare i social in modo imprudente mettendosi così a rischio. Anche in questo caso per arginarlo, uno dei metodi migliori è avere il profilo privato e quindi disponibile solo per persone fidate che si conoscono.



L'illustrazione esemplifica appieno il fenomeno del bullismo. La vittima, posta sull'orlo di un burrone, è minacciata dal bullo senza alcuna via di fuga.

La scena è osservata da un gruppo di persone, di cui però si vedono solo le ombre, che potrebbero intervenire ma che restano ferme senza fare niente. L'indifferenza o il disinteressamento degli spettatori è forse l'elemento più sottovalutato quando si parla di bullismo.

Sono proprio queste persone che permettono al bullo di fare ciò che fa e che abbandonano le

vittime pensando: “Tanto io non ho fatto niente, la colpa non è mia”, magari prendendosi gioco di loro a posteriori perché non hanno avuto la forza di reagire. Tutto ciò mi provoca un forte senso di sconforto, perché scene del genere non restano all'interno di un quadro, ma si verificano nella vita reale, in cui per ogni azione ci sono delle conseguenze e a volte degli atti estremi.

Il bullismo è un fenomeno che deve essere compreso per essere fermato.

Ogni persona è unica, e così come ci sono individui forti e sicuri di sé, altri caratterialmente rimangono più fragili, e questa loro indole è vista come un segno di debolezza da chi come loro ha molte insicurezze che cerca di nascondere tormentando gli altri. Per far capire a queste persone che il loro atteggiamento è sbagliato è necessario aprire un dialogo e non isolarli ancora di più dagli altri, magari sospendendoli da scuola o riempiendoli di note con la speranza che magicamente comprendano i loro errori.

Questo non vuol dire che i bulli non debbano solo pagare per le loro azioni, ma che la loro pena serva a rieducare e non semplicemente a punire.

Allo stesso modo è importante che anche le vittime parlino dei disagi che vivono quotidianamente, senza tenersi tutto dentro. Non manifestare i propri problemi, oltre a non portare a nessun risultato, col tempo peggiora le condizioni psichiche dell'individuo che si manifestano sul suo aspetto fisico e sul suo comportamento, che diventano nuovi oggetti di scherno per il bullo.

Ci sono, però, molte persone che da sole non ne hanno la forza; quindi, ogni volta che si assiste ad un atto di bullismo bisogna sempre denunciare l'accaduto, anche se il bullo in quel momento non se l'è presa personalmente con noi.

Come ho già detto l'indifferenza delle persone è uno degli elementi principali che permettono il verificarsi di atti di bullismo.



L'immagine sopra illustrata, dell'artista Matt Mahurin, raffigura una scena di bullismo. Sono presenti due ragazze con corporature completamente differenti. La ragazza rivolta di spalle è alta e robusta, sembra arrabbiata poiché ha le mani contratte in pugni, mentre l'altra è bassa e magra, ha le mani dietro la schiena e dà l'impressione di essere spaventata. Quest'ultima simboleggia la vittima.

Penso che Matt Mahurin abbia scelto di rappresentare in questo modo i due personaggi, non solo a causa di una possibile differenza d'età ma, per far comprendere agli osservatori la situazione in cui si trova la vittima. Ella si sente impotente e in uno stato di debolezza, non ha le forze necessarie per opporsi quindi subisce le violenze attuate dalla bulla. Si trova sull'orlo di un dirupo e potrebbe anche decidere di buttarsi, d'altronde non sussiste nessuno che le impedisca di compiere quest'azione: questo è stato il particolare che principalmente mi ha colpito poiché ci fa capire le catastrofiche conseguenze che il bullismo ha sulla vittima.

Sono ritratte, anche, le ombre di svariate persone che, nonostante siano a conoscenza di ciò che sta accadendo, svolgono il ruolo di spettatori. I colori utilizzati sono neutri e spenti e lo sfondo di nuvole grigiastre promette l'arrivo di un forte temporale. Quando ho visto per la prima volta questa illustrazione ho provato sentimenti come la tristezza e la solitudine (nessuno merita di trovarsi in queste situazioni spiacevoli e per di più affrontarle da solo).

Il bullismo è una relazione che lega il bullo (cioè colui che compie atti di prepotenza) e la vittima (cioè colei che è soggetta a questi comportamenti).

È un fenomeno, purtroppo, molto diffuso nelle scuole ma anche online e non comprende solamente azioni di violenza fisica ma anche verbale (insulti e minacce) e sociale (il bullismo sociale ha lo scopo di danneggiare e rovinare la reputazione della vittima).

Il cyberbullismo (bullismo online) sta aumentando, da un giorno all'altro, con una velocità inspiegabile sia a causa dell'uso incosciente dei social media da parte dei ragazzi, sia per la mancata supervisione da parte degli adulti.

I cosiddetti bulli da tastiera commentano sotto le pubblicazioni delle vittime con lo scopo di offenderle e deriderle comportando, così, in loro la sensazione di essere quello sbagliato.

La vittima il più delle volte è una persona che ha una bassa autostima e si sente debole e spesso non agisce contro i comportamenti del bullo, magari perché minacciata o semplicemente perché ha paura.

Il bullo, al contrario della vittima, ha un'elevata autostima ed ha atteggiamenti prepotenti nei confronti delle persone che lo circondano.

Penso che il miglior modo per arginare il bullismo sia quello di agire se si nota una situazione del genere e non stare in silenzio ad osservare ciò che sta accadendo davanti ai propri occhi.

A scuola le insegnanti hanno un ruolo molto fondamentale poiché sono la voce portante delle vittime che non hanno il coraggio di parlare e sono le persone che hanno un contatto diretto con i ragazzi perciò dovrebbero cercare di sensibilizzarli attraverso la visione di filmati e la partecipazione a progetti inerenti a questo argomento.

I genitori, a casa, dovrebbero controllare periodicamente gli smartphone dei figli soprattutto i social network che sono molto utilizzati dai ragazzi (instagram, tik tok etc.) e cercare di farne limitare l'uso, considerando che le ore passate davanti allo schermo sono troppe.

Al posto di soffrire in silenzio celando i propri sentimenti, è necessario raccontare ciò che si sta vivendo con le persone affidabili che si hanno attorno e non avere paura di essere giudicati poiché un fattore molto importante per superare questi eventi sgradevoli è la condivisione.

È tuttavia presente una legge contro il cyberbullismo. E' nata anche in conseguenza alla triste storia di Carolina Picchio, che a soli quattordici anni ha deciso di togliersi la vita, vittima di cyberbullismo.

La legge è entrata in vigore il 18 giugno del 2017 e dà la possibilità ai giovani di denunciare atti di bullismo subiti online.

La senatrice Elena Ferrara è stata la prima firmataria di questa legge poiché ha vissuto da vicino la situazione di Carolina, essendo stata sua insegnante.

Concludo riportando qui una frase che mi ha veramente colpito, presente nella lettera che Carolina lasciò a suo padre ma anche a tutti noi: "Le parole fanno più male delle botte". Dovremmo tutti stare attenti a ciò che diciamo o scriviamo, anche se non con cattivo intento, poiché le parole hanno un peso.



Questo quadro rappresenta perfettamente il fenomeno del bullismo.

In primo piano vediamo due bambine: una si trova sull'orlo di un precipizio e rappresenta la vittima, l'altra la costringe in quel luogo pericoloso ed è più grande di dimensioni. Questo potrebbe significare che stiamo guardando la scena dal punto di vista della bambina bullizzata, che vede il suo aggressore più grande e

forte di lei.

Penso che la scelta di mostrare due bambine sia stata molto intelligente poiché il bullismo è un fenomeno diffuso maggiormente tra gli adolescenti e quindi questa immagine aiuta sicuramente a sensibilizzare l'osservatore sull'argomento immedesimandosi in uno di essi.

In basso a destra si notano varie ombre, che rappresentano gli spettatori, coloro che nonostante siano consapevoli di quello che sta succedendo e hanno la possibilità di intervenire decidono di non farlo, lasciando la vittima ad affrontare tutto da sola e facendola sentire derisa, soprattutto perché spesso queste persone sostengono l'aggressore e ridono davanti a queste scene.

Sullo sfondo abbiamo un cielo nuvoloso che ispira tutto tranne che serenità e potremmo vederlo come una manifestazione dello stato d'animo della povera bambina, come anche i colori scelti, scuri e tristi.

Al giorno d'oggi si sente spesso parlare di episodi di bullismo che purtroppo hanno portato la vittima a prendere la decisione tragica di togliersi la vita, ragazzi che hanno visto nella morte, nel lasciarsi cadere nel vuoto che vediamo sullo sfondo del quadro, l'unica via d'uscita.

Per questo è importante che si parli di questo argomento, per evitare che episodi del genere si ripetano, per sensibilizzare non solo i giovani ma tutti quanti su come comportarsi in certe situazioni che non devono essere mai sottovalutate poiché potrebbero degenerare e finire in tragedia.

Bisogna stare attenti a ciò che si scrive sui social e alle parole che si usano in generale, perché a volte possono essere peggio del dolore fisico. Ricordate che tutti hanno dei sentimenti e bisogna rispettarli, che l'essere etichettati come "diversi" non è una cosa negativa e se gli altri non lo capiscono è un problema loro, siate sempre voi stessi. Se subite o assistete a episodi di bullismo di qualunque tipo parlatene con un adulto, tenersi tutto dentro non fa altro che peggiorare la situazione e chiedendo aiuto potreste aiutare qualcuno in difficoltà che magari non se la sente di farlo da solo!



Io penso che le persone che bullizzano siano veramente spregevoli e non abbiano una dignità. Questo quadro rappresenta proprio una scena di bullismo.

Bisogna invece essere gentili con le persone.

La mia amata nonna quando vedeva litigare la gente o anche noi suoi nipoti diceva sempre: prima pensa, poi parla, perché parole poco pensate portano pena.

E aveva ragione, le parole pesano più delle pietre.

Noi dobbiamo far capire alle persone che è brutto bullizzare, soprattutto quelle persone che hanno delle fragilità come le mie.

Io nel mio piccolo cerco di proteggere sempre tutti, soprattutto i bambini più piccoli, ma anche le persone più grandi. Cerco sempre di trattare tutti con rispetto, di non arrendermi mai di fronte alle difficoltà, sia nella vita reale che in quella virtuale vissuta sui social.

Purtroppo, anche sui social si è infatti diffuso il fenomeno del bullismo. A me non piace tenermi le cose dentro, perché se tengo tutto dentro mi sembra di impazzire.

Mi sento quindi di consigliare a tutti e vale anche per me ovviamente, di parlare sempre ai propri genitori quando succede qualcosa di brutto, perché se ci si tiene tutto dentro poi è peggio.

La vita è piena di ostacoli, ma dobbiamo farci forza e superarli anche chiedendo aiuto agli altri quando è necessario!



La scrupolosa osservazione dell'interpretazione di Matt Mahurin dal titolo

Bullying ha suscitato in me numerose emozioni, come tristezza ed angoscia.

Vediamo che nel quadro sono presenti le tre figure tipiche di qualsiasi situazione di bullismo, troviamo il "bullo", colui o colei che compie l'azione di bullismo, personificato da quella bambina di cui non vediamo il volto, con i capelli legati e

con le mani a pugni chiusi, inoltre ella tiene una postura dirompente e sfacciata nei confronti dell'altra bambina, sembra quasi la voglia sovrastare; quest'ultima rappresenta la seconda figura, ovvero colei che subisce l'azione di bullismo. Da notare in particolare, anche la statura della bulla: più alta ed imponente rispetto all'altra. La vittima è intimorita dalle parole, dalle minacce e dagli sguardi del bullo ma allo stesso tempo anche da quelli del pubblico, ovvero tutte quelle persone che assistono in modo indifferente ed impassibile all'atto di bullismo.

Questo appena descritto è l'ultimo elemento presente in ogni situazione di bullismo; tuttavia, gli spettatori diventano spesso i complici del bullo stesso in quanto non intervengono per difendere colui che viene schernito; ciò si verifica anche nel quadro di Mahurin, notiamo infatti delle ombre alle spalle della bulla che appoggiano le azioni che quest'ultima sta per compiere, un'altra ipotesi è che tali ombre osservino inermi, ma non meno colpevoli l'atto vergognoso che si sta svolgendo. Un ultimo particolare, presente nel quadro, degno di attenzione è la posizione della bambina bullizzata, la quale ha già un'espressione spaventata ma inoltre si trova sull'orlo del precipizio raffigurato dall'autore, esso simboleggia l'inevitabilità della sua sorte ma soprattutto l'impotenza che ella ha nei confronti di ciò che sta subendo.

Ritengo che il bullismo in generale sia un'azione scorretta e sleale in quanto spesso è il frutto di conflitti di coetanei, tali diverbi possono avvenire tramite violenza fisica, verbale o psicologica.

Questa situazione crea nella vittima una condizione di sofferenza che porta ad una emarginazione dal proprio gruppo classe o semplicemente dai propri amici.

Quando rifletto su tale argomento, affiora nella mia mente sempre una domanda, alla quale tuttavia non riesco a dare una risposta concreta e sensata: quali sono le motivazioni che spingono i bulli a compiere questi atti?

Maturando sono riuscito ad ipotizzare due risposte che soddisfano abbastanza le mie perplessità: inizialmente credevo che i bulli avessero una grande autostima nei loro confronti ed un'alta opinione delle proprie capacità, quindi l'atto di schernire un'altra persona veniva compiuto solo per migliorare la propria immagine e guadagnare così la stima degli altri, anche se spesso la loro percezione di essere "ben visti" non era reale; col tempo ho capito che i bulli mettono in atto tale violenza solo per sfogarsi perché a casa propria, quel luogo dove ciascun ragazzo cerca serenità ed equilibrio, vi sono dissidi e incomprensioni.

Nonostante tali ipotesi mi è comunque difficile la comprensione di queste azioni insensate, da anni vi sono infatti uomini che lottano per l'uguaglianza, valore per me importantissimo, ritengo infatti che come gli animali di una stessa specie, che vivono in branco, si aiutano e si sostengono fra di loro, perché noi uomini, aventi tutti un cuore ed un cervello, quindi stesse qualità e virtù, continuiamo ad instaurare lotte e pertanto a considerare solo gli aspetti esteriori e quindi superficiali delle nostre esistenze? Probabilmente non riuscirò mai a trovare una risposta consona a questa mia così grande domanda; tuttavia, mi piace pensare che un giorno ci sarà finalmente la pace e gli uomini perderanno il vizio di voler sempre prevalere l'uno sull'altro ma soprattutto smetteranno di sottolineare le difficoltà di ciascuno di noi facendone un difetto indelebile e non una qualità che ci rende unici.



L'illustrazione di Matt Mahurin sintetizza al meglio il concetto di bullismo.

Infatti, nell'opera si possono percepire differenti emozioni e sentimenti tipici di questo fenomeno spiacevole: l'oppressione, la paura, la sensazione di cadere e la cattiveria. In primo piano, al centro, troviamo due ragazze quella a destra più alta e quella a sinistra più bassa. Le due ragazze apparentemente sono simili, anche nel

modo di vestire, ma quella di destra, con i pugni lungo i fianchi in segno di prepotenza, guarda dall'alto l'altra che è sul precipizio di un burrone, impaurita, come si nota dalla posizione delle braccia dietro la schiena. Inoltre, in basso a destra, si notano le ombre di quattro persone, che incombono sulla bambina più grande. L'illustrazione mi tocca particolarmente e percepisco ogni singola emozione: dalla paura alla potenza, dall'oppressione all'arroganza.

Il bullismo è prima di tutto violenza, che crea, in chi lo subisce, angoscia, paura, ansia e tutte quelle altre terribili parole della copertina del nostro libro. È un vortice che trascina giù, nell'ombra, che fa sparire e non lascia più vivere.

Esistono due tipologie di bullismo: quello reale e quello virtuale, che molto spesso causa più danni dell'altro. Questo fenomeno si presenta per la maggior parte tra le mura scolastiche, tra gli undici e i diciassette anni. Un luogo in cui si dovrebbe socializzare, imparare ed essere sereni, si trasforma, per molti, in un inferno. Anche i social, spesso e soprattutto se in mani sbagliate, sono il mezzo tramite il quale si attua la violenza psicologica.

Mi domando come possano certe persone arrivare a fare tanto male agli altri. La maggior parte dei bulli, a volte a causa di problematiche familiari o personali, che portano alla frustrazione, scarica la propria rabbia e i propri sentimenti negativi su persone deboli e sensibili. Essi vogliono prevaricare e sentirsi più forti degli altri, cercando approvazione dalla massa per sentirsi importanti. Ma non sono solo loro, ci sono anche persone malvagie ed infime, che bullizzano semplicemente per divertimento.

Solitamente le vittime sono quelle che non riescono a reagire per paura o per debolezza di carattere. Sono spesso quelle ritenute troppo studiose, in carne o troppo magre, che hanno gli occhiali, sono basse o sono troppo alte ed ogni piccolo difetto o debolezza può essere la scintilla che scatena il fenomeno. All'inizio si parte con un'osservazione, un commento, una critica e poi si passa agli insulti, alle parole pesanti, alla violenza psicologica e fisica.

I risultati di tutto questo male e cattiveria sono lacrime, dolore, sofferenza e nei peggiori dei casi autolesionismo e suicidio. Le vittime poi sono sole e anche subendo la violenza spesso non ne parlano con nessuno e non si confidano. Pensano di poter risolvere il problema da sole oppure si vergognano, ma anzi è proprio l'aiuto dell'altro che è la chiave per stare meglio.

Purtroppo, il bullismo si sta diffondendo a vista d'occhio: nell'ultimo anno più del 50% tra ragazzi e ragazze attesta di averlo subito, specialmente le ragazze e ogni anno circa duecento si tolgono la vita. Purtroppo, molti giovani prendono sottogamba il fenomeno, pensando che sia una cosa irrealistica, che succeda solo nei film, nei libri o addirittura che quello che stanno facendo non è bullismo, ma solo uno scherzo. I social, poi, sono il mezzo di diffusione più rapido: in rete vengono condivisi migliaia di post e commenti, nei quali si leggono spesso e volentieri insulti, offese e derisioni. Ma la domanda è: perché i social permettono la diffusione di così tanto bullismo? La risposta è semplice: lo schermo funge da protezione, dietro lo schermo ci si può nascondere e con la tastiera digitare e dire ciò che si vuole. I cyberbulli si sentono potenti e imbattibili, ma non fanno il male e il danno che stanno provocando e a loro non importa.

Non gli interessa cosa si può celare sotto la maschera che ognuno di noi indossa e sotto quel

sorriso forzato, cosa stanno passando gli altri, le sofferenze e il dolore che provano; no, non gli interessa.

Ormai il bullismo si è insinuato nella nostra vita e arginarlo o addirittura combatterlo definitivamente, è diventato quasi impossibile. Credo, però, che se ogni famiglia, ogni genitore, ogni educatore, sensibilizzi già dall'infanzia ed educi al rispetto reciproco, il bullismo si riduca notevolmente. Inoltre, un elemento molto importante è la comunicazione con i propri figli, alunni e amici e semplicemente il dialogo, scritto o orale, può portare ad esternare i propri sentimenti. Il bullismo è un mostro e non auguro a nessuno, neanche al mio peggior nemico, di provare tanto dolore. Esclude, aggredisce, ferisce, danneggia, tutte le sensazioni ed emozioni negative si possono associare a questo fenomeno. Quel dolore crea una ferita che si argina, sì, ma che non sparisce, anzi si trasforma in cicatrice che resterà incisa sulla pelle per sempre, come un brutto ricordo.



In quest'illustrazione, Matt Mahurin, rappresenta due ragazze, una di fronte all'altra. La ragazza minacciosa, ovvero la 'bulla' ci viene proposta rivolta di spalle e presenta le mani chiuse a pugno, ciò sta ad indicare il voler avere il potere, l'altra, la 'vittima', con le mani dietro la schiena e il volto alzato verso la prima ha un'espressione spaventata. Entrambe sono in posizione eretta e ciò determina un clima di tensione e si trovano in prossimità di un dirupo, la vittima è la più vicina al precipizio, si trova dunque in una posizione più critica e di grande pericolo, come tutte le vittime di bullismo. Dal lato della ragazza bulla vi sono delle ombre di terzi, ovvero degli spettatori che non intervenendo ad aiutare la vittima sono dei complici (della bulla). Il cielo che appare grigio/beige e nuvoloso determina un clima aspro, minaccioso, instabile e cupo, esattamente come quello che si manifesta durante un episodio di bullismo.

La visione di quest'immagine, soprattutto per i colori usati, che sono scuri e spenti e determinano tristezza e cupidità, ma non solo, anche per le forme e le posizioni delle persone, nonostante io non abbia mai provato cosa significhi essere vittima di bullismo, né essere bulla, né essere dalla parte di una o dell'altro, ritengo che rifletta esplicitamente cosa provi la vittima e come si senta.

Il bullismo è un problema grave e purtroppo molto frequente oggi, che interessa soprattutto la nostra fascia d'età, quella adolescenziale.

Non si tratta di un problema riguardante solo chi lo esercita ma anche e soprattutto chi lo subisce. Ritengo che chiunque si trovi in una situazione del genere debba assolutamente chiedere aiuto a qualcuno, purché sia una persona della quale si possa fidare e lo possa aiutare.

Sino ad oggi non ho mai avuto esperienze dirette né indirette con il bullismo.

Caderne vittima in futuro? Non penso; mi ritengo una ragazza consapevole, fiduciosa di me tanto che non mi interessa del giudizio degli altri (se non costruttivo), dal carattere forte.

Divenire io bulla in futuro? Certamente no, non riuscirei a fare del male agli altri, non fa per me. L'empatia penso di sapere molto bene cosa sia.

Divenire un terzo/una spettatrice in futuro? Potrebbe succedere, sarei sicuramente dalla parte della vittima contro il bullo. Interverrei spontaneamente anche senza una vera richiesta d'aiuto diretta. Agirei aiutando per quanto mi è possibile e sarei pronta, se necessario, a chiedere aiuto a chi può aiutarci maggiormente. Mi comporterei a seconda della situazione in modo da far prevalere sempre il bene sul male.

Per prevenire il bullismo ritengo sia necessario il contributo sia delle famiglie che della scuola.

Bisognerebbe insegnare soprattutto il valore dell'empatia, dell'aiutare e del limite a determinati scherzi. Questi valori devono entrare sin dall'infanzia nell'anima e nella mente di tutti. Per insegnarli e per trattare il tema 'bullismo' si potrebbero far leggere libri, vedere video/film, parlare di esperienze dirette avvenute o di cui siamo a conoscenza e fare incontri con chi ha avuto queste spiacevoli situazioni.

Bisognerebbe, come per tante altre cose spiacevoli o comunque poco piacevoli, prevenire per quanto possibile. Si sa, però, che anche il bullismo non sempre è prevedibile. Una volta che si è caduti in questa situazione penso che non resti altro che lottare, provando a non cedere agli altri, a non sentirsi inferiori in quanto tra di noi non abbiamo nulla in meno o di diverso, le così dette differenze è normale che ci siano e sono loro a rendere il mondo bello e vario, ed inoltre, azione essenziale da fare, è chiedere aiuto. Penso non siano azioni facili da compiere, bisogna tuttavia provarci ed impegnarsi affinché ciò avvenga.

Nel corso della mia vita, questi valori-ideali mi sono stati insegnati; le varie scuole frequentate (primaria-secondaria di primo grado ed ora secondaria di secondo grado), dove più e dove meno, hanno comunque affrontato questo tema.

Personalmente per contrastare il bullismo posso provare, per quanto mi è possibile, ad insegnare ai più piccoli i valori fondamentali sopra citati; possono sembrare poche azioni ma reputo siano di grande valore ed essenziali per un mondo migliore.

Una frase trovata in rete involontariamente tempo fa è la seguente:

“Never, never, never, never give up.” (Winston Churchill) – (Mai, mai, mai, mai arrendersi)

Questa frase connessa a svariati ambiti della vita, si può anche collegare al bullismo. Nella vita non bisogna mai arrendersi ma bisogna sempre lottare, anche contro il bullismo.

(Ricerca oggettiva sul bullismo.)

IL BULLISMO

Che cos'è?

Il termine italiano 'bullismo' è la traduzione di quello inglese 'bullying' utilizzato per indicare un insieme di comportamenti in cui qualcuno fa o dice cose ripetutamente e con insistenza per avere potere su un'altra persona. Con questo termine, dunque, si intende il complesso dei comportamenti del bullo e quelli assunti dalla vittima.

Definizione

- Uno tra i primi studiosi del bullismo fu lo psicologo norvegese Dan Olweus, il quale diede la seguente definizione: “Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato e vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da parte di uno o più compagni. Un'azione viene definita offensiva quando una persona infligge intenzionalmente o arreca un danno o un disagio a un'altra.”.*

- Telefono Azzurro, istituzione per il rispetto dei diritti dei bambini e degli adolescenti, riporta come definizione di bullismo la seguente: “Per bullismo si intendono tutte quelle azioni di prevaricazione e sopruso messe in atto da parte di un bambino/adolescente definito 'bullo' (o da parte di un gruppo), nei confronti di un altro bambino, adolescente percepito come debole, la vittima.*

Caratteristiche

Il bullismo si contraddistingue da normali conflitti fra coetanei per determinate caratteristiche:

- *intenzionalità di fare del male (bullo);*
- *ripetitività nel corso del tempo;*
- *disparità di forza, la vittima è in una posizione inferiore rispetto al bullo;*
- *isolamento della vittima;*
- *manca di sostegno per la vittima;*
- *vulnerabilità della vittima.*

Come riconoscere una vittima di bullismo? Quali segnali non sottovalutare?

- *Lesioni inspiegabili;*
- *oggetti personali smarriti/distrutti;*
- *finta malattia;*
- *mal di testa/pancia;*
- *cambiamenti nel rendimento scolastico, nell'alimentazione, nelle relazioni sociali;*
- *comportamenti autodistruttivi.*

Diverse forme di bullismo

- *Bullismo diretto (attacchi fisici/verbali, scontro diretto bullo-vittima);*
- *bullismo indiretto (isolamento sociale, il bullo agisce alle spalle della vittima);*
- *bullismo elettronico (attraverso internet, telefoni...); Cyber-bullismo*
- *bullismo verbale: l'aggressione avviene attraverso l'insulto e lo scherno;*
- *bullismo fisico: l'aggressione avviene tramite forme di violenza fisica;*
- *bullismo discriminatorio: il bullo colpisce ed emargina un soggetto individuato secondo i suoi canoni come 'diverso' (ad esempio per la provenienza, la fede, le caratteristiche fisiche...);*
- *bullismo sessuale: il bullo può giungere a forme di violenza sessuale;*
- *bullismo relazionale: il bullo diffonde voci e pettegolezzi riguardanti la vittima, avendo l'obiettivo di allontanarla da un gruppo.*

Soggetti coinvolti

- *Il bullo: agisce per soddisfare un proprio bisogno di dominio e potere. Può essere rappresentato da un gruppo di due o tre soggetti, il bullo dominante e l'/gli aiutante/i;*
- *la vittima: spesso presentano una/più caratteristiche che il bullo individua come punto di debolezza e diversità;*

- i terzi, coloro che assistono o vengono a conoscenza di atti di bullismo. Le loro reazioni (approvazione o meno e indifferenza) contribuiscono ad aumentare o estinguere il fenomeno.

Prevenire il bullismo

Ambiente familiare/scolastico nel quale educare i bambini/gli adolescenti all'empatia, al rispetto, alla compassione, all'importanza di seguire regole/limiti, a sviluppare fiducia in sé.

Come aiutare una vittima di bullismo

Appena sorge il sospetto che qualcuno è vittima di bullismo bisogna intervenire per aiutarlo, spesso infatti le vittime non chiedono aiuto.

- *Bisogna incoraggiare il soggetto 'vittima' a parlare, confidarsi ed aprirsi;*

- *bisogna identificare il bullo;*

- *bisogna prestare attenzione all'autostima della vittima.*

Giornata Nazionale

Ogni anno il 7 febbraio si celebra la Giornata Nazionale contro il Bullismo e il Cyber-bullismo, giornata nella quale osservare i dati della diffusione del fenomeno, raccontare esperienze/storie e proporre soluzioni.

BULLI STOP

BULLI STOP è un centro nazionale con l'intento di aggregare gli adolescenti per informare sul bullismo, la sua prevenzione e sconfitta. Questo centro può essere contattato da parte delle vittime per informazioni e aiuto.

Fonti di ricerca/supporto: carabinieri.it, amnesty.it, lrpsicologia.it, altalex.com, nostroofiglio.it, humanitas-care.it, bullistop.com, altri siti in rete, conoscenze personali.



L'illustrazione intitolata "Bullying" di Matt Mahurin rappresenta il fenomeno del bullismo.

Al centro dell'opera si distinguono due ragazze: una più alta e robusta che è voltata di schiena e l'altra, più minuta e impaurita, che si trova sull'orlo di un precipizio.

La prima ha le mani serrate a pugno e le spalle tese in avanti a simboleggiare una superiorità sull'altra ragazza, la quale, al contrario, ha un volto spaventato, le mani chiuse dietro la schiena e una posizione tesa che esprime insicurezza e timore. Nella parte inferiore dell'immagine, sul lato destro, si intravedono delle ombre che raffigurano gli spettatori, cioè persone che presenziano senza però alcun tipo di intervento. Nella parte superiore si può scrutare il cielo nuvoloso e cupo. I colori sono prevalentemente freddi, spenti, scuri e tendenti al grigio.

Questa illustrazione, perciò, rappresenta molto bene sensazioni quali solitudine, insicurezza, paura, tristezza e allo stesso tempo indifferenza, passività e apatia. L'opera mostra come si possa sentire una vittima di bullismo: circondata ovunque da tanti esseri passivi, quasi inanimati ma minacciata da un individuo in particolare che si impone sugli altri, il bullo, che la intimorisce a tal

punto da isolarla.

Il termine bullismo indica un comportamento aggressivo, non solo dal punto di vista fisico ma anche verbale, che si ripete nel tempo e che porta a un isolamento della vittima. Le azioni offensive, messe in atto da un solo individuo o da un gruppo, vengono inflitte intenzionalmente, arrecando danno o disagio al soggetto prevaricato.

Il bullismo è caratterizzato da alcuni elementi:

- 1. L'intenzionalità delle azioni commesse dal bullo, che vuole offendere, danneggiare ed emarginare la vittima;*
- 2. La ripetitività degli atteggiamenti aggressivi;*
- 3. La disparità di forza e potere dei soggetti;*
- 4. L'isolamento della vittima, che, sentendosi inferiore e impotente, prova timore a chiedere aiuto agli altri.*

Il bullismo può presentarsi in varie forme:

- Bullismo fisico, comprendente violenze fisiche;*
- Bullismo verbale, costituito da aggressioni a parole, quali insulti, scherni e derisioni;*
- Bullismo relazionale, consistente in pettegolezzi e voci diffuse dal bullo per escludere la vittima da un gruppo;*
- Bullismo sessuale, caratterizzato da molestie e violenze carnali;*
- Bullismo discriminatorio, contraddistinto da azioni aggressive da parte del bullo contro un soggetto individuato come diverso per provenienza geografica, fede religiosa ecc.*
- Cyberbullismo, contrassegnato dall'utilizzo di strumenti elettronici e connessione Internet. Il bullo, in questo caso, offende la vittima attraverso la diffusione di immagini e video. Egli può mantenere l'anonimato e si rivolge a un pubblico più vasto, il Web.*

Più in generale il bullismo può dividersi in:

- Bullismo diretto, caratterizzato da comportamenti aggressivi che coinvolgono direttamente la vittima;*
- Bullismo indiretto, riferito ad atteggiamenti che avvengono alle spalle della vittima e che minacciano la reputazione di questa, portandola poi all'allontanamento.*

Nonostante il bullismo sia un fenomeno molto vario ed esteso è caratterizzato da soggetti ben precisi e delineati:

- il bullo, che solitamente ha un'elevata autostima, adotta comportamenti aggressivi per ottenere potere e attenzione e per apparire migliore e superiore a tutti;*
- la vittima, invece, presenta un basso concetto di sé, tendendo così ad apparire più debole. Sono proprio la debolezza, il senso di inferiorità e di inadeguatezza le caratteristiche individuate dal bullo, contro le quali egli si concentra per emarginare la vittima.*
- Infine, c'è il "pubblico" che è a conoscenza degli atteggiamenti prevaricatori, assistendo a tali atti senza intervenire o, al contrario, ribellandosi, cercando di far estinguere questo fenomeno.*

Il più delle volte, famiglia e scuola non sono nemmeno a conoscenza della presenza di atti di bullismo. La vittima tende a chiudersi in sé senza parlare dell'accaduto. Per questo è molto importante, per la scuola, avere un punto di riferimento, uno psicologo, che possa aiutare gli studenti, vittime di tale fenomeno. La famiglia invece deve tenere sotto controllo i segnali che possono arrivare dal soggetto vittimizzato, quali, per esempio, disturbi del sonno, dell'alimentazione, bassa autostima, perdita di denaro, beni personali guasti, disinteresse per eventi sociali che includono compagni di scuola ecc.

Il bullismo non è presente solo tra gli adolescenti, ma anche tra gli adulti, specialmente negli ambienti di lavoro.

Un esempio è il mobbing, un'aggressione psicologica e morale che si divide in:

- *verticale, messo in atto dai datori di lavoro che inducono la vittima a licenziarsi;*
- *orizzontale che, invece, ha come bulli i colleghi stessi della vittima.*

Il bullismo può portare diverse conseguenze come danni all'autostima, abbandono degli ambienti scolastici e/o lavorativi, depressione, ansia, attacchi di panico e nei casi più gravi anche al suicidio: un esempio è quello di Carolina Picchio, che, dopo essere stata vittima di bullismo, ha deciso di togliersi la vita, lasciando ai suoi "amici" questa frase: "spero che adesso sarete più responsabili con le parole". La storia di Carolina è diventata il simbolo della lotta al cyberbullismo. Erano stati, infatti, diffusi su Internet video che la riprendevano in atteggiamenti intimi, inoltre erano state scagliate offese e parole infamanti contro la ragazza per molto tempo. La vergogna che ha provato deve essere stata un peso insopportabile, tanto da portarla alla decisione di porre fine alla sua vita.

"Le parole fanno più male delle botte", "si prova una vergogna tremenda ad essere vittima di bullismo, perché ad un certo punto cominci a pensare che ci sia un motivo per cui sei stato preso di mira": queste sono solo alcune delle tante frasi sul bullismo che fanno capire quanto il fenomeno possa nuocere e portare a esiti gravissimi.

Pertanto, è necessario intervenire per limitare la sua diffusione. Per fortuna un gran lavoro è già stato fatto: nelle scuole sono stati realizzati interessanti progetti per bloccare fin da subito azioni di bullismo, sono stati anche introdotti alcuni provvedimenti legislativi come l'art. 612-bis cod. pen., che cerca di sopprimere il fenomeno conosciuto come "stalking". Questo è stato utilizzato più volte anche contro atti di bullismo, qualche passo in avanti è stato fatto anche con la nuova L. del 2017 sul cyberbullismo, nella speranza che il futuro porti ancora maggior consapevolezza e piani di intervento strutturali per risolvere il problema.

Tuttavia è il nostro contributo l'arma più importante per arginare tale fenomeno. Siamo noi quindi a dover cambiare il nostro atteggiamento, a pensare prima di parlare, a stare attenti a tutto ciò che facciamo, perché ogni azione che compiamo ha una conseguenza che non sempre desideriamo.

Oltre a fare attenzione alle parole, bisogna anche riflettere sugli esiti che può portare il silenzio, come dice Jean-Paul Sartre: "ogni parola ha conseguenze, ogni silenzio anche."

Se siamo a conoscenza di un qualsiasi tipo di violenza, atteggiamento aggressivo, diffamazione, comportamento offensivo, non dobbiamo limitarci ad osservare, essere indifferenti e apatici senza intervenire, come fanno le ombre nella raffigurazione di Matt Mahurin, ma, al contrario, dobbiamo reagire e denunciare il fenomeno.

La nostra partecipazione è fondamentale, perciò vorrei condividere il titolo di un film di

animazione che ha come tema principale il bullismo, “La Forma della Voce”.

Questo è il trailer ufficiale:

https://youtu.be/6w1BtaepE_4

Esso racconta dell'incontro tra una ragazza sorda di nome Shouko Nishimiya e un ragazzo molto vivace di nome Shouya Ishida. All'inizio i due, ancora bambini, non vanno molto d'accordo poiché, nonostante Nishimiya voglia diventare sua amica, Ishida la maltratta a causa del suo handicap.

I due ragazzi però cresceranno e si incontreranno di nuovo... che cosa succederà allora?

Spero che guarderete questa storia perché dietro ha un grande significato che può aiutare tutti a comprendere meglio questo grande problema sociale, il bullismo.



In questo quadro di Matt Mahurin viene simbolizzato il fenomeno del bullismo.

Vengono raffigurate due ragazze che si trovano sul ciglio di un dirupo. La più grande è “la bulla” che con aria minacciosa e con i pugni chiusi sta parlando alla sua vittima che è impaurita ed ha le mani dietro alla schiena. L'evidente differenza di statura e postura tra le due figure mette in risalto il senso di oppressione che

l'una esercita sull'altra. Sullo sfondo si nota che il cielo è cupo e sul precipizio sono presenti delle ombre di persone che simboleggiano l'indifferenza degli altri in situazioni sgradevoli che pensano che questi fatti non li riguardino.

Questo, infatti, è un aspetto tipico e importante del bullismo: tutti noi dovremmo ricordare che siamo responsabili sia delle azioni che compiamo, sia di quelle che non compiamo e pertanto se non interveniamo, pur assistendo a episodi di violenza fisica o psicologica, siamo a tutti gli effetti complici dei bulli.

Il bullismo è un fenomeno molto diffuso nel mondo ed è specialmente diffuso nell'età adolescenziale. Con il termine bullismo si intende un abuso di potere da parte di uno o più individui nei confronti di qualcun altro. Il bullismo si verifica spesso per differenze etniche, religiose, sociali e fisiche.

Le persone che sono state vittime di bullismo si portano dietro traumi che sono molto difficili da dimenticare. Nei casi più estremi, episodi particolarmente traumatici portano ad uno stato di depressione dell'individuo molto grave ed in alcuni casi le vittime, incapaci di reagire, perdono sicurezza in se stesse fino ad arrivare anche ad atti di autolesionismo che possono purtroppo sfociare in tentativi di suicidio, quest'ultimo visto come l'unica via di uscita possibile per sfuggire all'umiliazione. Spesso il bullismo nasce da un approccio superficiale ai rapporti con le altre persone: pertanto dovremmo imparare a dare il giusto peso alle parole che spendiamo nei confronti degli altri e a cercare di aiutarli quando si trovano in difficoltà.