

## **CYBERBULLYING: UNA NUOVA FRONTIERA DI ATTACCHI TRA PARI**

**Autore: Dr. Danilo D'Adamo in "Giornale dell'Ordine degli Psicologi della Campania", Anno X, n. 4, Dicembre 2008**

Il bullismo sembra essere oramai un fenomeno conosciuto da tanti dopo che anche i mass media hanno iniziato ad interessarsene e a parlarne. Non sempre però i comportamenti aggressivi e malevoli compiuti dai ragazzi possono essere etichettati come bullismo, ma è necessaria una attenta valutazione degli stessi.

Una definizione breve e puntuale del bullismo è quella utilizzata da Smith e Sharp (1994) che lo definiscono come un "Sistematico abuso di potere". In queste poche parole vengono riassunte le 3 caratteristiche indispensabili ad identificare tale problema: intenzionalità, asimmetria tra le parti, sistematicità dell'azione.

Da alcuni anni si sta facendo strada una nuova forma di bullismo identificata con il termine inglese di *Cyberbullying*. Esso non è altro che una forma di bullismo che utilizza le nuove tecnologie: Telefonini, Palmari, *Computers*, *Consolle*, ecc..

Questo fenomeno può manifestarsi in due modi diversi: tramite attacchi diretti (quando il bullo, in prima persona, invia p.e. messaggi o video direttamente alla vittima) o mediante terzi, (quando si utilizzano compagni, amici o sconosciuti che diventano complici, più o meno consapevoli, nel molestare la vittima).

La diffusione del bullismo elettronico è in espansione e ciò sembra essere confermato dalle numerose ricerche a riguardo. Smith e al. (ricerca commissionata dalla Anti-Bullying Alliance a Londra nel 2005) hanno rilevato che il 22% degli studenti tra gli 11 ed i 16 anni è stata vittima di bullismo elettronico; un rapporto del 2006 di MSN in Gran Bretagna ha evidenziato che l'11% degli adolescenti è stato oggetto di cyberbullying; Junevon e al. (2008) hanno riscontrato che il 25% dei ragazzi tra 11 e i 12 anni è stata vittima del cyber-bullismo; un'altra ricerca effettuata in Turchia (Aricak e al., 2007) ha riscontrato che il 35,7% degli studenti intervistati, tra i 12 e 19 anni, ha assistito a comportamenti di cyber-bullismo.

In Italia non sono ancora noti dati ufficiali circa l'entità del fenomeno, ma è in corso una ricerca sul cyber-bullismo nelle scuole superiori coordinata dall'Università di Bologna (Dipartimento di Psicologia) attraverso il programma "Daphne" finanziato dalla Comunità Europea.

Molto spesso i ragazzi si trovano direttamente o indirettamente a contatto con questa forma di violenza psicologica e relazionale molto grave che in alcuni casi ha sostituito ed in altri integrato quella di tipo fisico e verbale *face to face*. Gli adolescenti difficilmente sanno come affrontarla ed arginarla e può portare anche a reazioni e manifestazioni psicologiche gravi nelle vittime quali ansia, paura, depressione, insonnia, somatizzazioni, insicurezza, bassa autostima, suicidi (Kaltiala-Heino e al., 2000; Juvonen e al., 2003; Sansone e Sansone, 2008).

Personalmente ho avuto modo di raccogliere direttamente una testimonianza di un compagno di vittima di cyberbullying all'interno di una classe di seconda superiore durante un focus group sul tema del bullismo effettuato lo scorso anno scolastico all'interno di un progetto di prevenzione ed intervento intitolato "Punti di ascolto sul bullismo" che ha visto coinvolti l'Ufficio Scolastico Regionale, l'Ordine degli Psicologi della Campania ed alcune scuole della Regione.

Questo ragazzo raccontava di una serie di attacchi che un suo amico aveva ricevuto attraverso internet (email, instant messaging, ecc.), in più riprese, da alcuni "compagni di classe". La vittima si è trovata da subito in difficoltà a contrastare queste molestie che provenivano da più fonti (alcune anche anonime) e che miravano tutte ad umiliarlo. Tali attacchi per fortuna (non si sa bene in che modo) sono terminati nel giro di poche settimane, ma hanno provocato una grossa sofferenza ed una ferita interiore difficile da rimarginare in quel ragazzo di 15 anni che è riuscito a confidarsi soltanto con il suo migliore amico. Ascoltare il racconto di tale episodio mi ha turbato, incuriosito e stimolato ad approfondire il tema del cyberbullying che sembra stia assumendo proporzioni inquietanti e che in alcuni casi sembri provocare nelle vittime dei danni psichici più rilevanti che

nelle forme di bullismo tradizionale. Infatti, secondo Smith e collaboratori, l'impatto psicologico provocato da immagini o video inviati tramite l'utilizzo di questi nuovi strumenti elettronici è maggiore rispetto al bullismo *face to face*; messaggi su siti web o messaggi di testo sembrano avere lo stesso impatto di azioni prepotenti eseguite in maniera "tradizionale"; *chat room*, *instant messaging* ed e-mail sembrerebbero avere, invece, un impatto psicologico inferiore rispetto alle forme di bullismo faccia a faccia (Smith e al., 2006, 2008).

Proviamo quindi a vedere nei dettagli come e dove si manifesta il cyberbullying:

### **1. Molestie tramite il cellulare (Telefonate anonime, SMS, MMS, Video)**

a) I ragazzi possono ricevere telefonate (anonime e non) offensive ed umilianti attraverso il telefonino anche numerose volte nell'arco della giornata.

b) I teenager possono inviare in maniera assai rapida messaggi provocatori, intimidatori e svalutanti attraverso i cellulari sia direttamente alla vittima che ad altre persone alle quali si vuole far conoscere alcuni aspetti e caratteristiche della stessa.

c) Attraverso i cellulari di ultima generazione è possibile inviare senza problemi e controllo foto o video che ritraggono la vittima in situazioni sconvenienti o umilianti (p.e. *Happy Slapping*).

### **2. Attacchi tramite siti web, social network e blog**

a) Alcuni siti internet posseggono anche uno spazio dedicato ai "forum" (dove è possibile per gli internauti confrontarsi su alcune tematiche o informazioni). In quel contesto è possibile svalutare, insultare o minacciare altre persone dinanzi a migliaia di lettori.

b) Attraverso la creazione o l'utilizzo di sondaggi in internet del tipo: "Chi è il più carino del gruppo?", "Chi è il più sfigato della classe?", "Chi butteresti giù dalla torre tra .....e .....?" è possibile offendere gli amici anche senza malizia ma poi tale "gioco" può trasformarsi in un'azione deliberata.

c) Negli ultimi tempi si stanno sviluppando sempre più nel mondo i social network quali: *Facebook*, *MySpace*, *Bebo*, ecc.. Essi permettono di crearsi una rete di "amici" dove poter condividere messaggi, foto, video, canzoni, informazioni, ecc.. Entrare nella "Rete Sociale" è facile: basta iscriversi o essere invitato da un'altra persona. Successivamente si potrà comunicare con tutti gli amici o gli amici degli amici in modo spontaneo e senza alcuna limitazione. Su questi siti è possibile inserire foto altrui e video, dare informazioni o commentare su persone, cose o eventi. Tutto viene messo a disposizione degli "amici" che possono in ogni momento visionare ciò che viene condiviso. In questo modo è facile poter offendere, screditare, umiliare qualcuno dinanzi a migliaia di persone.

All'opposto un adolescente potrebbe essere anche isolato dal gruppo degli amici che si mettono d'accordo per non accettarlo come "amico", dichiarando di non conoscerlo, e lasciandolo da solo sul social network.

d) Siti web tipo *YouTube* sono specializzati nel trasmettere video caricati dagli utenti. In questo modo è possibile filmare la vittima in situazioni spiacevoli e mostrare il video all'intera rete con ovvie ripercussioni per chi subisce tale comportamento.

e) I blog, invece, sono "diari" online che consentono alle persone di comunicare e raccontare senza tabù ciò che si vuole. Essi possono essere letti da tutti quelli che conoscono l'indirizzo di quello specifico blog e quindi possono essere utilizzati per danneggiare la reputazione di altri ragazzi o per violarne la privacy.

E' possibile, inoltre, creare anche dei blog o pagine web personali fingendo di essere un altro internauta e pubblicando informazioni screditanti con l'intenzione di umiliarlo.

### **3. Invio di immagini, video e messaggi tramite e-mail, programmi *Peer to peer*, *Chat* ed *Instant messaging***

a) Da numerosi anni è possibile inviare ad altri utenti e-mail di massa con file contenenti foto denigratorie o immagini sconvenienti dell'adolescente che si vuole attaccare. Attraverso le e-mail si raggiungono tanti destinatari in un solo "click".

b) I ragazzi, attraverso l'utilizzo dei videocellulari o di macchine fotografiche digitali possono scattare foto o girare video compromettenti o umilianti per la vittima (eventualmente anche ritoccati) e quindi metterli a disposizione di tutti, con l'aggiunta di eventuali commenti, utilizzando siti e software *peer to peer* (p.e. *Emule*, *BitTorrent*, *DC++*, ecc.).

c) Attraverso l'*Instant messaging* (messaggi istantanei) si inviano tramite alcuni programmi disponibili in internet (*MSN*, *ICQ*, *Yahoo*, ecc.) messaggi, foto, video, canzoni, ecc. a tutti gli amici connessi. L'utilizzo che se ne può fare di tale strumento è logicamente assai vasto e potenzialmente negativo.

All'opposto gli amici della vittima potrebbero "bloccarla" non consentendogli di comunicare con loro e quindi isolarla dal gruppo.

d) Un adolescente, inoltre, può creare un nickname sulle *chat* molto simile al nome della vittima, ad esempio aggiungendo o eliminando una lettera, ed utilizzarlo per inviare messaggi inappropriati ad altri utenti fingendo di essere tale persona.

### **4. Invio di file dannosi**

Alcuni ragazzi, un po' più esperti, possono inviare ad altri utenti programmi di *hacking*, *spyware* e virus, per danneggiare il loro computer o semplicemente per spiarli.

I programmi *trojan* (cavalli di Troia) consentono di controllare in remoto i computer degli altri internauti, nonché di cancellarne il disco rigido.

### **5. Spamming (posta indesiderata)**

I *teenager* possono iscriversi ad elenchi di marketing che inviano e-mail o messaggi istantanei provenienti soprattutto da siti web pornografici o siti di *e-commerce*. Quando p.e. un utente riceve decine o centinaia di e-mail da questi siti la sua casella di posta inevitabilmente si riempie di posta indesiderata e si blocca diventando non più utilizzabile. Alla vittima di tale sopruso non resta altra soluzione che cambiare l'indirizzo e-mail.

### **6. Furto delle password e Furto dell'identità**

a) I cyber bulli possono rubare la password di un compagno, sostituirsi a lui sotto falsa identità ed iniziare a chattare con altre persone inviando messaggi offensivi, irritanti o compromettenti agli amici dell'interessato o persino ad estranei, senza che questi siano a conoscenza della vera identità dell'interlocutore.

b) Un ragazzo può anche usare la password dell'utente-vittima per modificarne il relativo profilo, aggiungendo contenuti sessuali, razzisti ed inappropriati mirati ad attirare l'attenzione degli altri, a screditarlo o ad offenderlo.

c) E' possibile rubare la password della vittima per poi modificarla e quindi impedirle di accedere al proprio account oppure per accedere al computer della vittima (*hacking*).

d) Fingendosi di essere la vittima, un ragazzo può causargli notevoli danni attraverso la pubblicazione di messaggi provocatori o offensivi nei blog o nelle chat diretti ad altri utenti che non sanno di questo scambio di persona e che quindi se la prenderanno con la vittima che però è all'oscuro di tutto.

## 7. Videogiochi online

Oggi molti adolescenti hanno la possibilità di collegarsi in rete e di giocare con la propria console (p.e. *X-Box Live* e *Sony Play Station 3*) con amici o persone sconosciute. Questi dispositivi consentono ai ragazzi di comunicare anche tramite *chat* e telefonare in tempo reale su Internet con chiunque è online e disponibile. In questo modo i ragazzi possono anche insultarsi verbalmente utilizzando un linguaggio offensivo e/o intimidatorio. Altre volte possono impedire ad altri utenti l'accesso ai giochi o passare informazioni false su di essi.

Come è stato già accennato tutte queste azioni aggressive e vessatorie possono essere effettuate direttamente dal bullo (*cyberbullying* diretto) oppure da persone a lui vicine (*cyberbullying* indiretto) che vengono manipolate dallo stesso e/o coinvolte “per gioco” o per “scherzo” (divenendo supporters) a trasmettere o inserire messaggi e/o file offensivi e denigratori della vittima in rete. Questa ultima modalità tende ad amplificare il fenomeno e a renderlo pubblico.

Più persone vengono a conoscenza dei video, delle immagini e/o dei messaggi che riguardano quella vittima più la stessa potrà sentirsi schiacciata, isolata, ferita ed umiliata. Inoltre potrà ritenere ancor più difficile chiedere aiuto a qualcuno e mostrarsi agli altri che oramai lo conoscono per come i bulli lo hanno descritto, mostrato ed etichettato. Ciò sembra essere confermato dai dati emersi dal rapporto di MSN del 2006 dove il 74% delle vittime di *cyberbullying* non ha chiesto aiuto a nessuno.

Il bullismo elettronico può intaccare l'identità delle vittime adolescenti (soprattutto se consideriamo la particolare fase evolutiva che essi stanno vivendo). L'attacco e la svalutazione della identità della vittima possono provocare gravi sofferenze psichiche alla stessa. Infatti anche quando si è sottoposti al bullismo fisico ciò che fa male non è tanto il dolore corporeo, eventualmente sentito, quanto l'umiliazione, la frustrazione ed il senso di sottomissione ed impotenza provati.

La gravità del *cyberbullying* risiede nella:

- Scarsa possibilità di controllo sul fenomeno da parte degli adulti
- Possibile anonimato del bullo
- Numero elevato di persone (supporters) implicate nello stesso che amplificano e rinforzano tali comportamenti
- Possibilità di utilizzare differenti strumenti e modalità di molestie, offese e attacchi rivolti alla vittima
- Maggiore difficoltà delle vittime di potersi difendere e chiedere aiuto
- Possibilità di poter compiere tali azioni persecutorie 24 h su 24 h
- Marcato isolamento sociale
- Minore energia e coraggio richiesti al bullo per compiere tali azioni vessatorie (non viene visto dagli adulti e non deve affrontare la vittima di persona)
- Scarsa percezione del danno che si può provocare nella vittima (dovute alla distanza fisica dalla stessa e alle tecnologie utilizzate)
- Minimizzazione degli effetti del proprio comportamento (disimpegno morale) e conseguente riduzione dei sensi di colpa e delle risposte empatiche verso la vittima

Le caratteristiche dei cyber-bulli sembrerebbero essere simili a quelle dei bulli che non operano in rete: scarsa empatia, impulsività, desiderio di dominare gli altri, sicurezza di sé, temperamento aggressivo, relazioni familiari carenti o problematiche e stili educativi inadeguati, assenza di valori, regole morali e rispetto degli altri.

Le possibili motivazioni che spingono il cyber-bullo a compiere tali azioni sono la rabbia, la frustrazione e il desiderio di rivalsa. Inoltre si può iniziare per noia, per scherzo o per mettersi in mostra ed acquisire una identità da bullo che magari si pensa possa essere apprezzata dagli altri. Si possono emulare altri bulli presenti in rete e cercare di superarli per mostrare di essere i più forti ed affermare la propria posizione di leader e dominio nel gruppo dei pari.

Le vittime del bullismo, invece, possono essere ragazzi percepiti dai prepotenti come “diversi” (bullismo omofobico, razziale o rivolto a ragazzi diversamente abili) o come più deboli, indifesi, sensibili, insicuri, ansiosi ed iperprotetti dalla famiglia (Olweus D., 1993).

Alcuni consigli per evitare di essere vittimizzati *online* o tramite telefonino sono i seguenti:

- Chiedere aiuto immediatamente agli amici o agli adulti (genitori, parenti, insegnanti) qualora si è sottoposti a bullismo;
- Tenere nascosti i propri dati riservati e le proprie password;
- “Bloccare” nelle chat e nei programmi di *instant messaging* le persone che offendono o provocano;
- Cambiare e-mail, o *account* nelle *chat* e/o nei *social network* frequentati una volta che si viene “puntati”;
- Cambiare il proprio numero di cellulare se si iniziano a ricevere telefonate anonime insistenti e sgradite;
- Non reagire al cyber-bullo (per non rischiare di incoraggiarlo ed istigarlo a continuare nel suo comportamento);
- Stare attenti a cosa si scrive o si condivide in rete visto che tutto può essere utilizzato da altri contro di te;
- Non fare agli altri ciò che vorresti non fosse fatto a te.

I genitori possono provare a proteggere ed aiutare i propri figli in questo modo:

- Raccogliendo informazioni e prestando attenzione ai siti web da loro frequentati e agli amici che solitamente sono “in linea” con loro (supervisione);
- Posizionando il computer in una area che sia facilmente accessibile anche ai genitori;
- Incoraggiando i figli ad utilizzare il computer anche in modalità *offline*;
- Offrendo un continuo supporto emotivo e stando vicino affettivamente a loro soprattutto quando notano che c’è qualcosa che non va o di diverso dal solito.

Dal canto loro i provider/server ed i proprietari dei siti internet hanno il dovere e la responsabilità di contrastare tale fenomeno bloccando tempestivamente quelle persone che compiono tali azioni e mettono in rete messaggi, video ed immagini sconvenienti ed offensive che coinvolgono altre persone e soprattutto minori. Attualmente in diversi casi viene data la possibilità ai ragazzi vittime di cyberbullying di poter avvisare ed indicare ai moderatori/gestori dei siti internet quelle persone che si comportano male in modo tale che gli stessi possano inibire l’accesso dei bulli a quel sito. Non sempre però ciò viene fatto dalle vittime per paura di ricevere ritorsioni peggiori da parte del bullo e/o dei suoi amici.

## **Conclusioni**

Per evitare il dilagare del fenomeno è possibile ed anzi auspicabile attivare programmi di prevenzione primaria e secondaria (simili a quelli utilizzati per contrastare il bullismo tradizionale) soprattutto attraverso interventi sistemici ed ecologici nelle scuole di ogni ordine e grado rivolti ai ragazzi, agli insegnanti, al personale ATA, alle famiglie degli alunni ed alla comunità intera (Menesini, 2003). Risulta essere fondamentale innanzitutto far conoscere il fenomeno del bullismo ed in particolare quello del *cyberbullying*, di recente espansione, attraverso una ampia informazione rivolta a tutti gli attori coinvolti direttamente ed indirettamente nel fenomeno. Azioni educative specifiche e sessioni di *training* indirizzate agli adolescenti costituiscono ulteriori modalità di intervento utili ed efficaci a prevenire forme di bullismo elettronico sia nella scuola che

all'esterno. In alcuni casi è poi consigliabile offrire supporto emotivo e psicologico a quei *teenager* che ne necessitano. Inoltre un maggior controllo e supervisione da parte degli adulti (sia all'interno della scuola che a casa) sono opportuni per contrastare il cyber-bullismo che può avvenire in ogni luogo ed in ogni momento. Infine è essenziale che vengano inflitte anche sanzioni a quei ragazzi che trasgrediscono alle regole.

## **BIBLIOGRAFIA**

Aricak T., Siyahhan S., Uzunhasanoglu A., Saribeyoglu S., Ciplak S., Yilmaz N., Memmedov C., *Cyberbullying among Turkish Adolescents*, *Cyberpsychology & behaviour*, Volume 11, N. 3, 2008.

Campbell M.A., *Cyber bullying: An older problem in a new guise?*, in «*Australian Journal of Guidance and Counselling*», 15(1), pp. 68-76, 2005, in <http://eprints.qut.edu.au/archive/00001925/01/1925.pdf>.

Juvonen J., Gross E., *Extending the School Grounds? Bullying Experiences in Cyberspace*, in *Journal of School Health*, Vol. 78 Issue 9, pp. 496-505, Sep 2008.

Juvonen J., Graham S., Schuster M., *Bullying Among Young Adolescents: The Strong, the Weak, and the Troubled*, in *Pediatrics* Vol. 112 No. 6, pp. 1231-1237, Dec 2003.

Kaltiala-Heino, R., Rimpela, M., Rantanen, P., & Rimpela, A., *Bullying at school- An indicator of adolescents at risk for mental disorders*, in *Journal of Adolescence*, 23, 661-674, 2000.

Menesini E., *Bullismo: le azioni efficaci della scuola*, Erickson, Trento, 2003.

Olweus D., *Bullying at school. What we know and what we can do*, Blackwell Publishers, Oxford, 1993 (Trad. It. *Il bullismo a scuola. Ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*, Firenze, Giunti, 1996).

Sansone R., Sansone L., *Bully Victims: Psychological and Somatic Aftermaths*, in *Psychiatry MMC*, June 2008.

Smith PK, Mahdavi J, Carvalho M, Fisher S, Russell S, Tippett N., *Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils*, *Journal of child psychology and psychiatry and allied disciplines*, 49 (4), 376-85, Apr. 2008.

Smith P., Mahdavi J., Carvalho M., Tippett N., *An investigation into cyberbullying, its forms, awareness and impact, and the relationship between age and gender in cyberbullying*, London, 2006 in [www.anti-bullyingalliance.org.uk](http://www.anti-bullyingalliance.org.uk)

Smith P. e Sharp S. *Tackling bullying in your school: A practical handbook for teachers*, London, Routledge, 1994 (trad. it. *Bulli e vittime nella scuola*, Erickson, Trento, 1995).

## **SITOGRAFIA**

[www.anti-bullyingalliance.org.uk](http://www.anti-bullyingalliance.org.uk)

[www.cyberbullismo.com](http://www.cyberbullismo.com)

[www.cyberbullying.info](http://www.cyberbullying.info)

[www.cyberbullying.us](http://www.cyberbullying.us)

<http://en.wikipedia.org/wiki/Cyber-bullying>

[www.msn.co.uk/img/specials/portal/cyberbullying/cyberbullying\\_tall\\_revised3.pdf](http://www.msn.co.uk/img/specials/portal/cyberbullying/cyberbullying_tall_revised3.pdf), 2006

[www.smontailbullo.it](http://www.smontailbullo.it)

[www.stopcyberbullying.org](http://www.stopcyberbullying.org)

[www.teachernet.gov.uk/wholeschool/behaviour/tacklingbullying/cyberbullying](http://www.teachernet.gov.uk/wholeschool/behaviour/tacklingbullying/cyberbullying)