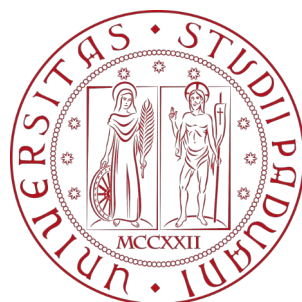


# Università degli Studi di Padova

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia, Psicologia Applicata

Corso di Laurea Triennale in  
SCIENZE DELL'EDUCAZIONE E DELLA FORMAZIONE



Tesi di Laurea Triennale

Bullismo e mobbing; aspetti teorici, applicativi ed ambiti  
di intervento.

Relatore:

Prof.ssa Alessandra Falco

Laureanda: Vittoria Felisatti

Matricola:1229209

Anno accademico 2022/2023

## INDICE

INTRODUZIONE	3
CAPITOLO 1 Categorizzazione sociale e dinamiche ingroup/outgroup	5
1.1 Identità sociale e Teoria di Tajfel	5
1.2 Dinamiche ingroup/outgroup	8
1.3 Conflitto sociale, conflitto realistico e studi di Sherif	9
1.4 Stereotipi e pregiudizio	11
1.5 Aggressività e Teoria della frustrazione	12
CAPITOLO 2 Aspetti teorici del mobbing	14
2.1 Definizione di mobbing	14
2.2 Attori del mobbing	15
2.3 Fasi del mobbing e condizione 0	17
2.4 Tipologie di mobbing	19
2.5 Mobbing e bullismo a confronto	21
CAPITOLO 3 Aspetti teorici del bullismo	25
3.1 Definizione di bullismo	25
3.2 Attori del bullismo	27
3.3 Tipologie di bullismo e cyberbullismo	28
CAPITOLO 4 Bullismo: ambiti di prevenzione ed intervento	31
4.1 Linee guida generali	31
4.2 Esempi di programmi e protocolli di intervento	33
4.3 Approccio gestaltico integrale	37
CONCLUSIONE	39
BIBLIOGRAFIA	43
SITOGRAFIA	46

## INTRODUZIONE

Ad oggi l'aggressività, le discriminazioni e le varie forme di abuso sono, purtroppo, molte diffuse. Basti pensare che se in qualsiasi momento della giornata accendiamo la televisione per ascoltare un telegiornale, leggiamo un quotidiano o scorriamo i post sui vari socialnetwork, numerose sono le notizie ed i casi di violenza, aggressività sul posto di lavoro e/o casi di bullismo scolastico o sul web. Casi e testimonianze di sofferenza le si possono purtroppo leggere, trovare e vivere in ogni contesto, ambito e momento della propria vita ed è proprio per questo forte rischio che ognuno di noi può correre che è necessario saperne di più e capire come tali fenomeni sociali di aggressività si manifestino, sotto quali forme e quali siano le conseguenze ed i meccanismi che se ne originano. Per poter fare ciò però risulta fondamentale fare un breve passo indietro ed attingere ad alcuni dei principali concetti e meccanismi sociali dei quali si occupa la psicologia sociale.

In tale direzione l'obiettivo di questo lavoro di tesi è quello di approfondire i fattori di rischio di fenomeni di disagio individuale e sociale, fra i quali in particolare le discriminazioni, il mobbing ed il bullismo, con il fine di individuare possibili ambiti di prevenzione e di intervento.

Nel primo capitolo, a partire dal concetto di identità sociale e dalla descrizione del processo di categorizzazione sociale mediante il quale essa si origina, vengono elencate ed analizzate tutte le dinamiche tipiche di ogni rapporto sociale tra chi fa parte di un ingroup e chi invece viene considerato parte dell'outgroup. Nello specifico vengono trattati tutti i fenomeni sociali di discriminazione, come ad esempio stereotipi e pregiudizi, che portano ogni individuo a favorire i membri del proprio gruppo/ingroup e ad allontanare ed emarginare chi invece non ne fa parte/outgroup. Risulta ora spontaneo chiedersi perché tali fenomeni siano così strettamente collegati a casi di violenza come quelli il mobbing ed il bullismo. La risposta sta proprio nelle definizioni e dinamiche stesse di tali due fenomeni aggressivi, infatti essi vengono perpetuati ed alimentati proprio da tutti quei meccanismi discriminatori e di emarginazione citati precedentemente. Mobbing e bullismo inoltre sono due fenomeni sociali che hanno moltissime caratteristiche in comune, a partire dal fatto che entrambi siano meccanismi di violenza e aggressività messi

in atto da un individuo prepotente (il bullo o il mobber) contro una vittima scelta appositamente perché ritenuta diversa o più debole. Mobbing e bullismo inoltre, come affermato da alcuni studi e ricerche, rappresentano l'uno il possibile proseguimento dell'altro, in quanto numerosi sono i casi di ex vittime di bullismo in età evolutiva che intraprendono la via della violenza diventando essi stessi i futuri mobbers del mondo lavorativo. Giunti a tale punto si può passare a trattare direttamente nello specifico, nel secondo e terzo capitolo, dei fenomeni appena citati facendone una precisa e completa panoramica. In entrambi i capitoli i due fenomeni aggressivi e discriminatori, il mobbing ed il bullismo in età evolutiva, vengono trattati a partire da quella che è la loro definizione e da quelli che sono i primi studi che in tali ambiti sono stati realizzati (rispettivamente da Ege e Olweus). Successivamente è stato possibile trattare e specificare le differenti forme e modalità mediante le quali tali fenomeni si manifestano e quali sono tutti gli attori sociali in essi coinvolti. Per quanto riguarda il tema del bullismo inoltre, nel quarto capitolo, viene trattato il cruciale tema degli interventi di aiuto e di prevenzione che vengono progettati e messi a disposizione, in primo luogo per le vittime ed in secondo anche per i bulli e per le famiglie di entrambi. Nello specifico è utile partire dalle iniziative, idee e progetti proposti direttamente dal Ministero dell'Istruzione, che fungono da linee guida per tutti gli altri protocolli progettati ed attuati in seguito e che nel futuro nasceranno. Il capitolo si conclude con alcuni esempi di progetti e protocolli di intervento attualmente in corso di attuazione.

## Capitolo 1

### CATEGORIZZAZIONE SOCIALE E DINAMICHE INGROUP/OUTGROUP

#### 1.1 IDENTITÀ SOCIALE E TEORIA DI TAJFEL

Prima di addentrarci ad esplorare il concetto di identità sociale è, a mio avviso, importante comprendere in cosa consiste quello di identità (Smith, Mackie, & Claypool, 2016) (Croteau, & Hoynes, 2018). Tale concetto, sia in sociologia che nelle scienze sociali è legato alla considerazione che ogni individuo ha di sé sia individualmente sia come membro della società, nello specifico l'identità è l'insieme di caratteristiche uniche di ogni individuo che lo rendono perciò unico ed inconfondibile e perciò completamente differente da chiunque altro.

L'identità sociale (Smith et al., 2016) (Berti, 2019) (Benatti, 2020) invece, rappresenta e viene data dall'identificarsi, da parte di ogni individuo, con un determinato gruppo con il quale si riconosce e che perciò lo rappresenta. Ciò porta al fatto che l'individuo in questione si senta talmente rappresentato dal gruppo del quale fa parte che questo ultimo va a contribuire alla sua identità e va così ad influenzare la sua personalità. Per tale motivo perciò, i gruppi di cui facciamo parte non sono da vedere solo come realtà a noi esterne, ma li interiorizziamo direttamente con noi stessi, diventando perciò parte integrante del nostro sé. In tale modo il gruppo perciò va a definire chi siamo, come pensiamo, come agiamo e/o interagiamo e la modalità con cui comunichiamo.

Il fondamento dell'identità sociale è per l'appunto la Teoria dell'identità sociale (Smith et al., 2016) che si sviluppa in Inghilterra a partire dagli anni '70 sulla base dalle riflessioni nate da un programma di ricerca, sia europeo sia nordamericano, condotto da Henri Tajfel e John C. Turner sui gruppi minimali (citati da Benatti, 2020) (citati da Stigi, 2021). La Social Identity Theory (SIT) teorizza il gruppo come luogo di origine dell'identità di ogni singolo individuo, egli infatti spontaneamente va a costituire gruppi sociali, a sentirsene parte distinguendo il proprio gruppo (ingroup) da quello degli altri (outgroup). Come affermato dalla SIT, l'identità sociale nasce e si struttura grazie al susseguirsi di tre fasi tutte fondamentali, che nello specifico sono:

- categorizzazione: (Benatti, 2020) (Stigi, 2021) processo cognitivo fondamentale che consiste nel raggruppare un insieme di oggetti/di enti/concetti fisici o sociali, in questo caso sé e le altre persone, in diverse categorie sulla base di una o più caratteristiche (come età, genere sessuale, etnia, posizione sociale e lavorativa, religione, appartenenza politica, squadra per cui si tifa, ideologie di riferimento). Ogni categoria nello specifico ha le proprie norme e valori che identificano cosa sia giusto e/o sbagliato;
- identificazione: in tale fase, dopo aver individuato i diversi gruppi di riferimento, ognuno comincia ad identificarsi con i valori, i comportamenti e le credenze dello specifico gruppo fondando così la base per la propria identità sociale. In realtà l'appartenenza non è ad un solo gruppo ma a molteplici di cui si è parte, ciò fa sì che vi sia una fusione multipla tra tutti i valori, i comportamenti e le credenze diverse che derivano dai vari gruppi dei quali l'individuo è parte integrante;
- confronto sociale: questa fase finale costituisce appunto nel confronto tra il/i gruppo/i di nostra appartenenza (ingroup) e quelli nei quali non ci identifichiamo (outgroup). Tale processo di valutazioni soggettive, che possono spesso portare anche ad errori, fa sì che ogni individuo vada a preferire i gruppi ai quali appartiene e le credenze, comportamenti e valori connessi e a sfavorire e spesso anche screditare quelli dei gruppi ad egli contrapposti. Tale situazione non fa altro che far nascere ed incrementare le occasioni di confronto sociale tra appunto ingroup ed outgroup. Entrando nel dettaglio, si può affermare che la teoria dell'identità sociale fu elaborata a partire dagli esperimenti di Tajfel sui gruppi minimali, i quali permisero di indagare e comprendere i meccanismi che portano alla costruzione di processi discriminatori e di auto segregazione nei gruppi umani.

Entrando un poco più nello specifico, la categorizzazione sociale è un processo sociale con il quale questa fase di raggruppamento avviene in ambito sociale e permette perciò, come lo stesso Tajfel afferma, di distinguere tra i membri appartenenti all'ingroup e membri invece dell'outgroup. Tale processo di categorizzazione sociale porta come conseguenza diretta 2 effetti:

- assimilazione intracategoriale e cioè inserimento del soggetto nel proprio ingroup visto per esso stesso rappresentativo e che lo porterà ad adottarne valori, credenze e comportamenti (che porta a favoritismo verso l'ingroup);
- differenziazione intercategoriale che porta i soggetti a differenziarsi nettamente dai membri dell'outgroup accentuandone molto, a volte anche eccessivamente, le differenze reali esistenti.

Un gruppo viene definito nello specifico come minimale se ha alcune particolari caratteristiche (Smith et al., 2016) (Benatti, 2020) (Stigi, 2021):

- categorizzazione in ingroup ed outgroup sulla base di un criterio banale o arbitrario;
- nessuna conoscenza pregressa dei partecipanti coinvolti;
- totale anonimato dell'appartenenza individuale ai gruppi;
- nessuna interazione faccia a faccia;
- nessun vantaggio personale derivante dai comportamenti messi in atto verso i membri dell'ingroup e dell'outgroup.

Durante le ricerche condotte da Tajfel e dai suoi colleghi (citati da Smith et al., 2016), era prevista la presenza di 48 ragazzi di 14/15 anni, frequentanti la scuola pubblica di Bristol, essi vennero poi suddivisi in due gruppi (A e B) solo sulla base della loro preferenza tra due pittori Klee e Kandinskij. Ad ognuno venne chiesto di assegnare punti, corrispondenti idealmente a somme di denaro, a due individui che loro non conoscevano (scegliendo i valori tra coppie di valori contenute in matrici predisposte dai ricercatori). In tale fase ognuno si trovava ad essere da solo e a non sapere a quale gruppo appartenesse, ma solamente che le due persone da "valutare" erano una appartenente al proprio ingroup e l'altra facente parte dell'outgroup. Tra i vari soggetti perciò non era prevista nessuna interazione, nessun contatto, nessun interesse nè tanto meno conflitti pregressi. Le risposte date dai vari ragazzi oggetto di ricerca furono di quattro tipi, i quali evidenziavano le differenti strategie possibili:

- scegliere la strada del massimo profitto comune/MPC, scelta con la quale si attribuiva il maggior numero di punti sia per il soggetto del proprio gruppo sia per quello del gruppo opposto;

- la strada del massimo profitto per ingroup/MPI, scelta che porta al favoritismi verso il membro del proprio gruppo al quale attribuire il maggior punteggio possibile;
- scegliere la strada della massima differenziazione a favore dell'ingroup/MD, scelta che consiste nel preferire la maggior differenza possibile tra punti attribuiti ai due ragazzi privilegiando pertanto colui che è parte del proprio ingroup (massimo aumento relativo);
- scegliere la strada dell'equità, dell'uguaglianza e cioè sinonimo di un approccio imparziale.

Analizzando poi in conclusione i risultati raccolti si poté notare che ben il 72.3 % dei soggetti partecipanti alla ricerca diede risposte a favore del proprio gruppo/ingroup, l'8,5% diede come risposta l'equità e per finire il 19,2% a favore del soggetto dell'outgroup. Si può perciò concludere definitivamente che i partecipanti favorirono in modo significativo il proprio gruppo a discapito dell'outgroup. Con tale ricerca perciò Tajfel, dimostrò come l'identità sociale di un individuo dipenda dalla categorizzazione sociale tra ingroup ed outgroup, portando inoltre a favoritismo verso l'ingroup e discriminazione/bias verso l'outgroup.

## 1.2 DINAMICHE INGROUP/OUTGROUP

In precedenza abbiamo già accennato al concetto di ingroup/outgroup, ora lo approfondiremo nello specifico (Smith et al., 2016) (Croteau et al., 2018) (Marelli, 2020) (Stigi, 2021). In psicologia sociale e sociologia, l'ingroup rappresenta un gruppo sociale con cui una persona si identifica psicologicamente come membro che ne fa parte ed invece l'outgroup è un gruppo sociale del quale non fa parte. La nascita di tale distinzione tra ingroup ed outgroup, o come comunemente si è soliti dire tra “noi” e “loro”/”gli altri”, è da collocarsi negli anni '70 con le numerose ricerche condotte da Tajfel e da suoi colleghi ricercatori, sul paradigma dei gruppi minimali. Riassumendo, come è già stato detto del paragrafo precedente, Tajfel ed i suoi colleghi ricercatori, hanno dimostrato il modo in cui possono nascere gruppi di auto-preferenza anche in brevi lassi di tempo, addirittura di pochi minuti, anche sulla base di caratteristiche arbitrarie e inventate come la pre-



ferenza tra due dipinti di due pittori diversi. Tale fenomeno di distinzione netta tra ingroup ed outgroup porta a varie conseguenze e fenomeni tra i quali il favoritismo verso l'ingroup e tutti i suoi membri oppure ad atteggiamento di discriminazione/bias verso l'outgroup. Per favoritismo dell'ingroup si intende il privilegiare, valutare positivamente il proprio ingroup ed i membri che lo costituiscono, per l'appunto si va a valorizzare e spesso sovrastimare l'ingroup stesso ed a apprezzare i membri stessi ed ogni loro azione e/o atteggiamento. Con discriminazione dell'outgroup si fa riferimento invece al processo sociale con il quale si va a sfavorire il/i gruppo/i dei quali non si è parte svalutando le loro azioni, comportamenti e caratteristiche. Tale atteggiamento sociale si manifesta, nello specifico, in più momenti come ad esempio: nella valutazione degli altri, nell'allocatione di risorse, nell'attribuzione di meriti e/o riconoscimenti, nel modo un cui percepiamo le azioni svolte stimando e riconoscendone l'efficacia se svolte dal nostro ingroup o magari sminuendole o ridimensionandole se svolte dall'outgroup.

### 1.3 CONFLITTO SOCIALE, CONFLITTO REALISTICO E STUDI DI SHE-RIF

Tutti i fenomeni sociali trattati precedentemente, che conseguono al processo di categorizzazione sociale, non fanno altro che permettere, in molti casi, il verificarsi di situazioni di conflitto sociale (Smith et al., 2016) (Croteau et al., 2018) (Marelli, 2020) (Stigi, 2021). Il conflitto sociale non è altro che un particolare tipo di interazione sociale tra due o più attori sociali (spesso tra gruppi sociali come nel caso di ingroup vs outgroup/s), che nasce a partire da forti incompatibilità di scopi, comportamenti e a volte valori che aggiunti alla nascita di stereotipi, pregiudizi e/o discriminazioni non fanno altro che creare un clima di astio e a volte persino di violenza.

In sociologia il conflitto viene teorizzato per l'appunto dalle Teorie del conflitto di cui ne parlarono lo sociologo Karl Weber ed il filosofo Marx (citati da Croteau et al., 2018).

Tali teorie sono incentrate sul conflitto, sul potere e sulle disuguaglianze che mettono in rilievo le competizioni, che nascono da scopi differenti da raggiungere o da risorse che spesso scarseggiano.

Una teoria molto importante relativa alla tematica del conflitto sociale é quella del conflitto realistico e degli studi sui campi estivi (3 studi longitudinali) condotti da Sherif (citato da Smith et al., 2016) . Tali studi furono condotti nel 1961 in contesti e luoghi naturalistici, prevedendo la partecipazione di ragazzi americani (circa una ventina) attorno ai 12 anni, bianchi, di classe media, stabili psicologicamente, estranei tra loro fino alla loro esperienza nel campo estivo. Tali criteri furono scelti appositamente per permettere di escludere qualsiasi fattore di personalità o differenze di qualsiasi genere, per quanto riguarda il possibile differente background socioculturale, aspetto fisico o la possibilità di legami precedenti tra i soggetti coinvolti. Nello specifico tale studio era suddiviso in tre fasi:

- formazione dei gruppi: tale fase consisteva nella divisione dei ragazzi in due diversi gruppi, nessuno dei quali era a conoscenza dell'esistenza dell'altro. I due gruppi infatti vivevano in aree separate del campo estivo e svolgevano attività solo con chi apparteneva allo stesso gruppo (es giocare, nuotare, cucinare...). In tale fase, proprio per il fatto di vivere 24 ore su 24 solo con i membri del proprio ingroup, nascevano in ognuno dei due gruppi norme, linguaggi, abitudini, comportamenti, simboli tipici del gruppo e tutti assieme decidevano un nome da assegnare al gruppo stesso. Ad un certo punto ai due gruppi venne fatta presente la presenza del secondo gruppo e il fatto che sarebbe conseguita una competizione tra loro per stabilire chi fosse il migliore;
- competizione intergruppi: arrivati a questo punto i ricercatori organizzarono una serie di diverse competizioni su più ambiti di sfida (es gare di corsa, gare sportive, tiro alla fune...) con premi e ricompense desiderate da entrambi i gruppi perché utili durante il campeggio (es coltellino, tascabili, bussole...).

Ebbe così origine una forte ed accesa competizione, tra outgroup ed ingroup, che portò a due effetti importanti:

- favoritismo per l'ingroup che portava, i ragazzi, a schierarsi a fianco dei propri compagni di squadra qualunque fosse la situazione e/o la sfida anzi addirittura a valutare la vittoria dell'ingroup anche in caso di pareggio (esempio: attività di raccolta di fagioli). Tali meccanismi portano i ragazzi di ciascun gruppo a diventare sempre più legati tra loro, l'identità sociale di ciascun gruppo si intensifica

maggiormente data la coesione tra i membri che porta così via via ad una sempre più forte competizione;

- cooperazione intergruppi: i ricercatori stabilirono tra i gruppi un'interdipendenza positiva, mediante l'introduzione di scopi straordinari come ad esempio collaborare con i membri del proprio gruppo per riportare l'acqua al campo dopo la rottura della cisterna. Tali tentativi però furono vani per cercare di limitare immediatamente il conflitto sociale tra gruppi e dovettero essere promosse molte e successive attività straordinarie.

#### 1.4 STEREOTIPI E PREGIUDIZI

Il processo di categorizzazione sociale e di suddivisione, con conseguente differenziazione tra ingroup ed outgroup, porta ad alcuni fenomeni ed atteggiamenti sociali che altro non fanno che aumentare il divario e la lontananza tra chi fa parte del proprio ingroup e chi ne sta fuori. Uno di questi fenomeni è quello che porta alla nascita degli stereotipi (Smith et al., 2016) (Cornelli, 2019). Essi non sono altro che il risultato di un processo che consiste nell'attribuire una caratteristica soggettiva e semplificata che viene appunto applicata ad un luogo, oggetto, avvenimento, individuo o gruppo formato da persone che sono tutte accumulate da una o più precise caratteristiche/qualità. È un concetto puramente astratto e che può avere valore neutrale, positivo o negativo. Quando ha valore neutrale non porta per l'appunto a nessun risultato e/o conseguenza né alcun cambiamento nei rapporti e/o comportamenti. Quando il valore è invece positivo vi è l'attribuzione di caratteristiche che elevano l'entità stereotipata perché le viene attribuita una qualità positiva o comunque che ne evidenzia un suo pregio. Per concludere, con le varie forme di valore attribuito agli stereotipi, vi è il valore negativo che consiste nell'attribuire caratteristiche che vanno a disprezzare e togliere valore all'oggetto che riceve lo stereotipo e quindi non vi è altro che ulteriore distacco, differenziazione e in alcuni casi anche conflitto sociale.

Altro fenomeno conseguente al processo di categorizzazione sociale consiste nella formazione dei pregiudizi, dal latino “prae” prima e “iudicium” giudizio (Smith et al., 2016) (Cornelli, 2019). Con tale parole si vuole infatti indicare qualsiasi preconconcetto,

giudizio precedente e prematuro ossia basato su argomenti, idee precedenti e/o su una indiretta o generica esperienza. In parole semplici, il pregiudizio non è altro che un'idea che ci si fa su un qualcuno o un qualcosa accettandola come vera, dandole credibilità anche se non vi è stata nessuna esperienza diretta o precedente che la possa confermare. Tali preconcetti si radicano nella mente di chi li elabora ed è difficile, spesso pressoché impossibile, cancellarli o far ricredere su di essi. Il pregiudizio può formarsi in due modi differenti:

- nascere dalla cultura e veicolare mediante il processo di socializzazione o mediante i vari media e/o strumenti di informazione,
- da vantaggi materiali, cioè dalla lotta che si crea per rincorrere ed ottenere risorse, ad esempio economiche, perciò si finisce con l'utilizzare i pregiudizi per allontanare dagli altri le risorse trasformando questi ultimi in un vero e proprio capro espiatorio. Solitamente il pregiudizio ha accezione negativa e molto spesso viene associato al processo di bias e/o discriminazione verso l'outgroup.

Nel campo della psicologia sociale infatti, con il termine pregiudizio, si fa riferimento ad un atteggiamento ben preciso e cioè una forma di atteggiamento sociale tra gruppi, che porta alla conseguente presenza di atteggiamenti di favoritismo per l'ingroup e di distacco o addirittura discriminazione verso l'outgroup.

## 1.5 AGGRESSIVITA' E TEORIA DELLA FRUSTRAZIONE

Dopo aver citato e trattato alcuni dei concetti e fenomeni sociali cardine della psicologia sociale, è possibile passare a trattare la tematica dell'aggressività, delle azioni violente che possono portare a fenomeni e processi come quello di mobbing e di bullismo. Tale passaggio da una disciplina all'altra è possibile perché per capire bene i fenomeni di mobbing e bullismo è necessario avere ben chiaro in cosa consista l'identità sociale, come essa si costituisca e come inoltre, attraverso il processo di categorizzazione sociale, porti alla creazione e distinzione dei vari gruppi ed alle strettamente connesse dinamiche di conflitto tra ingroup ed outgroup. Tali dinamiche conflittuali sono scaturite ed alimentate dalle differenze che vi sono tra le persone, dal loro sentirsi parte appartenente ad un proprio gruppo (ingroup) ed al conseguente distaccarsi completamente dagli altri

gruppi ad egli estranei (ingroup). Tali meccanismi, già insiti nel processo di categorizzazione sociale, vengono continuamente alimentati da altri meccanismi sociali che portano alla creazione di stereotipi e pregiudizi che non sono altro che le principali “armi” utilizzate dagli individui aggressivi (mobbers e bulli) per esercitare gli atteggiamenti violenti verso le loro vittime. Ed è proprio in tale modo che, i processi e fenomeni sociali di costruzione dei diversi gruppi sociali esistenti e le dinamiche multiple e conflittuali tra loro, fanno sì che episodi di mobbing e bullismo continuino ad esistere proprio perché, le dinamiche discriminatorie non fanno altro che suscitare ed alimentare negli individui il forte sentimento di aggressività che da origine ai casi di mobbing e bullismo (entrambi comportamenti violenti ed aggressivi). Il primo a parlare di aggressività fu Skinner (citato da Veggian, 2022) (citato da Costanzo, 2021) che all’inizio del 1930 ha parlato di tale argomento andando poi ad identificare due differenti tipi di aggressività:

- filogenetica, più legata all’istinto animale che nasce dopo minacce ed attacchi esterni come quelli fisici;
- ontogenetica invece, dettata da comportamenti non ereditati.

Per comprendere però ancora meglio i fenomeni sociali aggressivi di cui si parlerà in seguito va fatto un’ulteriore passo indietro citando una teoria che funge loro da terreno fertile. La teoria in questione è la Teoria della frustrazione, elaborata nel 1939 da John Dollard e Neal Miller (citati da Veggian, 2022) (citati da Costanzo, 2021), la quale afferma che alla base dell’aggressività vi è un meccanismo di frustrazione e viceversa la frustrazione porta sempre ad aggressività. Dollard stesso definì l’aggressività (che egli distinse in palese o non palese) come “qualsiasi sequenza di comportamento il cui obiettivo è ferire la persona alla quale è diretto”. Nello specifico la teoria afferma che nell’individuo, quando si trova ad essere ostacolato nella strada verso il raggiungimento dei suoi obiettivi, nasce questa risposta e sensazione emotiva che altro non è che senso di frustrazione data appunto, dallo scarto che si va a creare tra ciò che egli desidera e ciò che non può ottenere. L’aggressività perciò altro non è che causa diretta del senso emotivo ed interiore di frustrazione e perciò tra le due è presente un rapporto di causa-effetto. Tale aggressività, porta l’individuo “frustrato” ad attivare una serie di comportamenti ed atteggiamenti volti a danneggiare l’altro (la vittima) ed è proprio così infatti che hanno inizio tutti gli episodi di mobbing e bullismo (Costanzo, 2021).

## CAPITOLO 2

### ASPETTI TEORICI DEL MOBBING

#### 2.1 DEFINIZIONE DI MOBBING

Con il termine mobbing, che deriva dal verbo inglese “to mob”, si va ad indicare una serie di azioni ben specifiche: assalire, attaccare, aggredire, schernire, accalcarsi attorno a qualcuno. Nello specifico in psicologia e nell'uso comune si intende una qualsiasi forma di abuso ovvero un insieme di comportamenti aggressivi che possono essere fisici e/o verbali, perpetuati da una sola persona o da un intero gruppo, contro un'altra persona o un secondo gruppo. Tale termine viene utilizzato solitamente per indicare situazioni di abuso sul mondo del lavoro, ma più in generale esso fa riferimento ad un qualsiasi comportamento violento che un gruppo (sociale, familiare o animale) esercita ad un suo membro. Tali atteggiamenti violenti vengono attuati in un tempo prolungato e portano a ledere la dignità della persona in ogni suo aspetto (Ege, 2013) (Scazzafava, & Loizzo, 2020) (Cogliandro, 2022).

Da un punto di vista storico il termine mobbing fu utilizzato per la prima volta negli anni '70 dall'etologo<sup>1</sup> Konrad Lorenz (citato da Costanzo, 2021) (citato da Scazzafava et al., 2020) (citato da Cimino, & Marvelli, 2021), il quale studiò e descrisse il comportamento di alcune specie di uccelli, che quando si trovano in gruppo, circondano un loro simile assalendolo in modo simultaneo e multidirezionale con l'intento di allontanarlo dal branco.

Il primo teorico del mobbing fu invece lo psicologo tedesco Heinz Leymann (citato da Costanzo, 2021) (citato da Scazzafava et al., 2020), che a partire dal 1984 effettuò molteplici studi su tale tematica, evidenziando la sua idea di una possibile correlazione tra aggressività degli animali e l'aggressività manifestata nel mondo del lavoro ed inoltre definendo il mobbing come una condizione di persecuzione psicologica.

Attualmente in Italia il maggior esperto di mobbing è, il Dottore di Ricerca in Psicologia del Lavoro e dell'organizzazione, Herald Ege (non che anche fondatore dell'Associazione italiana contro mobbing e stress psicosociale nata nel 1996 a Bologna) (Ege, 2013) (Scazzafava et al., 2020). Quest'ultimo ha dato una nuova definizione e di mob-

<sup>1</sup> Studioso del comportamento degli animali e dell'uomo in relazione all'ambiente, naturale o artificiale, in cui vivono.

bing che egli stesso ha chiamato “guerra condotta sul lavoro”. Infatti il mobbing presenta molte delle caratteristiche tipiche di una guerra tra le quali:

- comportamenti ostili ed aggressivi di colui che lo effettua;
- strategie astute ed ingegnose di attacco;
- ricerca di allenamenti influenti;
- il mobbizzato a suo modo si comporta similmente ad una roccaforte assediata subendo perdite e tentando tattiche di difesa;
- gli spettatori del conflitto se non collaborano a tali atteggiamenti ne restano estranei proprio come chi in guerra rimane neutrale al conflitto (Ege, 2013).

## 2.2 ATTORI DEL MOBBING

Come abbiamo in parte già accennato nelle righe precedenti, in qualsiasi situazione e/o atteggiamento di mobbing vi è la presenza di alcuni particolari attori (Ege, 2013) (Costanzo, 2021) (Scazzafava et al., 2020) :

- il/ i mobber cioè colui o coloro che attuano gli abusi ed i comportamenti violenti;
- la/le vittima/e cioè chi riceve e subisce le azioni mobbizzanti;
- gli spettatori.

Il mobber è colui che attua gli abusi ed/od i comportamenti violenti e vessatori. Ege nello specifico,(citato da Cogliandro, 2022) individuò ben 14 tipi diversi di mobber:

- il casuale: egli diventa mobber appunto per caso, egli tende a prendere il sopravvento solo nel momento in cui si trova inserito in un conflitto,
- l’istigatore: è sempre alla ricerca di cattiverie ed atti violenti da riversare contro qualcuno;
- il colerico: egli non sapendo controllare la propria rabbia la sfoga e riversa contro gli altri;
- il conformista: viene definito mobber spettatore, egli infatti non interviene direttamente in prima persona, ma va comunque ad essere favorevole al conflitto senza intervenire in alcun modo;

- il frustrato: egli, fortemente insoddisfatto della propria vita, non fa altro che sfogare sé stesso e la sua frustrazione contro gli altri;
- il megalomane: tale mobber ha un ego ed una considerazione di sé spropositata, egli infatti sopravvalutandosi si sente autorizzato di colpire ed offendere gli altri che egli reputa sempre come inferiori;
- il sadico: egli prova puro piacere nel ferire e distruggere gli altri, per tale motivo viene ritenuto dagli studiosi il tipo di mobber più pericoloso;
- il leccapiedi: viene definito come colui che per la propria carriera è disposto a fare di tutto pur di piacere e venir riconosciuto dai propri superiori;
- il criticone: è sempre insoddisfatto degli altri e dei loro comportamenti, perciò vive costantemente in un clima di tensione;
- il tiranno: simile al sadico, impone i suoi metodi ed idee in modo dittatoriale;
- il pusillanime: egli ha troppa paura di esporsi davanti agli altri quindi non fa altro che supportare il mobber agendo in modo subdolo;
- l'invidioso: non fa altro che guardare sempre gli altri, le loro vite e le loro condizioni, non accettando il fatto che esse siano meglio delle sue;
- il carrierista: colui che ricorre a qualsiasi via e metodo, anche illegale, per fare carriera indipendente dalle sue capacità o dai suoi meriti;
- il terrorizzato: colui che per difendersi, di fronte al suo forte timore della concorrenza, attiva modalità ed atteggiamenti mobilizzanti.

La vittima è invece colei che subisce tutti gli abusi ed i comportamenti violenti e vessatori del/i mobber/s. Va inoltre specificato che ogni individuo può diventare una vittima in quanto non esiste una precisa categoria sociale, economica, professionale o un particolare genere di individui più propensi a ricevere azioni di mobbing. Rimane comunque che gli individui maggiormente vittime di atti violenti siano coloro che sono molto passivi o per il verso opposto troppo aggressivi.

Gli spettatori infine possono essere di vario tipo (Costanzo, 2021):

- side-mobber cioè coloro che sono alleati con il mobber e lo aiutano a distruggere la vittima pur non essendo gli avversari diretti;
- gli indifferenti che favoriscono il mobbing non attivamente ma non opponendosi e lo lasciano così continuare senza intervento alcuno;



- gli oppositori che accettano il conflitto esistente cercando di evitare lo sviluppo ulteriore del mobbing prendendo le difese della vittima o semplicemente cercando di bloccare il proseguire del processo.

### 2.3 FASI DEL MOBBING E CONDIZIONE 0

Qualsiasi evento di mobbing avviene attraverso 6 differenti fasi che sono (Ege, 2013) (Scazzafava et al., 2020) (Cogliandro, 2022):

- il conflitto morale;
- inizio del mobbing;
- primi sintomi psico-somatici;
- errori ed abusi dell'amministrazione del personale;
- serio aggravamento della salute psico-fisica della vittima;
- esclusione dal mondo del lavoro.

Fase 1: in tale fase viene individuata una vittima e verso di essa si riversa la conflittualità generale non più rimanendo in uno stadio stagnante, ma incanalando la violenza verso una direzione ben precisa avendo come obiettivo quello di distruggere tale persona, ormai percepita come proprio avversario. Il conflitto perciò non è più oggettivo e limitato al mondo del lavoro ma comincia a riversarsi sulla sfera personale privata del soggetto che riceve gli abusi.

Fase 2: a questo punto gli attacchi del mobber non provocano ancora sintomi o malattie psichiche e/o fisiche sulla vittima, ma comunque fan nascere in quest'ultima un senso di disagio e fastidio. Tali sensazioni portano la vittima a percepire un inasprimento dalle relazioni con i colleghi e essa comincia perciò ad interrogarsi su tali cambiamenti.

Fase 3: la vittima comincia a percepire i primi problemi di salute come insicurezza, stress, ansia, comparsa di insonnia e problemi alimentari. Tale situazione inoltre spesso finisce con il protrarsi nel tempo. La vittima perciò si trova il più delle volte costretta a rimanere a casa dal lavoro in malattia per allontanarsi momentaneamente dalla situazione che le prova malessere, danno e/o fastidio.

Fase 4: il fenomeno del mobbing diviene pubblico e spesso viene aggravato dagli errori di valutazione da parte dell'ufficio del Personale, al quale si rivolge chi viene mobbilizza-

to, che purtroppo o non dà peso alla situazione di disagio e/o sofferenza o non sa come intervenire in modo proficuo ed efficace. Tutto ciò è dovuto dalla mancanza di conoscenza del fenomeno stesso del mobbing che porta tale ufficio a commettere errori che gravano ulteriormente sulla vittima. La fase precedente che porta la vittima in malattia, prepara alla fase 4 perché sono tali assenze dal lavoro ad essere un chiaro campanello d'allarme per l'Amministrazione del Personale. Al ritorno in ufficio, la vittima verrà presa di mira e presa in giro ulteriormente perché accusata di aver trovato un modo per rimediare delle vacanze quando i colleghi erano oberati di lavoro.

Fase 5: in tale fase la vittima cade in una situazione di vera disperazione e comincia a soffrire perciò di forme più o meno gravi di disturbi e/o malattie, che la portano a ricorrere a psicofarmaci e terapie che però non sono altro che un palliativo momentaneo che, una volta ritornati sul posto di lavoro, si annullano davanti al perdurare della stessa situazione di disagio che a volte addirittura può aggravarsi ed intensificarsi. La vittima il più delle volte finisce con il credere di essere essa stessa la causa di tutta la situazione, oppure si sente di vivere in una condizione di ingiustizia dove nessuno può aiutarla in alcun modo e quindi sprofonda ancora di più nello stato depressivo nel quale si trova immersa.

Fase 6: tale fase consiste nella conclusione del fenomeno di mobbing che, nello specifico, porta all'uscita della vittima dal posto di lavoro per dimissioni volontarie o causa licenziamento oppure ancora a seguito della richiesta di prepensionamento. In tale fase molte volte possono accadere inoltre epiloghi terribili con atti estremi quali: sviluppo di manie di ossessione, suicidio, omicidio o vendette dirette sul mobber. Ognuna delle fasi è una conseguenza diretta della fase precedente e va a preparare l'insorgere e le conseguenze della fase successiva.

Importante inoltre è citare ed approfondire un'ulteriore fase, aggiunta da Ege (citato da Cogliandro, 2022) rispetto alle idee di Leyman del 1990, che è denominata "condizione zero", che consiste in una pre-fase che anticipa tutte le altre 6 appena citate (Ege, 2013). Tale condizione consiste nella situazione iniziale normalmente presente in Italia e cioè quella del conflitto fisiologico normale ed accettato che è presente in ogni azienda. Le aziende infatti sono conflittuali di loro ma tale caratteristica non dovrebbe andare a favorire o sollecitare il mobbing anche se, in molti casi, finisce con l'esserne un buon terreno fertile. Tale conflittualità fisiologica è presente in ogni azienda nella quale infatti

vi è un conflitto generalizzato che vede tutti contro tutti. Questa situazione però, va precisato, non ha nulla a che fare con atteggiamenti ed abusi violenti e/o aggressivi perché durante questa condizione la cosa basilare è che nessuna delle parti coinvolte voglia distruggere gli altri individui coinvolti, ma si ha come unico obiettivo quello di primeggiare su questi ultimi nell'ambito/campo lavorativo.

## 2.5 TIPOLOGIE DI MOBBING

Esistono molteplici e differenti tipologie di mobbing che si possono presentare ed esse sono nello specifico le seguenti (Scazzafava et al., 2020) (Cimino et al., 2021):

- mobbing verticale: l'azione vessatoria, di abuso o violenta viene perpetuata dal datore di lavoro o da un superiore che occupa una posizione superiore nella scala gerarchica all'interno dell'azienda. Tale tipologia comprende e consiste in azioni di abuso di potere che vengono mascherate con lecite misure disciplinari. Le motivazioni del mobber possono essere di varia natura ad esempio: gelosia, invidia, paura di perdere il potere ed essere sostituito, divergenze politiche, pura e semplice antipatia personale verso la vittima scelta;
- mobbing orizzontale: gli atteggiamenti vessatori provengono da persone che stanno a pari livello con la vittima (esempio colleghi di reparto che svolgono le stesse mansioni ed hanno lo stesso contratto di lavoro). Le persecuzioni e le violenze nascono da un clima/ambiente competitivo che porta alla nascita di invidie, gelosie, forme di razzismo tra colleghi, che hanno come scopo ad esempio quello di primeggiare e farsi notare dal proprio capo facendo sfigurare i/il colleghi/a oppure, per annientare la concorrenza quando ci si trova di fronte ad un aumento o ad una promozione;
- mobbing dal basso o down-up o ascendente: (seppur meno diffuso) l'autorità di un capo viene minata dai lavoratori che si trovano a ricoprire ruoli che si trovano ad un livello più basso della scala gerarchica dell'azienda. In tali casi generalmente un gruppo di persone si coalizza contro un capo che non viene accettato, che si reputa incapace, che si pensa occupi una posizione non meritata oppure perché considerato troppo diverso;

- bossing o mobbing strategico: si tratta di una strategia aziendale che viene decisa, programmata ed attuata dai vertici ed ha come scopo preciso quello di indurre al licenziamento. Tale atteggiamento può essere rivolto ad una sola persona oppure a più persone ad esempio di un reparto che si vuole alleggerire data la necessità di ridurre il personale (esempio i capi reparto dell'area commerciale contro uno o più dipendenti del reparto amministrazione);
- mobbing diretto: avviene quando le azioni vessatorie del mobber sono rivolte in modo intenzionale e organizzato direttamente contro la vittima;
- mobbing indiretto: quando gli attacchi/abusi sono rivolti non direttamente alla vittima ma a persone ad essa legate come ad esempio amici o familiari;
- mobbing trasversale: tipico delle situazioni nelle quali persone fuori dall'ambito lavorativo, in accordo con il mobber, creano ulteriori soprusi ed emarginazione verso la/le vittima/e;
- mobbing organizzativo: è una forma di mobbing di tipo verticale nel quale l'azienda cerca di adattarsi al mercato attraverso ad azioni mobilizzanti come ad esempio rifiuto di permessi o ferie richiesti dai lavoratori o aumento delle ore lavorative.

Oltre a tali 8 principali tipologie di mobbing se ne possono individuare delle altre (Scanzafava et al., 2020):

- mobbing involontario: nasce da uno stato momentaneo di stress del quale soffre il lavoratore;
- mobbing combinato: dato dall'insieme di azioni mobilizzanti sia verticali sia orizzontali;
- serial mobbing: forma molto diffusa, nella quale il mobber attua abusi ed azioni mobilizzanti contro un lavoratore dopo l'altro;
- mobbing da cliente: nasce dalle pressioni che vengono attuate da un cliente di un servizio.

Dopo aver citato le possibili tipologie di mobbing si può inoltre affermare che tali atteggiamenti e processi violenti e vessatori possono riguardare differenti tipi di soggetti, sia di mobber sia di vittima. I casi di mobbing infatti possono riguardare persecuzione da parte di un singolo verso un altro singolo, di un singolo verso un gruppo, di un gruppo verso un singolo oppure infine di un gruppo verso un'altro gruppo. Inoltre va specifica-

to che casi ed atteggiamenti di mobbing non sono da circoscrivere solo all'ambito lavorativo, aziendale ma tali soprusi e vessazioni possono verificarsi anche in ambito scolastico, in compagnie di amici oppure anche in ambito familiare con conseguenze altrettanto negative e dolorose.

## 2.5 MOBBING E BULLISMO A CONFRONTO

Il fenomeno sociale del mobbing di cui abbiamo parlato fino ad ora è strettamente legato ad un altro fenomeno sociale che è quello del bullismo. Mobbing e bullismo infatti possono essere definiti come due modalità, due forme sociali di abuso e violenza perpetuate verso altre persone scelte come vittime, nello specifico facendo leva sulle loro fragilità. Se il mobbing avviene in ambito lavorativo aziendale, il bullismo invece viene messo in atto in ambito solitamente scolastico o in ogni ambiti che prevede la relazione tra individui in età evolutiva. Entrambi questi ambiti, seppur in fasi di età differenti, sono tra i principali ambienti di formazione e costruzione della persona, prima la scuola in fase infantile adolescenziale, il lavoro poi in fase adulta. Scuola e lavoro infatti ricoprono un ruolo fondamentale nella vita degli individui che in tali settori si formano, sia come persona sia costituiscono la loro identità sociale mediante il processo di socializzazione. Essi infatti si ritrovano a vivere in reti fitte di relazione che, nel caso di situazioni come mobbing e bullismo, non fanno altro che ledere l'individuo sia fisicamente sia psicologicamente/mentalmente (Pizzichini, Giuliodoro &, Recanatini, 2007). Lo stesso Olweus (lo psicologo svedese-norvegese pioniere nella ricerca sul mobbing), nei suoi studi a partire dagli anni '80, quando si mise a studiare ed analizzare i casi di bullismo fu molto indeciso sul nome da dare a tali fenomeni di violenza in età evolutiva, al punto tale che inizialmente furono denominati come casi di "mobbing giovanile" proprio per il loro carattere aggressivo e lesivo nei confronti della vittima, tipico degli episodi di mobbing lavorativa studiati fino a quel momento (Nery, Neto, Rosado, & Smith, 2020). Le azioni di mobbing tra gli adulti e di bullismo tra i ragazzi/bambini, implicano allo stesso modo una forte mancanza di empatia, tolleranza ed allontanamento per chi ritenuto diverso. Per molto tempo i due termini (mobbing e bullismo) sono stati interscambiati tra loro, infatti molti psicologi statunitensi e australiani utilizzavano il termine "bullismo sul lavoro" anziché mobbing (Bulut, 2019). Molti altri ricercatori nella storia

infatti, data la simile natura di mobbing e bullismo, per realizzare i propri primi studi sulla tematica del mobbing decisero di applicare gli studi e le scoperte relative al fenomeno del bullismo (a scuola) direttamente al contesto lavorativo (Nasir, Ashraf, Tariq, & Din, 2022). Mobbing e bullismo inoltre hanno una serie di caratteristiche in comune tra le quali (Pizzichini et al., 2007) (Costanzo, 2021):

- finalità: entrambi hanno come fine quello di emarginare, allontanare la vittima dall'ambiente o dalle relazioni con altre persone. Mediante atti di violenza e discriminazione l'aggressore infatti non vuole altro che isolare completamente la vittima ricorrendo a qualsiasi forma di cattiveria e/o abuso;
- attori coinvolti che sono nello specifico di tre tipi e cioè: la vittima o di mobbing o di bullismo, l'aggressore che vuole annientare la vittima, che nel mobbing è il mobber e nel bullismo è il bullo ed infine terze persone coinvolte che in entrambi i fenomeni possono essere o da supporto diretto all'aggressore, comportandosi come lui e quindi aumentando la portata degli attacchi, oppure essere dei semplici spettatori che non intervengono in modo diretto contro la vittima, ma con atteggiamento omertoso non fanno nulla per bloccare le violenze e quindi le alimentano indirettamente;
- caratteristiche comuni tra bullo e mobber come: impulsività, nessuna empatia o familiarità con le emozioni, scarse o nulle capacità di comunicazione, mentalità vendicativa ed aggressiva, assenza di abilità nell'intrecciare le relazioni;
- caratteristiche comuni tra vittima di bullismo e vittima di mobbing: in entrambi i casi le vittime sono scelte proprio per le loro fragilità, la poca autostima, bassa stima in sé stesse, forte vulnerabilità e la presenza di caratteristiche definite dall'aggressore come limitanti o deboli (sulle quali l'aggressore fa leva mediante discriminazioni, derisioni e stereotipi);
- modalità: sia il bullismo che il mobbing sono attacchi ben diretti verso la vittima che vengono perpetuati nel tempo e hanno l'obiettivo di perdurare per essere efficaci. Inoltre ogni forma di violenza e abuso viene utilizzata per ledere la vittima o fisicamente o psicologicamente distruggendola piano piano nel tempo;
- persistenza: sia il mobber che il bullo attaccano la vittima in modo continuo o comunque durevole nel tempo;

- intenzionalità: mobber e bullo hanno lo stesso desiderio di recare danno alla propria vittima;
- asimmetria: squilibrio di forza e potere esistente tra mobber e vittima che è uguale a quello tra bullo e vittima;
- conseguenze: la vittima subisce in modo graduale una serie di conseguenze negative sia per quanto riguarda la sua salute fisica sia per quella psicologica/mentale.

Tali effetti, oltre a far isolare la vittima dalle altre persone ed allontanarla dal contesto in cui si trova, portano ad annientare l'autostima e la personalità di chi li riceve (Costanzo, 2021). Se il mobbing rappresenta l'insieme di attacchi, abusi, violenze e discriminazioni in qualsiasi ambito o ente lavorativo, il bullismo rappresenta lo stesso insieme di atti violenti ed emarginanti che nelle maggioranza di casi si presenta tra soggetti di età infantile o adolescenziale (età evolutiva) (Costanzo, 2021).

L'autrice Costanzo (Costanzo, 2021) inoltre definisce la scuola come una palestra di vita o una comunità pratica, nella quale i diversi membri si recano ogni mattina per compiere il loro dovere e raggiungere i propri obiettivi, proprio come avviene in un qualsiasi ambiente o contesto di lavoro.

Un ulteriore collegamento tra mobbing e bullismo è ben esplicito dallo scrittore Ferraris Oliverio (Ferraris Oliverio, 2007), il quale parte dal presupposto che gli individui siano inseriti continuamente in una vita sociale, ciò fa sì che si trovino a dover imparare ed apprendere modi per sopravvivere arrivando perciò, se necessario, a meccanismi di omeostasi che portano a tre differenti tipi di risposta di fronte alla sofferenza e/o sorpresi:

- richiudendosi in sé;
- auto-danneggiamento;
- facendo a loro volta soffrire gli altri.

L'ultima via citata (che è quella che ci interessa ora) porta la vittima ad identificarsi con il suo stesso aggressore entrando così in una dinamica perversa, la quale porta colui che subisce a diventare colui che restituisce (io che subisco ---» io che restituisco). Tale dinamica perciò ha permesso di affermare che possono avvenire casi in cui vittime di bullismo nelle scuole, un domani, diventati adulti e lavoratori, possano scegliere e mettere in pratica la vita del mobbing diventando perciò a loro volta mobber spietati ed aggres-

sivi (vittima di bullismo ---» mobber sul lavoro). La stessa psicanalista austriaca Anna Freud (citata dalla Costanzo, 2007), analizza le dinamiche che portano all'identificazione con l'aggressore le quali portano perciò a far assumere alla vittima le stesse sembianze del soggetto/oggetto temuto proprio per eliminarne la pericolosità. Tale meccanismo perciò spiegherebbe quanto affermato dallo scrittore Ferraris Oliverio, in quanto lo stesso mobber potrebbe derivare da un ragazzo che nel suo passato scolastico si era ritrovato ad investire il ruolo di vittima di bullismo e che perciò, per la "legge del contrappasso", si ritrova in età adulta ad essere egli stesso a mettere in atto mobbing nel proprio posto di lavoro.

La stessa Costanzo (Costanzo, 2021), afferma che sarebbe molto utile condurre ad una ricerca scientifica non sperimentale ma osservazionale<sup>2</sup>, che prenda in esame la correlazione tra tendenza dei lavoratori a diventare mobber sul lavoro e la loro situazione scolastica passata che vedeva questi soggetti come vittime di bullismo. Si potrebbe partire perciò da un campione composto da lavoratori di 3 aziende differenti e, mediante questionari sia quantitativi che qualitativi, indagare sulla correlazione esistente tra mobber lavorativo e bullismo in età evolutiva. Nello specifico i questionari dovrebbero contenere sia item relativo ad informazioni attuali dei lavoratori sia relative alla loro carriera scolastica passata, per poter poi incrociarle e dimostrare o meno l'ipotesi iniziale. Informazioni legate al lavoro potrebbero essere:

- settore di impiego;
- età;
- anni di lavoro maturati;
- anni di lavoro già svolti nell'azienda attuale;
- vicinanza al pensionamento;
- cambi di settore all'interno dell'azienda;
- informazioni sulla passata carriera scolastica potrebbero essere invece:
- voto di condotta;
- età in cui si verificarono episodi di bullismo.

Tale studio perciò potrebbe dimostrare, come afferma la scrittrice Costanzo, la seguente ipotesi: tanto più nella scuola ci saranno potenziali vittime, tanto più casi di mobbing potrebbero svilupparsi.

<sup>2</sup> È uno studio in cui non vi è nessun intervento sperimentale, nel quale cioè i soggetti/oggetti non vengono assegnati a nessun gruppo, ma si osserva esclusivamente ciò che avviene nella realtà.



## CAPITOLO 3

### ASPETTI TEORICI DEL BULLISMO

#### 3.1 DEFINIZIONE DI BULLISMO

Con il termine bullismo (dall'inglese "bullying") si va ad indicare una qualsiasi forma di comportamento sociale o azione violenta, intimidatoria, provocatoria, intenzionale e ripetuta nel tempo esercitata da un soggetto, identificato come bullo, su di un altro definito come vittima e selezionata proprio perché percepita come debole (Costanzo, 2021) (Fratini, 2022) (Bertocchi, 2019) (Di Marzo, 2019) (Fedeli, & Murano, 2019).

Da un punto di vista storico, i primi studi sul bullismo vennero condotti a partire dalla seconda metà del XX secolo, con grande sviluppo principalmente negli anni '70, nei paesi scandinavi per poi diffondersi anche nei paesi anglosassoni, in particolare nel Regno Unito e in Australia.

Gli studi degli anni '70 ebbero origine da una serie di suicidi di bambini di diversa età, avvenuti in Norvegia, verificatosi in seguito ad abusi ripetuti da parte dei compagni di classe. Tali eventi ebbero un eco talmente grande, nella televisione e nei giornali, che lo stato dovette stanziare dei fondi per effettuare una ricerca mirata nelle scuole. Tale ricerca venne condotta dal professore di psicologia Dan Olweus (citato da Costanzo, 2021), che ancora oggi è riconosciuta come maggior esperto in questa tematica.

Olweus stesso (pioniere degli studi sul bullismo), disse (1996): "Uno studente è oggetto di bullismo, ovvero è prevaricato o vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, alle azioni offensive messe in atto da parte di uno o più compagni. Un'azione viene definita offensiva quando una persona infligge intenzionalmente o arreca un danno o un disagio a un'altra" (p.11).

Nel condurre la sua ricerca Olweus somministrò, a circa 150.000 studenti norvegesi e svedesi, un questionario grazie al quale si scoprì che circa il 18% degli studenti della scuola primaria erano coinvolti in situazioni di bullismo (9% vittime e 7% bulli). Egli riscontrò anche che i casi di bullismo andavano via via diminuendo a partire dall'età di 8 anni fino ai 16. Come ultimo, ma non meno importante, con questa ricerca si scoprì che

per essere definito bullismo ogni atteggiamento/comportamento deve avere alcune caratteristiche ben precise che sono:

- mancanza di sostegno: la vittima si sente sola ed isolata non ricevendo aiuto alcuno da parte di chi sta attorno;
- asimmetria: squilibrio nel rapporto di forza tra le persone coinvolte;
- intenzionalità: intenzione di porre un danno alla vittima scelta appositamente perché debole fisicamente o psicologicamente.
- intensità e persistenza: permanere nel tempo di tale squilibrio presente.
- mancanza di sostegno: la vittima si sente isolata e ha paura di riferire la situazione a terze persone perché teme ulteriori vendette e rappresaglie.

A seguito della grande risonanza ed interesse che ebbero gli studi sul bullismo degli anni '70, a partire dagli anni '80 vennero condotte numerose analisi e ricerche in diverse nazioni tra cui Giappone, Gran Bretagna, Paesi Bassi, Australia, Canada, Stati Uniti e Italia.

Può succedere a volte che il bullo non sia uno solo ma un gruppo, più o meno ampio, di persone che possono a loro volta abusare di una sola vittima o di più vittime, perciò tale fenomeno di soprusi può essere di 1 vs 1, molti vs 1, 1 vs molti o infine molti vs molti. Le azioni messe in atto dal/dai bullo/i possono essere di molteplice e differente natura come ad esempio: molestie verbali, intimidazioni, aggressioni fisiche, persecuzioni o un qualsivoglia atteggiamento di abuso che lede la/le vittima/e. Generalmente, o almeno nella maggioranza dei casi, il bullismo avviene all'interno dell'ambiente scolastico o in alternativa in tutti i contesti e le situazioni in cui sono presenti e coinvolti bambini e ragazzi. A livello numerico, la maggior parte dei bulli hanno età adolescenziale, con un picco nella fascia di età tra i 16 ed i 17 anni e nell'85% dei casi gli episodi di bullismo avvengono all'interno dei gruppi dei pari. A volte gli atteggiamenti violenti dei bulli sono da interpretare come risposte dirette e difensive ad attacchi, minacce o aggressioni subite precedentemente, mentre in altre occasioni, tali comportamenti sociali nascono da motivi meno immediati ed evidenti ed hanno spesso la loro origine dalla psiche ed interiorità del soggetto che li perpetua. Per quanto riguarda le azioni aggressive è possibile fare una distinzione sia sul punto di vista della loro natura e cioè violenze fisiche o psicologiche, ma vi è anche una distinzione per quanto riguarda il loro manifestarsi e cioè possono essere aggressioni visibili o aggressioni invisibili.

### 3.2 ATTORI DEL BULLISMO

In ogni fenomeno e caso di bullismo vi è la presenza di alcuni particolari attori che sono (Costanzo, 2021) (Bertocchi, 2019) (Di Marzo, 2019):

- il/I bullo/I cioè colui/coloro che perpetuano la provocazione/aggressione;
- la/le vittima/e che subisce gli abusi;
- gli spettatori che non prendono parte attivamente alle violenze ma vi assistono, filmano e/o le divulgano. Per quanto riguarda la figura del bullo è possibile poi fare un'ulteriore suddivisione perché ne esistono di diverso tipo: bullo dominante o bullo gregario.

Anche la vittima può essere di due diversi tipi e cioè: vittima passiva/sottomessa o vittima provocatrice. Il bullo dominante, il "classico" bullo è un soggetto molto forte, bisognoso di potere, conferma ed autoaffermazione, egli inoltre prova soddisfazione nel sottomettere, controllare e umiliare la sua vittima. Come tratti caratteriali tale bullo si dimostra inoltre molto impulsivo, irascibile, non sa controllare le proprie pulsioni ed istinti, ha bassa tolleranza alle frustrazioni, contrasta le regole ed è spesso aggressivo non solo con i suoi coetanei, ma anche con gli adulti dimostrandosi irrispettoso ed insolente. L'uso della violenza viene adottato per ottenere i propri obiettivi ed ottenerne vantaggi. A livello emotivo presenta bassissima empatia, non soffre spesso di ansia o insicurezza. Per concludere, il suo rendimento scolastico è variabile e spesso tende a peggiorare progressivamente. Il bullo gregario invece, che viene anche definito come bullo passivo, consiste in realtà in un gruppo di due o tre persone che seguono ed imitano il bullo dominante. Essi non prendono iniziativa direttamente, ma vanno a rinforzare il comportamento ed azioni del bullo dominante e così vanno ad aumentarne le conseguenze e ripercussioni sulla vittima. Tale tipo di bullo opera in piccoli gruppi ed egli spesso, a differenza del primo tipo di bullo, è ansioso, gode di poca popolarità ed è insicuro. A livello scolastico spesso si trova ad avere un rendimento scarso. Passando ora alla figura della vittima, quella passiva/sottomessa è un soggetto debole rispetto al bullo, ansioso, insicuro, sensibile, prudente, tranquillo, fragile, timoroso, con bassa autostima che diminuisce man mano che viene attaccato. A scuola spesso è isolato dagli altri e per questo se attaccato fa molta fatica a difendersi ed ad avere un confronto. Egli inoltre spesso si colpevolizza sé stesso della situazione o addirittura la nega e non ne parla con nessuno perché se ne vergogna o perché teme che possa subire ulteriori aggressioni o punizioni. Il

rendimento scolastico è vario anche se via via con le scuole medie tende a peggiorare. Per concludere, la vittima provocatrice rappresenta un individuo che con il suo atteggiamento provoca ed attiva contro di sé gli attacchi degli altri e, a differenza della vittima passiva che li subisce, essa tende a contrastarli addirittura passando al contrattacco spesso anche con la forza (alcune volte infatti si attivano dinamiche che la fanno divenire bullo-vittima). Nella maggioranza delle volte è di sesso maschile ed a livello caratteriale spesso è goffo, immaturo, provoca tensione ed irritazione dei compagni con i suoi atteggiamenti e modi di porsi, è ansioso, insicuro ed ha bassa autostima. Per quanto riguarda poi gli spettatori essi sono individui che con il loro comportamento non fanno altro che favorire, divulgare ed ampliare i comportamenti violenti non denunciandoli, comportandosi così come una sorta di "maggioranza" silenziosa.

### 3.3 TIPOLOGIE DI BULLISMO E CYBERBULLISMO

Episodi di bullismo si possono presentare in diverse forme e perciò ne esistono di diversi tipi (Costanzo, 2021) (Bertocchi, 2019) (Di Marzo, 2019):

- bullismo diretto: rappresenta l'insieme di comportamenti ed abusi aggressivi e prepotenti attuati direttamente dal/i bullo/i o in forma fisica o verbale;
- bullismo indiretto: la vittima viene discriminata ed abusata non in modo diretto dal bullo, ma per altre vie nascoste ad esempio attraverso: messa in giro di voci riguardanti la vittima, resa pubblica di informazioni private, creazione e diffusione di pettegolezzi;
- bullismo fisico: è la forma più diffusa e si manifesta appunto in azioni fisiche che ledono la vittima e perciò, essendo visibili, possono essere facilmente identificate e trattate;
- bullismo verbale: i bulli in tali casi usano la parola, le offese, affermazioni denigratorie, minacce, indicazioni o nomignoli dispregiativi o per ridicolizzare. Scelgono le vittime in base al loro aspetto o caratteristiche soprattutto se si mostrano indifesi come ad esempio nel caso di disabili. Tale forma è molto più difficile da identificare perché meno visibile ma molto pericolosa perché mina la vittima da un punto di vista psicologico;

- **aggressione relazionale:** è un tipo di bullismo subdolo ed insidioso che ha come scopo quello di escludere alcuni individui da un gruppo diffondendo false voci, manipolando i fatti e le situazioni, utilizzando confidenze per prendersi gioco e raggirare psicologicamente gli altri. La fase di età nella quale si sviluppa maggiormente è quella tra la quinta elementare e la terza media. Tale tipo di bullismo relazionale può essere a sua volta sociale o manipolatorio. Il primo tipo è mirato a portare l'isolamento sociale della vittima. Il bullismo manipolatorio invece consiste nell'intervento diretto del bullo che va a manipolare i rapporti di amicizia della vittima fino a portarne la rottura;
- **bullismo sessuale:** esso è perpetuato mediante azioni ripetute, dannose ed umilianti che colpiscono la vittima per quanto riguarda il suo aspetto fisico esteriore e sulla sfera della sessualità. Solitamente si manifesta con commenti e gesti volgari, contatti non voluti, avance sessuali e materiale pornografico. Tale forma di bullismo se portata al suo estremo può portare persino ad abusi sessuali;
- **bullismo basato su pregiudizi:** si prende di mira e si agisce violentemente contro chiunque abbia determinate caratteristiche e può sfociare in forme di discriminazione come razzismo ed omofobia. Tale tipo di bullismo comprende tutti gli altri tipi di bullismo essendone il fondamento;
- **bullismo omofobo** consiste in abusi e/o violenze verbali e/o fisici contro una vittima scelta dal bullo sulla base delle sue scelte sessuali/amorose (come: lesbica, gay, bisessuale, transgender o transessuale). Tale bullismo molte volte viene perpetuato dal bullo non tanto sulla base di una distinzione esplicita di preferenze sessuali, ma sulla base della credenza dell'aggressore di quella che per lui è l'identità sessuale della vittima (ad esempio verso ragazze con atteggiamenti o abbigliamento femminili, oppure verso ragazzi con atteggiamenti o abbigliamento maschile);
- **bullismo etnico** è una forma di bullismo ai danni di membri di gruppi etnici specifici o persone con un particolare e ben definito background migratorio;
- **cyberbullismo** (Gini, 2019) (Bertocchi, 2019) (Fedeli et al., 2019): è una forma di bullismo con il quale i comportamenti e le azioni violente e provocatorie avvengono sul web mediante offese e discriminazioni effettuate e divulgate tramite internet ed i social, oppure a seguito di divulgazione di immagini e filmati che

riprendono la vittima, senza il suo permesso, oppure ancora mentre viene aggredito e preso in giro (ad esempio mediante video dove la vittima viene offesa e/o picchiata, foto intime della vittima). I/il bulli/o non sono solo persone vicine o con le quali la vittima ha rapporti o contatto, anzi nella maggioranza dei casi sono individui provenienti da tutto il mondo che, mediante il web, abusano e violentano la vittima rimanendo per di più anonimi. Le azioni di bullismo inoltre possono essere perpetuate continuamente, 24 ore su 24, ed il materiale violento viene divulgato su grandissima scala. Tale forma di bullismo è quella che più si sta diffondendo negli ultimi anni, dato il continuo utilizzo di dispositivi elettronici in età sempre più giovane e precoce. Tali strumenti di comunicazione permettono a chiunque di pubblicare e dire qualsiasi cosa su grande scala (anche a livello mondiale) e in modo permanente.

## CAPITOLO 4

### BULLISMO: AMBITI DI PREVENZIONE ED INTERVENTO

#### 4.1 LINEE GUIDA GENERALI

Quando si parla di bullismo, dopo averne definito i tratti caratteristici e le modalità, è fondamentale trattare ed analizzare le molteplici dinamiche ed i differenti ambiti di intervento che vengono messe in atto. Ciò è fondamentale in quanto non è importante solo capire e riconoscere se e come si verifichi un episodio di bullismo, ma è essenziale sapere anche come intervenire in modo efficace, adeguato e con tempismo sui casi stessi per cercare di risanare ed arginare le gravi conseguenze, ma ancor di più per imparare a prevenire e quindi a evitare che tali fenomeni avvengano, agendo perciò direttamente alla radice, creando così un clima positivo, coeso e di accoglienza nel contesto scolastico ed in modo indiretto anche nella vita fuori dalla scuola (Costanzo, 2021).

Con il termine intervento inoltre si va a delineare due differenti tipi di azioni anti-bullismo:

- azioni di prevenzione;
- azioni post caso di bullismo.

Nel primo caso si intende ogni forma di azione, protocollo e/o comportamento sociale messo in atto per prevenire qualsiasi forma di bullismo, mentre nel secondo caso gli interventi e le azioni messe in atto vengono attuate a seguito del verificarsi di casi di bullismo, con lo scopo di risanare ed intervenire socialmente, per supportare ed aiutare le vittime di bullismo a metabolizzare e superare i soprusi subiti.

Ogni forma ed azione di intervento viene pensata e perpetuata sia verso le vittime sia verso i bulli che perpetuano gli attacchi ed i soprusi. In ogni azione di intervento (sia precedente sia post casi di bullismo) si vedono partecipi sia i ragazzi coinvolti, sia la scuola, le famiglie e gli specialisti adeguati.

Nell'aggiornamento 2021 delle Linee Guida per la prevenzione e il contrasto del bullismo e cyberbullismo (MIUR, 2021) (Decreto ministeriale 18 del 13 gennaio 2021 emanato con nota 482 del 18 febbraio 2021), il Ministero dell'Istruzione analizza sia le differenti forme e modalità di intervento e prevenzione verso i casi di bullismo (e cyberbullismo), sia si delineano le tipologie di intervento da promuovere e mettere in pratica.

Nello specifico esistono 3 differenti tipi di prevenzione tutte ugualmente importanti e che si completano tra loro, esse sono:

- prevenzione primaria o universale che fa riferimento alle azioni messe in atto verso tutti gli studenti di una scuola, per promuovere e garantire il clima positivo di rispetto reciproco e il senso di comunità all'interno dell'intera scuola;
- prevenzione secondaria o selettiva che consiste nell'insieme delle azioni più strutturate e focalizzate su un gruppo di studenti più a rischio, per condizioni di disagio o perché già legato a precedenti casi di bullismo;
- prevenzione terziaria o indicata che fa riferimento a tutte le azioni specifiche rivolte e pensate direttamente mirate ai singoli individui e/o intera classe coinvolta in episodi acuti e consolidati di bullismo.

Le forme e tipologie di intervento sono davvero numerosissime e come già detto in precedenza interessano differenti soggetti: vittima/e, bullo/i, famiglie, insegnanti, specialisti: psicologi, psicoterapeuti, esperti di attività organizzate e/o di formazione.

Esistono perciò differenti tipi di intervento anti-bullismo che sono delineati sia in base a quali sono i soggetti destinatari, sia in base a chi li progetta o li applicherà.

Il Ministero dell'Istruzione inoltre delinea due tipologie di azioni sociali:

- azioni consigliate;
- azioni prioritarie.

Azioni consigliate come ad esempio:

- rilevazione del fenomeno di bullismo attraverso questionari e/o osservazioni mediante documentazione sulla piattaforma ELISA;
- attivazione di un sistema di segnalazione nella scuola come la piattaforma EISA, la quale permette il monitoraggio online del bullismo e del cyberbullismo (rivolta a tutte le scuole e studenti);
- promozione ed attivazione di uno sportello psicologico e di un centro di ascolto gestito da un personale specializzato;
- promuovere corsi di formazione mirati;
- costruire gruppi di lavoro che coinvolgano il/i referente/i interni alla scuola che si occupano di prevenzione del bullismo.

Azioni proprietarie come:



- valutazione degli studenti a rischio, osservazione del disagio, rilevazione dei comportamenti dannosi;
- formazione del personale scolastico, con partecipazione alle varie formazioni previste sulla piattaforma ELISA;
- attività di formazione/informazione rivolte a docenti, studenti, famiglie e personale ATA, su tutto ciò che riguarda il tema del bullismo (definizione, dinamiche, effetti, regolamenti e procedere da adottare).

Lo stesso Olweus (2007) in uno dei suoi libri, tratta proprio di ciò e delinea i differenti tipi di intervento e prevenzione che si possono ed è necessario attuare, essi nello specifico sono:

- intervento a livello di scuola;
- intervento a livello di classe
- intervento a livello individuale.

#### 4.2 ESEMPI DI PROGRAMMI E PROTOCOLLI DI INTERVENTO

Molteplici altri progetti, programmi ed iniziative sono state progettate e/o realizzate in materia di prevenzione e contrasto contro il bullismo, tra di esse ci sono (Coluccia, Ferretti, Spacone, Gualtieri, Lorenzi, Carabellese, Buracchi, Masti, & Pozza, 2021):

- programma di prevenzione e contrasto denominato "KiVa";
- "Tabby Improved Prevention and Intervention Program";
- programma "Noncadiamointrappola";
- programma "Stop al cyber-bullismo";
- campagna del "Telefono Azzurro";
- la tecnica del role playing.

Il programma "KiVa" coinvolge l'intera comunità scolastica sia nella prevenzione sia nel contrasto dei casi di bullismo e cyberbullismo, mediante differenti e molteplici azioni specifiche. Tale programma fu attuato per la prima volta dall'Università di Turku ed attualmente viene applicato in: Olanda, Giappone, Galles, Francia, Delaware USA), Lussemburgo, Giappone, Estonia ed in Italia, grazie alla collaborazione del MIUR, in Toscana. Inizialmente KiVa prevedeva un totale di 10 lezioni, di due ore ognuna, da svolgersi in classe e condotte dall'insegnante, su vari temi quali:

- il rispetto verso tutti;
- come convivere in gruppo;
- temi specifici sul bullismo e su tutte le sue particolari caratteristiche e dinamiche;
- metodi con i quali riconoscere il bullismo;
- modalità e vie da percorrere per intervenire adeguatamente nei casi di bullismo.

Anche per quanto riguarda i materiali ed attività utilizzate, essi sono molto accurati e versatili, ad esempio:

- discussioni di classe;
- esercizi;
- brevi video;
- discussioni divisi in gruppi più piccoli;
- esperienze dirette e concrete,
- lezioni di prevenzione al bullismo differenziate per le diverse età;
- attività divertenti ed interattive;
- sensibilizzazione di tutto il personale scolastico sul bullismo e sulle sue conseguenze;
- informazioni date agli alunni, al personale scolastico ed ai genitori;
- formazione per il personale coinvolto;
- coinvolgimento di esperti o specialisti,
- sondaggi annuali per avere riscontro dell'operato e per analizzare la situazione.

Allo stato attuale però questo progetto, continuamente aggiornato sulla base delle nuove ricerche scientifiche, non mira più ad essere un progetto a scadenza di un solo anno, ma diventare parte integrante del lavoro anti-bullismo nelle scuole ed avere continuità nei diversi anni scolastici. Per attuare al programma è necessario che la scuola, o anche solo alcune classi interessate, vi aderiscano, accettino la rilevazione dati che poi verranno analizzati ed infine che gli insegnanti ricevano la giusta ed efficace formazione. Il contributo degli insegnanti è fondamentale, infatti essi oltre ad organizzare, supportare e visionare le varie attività proposte, entrano a far parte di un vero e proprio team, il Team KiVa, il quale inoltre ha il compito di valutare i vari casi per capire se si tratta di vero bullismo e l'entità delle violenze, in modo tale da sapere come intervenire organizzando

colloqui per aiutare e sostenere tutti i ragazzi coinvolti (bullo/i, vittima/e, aiutanti, spettatori, difensori).

Nel 2018 venne proposto e realizzato il “Tabby Improved Prevention and Intervention Program”, il quale è strutturato da 4 componenti principali:

- attività di formazione per gli insegnanti, di durata di tre giorni, circa per tre ore, una volta a settimana per tre settimane, riguardanti ogni aspetto, conseguenze e implicazione legale legata al fenomeno del bullismo;
- incontri scolastico con i genitori con obiettivo quello di stimolare ed aumentare la conoscenza del fenomeno in particolare su come intervenire in modo efficace sia per trattare sia per prevenire i differenti casi di bullismo;
- materiale online aggiuntivo di supporto, su un sito appositamente creato<sup>3</sup>, per i ragazzi, i docenti ed i genitori. Tra di essi ci sono: questionari, checklist, video che mostrano vari casi e comportamenti rischiosi ed aggressivo con successiva successione e che mostrano nei minuti finali come sarebbero andate le cose se si fosse intervenuti prima o in modo più efficace;
- 4 incontri da svolgere nelle classi nei quali svolgere differenti attività formative:  
1. un lavoro di gruppo relativamente al tema del bullismo in particolare sulla sua definizione ed i meccanismi; 2. fase di scelta del lavoro più accurato per poi esporlo a tutta la classe; 3. un momento di riflessione proficua da fare tutti assieme, per arrivare ad elaborare delle regole sia di rispetto verso gli altri sia su come agire ed intervenire per prevenire casi futuri; 4. conoscenza da parte dei ragazzi di quelle che sono le conseguenze legali legate ai casi di bullismo e cyberbullismo.

Il programma "Noncadiamointrappola" è un programma di prevenzione e contrasto del fenomeno del bullismo e cyberbullismo mirato ai ragazzi della scuola secondaria di primo e secondo grado. Tale programma, che ha portato ad una diminuzione del 30% dei casi di bullismo, è pensato direttamente per i ragazzi che, a partire dal modello delle peer education<sup>4</sup>, diventano loro stessi attori del cambiamento mediante sia momenti di lavoro faccia a faccia sia online. Anche il ruolo degli insegnanti è fondamentale che,

---

<sup>3</sup> [www.tabby.eu](http://www.tabby.eu)

<sup>4</sup> Forma di educazione nella quale le attività formative vengono progettati e attuate da un proprio pari, cioè qualcuno di simile per età, sesso, status, cultura, condizione lavorativa etc...

dopo un'adeguata e specifica formazione, svolgono il ruolo di supervisione. Nello specifico tale programma ha molteplici scopi:

- ridurre i casi di bullismo;
- favorire ed aumentare la consapevolezza di quali sono i primi sintomi e segnali di bullismo e cyberbullismo;
- stimolare il grado di responsabilità che ognuno ha;
- fare capire le modalità di risposta funzionale che ognuno deve saper mettere in atto;
- migliorare il clima scolastico;
- promuovere atteggiamenti ed iniziative di legalità e buona convivenza sia dentro la scuola sia nella comunità in generale.

Il programma ebbe molto successo infatti si verificò una diminuzione di episodi di vittimizzazione, ma soprattutto un incremento notevole dei comportamenti di richiesta di aiuto da parte delle vittime di bullismo.

Nel 2009 Iannaccone promosse un nuovo programma, denominato "Stop al cyber-bullismo", il quale si rivolse invece agli adulti, in particolare docenti e genitori, per fare in modo che vi sia un aumento di consapevolezza e responsabilità di tali figure cardine nell'età evolutiva dei ragazzi. Queste ultime sarebbero diventate fondamentali per rilevare con tempismo i segnali precoci di qualsiasi tipo di bullismo ed intervenire perciò in modo adeguato.

Dal 13 al 19 Aprile 2015 ad esempio, il telefono azzurro ha iniziato una campagna dal nome "fiori d'Azzurro", per rompere il silenzio che aleggia attorno al bullismo e a molte altre forme di violenza (l'appello " Non Stiamo Zitti" è stato gridato a 2300 piazze italiane per raccogliere fondi) (citato dalla Costanzo, 2021).

La tecnica/attività del role playing infine, consiste nel mettere in scena e riprodurre situazioni concrete realmente accadute in classe o che potrebbero benissimo accadere, per entrare concretamente nelle dinamiche provandole sulla propria pelle e poi successivamente dare inizio ad una discussione di classe che possa fare riflettere, maturare, migliorare la situazione o prevenire che atti di bullismo si verificano in futuro (Dibennardo, 2021) (Costanzo, 2021).

### 4.3 APPROCCIO GESTALTICO INTEGRATO

L'ipotesi di studio progettato ed elaborato a partire da un intervento gestaltico integrato ha fondamentale due obiettivi (Mazzara, Perrone, Cipponeri, Cacciabauda, Ciulla, & Renda, 2021) :

- prevenire il fenomeno del bullismo;
- intervenire nei casi che si sono già manifestati.

Con intervento gestaltico integrato si fa riferimento in primis all'applicazione della metodologia teorico-esperienziale della Gestalt (che ha come finalità quella di percepire la realtà e l'individuo stesso come un insieme di componenti e caratteristiche e non una loro mera somma) ed in secondo luogo sull'importanza dell'esperienza diretta ed attiva, che uniti assieme permettano agli individui di intervenire in modo efficace e migliorativo nel campo delle relazioni e, di preciso nel nostro caso, nel campo delle dinamiche e relazioni positive ed empatiche che così possano eliminare il rischio di episodi di aggressività e/o bullismo. Il progetto parte appunto dall'Io o meglio da un contatto e dalla conoscenza diretta e più profonda che ogni individuo ha di sé stesso, con la propria corporeità ed interiorità, per poi spostarsi nel campo della relazione mediante il rapporto tra l'Io ed il Tu (l'Io degli altri individui) ed attraverso esperienze concrete. Il target di soggetti interessati a tale iniziativa di intervento è quello dei ragazzi in età preadolescente quindi tra i 9 e i 12 anni ed il contesto è quello dell'intero gruppo classe. Nello specifico il programma ha come mira alcuni risultati specifici:

- agire non solo sui protagonisti dei casi di bullismo, ma anche su tutti i componenti del gruppo;
- incrementare l'empatia e l'autoefficacia, non solo nei soggetti protagonisti, ma anche in chi assiste;
- rendere tutti protagonisti dei cambiamenti;
- promuovere processi di consapevolezza e responsabilità;
- creare un buon clima di gruppo basato sull'accettazione;
- offrire spazi specifici di sperimentazione attiva che stimolino le relazioni e l'autoregolazione emotiva.

Entrando nello specifico il programma di intervento, strutturato in 10 incontri a cadenza settimanale (più un ultimo di monitoraggio finale dopo un mese di tempo), prevede e comprende più momenti/fasi specifiche che sono:

- pre-contatto/ scoperta dell'Io corporeo;
- relazione tra l'Io e il Tu;
- sperimentazione attiva;
- assimilazione dell'esperienza.

Durante la prima fase verranno proposte ed effettuate attività volte alla scoperta del proprio corpo, per imparare così ad entrare in contatto con sé stessi prima ancora di esserlo con gli altri e con il mondo esterno. Le attività di respirazione, grounding sensoriale, focalizzazione e rivitalizzazione di parti del corpo hanno come obiettivo quello di recuperare il contatto sia con la propria corporeità ed alla propria consapevolezza corporea sia quello di imparare a dare ascolto alla propria interiorità e alle proprie sensazioni.

Nella seconda fase della relazione tra Io e Tu, inizialmente l'individuo entrerà ancora più in contatto con sé stesso grazie e con l'altro, per poi avviarsi alla relazione significativa con gli altri. Nello specifico le attività proposte vanno a stimolare l'immaginazione, sia di come l'individuo si vede ed immagina sia l'idea e l'immagine che gli altri hanno su di lui (come viene visto e pensato dagli altri). Durante la fase di sperimentazione poi, avviene il vero e proprio incontro tra gli individui coinvolti nel progetto mediante attività di gruppo, visione di film, momenti di riflessione, ascolto reciproco e/o role playing con obiettivo ultimo quello di umanizzare tutti i partecipanti e far nascere e crescere in loro il sentimento di empatia. Questa fase rappresenta il momento centrale e cruciale del progetto e per tale motivo sarà la fase alla quale verranno dedicati maggior tempo e spazio. Per concludere, nella fase finale, vengono proposte attività e momenti sia di assimilazione delle consapevolezze raggiunte sia azioni proiettate verso il futuro, che quindi permettono di pensare a possibili cambiamenti comportamentali e quindi a come sia necessario ed efficace agire nel futuro per evitare possibili conflitti, aggressioni o casi di bullismo. A termine delle 4 fasi, per valutare l'efficacia del progetto, vengono somministrati due questionari, uno destinato ai partecipanti per fare un'auto-lettura ed una valutazione ed un secondo questionario invece riservato agli insegnanti per misurare anche il loro grado di soddisfazione al riguardo. Il protocollo appena descritto in definitiva può essere utilizzato per riflettere e progettare interventi mirati, da adottare per ridurre il fenomeno del bullismo ormai sempre più diffuso tra i giovani (e non solo) proprio grazie al grado di buon clima relazionale ed empatico che viene promosso.

## CONCLUSIONE

Questo lavoro di tesi è nato dall'importanza di indagare ed analizzare tematiche che possono coinvolgere, indirettamente o direttamente, tutti gli individui ovvero le diverse forme di aggressione e/o violenza. Tali abusi possono essere di molteplici tipi e manifestarsi in differenti forme, ma pur sempre di aggressività si tratta. Le forme di violenza e aggressione principale sono le seguenti: fisica, verbale, psicologica, mentale, sessuale e/o etnica. In ognuno di questi casi vi è la presenza di una o più figure che adottano comportamenti di discriminazione, emarginazione e li rivolgono nei confronti di una o più vittime, scelte perché diverse o deboli agli occhi dell'aggressore. Va inoltre specificato che il rischio di diventare vittima è valido per ogni individuo, in quanto durante la propria vita potrà trovarsi in momenti di difficoltà o particolare stress ed avere la sfortuna di incontrare persone dal carattere aggressivo che ne approfitteranno prendendolo così di mira.

Le due principali forme di violenza e comportamento sociale aggressivo che possono essere perpetuati dagli individui (e che sono state trattate nei capitoli della tesi), sulla base dei meccanismi discriminatori quali stereotipi e/o pregiudizi, sono il mobbing sul posto del lavoro ed il bullismo, nel nostro caso, in età evolutiva. Fondamentale è stato trattare questi due temi partendo dalle loro caratteristiche principali, quali la definizione, le modalità, i molteplici attori coinvolti e le differenti tipologie/forme esistenti, per avere ben chiaro ed essere ben informati su tali tematiche. Ciò è stato necessario perché per poter comprendere, capire e poi intervenire in questi fenomeni sociali, è basilare come prima cosa conoscerli a fondo in tutti i loro aspetti per poi poter entrarvi dentro, in modo consapevole ed adeguato, avendo appunto appreso come comportarsi. Grazie a ciò, in un secondo momento (in particolare nel capitolo 4), è stato possibile ma soprattutto proficuo ed opportuno, trattare la tematica relativa alle modalità, proposte e molteplici ambiti di intervento e prevenzione, da attuare per far sì che casi di bullismo (ed indirettamente di mobbing) vengano sanati o ancora meglio si eviti di farli accadere. Come appena accennato, una tematica importantissima anzi cruciale nel campo del bullismo è proprio quella legata ai molteplici programmi e protocolli di intervento e di prevenzione redatti ogni anno da ricercatori, docenti, specialisti e dal Ministero dell'Istru-

zione. Tali programmi e protocolli sono fondamentali sia per quanto riguarda i casi di bullismo che, grazie a tali iniziative, si cerca in tutti i modi di debellare e/o prevenire, ma anche per quanto riguarda i possibili casi di mobbing, in quanto meno saranno le vittime di bullismo in età evolutiva meno queste ultime potranno diventare un domani i futuri mobbers del lavoro. Per affrontare il tema della prevenzione ed interventi nel campo del bullismo è necessario partire dalle idee e linee guida di Olweus il quale oltre a definire i tre livelli di intervento esistenti (livello di scuola, livello di classe e livello individuale) proponendo per essi molteplici attività, specifica anche la grande importanza di rivolgere tutte queste iniziative alle vittime, ai bulli e anche alle loro rispettive famiglie. Il MIUR (come lo stesso Olweus molti anni prima) ha redatto nelle Linee Guida del 2021, le quali sottolineano quanto sia fondamentale che il coinvolgimento agli interventi sia destinato non solo ai ragazzi ma anche ai docenti, a tutto il personale ATA, agli specialisti e a tutte le famiglie. Proprio perché tutto ciò sia possibile, vanno redatti ed attuati in modo continuativo incontri e momenti di formazione aggiornata per tutti. Numerosissimi sono i protocolli, programmi ed iniziative che vengono ogni anno pensati e proposti, tra i quali si possono citare: il programma “Stop al cyberbullismo”, il protocollo “Noncadiamointrappola” e “Tabby Improved Prevention and Intervention Program”, la nuova proposta dell’approccio gestaltico integrato. Il tema dell’intervento-prevenzione è molto delicato e difficile in quanto, nonostante i programmi redatti siano molto attuali (come quelli appena citati), i limiti sono pur sempre presenti. Tutto ciò è dato principalmente da due motivi, in primis dal fatto che i casi di bullismo e le dinamiche ad essi legati sono in continua evoluzione, sempre di nuovi ne nascono e se ne verificano e proprio per questo gli interventi ed i programmi rischiano di diventare inefficaci seppur presentati da pochissimo tempo. In secondo luogo, molti dei programmi e dei protocolli esistenti sono pensati per una durata di tempo circoscritta e quindi rischiano di diventare un numero limitato di incontri che fanno sì riflettere ed informano nel momento stesso nel quale vengono effettuati, ma che poi rischiano di essere dimenticati o di non avere più l’attenzione che hanno suscitato in un primo momento. Alcuni esempi sono per l’appunto: “Tabby Improved Prevention and Intervention Program” che prevede 4 incontri o l’approccio gestaltico integrato che ne prevede 10. Tale fatto è legato spesso anche al poco tempo che si ha nelle scuole per dedicare, ad esempio settimanalmente, momenti di incontro e formazione strutturati e ben pensati riguardanti tale tematica. Basti pen-



sare che ciò avviene anche per altri tipi di incontri e percorsi di formazione come quelli legati alla sessualità e/o alle dipendenze. Alcuni protocolli (ad esempio “Noncadiamointrappola” e “Stop al cyber-bullismo”) inoltre a volte risultano essere incompleti o poco dettagliati, ma ciò può essere dovuto o al fatto che si debba ancora finire di redigerli, oppure perché non sono ancora stati sufficientemente testati, quindi non vi sono ancora abbastanza ricerche e/o dati (raccolti grazie ai questionari) da poter utilizzare per aggiornare e arricchire il programma stesso. Esistono però programmi, protocolli e piattaforme molto dettagliati, articolati e periodicamente aggiornati, tra i quali si possono citare: la piattaforma ELISA o il protocollo KiVa. La piattaforma ELISA ad esempio è sempre consultabile online e soprattutto il materiale viene caricato ed aggiornato periodicamente da esperti e addetti apposti, per far sì che la piattaforma stessa stia sempre al passo con i tempi e le nuove forme di bullismo che vanno verificandosi. Tale piattaforma inoltre è composta da materiali e strumenti pensati proprio per tutti (ragazzi, docenti e famiglie) e vi sono anche questionari da compilare per raccogliere dati ed informazioni recenti per poi poterle utilizzare per aggiornare la piattaforma stessa. Il protocollo KiVa, diffusissimo all'estero e premiato già nel 2009, risulta essere uno dei più attuali, in quanto, seppur agli inizi prevedeva solo 10 incontri, è associato all'intenzione di renderlo un protocollo continuativo che quindi non abbia durata solo annuale ma diventi un appuntamento periodico da inserire in tutte le scuole e fasce di età. Tale protocollo inoltre, oltre ad essere ricco e aggiornato periodicamente con nuovi strumenti, materiali ed attività proposte, prevede la selezione ed adeguata formazione di un gruppo di insegnanti ed esperti, i quali all'interno delle varie scuole (che hanno aderito al protocollo) vadino a formare un vero e proprio team di intervento e prevenzione nei diversi casi di bullismo. Traendo le conclusioni finali, i vari progetti e protocolli di intervento e prevenzione, per essere efficaci e portare risultati duraturi, dovrebbero avere alcune caratteristiche come ad esempio.

- essere sia programmi di intervento nei casi di bullismo già verificati, sia prevenire che se ne verificano di futuri;
- coinvolgere i ragazzi, i docenti, le famiglie ed esperti specializzati;
- proporre attività ed incontri sia per le vittime e le loro famiglie sia per i bulli ed i loro familiari;
- proporre incontri e momenti di formazione ben articolati e disponibili per tutti;

- prevedere molteplici tipi di attività, materiali e strumenti liberamente consultabili da tutti, magari per esempio online;
- prevedere questionari da compilare sia per valutare l'efficacia delle proposte offerte, sia per capire dove migliorare e come aggiornarle;
- essere periodicamente aggiornati ed arricchiti sulla base dei dati raccolti e delle nuove ricerche scientifiche condotte.

## BIBLIOGRAFIA

Benatti, R. (2020). Adolescenti nelle scuole secondarie di secondo grado: identità, lingue e lingue ereditarie. *Italianistica Debreceniensis*, 26(1), 89-91.

Berti, L. (2019). Nessun uomo è un'isola. *Città di vita : bimestrale di religione, arte e scienza*, 74(1), 269-275.

Bertocchi, F. (2019). La violenza fra minori: il bullismo avanza. *Rivista di Criminologia, Vittimologia e Sicurezza*, 13(1), 36-39.

Bulut, S. (2019). Why mobbing is important. *Open Access Journal of Behavioural Science & Psychology*, 2(3).

Cimino, L., & Marvelli, E. (2021). *Il mobbing in tempo di covid-19: aspetti giuridici, clinici e vittimologi*. *Rivista di Criminologia, Vittimologia e Sicurezza*, 15(1-3), 94-96-100-101.

Cogliandro, A. (2022). *Il fenomeno del mobbing nella pubblica amministrazione*. Book-sprint edizioni.

Cornelli, R. (2019). Pregiudizi, stereotipi e potere. Alle origini delle pratiche di disumanizzazione e delle politiche dell'odio. *Rassegna Italiana di criminologia*, 13(3), 206-216.

Costanzo, M. (26 Novembre 2021). *Bullismo e mobbing. Una ipotesi di ricerca correlazionale*. Torino: Il Miolibro Self Publishing.

Coluccia, A., Ferretti, F., Spacone, D., Gualtieri, G., Lorenzi, L., Carabellese, F., Buracchi, T., Masti, A., & Pozza, A. (2021). Caratteristiche distintive e strategie di prevenzio-

ne e intervento sul cyber-bullismo in Italia. *Rassegna italiana di criminologia*, 15(1), 30-39.

Croteau, D., & Hoynes, W. (2018). Le prospettive teoriche. Interazioni sociali, gruppi e processi di socializzazione. Identità, differenze e disuguaglianze. In F. Antonelli, & E. Rossi (A cura di). *Sociologia generale*. (2nd ed.). New York: Mcgraw-Hill Education.

Dibennardo, F. (2021). Il ruolo della prevenzione al bullismo nella progettazione per la scuola dell'infanzia. *IUL Research*, 2(4), 145.

Di Marzo, A.M. (2019). *Bullying and cyberbullying: two phenomena of violence compared: causes, consequences and intervention strategies*. (Doctorado de education. Universidad de Almería). Almería, Spagna. Pp 14-17,21-24,28.

Ege, H. (2013). La guerra sul lavoro. *Mobbing conoscerlo per vincerlo*. (2nd ed.). Milano: FrancoAngeli.

Fedeli, D., & Murano, C. (2019). *Il fenomeno del bullismo: definizione, epidemiologia ed eziopatogenesi. Bullismo e Cyberbullismo. Come intervenire nei contesti scolastici*. Milano: Giuntiedu.

Fratini, T. (2022). Bullismo: quadro di riferimento per una ricerca pedagogica. *Education Sciences & Society*, 1(1)55-67.

Gini, G. (2019). Il cyberbullismo. *Minorgiustizia*, 2(1).

Mazzara, M., Perrone, L., Cipponeri, S., Cacciabauda, L., Ciulla, A., & Renda, S. (2021). Pratica della Gentilezza: L'Intervento Gestaltico Integrato sul fenomeno del Bullismo. *Phenomena Journal-Giornale Internazionale di Psicopatologia, Neuroscienze e Psicoterapia*, 3(1), 1-9.

MIUR (2021). Linee Guida per la prevenzione e il contrasto del bullismo e cyberbullismo.

Nasir, B., Ashraf, A. A., Tariq, J., & Din, S. M. U. (2022). How Workplace Bullying Deteriorate Job Outcomes in Education Sector of Pakistan?. *Competitive Social Science Research Journal*, 3(1), 390.

Nery, M., Neto, C., Rosado, A., & Smith, P. K. (2020). Research on Bullying. *Bullying in Youth Sports Training: New perspectives and practical strategies*. Londra: Routledge.

Olweus, D. (1996). *Bullismo a scuola: ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*. (pp.11). Firenze: Giunti.

Olweus, D. (2007). *L'intervento a livello di scuola. L'intervento a livello di classe. L'intervento a livello individuale. Bullismo a scuola. Ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*. Milano: Giunti.

Pizzichini, M.A., Giuliodoro, S., & Recanatini, L. (2007). Il bullismo tra i giovani precursore del mobbing adulto? Il percorso in parallelo di due patologie della società contemporanea. *Difesa Sociale*, 7(1), 91-103.

Scozzafava, G., & Loizzo, R. (2020). Il mobbing e le sue caratteristiche specifiche. *Mobbing: analisi socio giuridica, danni risarcibili e profili penalistici*.(13). Milano: Key Editore.

Smith, E.R., Mackie, D.M., & Claypool, H.M. (9 Maggio 2016). La percezione dei gruppi. L'identità sociale. *Psicologia sociale*. (3rd ed.). Bologna: Zanichelli.

Stigi, S. (2021). *L'influenza sociale nell'esercizio del potere. Come si strutturano le gerarchie di potere e la loro influenza sul benessere mentale*. Università Pontificia Salesiana, Roma, RM. Pp 6-8.

Tziaferi, S. (June 2019). Mobbing and its association with quality of life in health professionals. *International Journal of Health and Psychology Research*, 7(2),13-25.

Veggian, L. (2022). *Non-pharmacological interventions for the prevention and management of aggressive behaviors within hospital care settings. (An Umbrella Review).* Scuola universitaria professionale della Svizzera Italiana, Lugano. Pp 8-10.

Xaplanteri, P. (2022). Correlates of Mobbing among Medical Residents in a University General Hospital: The Experience from Greece and Review of Literature. In E. Ovuga (Ed.). *Stress-Related Disorders*. London: IntechOpen.

## SITOGRAFIA

<https://miur.gov.it/linee-guida-prevenzione-e-contrasto>

[www.tabby.eu](http://www.tabby.eu)