
Bullismo, attenzione ai campanelli d'allarme

Autore: Sara Fornaro

Fonte: Città Nuova

Un adolescente su due è vittima di bullismo. I nostri figli subiscono in silenzio soprusi e violenze. Come aiutarli?

Un ragazzino su due ha subito atti di bullismo o di cyberbullismo. È un dato impressionante, quello rilevato dall'**Osservatorio indifesa promosso da Terre des Hommes e da OneDay**, con l'aiuto di **ScuolaZoo**. La ricerca ha coinvolto più di 1700 ragazzi dai 14 ai 26 anni, che hanno denunciato il **profondo dolore che hanno provato per aver ricevuto offese, discriminazioni, atti di denigrazione e di violenza**, bodyshaming e incitamento al suicidio. Dalle loro storie, dalle loro parole, **emerge un fortissimo disagio psicologico**, provocato o esasperato anche dalla pandemia e dalle restrizioni che la stanno accompagnando, con l'isolamento fisico, la solitudine, la depressione. **Le vittime di bullismo, spiegano gli [agenti della polizia di Stato in un'apposita pagina web](#), sono portati spesso a non parlare di quanto subiscono.** Alcuni comportamenti, tuttavia, mostrano chiaramente l'esistenza di un problema: dobbiamo preoccuparci se vediamo i ragazzi trovare scuse per non andare a scuola o voler essere accompagnati, fare frequenti richieste di denaro, essere molto tesi, piagnucolosi e tristi dopo la scuola, presentare lividi, tagli, graffi o strappi negli indumenti, dormire male o bagnare il letto anche se si è adolescenti, raccontare di non avere nessun amico, rifiutarsi di raccontare ciò che avviene a scuola. Cosa possono fare allora i genitori? Come interpretare il silenzio o il comportamento strano dei propri figli? Nel **dossier Adolescenti di Città Nuova (per informazioni: rete@cittanuova.it)**, **Alberto Pellai**, medico, psicoterapeuta, scrittore, spiega che bisogna essere attenti ai cambiamenti improvvisi nell'atteggiamento dei ragazzi, soprattutto se vediamo che si chiudono in loro stessi, se si isolano. «Dovendo frequentare, andare quotidianamente nei luoghi dove ci sono le persone che magari hanno scoperto, hanno visto online cose che lo rendono aggredibile oppure oggetto di scherno o che lo fanno stare male, **noi vedremo che nostro figlio tende sempre più al silenzio, all'isolamento, ad una modalità misteriosa di fare.** Ogni volta che ci accorgiamo che le sue abitudini vengono modificate nel senso di una riduzione di quello che normalmente fa, che lo vediamo incapace di spiegare qualcosa che sembra turbarlo e abbiamo la sensazione che le cose non stiano andando o funzionando come si deve, per prima cosa chiediamo a lui». Poi, aggiunge Pellai, possiamo anche chiedere un appuntamento al docente referente della sua classe e **provare a capire se anche gli insegnanti stanno facendo le medesime osservazioni.** L'importante è continuare sempre a sostenere i ragazzi, alimentando la loro autostima e facendogli sapere che ci sono degli adulti che tengono a loro e che sono pronti ad ascoltarli, ad aiutarli. Anche gli studenti si sono mobilitati contro il bullismo. I ragazzi di **Mabasta, Movimento Anti Bullismo Animato da Studenti Adolescenti**”, hanno invitato i propri coetanei a postare dei **mini video** pubblicati sui social network pronunciando soltanto: **“Anch'io dico... MABASTA!”**. Tutti insieme, dunque, per dire basta ad un fenomeno odioso e doloroso, cercando di aiutare anche chi gli atti di bullismo li commette. Anche in questo caso, gli adulti possono fare molto. Innanzi tutto tendendo una mano prima di condannare.