

# Bullismo e cyberbullismo

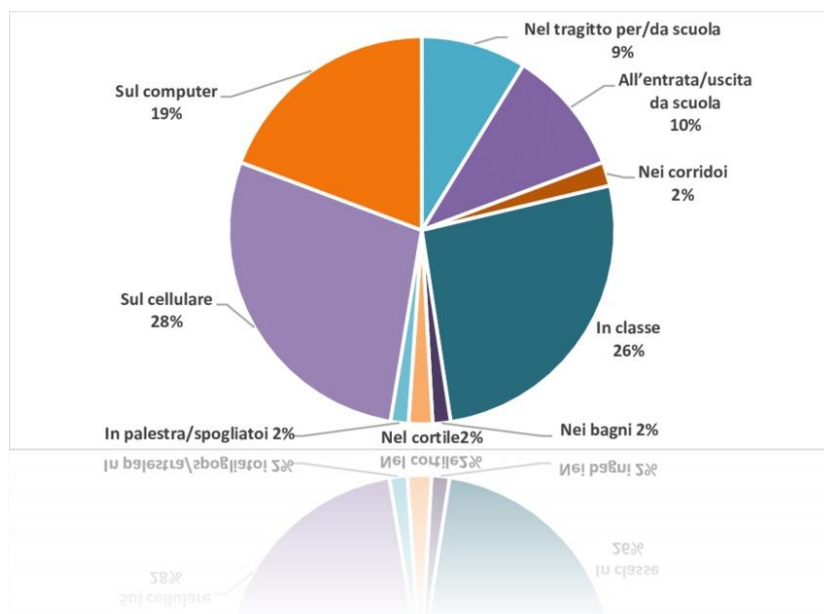
**Michelle Ottobrini, Erika Muscillo | 01.03.2024**

Il bullismo e il cyberbullismo rappresentano fenomeni sociali gravi e diffusi che hanno un impatto devastante sulla vita delle persone coinvolte. Si manifestano con azioni violente e intenzionali, di tipo verbale, fisico o sociale, ripetute nel tempo da una o più persone dal vivo o anche on line.

Gli episodi di bullismo si registrano soprattutto nella fascia di età compresa tra gli 11 e i 14 anni, ma possono presentarsi anche prima e coinvolgere i ragazzi fino ai 18-19 anni.

Questi atteggiamenti hanno un impatto devastante sulla vita della vittima, causando depressione, isolamento sociale, ansia, disturbi alimentari, attacchi di panico, a causa degli insulti da parte dei bulli, e portando anche a pensieri suicidi o autolesionistici; per questo generano ferite inguaribili che persisteranno anche nell'età adulta.

Il bullismo tradizionale si verifica principalmente all'interno di scuole, luoghi di lavoro o comunità locali. Il cyberbullismo, invece, avviene attraverso dispositivi digitali e piattaforme online, come social media, messaggistica istantanea, e-mail o forum.



Il bullismo comune implica azioni dirette, come pestaggi, insulti, minacce o altre forme di violenza fisica o verbale. Il cyberbullismo può includere la diffusione di

false informazioni, l'invio di messaggi minatori, l'usurpazione di identità, il cyberstalking e altro ancora...

Una delle caratteristiche distintive del cyberbullismo è la sua natura pervasiva e persistente. Le vittime possono essere bersagliate 24 ore su 24, 7 giorni su 7, senza possibilità di fuga o rifugio. Questo costante stato di esposizione può avere gravi conseguenze sulla salute mentale e emotiva delle vittime.

Le motivazioni alla base del bullismo spesso hanno una origine profonda, a partire dalla mancanza del controllo degli impulsi alla gestione della rabbia, problemi familiari, bassa autostima, desiderio di attenzione, sentimenti di gelosia e invidia o il semplice desiderio di far soffrire gli altri.

I bulli possono agire singolarmente o in gruppo. Uno degli aspetti più preoccupanti dei bulli è il loro desiderio di dominio e controllo sugli altri. Spesso si sentono superiori alle loro vittime e cercano di affermare il loro potere attraverso atti di violenza o intimidazione.

Per combattere il bullismo e il cyberbullismo, è necessario un aiuto che coinvolga genitori, educatori, istituzioni scolastiche, governi e piattaforme online.

È importante educare i giovani al rispetto reciproco, all'empatia e alla consapevolezza delle conseguenze del loro comportamento.



Le scuole e le aziende devono implementare politiche anti-bullismo e fornire sostegno alle vittime. Le piattaforme online devono adottare misure efficaci per prevenire e contrastare il cyberbullismo, come la moderazione dei contenuti, la segnalazione e il blocco degli aggressori.

Inoltre, è fondamentale offrire sostegno e protezione alle vittime di bullismo. Le vittime devono sapere che non sono sole e che esistono risorse disponibili per aiutarle ad affrontare la situazione. Questo può includere consulenza psicologica, supporto da parte di adulti di fiducia e l'adozione di misure concrete per garantire la sicurezza della vittima; è essenziale incoraggiare un clima di tolleranza e accettazione della diversità, in modo che le persone si sentano sicure di esprimere la propria idea senza timore di discriminazione o pregiudizio. Solo attraverso un impegno costante e collettivo possiamo sperare di sconfiggere il bullismo e il cyberbullismo e creare un mondo più sicuro per tutti.

In conclusione, il bullismo è un problema serio che richiede l'attenzione e l'impegno di tutti. Solo attraverso un approccio collettivo possiamo sperare di creare un ambiente in cui tutti possano sentirsi al sicuro, rispettati e valorizzati.