

Bullismo e Cyberbullismo

La Violenza degli Anni Duemila

20/01/2017

Matteo Rampone e Romina Talebi

Sommario

BULLISMO	3
NON È VERO CHE	3
NON SOLO BULLI E VITTIME.....	4
DATI INVALSI	5
LA RIABILITAZIONE.....	6
CYBERBULLISMO	8
COME E PERCHÉ AVVIENE L'AGGRESSIONE NEL CYBERBULLISMO?	8
PERCHÉ TANTA PAURA DEL CYBERBULLISMO?.....	8
COSA FARE, SECONDO GLI ADOLESCENTI?	8
BULLISMO FEMMINILE	10
CAUSE.....	11
CONSEGUENZE	11
IL BULLISMO HA TANTE FACCE	12
BARRON TRUMP	12
DILETTA LEOTTA E CATERINA BALIVO.....	13
SAFER INTERNET DAY E LA GIORNATA NAZIONALE CONTRO IL BULLISMO	13
SEXTING	14
FLAME	16
NETIQUETTE	16
HARASSMENT	16
DENIGRATION	16
TRIKERY	16
IMPERSONATION	17
MOBBING	17
BODY SHAMING	17
CAT FISHING	18
SITOGRAFIA	20

Bullismo

Al di là delle singole forme di prepotenza, il bullismo può essere descritto secondo le seguenti caratteristiche generali:

- l'intenzionalità: il bullo agisce deliberatamente con l'intenzione di offendere, danneggiare o far del male ad un'altra persona;
- la durata nel tempo: sebbene anche un singolo comportamento possa essere considerato una forma di bullismo, di solito si tratta di atti ripetuti nel tempo e con una certa frequenza;
- la disuguaglianza tra bullo e vittima: il bullo è quasi sempre più forte della media dei suoi coetanei, al contrario, la vittima è più debole dei suoi pari; il bullo di solito è più grande di età rispetto alla vittima; il bullo quasi sempre è maschio mentre la vittima può essere indifferentemente maschio o femmina. "Ciò significa che esiste una disuguaglianza di forza e di potere, per cui uno dei due sempre prevarica e l'altro sempre subisce, senza riuscire a difendersi" (Il fenomeno del bullismo: conoscerlo e prevenirlo, Telefono Azzurro).
- la mancanza di sostegno: la vittima si sente isolata ed esposta, spesso ha molta paura di riferire gli episodi di bullismo perché teme rappresaglie e vendette;
- il danno per l'autostima della vittima che si mantiene nel tempo e induce il soggetto ad un considerevole disinvestimento dalla scuola e ad un progressivo isolamento. Nei casi più gravi si possono avere anche conseguenze nel medio e lungo termine come l'abbandono scolastico e lo sviluppo di patologie legate alla sfera psichica.

Le manifestazioni di prevaricazione si distinguono in dirette o indirette, quelle dirette possono essere fisiche e verbali.

Il bullismo diretto fisico si manifesta in molti modi, per esempio nel picchiare, prendere a calci e a pugni, spingere e appropriarsi degli oggetti degli altri o rovinarli.

Il bullismo diretto verbale implica azioni come minacciare, insultare, offendere, esprimere pensieri razzisti, estorcere denaro e beni materiali.

Il bullismo indiretto è meno evidente e più difficile da individuare ma altrettanto dannoso per la vittima. Si tratta di episodi che mirano deliberatamente all'esclusione dal gruppo dei coetanei, all'isolamento e alla diffusione di pettegolezzi e calunnie sul conto della vittima.

Non è vero che

Non è vero che:

- i comportamenti da bullo rientrano nella normale crescita di un bambino o di un adolescente. Le manifestazioni di prevaricazione e prepotenza sono sempre negative perché utilizzano una posizione di presunta forza o potere per danneggiare o comunque far del male ad un'altra persona;
- il bullo è un ragazzo insicuro, ansioso o con una bassa autostima. In realtà chi si comporta da bullo ha un'autostima al di sopra della media dei suoi coetanei e, se viene continuamente confermato nei suoi atti di forza e prepotenza, a lungo

- andare si convincerà che l'unico modo per avere successo nella vita e per riuscire è quello di prevaricare sugli altri e di comportarsi in modo aggressivo;
- la vittima deve imparare a difendersi da sola. Prepotenze e vessazioni mettono chi le subisce in una condizione di inferiorità psicologica, di isolamento e di bassa autostima che non può essere fronteggiata in modo solitario. E' necessario un sostegno da parte degli altri: familiari, insegnanti e amici;
 - i comportamenti da bulli riguardano solo zone periferiche delle grandi città o appartenenti a classi disagiate o meno abbienti. Il fenomeno può interessare tutte le classi socioeconomiche e può manifestarsi sia nei quartieri periferici sia nelle zone residenziali;
 - il bullismo è un problema dell'ambiente scolastico. Gli atti di bullismo si verificano non solo a scuola ma anche in altri luoghi di aggregazione sociale come i centri sportivi, l'oratorio, etc.;
 - stare alla larga da certa gente è l'unico modo per non avere problemi. Naturalmente non conviene cercare la compagnia di ragazzi che si comportano in modo particolarmente prepotente ma non bisogna neanche "fare lo struzzo" cioè far finta di non vedere quando un compagno viene preso da mira dai bulli di turno.

Non solo bulli e vittime

Comunemente quando si pensa al bullismo ci si riferisce soltanto a due tipi di soggetti coinvolti: i bulli e le vittime. In realtà esiste una terza categoria, gli spettatori che, anche se non prendono parte attiva agli atti di prepotenza, assistono e svolgono comunque un ruolo importante nella legittimazione di tali condotte. Consideriamo le singole categorie nel dettaglio.

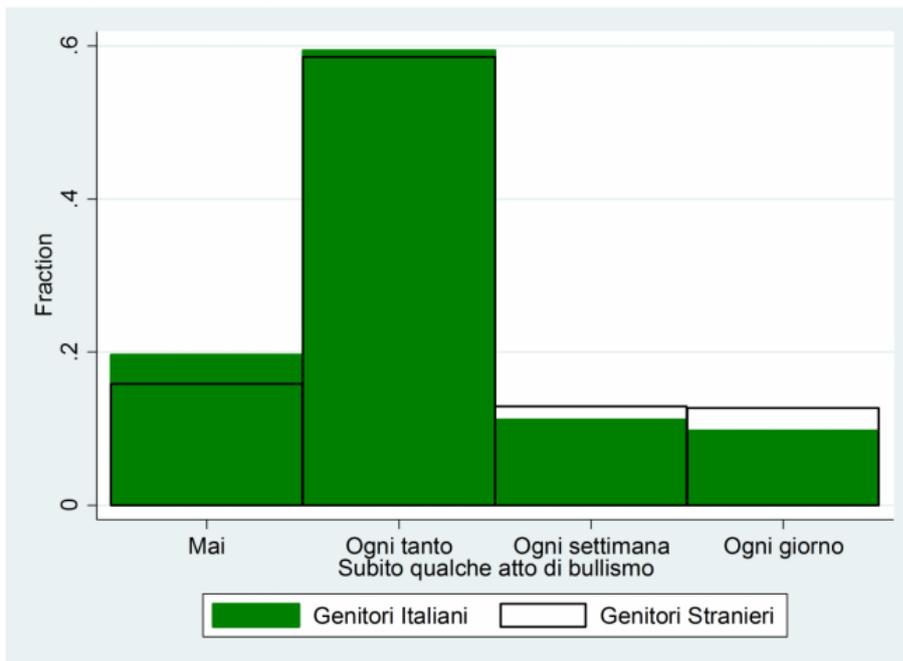
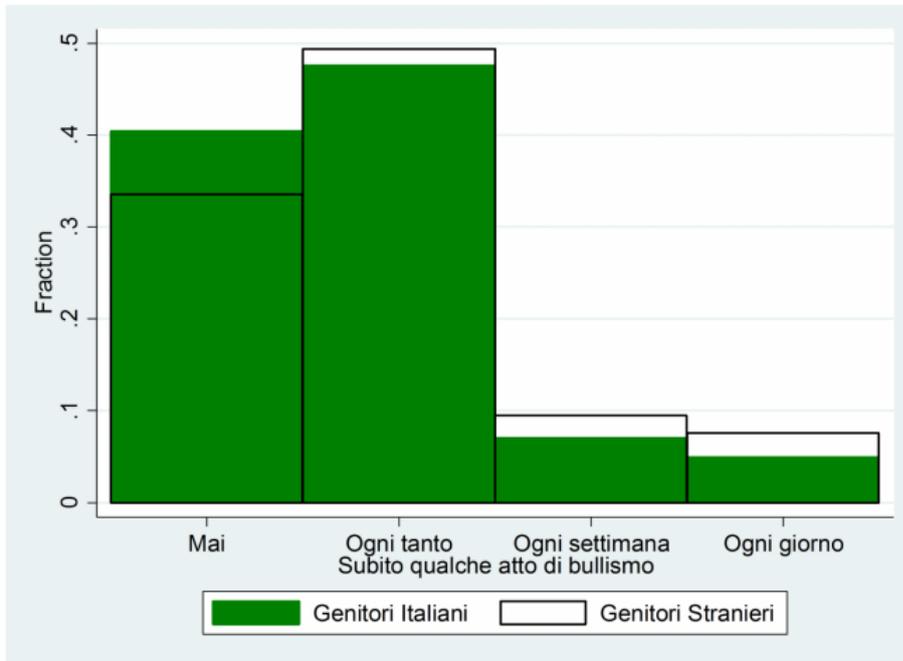
- I bulli mettono in atto le prevaricazioni si distinguono in dominanti e gregari. Il bullo dominante è più forte della media dei coetanei, ha un forte bisogno di potere, dominio e autoaffermazione, è impulsivo e ha difficoltà a rispettare le regole. Ha una scarsa consapevolezza delle conseguenze delle proprie azioni e non mostra mai sensi di colpa per gli esiti delle prepotenze. Di solito ha un rendimento scolastico nella media ma che con il tempo tende a peggiorare e manifesta abilità particolari nello sport e nelle attività di gioco. Frequentemente è abbastanza popolare soprattutto tra i più piccoli che lo considerano un modello di potere e di forza. I bulli gregari costituiscono un gruppetto di due o tre persone che assumono il ruolo di sobillatori o seguaci del bullo dominante. Di solito non agiscono ma eseguono gli "ordini" del "capo". Si tratta di soggetti ansiosi, insicuri, con scarso rendimento scolastico e che a volte sono in grado di mettersi nei panni della vittima.
- Le vittime rientrano in due categorie: passiva/sottomessa e provocatrice. La vittima passiva/sottomessa è un soggetto debole, tendenzialmente isolato e incapace di difendersi. Mostra spesso ansia e insicurezza e ha uno scarso senso di autoefficacia perché ha qualche difficoltà nel rendimento scolastico e di solito è poco abile nelle attività sportive e di gioco e quindi tende ad essere emarginato. Non parla con nessuno delle sofferenze e dei torti subiti e tende ad autocolpevolizzarsi. La vittima provocatrice invece contrattacca le azioni aggressive dell'altro anche se in maniera poco efficace. Quindi si tratta di un soggetto che subisce e agisce le prepotenze. Si tratta in genere di un maschio, irrequieto e ipertattivo a volte goffo e immaturo. Assume comportamenti e atteggiamenti che causano tensione nei compagni in generale e a volte anche negli adulti provocando delle reazioni negative a proprio danno.

- Gli spettatori. Si tratta di bambini e ragazzi che assistono alle prevaricazioni o ne sono a conoscenza e che con il loro comportamento possono favorire o frenare il dilagare del fenomeno. "Il bullismo è quindi un fenomeno di gruppo che coinvolge la totalità dei soggetti, che possono assumere diversi ruoli: sostenendo il bullo, difendendo la vittima o mantenendosi neutrali" È importante fare notare inoltre come gli interventi di prevenzione del fenomeno di bullismo siano più mirati a coloro che vedono il fatto da un punto di vista esterno. Sono infatti i cosiddetti "spettatori" a permettere che gli eventi denigratori o violenti possano accadere, se queste persone intervenissero per fermare il bullo a aiutare la vittima anziché schierarsi con colui da loro reputato il "più forte" gli episodi di bullismo, ma anche cyberbullismo, verrebbero di molto ridotti. Bisogna inoltre precisare come il non reagire da parte di queste persona abbia un impatto psicologico sulla vittima molto rilevante, nella vittima si instaurerà un senso di solitudine e inadeguatezza al gruppo che potrebbe portarlo ad autoescludersi in certe situazioni.

Dati

Invalsi

Episodi di bullismo che interessano **bambini e adolescenti** sono spesso riportati sulle pagine dei giornali e diversi studi tendono a confermare la gravità del fenomeno. Una fonte di **informazione utile** a fornire un quadro è costituita dai **dati Invalsi**. Infatti, tra i quesiti proposti nel questionario somministrato dall'Istituto agli studenti, ve ne sono alcuni volti a indagare la diffusione del bullismo. In particolare, si chiede quanto spesso durante l'anno scolastico allo studente è capitato di subire comportamenti aggressivi (quali prese in giro, insulti, esclusione, violenza fisica). Esaminando i dati del 2014-15 (nel questionario 2015-16 queste domande non sono presenti) relativi alla quinta classe della scuola primaria si nota che solo il **19,3 per cento** degli alunni non ha mai subito questo tipo di comportamento. Circa il **59 per cento** risponde invece di averlo subito ogni tanto. La cadenza diventa settimanale per circa il **11 per cento** degli studenti e giornaliera per il 10 per cento. Percentuali non meno allarmanti si riscontrano nei dati relativi agli adolescenti che frequentano il secondo anno delle scuole superiori. Anche in questo caso il **48 per cento** dichiara di aver subito ogni tanto atti di bullismo e circa il **12 per cento** dichiara di esserne vittima settimanalmente.



La riabilitazione

Le modalità di riabilitazione portate avanti da enti pubblici e privati di fronte ai casi di bullismo sono molte. Alcune puntano a rafforzare la stima di sé, spesso logorata dopo vari e ripetuti atti da parte del bullo e dall'indifferenza degli spettatori, all'interno della vittima mentre altre puntano a rendere il bullo una persona utile alla collettività mediante la partecipazione ad attività di volontariato e, più in generale, ad attività socialmente utili che possano portare al miglioramento delle capacità relazionali del soggetto, quali ad esempio l'empatia verso il prossimo. Come era già stato evidenziato la categoria del bullo dominante raggruppa individui con scarsa empatia verso la vittima. L'assenza di empatia porta alla mancanza di sensi di colpa e generalmente all'inconsapevolezza di quanto gravi siano le proprie azioni.

Nella vittima la stima di sé viene a mancare ed è normale che l'individuo escluso dal gruppo tenda ad assumersi la responsabilità degli atti di bullismo. I modi con cui la

vittima reagisce sono tuttavia diversi, la vittima può infatti sottomettersi o reagire. Bisogna precisare che il reagire della vittima non sempre porta alla risoluzione degli atti di bullismo. Come già precisato precedentemente la vittima che reagisce talvolta: "assume comportamenti e atteggiamenti che causano tensione nei compagni in generale e a volte anche negli adulti provocando delle reazioni negative a proprio danno".

In una puntata di "Le Iene"¹ è possibile vedere l'attività di riabilitazione sia per i bulli, che per le vittime. Quest'ultime ricevono aiuto da una psicologa e, se aventi età maggiore o uguale a 14 anni, imparano le tecniche di autodifesa. L'imparare a difendersi dal bullo per la vittima non è solo utile ma porta al risollevarsi della propria autostima. Il semplice atto di allontanare l'aggressore porta a una gratificazione sul piano emotivo della vittima che capisce di essere in grado di respingere gli attacchi. La riabilitazione per il bullo, al contrario, insegna la difesa da parte di terzi, trasformando l'aggressore della vittima nel suo difensore.

Esiste anche un'altra forma di riabilitazione volta alla conciliazione tra le 2 parti, la "mediazione penale minorile". Con il termine mediazione penale si intende l'atto per cui le 2 parti (vittima e bullo) in presenza di un terzo individuo neutrale svolgono una mediazione. La comunicazione tra le 2 parti permette alla vittima di esprimere i propri pensieri al bullo e al bullo di analizzare la situazione della vittima, con la speranza che capisca di aver sbagliato.

¹ http://www.video.mediaset.it/video/iene/puntata/viviani-reagire-al-bullismo_604571.html

Cyberbullismo

Secondo la maggior parte degli adolescenti, il pericolo più grande che li riguarda proviene dalla tecnologia: ciò che fa loro più paura è infatti il cyberbullismo, una forma di bullismo che utilizza smartphone e internet per aggredire e umiliare chi ne è vittima. Nei dati della ricerca I ragazzi e il cyber bullismo di Save the Children, dati recentissimi, il cyberbullismo fa agli adolescenti più paura di quanto non ne facciano le droghe, l'essere molestati da un adulto o il contrarre l'AIDS.

Come e perché avviene l'aggressione nel cyberbullismo?

Secondo gli adolescenti intervistati, il luogo virtuale in cui il cyberbullo ama agire è il più delle volte un social network, su cui pubblica foto denigratorie o crea gruppi contro la sua vittima. Nel cyberbullismo la vittima viene aggredita anche rendendo pubblici i suoi messaggi privati e le sue mail, spedendole sms o mail di minaccia o offensive.

La causa degli attacchi da parte del cyberbullo? L'aspetto fisico, la timidezza, l'orientamento sessuale o l'essere stranieri. Dicono i ragazzi e le ragazze intervistati, è sufficiente essere in un qualsiasi modo "diversi" per attirare l'attenzione del cyberbullo. Anche l'essere molto carine o la disabilità possono funzionare da molla apparente per scatenare un cyberbullo.

Per la maggior parte di ragazzi e ragazze, il cyberbullismo è dovuto a dinamiche che riguardano un intero gruppo, attraverso forme di influenza sociale: per il 70% degli intervistati, uno comincia e gli altri gli vanno dietro.

Perché tanta paura del cyberbullismo?

Nella percezione che ne hanno ragazzi e ragazze, le conseguenze che derivano dall'essere vittima di cyberbullismo sono drammatiche: il cyberbullismo compromette il rendimento scolastico, spinge a isolarsi dagli altri, porta alla depressione o ad atti di autolesionismo. Secondo gli adolescenti, chi subisce cyberbullismo si rifiuta di andare a scuola o fare sport, non vuole più uscire da casa né vedere gli amici, si chiude in se stesso e non si confida più con nessuno.

Per la maggior parte degli adolescenti, gli episodi di cyberbullismo sono molto più dolorosi di quelli reali, perché non ci sarebbero limiti a quello che si può dire e fare e perché potrebbero avvenire continuamente, in ogni ora del giorno e della notte.

Non c'è da stupirsi se il cyberbullismo è per il 72% di ragazzi e ragazze il pericolo più grande che corrono, ciò di cui hanno più paura e se, rispetto ai recenti episodi di suicidio da parte di vittime di cyberbullismo (a Carolina, ad Andrea, ad Amanda, ma l'elenco sarebbe ahimé lungo), soprattutto le ragazze ritengono che il cyberbullismo abbia giocato un importante ruolo nella decisione di togliersi la vita.

Cosa fare, secondo gli adolescenti?

Rivolgersi agli adulti, i genitori in primis. E, sempre secondo i ragazzi e le ragazze intervistati, chiedere ai gestori delle piattaforme social e ai gestori telefonici adeguate contromisure, fare attività di informazione, sensibilizzazione e prevenzione che

coinvolgano scuola, istituzioni, aziende e genitori. Con la speranza che questi ottimi suggerimenti siano ascoltati dagli Osservatori Regionali sul bullismo. E con la speranza che la si smetta di pensare che il problema sia la tecnologia e non l'uso erraneo che se ne fa.

Differenze tra bullismo e cyberbullismo

Bullismo	Cyberbullismo
Sono coinvolti solo gli studenti della classe e/o dell'Istituto;	Possono essere coinvolti ragazzi ed adulti di tutto il mondo;
generalmente solo chi ha un carattere forte, capace di imporre il proprio potere, può diventare un bullo;	chiunque, anche chi è vittima nella vita reale, può diventare cyberbullo;
i bulli sono studenti, compagni di classe o di Istituto, conosciuti dalla vittima;	i cyberbulli possono essere anonimi e sollecitare la partecipazione di altri "amici" anonimi, in modo che la persona non sappia con chi sta interagendo;
le azioni di bullismo vengono raccontate ad altri studenti della scuola in cui sono avvenute, sono circoscritte ad un determinato ambiente;	il materiale utilizzato per azioni di cyberbullismo può essere diffuso in tutto il mondo;
le azioni di bullismo avvengono durante l'orario scolastico o nel tragitto casa-scuola, scuola-casa;	le comunicazioni aggressive possono avvenire 24 ore su 24;
le dinamiche scolastiche o del gruppo classe limitano le azioni aggressive;	i cyberbulli hanno ampia libertà nel poter fare online ciò che non potrebbero fare nella vita reale;
bisogno del bullo di dominare nelle relazioni interpersonali attraverso il contatto diretto con la vittima;	percezione di invisibilità da parte del cyberbullo attraverso azioni che si celano dietro la tecnologia;
reazioni evidenti da parte della vittima e visibili nell'atto dell'azione di bullismo;	assenza di reazioni visibili da parte della vittima che non consentono al cyberbullo di vedere gli effetti delle proprie azioni;
tendenza a sottrarsi da responsabilità portando su un piano scherzoso le azioni di violenza.	sdoppiamento della personalità: le conseguenze delle proprie azioni vengono attribuite al "profilo utente" creato.

Bullismo Femminile

Quando pensiamo al bullismo, ci immaginiamo sia qualcosa che riguarda la violenza fisica e i maschi. Esiste però anche un bullismo femminile in cui ragazze aggrediscono ragazze senza ricorrere ai pugni, ma ad esempio prendendole sistematicamente in giro e isolandole dagli altri. È un modo spesso molto sottile e invisibile a chi guarda dall'esterno, ma devastante per la vittima.

Le bulle ricorrono alla violenza psicologica e prendono di mira ciò che per una ragazza è di importanza cruciale in questa fase della vita: le relazioni con le sue coetanee. La bulla vuole appunto fare in modo che la sua vittima rimanga da sola, senza nessuna amica cui rivolgersi per cercare conforto, scambiare consigli, condividere paure ed esperienze, confrontarsi. Il bullismo femminile è soprattutto una aggressione relazionale che si ripete sempre, senza tregua, con l'intenzione consapevole di far soffrire chi ne è vittima.

Chi guarda da fuori non è detto che colga immediatamente la differenza tra un gruppo di ragazze guidate da una bulla e un gruppo di ragazze in cui non c'è nessuna bulla. In entrambi i casi infatti quello che le ragazze fanno è chiacchierare, probabilmente condividere sogni, speranze e preoccupazioni.

Nel gruppo della bulla però avviene un gioco spietato alle spalle di una coetanea: di lei si dicono malignità, le si attribuiscono soprannomi offensivi, la si prende in giro, si pianifica uno spam di mail che la denigrino o un'altra tattica per escluderla da ogni contatto umano. Il pettegolezzo è un'attività particolarmente eccitante, utile a far sì che i legami d'amicizia della vittima si rompano.

Quando l'aggressione è faccia a faccia, la bulla, spalleggiata dalle sue gregarie, si diverte a prendere in giro la vittima per come si veste o per come parla, la offende, la minaccia, giorno dopo giorno. Soprattutto il corpo della vittima è criticato senza pietà; così facendo, la bulla rende ancora più problematico alla vittima ciò che per ogni adolescente, maschio o femmina, è già difficile, cioè sentirsi bene nel proprio corpo.

Nelle mani delle bulle, anche Twitter e Facebook diventano armi micidiali. In generale, il fatto di comunicare online, senza guardare l'altro negli occhi, scatena un effetto di disinibizione che può spingere a dire cose che, nell'interazione faccia a faccia, non ci saremmo mai sognati di dire. Per la bulla i social media sono delle vere e proprie bombe con cui devastare l'autostima della vittima, ad esempio aprendo su Facebook un gruppo che la denigra. Il bullismo femminile o maschile che sia che avviene online è stato chiamato da Bill Belsey cyberbullismo.

Come in quello maschile, anche nel bullismo femminile le gregarie della bulla contribuiscono al potere di quest'ultima. La vittima può infatti credere che la bulla abbia il sostegno dei pari. In verità anche loro fanno le spese dell'aggressività della bulla e si legano a quest'ultima con un patto di esclusività che non ammette altre relazioni. In realtà, le gregarie della bulla, più che apprezzarla, la temono.

La maggioranza silenziosa delle altre coetanee, pur non intervenendo in difesa della vittima, probabilmente non approva le prepotenze ma di fatto le tollera, per paura di ritorsioni, per indifferenza, per quieto vivere.

Il bullismo femminile si serve della violenza psicologica più che di quella fisica per danneggiare chi ne è vittima. Per distruggere la vita delle loro coetanee, le ragazze usano il pettegolezzo, la critica e l'isolamento sociale, prendendo di mira ciò che per una ragazza è di primaria importanza in questa fase della vita: le relazioni con le sue coetanee.

Cause

Perché accanirsi contro un'altra persona in questo modo? Quali sono le cause? Il bullismo femminile, al pari di quello maschile, consente a bulle e bulli di:

- accrescere il proprio prestigio tra i pari;
- essere più popolari e avere maggiore potere sugli altri;
- salvaguardare o migliorare la propria posizione sociale (status).

Sono tutti fattori che si legano a dinamiche di dominanza all'interno di un gruppo. Le dinamiche di dominanza si creano non solo nei gruppi umani ma anche nei gruppi di animali, in cui i ruoli sono organizzati in modo gerarchico: ad esempio, tra alcune scimmie, la femmina dominante (femmina alfa) stabilisce forti legami sociali ed è considerata una guida, imitata e seguita dagli altri componenti del branco, sia maschi che femmine.

Le cause del bullismo femminile (come quello maschile) sono di natura sociale e il bullismo si può considerare un modo per emergere nel gruppo dei propri pari e controllarlo, in assenza di altre strategie per raggiungere questo scopo.

A ciò si aggiunge il fatto che le varie tattiche di distruzione dell'altra persona consentono ai bulli e alle bulle di mettere alla prova le loro abilità e affermare l'autonomia dal mondo adulto, anche in questo caso in assenza di altri modi mediante cui affermare se stessi e risolvere i conflitti interpersonali.

Conseguenze

Subire la violenza psicologica racchiusa nel bullismo femminile ha conseguenze atroci. La vittima sente di essere sola al mondo, che tutti ce l'hanno con lei, non solo la bulla, e che se lo merita: è colpa sua se le cose stanno così.

A lungo andare, le vittime perdono autostima, soffrono d'ansia e di problemi somatici o sono depresse, sviluppano un'avversione per la scuola e si inventano mille motivi per non andarci ed evitare così la vittimizzazione.

Nei casi più gravi di bullismo femminile le cose vanno in modo ancora più drammatico e le conseguenze diventano letali. Come per Dawn-Marie Wesley che, a quattordici anni, si è impiccata con il collare del suo cane. Il fratello è andato a chiamarla per la cena e l'ha trovata così. Dawn-Marie non ce la faceva più a sopportare le tre compagne di scuola che, tutti i giorni, la spaventavano e la minacciavano.

Anche i bulli pagano un costo altissimo. Gli studi sinora svolti riguardano le conseguenze a medio e lungo termine per i bulli maschi: i bulli tendono ad assumere comportamenti devianti come l'abuso di alcool o l'assunzione di sostanze, a scuola il loro rendimento è inferiore a quello dei loro coetanei e rischiano di entrare in

una escalation di violenza che potrebbe portarli a episodi di vandalismo, furti, piccola criminalità, quando non a problemi seri con la legge.

Segni che una ragazza è vittima di bullismo:

- non vuole più andare a scuola e studia meno;
- ha spesso mal di pancia o mal di testa e li usa come scusa per non andare a scuola;
- non esce più da casa;
- nessuno viene a trovarla a casa;
- non è invitata a uscire, alle feste etc.;
- si veste in modo diverso da prima;
- fa fatica ad addormentarsi;
- cambia abitudini alimentari;
- è depressa o preoccupata.

La prima cosa da fare è appunto rompere il muro del silenzio su questo argomento. Considerata la difficoltà nel parlarne, è inutile se non controproducente fare delle domande dirette che vadano dritte al punto. Meglio fare domande più generali su cosa si fa a scuola, come sono i compagni, etc.

La cosa fondamentale è che la vittima si senta sostenuta e, ad esempio, non venga criticata perché debole o incapace di difendersi. C'è già lei a massacrarsi con questi rimproveri.

Il Bullismo Ha Tante Facce

Spesso pensiamo che le vittime di bullismo e cyberbullismo siano persone deboli, poco note, introversi e non protette. In verità non è così. Ecco alcuni esempi.

Barron Trump

Il bullismo ha tante facce. Quella più tragica è evidentemente contro i fragili. Quella più complessa, tuttavia, è quella che si scatena contro i protetti. Com'è Barron Trump, il figlio più piccolo del neopresidente Donald nato dal matrimonio con Melania Knauss. Dalla notte dell'8 novembre 2016 – quando era apparso annoiato e poco appassionato all'inaspettata vittoria del padre, e vorrei vedere dal momento che ha 10 anni – fino all'Inauguration Day di pochi giorni fa, quando è stato protagonista di un goffo siparietto con la madre, si è scatenato nei suoi confronti un fuoco di fila. Che lo ha trasformato in un meme da sberleffo facile fatto di facce strane e atteggiamenti svagati. Un'autrice del Saturday Night Live, Katie Rich – poi sospesa a tempo indeterminato dalla Nbc – ha per esempio twittato "Barron sarà il primo autore di una strage in una scuola privata". Un altro autore televisivo, Matt Oswalt, ha invece cinguettato "Barron in questo momento si aggira per la Casa Bianca cercando cose da

bruciare”, mentre la scrittrice Caitlin Moran ha scritto che “Le espressioni di Barron Trump sono al 100% Joffrey”, intendendo il giovane re malefico e sadico di Game of Thrones. Uno scatenamento più o meno pesante corredato da una sequela di scatti che lo immortalano in pose curiose e dalla bufala sul suo presunto autismo, messa in circolazione già da novembre tramite un video su YouTube, poi rimosso dopo le richieste della famiglia.

Diletta Leotta e Caterina Balivo

Diletta Leotta, la conduttrice 25enne di Sky Sport, è stata invitata da Carlo Conti sul palco di Sanremo per parlare dell’incresciosa vicenda capitata la scorsa estate quando alcuni hacker le hanno rubato dal suo profilo iCloud alcune sue foto e video privati poi diffusi e pubblicati in rete: “Purtroppo queste cose succedono a ragazzi piccoli che hanno bisogno di essere tutelati e protetti. Il mio messaggio di stasera va quindi a loro. Siate coraggiosi e forti”, caso per il quale la procura di Milano ha aperto un’inchiesta con l’ipotesi di accesso abusivo a sistema informatico a carico di ignoti. “Dopo una prima fase di sgomento ho deciso di reagire. Non solo psicologicamente tornando subito alla quotidianità, ma anche attivamente denunciando alla polizia postale la gravissima violazione privacy subita”, ha spiegato a Carlo Conti in diretta la giovane catanese che a Sky si occupa principalmente del campionato di Serie B.

Ma la sua apparizione non è piaciuta ad un’altra conduttrice tv, Caterina Balivo, che con un commento ha scatenato molte reazioni degli utenti di Twitter: “Non puoi parlare della violazione della #privacy con quel vestito e con la mano che cerca di allargare lo spacco della gonna”. Ovviamente quest’ultima è stata vittima di insulti; a questo punto dovremmo chiederci: al cyberbullismo come NON si deve reagire essendo spettatori?

Questo episodio non solo ci dà una dimostrazione di come un atto di cyberbullismo (e di sessismo) possa facilmente avvenire, ma anche come gli spettatori possano reagire non correttamente, diventando a loro volta cyberbulli. Gli insulti non faranno altro che alimentare la vergogna della vittima, mentre delle critiche costruttive (in questo caso alla Balivo) avrebbero avuto un impatto migliore e avrebbero anche constatato che la nostra società è in grado di affrontare situazioni del genere e di crescere.

Safer internet day e la giornata nazionale contro il bullismo

“Be the change: unite for a better internet” è lo slogan del Safer Internet Day 2017 (#SID2017), la Giornata mondiale per la sicurezza in Rete istituita e promossa dalla Commissione Europea che, giunta alla sua XIV edizione, quest’anno si celebra in contemporanea in oltre 100 Paesi per far riflettere le ragazze e i ragazzi non solo sull’uso consapevole della Rete, ma anche sul ruolo attivo e responsabile di ciascuna e ciascuno nella realizzazione di Internet come luogo positivo e sicuro.

In Italia l'evento collegato al #SID2017 si è tenuto a Roma, presso gli spazi espositivi dell'ex Caserma Guido Reni (in Via Guido Reni), a partire dalle ore 9.30, dove è stata allestita una vera e propria cittadella messa a disposizione di studentesse e studenti per dialogare con istituzioni ed esperti. In concomitanza con il Safer Internet Day, quest'anno, si terrà la prima Giornata nazionale contro il bullismo e il cyberbullismo a scuola dal titolo "Un Nodo Blu - le scuole unite contro il bullismo". Un'iniziativa lanciata dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca nell'ambito del Piano nazionale per la prevenzione del bullismo e del cyberbullismo a scuola. Il tema sarà rilanciato questa sera anche nel corso del Festival di Sanremo e durante il dopo Festival.

Sexting

Il termine sexting, derivato dalla fusione delle parole inglesi sex (sesso) e texting (inviare messaggi), è un neologismo utilizzato per indicare l'invio di messaggi, testi e/o immagini sessualmente espliciti, principalmente tramite il telefono cellulare o tramite altri mezzi informatici.

Le indagini sociologiche e statistiche condotte sul tema sono numerose, specie negli Stati Uniti, e ci aiutano a inquadrare meglio la portata e le dimensioni del fenomeno. Uno studio condotto nel 2012 dal dipartimento di Psicologia dell'Università dello Utah (ricercatori Donald S. Strassberg, Ryan Kelly McKinnon, Michael A. Sustaíta e Jordan Rullo) condotta su 606 adolescenti tra i 14 e i 18 anni ha rilevato che circa il 20% degli studenti affermava di aver inviato una propria immagine sessualmente esplicita attraverso il telefono cellulare e quasi il doppio di averla ricevuta. Oltre il 25% di coloro che avevano ricevuto immagini affermava di averle inoltrate ad altri; di questi, più di un terzo l'avevano fatto pur consapevoli delle gravi conseguenze legali dell'atto.

In un'indagine di Associated Press e MTV (2009) su 1.247 intervistati di età compresa tra i 14 e i 24 anni risultava che il 13% delle donne e il 9% dei maschi avevano inviato una foto di nudo o un video di se stessi nudi o semi-nudi. Inoltre, utilizzando un campione rappresentativo a livello nazionale di ragazzi di età compresa tra i 12 e i 17 anni, riferendosi in particolare al telefono cellulare e agli SMS, il Pew Research Center (2009) ha evidenziato che il 4% degli adolescenti che possedeva telefoni cellulari riferiva esplicitamente l'invio di immagini sessualmente esplicite di nudo o semi-nudo a un'altra persona.

McDaniel e Drouin hanno pubblicato un interessante studio nel novembre 2015 che ha esaminato un campione di coppie sposate o conviventi (180 mogli e 175 mariti). Gli adulti sposati praticano sexting tra loro, ma è molto meno comune rispetto alle relazioni tra giovani adulti, e consiste principalmente di conversazioni a sfondo sessuale o intimo (il 29% ha riferito di instaurare conversazioni di sesso con il partner) piuttosto che di foto o video sessualmente espliciti (il 12% ha segnalato l'invio di foto di nudo o semi-nudo). L'invio di messaggi a sfondo sessuale è stato positivamente correlato a un rapporto soddisfacente solo tra quelli con alti livelli di evasione.

L'invio di immagini sessualmente esplicite era legato alla soddisfazione per gli uomini, mentre per le donne si collegava con alti livelli di ansia.

I ragazzi spesso non sembrano consapevoli di scambiare materiale pedopornografico che potrebbe arrivare nelle mani sbagliate e causare gravi conseguenze emotive per i protagonisti delle immagini e dei video. Giovanni Boccia Artieri e Piermarco Aroldi, docenti e sociologi italiani, affermano che, nonostante non si abbiano sufficienti dati

certi, questo fenomeno sia in realtà abbastanza diffuso, per certi aspetti più fra gli adulti che non fra i ragazzi. Questo perché i ragazzi hanno una vita che non è ancora incanalata in schemi talvolta ripetitivi e fortemente stressanti. I giovani adulti, sempre più a contatto con responsabilità e pesanti carichi lavorativi, con tempi e ritmi sempre più innaturali, sembrano più inclini al sexting. Sostengono, inoltre, che gli adulti, attraverso l'uso del web per incontri occasionali, utilizzino applicazioni e siti vari per il contatto iniziale e, successivamente, procedono con lo scambio di un recapito con il quale potersi scambiare immagini esplicitamente sessuali, oppure tramite sistemi di webcam che collegano in maniera casuale e in tempo reale due degli utenti online

Considerando i rischi della Rete in cui bambini e adolescenti si possono imbattere, il network europeo INSAFE che promuove la sicurezza e l'utilizzo responsabile di internet e cellulari da parte dei minori, promuove ogni anno nel mese di febbraio il Safer Internet Day. Anche l'organizzazione Save the Children, insieme alla Commissione europea, promuove ogni anno una campagna denominata "Posta con la testa", al fine di sensibilizzare i più giovani su questo argomento, al fine di renderli consapevoli dei rischi legati alla pubblicazione di immagini che dovrebbero rimanere private.

Flame

Nel gergo delle comunità virtuali di Internet come newsgroup, forum, blog, chat o mailing list, un flame (dall'inglese per "fiamma") è un messaggio deliberatamente ostile e provocatorio inviato da un utente della comunità verso un altro individuo specifico; flaming è l'atto di inviare tali messaggi, flamer chi li invia, e flame war ("guerra di fiamme") è lo scambio di insulti che spesso ne consegue, paragonabile a una "rissa virtuale". Il flaming è contrario alla netiquette, ed è uno degli strumenti utilizzati dai troll per attirare l'attenzione su di sé e disturbare l'interazione del gruppo.

Netiquette

È un termine che unisce il vocabolo inglese network (rete) e quello francese *étiquette* (buona educazione). È un insieme di regole che disciplinano il comportamento di un utente di Internet nel rapportarsi agli altri utenti attraverso risorse come newsgroup, mailing list, forum, blog, reti sociali o email in genere. Il rispetto della netiquette non è imposto da alcuna legge. Sotto un aspetto giuridico, la netiquette è spesso richiamata nei contratti di fornitura di servizi di accesso da parte dei provider.

Harassment

Copre una vasta gamma di comportamenti di natura offensiva. È comunemente inteso come un comportamento che disturba o sconvolge, ed è tipicamente ripetitiva. In senso giuridico, è un comportamento che sembra essere subisce o rischia. Le molestie sessuali si riferisce alle avances sessuali ripetute e sgradite, in genere nei luoghi di lavoro, dove le conseguenze del rifiuto sono potenzialmente molto svantaggioso per la vittima.

Denigration

Significa insultare mettendo in giro voci e pettegolezzi, spesso inventati. Lo scopo è rovinare la tua reputazione.

Trikeyery

Quando qualcuno volutamente trucchi un'altra persona in condivisione segreti, informazioni private, o informazioni imbarazzanti, e pubblica tale informazione on-line.

Impersonation

È il furto di identità. Il cyberbullo si finge un'altra persona e spedisce ai suoi amici messaggi con il suo nome, in modo da farti fare la figura dello stupido e rovinare la sua reputazione.

Mobbing

(dall'inglese «assalire, molestare»; quindi «molestia, angheria») nell'accezione più comune è un insieme di comportamenti aggressivi di natura psicofisica e verbale, esercitati da una persona o un gruppo di persone nei confronti di altri soggetti.

Body shaming

Un'epidemia pericolosa, ma virus è batteri questa volta non c'entrano. L'allarme si chiama 'body shaming', ovvero la tendenza a commentare sui social network, in modo negativo, la forma fisica delle persone, in particolare delle donne. Una su 2 sperimenta questo fenomeno, dalle frecciate velate agli insulti diretti. Il risultato, in ogni caso, è quello di far vergognare la 'vittima' del proprio corpo, con il pericolo di spingerla verso un comportamento alimentare scorretto.

E' quanto emerge da un'indagine promossa da Nutrimente Onlus, associazione per la prevenzione, la cura e la conoscenza dei disturbi del comportamento alimentare, condotta su circa 4.000 italiani tra uomini e donne di età compresa tra 18 e 55 anni, realizzato attraverso un monitoraggio online sui principali social network, blog, forum e community dedicate (metodologia Woa, Web Opinion Analysis). La parte del corpo che viene particolarmente presa di mira sono le gambe (48%), seguite dalla pancia (45%), dal fondoschiena (41%) e dai fianchi (35%). La conseguenza è che il body shaming condiziona l'autostima (45%) e provoca l'aumento degli stati d'ansia (43%).

Eppure, secondo i dati, ben una donna su 2 (48%) afferma di essere giudicata per i chili di troppo soprattutto durante l'estate, quando si scopre di più il corpo. Una tendenza che non risparmia il mondo dello sport, come dimostrano le polemiche durante i Giochi olimpici in corso in Brasile, dalle 'cicciolette' in poi. Commenti non certo innocui. Una ricerca pubblicata dal 'The National Center for Biotechnology Information', infatti, dimostra come un regime alimentare sconsiderato può essere associato all'autostima, in particolare a quella degli adolescenti. Non solo. Anche iniziare una qualsiasi dieta aumenta il rischio di disordini alimentari nelle adolescenti (32%), ma anche nelle ragazze dai 25 ai 32 anni (27%) e nelle donne dai 33 ai 45 (21%), mentre fra tutti gli uomini solo l'11% è a rischio. Insomma, 'insidiare' il fragile equilibrio dell'autostima attraverso i social può innescare un processo assai pericoloso.

Le più sensibili al body shaming sono le adolescenti dai 18 ai 21 anni (32%). Le ragazze più giovani soffrono particolarmente i difetti del proprio corpo, soprattutto se evidenziati dai coetanei. Al secondo posto troviamo le ragazze 25-32enni (27%) che soffrono leggermente meno rispetto alle giovani teenager, ma vengono messe con le spalle al muro dai commenti dei ragazzi e dal fisico snello e tonico delle amiche.

Le donne dai 33 ai 45 anni (21%), invece, soffrono in particolar modo i segni dell'invecchiamento come le rughe in viso o la cellulite e questo le porta a rinunciare a un pasto completo per cercare di mantenere una linea perfetta, provocando in molti casi squilibri alimentari. Anche gli uomini non sono indifferenti alle critiche sul proprio corpo, ma la percentuale si abbassa considerevolmente e raggiunge appena l'11% totale.

Per contrastare gli effetti del body shaming gli esperti suggeriscono alcune 'strategie', 5 regole per non farsi condizionare: Ecco:

- Ridimensiona il valore dei social. La vita reale è fatta di relazioni vere e tangibili e tu sei molto più di ciò che dice la tua bilancia. Chi scatena la propria aggressività dietro uno schermo non merita la tua attenzione. Guarda le atlete delle Olimpiadi: la loro bravura prescinde dalle critiche ricevute per la forma fisica. Ricorda, infine, che il più severo giudice di te stesso sei tu;
- Svolgi attività per fare un po' pace con il corpo. Puoi provare a riprendere confidenza con il tuo corpo scoprendolo gradualmente. Se proprio non te la senti di metterti in costume quest'anno, condividi la tua preoccupazione con i tuoi familiari e sentiti libera di proporre una scelta diversa. Nuota, cammina, scegli attività che aumentino la consapevolezza del tuo corpo e della sua utilità;
- Considera l'effetto dell'umore sulla percezione dell'immagine nello specchio. La percezione del tuo corpo spesso dipende dall'umore (quando siamo tristi o arrabbiati ci percepiamo brutti). Non temere di condividere le tue emozioni con i tuoi amici o familiari;
- La forma fisica indica la salute, non il valore personale. Un corpo sano è un corpo che si alimenta in maniera corretta, che fa attività fisica in quantità adeguate e che si prende cura di sé. Un eccesso o una deprivazione di cibo, inadatta al proprio stile di vita, alla propria età e alla propria altezza rappresenta una minaccia per il tuo benessere e non ha nulla a che fare con il tuo valore personale;
- Riconoscere le difficoltà è il primo passo per affrontarle. Se ti senti a disagio con il tuo corpo e questo occupa molto spazio nei tuoi pensieri, limitando la tua libertà di goderti le vacanze, ricordati che ci sono dei professionisti del settore che, al rientro dalle vacanze, possono aiutarti a ritrovare un rapporto sano col tuo corpo.

Cat fishing

In inglese vuol dire pesce gatto e in gergo urbano vengono descritte con questo termine coloro che sui Social Network fingono di essere qualcun altro solitamente per intrecciare delle storie amorose virtuali.

Tutto questo dovrebbe far riflettere sul fatto che su internet non si incontrano sempre persone sincere. A molti di noi è capitato di creare un profilo falso sui social network, ma instaurare un rapporto d'amore virtuale è un'altra cosa. Si comincia magari per noia, per paura di non essere accettati, per insoddisfazione della propria vita reale o

addirittura a causa del proprio aspetto fisico e ci si ritrova ad essere intrappolati in un mondo fatto di menzogne.

Non si riesce poi ad uscirne, magari ci si innamora veramente e non si ha il coraggio di confessare che quelle foto sono di un'altra persona, che non si è così come ci si è descritti. E' un vicolo senza uscita! Bisogna imparare ad usare il buon senso anche sui social network e le regole sono semplici ed anche un pò banali, ma utili.

- non rivelare agli sconosciuti cose intime, almeno le prime volte che si chatta.
- non credere ad ogni cosa che ti scrivono, controlla i profili e i video che eventualmente sono stati inviati.
- guarda le foto presenti sul profilo per capire se sono reali e se appartengono ad altre persone.
- vedere gli amici, controllare se ne avete qualcuno in comune e la loro posizione geografica.
- attenzione alle richieste particolari, se ti chiedono foto sexy lascia perdere.

Sitografia

www.news.fidelityhouse.eu
www.panorama.it
www.cyberbullies101.wikispaces.com
www.editorialescienza.it
hubmiur.pubblica.istruzione.it
www.istruzione.it
www.ilfattoquotidiano.it
www.wikipedia.com

www.ilfattoquotidiano.it

www.wired.it

www.quipsicologia.it/
<http://www.carabinieri.it/>