



## Bullismo e cyberbullismo: come affrontarli nella scuola primaria?

Maria e Enrica bianchi - Cristina Fabbri

Da alcuni anni stiamo assistendo nella nostra scuola, e nella realtà sociale, alla diffusione di episodi di bullismo e cyberbullismo rivolti a una fascia d'età sempre più precoce e le prime manifestazioni di violenze, soprusi, minacce e prese in giro pesanti si verificano anche nella scuola primaria, già a partire dalle prime classi. Purtroppo si tratta di eventi che spesso emergono solo in parte, complessi da quantificare e a volte sottovalutati, data l'età dei minori coinvolti, anche dai docenti e dalle famiglie. Infatti "l'età di esordio delle prepotenze si sta abbassando: i primi episodi si segnalano addirittura intorno ai 5-6 anni (22%) e in più di 1 caso su 4 (25,6%) le vittime hanno meno di 10 anni"

[\(https://azzurro.it/bullismo/\)](https://azzurro.it/bullismo/)

Siamo di fronte alla punta dell'iceberg di un fenomeno dove ancora troppo spesso le vittime scelgono la via del silenzio mentre insegnanti e genitori faticano ad accettare che questi episodi possano accadere o a rendersi conto di ciò che avviene.

Proprio perché si pensa al bullismo come a una realtà che si verifica soprattutto nell'adolescenza, stentiamo a credere che anche i più piccoli possano mettere in atto comportamenti che mirano, in modo intenzionale, a far soffrire o ferire coetanei più deboli e fragili. Il bullismo è sempre pericoloso, ma capita che non si riesca a intervenire in modo rapido e, troppe volte, questi bambini continuano a vivere profonde sofferenze dovute a derisioni o attacchi verbali subiti durante tutta la loro carriera scolastica.

Ma come possiamo definire il bullismo? All'interno del report sotto citato un particolare focus è stato dedicato alla ricerca sul bullismo e sul cyberbullismo condotta nel 2014: "Per bullismo – recita il report dell'Istat – si indica generalmente il fenomeno delle prepotenze perpetrate da bambini e ragazzi nei confronti dei loro coetanei. Esso si basa su tre principi: intenzionalità, persistenza nel tempo, asimmetria nella relazione".

<https://www.istat.it/it/files/2015/12/Bullismo.pdf>

Come abbiamo già sostenuto gli adulti tendono a sottovalutare i rischi e nell'immaginario collettivo il bambino bullo viene pensato come vivace e in grado di cavarsela sempre minimizzando il suo agire prepotente, visto quasi come una caratteristica positiva. Mentre le vittime non sanno come uscirne, come raccontare agli adulti cosa sta succedendo, e, quando parlano delle esperienze vissute, spesso si sentono rispondere dai "grandi" che devono assumere anche loro atteggiamenti di prevaricazione come risposta a ciò che hanno subito: le loro sofferenze vengono stigmatizzate.

Le manifestazioni di bullismo decisamente precoci minano l'equilibrio emotivo dei bambini più piccoli proprio perché hanno meno strumenti e strategie di difesa. Molti sono i



comportamenti che rischiano di distruggere l'autostima degli allievi coinvolti sia per le aggressioni fisiche che subiscono (sgambetti oppure vedono distrutte, rubate o sottratte le proprie cose) sia per l'isolamento a cui sono costretti, esclusi dagli incontri sociali.

*Soffrono in silenzio, possono sviluppare sintomi psicosomatici come paura, depressione, ansia, malessere fisico, disturbi del sonno, scarsa autostima e calo del rendimento scolastico: questi, purtroppo, sono gli effetti devastanti cui può andare incontro, nel breve e nel lungo periodo, un bambino che subisce bullismo.*

Anche i compagni e gli amici anche se non sono direttamente coinvolti nelle violenze, ma si trovano ad assistere a episodi di bullismo, possono avere danni psicologici importanti, perché spesso si sentono in colpa per non essere intervenuti o vivono sensazioni di impotenza. Queste emozioni negative possono condurre "i bambini spettatori" a provare, anche in seguito, scarsa empatia, a sentirsi incapaci o in difficoltà nel fidarsi degli altri, coetanei e adulti. Oppure entrano nella parte dell'aiutante del bullo partecipando con un ruolo gregario direttamente alle azioni di bullismo o come sostenitori del bambino bullo, incitandolo, applaudendo, ridendo anche di fronte a modi di agire violenti e denigratori.

Oggi il bullismo può essere ancora più pericoloso rispetto al passato; "infatti, gli episodi di bullismo degli ultimi anni riescono a diffondersi e dilagare soprattutto attraverso la rete e quasi sempre si espandono nei vari canali social. Tutta questa amplificazione comporta una doppia umiliazione per i bambini presi di mira, perché, oltre a essere vittime di violenze di ogni tipo, da quelle psicologiche a quelle fisiche, finiscono col ritrovarsi anche su internet, dove i video sono alla portata di tutti. Si vengono a creare inoltre situazioni difficili sia da affrontare che da arginare, vista la difficoltà di togliere un video dal **mondo virtuale**" (A. Picconi).

Nel cyberbullismo il punto di saturazione arriva prima perché il contatto con il bullo è mediato da strumenti multimediali e cresce subito la sensazione di non farcela a uscire dalla spirale che si è creata. La vittima si sente con le spalle al muro e tutti, bulli e bullizzati, minimizzano pensando che in fondo si tratti solo di un gioco e nessuno riflette sulla necessità di chiedere aiuto agli adulti prima che sia troppo tardi.

Inoltre il cyberbullismo rende ancora più soli: se negli atti di bullismo i bambini spettatori non sempre partecipavano direttamente e il tutto avveniva in un ambiente ben preciso come l'aula, il cortile, la strada, nel cyberbullismo gli osservatori sono sempre più numerosi, mentre l'ambiente si ingrandisce a dismisura e in modo incontrollabile, e coloro che osservano e partecipano non intervengono perché trovano la situazione divertente.

In molti casi sono i bambini stessi che sottovalutano la gravità di quello che sta succedendo, convinti che sia tutto inutile perché tanto gli adulti non capiranno mai: si



strutturano due mondi, quello adulto e quello dell'infanzia, distantissimi dove la comunicazione e la condivisione divengono sempre più complesse.

### **Ma come gli adulti possono arginare l'uso continuo e incontrollato di strumenti digitali da parte dei nostri bambini e ragazzi?**

La Società Italiana di Pediatria ha promosso una riflessione sul tema promulgando delle linee guida che descrivono la modalità di gestione dei dispositivi digitali in mano ai figli, anche piuttosto piccoli. In sintesi è stato dichiarato: **“No a smartphone e tablet prima dei due anni, durante i pasti e prima di andare a dormire. Limitare l'uso a massimo 1 ora al giorno nei bambini di età compresa tra i 2 e i 5 anni e al massimo 2 ore al giorno per quelli di età compresa tra i 5 e gli 8 anni”**. Le linee guida, in accordo con le più recenti ricerche in campo psico-pedagogico, **sconsigliano la visione di programmi o filmati con contenuti violenti, ma soprattutto condanna l'uso del dispositivo mobile (cellulare e tablet) come strumento di gestione del bambino: per calmarlo o per distrarlo**. “No al cellulare “pacificatore”. **Sì, invece, all'utilizzazione di applicazioni di qualità da usare insieme ai genitori**”. Non viene esposta nessuna condanna all'uso in sé, tanto più che sono riconosciuti gli effetti positivi di un uso condiviso delle tecnologie tra genitori e figli, ad esempio in alcuni campi dell'apprendimento. Quello che deve, invece, esser condannata è “un'esposizione precoce e prolungata a smartphone e tablet” (Società Italiana di Pediatria).

La rivista digitale Inside Marketing riporta i dati raccolti da Locategy, un'applicazione pensata per i genitori affinché possano controllare in remoto le attività online dei propri figli, che “sottolineano come il rapporto dei più piccoli con la tecnologia e gli ambienti digitali stia assumendo, sempre più, caratteri di dipendenza. A confermare questa ipotesi sono alcuni dati sulla quantità di tempo trascorso dagli under 15 sugli smartphone.

**Trentaquattro ore al mese, cioè più di un'ora al giorno**, a cui andrebbero aggiunti i minuti trascorsi davanti ad altri schermi (televisivi, di PC e tablet, etc.): sarebbe questo il tempo che i bambini al di sotto dei 15 anni passano **utilizzando le loro app preferite sui dispositivi mobile**. Non solo, infatti, nella **top 5 delle app più utilizzate dai bambini** ci sono servizi amati anche dai grandi come WhatsApp, YouTube, Facebook, Instagram e la versione mobile di Chrome: fin da piccoli si usa il dispositivo mobile per coltivare amicizie o avviare conoscenze, chiaramente on line. A tal proposito l'app in assoluto più utilizzata dagli under 15 risulta essere WhatsApp, sui cui passerebbero circa 15 ore al mese e accederebbero almeno 23 volte al giorno. L'app più 'sticky', quella che tiene incollati i bambini per più tempo è, invece, YouTube, con sessioni medie di 7 minuti, seguita da Facebook con una permanenza media di 2,7 minuti”. (V. Dara)



E ancora afferma G. Scorza, membro del Collegio Garante per la Protezione dei Dati Personali, “il mondo di Internet non è un mondo adatto ai bambini in particolare per i contenuti che vengono veicolati, la pubblicità, l’accesso eccessivo ai dati personali degli stessi e le continue sollecitazioni all’interno in particolare del mondo dei videogames e dei social”. (Agenda Digitale)

Certamente gli adulti hanno il dovere di non arrendersi di fronte al dilagare di questo fenomeno e proprio perché così visibile, devono intervenire concretamente, in modo da permettere alle vittime di bullismo di non aggravare la situazione emotiva particolare che già stanno vivendo, sostenuti da esperti che possono non solo intervenire sui contesti, ma anche prevenire alcune dinamiche. Infatti incidendo tempestivamente su questi episodi si può aiutare psicologicamente la persona arrivando a ottenere risultati positivi per superare le violenze subite.

Una prima azione di prevenzione è l’osservare i segnali a cui prestare attenzione.

Di seguito vengono riportati alcuni segnali importanti tratti dal blog di Adolescenza.it:

1. **“Comportamento e rendimento scolastico.** I bambini iniziano a manifestare disturbi psicosomatici (ad esempio frequenti mal di testa o mal di pancia) oppure depressione, fatica nello studio, difficoltà di attenzione e concentrazione, calo nel rendimento scolastico.
2. **Segni fisici.** Vi accorgete della presenza di graffi, lividi o strappi nei vestiti, che cercano di nascondere o di giustificare con cadute o gesti goffi e sbadati, negando il coinvolgimento di altri coetanei.
3. **Dimenticanze e piccoli furti.** Saltano la merenda o perdono ripetutamente alcuni oggetti (ad esempio materiale scolastico, braccialetti, oggetti personali che avevano portato a scuola) dicendo di non trovarli più, di averli persi o dimenticati. Talvolta, potrebbero chiedere con frequenza o prendere di nascosto dal vostro portafogli delle somme di denaro, anche piccole, che però non utilizzano per la merenda o per acquistare qualcosa per sé e, se scoperti, dicono di aver perso i soldi chiesti.
4. **Chiusura.** Diventano più introversi e isolati, si allontanano dai loro amichetti, non hanno voglia di andare a scuola o di fare sport, non vogliono uscire per andare ad esempio al parco o in altri luoghi dove ci sono anche i compagni, fanno di tutto per restare a casa, non vogliono essere accompagnati”.



Dobbiamo, come adulti, essere pronti a rilevare gli elementi di rischio, osservando con cura ogni segnale che si può cogliere nel comportamento e negli atteggiamenti dei bambini, non sminuendo le richieste di attenzione e di aiuto che possono arrivare, invitandoli a raccontare cosa stanno vivendo. È importante che si sentano compresi, non giudicati trasmettendo loro la sicurezza del poterne sempre parlare con genitori e docenti.

## **Bibliografia**

Telefono azzurro: il bullismo  
<https://azzurro.it/bullismo/>

Il fenomeno del bullismo e cyberbullismo sotto la lente dell'Istat.  
<https://www.sardegna.gov.it/>

<https://www.istat.it/it/files/2015/12/Bullismo.pdf>

A. Picconi, Il bullismo tra i più piccoli, <https://180gradi.org/sociale/anita-picconi/il-bullismo-tra-i-piu-piccoli-cyberbullismo-disagio-sociale-bambini>

Raccomandazioni della Società Italiana di Pediatria <https://sip.it/2018/06/18/smartphone-tablet-gia-nel-primo-anno-vita-no-al-telefonino-pacificatore-arrivano-le-raccomandazioni-della-societa-italiana-pediatria/#:~:text=No%20a%20smartphone%20e%20tablet,le%20principali%20raccomandazioni%20della%20SIP.>

V. Dara, Bambini sempre più connessi? Come proteggerli dal cyberbullismo,  
<https://www.insidemarketing.it/bambini-connessi-cyberbullismo/>

Agenda Digitale, App per i bambini: quali sono le più usate e come capire se sono sicure,  
<https://www.agendadigitale.eu/cultura-digitale/app-per-i-piu-piccoli-quali-sono-le-piu-usate-e-come-capire-se-sono-sicure/>

AdoleScienza, Il Blog di M. Manca, Vittime di bullismo già a 6 anni: quali sono i segnali da non sottovalutare?, <https://www.adolescienza.it/bullismo-e-cyberbullismo/vittime-di-bullismo-gia-a-6-anni-quali-sono-i-segnali-da-non-sottovalutare/>

## **Siti dove trovare materiali per lavorare con le classi sul bullismo e cyberbullismo**

Save the Children, Niente paura: libri e attività per bambini e ragazzi per reagire a bullismo e cyberbullismo <https://www.savethechildren.it/blog-notizie/libri-attivita-per-bambini-e-ragazzi-per-reagire-bullismo-cyberbullismo>



Amnesty International, Attività educative contro la discriminazione e il bullismo,  
<https://d21zrvtkxtd6ae.cloudfront.net/public/uploads/2017/01/14101359/scarica-Stop-bullying.-Attivit%C3%A0-contro-la-discriminazione-e-il-bullismo.pdf>

CTS Lecco, Scuola primaria. Materiali, spunti e idee per lavorare con i bambini,  
<https://www.cts-lecco.it/bullismo-e-cyberbullismo/scuola-primaria/>

<https://www.icgerolamocardano.edu.it/wp-content/uploads/2019/05/DOTT.SSA-ANGELA-LISCHETTI-LINK-E-MATERIALE-PER-REFERENTI-BULLISMO-E-CYBER-BULLISMO-.pdf>

<https://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo>

<https://www.poliziadistato.it/articolo/il-bullismo-e-il-cyberbullismo>