1.8 Conseguenze sociali del bullismo e del cyberbullismo

Le conseguenze derivanti da tale fenomeno variano a seconda del soggetto a cui si fa riferimento. L'atteggiamento di prevaricazione attuato da parte del bullo, se reiterato nel tempo, tende a diventare parte integrante della sua personalità. Avviene quindi un avveramento dello stereotipo.

Nel breve termine le possibili conseguenze per i **giovani che commettono atti di bullismo** si riferiscono alla manifestazione di disturbi della condotta a causa dell'incapacità di rispettare le regole, un peggioramento o un basso rendimento scolastico, una difficoltà a stringere relazioni con gli altri.

Nel lungo termine invece i comportamenti attuati dai bulli possono sfociare in comportamenti antisociali, devianti, che comprendono crimini, atti di vandalismo, abuso di sostanze, ripetute bocciature e relativo abbandono scolastico, violenza in famiglia e aggressività sul lavoro.

Nel **target** si verificheranno altre conseguenze a seguito delle violenze subite.

Gli stessi dati dell'Osservatorio Nazionale Adolescenza parlano chiaro. Tra gli adolescenti che sono stati vittime di cyberbullismo (il 6,5%), il 65% ha dichiarato di sentirsi DEPRESSO o TRISTE, il 30% ha messo in atto CONDOTTE AUTOLESIONISTICHE, il 40% ha pensato di farla finita mentre l'11% è arrivato al TENTATIVO DI SUICIDIO.

In generale, tenderà a diventare sempre più insicura ed ansiosa fino al punto di cadere in depressione. Avvertirà un forte desiderio di fuggire dalla realtà, la sua autostima subirà un calo drastico e facilmente arriverà a somatizzare anche fisicamente il suo disagio interiore. Nei casi più gravi la sensazione di depressione e tristezza potrebbe portare a tentativi di suicidio.

Nel **breve termine** le conseguenze maggiormente riscontrabili possono riferirsi a sintomi fisici come frequenti mal di pancia, mal di stomaco o mal di testa, che si manifestano soprattutto la mattina prima di andare a scuola. E' possibile che la vittima percepisca una difficoltà a concentrarsi o ad apprendere ciò che studia con un ovvio e conseguente calo del rendimento scolastico.

Tra gli imminenti sintomi psicologici si possono riscontrare:

- disturbi del sonno o incubi notturni
- attacchi di ansia o di panico
- calo della propria autostima
- svalutazione della propria identità.

Ciò si ripercuoterebbe anche a livello sociale in quanto la vittima tenderebbe poi nel tempo ad isolarsi dagli altri e non avere alcun tipo di relazione con i propri coetanei.

Le aree in cui si evidenzia il disagio dei target di bullismo e cyberbullismo sono:

AREA COMPORTAMENTALE:

- Auto-aggressività
- Autolesionismo (farsi del male intenzionalmente da soli)
- Resistenza ad andare a scuola fino all'abbandono scolastico
- Suicidio

AREA AFFETTIVO-RELAZIONALE:

- Mancanza di autostima
- Ansia
- Depressione
- Mancanza fiducia negli altri
- Ritiro sociale
- Instabilità emotiva
- Solitudine

AREA SOCIALE:

- Rifiuto dei pari e delle attività ricreative

AREA COGNITIVA:

- Difficoltà di concentrazione
- Problemi di apprendimento
- Calo nel rendimento scolastico

AREA PSICOSOMATICA:

- Insonnia
- Incubi
- Risvegli notturni
- Mal di testa
- Mal di pancia
- Salute cagionevole

A lungo termine subire violenze potrebbe comportare l'insorgenza di sintomi depressivi, comportamenti autolesivi e autodistruttivi, abbandono della scuola, chiusura e isolamento nei confronti degli altri. Difficilmente infatti le vittime riescono a parlare della loro problematica con adulti o amici: si vergognano perché pensano di essere deboli, incapaci di reagire e pur di evitare di ricevere giudizi da parte degli adulti, preferiscono nascondere il problema e sopportare il dolore in solitudine.

Le conseguenze possono riguardare infine anche gli eventuali aiutanti, sostenitori e soggetti esterni nei quali si instaura un senso profondo di sfiducia nei confronti degli altri: comprendono che tutti pensano per primi ai “fatti propri” e arrivano alla conclusione che a vincere è sempre il più forte, anche se quello che fa è sbagliato.

Keaton Jones e le vittime di bullismo da adulte

Il web è decisamente un vortice di informazioni e venirne risucchiati è questione di un attimo: una volta tra i flutti, è praticamente impossibile uscirne fuori e, se una notizia diventa virale, è come avere la propria vita proiettata su un enorme schermo in mondovisione. Chi sa se la madre di Keaton Jones aveva presente questo effetto dell’uso di internet quando ha postato un video con suo figlio qualche giorno fa: nel video, il ragazzino di scuola media si lamentava fino alle lacrime di essere bullizzato dai suoi compagni di classe ed era terrorizzato dal dover tornare in mensa, dove avveniva la maggior parte degli attacchi.

https://www.youtube.com/embed/0zZh41_WJJU?ab_channel=Mammeit

Essere target dei bulli può essere considerata una forma di abuso infantile, alla stregua di maltrattamento e trascuratezza genitoriali, per l’impatto negativo sul benessere delle vittime e il rischio di sviluppare problemi di salute mentale. L’entità del bullismo può essere quella di un vero e proprio trauma, in quanto causa cambiamenti a lungo termine nel cervello: incrementa la produzione degli ormoni dello stress, come il corticosterone, che possono rimanere in grandi quantità nel cervello anche molto tempo dopo l’esposizione agli episodi di bullismo. Questi ormoni si concentrano nelle aree del cervello che processano gli stimoli associati al rinforzo: questo, assieme ad altri fattori, potrebbe aumentare il rischio di abuso di sostanze, come succede con altri tipi di stress cronico.

Leggendo notizie del genere, si potrebbe pensare che il bullismo è un problema confinato a infanzia e adolescenza. Pochi infatti si fermano a pensare che i ragazzini come Keaton un giorno saranno adulti e noi tutti nella nostra vita ci portiamo dietro uno zaino fatto delle nostre esperienze. Le esperienze negative, proprio come quelle positive, faranno per sempre parte di noi e, nel caso delle vittime di bullismo, possono essere un carico pesante da trascinarsi dietro.

Quello che emerge dalla ricerca è che gli effetti del bullismo sono misurabili per tutto l’arco della vita, con conseguenze negative sulla salute mentale, fisica e cognitiva, sul funzionamento sociale e persino sul lato economico. Le vittime, in particolare i maschi, mostrano più gravi sintomi di depressione e autostima più bassa nella prima parte della loro vita da adulte. Le idee suicidarie sono anche più prevalenti, mentre in generale gli adulti una volta vittime di bullismo riportano una bassa qualità della salute e della vita. Non solo percepiscono minore soddisfazione ma le ex-vittime non vedono un miglioramento nel futuro. Anche sul lato economico i target di bullismo mostrano conseguenze negative a lungo termine: minori livelli di scolarizzazione, disoccupazione, salari meno alti. Dal punto di vista delle relazioni sociali, vi è una probabilità più bassa di sposarsi o vivere con un partner, di avere amici con cui instaurare una relazione stretta, di ricevere supporto sociale in caso di malattia.

L’impatto del bullismo è dunque pervasivo: molte aree della vita delle vittime ne sono influenzate negativamente e gli effetti sono riscontrabili a lungo termine. È dunque, sì, necessario che gli episodi di bullismo vengano interrotti, ma anche che le vittime siano in seguito supportate per ridurre non solo la portata di sofferenza psicologica (e in alcuni casi anche fisica), ma anche per aumentare la probabilità che diventino adulti con una qualità della vita paragonabile a coloro che non hanno dovuto sopportare un tale trauma. E, perché no, avere un approccio anche più positivo: come spesso succede, non è l’evento negativo ad avere l’impatto più significativo nella vita delle persone, quanto più l’uso della resilienza e, dunque, la capacità di affrontare e superare tale evento e trasformarlo in un’occasione di crescita.

Revision #1
Created 28 March 2023 13:31:26 by Gaia Terenzi
Updated 28 March 2023 13:38:07 by Gaia Terenzi