

Questo è un regalo  
di:  
per:



## Vincere il bullismo con i sentimenti

Scoprire il valore di sé e dell'altro per andare oltre la prepotenza

**N**egli ultimi mesi la cronaca ci ha raccontato più volte episodi di bullismo. Si tratta di un fenomeno complesso, non sempre facile da interpretare e, per questo, difficile da descrivere in poche righe. In ogni caso il primo passo, l'atteggiamento più utile, è cercare di comprendere di cosa si tratti e rimandare a dopo giudizi o facili soluzioni. Solitamente siamo molto più inclini a prendere le parti della "vittima", di chi subisce la prepotenza dell'altro, ma come educatori dovremmo sempre tenere a mente che entrambi sono bambini (o ragazzi) e che chi ha più bisogno del nostro affetto spesso è proprio colui che ce lo chiede nei modi meno amorevoli. Verso entrambi abbiamo una responsabilità educativa che ci deve interpellare ugualmente. Le punizioni stesse, utili fino ad un certo punto, in molti casi possono rinforzare ulteriormente la posizione del bullo, provocando l'effetto contrario. Le violenze agite possono essere di tipo fisico e verbale, ma anche psicologiche (soprattutto tra le ragazze). Chi le subisce è spesso portato a non raccontare questi episodi, forse per evitare ulteriore vergogna. Di fondamentale importanza è l'aver costruito un clima di fiducia in cui i bambini possano sentirsi liberi di chiedere aiuto. Secondo molti autori, il fenomeno del bullismo è strettamente collegato ad un altro fenomeno che prende il nome di *analfabetizzazione emotiva* che, in soldoni, riguarda una scarsa capacità ad avere a che fare con le proprie emozioni (riconoscerle ed esprimerle in modo adeguato rispetto al contesto e agli altri) e con quelle altrui (attraverso l'empatia). Grazie alla promozione della *competenza emotiva*, i bambini

possono gradualmente scoprire il valore di sé (autostima) e il

valore dell'altro, presupposto per il rispetto di entrambi. Riportare le emozioni al centro della relazione educativa vuol dire contribuire allo sviluppo della *risonanza emotiva*, ossia il propagarsi di quell'eco interiore che associa un nostro comportamento ad un'emozione. Sarebbe proprio la debolezza di questa risonanza che porterebbe i bambini e i ragazzi a distinguere con difficoltà cosa è bene e cosa è male. Tutto si appiattisce, si equivale e diviene possibile. Per cui non fa differenza corteggiare una ragazza o molestarla, essere arrabbiato per un brutto voto o minacciare il prof., fare uno scherzo o schernire pubblicamente un compagno, ecc... Educare alle emozioni vuol dire diventare consapevoli di sé e delle proprie azioni in relazione agli altri e viceversa (componente cognitiva). La consapevolezza ha il potere di trasformare gli istinti emotivi primitivi (tipici dei primi anni) in sentimenti profondi. Nel primo caso si è in preda alle emozioni e il comportamento non lascia spazio ad alcuna riflessione; nel secondo ciò che si prova va a braccetto con ciò che comprendiamo, dove la dimensione cognitiva sostiene e valorizza quella emotiva. Si potrebbero dire tantissime altre cose su questo tema e, tra i tanti progetti avviati, c'è anche l'itinerario sulle emozioni (da cui è nato anche il kit "Grandi emozioni a piccoli passi") e sulle abilità pro-sociali proposto dal giornalino Big e percorso insieme a voi in questi ultimi anni. ■

MARIO IASEVOLI\*



\*Psicologo dello sviluppo e dell'educazione



# Bullismo: l'amore sconfitto?

Abituare i bambini a considerare l'altro come un amico co-essenziale alla propria vita è il miglior antidoto contro le prepotenze



EZIO ACETI\*

**N**on è più una novità la notizia di bambini o ragazzi che vengono picchiati, umiliati o sbeffeggiati da altri compagni a scuola, in strada o in altri luoghi: è il bullismo, cioè quel fenomeno ove di solito ragazzi forti e maleducati se ne approfittano verso un coetaneo più debole e fragile. Naturalmente tutto ciò è evidente in modo esponenziale quando nella società (e la nostra è così) primeggiano la volgarità, il sopruso e la violenza verso i diversi o gli extracomunitari di turno. Gli studi ci dicono che il bullismo maschile è più frequente e si manifesta mediante azioni e gesti come calci, spintoni, pugni e schiaffi, mentre le femmine utilizzano maggiormente il linguaggio, come le calunnie, le maldicenze, i pettegolezzi, ecc.

Chiediamoci: perché? Perché ragazzi che dovrebbero essere pieni di vita, di voglia di socializzare e di costruire un sacco di amicizie, arrivano a creare situazioni che sono l'esatto contrario? Diversi sono i fattori che concorrono a determinare il fenomeno del bullismo e occorrerebbe molto spazio per analizzarli. Ne sottolineo tre:

**1) L'educazione fragile:** cioè una educazione ove la tolleranza alle frustrazioni e il rispetto delle regole sono stati scarsi, determinando nel minore un rapporto con la realtà debole, con conseguenti atteggiamenti di dominio e di sopraffazione verso le persone e le cose.

**2) Modelli forti e volgari:** si hanno soprattutto in una società mass-mediatica sempre più caratterizzata da personaggi che fanno della volgarità e della sopraffazione il loro punto di forza, determinando emulazione nei ragazzi e nelle ragazze.

**3) Assenza di padri autorevoli:** cioè di padri coscienti dello sviluppo evolutivo dei figli e del loro inserimento nella società. Soprattutto il fatto che

la madre, e la donna in generale (nonne, maestre...), sia stata praticamente per molto tempo la sola figura educativa presente, ha determinato una incapacità nei figli a dare il giusto valore alle cose e al senso del vivere. Naturalmente tutto ciò non avviene per colpa delle madri, ma per l'assenza di una figura maschile dolce e autorevole nei luoghi primari della educazione come la scuola, la famiglia e la comunità.

Questi ed altri fattori hanno contribuito e contribuiscono a creare un modo di affrontare le difficoltà e la convivenza basato sul più forte o sul "si salvi chi può", con presentatori televisivi che, al posto di riflettere e gestire il fenomeno del bullismo e della prepotenza in generale, gettano benzina sul fuoco aumentando la divisione e l'aggressività.

Allora: cosa fare? Per fortuna vi sono molte esperienze positive che sono un esempio concreto di contrasto al fenomeno, ove bambini e ragazzi vivono le difficoltà aiutandosi a vicenda e tutelando i deboli. Oltre alle numerose proposte messe in campo, mi sembra significativa e importante l'educazione alla socialità e all'altruismo sin nelle scuole dell'infanzia. Abituare i bambini piccoli a considerare l'altro come un amico co-essenziale alla propria vita è il miglior antidoto contro il bullismo.

Infatti, se i bambini da piccoli imparano a socializzare, a considerare gli altri come persone da amare, a tener conto dei bisogni degli altri, a fare esperienze di solidarietà, di perdono quando si sbaglia, ecc., si saranno gettate le basi per far sì che il "trattare bene gli altri" diventi una abitudine. È stato san Giovanni Bosco ad insegnarci tutto questo quando affermava che il miglior modo di vincere una ingiustizia, un vizio, è quello di coltivare il bene e le virtù. ■



\*Psicologo dell'età evolutiva

# Prevenire l'aggressività a scuola

Dietro un atto di prepotenza c'è un bambino con la sua storia e le sue sofferenze.  
Come diventare "mediatori di pace" tra i banchi



PATRIZIA BERTONCELLO\*

In questi giorni sto leggendo un libro molto interessante che parla di bullismo a scuola. Già nelle prime righe si afferma che il bullismo è un fenomeno ampiamente sottovalutato nella scuola italiana di base.

Mi sono fermata per riflettere sulla mia esperienza: sono anche io un'insegnante che non favorisce la consapevolezza del fenomeno e la presa di coscienza in classe? Quali sono i segnali da cogliere? Quali le possibili strategie da mettere in atto per prevenire atteggiamenti di prepotenza, perché non si consolidino in schemi comportamentali di bullismo? Non ho certo la pretesa di trattare un argomento così complesso e soggetto a tante variabili nelle colonne di questo inserto. Posso solo dire che nelle classi in cui ho lavorato mi è capitato più volte di trovarmi di fronte ad atteggiamenti tipici del bullismo e, in quei frangenti, di essermi interrogata insieme al team delle colleghe su quali percorsi attivare per prevenire o contrastare comportamenti di prevaricazione, per disinnescare situazioni che minacciavano la serenità dei rapporti nel gruppo dei bambini.

Ma ripensandoci a distanza di tempo non mi vengono in rilievo tanto le progettualità messe in atto, quanto le "storie": i nomi, i volti di bambini che andavano accompagnati per crescere nelle loro capacità di relazionarsi in positivo, senza soccombere alle prepotenze, senza muoversi aggredendo gli altri. Penso a bambini che hanno sofferto e che hanno lanciato segnali e richieste di aiuto.

Ho sottovalutato la portata dei problemi? Può essere, ma l'arte di educare e di educarsi insieme ai bambini penso consista proprio nell'affinare la capacità di entrare in profonda sintonia con l'altro per cogliere la sua esigenza di essere compreso, accolto, ascoltato, amato... e aiutato a integrarsi con le diversità, ogni diversità degli altri. Un po' come sa fare nonno Vitt del racconto

di questo numero di *Big*. Il bullismo, infatti, si connota come un comportamento aggressivo che si protrae nel tempo, attraverso cui si vuole arrecare un danno all'altro. È caratterizzato dunque da un rapporto sbilanciato, e le micce che lo innescano sono, in genere, delle asimmetrie (cfr. Valeria Ongaro, *Favorire la consapevolezza in classe: l'approccio curricolare*, in "Bullismo, le azioni efficaci della scuola", ed. Erickson) dovute a diversità di genere, di età, di etnia, di appartenenza sociale.



Asimmetrie che generano dei rapporti di forza per cui chi si sente più forte, prevarica il più debole.

Ogni volta dunque che in un gruppo di pari si "manifesta" una diversità, può essere l'occasione di una riflessione. Una opportunità da sfruttare per "rovesciare" la prospettiva dalla quale guardiamo gli altri, i "diversi da noi". Ne prendiamo consapevolezza e trasformiamo l'ostacolo, l'asimmetria, in una opportunità di incontro, di scoperta, in uno spazio in cui metterci in gioco, agendo con le nostre capacità inesplorate o mai attivate.

In una classe le occasioni "curricolari" e relazionali per dare spazio a questo tipo di riflessione sono davvero infinite! Sta a noi, insegnanti = "mediatori culturali di pace", avere le antenne per saperle cogliere e sfruttare. ■

\*Insegnante di scuola primaria

# Genitori stressati e figli in difficoltà

I disagi vissuti in famiglia si ripercuotono sui più piccoli,  
di cui a volte non cogliamo il grido di aiuto

MARINA ZORNADA\*



**B**ambini prepotenti e bambini che subiscono... Adulti prepotenti e adulti che subiscono... Forse tutto questo è sempre stato presente nella società, ma oggi sembra che questi fenomeni siano in aumento, complici forse i social network, anche se, a mio parere, questi comportamenti possono essere frutto di tutta una serie di fattori che stanno generando un grave scadimento di valori. Non voglio fare una analisi perché non ne ho le competenze, mi limiterò alle esperienze fatte o ascoltate in varie circostanze.

Sono rimasta colpita da un recente episodio che mi è stato raccontato da un'amica psicologa. Un sabato, un ragazzino di 15 anni si trovava al bowling con dei compagni per festeggiare un compleanno e, procurandoselo in maniera illecita, ha ecceduto con l'alcol fino al punto che è stato necessario chiamare i genitori. La risposta dei parenti ha lasciato tutti allibiti. I genitori, infatti, hanno detto di chiamare l'ambulanza perché, facendo calcolo sul fatto che il ragazzo aveva in programma di fermarsi a dormire da un amico, avevano ritenuto di potersi recare fuori città per quella serata.

Questo è certamente un caso limite e diverso dalle situazioni di bullismo ma, parlandone con vari genitori ed educatori, ci è sembrato di poter dire che quanto accaduto, al pari degli episodi di bullismo sia commessi che subiti, è sicuramente un forte grido di aiuto e un richiamo nei confronti di tutti noi adulti a riflettere sulle situazioni di solidità dei bambini e degli adolescenti.

Purtroppo è un dato di fatto che spesso molti bambini sono troppo soli. Tanti genitori al mattino devono fare tutto come automi per riuscire ad accompagnare i figli a scuola ed arrivare in tempo al lavoro. Sono costretti poi a delegare altri ad andare a prendere i figli all'uscita da scuola per accompagnarli in palestra oppure al catechismo o in qualche associazione dove approfondire una lingua stranie-

ra o imparare a suonare uno strumento... A sera, arrivati a casa dopo aver fatto la spesa, i genitori devono controllare i compiti, preparare la cena e poi fare lavatrici, asciugatrici, pulire, stirare qualcosa e, davvero, il tempo e le energie che rimangono per parlarsi e soprattutto per ascoltare, non è molto.

Si pensa con sollievo che, arrivati ai 12-13 anni, i ragazzi possano avere in tasca un cellulare, le chiavi di casa e "arrangiarsi" da soli mentre mamma e papà fanno altro. In parte questo è vero, a questa età è bene che abbiano acquisito una certa autonomia, ma questa è reale solo a patto che ci sia alle spalle un rapporto forte e consolidato di fiducia reciproca. Il ragazzo dovrebbe poter dire: «Io so che voi genitori ci siete e vi fidate di me».

Ma come fare se al lavoro non si può rinunciare e i ritmi sono incalzanti? Non voglio certo minimizzare la fatica, ma penso che il compito non sia impossibile: faticoso, sì, ma non impossibile. In fondo non possiamo dimenticare che diventare genitori significa donare e donarsi prima al coniuge e poi ai figli. Penso che questo amore permette a molte mamme e ad altrettanti papà di ridimensionare anche quelle che sembravano aspirazioni legittime di realizzazione personale, per essere tutti lì con tanta creatività pronti ad ascoltare e accogliere i figli in quei pochi momenti della giornata in cui si possono creare rapporti veri.

Una volta di più anche il ruolo della rete intorno alla famiglia si rivela fondamentale: i nonni, gli zii, qualche famiglia amica, o qualche vicino di casa, diventano preziosi alleati per ritagliare qualche spazio in più per mamma o papà e per la coppia che può aver bisogno di "ossigenarsi". A volte, può persino esserci un supporto educativo: a noi è capitato che nei momenti più conflittuali con uno o l'altro dei bambini, la nonna ha potuto dire quello che da me o dal papà non sarebbe mai stato accettato. ■

\*Associazione Famiglie Nuove del Friuli Venezia Giulia