

il CENTRO SOCIOCULTURALE di MONTEROSSO  
in collaborazione con  
L'ISTITUTO COMPRENSIVO CAMOZZI  
raccolge in queste pagine la

**SINTESI DELLE RELAZIONI  
DELLE CONFERENZE SULLA  
PREADOLESCENZA:**

**"IO CRESCO  
IN UN MONDO CHE  
CORRE"**

**"L'autonomia dei ragazzi : crescere davvero".**

Mercoledì 30.11.2005 ore 20.30

Aula magna Istituto Camozzi

Relatore Daniele Drago

**"Il linguaggio delle emozioni".**

Mercoledì 7.12.2005 ore 20.30

Aula magna Istituto Camozzi

Relatrice Rita Gay

**"Gestire il bullismo educando ai conflitti".**

Mercoledì 14.12.2005 ore 20.30

Aula magna Istituto Camozzi

Relatrice Mariuccia Bordegari

Bergamo - Dicembre 2005

## **L'AUTONOMIA DEI RAGAZZI: CRESCERE DAVVERO**

**Il difficile equilibrio tra il rispetto dell'autonomia e le responsabilità degli adulti nella vita quotidiana e nelle scelte importanti.**

Relatore Daniele Drago

Nel mio lavoro mi faccio accompagnare spesso dai maestri, e non considero miei maestri solo chi scrive sul mio lavoro. Spesso chi non si occupa affatto di psicologia mi insegna molto su ciò che faccio: i poeti, gli scrittori, chi si occupa dal punto di vista creativo dell'anima delle persone. E così mi sono fatto accompagnare anche stasera da uno di loro. Si chiama Italo Calvino, e voglio cominciare il mio intervento leggendo con voi un suo pezzo.

E' tratto da uno dei suoi libri più conosciuti: "Il barone rampante". La storia è nota: Cosimo Piovasco di Rondò, rampollo di una ricca famiglia di possidenti terrieri, un giorno, per disobbedire al padre che vorrebbe fargli mangiare un piatto di lumache, sale sugli alberi per non scendere mai più a terra. Vivrà sulle piante, vi dormirà, amerà, si laverà, viaggerà utilizzando i rami degli alberi. Non ne scenderà neanche da morto: il suo corpo non tornerà più sulla terra, con un colpo di scena che non svelo a beneficio di chi non avesse ancora letto il libro e magari volesse farlo, prima o poi. E' su un altro piano, apparentemente estraneo a ciò che succede sotto di lui. Solo apparentemente però: in realtà dalle piante, Cosimo avrà a che fare costantemente con chi ha continuato a vivere al suolo. Ne seguirà le vicende, si interesserà ai commerci e agli sviluppi della sua famiglia, diventerà una presenza di cui la comunità del suolo non potrà fare più a meno. Interverrà anche in modo decisivo sugli accadimenti della terra: guiderà una spedizione contro gli incendi e contro i briganti: dal suo punto di vista può vedere meglio, pur lasciando agli uomini il diritto a intervenire direttamente sui loro interessi. Sarà una sorta di supervisore che, pur avendo fatto altre scelte e pur vivendo su un piano altro, saprà essere da guida e da punto di riferimento per la comunità terrestre. Insomma, uscendo di metafora, una persona che, amando il mondo da dove proviene, pur non facendone più parte (per scelta? Suo malgrado?), lo segue e ne determina le sorti guidando gli uomini e lasciando loro la possibilità di intervenire, utilizzando la sua guida e le sue informazioni, su ciò che avviene sulla terra.

Una metafora, certo. Ho riletto questo libro quando sono diventato padre, e solo allora ho colto il nesso che poteva dire qualcosa alla mia nuova condizione. Cosimo come un educatore, un genitore che guida senza invadere un mondo che non gli appartiene più. Lasciando libertà di scelta. Sentite come ne parla il fratello, voce narrante del romanzo, dopo la sua scomparsa.

"Ora che lui non c'è, mi pare che dovrei pensare a tante cose, la filosofia, la politica, la storia, seguo le gazzette, leggo i libri, mi ci rompo la testa, ma le cose che voleva dire lui non sono lì, è altro che lui intendeva, qualcosa che abbracciava tutto, e non poteva dirla con parole ma solo vivendo come visse. Solo essendo così (...) se stesso come fu (...) poteva dare qualcosa agli uomini".

E lo saluta così: "Cosimo Piovasco di Rondò – Visse sugli alberi – Amò sempre la terra".

Abbandoniamo la metafora; credo che sia possibile che ognuno di voi, genitore o educatore e insegnante, e forse in qualche caso entrambi, possa pensare, con gli elementi che ho citato, al proprio essere in relazione con i propri bambini, sia quelli che gli ha affidato la natura sia quelli che gli vengono affidati dalle istituzioni.

Ascoltarsi credo che sia il modo migliore per accostarsi a queste tematiche. Parliamo di preadolescenti, e ne parliamo ragionando sul tema dell'autonomia. E rifletterci pensando a come noi stiamo con loro, al tipo di relazione che poniamo in essere sia il punto di partenza più intellettualmente ed affettivamente onesto che possiamo scegliere. Così vi lascio la potenza evocativa della metafora per riprenderla poi, e mi addentro a parlare dei nostri preadolescenti.

Il concetto di autonomia parte da lontano: non possiamo pensare all'autonomia di un preadolescente senza ripercorrere le tappe che possono crearne le basi.

Cosa vuol dire essere autonomi? Credo che possiamo definire un'attività autonoma quella in cui io sento di avere degli strumenti da spendere, e quindi una buona capacità decisionale e soprattutto senza dipendere troppo dal giudizio dell'altro. Provate a pensare alla vostra attività, alle cose che fate, alle relazioni che avete, e pensatevi in un frangente in cui vi sentite autonomi. Come vi sentite? Io penso a me e a come mi sento quando mi sento autonomo: sento di avere delle capacità da spendere, un sapere da condividere con un altro, sento di avere una certa fiducia nei risultati di ciò che faccio e, soprattutto, sento di poter essere non troppo dipendente dal giudizio altrui.

### Consapevolezza delle proprie capacità e dei propri limiti

Sapere ciò di cui sono capace e come sono in grado di farlo significa che sono consapevole di essermi attrezzato con ciò di cui avevo bisogno, significa che sono stato abituato ad ascoltare i miei bisogni e a cercare ciò che mi serviva: in sostanza significa che sono stato ascoltato e che sono stato abituato ad ascoltarmi.

Per un genitore, per un educatore, ascoltare il proprio figlio è un passo essenziale per la costruzione della autonomia. Ascoltare è un processo attivo: togliamoci dalla testa che ascoltare significa solo aprire le orecchie. Ascoltare significa aprire soprattutto il cuore e imparare a fare a meno di qualcosa che ci appartiene. Di fronte a un'altra persona, possiamo pensare anche a nostro figlio, io ci sono con i miei riferimenti, le mie convinzioni, le mie opinioni, con il mondo che mi sono costruito in anni di storia. Ascoltare significa rinunciare a un pezzo di tutto questo e metterlo in discussione. Se leggo quello che accade dandomi la possibilità che chi mi sta di fronte voglia dirmi qualcosa di nuovo per me, sono in un atteggiamento di ascolto. Essere ascoltati significa, per un bambino, essere visto, e significa trovare qualcuno che è in grado di comprenderne i bisogni. Se io vivo questo, sperimenterò che i miei bisogni hanno un senso, che hanno dignità, che esiste qualcuno che può capirli indicandomi alcune opzioni per soddisfarli, oppure mettendomi di fronte i limiti entro i quali posso muovermi per soddisfarli. Possiamo fare il classico esempio del bambino che piange: posso lasciarlo nel suo letto a piangere. E' opinione, per fortuna sempre meno diffusa, che così facendo si abitua, perché sta facendo solo capricci. Ma quel bambino ha un bisogno che esprime come può: forse vorrà essere cambiato, forse ha fame, forse c'è troppa luce nella stanza o chissà cos'altro ancora. Ma non può

intervenire sul mondo per cambiare la situazione che lo infastidisce: ha bisogno di una presenza adulta. Se non intervengo (e ovviamente se questa è una condizione continua e abituale...) è possibile che la convinzione che maturerà quel bambino sarà che i suoi bisogni non hanno soluzione, che non è possibile essere ascoltato, probabilmente si abituerà a non ascoltarsi, a non considerare importanti i propri bisogni senza soluzione.

Può accadere anche per degli adolescenti, che forse sono più vicini a voi come esperienza genitoriale. Posso accostarmi a loro con la convinzione che sono adolescenti, e come tali devono fare una serie di cose che sono descritte nei manuali. In parte è vero, ma quell'adolescente mi sta chiedendo qualcosa, ed è importante, per me genitore ed educatore, capirlo e rispondere, anche con un deciso NO protettivo, ma rispondere a un bisogno espresso.

Essere visti, in sostanza, è la prima tappa per accedere alle proprie istanze di sviluppo, essere accolti è il primo passo per sentirsi che in questo mondo si ha un posto speciale, noi e i nostri bisogni.

#### Fiducia nel proprio modo di essere e di relazionarsi col mondo

Siamo di fronte, a questo punto, a un bambino che sa che può chiedersi delle cose, e che queste cose hanno un senso e un posto riconosciuto. Se sa questo, è possibile che sarà in grado di riconoscersi, e sarà in grado di accedere, gradualmente, alle soluzioni che possono andare bene per lui. Proverà e si sperimenterà. Una sorta di prova ed errore con la vita, nella quale è fondamentale il ruolo dell'adulto.

Vorrei che non si cadesse in un equivoco; quello cioè che ascoltare i bisogni dei propri figli e dei propri studenti significhi accontentarli in tutti i bisogni che esprimono. Quello che voglio affermare è che ascoltare e capire i bisogni è il primo passo per rispondere. Detto questo, non voglio affermare che gli educatori debbano rinunciare ad alcuni aspetti del proprio ruolo genitoriale. Che comprende accadimento e accoglienza, è vero, ma che include anche un aspetto normativo. Poco fa ho parlato di un NO protettivo. I bambini, e gli adolescenti, esprimono i bisogni per mestiere: è la prima cosa che facciamo da quando siamo lattanti e continuiamo così per lungo tempo. (Poi da adulti si perde il vizio. E qui aggiungo un purtroppo...). La funzione dei NO, magari seguiti da un PERCHE'... è quella di mettere in relazione i propri bisogni con le richieste del mondo che ci circonda, è un prendere coscienza dei limiti naturali e di quelli della convivenza civile. I no, in sostanza, aiutano a mediare e a saper SCEGLIERE, aiutano a mettere, ad esempio, delle distanze tra i miei bisogni e la loro soddisfazione. Lo facciamo ogni volta che rifiutiamo di acquistare un giocattolo ambitissimo perché, semplicemente, costa troppo, o quando chiediamo ai nostri figli di aspettare quando ci chiedono di fare una cosa con loro e noi, magari, siamo impegnati a fare altro. Si instaura una dinamica fatta di MEDIAZIONE tra ciò che VOGLIO e ciò che DEVO. Il bambino, in questo gioco di forze, impara a ...utilizzare il mondo in funzione dei propri bisogni. Si avvicinerà o si allontanerà con forza dai limiti e dalle norme, ma si abituerà a trovare la giusta distanza tra le sue pulsioni e il tempo/modo/intensità per soddisfarle. Potrà imparare, in questo modo, come fare ad attrezzarsi per affrontare ciò che lo circonda e per ricavarne il meglio per sé.

I NO vanno spesi con parsimonia e sicurezza: se non ci sono e se non sono sicuri potremmo trovarci di fronte a adolescenti onnipotenti, a grave rischio di farsi male; se i NO sono troppi, pervasivi e velleitari potremmo trovarci di fronte adolescenti quiescenti, passivi e per questo forse più arrabbiati.

Imparo, sostanzialmente, che il mondo può essere vissuto con fiducia, la stessa fiducia che acquisisco nelle mie capacità usate bene e in relazione con ciò che mi circonda.

### Relativa indipendenza dal giudizio altrui.

Una relativa indipendenza: cioè io sono in relazione, per come mi muovo nel mondo, col mondo stesso e con le persone. Sono, in altri termini, responsabile di ciò che faccio. Nel bene, che faccio bene a riconoscermi, e nel male, che posso correggere. In questo sta la mia dipendenza/relazione con chi mi circonda. Ma per muovermi in questo modo ho bisogno di sapere, come dicevo prima, che io ho diritto a stare, io e le mie potenzialità, in questo mondo. Costruire la consapevolezza di questo diritto è un percorso nel quale hanno fondamentale importanza i riconoscimenti che ho ottenuto durante la mia vita. Riconoscimenti sono una carezza, un abbraccio, una parola buona, ma anche una osservazione su ciò che HO FATTO, e che posso correggere. Un riconoscimento negativo, ma un modo (per dirla come poco fa) che ti ho visto e che mi prendo cura di te. Riconoscimenti positivi e riconoscimenti negativi su ciò che ho fatto strutturano la mia relativa indipendenza. Perché relativa lo abbiamo già detto; perché indipendenza? Perché questo tipo di comunicazioni sono il nutrimento alla consapevolezza che io sono importante (riconoscimenti positivi) e che, se ho sbagliato qualcosa, è sul quel qualcosa che ho sbagliato, e posso correggerlo, non sono sbagliato io, non sono giudicato nella mia essenza di piccolo uomo. Rischio che corriamo, quello del giudizio sull'essenza, quando ricorriamo ai riconoscimenti negativi non basati su ciò che ho fatto, ma SU COME SONO. Questi mettono in dubbio il mio diritto di esserci e di esserci così, e mi renderà drammaticamente attento al giudizio altrui: come posso sbagliare se sbagliando vengo in messo in discussione come persona?

I vostri adolescenti ci guardano, e ovviamente capiranno, da come noi affrontiamo il mondo, se vale la pena starci in un certo modo oppure no. E' importante che anche noi adulti stiamo nel mondo con le capacità che abbiamo detto possono essere utili ai nostri figli e alla loro autonomia: con consapevolezza, fiducia, autonomia. In una parola insegniamo ai nostri ragazzi la partecipazione alle cose che fanno, insegniamo loro che siamo passati dall'essere sudditi e succubi all'essere cittadini, e che rischiamo di diventare solo consumatori: della scuola, delle attività sportive, delle tante cose che vengono loro proposte.

Io cresco in un mondo che corre: è il bellissimo titolo che è stato dato a questo percorso. Dal mio punto di vista è una contraddizione, ma che dice molto delle difficoltà che possiamo incontrare nell'avvicinarci ai nostri figli. Corriamo, quando la variabile tempo, nella crescita, è fondamentale. Si cresce con pazienza, con attenzione, dando spazio al tempo naturale. E per tornare al mio caro tema dell'ascolto, anche per ascoltare ed ascoltarsi c'è bisogno di tempo. Quel tempo che, non molto tempo fa, era concesso ai bambini e agli adolescenti: il tempo della noia, il

tempo passato a chiacchierare di niente ma a riconoscersi, anche con i genitori, il tempo passato da mia madre, mentre stirava, a raccogliere le nostre impressioni sulla giornata e a chiacchierare di cose di nessuna importanza. Regalatevi tempo con i vostri figli, anche se vi sembra apparentemente vuoto e senza attività.

Introducendo questo incontro vi ho invitato ad ascoltarvi e a pensare a come vi sentivate pensando alla vostra autonomia. Vi invito a pensarci ancora: anche i genitori hanno bisogno di conquistarsi l'autonomia dai propri figli? La risposta è ovviamente sì, ma non credo che sia un processo facile. Essere genitori vuol dire che, da qualche tempo, avete generato (etimologicamente, *va da sé*), cioè avete dato vita a uno o più esseri che vi somigliano e dei quali a un certo punto non potrete più fare a meno. Esseri sui quali state investendo tempo, risorse, energie, aspettative. Tutto questo, fatalmente, un giorno lo perderete. Vi accorgete che quello che credevate essere un investimento in realtà è una perdita secca. Vostro figlio se ne andrà e vi accorgete con stupore che potrà fare a meno di voi. Dipendeva da voi in tutto (o quasi) e, per qualche ragione, troverà la strada per affermarsi e per farcela da solo. Il paradosso inaccettabile è che tutto il lavoro che vi siete sobbarcati, tutte le energie che avete speso, tutti i "quanto mi somiglia!" che avete tentato, tutte le notti che avete passato in piedi, tutto questo lo avrete fatto perché vostro figlio potesse fare a meno di voi! Avrete lavorato per sparire. Un mio amico francese, a proposito del lavoro educativo, usava un termine forte di paradosso: "Educare è lavorare per la propria morte". Chiediamoci quale mestiere somiglia a questo, se mai ce ne possa essere uno.

Essere genitori, allora. Si dice spesso che non esistono regole, né ricette. Ma forse non è vero. Una regola esiste, una sola, ma esiste. Essere genitori significa amare i propri figli e sé stessi. Lo sa ogni genitore, ma lo dicono in pochi. Avere dei figli è un'immagine dominata dall'iconografia di un'esperienza sempre felice e tenera, tinta di azzurro e di rosa, con un odore di latte e di creme lenitive. Avere dei figli è anche altro, se andiamo oltre questa immagine da spot pubblicitario. Avere dei figli è impegnativo, è un atto di grande responsabilità. È un processo a volte doloroso come un rito di passaggio, è un atto che segna un prima e un dopo. È un passaggio di vita che determina un come eravamo e un non sapere come saremo. Spesso siamo impreparati, non ci aspettavamo che il nostro tempo cambiasse in questo modo, che dovessimo modificare così tanto le nostre abitudini. Aspettiamo che, ad ogni passaggio di vita e di sviluppo, i nostri bambini ci permettano di tornare ad essere come eravamo prima, ma sappiamo che non saremo più gli stessi. Non vedo l'ora che cominci a camminare! Ma quando imparerà a mangiare da solo? E quando andrà a scuola? E ad ogni passaggio scopriamo nuovi impegni, nuove responsabilità, nuovi traguardi ai quali tendere per ritrovare la nostra autonomia. Ma sarà un'autonomia dolorosa, la nostra, perché presuppone davvero di incarnare la naturale tendenza di ogni essere vivente di fare a meno di chi l'ha accolto e l'ha generato per poter camminare sulle sue gambe e per poter rispondere di fronte al mondo delle sue scelte autonome. Scopriremo che forse possiamo essere noi a non essere autonomi, dopo quella profonda ristrutturazione che abbiamo dovuto operare nella nostra vita.

Amarli, allora. Amare la terra dei bambini, e seguirli con attenzione e discrezione, pur vivendo sugli alberi del nostro diverso piano adulto, per tornare alla nostra metafora iniziale. E amare noi stessi.

## **IL LINGUAGGIO DELLE EMOZIONI**

### **Quanto ascoltiamo il vissuto dei ragazzi a casa e a scuola.**

Relatrice Rita Gay

Quando ci si occupa di preadolescenza, o degli inizi dell'adolescenza, in genere si affrontano i problemi relativi allo sviluppo corporeo, alla conquista dell'autonomia, ai comportamenti trasgressivi. Più raramente si prendono in considerazione il mondo emotivo del preadolescente, forse proprio perché ci appare come un mondo alquanto caotico, pieno di contraddizioni.

Tuttavia si tratta di un argomento importante perché è questa l'età in cui le emozioni diventano, per il ragazzo e la ragazza, oggetto di riflessione. Questo è dovuto soprattutto alla crescita delle capacità di pensiero, e non solamente ai fenomeni della maturazione puberale o all'allargamento delle proprie possibilità di relazione.

Le abilità che fanno parte della capacità di gestire le emozioni sono presenti negli individui fin dall'infanzia, ma hanno in questa età uno sviluppo e un approfondimento che può però risultare pieno di contraddizioni e di ambiguità perché appartiene a un io ancora fragile, che tende sia ad esplodere dando voce alle emozioni, sia a difendersi cancellandole col mutismo.

Quali sono queste abilità, che stanno alla base della cosiddetta "competenza emotiva"?

Anzitutto la capacità di esprimere le emozioni attraverso linguaggi di vario tipo, sia verbali che non verbali: questi linguaggi costituiscono segnali che l'individuo impara anche a modulare, a cambiare, a esibire o a nascondere a seconda degli ambienti e delle situazioni in cui si trova coinvolto. Inoltre la capacità di decifrare correttamente i segnali emessi dagli altri, che sono messaggeri degli stati d'animo dei propri interlocutori. Infine la capacità di integrare la propria emotività nella propria immagine complessiva, e questa è una capacità che si farà strada nel progredire dello sviluppo adolescenziale. Per fare tutto questo lavoro su di sé, anzi sul proprio sé, è inevitabile passare attraverso una fase di ricerca, ricca di contraddizioni, di ambivalenze, anche di conflittualità non solo con gli altri, ma anche con se stessi.

Le emozioni prevalenti in questo periodo sono quelle legate alla propria crescita fisica e sessuale, quindi alle trasformazioni della propria immagine: stati d'animo di insoddisfazione, di paura di apparire goffi e impacciati, che spesso vengono nascosti dietro un uso del proprio fisico aggressivo e volutamente sgraziato. Inoltre sentimenti ambivalenti tra il bisogno di rassicurazione e il rifiuto di rivelare la propria fragilità, per cui spesso il preadolescente adotta comportamenti molto variabili o blocca la comunicazione. Le emozioni più contraddittorie sono quelle legate al bisogno conservare una sorta di "segreto" della propria identità, per cui molto spesso il preadolescente non riesce a parlare di sé e ricorre a varie strategie per farsi capire senza esporre la propria immagine: per esempio sottraendosi agli interrogatori con risposte ironiche, paradossali o provocatorie, fingendo di parlare a nome di altri, o spostando le risposte più intime su un piano apparentemente oggettivo e scientifico.

Da tutto questo disagio possono emergere comportamenti che sfuggono al proprio controllo, e comunicazioni con gli altri che si avvalgono non tanto del parlare quanto dell'agire.

Dal punto di vista educativo è molto importante saper distinguere le emozioni dai comportamenti: l'adulto ha certamente il compito di regolare i comportamenti, ma non può in alcun modo censurare le emozioni, valutarle con categorie morali. E anche se a volte facciamo fatica a comunicare con l'adolescente, dovremmo cercare di aiutarlo a riconoscere la ricchezza delle sue emozioni, ad accettarle qualunque esse siano, ma soprattutto ad esprimerle con la parola, e mai ricorrendo a mezzi fisici violenti. Tutto questo sarà possibile se fin dall'infanzia avremo saputo operare una sorta di educazione emotiva e a darne personale testimonianza: è molto importante che i bambini siano abituati a dire ciò che provano e a poter seguire anche in questo l'esempio dei genitori.



# GESTIRE IL BULLISMO EDUCANDO AI CONFLITTI

## La necessità di un intervento di fronte a situazioni di aggressività e prepotenza.

Relatrice Mariuccia Bordegari

Definiamo il bullismo: "azioni offensive ripetute, in presenza di asimmetria nella relazione".

Non è un **fenomeno** nuovo: la "legge del più forte" è sempre esistita. Ne troviamo esempi anche in letteratura, nelle pagine di Molnàr ("I Ragazzi della Via Paal"), Musil ("Il giovane Törless"), ...

Oggi però c'è una maggiore sensibilità e un diverso atteggiamento che non è più quello dell'inibire il fenomeno in termini autoritari. Anche perché un tempo tutto il mondo adulto era compatto nelle reazioni adottate, oggi non è più così. Può succedere che i bambini prepotenti a scuola siano tranquillamente difesi dai genitori o ricattino subdolamente gli insegnanti sul fronte affettivo.

L'attenzione recente nasce in Norvegia negli anni '70 a seguito di alcuni casi di suicidio infantile. Il più noto ricercatore è Dan Olweus che conduce la prima ricerca per indagare la diffusione del fenomeno nelle scuole, le cause che lo scatenano, gli effetti che produce. I risultati: un bambino su sette è vittima di frequenti e ripetuti abusi

- sia psicologici che fisici,
- da parte di uno o più compagni,
- senza poter reagire in alcun modo,
- né interrompere la spirale di violenza
- che può protrarsi anche per anni.

Si tratta infatti di un fenomeno occulto, sommerso. Le vittime non osano parlare per paura, per vergogna.

Oltre che nella scuola, il fenomeno è presente anche negli ambienti sportivi e nei luoghi di aggregazione ed è sempre un evento collettivo che coinvolge i bulli, la vittima, i gregari, il gruppo dei pari, gli adulti e la società in generale che possono contrastare, contenere o addirittura favorire le prepotenze.

Il bullismo può essere favorito da **stili educativi non adeguati** (eccessivamente autoritari o permissivi), da dinamiche nel gruppo dei pari, ma anche da una cultura dominante che esalta il mito della ricchezza e dell'affermazione personale.

Le ricerche svolte in Italia, evidenziano una presenza rilevante del fenomeno (40% di alunni coinvolti alla scuola elementare, 15-27% alle medie e al biennio) anche se nei questionari si è dovuto utilizzare il termine generico "prepotenza", che ha favorito la segnalazione anche di piccoli dispetti, che sono altra cosa rispetto al bullismo.

Si distinguono diverse forme di bullismo (diretto, una modalità più maschile; indiretto una modalità prevalentemente femminile).

La prevenzione del fenomeno deve operare a più livelli: deve coinvolgere tutte le componenti della scuola promuovendo un **patto di alleanza educativa** e favorendo la vita affettiva e cooperativa in classe.

**La famiglia è risorsa se** accetta che i conflitti possano essere espressi e diventa palestra per la risoluzione pacifica dei conflitti. Diventano importanti l'ascolto e il dialogo; ascoltare e dialogare di emozioni, di quel che si prova. Nelle ricerche sul bullismo sono emersi come significativi due fattori: una forte conflittualità fra i genitori, più o meno esplicitamente espressa e la mancanza di empatia verso il figlio, una specie di freddezza, di indifferenza che rende privi di calore emotivo i suoi primi rapporti.

Per i maschi la figura paterna è il modello di riferimento e di identificazione. Le caratteristiche più apprezzate: equilibrato, positivo e poco incline sia alla prevaricazione che al vittimismo.

Nella relazione col padre il bambino può sperimentare la dipendenza rassicurante, imparare a gestire la disparità di forze, acquisire la sicurezza interiore del senso della propria dignità di persona. Analogamente la relazione con la madre per le bambine.

Gli aspetti della relazione in classe sono essenziali per prevenire il bullismo. Per prevenire il fenomeno del bullismo gli insegnanti devono:

- evitare che potenziali bulli e vittime lo diventino davvero;
- sviluppare attenzione alla vita affettiva del gruppo;
- ribadire che il bullismo a scuola non può essere accettato;
- sviluppare e sostenere bambini solidali;
- agire con modalità collaborative;
- confrontare idee e modelli di comportamento.

E' necessario intervenire non solo sul bullo e sulla sua vittima, ma anche sul gruppo, affinché si crei un ambiente in cui la prevaricazione non entri.

Secondo Franco Fornari, la violenza nasce dalla difficoltà a stare con gli altri, che implica necessariamente conflitto.

Il bullo presenta **alcune caratteristiche di comportamento:**

- non si occupa dei problemi della convivenza, attacca direttamente le persone;
- reagisce con rapidità, non cerca di riflettere, anche perché non ha capacità di autoanalisi;
- vuole prevalere a tutti i costi;
- è incapace di capire e riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri.

Per educare chi commette atti di prevaricazione, è necessario aiutarlo a ribaltare queste caratteristiche, insegnargli a:

- riflettere sul problema;
- reagire dopo un'adeguata riflessione;
- saper accettare la sconfitta (spesso nei conflitti chi prevale sta emotivamente peggio);
- riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri.

Per farlo l'insegnante deve utilizzare la risorsa del gruppo classe, fare in modo che il conflitto sia esplicitato e divenga un'opportunità di apprendimento.

Fra le tecniche maggiormente sperimentate a scuola: il Circle Time, la Peer Mediation, le Tecniche Rituali.

Il Circle Time è una tecnica piuttosto diffusa nelle scuole: una volta alla settimana, in cerchio, la classe si trova a discutere di conflitti, problemi, lamentele, che sono stati segnalati in un'apposita cassetta. L'insegnante divide la classe in gruppi, dando loro regole precise di conduzione (parlare uno alla volta, parlare tutti, parlare del problema e non della persona, un alunno prende appunti per poi riportare la

discussione a tutta la classe); ogni gruppo deve discutere per trovare una soluzione. Alla fine, le proposte elaborate saranno discusse dall'intera classe per individuare quelle più efficaci. Il ruolo dell'insegnante è di facilitare la comunicazione.

La Peer Mediation è una tecnica che permette di attivare processi di mediazione dei conflitti: sono scelti dalla classe alunni che sono disponibili a fare da mediatori nei conflitti dei loro compagni; dopo un'adeguata formazione, si apre lo sportello mediativo nella scuola gestito dai ragazzi. E' un metodo che favorisce l'autonomia degli alunni.

Per rafforzare l'unità del gruppo, all'interno dell'attività scolastica, non vanno trascurate le Tecniche Rituali, che sono molto utili per bambini della scuola materna ed elementare. Il rituale rafforza il senso comunitario, di appartenenza, è un antidoto al bullismo. Ad esempio per bambini dai 4 ai 10 anni si crea il cestino della rabbia; gli alunni, se provano rabbia, la disegnano o la scrivono. Poi una volta alla settimana la si legge in classe e poi la si getta nel cestino.

Nel conflitto la stessa realtà è vista in modo diverso, ma si accetta la relazione con l'altro; nella violenza non la si accetta e si cerca di eliminare il contendente. L'unico antidoto alla violenza è quindi la gestione creativa dei conflitti, che appartengono necessariamente alle relazioni e le strutturano.

Educarsi significa attivare processi di differenziazione nei confronti degli altri: il conflitto ha una profonda valenza educativa, perché permette agli alunni di differenziarsi, di capire i propri limiti e le proprie risorse. Il conflitto porta sempre in sé difficoltà, perché implica emotività e sofferenza, ma si può insegnare a gestirlo. Due sono le tecniche di gestione del conflitto più utilizzate: **la negoziazione** (per i conflitti che riguardano anche chi tenta di gestirli), **la mediazione** (per i conflitti che riguardano altri).

La negoziazione è un processo di ricerca dinamico e volontario, attraverso un continuo riposizionamento di sé e degli altri e punta a trovare esiti accettabili, parziali e temporanei e non la soluzione miracolistica.

Le condizioni operative per negoziare i conflitti sono le seguenti:

- Prendere tempo (lasciare decantare il conflitto);
- Evitare la logica del muro contro muro (cercare la vittoria a ogni costo);
- Indugiare, so-stare sul problema, evitando di giudicare la persona (regola basilare nella gestione di tutti i conflitti);
- Saper dire di no al momento opportuno (rispetto delle regole);
- Ricercare esiti parziali e non la soluzione miracolistica.

Nella mediazione si cerca di attivare processi di comunicazione; il mediatore evita sia i giudizi che le soluzioni: cerca solo di riaprire il dialogo tra le due parti.

Le condizioni operative per mediare i conflitti sono le seguenti:

- Neutralità empatica (ascolto, comprensione dei contendenti);
- Tranquillizzare i contendenti;
- Indugiare, so-stare sul problema;
- Non risolvere il conflitto, ma cercare di ripristinare le condizioni di comunicazione, affinché i contendenti trovino una soluzione.

Assessorato al decentramento – Comune di Bergamo – Circoscrizione IV

**Centro socio culturale Monterosso**  
**Scaletta Darwin, 2 - 24123 Bergamo**  
**tel. 035.343075**

**Istituto Comprensivo Camozzi**  
**Via Pinetti, 25 - 24123 Bergamo**  
**tel. 035.235906**