

Relazione dell'intervento sul tema del cyberbullismo tenuto dalla dott.ssa Rosella De Leonibus nell'ambito dell'incontro "WEB? I.P.U (istruzioni per l'uso). Per una buona educazione civica digitale" svoltosi il 22 marzo 2018 presso l'Istituto Comprensivo di Montecastrilli (TR), rivolto ai docenti e ai genitori

Data l'importanza acquistata da internet nella nostra vita di tutti i giorni, l'approccio alla rete è un dato ormai acquisito, basta avere le conoscenze per poterne evitare i rischi. Per una consapevolezza dei pericoli che si incontrano sul web, MIUR e polizia postale diffondono la cultura della rete, sensibilizzando soprattutto ragazzi, che ne fanno maggiormente uso. Sono state lanciate linee guida per la culturizzazione e prevenzione del bullismo e del cyberbullismo, fenomeni radicati che si estendono.

Sulla definita "generazione Z" che va dal 1997 al 2010, è stata condotta un'indagine che rivela un incremento del tempo passato sui social da questi ragazzi che va dalle 3-4 ore, postando selfie e controllando più di un social contemporaneamente. Alcuni di loro avvertono un effettivo disagio in luoghi senza wifi.

Per quanto riguarda questo istituto è stata creata la piattaforma "Generazioni Connesse" per un uso consapevole del web, dove poter trovare argomenti che spiegano gli "errori" derivati dall'uso sbagliato di internet. E' possibile trovare una parte dedicata ai genitori, una ai bambini e agli adolescenti, una ai docenti con un regolamento scolastico che ogni scuola sarebbe tenuta ad avere. Tale strumento può essere utile agli insegnanti per istruire anche sul mondo delle tecnologie.

Spesso quando sentiamo parlare di bullismo sembra solo relativo al bullo e alla vittima, ma il pubblico dei ragazzi che assiste è parte integrante dell'atto, è cruciale sia a scuola che sul web. Altro attore è il contesto: scuola, famiglia, contesti sociali.

Nella famiglia trova le sue radici l'uso precoce della tecnologia, che privata di adeguata conoscenza, possiamo certamente legare al cyberbullismo. Parte della prevenzione dovrebbe partire proprio dalle mura domestiche oltre che scolastiche, visto che spesso è qui si mostra il fenomeno. Infine il sociale ha l'obbligo di intervenire attraverso mezzi come telefono azzurro e polizia postale.

Come nel bullismo in presa diretta, nel cyberbullismo è la propria immagine a essere attaccata e nel web proprio il tentativo di valorizzarla può rivelarsi un boomerang.

Ci vuole prevenzione generale e lavoro con le vittime per aiutarle a uscirne in modo meno disastroso. In età tra i 8-9 anni è un'esperienza tra le più drammatiche, perchè i ragazzi giocano con la propria immagine senza il filtro della famiglia e un feedback positivo su di sé partecipa allo sviluppo dell'autostima.

Essere derisi o umiliati mina la costruzione di un'identità solida.

La forte ricerca di consenso sull'immagine di sé avvince più oggi che un tempo. Oggi ricevere un

like alle immagini postate è un elemento vissuto come molto positivo, cosa che può ritorcersi contro.

Sul web l'esclusione è più indiretta, non c'è presenza di interlocutori, nessuno vede altri girargli le spalle, ma c'è il rischio di sentirsi esclusi (esperienza che provoca realmente dolore), anche con la complicità dell'anonimato.

Se prima la costruzione dell'identità avveniva attraverso le relazioni intime, ora il calore e l'empatia che un tempo venivano cercati nell'amico del cuore, vengono cercati con il versante mediatico.

Oggi si parla di "estimità" cioè la manifestazione esteriore di aspetti intimi al fine di raccogliere consenso e accrescere la propria stima: esisto in quanto esibisco, esternalizzo il mio mondo interiore. Specialmente i bambini hanno bisogno della connessione, non solo per quel mondo sociale, ma per costruire la loro identità.

Per questo vittime di cyberbullismo raccontano mal volentieri le vessazioni. Temono che venga scoperto che i primi a introdurre contenuti oggetto di commenti negativi siano stati loro.

Quindi prima linea guida è astenersi da giudizi o valutazioni sennò la vittima non parlerà mai più. Inoltre va considerato che i ragazzi molto piccoli non hanno ancora sviluppato l'area prefrontale del cervello per cui non sanno ipotizzare quindi valutare le conseguenze. (nei maschi non prima dei 20-25 anni)

Va considerata anche la normale curiosità dei ragazzini, per esempio la loro educazione sessuale avviene nei siti porno. È qui che entra in gioco la prevenzione, il dare strumenti per guardare con occhi differenti quello che guardano per normale curiosità.

Le violenze che possono scaturire dal web possono consistere per esempio in messaggi volgari o violenti mirati a suscitare battaglie verbali, insulti che possono portare al suicidio, inoltre ci sono casi di furti di identità in cui vengono pubblicati e inviati file spacciandosi per il vero utente, divulgazioni di foto intime a scopo vendicativo, atti di bullismo registrati in audio o video. Anche solo l'ostracismo dai gruppi online, quindi l'essere cancellati, è una vera e propria porta in faccia.

È facile deumanizzare quando la vittima è lontana, ma l'empatia si può insegnare usando le situazioni in cui il compagno è vicino. È utile che i ragazzi sentano storie accadute, testimonianze; i sermoni non servono. Va aperta la risonanza emotiva che il web cancella. L'adulto non deve essere spaventato o spaventante e non sottovalutare i segnali; spesso la scuola è l'unico luogo dove poter osservare i ragazzi, va posta attenzione ai cambiamenti di comportamento, nervosismo, ansia, disturbi del sonno, dolori psicosomatici e pensieri suicidari. Anche lavorare sull'autostima e sul sentimento di autoefficacia è un fortissimo fattore protettivo.

Giulia Giannetti e Angelica Borazio

Tirocinanti del Corso di Laurea in Filosofia e scienze e tecniche psicologiche, curriculum in scienze e tecniche psicologiche, dell'Università degli Studi di Perugia, presso l'Ass.ne CIFORMAPER-Gestalt Ecology©