

Bullismo a scuola

Idee e pratiche per la prevenzione e il contrasto

Parliamo di... - di **Sabatini Roberto**



Premessa

Certamente spinto dalla persistenza e dalla diffusione di episodi violenti e sopraffattori, anche in ambito scolastico e ulteriormente sollecitato da una nuova sensibilità collettiva e istituzionale verso questi fenomeni, il Ministero della Pubblica Istruzione ha creato, nel febbraio 2007, gli "Osservatori Regionali Permanenti sul Bullismo". Su tale base l'Ufficio Scolastico Regionale per il Lazio ha avviato un ciclo di seminari per approfondire lo studio del fenomeno e aiutare i docenti nell'opera di prevenzione e contrasto.

Nel contesto di uno di questi seminari (maggio 2008) ho potuto testimoniare l'esperienza che da qualche anno sto conducendo in una Scuola Superiore di Roma, proprio in tal senso, **attraverso un corso di arti marziali, modulato per il controllo della propria e dell'altrui aggressività e per il potenziamento dell'autostima**: due aspetti fortemente intrecciati e decisivi nella gestione degli atteggiamenti violenti, sia come aggrediti, che come aggressori.

Ritengo sia importante diffondere questa esperienza e questa metodologia perché gli atteggiamenti e gli episodi di violenza sono parte integrante del nostro quotidiano.

Contesto e presupposti

Mi sembra doveroso premettere che le probabilità di successo di una lotta contro il bullismo come stile di vita e costellazione di "valori" sono e saranno apprezzabili solo se la battaglia verrà condotta sinergicamente sui vari fronti caldi e sensibili per questo problema.

Le radici psicologiche del bullismo, infatti, trovano **nelle subculture giovanili e nei corrispondenti formati multimediali**, un humus e un nutrimento che impediscono ogni contenimento istituzionale del fenomeno e rendono improbabile il successo educativo di tutte le agenzie formative, in particolare della famiglia e della scuola.

Quello che si può e si deve fare subito è la riduzione del tasso di violenza rappresentata e nella svalutazione del suo valore come caratteristica machista per i ragazzi ed esibizionista per le ragazze.

E' perciò indispensabile e improrogabile una rimodulazione dei palinsesti televisivi, dei contenuti dei videogame e, più in generale, dei messaggi massmediali (anche quelli pubblicitari) affiche espungano, o quanto meno riducano la rappresentazione della violenza, soprattutto nei suoi aspetti spettacolari e nelle sue performances sdrammatizzate e private della problematicità che caratterizza intrinsecamente l'aggressività e la violenza nelle situazioni reali.

Attenzione: **non si tratta di censurare la violenza** che, invece, presentata in modo adeguato può avere una valenza educativa, né si tratta di nascondere la sterminata serie di episodi violenti che hanno caratterizzato la storia dell'umanità; sarebbe un'operazione ipocrita e antipedagogica.

Si tratta di eliminarne la gratuità, la spettacolarizzazione, l'autofinalizzazione, di non usarla per obiettivi meramente lucrativi o, peggio ancora, per alimentare odio, discriminazione, emarginazione, ricorso all'arroganza e alla forza, anche nell'ordinario quotidiano.

Finché il mondo adulto e l'apparato culturale multimediale non faranno propria per primi una cultura della solidarietà in luogo di quella della sopraffazione e finché non sapranno associare alla violenza, alla crudeltà e alla legge del profitto e della forza, segni e segnali di autentica condanna, svalutazione e distanza, non è possibile aspettarsi questo dai giovani, né è ragionevole ritenere che le famiglie e la scuola possano validamente contrastare i potenti stimoli che sappiamo.

Sarà poi anche necessario che tutti gli adulti significativi e referenziali (personaggi della politica, della cultura, dello spettacolo, dello sport, ecc.) e tutte le fonti generatrici di atteggiamenti, scelte e visioni del mondo, prima fra tutte i mass media, associno positività ed approvazione, altrettanto sincere, ai comportamenti socievoli, solidali e altruistici: possiamo cambiare la polarità culturale solo se le principali forze che la sostanziano agiscono di comune accordo.

In questa cornice alcuni anni fa **è decollata presso un Liceo di Roma, l'IIS "Via Asmara 28", la sperimentazione di percorso formativo** capace di operare sui due versanti della problematica in oggetto: su quello delle **potenziali vittime dell'aggressione bullista**, insegnando loro tecniche di difesa significativamente incruente e, quindi, rafforzando la loro fiducia e la loro stima di sé; su quello dei **potenziali aggressori** insegnando loro come contenere la loro violenza e destituirli progressivamente di valore.

La possibilità di svolgere questo complesso e delicato lavoro viene dalla sintesi di due approcci psico-corporei, molto lontani tra loro, nel tempo storico e nello spazio culturale, quanto vicini e sinergici nella loro filosofia e nella loro pratica: **l'Aikido** (M. Ueshiba) quale arte marziale non violenta, non competitiva e priva di vinti e vincitori e **la Bioenergetica** (W. Reich e A. Lowen) quale disciplina capace di lavorare sui blocchi somatici-caratteriali, sull'equilibrio e sulla vitalità.

Si è pervenuti a questa sperimentazione -che non ha mai incontrato nessuna controindicazione, ma che non ha ancora completato l'esplorazione di tutti gli ambiti previsti, né raggiunta la diffusione auspicabile per ottenere dei riscontri generalizzabili- perché l'insistenza sul piano esclusivamente e prevalentemente "morale" si è da tempo dimostrata inefficace a dissuadere i violenti e a tranquillizzare i fragili: è invece indispensabile sviluppare una familiarità psicosomatica con le pulsioni aggressive per impedire sia gli eccessi di violenza, sia quelli di chiusura e paura; insomma **consentire una esperienza psichica e corporea di controllo e padronanza dei propri e degli altrui impulsi e delle loro manifestazioni fisiche**.

La convinzione di partenza è che anche il bullismo, come un incendio, all'inizio è piccolo e ancora facile a domarsi, ma può crescere poi in modo divorante e a quel punto è difficile controllarlo e spengerlo.

Il progetto "Aikido" nacque proprio come intervento preventivo del fenomeno, andando ad occuparsi delle sue condizioni remote: la timidezza delle potenziali vittime e l'arroganza violenta dei potenziali carnefici. Il lavoro, infatti, può e deve essere svolto sia sulla personalità di chi usa la violenza come modalità di relazione, sia su chi la subisce.

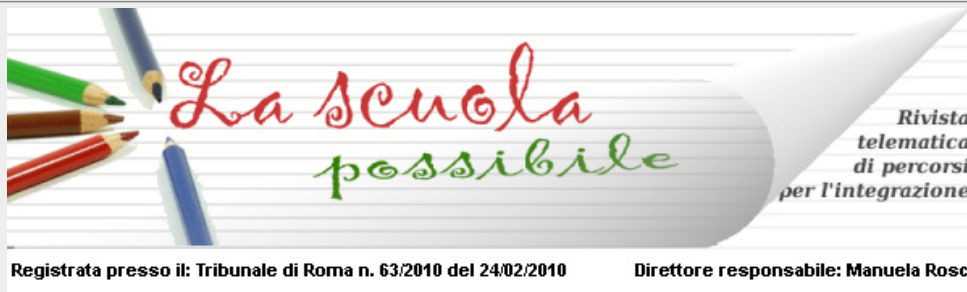
Tuttavia l'esperienza concreta dimostra che i primi sono meno facilmente avvicinabili e trattabili dei secondi e che rendere questi ultimi meno vulnerabili agli assalti dei primi costituisce già un grosso risultato.

Il potenziamento dell'autostima era ed è, infatti, il compito centrale dell'intervento che è assolutamente necessario realizzare affinché la persona non si esponga alle pressioni e alle minacce dei vari prepotenti di turno; se poi si tiene conto del fatto che questo tipo di aggressori si dedicano principalmente ai deboli e agli isolati e che ne percepiscono chiaramente le sindromi relative, si comprende bene come il semplice potenziamento della stima di sé non solo costruisca un efficace argine difensivo agli attacchi portati, ma anche un interessante deterrente preventivo.

C'è da aggiungere che l'intervento progettato consegue l'aumento della stima in sé attraverso la familiarizzazione con il conflitto, anche e soprattutto in termini fisici, ossia proprio sul versante meno tutelato dalle vittime e più frequentato dai carnefici: il controllo della propria e dell'altrui aggressività è infatti il nocciolo, l'essenza sia della disciplina aikidoistica, sia di questo specifico intervento.

Non meno interessante, tuttavia è lavorare sul fronte opposto, quello dei violenti. In quest'ambito il controllo della propria aggressività trova nell'Aikido la disciplina più indovinata di tutto il nutrito corpo delle arti marziali, in quanto disciplina antiagonistica e intrinsecamente non cruenta. Gli allenamenti tendono anche a sminuire progressivamente l'idea stessa di sconfiggere, umiliare o anche semplicemente vincere qualcuno: la tecnica viene eseguita con una crescente efficacia e perfezione formale non per fare del male all'avversario, ma **per controllarne la distruttività e per mostrargli il non senso del suo stesso attacco, il non senso del suo stesso odio**.

Per raggiungere quest'ambizioso traguardo è però indispensabile che chi si difende lo faccia a sua volta senza rabbia e senza odio: quasi sottraendosi all'impeto dell'altro e non aggiungendo nulla di personalmente distruttivo, ma lasciando che sia la forza e il movimento messo in atto dall'avversario a ricadere su di lui e a travolgerlo senza esiti



drammatici, affinché possa rendersi conto che è proprio la sua crudeltà a partorire il dolore che prova e che può smettere in qualsiasi momento: non vincere, ma convincere, è la chiave di volta dell'operazione!

Se, come mi auguro, si desidera approfondire questa esperienza pedagogica le linee teoriche di questo progetto potranno formare l'oggetto di un successivo articolo, magari già sul prossimo numero.

Roberto Sabatini insegna Scienze Sociali al Liceo di Via Asmara - Roma