



**UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PADOVA**

**Dipartimento di Psicologia dello sviluppo e della socializzazione-DPSS**

**Corso di laurea triennale in Scienze e Tecniche psicologiche**

**Elaborato finale**

**Le principali variabili di associazione tra bullismo e  
ferite auto inflitte non a scopo suicidario: uno sguardo  
alla letteratura.**

The major association's variables among bullying and non-  
suicidal self-injuries: a look at literature.

*Relatore:*

*Prof. Gini Gianluca*

*Laureanda: Piombo Giorgia*

*Matricola: 1164330*

Anno accademico 2023-2024

# Sommario

1. Introduzione .....	2
2. Definizione di Bullismo e <i>Non suicidal self injuries</i> (NSSI).....	3
2.1. Inquadramento storico e terminologico .....	7
3. Inquadramento teorico .....	10
3.1. Approccio socio-ecologico nella relazione tra bullismo e NSSI .....	11
3.2. <i>Social Information Processing Theory</i> (Crick & Dodge, 1994) .....	15
3.2.1. Integrazione del modello (Lemerise and Arsenio, 2000) .....	17
3.3. <i>Emotional Cascade Model</i> (Selby e Joiner, 2008) .....	20
4. Discussione .....	22
5. Conclusioni .....	24
Bibliografia .....	25

# 1. Introduzione

La ricerca ha evidenziato, specie negli ultimi anni, che esiste una correlazione positiva tra episodi di bullismo e utilizzo di ferite autoinflitte non a scopo suicidario (NSSI), anche se non risulta chiara quale sia la direzione che assume questa relazione. Ad oggi non ci sono indicazioni sulla consequenzialità o causalità tra i due costrutti, però, l'associazione tra essi è supportata da sufficienti studi, in particolar modo da quelli di tipo longitudinale e *cross*-nazionale e, all'interno di questi, appaiono evidenti delle variabili che fungono da mediatori. Sarebbe interessante e necessario comprendere quali sono le variabili in gioco che spingono taluni adolescenti, identificati come bulli, vittime e bulli-vittime, a decidere di infliggersi consapevolmente delle ferite e procurarsi dei danni tissutali, in quanto questi comportamenti sono anche correlati significativamente con l'ideazione suicidaria e l'infausto tentativo di suicidio (Borowsky, Taliaferro, e McMorris, 2013).

Fin dai primi studi sull'argomento, il bullismo è diventato un fenomeno di grande interesse per la comunità scientifica (Olweus, 2013) a causa dei problemi psicosociali ad esso conseguenti. Procedendo con la raccolta dei dati il fenomeno ha cominciato a delinearsi sempre con più specificità e precisione, integrando correlati significativi che ne sottolineano la complessità e le molteplici sfaccettature (Noble, Sornberger, Toste, Heath e McLouth, 2012). Uno di questi è costituito dalle ferite autoinflitte non a scopo suicidario (NSSI) che, solo negli ultimi anni, ha destato particolare interesse nell'ambito delle scienze psicologiche ed ha trovato nella depressione una delle maggiori variabili mediatore insieme alla disregolazione emotiva e alla scarsa connettività con l'ambiente sociale. Partecipare a problemi tra bulli e vittime aumenta significativamente la probabilità di riversare su sé stessi il distress, sia in quanto vittime, sia in quanto prepotenti, nell'intento di regolare il proprio stato affettivo. Per quali motivi alcuni di questi adolescenti arrivano ad un esito comportamentale così drastico? Perché non investire in attività più salutari come lo sport o la meditazione? Dal punto di vista individuale le due variabili maggiormente coinvolte sono la difficoltà nella regolazione delle emozioni e la condizione depressiva in cui i giovani si trovano che, interagendo con le variabili di tipo ambientale, secondo l'approccio ecologico, e, in particolare, con l'inadeguata connettività sociale, portano a comportamenti disadattivi come l'auto danneggiamento. Queste variabili sono riscontrate in ogni attore del bullismo che pratica NSSI, in altre parole, che sia un bullo, un target, o entrambi, verranno misurati alti livelli di disregolazione emotiva, alti livelli di depressione e bassi livelli di interazioni sociali

positive, al contrario dei gruppi di controllo, e, maggiormente, per i bulli-vittime che possiedono caratteristiche in comune sia con i bulli che con le vittime. Lo scopo di questo elaborato è di analizzare, tramite una ricerca bibliografica, quali principali variabili di associazione intercorrono tra il bullismo e le NSSI. Verranno descritti i principali paradigmi teorici alla base dei due fenomeni e proposti gli studi più rilevanti che, ad oggi, hanno esaminato le caratteristiche che entrano in gioco nella relazione tra bullismo ed NSSI ed eventualmente dai rapporti che intercorrono tra queste (Esposito, Bacchini, e Affuso, 2019).

## 2. Definizione di Bullismo e *Non suicidal self injuries* (NSSI)

Per una corretta interpretazione dei fenomeni indagati è sempre opportuno che ogni autore li identifichi e li descriva utilizzando costrutti chiari e ben definiti, per evitare di incorrere in differenze terminologiche e rendere i dati raccolti non generalizzabili, difficilmente confrontabili e non replicabili (Muehlenkamp, Laurence-Claes, Havertape e Plener, 2012). Lo stesso Dan Olweus, precursore degli studi sul bullismo, raccomanda un corretto e consensuale utilizzo delle definizioni alla base del fenomeno, ritenendo che in tal modo le dinamiche analizzate possano rientrare all'interno delle stesse categorie concettuali (Olweus e Limber, 2018; Zych, Farrington, Llorent e Ttofi, 2017).

I comportamenti aggressivi intenzionali, ripetuti nel tempo, diretti ad un individuo che non li gradisce e che ha difficoltà a difendersi, vengono identificati come bullismo. I tre cardini principali del costrutto sono l'intenzionalità, ovvero la consapevolezza da parte del bullo che l'azione è indesiderata da parte della vittima e, a tal proposito, è necessario distinguere le aggressioni accidentali, per esempio, quando un bambino viene colpito con la palla durante una partita di calcio oppure quando viene spinto a terra durante il gioco della lotta, dagli episodi in cui il bambino viene colpito o spinto di proposito, in particolare nel caso in cui non voglia assolutamente giocare alla lotta. La ripetitività con cui le aggressioni vengono perpetrate è un'altra caratteristica essenziale dato che l'episodio occasionale, per quanto traumatico e spiacevole, non rientra nel più specifico fenomeno del bullismo, ovvero, aggressioni che vengono messe in atto sistematicamente e per lunghi periodi di tempo creano delle dinamiche diverse rispetto ad un singolo evento. Si può arrivare a casi in cui il bullismo assume carattere normativo all'interno di un gruppo e, proprio grazie all'accettazione degli episodi tra aggressore, target e il resto dei compagni, cronicizza. Infine, l'asimmetria di potere, che distingue il bullismo dal

comportamento aggressivo in generale. Può essere oggettiva, come nel caso di maggiore forza fisica o maggior popolarità tra gli attori, oppure il numero stesso delle persone coinvolte in un attacco (il gruppo contro un singolo), o può essere soggettiva e, quindi, caratterizzata dalla sola percezione della vittima di essere impossibilitata a difendersi, ad esempio se si viene presi in giro dal proprio migliore amico, non si ha la percezione di essere in difficoltà come nel caso in cui a farlo è il prepotente della scuola (Olweus, 2013).

Le forme che l'aggressione può assumere sono principalmente di due tipi: diretta ed indiretta. Nel primo caso, può essere fisica o verbale, nei confronti di una vittima che è presente durante l'interazione. In particolare, si tratta di azioni come spingere, colpire, stratonare, pizzicare, tirare i capelli oppure attribuire nomignoli non graditi, offendere, minacciare, utilizzare comportamenti coercitivi o prendere in giro pesantemente. In tali circostanze si parla di aggressione *overt* ovvero manifesta. Nel secondo, rientrano le prepotenze relazionali, denominate anche *covert*, che sono finalizzate all'isolamento relazionale del target e al sabotaggio delle amicizie o delle relazioni romantiche tramite la diffusione di pettegolezzi o gossip. La letteratura classica sembra sottolineare che esiste una differenza di genere nelle due forme di comportamento aggressivo e, nello specifico, i maschi sembrerebbero attuare più aggressioni dirette rispetto alle femmine che utilizzerebbero, al contrario, forme più indirette, partendo dalle ipotesi che queste ultime abbiano biologicamente una minor predisposizione di risorse fisiche rispetto al genere maschile ed inoltre che le relazioni tra ragazze sarebbero molto più profonde e a forte connotato emotivo, di conseguenza, un danno relazionale risulterebbe più pesante per loro rispetto ai maschi, che sembrano avere una rete sociale più ampia ma con legami più superficiali. Infine, la cultura di appartenenza può generare delle credenze relative a ciò che ci si aspetta da maschi e femmine e, soprattutto, come ci si deve comportare in certe situazioni e gli stereotipi di genere, in questo caso, potrebbero spiegare la differenza tra aggressione diretta ed indiretta in maschi e femmine. In altre parole, dalle ragazze ci si aspettano meno colluttazioni che invece potrebbero risultare socialmente accettate e incoraggiate per i ragazzi che le apprendono dai modelli dominanti dell'ambiente in cui vivono e, oggigiorno, dai mezzi di comunicazione di massa e comunicazione digitale. Ricerche più approfondite, nel primo decennio degli anni duemila, hanno confermato il maggior utilizzo da parte dei maschi di forme dirette di aggressione, ma, per le forme indirette, la differenza esiste anche se non risulta essere così marcata (Card, Stucky, Sawalani e Little, 2008; Wen et al., 2023). In entrambi i casi, soprattutto negli ultimi anni, le prepotenze assumono sempre più anche un connotato razziale e sessuale e vengono perpetrate diffusamente utilizzando i mezzi di comunicazione digitale, sotto la

denominazione di Cyberbullismo che, tuttavia, per alcuni autori è una sottoforma di bullismo tradizionale e, per altri, assume invece caratteristiche peculiari che necessitano di indagarlo come fenomeno indipendente (Olweus, 2013; Zych et al., 2017). A tal proposito si specifica che in questa ricerca bibliografica non si approfondisce la relazione tra bullismo, cyberbullismo e NSSI, ma solamente i costrutti che associano il bullismo tradizionale con le NSSI.

Le *Non suicidal self injuries* (NSSI) vengono definite come ferite intenzionalmente autoinflitte, generalmente tramite tagli, graffi, bruciature, morsi, colpi, che provocano un danno effettivo ai tessuti, senza conscio intento al suicidio da parte del soggetto, e vengono distinte da procedure culturalmente accettate come la *Body modification* (Lloyd-Richardson, Perrine, Dierker e Kelley, 2007; Nock., Joiner jr, Gordon, Lloyd-Richardson, e Prinstein, 2006). Ne consegue che le procedure per fare piercing e tatuaggi non rientrano all'interno di tale categoria e neppure le ferite causate accidentalmente, tramite incidenti di qualsivoglia natura che non siano finalizzati ad un consapevole auto-danneggiamento ed esclude anche i disturbi alimentari e l'abuso di sostanze ove non vi è un immediato danneggiamento tissutale (Lloyd-Richardson et al., 2007; Noble et al., 2012). La funzione di tale comportamento sembra essere correlata con l'incapacità di regolare e gestire adeguatamente i picchi emotivi che si traducono, da un lato, nella necessità di richiamare l'attenzione verso di sé per evidenziare agli occhi degli altri il bisogno di aiuto in soggetti che sono in difficoltà nel manifestare tale bisogno, come per esempio nei maschi delle società occidentali dove l'immagine stereotipica è quella di forza, dominanza e prestanza, e, dall'altro nella necessità di distogliere l'attenzione dal livello di distress percepito e, quindi, in sostanza, di abbassare l'attivazione e i sintomi ad essa associati, per esempio la tachicardia, la sudorazione e tutte le manifestazioni del sistema nervoso autonomo, specie nelle ragazze, che sembrano soffrire maggiormente di sintomi depressivi e di disregolazione emotiva. Al contrario, anziché ridurre il disagio non fanno altro che aumentarlo in un circolo vizioso a cui gli studiosi devono ancora dare una spiegazione esaustiva. Se le NSSI non producono un effettivo abbassamento dello stato di attivazione e non sostituiscono i sentimenti negativi con quelli positivi ci sarebbe da capire come e perché gli individui perseverano in questo comportamento anziché affidarsi a strategie più salubri (Selby, Anestis, e Joiner, 2008). A tal proposito, Nock e Prinstein nel 2004 hanno proposto un modello funzionale denominato "Del rinforzo automatico" che tenta di dare una spiegazione sulla funzione che le ferite autoinflitte non a scopo suicidario avrebbero per gli individui che le attuano. Secondo gli autori, tali comportamenti rifletterebero dei rinforzi positivi individuali, da un lato, per coloro che affermano di

non sentire emozioni e che necessitano di sentire qualcosa, qualsiasi cosa, anche se dolore, e, dall'altro, riflettere dei rinforzi negativi, cioè come mezzo per rimuovere o ridurre gli stati emotivi e cognitivi indesiderati, come lo stress o la ruminazione. Individuano anche dei rinforzi sociali, denominati positivi quando i soggetti ricercano e ottengono attenzioni tramite le ferite e, negativi, quando tali ferite sono utilizzate per evitare interazioni indesiderate (Noble et al., 2012).

Uno dei risultati più importanti di questi studi, riguarda la correlazione positiva che intercorre tra il comportamento aggressivo e il disadattamento. Le manifestazioni dirette del comportamento aggressivo sono associate con alti livelli di disregolazione emotiva, condotte antisociali, bassi livelli di preferenza sociale fino ad arrivare al rifiuto da parte dei pari. Nonostante il bullo sia particolarmente popolare questo non significa che sia altrettanto preferito dai compagni. Infatti, la popolarità percepita dei bambini e adolescenti aggressivi è negativamente associata alla preferenza sociale, misurata attraverso la nomina da parte dei pari attraverso le tecniche sociometriche. Conversamente, gli individui prosociali sono caratterizzati sia da elevati livelli di popolarità percepita che di preferenza sociale che indicano congiuntamente un elevato status all'interno del gruppo, che sia una classe, una scuola o la compagnia di amici. D'altra parte, anche l'aggressione indiretta è fortemente associata ad alti livelli di problemi della condotta e rifiuto da parte dei pari ma, soprattutto, è associata a problemi internalizzanti che, però, portano i bulli indiretti anche ad esibire competenze prosociali proprio per favorire la capacità di attuare i comportamenti di sabotaggio relazionale descritti precedentemente (Card et al., 2008). Questi risultati sono interessanti perché identificano sia nei bulli, sia nei target e soprattutto nei bulli-vittime, dei correlati psicologici e ambientali che stanno alla base delle strategie disadattive di coping che portano all'utilizzo delle ferite autoinflitte non a scopo suicidario. Essere rifiutati dai pari, in un'età in cui il gruppo dei compagni assume vitale importanza potrebbe tradursi in emozioni negative ingestibili, se non adeguatamente bilanciato da altre variabili mediatori, come ad esempio un buon grado di regolazione emotiva dal punto di vista individuale, o la percezione di un ambiente sicuro a scuola dal punto di vista ambientale, ed essere sopraffatti da tali emozioni aumenta la probabilità di incorrere in meccanismi disfunzionali e comportamenti a rischio per ridurle. Effettivamente la letteratura si è occupata molto di questo argomento in relazione agli esiti a breve e lungo termine della vittimizzazione cronica, raccogliendo numerose evidenze a favore della relazione tra questa e l'uso di sostanze, i più generici comportamenti a rischio, il *binge eating*, l'ideazione suicidaria, i tentativi di suicidio e le NSSI, ma davvero pochi studi si sono

occupati di coloro che perpetrano l'aggressione, affrontando il problema da un punto di vista ipotetico, ovvero, partendo dal presupposto che, essendo il comportamento aggressivo associato positivamente con il disadattamento e con i comportamenti a rischio, ed essendo le NSSI appartenenti a tali categorie, è presumibile che essere bulli possa portare a esprimere il distress tramite l'auto danneggiamento fisico. Per tali ragioni e per i risvolti che ha sul benessere degli attori coinvolti, come già sottolineato da Olweus nel suo primo lavoro alla fine degli anni Settanta, il fenomeno del bullismo viene considerato un'effettiva violazione dei diritti umani e un fattore di rischio importante per i comportamenti disadattivi come le ferite autoinflitte con e senza tentativo di suicidio (van Noorden, Haselager, Cillesen e Bukowski, 2015; Olweus 2013; Saarento e Salmivalli, 2015; Salmivalli, 2010; Wu, Hou, Zeng, Cou e You, 2021).

## 2.1. Inquadramento storico e terminologico

Dan Olweus, autore del primo studio pionieristico sui problemi tra bulli e vittime, pubblica un articolo sulla rivista *Annual Review of Clinical Psychology* nel 2013, nella quale sottolinea l'importanza delle caratteristiche del fenomeno. Durante gli anni Sessanta e fino agli anni Settanta, la ricerca si era occupata di descrivere e analizzare i comportamenti aggressivi proattivi, finalizzati ad uno scopo e, all'interno di questi, venivano fatti convergere gli episodi di bullismo. Il termine alla quale si faceva riferimento, "mobbing", fu ispirato dagli studi etologici di K. Lorenz, nella quale veniva descritto come i membri di una specie attaccavano in gruppo i consimili devianti, per scacciarli o allontanarli. I comportamenti aggressivi proattivi sono in contrapposizione con quelli reattivi perché, a differenza di questi ultimi, non sono scatenati da uno scoppio di impulsività e dalla mancata capacità di gestire le emozioni, ma sono finalizzati ad uno scopo, un obiettivo futuro, che può essere strumentale, come ad esempio nel caso in cui un bambino voglia impossessarsi di un giocattolo che ha un altro coetaneo, oppure relazionale, come nel caso in cui un bambino voglia accrescere il suo status sociale all'interno del gruppo di amici (Salmivalli, 2010). A seguito delle sue ricerche, che portarono anche alla stesura di uno tra i più utilizzati strumenti di assesment, l'*Olweus Bullying Questionnaire* (OBQ), D. Olweus ritenne non idoneo l'utilizzo del verbo "To mob" in quanto ambiguo e fuorviante: in lingua inglese, il significato riporterebbe a fenomeni gruppali che sfumano l'importanza e il ruolo attivo, intenzionale del singolo bullo, per non parlare del fatto che la vittima sembrerebbe colpevole dell'aggressione in quanto deviante. In aggiunta, anche le tempistiche delle aggressioni sarebbero poco

chiare, infatti, in etologia, vengono perpetrate attraverso singoli episodi e non necessariamente perseverando nel tempo l'attacco (Zych et al., 2017) Nel suo primo lavoro, Olweus utilizzò l'espressione "*Bully/victim problems*" per riferirsi alla circostanza in cui uno studente è, ripetutamente e nel tempo, oggetto di azioni aggressive da parte di uno o più compagni da cui non può difendersi e, da allora, la comunità scientifica si riferisce a tale fenomeno con il termine specifico di "bullismo", che racchiude al suo interno tutti i criteri precedentemente elencati nel Cap.2 (Olweus, 2013).

Le NSSI furono storicamente indagate nell'ambito clinico, dato che facilmente riscontrabili in pazienti istituzionalizzati o sotto sorveglianza psichiatrica per patologie come il disturbo borderline di personalità, il disturbo d'ansia generalizzato o disturbi del comportamento alimentare che si associano a disregolazione emotiva e strategie disadattive di gestione dello stress. (Giletta, Scholte, Engels, Ciairano e Prinstein, 2012; Lloyd-Richardson et al. 2007; Otto et al., 2023). Solo recentemente l'attenzione si è focalizzata alla popolazione adolescenziale che presenta un tasso tra il 5% e il 25% degli studenti in tarda adolescenza che incorrono in tali comportamenti. Si può supporre che tale attenzione all'adolescenza sia dovuta allo sviluppo di discipline che indagano i correlati individuali e contestuali del comportamento a rischio, che è caratterizzante di questa specifica fase della crescita, ed inoltre, dovuta al fatto che le ricerche hanno confermato nel periodo adolescenziale una difficoltà biologica, dovuta allo sviluppo più tardivo del circuito cerebrale del controllo, rispetto a quello socio-emozionale, situati nella corteccia prefrontale, che rende molto difficile per gli adolescenti riuscire efficacemente a regolare le proprie emozioni che, essendo vissute come intense e sopraffacenti, sono difficili da gestire, a favore di comportamenti che ricercano una soluzione immediata, anche se disfunzionale (Deschesnes, Finès, e Demers, 2006). Inizialmente l'attenzione dei ricercatori convergeva nello studio delle ferite autoinflitte in concomitanza all'ideazione suicidaria e al tentativo di suicidio, entro la quale venivano fatte convergere, ma successivamente le caratteristiche di specificità del fenomeno suggerirono di indagarlo separatamente (Giletta et al., 2012; Nock et al., 2006). I risultati degli studi fecero emergere che l'età di *onset* delle ferite autoinflitte non a scopo suicidario è compresa tra i 12 e i 16 anni e che il comportamento diminuisce di frequenza e intensità con l'aumentare dell'età, probabilmente grazie all'apprendimento di strategie più salutari e alla maturazione cerebrale che giunge a completamento. Inoltre, si riscontra una dipendenza positiva tra le NSSI e il livello di emozioni negative percepite, che sono direttamente correlate con il grado di depressione nella prima adolescenza e che risulta esacerbata in coloro che si ritrovano a dover fare i conti con episodi di bullismo, sia nel

ruolo di aggressori che di vittime, o entrambi, come nel caso dei bulli-vittime. Questi ultimi possiedono delle caratteristiche in comune sia con i bulli sia con le vittime, in altre parole vengono considerati dei target in talune situazioni ma allo stesso tempo, in altre circostanze, perpetrano l'aggressione e conseguentemente possiedono un alto livello di disregolazione emotiva e un temperamento tendente al Nevroticismo secondo l'approccio personologico dei Big-Five. Inoltre, hanno una maggior probabilità di manifestare scoppi emotivi e hanno un'alta frequenza di comportamenti aggressivi sia reattivi che proattivi (Salmivalli, 2010). In letteratura si ipotizza che tali aggressioni ripetute, agite e vissute, abbiano un ruolo importante nel creare dei correlati psicologici centrati sul distress, come ad esempio emozioni di paura, di ansia, di rabbia, di svalutazione di sé e degli altri, nonché di odio verso il contesto nella quale questi ragazzi e ragazze si ritrovano a vivere e, tali emozioni siano talmente sopraffacenti da necessitare una strategia per ridurle. Le NSSI appaiono come una soluzione per una proporzione di bulli e di vittime, anche se i target sono più inclini ad utilizzare tale strategia disadattiva dovuta agli alti livelli di problemi internalizzanti che li caratterizzano (Baker, Wallander, Elliott e Schuster, 2023). Infatti, le vittime non sono scelte a caso ma, sono ragazzi e ragazze con alto grado di introversione, di ansia, bassi livelli di autostima, una personalità tendente alla depressione e diversi per qualche aspetto della loro persona, esteriore o interiore, rispetto alle norme gruppali dominanti e, perciò, aventi un alto rifiuto sociale con una rete amicale di supporto molto scarsa. In pratica appaiono un facile bersaglio e il bullo che sferra l'aggressione trova una sorta di giustificazione proprio focalizzandosi su queste caratteristiche piuttosto che farsi guidare dai correlati psicologici di empatia e prosocialità, anche se si è ipotizzato che non siano le capacità empatiche a mancare in chi perpetra l'aggressione, ma una messa da parte delle suddette in virtù di ottenere guadagni strumentali, come lo status sociale e la popolarità. Una sorta di strategia per aumentare il proprio profitto dal punto di vista di dominanza e accesso alle risorse (Crick e Dodge, 1994; Gini, 2012; Salmivalli, 2010) È stato anche riscontrato che durante la fanciullezza e poi durante l'adolescenza, i rapporti con i genitori e i pari assumono delle caratteristiche peculiari. Con il passaggio tra queste due fasi di vita si verifica un'inversione di tendenza, perciò, il precedente rapporto tra genitori e figli diventa più flebile a favore di una maggior vicinanza con i pari che è funzionale alla ricerca di una propria identità e una propria autonomia. Se il clima familiare e la qualità delle relazioni tra genitori e figli da un lato, e tra adolescenti e amici dall'altro, risulta inadeguato, il rischio è di incorrere in una bassa percezione di supporto con una rete sociale inadeguata che possa moderare gli effetti a breve e lungo termine di un coinvolgimento in episodi di bullismo, e il rischio è

quello di aumentare il rifiuto sociale con conseguente crescita del livello di depressione e senso di solitudine, in un circolo vizioso che può convergere nelle NSSI (Giletta et al., 2012). In particolare, in letteratura appaiono diversi correlati alla base all'utilizzo delle NSSI come strategia di coping. Le personalità dei soggetti interessati da questo tipo di comportamento presentano alti livelli di emozioni negative, depressione, solitudine e ansia, problemi di internalizzazione con elevato senso di colpa e in alcuni casi associato a odio verso sé stessi. Le condizioni in cui queste persone si trovano necessitano di un meccanismo rapido che permetta loro di alleviare la rabbia, la tensione emotiva e l'elevato livello di attivazione, ma anche di percepire un senso di controllo sulle loro emozioni, per riacciarsi alla realtà nei momenti di depersonalizzazione e derealizzazione, oppure durante episodi di *flashback* vividi, come ad esempio nel disturbo da stress post traumatico, o durante la fase di ruminazione. Sembrerebbe che nei maschi la funzione principale del ferirsi sarebbe quella di richiamare verso di sé l'attenzione degli altri, quindi un utilizzo come mezzo comunicativo, mentre le femmine ricercano prevalentemente una via di fuga dai sentimenti associati alla propria svalutazione, all'odio verso sé stesse, alla solitudine e ai sintomi depressivi (Esposito, Bacchini e Affuso, 2019; Lloyd-Richardson et al., 2007).

### 3. Inquadramento teorico

Ogni ricerca deve essere guidata da una o più teorie che vanno a costituirne l'impalcatura. Per dare un framework all'associazione tra bullismo e NSSI è opportuno che vengano presentati i modelli all'interno della quale tali fenomeni sono riconducibili.

Considerando che gli individui non interagiscono tra loro in un *vacuum* spazio-temporale, ma sono inseriti in un ambiente che è poliedrico e composto da molti strati e sotto strati, è utile indentificare un modello che ne delinei i caratteri e la prospettiva sistemica, come la Teoria Ecologica di Urie Brofenbrenner (*Ecological Systems Theory*) da cui furono ispirati successivi studi che mettono in relazione i problemi tra bulli e vittime e le ferite autoinflitte non a scopo suicidario. In base a questo approccio consegue che tali comportamenti devono essere studiati nel contesto, che è composito e non rappresentato unicamente dai fattori individuali e disposizionali (Brofenbrenner, 1979; Saarento e Salmivalli, 2015; Zych et al., 2017).

La teoria dell'elaborazione dell'informazione sociale (*Social Information Processing Theory-SIP*) e la sua integrazione del 2000 da parte di Lemerise e Arsenio, sono largamente utilizzate nell'ambito dell'indagine sui processi cognitivi ed emotivi che

sottostanno alla messa in atto di comportamenti aggressivi. Il bullismo rientra chiaramente, per le sue caratteristiche, all'interno dei suddetti comportamenti, e perciò la SIP ne fornisce una cornice teorica importante. Ogni attore che prende parte agli episodi di bullismo ha dei caratteristici modi di elaborare le informazioni sociali sia a livello di detezione degli stimoli sia nei successivi step cognitivi ed emotivi che comprendono la loro interpretazione, la scelta della risposta comportamentale e come metterla in atto, dato che possiedono emozioni, attitudini e motivazioni diverse che interagiscono con i fattori ambientali, ad esempio, le norme vigenti nel gruppo (Nelson e Crick, 1999; Salmivalli, 2010)

Per quanto riguarda le NSSI, viene proposto il Modello della Cascata Emotiva (*Emotional Cascade Model*) di Selby, Anestis e Joiner del 2008 che risulta molto utilizzato negli studi sull'argomento. Esso propone che gli individui, in situazioni di forte disregolazione emotiva, cercano sollievo e distrazione dalle emozioni negative da cui sono investiti, attraverso la messa in atto di comportamenti disadattivi come le ferite autoinflitte. Il distress è accompagnato da un ripetitivo *overthinking*, dal tentativo di soppressione dei pensieri e dal catastrofismo che rafforzano le sensazioni angosciose in un circolo vizioso (Selby, Anestis, Bender e Joiner jr, 2009).

### 3.1. Approccio socio-ecologico nella relazione tra bullismo e NSSI

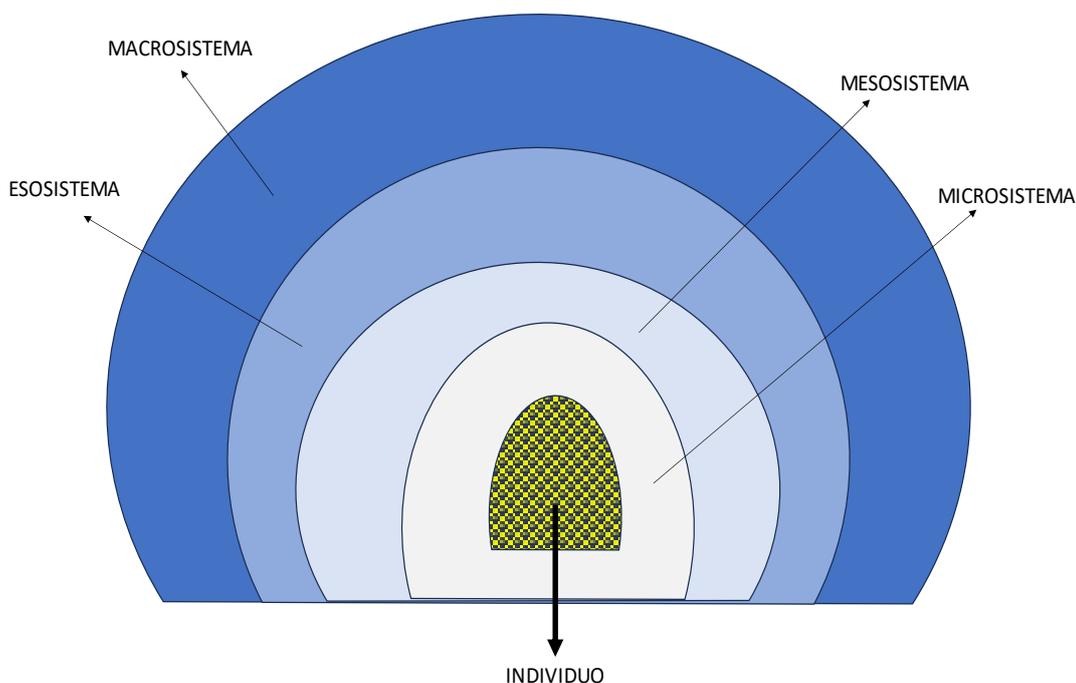
Nel 1979 Urie Bronfenbrenner pubblica *The Ecology of Human Development*, in cui espone la sua concettualizzazione sistemica di come sia necessario studiare la persona nel contesto, in quanto ogni essere umano si trova collocato in un'ambiente prossimale, ad esempio la famiglia e la scuola, ma anche in un ambiente più distale, come un quartiere o un paese che possiedono norme collettive che comunque influenzano indirettamente l'individuo stesso tramite l'azione sugli altri sottosistemi (Bronfenbrenner, 1979; Neal e Neal, 2013). Il suo approccio innovativo, rispetto a quelli mono causali in voga in quegli anni, portò alla necessità di modelli di studio più complessi, multivariati, probabilistici e multilivello, in cui vengono analizzate le molteplici variabili in gioco e la forza con la quale queste variabili mediano le relazioni. Come raffigurato in Figura 1, il sistema più prossimo all'individuo è il Microsistema, che comprende le caratteristiche disposizionali e le caratteristiche delle interazioni in cui vi è il coinvolgimento attivo del soggetto, per esempio, la compresenza di problemi di disregolazione emotiva e di una famiglia con stile

educativo lassista sono fattori di rischio nel bullismo e conseguentemente per le NSSI, al contrario, genitori supportivi, calorosi e con uno stile genitoriale autorevole promuovono l'apprendimento di *life-skills* che proteggono i bambini e gli adolescenti da esiti disadattivi nello sviluppo. Ad un livello superiore si colloca il Mesosistema che è composto dall'insieme di tutti i microsistemi e dalle loro reciproche interazioni, supponiamo il rapporto genitore-insegnante, ma anche l'esposizione di un bambino a episodi di aggressione, a scuola e a casa, da parte dei propri fratelli. L'insieme di questi sistemi e delle loro relazioni sono inseriti nell'Esosistema. Esso influenza l'individuo indirettamente, attraverso l'impatto che ha sui microsistemi, ad esempio un cambio dell'orario di lavoro del genitore o un cambio di dirigente scolastico nella scuola. Supponiamo che gli insegnanti abbiamo delle credenze verso il bullismo orientate verso la tolleranza zero, ma che nella pratica delle attività non vengono implementate azioni dirette alla chiara lotta contro il fenomeno, questo atteggiamento avrà delle ripercussioni sul livello di supporto e di sicurezza che gli adolescenti percepiscono nei confronti della scuola e in particolare favorirà nei bulli la convinzione che le loro aggressioni siano tollerate e nelle vittime la sensazione di doversi proteggere da sole, magari portando nello zaino un arma per difendersi che, di conseguenza, aumenterà le probabilità di incorrere in colluttazioni e rivendicazioni, rendendo l'ambiente ancora più pervaso di aggressività (Noble et al., 2012). Infine, il Macrosistema che è costituito dall'insieme delle norme sociali, culturali, credenze, schemi sociali che le persone acquisiscono necessariamente essendo parte di uno Stato, di una comunità, di un paese con la sua propria storia ed evoluzione. A titolo esemplificativo si può citare il modello occidentale culturale dominante che, sempre più negli ultimi decenni, sta favorendo lo sviluppo dell'individualità a discapito dei comportamenti prosociali e, che viene diffuso attraverso la condivisione collettiva, specie in Rete o dai *Mass Media* esacerbando la manifestazione di comportamenti a rischio che vengono percepiti come accettati e normativi (Neal e Neal, 2013). Nelle più recenti rivisitazioni della teoria classica, è opportuno sottolineare la concezione di interdipendenza tra i sistemi come rappresentata da una rete anziché da strutture concentriche. L'avvento delle *Neural networks* ha probabilmente influenzato il filtro attraverso il quale la ricerca osserva i fenomeni e ha permesso di approfondire e dare la giusta sfumatura alle modalità con cui si rapportano tra loro le componenti del modello, in accordo con gli approcci tecno-culturali dominanti (Choudhury e McKinney, 2013)

La proposta di Bronfenbrenner si traduce in un'analisi del bullismo e delle NSSI secondo un'interazione tra fattori disposizionali degli adolescenti e fattori contestuali che

comprendono sistemi più prossimi e sistemi più distali. In letteratura risultano più facilmente presi in considerazione i microsistemi entro la quale i fenomeni di nostro interesse avvengono e non frequentemente le interazioni tra questi.

Figura 1. Possibile rappresentazione schematica delle nicchie ecologiche secondo la concettualizzazione di Urie Brofenbrenner.



Nel 2022, A.C. Baker, J.L. Wallander, M.N. Elliott e M.A. Schuster pubblicano uno studio in cui esaminano longitudinalmente le possibili relazioni tra NSSI, bullismo e depressione. Il loro modello nasce da un'estensione della teoria di Brofenbrenner identificando la Connettività Socioecologica come un fattore dinamico, multicomponenziale che include caratteristiche osservabili, come l'integrazione sociale, ed esperienze più soggettive come il senso di vicinanza, di appartenenza, di sentirsi accuditi, valorizzati e supportati (Baker et al., 2023). I livelli di tale connettività sono determinati dalle dimensioni: 1) *Parent-family connectedness* che riguarda il grado con cui l'adolescente si sente amato, supportato e rispettato dei genitori e dai familiari, 2) *Peer connectedness*, ovvero la presenza di legami di qualità con gli amici, specie se con attitudini prosociali, 3) *School connectedness* che si riferisce al senso di appartenenza e di legame con la propria scuola, 4) *Neighborhood and community connectedness* che riflette il senso di fiducia verso gli altri al di fuori dei rapporti sociali più prossimi. L'età

dei soggetti del campione era compresa tra i 13 e i 16 anni e i dati furono analizzati anche ipotizzando delle differenze attribuite al genere. Le loro considerazioni partirono dal fatto che la prevalenza negli Stati Uniti di NSSI negli adolescenti era del 18% e che le femmine mostravano il doppio dei maschi di ferite autoinflitte non a scopo suicidario. Sostanzialmente volevano comprendere che tipo di associazione esisteva tra il senso di connettività con l'ambiente prossimale, il bullismo e i sintomi depressivi e, se ci fossero differenze di genere che evidenziavano delle variazioni nella relazione tra questi tre costrutti. Questo modello ha permesso agli autori di collegare i fattori ambientali e disposizionali del campione con l'utilizzo di NSSI riscontrando una particolare associazione con il bullismo e le manifestazioni depressive. Quale sia la direzione di tale associazione restava ancora sconosciuta. In altre parole, i periodi di cambiamento relazionale che avvengono nella prima adolescenza sembrano esacerbare il grado di emozioni negative vissute dagli adolescenti portando ad una regolazione di esse tramite meccanismi disfunzionali (Selby et al. 2009). Perciò vivere con bassi livelli di connettività socio ecologica può aggravare certe problematiche come il bullismo e patologie depressive.

L'analisi dei dati ha evidenziato che le femmine hanno una percezione più bassa di connettività rispetto ai maschi, sia con gli amici che con la scuola e il proprio quartiere, ed inoltre riportano maggiori livelli di sintomi depressivi. Al contrario, e qui il dato di maggior interesse, i maschi riportano livelli sensibilmente più alti di esperienze di bullismo e coloro che riportano tali esperienze hanno anche un maggior grado di sintomi depressivi. Sembrerebbe quindi esserci un'associazione tra connettività, bullismo, sintomi depressivi e NSSI ma, non è ancora sufficientemente confermata la direzione che questa associazione assume. Si potrebbe ipotizzare che un alto livello di connettività riduca gli episodi di bullismo perché i giovani ben integrati socialmente e con una rete amicale ampia o di qualità hanno meno probabilità di essere scelti come target nei comportamenti aggressivi, con conseguente diminuzione degli stati depressivi associati alla vittimizzazione cronica e una minor necessità di incorrere in NSSI. Oppure che individui aventi bassi livelli di depressione siano meno coinvolti in situazioni di bullismo dato che non necessitano di ricercare ricompense sociali attraverso il comportamento aggressivo e, pertanto sviluppano una maggior connettività con l'ambiente e in tal senso diminuiscono la probabilità di manifestare strategie di coping disadattive (Baker et al., 2023).

Già in passato erano stati fatti dei tentativi per associare le NSSI con l'ambiente prossimale degli adolescenti e, in particolare, con il microsistema scolastico dato che molto del tempo quotidiano viene speso proprio all'interno delle strutture della scuola. Nel 2011, alcuni autori analizzarono il grado di fiducia verso la scuola e il senso di sicurezza al suo interno in relazione al bullismo e all'attuazione delle ferite autoinflitte. I risultati evidenziarono che queste ultime due variabili predicevano l'utilizzo di NSSI da parte degli adolescenti del loro campione e, in particolare, che meno fiducia avevano verso lo staff scolastico più riportavano comportamenti aggressivi come il bullismo, che aumentava significativamente l'utilizzo di NSSI. Come già riportato in numerosi altri studi, anche in questo campione furono le vittime di bullismo a riportare i più alti livelli di ferite autoinflitte non a scopo suicidario confermando ancora una volta che il legame tra questi due comportamenti è molto stretto, ma sottolineando anche come l'ambiente può fungere da fattore di protezione se le politiche scolastiche e gli adulti che fanno parte del personale assumono atteggiamenti e applicano regole che promuovano il senso di fiducia degli adolescenti verso la scuola (Noble et al., 2012).

### 3.2. *Social Information Processing Theory* (Crick & Dodge, 1994)

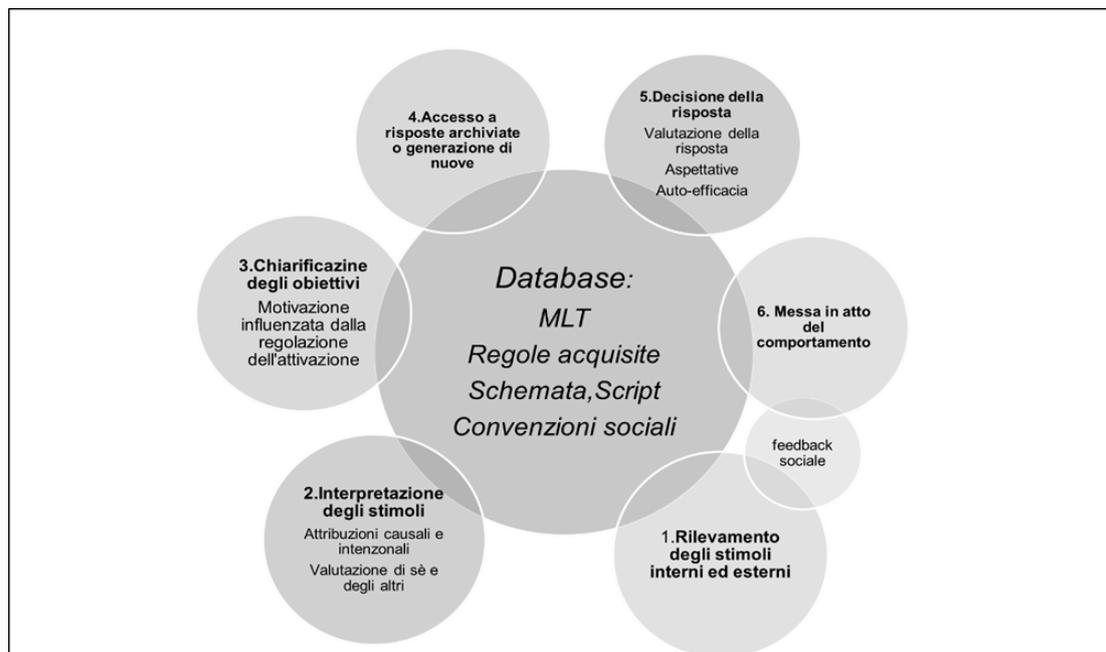
Nel 1994 N. R. Crick e K. A. Dodge pubblicano una riformulazione riguardante i processi cognitivi alla base delle manifestazioni comportamentali in relazione all'adattamento/disadattamento sociale dei bambini, presso il *Psychological Bulletin* dell'*American Psychological Association* (Crick e Dodge, 1994). La teoria del processamento delle informazioni sociali si colloca all'interno della concezione della mente umana come un elaboratore di informazioni, sostanzialmente simile ad un *computer*, che rileva stimoli di *input*, li analizza, li elabora, e produce delle risposte di *output*, che verranno rinforzate o meno dai *feedback* sociali che ne derivano. Ogni stimolo sociale viene processato automaticamente, rapidamente e per condizionamento, secondo una logica a *step*, ma il modello nel complesso è concettualizzato come un meccanismo di elaborazione in parallelo seguendo la proposta del Connessionismo e delle evidenze sulle reti neurali. Ne consegue che deficit nell'elaborazione online di una determinata situazione possono tradursi in comportamenti disadattivi. Il superamento della visione modulare, amodale dei meccanismi cognitivi fodoriana e le più recenti tecniche di neuroimmagine hanno permesso alla *Social Information Processing Theory* di raccogliere

sempre più dati a conferma della sua utilità nell'interpretare e prevedere gli esiti comportamentali nei bambini e negli adolescenti (Nelson e Crick, 1999; Pezzulo et al., 2011; Thomason et al., 2011).

Il modello prevede sei fasi sequenziali che il soggetto mette in atto durante l'interazione sociale, giungendo ad essa con il suo bagaglio di conoscenze pregresse, depositate nella memoria a lungo termine (MLT) e con il suo corredo di caratteristiche biologiche e disposizionali. Come esemplificato graficamente in Figura 2, l'individuo che fronteggia una determinata situazione rileva degli stimoli (Fase 1) che possono essere ambientali, ad esempio il tono della voce dell'interlocutore, una certa postura, il lancio di un oggetto e così a seguire, oppure possono essere interni alla persona stessa, come i battiti accelerati del cuore o l'iperventilazione. A questo punto (Fase 2), gli stimoli rilevati devono essere interpretati per crearne una rappresentazione mentale, filtrata attraverso le informazioni presenti nella memoria a lungo termine (Olson e Dweck, 2009). Quindi vengono attribuite intenzioni, supposte relazioni di causa-effetto e fatte valutazioni su sé stessi e sugli altri (Fase 3). I bambini che manifestano aggressività reattiva rilevano con difficoltà gli stimoli sociali e tendono a prendere in considerazione specificatamente quelli ostili che poi vengono interpretati conseguentemente e stanno alla base delle risposte impulsive e tendenzialmente aggressive, che diventano poi gli output comportamentali. Procedendo nella fase di chiarificazione degli obiettivi (Fase 4), questi ultimi vengono selezionati grazie all'attivazione emotiva concomitante, che influenza la motivazione a raggiungere un certo traguardo o ad evitarlo. Esso potrebbe essere di conservazione del rapporto relazionale (*relational goal*), oppure l'aumento del proprio status sociale indipendentemente dai risvolti negativi sui rapporti interpersonali (*instrumental goal*). I bulli manifestano una chiara tendenza a preferire la scelta di traguardi strumentali verso la pianificazione di un guadagno che è spesso diretto all'aumento del proprio prestigio e all'aumento della propria autostima. Nella Fase 5 viene ripescata dal *database* una risposta e selezionata, viceversa, se la situazione è nuova ne viene generata una ad hoc, ed infatti, chi perpetra l'aggressione generalmente mette in atto un comportamento che in occasioni precedenti ha portato ad un rinforzo positivo e perciò è comprensibile che lo ripeta nuovamente. L'ultimo passaggio consiste nella messa in atto del comportamento (Fase 6). È utile sottolineare che l'individuo interagisce con l'ambiente e, perciò, il suo comportamento elicerà dei *feedback* sociali che rimetteranno in atto il processo elaborativo in un circolo sistemico flessibile. Infatti, se nessuno si interpone tra il bullo e la vittima, i bulli riceveranno dagli spettatori un tacito assenso verso il loro comportamento e un consenso manifesto se vengono anche applauditi o

guardati con approvazione (Crick e Dodge, 1994; Lemerise e Arsenio, 2000; Nelson e Crick, 1999)

Figura 2. Rappresentazione schematica del modello di elaborazione dell'informazione sociale.



### 3.2.1. Integrazione del modello (Lemerise and Arsenio, 2000)

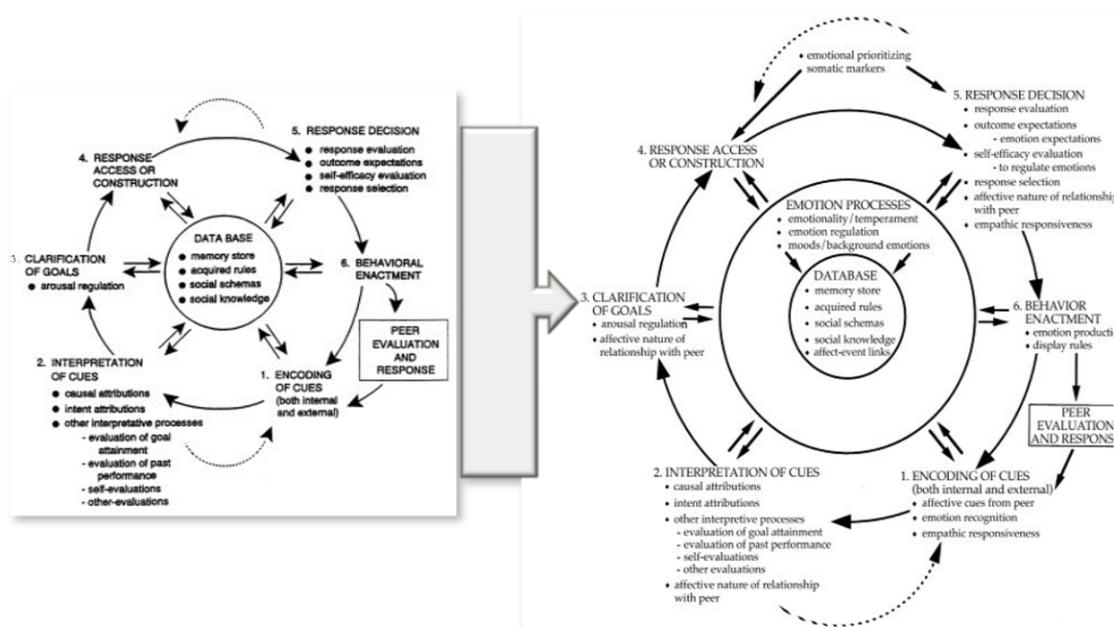
Lemerise ed Arsenio riscontrarono nella SIP una carenza nel ruolo e nell'importanza delle emozioni e, perciò, proposero all'inizio degli anni duemila un'integrazione del modello. L'aspetto cruciale è dato dal fatto che l'interazione sociale è una situazione che per eccellenza elicit forti emozioni e queste sono fondamentali nel ridurre l'incertezza sulla scelta del comportamento da mettere in atto che, comunque, può risultare auspicabile o meno. Come le euristiche, anche le emozioni sono una sorta di strategia "Mini-Max" ovvero che con il minimo sforzo puntano al massimo risultato. In altre parole, permettono di ridurre le informazioni da elaborare, giungendo a soluzioni che siano accettabili anche se non le migliori in assoluto (Lemerise e Arsenio, 2000). Quando un bambino affronta un evento sociale, giunge ad esso con il suo corredo di caratteristiche biologiche e disposizionali e lo stile affettivo ne è parte integrante influenzando il modo con il quale vengono attraversate le varie fasi dell'elaborazione cognitiva. Esso è costituito da due componenti distinte: da un lato l'emotività, definita come la facilità con la quale le emozioni vengono elicitate, la loro durata e il loro grado di intensità e, dall'altro la regolazione emotiva, ovvero la capacità di gestione delle

manifestazioni emotive sia in termini di durata che di intensità. Queste caratteristiche agiscono sul piano cognitivo durante l'interazione sociale e conseguentemente chi ha difficoltà nel controllare le proprie emozioni può incorrere in bias cognitivi che portano ad esiti non auspicabili nelle scelte e nell'attuazione delle risposte comportamentali. Nel magazzino di memoria a lungo termine, oltre alle rappresentazioni cognitive delle esperienze, sono archiviate anche le connessioni emotive ad esse legate, che vengono recuperate con analogia modalità ("*affect-event links*") (Lemerise e Arsenio, 2000). In sostanza, gli autori sostengono che gli stimoli ambientali recuperano le emozioni ad essi associate, ma che anche le emozioni provate in una data circostanza possono richiamare gli eventi pregressi collegati ad esse. Inoltre, ogni individuo possiede uno stato di attivazione o *mood*, precedente al fronteggiamento di un'interazione, che ne può influenzare l'interpretazione. È chiaro che, se ci si è appena accorti di aver strisciato la carrozzeria della macchina, e qualcuno decide di fare una battuta sarcastica, non la si prenderà nel migliore dei modi, a differenza della risata che ci si farebbe se si fosse stati allegri e spensierati.

Gli autori integrarono il modello di Crick e Dodge secondo le seguenti caratteristiche (Figura 3): nelle Fasi 1 e 2. di rilevazione ed interpretazione degli stimoli, oltre al proprio stato emotivo (*internal cues*) un equivalente stimolo da rilevare e interpretare è lo stato emotivo dell'altro, o degli altri membri dell'interazione. Se, ad esempio, l'interlocutore è arrabbiato, è più facile che si interpreti la situazione come ostile, oppure se è un familiare o un amico si può attribuire a tale stato un connotato scherzoso anziché aggressivo. Di conseguenza, bambini con deficit nel rilevamento delle emozioni altrui (componente cognitiva ed affettiva dell'empatia) hanno maggiore probabilità di mettere in atto comportamenti disfunzionali (van Noorden et al., 2015). Nella fase 3. di chiarificazione degli obiettivi, lo stato emotivo degli altri può promuovere la scelta di comportamenti positivi o negativi in accordo con tali emozioni. L'intensità con la quale un bambino percepisce le proprie e altrui emozioni influenza il comportamento risultante, in altre parole, se un individuo è sopraffatto dalla rabbia probabilmente prenderà in considerazione obiettivi rivolti verso il polo negativo delle possibilità, oppure se è deficitario nel percepire e/o comprendere le emozioni degli altri non avrà motivo di preoccuparsi di attuare un comportamento prosociale in alternativa ad uno aggressivo. Durante le fasi 4 e 5. di accesso o generazione delle risposte e loro valutazione, non solo si attuano delle inferenze sulle componenti contestuali ed individuali, ma anche sulle emozioni che ci si aspetta di provare performando un dato risultato. Lo stato emotivo evoca dei ricordi e, mettere in atto un certo comportamento,

fornisce un mezzo per regolare le proprie emozioni. L'autoregolazione affettiva deficitaria può associarsi alla probabilità di compiere azioni condizionate, impulsive, nella ricerca di un sollievo rapido e immediato dallo stato di attivazione. Anche la natura e la qualità affettiva della relazione sono collegate all'accesso e scelta della risposta comportamentale. Nello specifico, si presuppone che un legame amicale o familiare risulti essere connotato positivamente, rispetto, ad esempio, al legame con il prepotente del quartiere, e che consenta il recupero di eventi maggiormente positivi dalla MLT che a loro volta supporteranno stati affettivi concordi. Infine, l'empatia ha un ruolo critico nel modificare le risposte comportamentali e l'utilizzo del ragionamento morale. Da un lato, se un bambino non è in grado di percepire la difficoltà negli altri è molto probabile che valuterà il comportamento aggressivo attraverso molteplici giustificazioni e sminuendo la propria responsabilità, dall'altro lato, alti livelli di empatia, specie la sua componente affettiva, promuovono una certa sensibilità nell'uso del ragionamento morale e dei comportamenti prosociali (Gini, Pozzoli, e Hymel, 2014; van Noorden et al., 2015). Infine, nella fase 6. di messa in atto della risposta, la specifica sensibilità affettiva dell'individuo e il grado di autoregolazione affettiva giocano un ruolo nell'azione finale concreta e nella flessibilità cognitiva di considerare o meno le sopra citate regole morali (Lemerise e Arsenio, 2000a).

Figura 3. Modello originale della SIP di Crick & Dodge, a sinistra dell'immagine e la sua integrazione da parte di Lemerise e Arsenio, a destra.



### 3.3. *Emotional Cascade Model* (Selby e Joiner, 2008)

Il modello si propone di fornire un'ipotesi sul perché alcune persone, in stato di forte stress emotivo, mettano in atto comportamenti disadattivi, piuttosto che adattivi come fare una passeggiata o parlare con un amico, per ridurre la soglia di sofferenza percepita e l'atteggiamento ruminativo ad essa associato. La mancata capacità di regolazione emotiva porta a delle strategie cognitive non auspicabili come la ruminazione, la propensione al catastrofismo e il tentativo di soppressione dei pensieri, che non fanno altro che acuire il distress, in un circolo vizioso. Per ruminazione si intende la focalizzazione cognitiva persistente sulle emozioni negative e sugli accadimenti che hanno portato a tali emozioni. Una delle opzioni che alcuni individui selezionano per cercare di tornare allo stato di quiete è l'utilizzo di comportamenti disregolati come le NSSI o il *binge eating*, ma che, in definitiva, portano alla perdita del controllo sulla situazione, anziché alla sua risoluzione, e sono strategie di distrazione piuttosto che di regolazione. Un ulteriore aspetto da considerare è che, in alcuni casi, i comportamenti disadattivi possono essere interpretati come una richiesta d'aiuto da parte del soggetto o addirittura una ricerca di rassicurazione del proprio Sé e, quindi, per non sentirsi sballati. Uno dei correlati più importanti associato a tali comportamenti è l'impulsività ed in particolare il senso di urgenza che viene percepito nel dover fare immediatamente qualcosa, qualsiasi cosa, anche provocare un danno a sé stessi, purché non si resti immobili a dover affrontare il dolore. Alla base di tale circolo vizioso sembrano esserci vari fattori, tra cui l'incapacità di gestire e regolare i propri stati emotivi, a livello personale, e la scarsità di supporto sociale, a livello relazionale. Questi fattori mediano l'effetto tra distress e comportamento disadattivo: un individuo con buone capacità di regolazione emotiva, buone strategie di coping e con la percezione di una rete sociale supportiva dove può trovare rassicurazione, sostegno, conforto e alla quale può sentire di appartenere, ha una probabilità minore di utilizzare meccanismi di regolazione emotiva non salutari. Al contrario, individui che non riescono a gestire eventi stressanti e che non hanno appreso le adeguate strategie di regolazione affettiva rischiano di essere isolati socialmente, rifiutati dai pari, con conseguente riduzione della mediazione del supporto sociale e una maggior probabilità di comportamenti rischiosi, specie in età adolescenziale, periodo in cui il ruolo degli amici e dei coetanei diventa di vitale importanza e la spinta verso il rischio è molto marcata. La denominazione del modello "cascata emozionale" deriva dal fatto che il circolo vizioso sopra descritto è la risultate di uno stato di partenza fortemente connotato negativamente dal punto di vista emozionale che, attraverso

processi psicologici quali la ruminazione, la catastrofizzazione e il tentativo di sopprimere i pensieri concomitanti, portano ad un aumento del distress, grazie ad una sorta di meccanismo basato sulla ricompensa, irrigidendo conseguentemente i meccanismi stessi e, come esito, sembra non avere la persona altra scelta che fare qualcosa di drasticamente distraente innescando così nuovamente il circolo vizioso (Selby et al. 2008).

Da un punto di vista neurobiologico pochi studi si sono occupati di dimostrare le evidenze a favore di questo modello, ma recentemente è stato pubblicato un lavoro su *Journal of Affective Disorders* che ne fornisce un importante supporto (Otto et al. 2023). Otto e colleghi hanno creato un disegno sperimentale utilizzando la risonanza magnetica funzionale per testare se vi fossero modificazioni neurali a carico di adolescenti con NSSI stimolati da un paradigma che induce stress e, in particolare dal *Montreal Imaging Stress Test* dove vengono proposti una serie di quesiti matematici in associazione ad un sistema di valutazione sociale concomitante. Il dato interessante nella procedura è che non solo il livello di stress indotto fu misurato attraverso questionari self-report pre e post scansione, ma anche attraverso misurazioni fisiologiche. Secondo gli autori, il grado di gestione dello stress sembra essere un fattore chiave nella comprensione delle NSSI e partono dal presupposto che vi sia un'interazione tra le caratteristiche biologiche distali, come le predisposizioni genetiche o fattori stressanti cronici come il bullismo, fattori biologici prossimali, come alterazioni delle strutture neurali connesse al sistema adibito alla risposta allo stress, e stati biologici che direttamente precedono o seguono l'atto di ferirsi, nello specifico le reazioni allo stress acuto e al dolore. Perciò, la regolazione emotiva in situazioni di stress acuto o cronico nell'infanzia e in adolescenza influisce sullo sviluppo di aree cerebrali come l'area fronto- limbica e l'asse ipotalamico-ipofisario-surrenale che controlla la produzione del cortisolo. Nello specifico si tratta di aree quali la corteccia prefrontale laterale e mediale, la corteccia orbitofrontale, la corteccia cingolata anteriore, l'ippocampo, la porzione anteriore del talamo, lo striato ventrale, il dotto periacqueduttale e l'amygdala. I risultati dimostrano come sia il gruppo sperimentale che quello di controllo manifestano un aumento del battito cardiaco durante la fase di stress, ad indicare l'effettiva efficacia del MIST. È interessante notare come però, solo il gruppo di controllo mostra una riduzione dello stato emotivo positivo durante il test, che riflette i cambiamenti indotti dallo stress ma, al contrario, il gruppo sperimentale non evidenzia modificazioni né positive né negative, sia prima che dopo la prova, che possono essere ricondotte all'associazione tra NSSI e l'alessitimia, ovvero la difficoltà nel riconoscere ed esprimere le emozioni e di distinguerle dagli stati fisiologici di attivazione. Inoltre, il gruppo sperimentale mostra anche una ridotta attivazione della connettività funzionale tra

la corteccia prefrontale e il giro angolare che nel gruppo di controllo si attivano in risposta alla rimozione di stress sociali durante la performance aritmetica. Gli autori propongono che queste evidenze suggeriscano come lo stress in individui con scarsa regolazione emotiva aumenti l'attenzione verso gli stimoli e l'attivazione emotiva, innescando una risposta di *fight or flight* e richiedendo un'immediata strategia di coping, anche se disadattiva, come le ferite autoinflitte non a scopo suicidario, avvalorando il Modello della Cascata Emotiva proposto da Selby e Joiner. nel primo decennio degli anni 2000 (Otto et al., 2023; Selby et al., 2009).

## 4. Discussione

Le ricerche condotte fino ad oggi hanno riscontrato ampiamente un'associazione significativa tra NSSI e bullismo e, in particolare, sembra che quest'ultimo sia un serio fattore di rischio per tali strategie di coping disadattive. È oramai noto che la vittimizzazione cronica aumenta i livelli di stress percepiti dagli adolescenti coinvolti e, i dati raccolti, mostrano come i livelli di ferite autoinflitte non a scopo suicidario in questo gruppo siano più elevati rispetto ai non coinvolti. Minor attenzione è stata rivolta a coloro che perpetrano l'aggressione, perché, probabilmente, ritenuti meno inclini a tali comportamenti, ma in realtà i risultati preliminari identificano anche nel loro caso una correlazione positiva con l'uso di tali strategie. Per quanto riguarda i bulli-vittime i dati risultano davvero molto scarsi, ma i pochi a disposizione risultano anche controversi perché non è ben chiaro se essi abbiano la maggior prevalenza di NSSI rispetto agli altri attori del bullismo oppure se si collochino tra le vittime e i bulli, in senso decrescente. L'ipotesi è che avendo caratteristiche in comune, sia con i bulli che con i target, abbiano il maggior rischio di incorrere in ferite autoinflitte, ma sono necessari ulteriori studi per chiarificare questa posizione. La direzione che intercorre tra bullismo e NSSI rimane ancora sconosciuta. Una delle ipotesi più accreditate è che sia il bullismo ad esacerbare il livello di emozioni negative percepite dagli adolescenti che si traduce in comportamenti non auspicabili per ridurle, come la propensione al rischio, l'uso di sostanze, il portare armi a scuola e le ferite autoinflitte con e senza ideazione suicidaria. Però, va considerata anche l'altra faccia della medaglia fino a quando non si riscontri scientificamente una causalità certa tra i due costrutti, ovvero che è anche possibile che individui con propensione all'utilizzo di NSSI siano più facilmente coinvolti nei problemi tra bulli e vittime perché disadattati dal punto di vista individuale e/o sociale. A tal proposito, sono due le variabili mediatori che maggiormente si riscontrano in letteratura, la prima individuale, ovvero lo stato depressivo, e la seconda socio-ambientale, ovvero la

connettività socio ecologica. Da un lato, i soggetti che prendono parte al bullismo sembrano essere pervasi da un elevato grado di sintomi depressivi che si traducono in stati emotivi fortemente connotati negativamente e caratterizzati da paura, ansia, rabbia, solitudine, auto criticismo e auto svalutazione e dato che, sia i bulli, sia le vittime e sia i bulli-vittime risultano avere difficoltà nella regolazione delle emozioni, spesso in concomitanza con impulsività, è più probabile che incorrano nel circolo vizioso della cascata emozionale, descritto come modello di riferimento per l'utilizzo delle NSSI. Sostanzialmente, questi individui necessitano di una strategia per gestire l'attivazione fisiologica dovuta al loro stato depressivo e per distrarsi dai sintomi cognitivi che si presentano, come la ruminazione o la tendenza al catastrofismo e la loro impulsività ne determina anche una connotazione di urgenza, per cui è necessario fare qualcosa subito per stare meglio, anche se dannoso. Evidentemente la soluzione delle ferite auto inflitte dà una parvenza di risoluzione a breve termine, ma, i sentimenti di colpa che insorgono poco dopo l'atto, dimostrano che, a lungo termine, questa strategia di coping non fa altro che alimentare lo stato depressivo in un circolo vizioso (Selby et al.,2008). Le femmine sembrano utilizzare le NSSI più come mezzo per la gestione dei sintomi depressivi, mentre i maschi come mezzo comunicativo per segnalare e rendere noto lo stato affettivo negativo in cui si trovano. Dall'altro lato gli attori del bullismo possiedono una, ormai ben documentata, scarsità di connettività socio ambientale, caratterizzata da variabili come le relazioni familiari che possono risultare inadeguate, quindi stili genitoriali poco supportivi, poco affettivi e valorizzanti, genitori poco coinvolti e disattenti; le relazioni con i pari, che appaiono disfunzionali, connotate da superficialità e da rapporti di convenienza nella continua ricerca di status sociale e popolarità, oppure dalla lotta contro il rifiuto da parte dei compagni e contro l'isolamento; la connettività con la scuola, che spesso viene percepita come scarsamente sicura, costituita da personale che non combatte efficacemente la violenza, un luogo a cui non si sentono di appartenere e con cui non si sentono legati ma al contrario "etichettati" come bulli, vittime o entrambi; infine le relazioni con l'ambiente più distale come la propria comunità e il proprio quartiere che, se qualitativamente scarsa, può tradursi in un grado più pervasivo di isolamento sociale (Baker et al., 2023).

Questi fattori, complessivamente, permettono di avere un primo quadro del profilo individuale e ambientale in cui si possono trovare gli adolescenti coinvolti nel bullismo che attuano le NSSI, e suggeriscono anche delle possibili strade sulla quale lavorare per ridurre tali esiti. Una di queste riguarda le *life-skills* e in particolare l'implementazione di programmi che siano strutturati per incrementare la capacità di regolazione emotiva e di

gestione dello stress con conseguente ampliamento del repertorio relativo alle strategie di coping da poter utilizzare. Inoltre, è fondamentale proseguire nella lotta contro le prepotenze che devono essere fronteggiate da interventi a tolleranza zero, a partire dall'ambiente domestico che deve impartire regole contro la violenza e uno stile genitoriale coerente che funga da modello, fino ad arrivare alla scuola dove i ragazzi e le ragazze devono sentirsi al sicuro e devono trovare degli adulti di riferimento che portano avanti concretamente delle politiche antibullismo coerenti ed effettive (Olweus, 2013).

## 5. Conclusioni

C'è una forte associazione tra bullismo e ferite autoinflitte non a scopo suicidario tra gli adolescenti, ma quali dei due costrutti determini l'altro non è ancora chiaro. È noto, però, che la depressione, la disregolazione emotiva e l'isolamento sociale sono i fattori principali che mediano tale relazione positiva. In altri termini, maggiore è il livello di bullismo e maggiore è il grado di NSSI rilevato nei campioni esaminati, sia longitudinalmente che comparando adolescenti di diverse nazioni e tali individui presentano anche alti punteggi in tutte e tre le variabili mediatori. Allo stato attuale, la letteratura sembra essere ancora in una fase iniziale di approccio al fenomeno bullismo-NSSI ed ulteriori ricerche sono necessarie, specie per poter effettivamente rispondere alla direzione che la causalità assume tra i due costrutti e alle caratteristiche che eventualmente differenziano i bulli, i target e i bulli-vittime, per poter, in futuro, essere in grado di progettare e implementare degli interventi di riduzione del fenomeno specifici ed efficaci.

## Bibliografia

- Baker, A. C., Wallander, J. L., Elliott, M. N. e Schuster, M. A. (2023). Non-suicidal self-injury among adolescents: a structural model with socioecological connectedness, bullying victimization, and depression. *Child Psychiatry & Human Development*, 54(4), 1190–1208.
- Borowsky, I. W., Taliaferro, L. A. e McMorris, B. J. (2013). Suicidal thinking and behavior among youth involved in verbal and social bullying: risk and protective factors. *Journal of Adolescent Health*, 53(1): 4–12.
- \*Bronfenbrenner, U., (1979), *The ecology of human development*, Cambridge: Harvard University Press.
- Card, N. A., Stucky, B. D., Sawalani, G. M. e Little, T. D. (2008). Direct and indirect aggression during childhood and adolescence: a meta-analytic review of gender differences, intercorrelations, and relations to maladjustment. *Child Development*, 79(5), 1185–1229.
- Choudhury, S., e McKinney, K. A. (2013). Digital media, the developing brain and the interpretive plasticity of neuroplasticity. *Transcultural Psychiatry*, 50(2), 192–215.
- Crick, N. R., e Dodge, K. A. (1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin*, 115(1), 74–101.
- Deschesnes, M., Finès, P. e Demers, S. (2006). Are tattooing and body piercing indicators of risk-taking behaviours among high school students? *Journal of Adolescence* , 29(3), 379–93.
- Esposito, C., Bacchini, D. e Affuso, G. (2019). Adolescent non-suicidal self-injury and its relationships with school bullying and peer rejection. *Psychiatry Research*, 274, 1–6.
- Giletta, M., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E. Ciairano, S. e Prinstein, M. J. (2012). Adolescent non-suicidal self-injury: a cross-national study of community samples from Italy, the Netherlands and the United States. *Psychiatry Research*, 197(1), 66–72.

- Gini, G. (2012). Il contesto di gruppo. In G. Laterza & Figli (Eds), *Psicologia dello sviluppo sociale*. (7th ed., pp. 113–20), Bari-Roma.
- Gini, G., Pozzoli, T. e Hymel, S. (2014). Moral disengagement among children and youth: a meta-analytic review of links to aggressive behavior: moral disengagement and aggressive behavior. *Aggressive Behavior*, 40(1), 56–68.
- Lemerise, E. A., e Arsenio, W. F. (2000). An integrated model of emotion processes and cognition in social information processing. *Child Development*, 71(1), 107–18.
- Lloyd-Richardson, E. E., Perrine, N., Dierker, L. e Kelley, M. L. (2007). Characteristics and functions of non-suicidal self-injury in a community sample of adolescents. *Psychological Medicine*, 37(8), 1183–92.
- Muehlenkamp, J. J., Claes, L. Havertape, L. e Plener, P. L. (2012). International prevalence of adolescent non-suicidal self-injury and deliberate self-harm. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 6(1), 10.
- Neal, J. W., e Neal, Z. P. (2013). Nested or networked? Future directions for ecological systems theory. *Social Development*, 22(4), 722–37.
- Nelson, D. A., e Crick, N. R. (1999). Rose-colored glasses: examining the social information-processing of prosocial young adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 19(1), 17–38.
- Noble, R. N., Sornberger, M. J., Toste, J. R., Heath, N. L. e McLouth, R. (2012). Safety first: the role of trust and school safety in non-suicidal self-injury. *McGill Journal of Education*, 46(3), 423–41.
- Nock, M., Joiner jr, T., Gordon, K., Lloyd-Richardson, E. e Prinstein, M. (2006). Non-suicidal self-injury among adolescents: diagnostic correlates and relation to suicide attempts. *Psychiatry Research*, 144(1), 65–72.
- van Noorden, T. H. J., Haselager, G. J. T., Cillessen, A. H. N. e Bukowski, W. M. (2015). Empathy and involvement in bullying in children and adolescents: a systematic review. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(3), 637–57.
- Olson, K. R., e Dweck, C. S. (2009). Social cognitive development: a new look. *Child Development Perspectives*, 3(1), 60–65.
- Olweus, D. (2013). School bullying: development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9(1), 751–80.

- Olweus, D., e Limber, S. P. (2018). Some problems with cyberbullying research. *Current Opinion in Psychology, 19*, 139–43.
- Otto, A., Jarvers, I., Kandsperger, S., Reichl, C., Ando, A., Koenig, J., Kaess, M. e Brunner, R. (2023). Stress-induced alterations in resting-state functional connectivity among adolescents with non-suicidal self-injury. *Journal of Affective Disorders, 339*, 162–71.
- Pezzulo, G., Barsalou, L., Cangelosi, A., Fischer, M., Spivey, M. e McRae, K. (2011). The mechanics of embodiment: a dialog on embodiment and computational modeling. *Frontiers in Psychology, 2*, 18-9.
- Saarento, S. e Salmivalli, C. (2015). The role of classroom peer ecology and bystanders' responses in bullying. *Child Development Perspectives, 9*(4), 201–5.
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: a review. *Aggression and Violent Behavior, 15*(2), 112–20.
- Selby, E. A., Anestis, M. D., W. Bender, T. W. e Joiner jr, T. E. (2009). An exploration of the emotional cascade model in borderline personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 118*(2), 375–87.
- Selby, E. A., Anestis, M. D. e Joiner jr, T. E. (2008). Understanding the relationship between emotional and behavioral dysregulation: emotional cascades. *Behaviour Research and Therapy, 46*(5), 593–611.
- Thomason, M. E., Dennis, E. L., Joshi, A. A., Joshi, S. H. Dinov, I. D., Chang, C., Henry, M. L., Johnson, R. F., Thompson, P. M., Toga, A. W., Glover, G. H., Van Horn, J. D. e Gotlib, I. H. (2011). Resting-state fMRI can reliably map neural networks in children. *NeuroImage, 55*(1), 165–75.
- Wen, X., Shu, Y., Diyang, Q., Wang, Y., Cui, Z., Zhang, X. e Chen, R. (2023). Associations of bullying perpetration and peer victimization subtypes with preadolescent's suicidality, non-suicidal self-injury, neurocognition, and brain development. *BMC Medicine, 21*(1), 141.
- Wu, N., Hou, Y., Zeng, Q., Haiting, C., e You, J. (2021). Bullying experiences and nonsuicidal self-injury among chinese adolescents: a longitudinal moderated mediation model. *Journal of Youth and Adolescence, 50*(4), 753–66.

Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J. e Ttofi, M. M. (2017). *Protecting Children Against Bullying and Its Consequences*. Cham: Springer International Publishing.