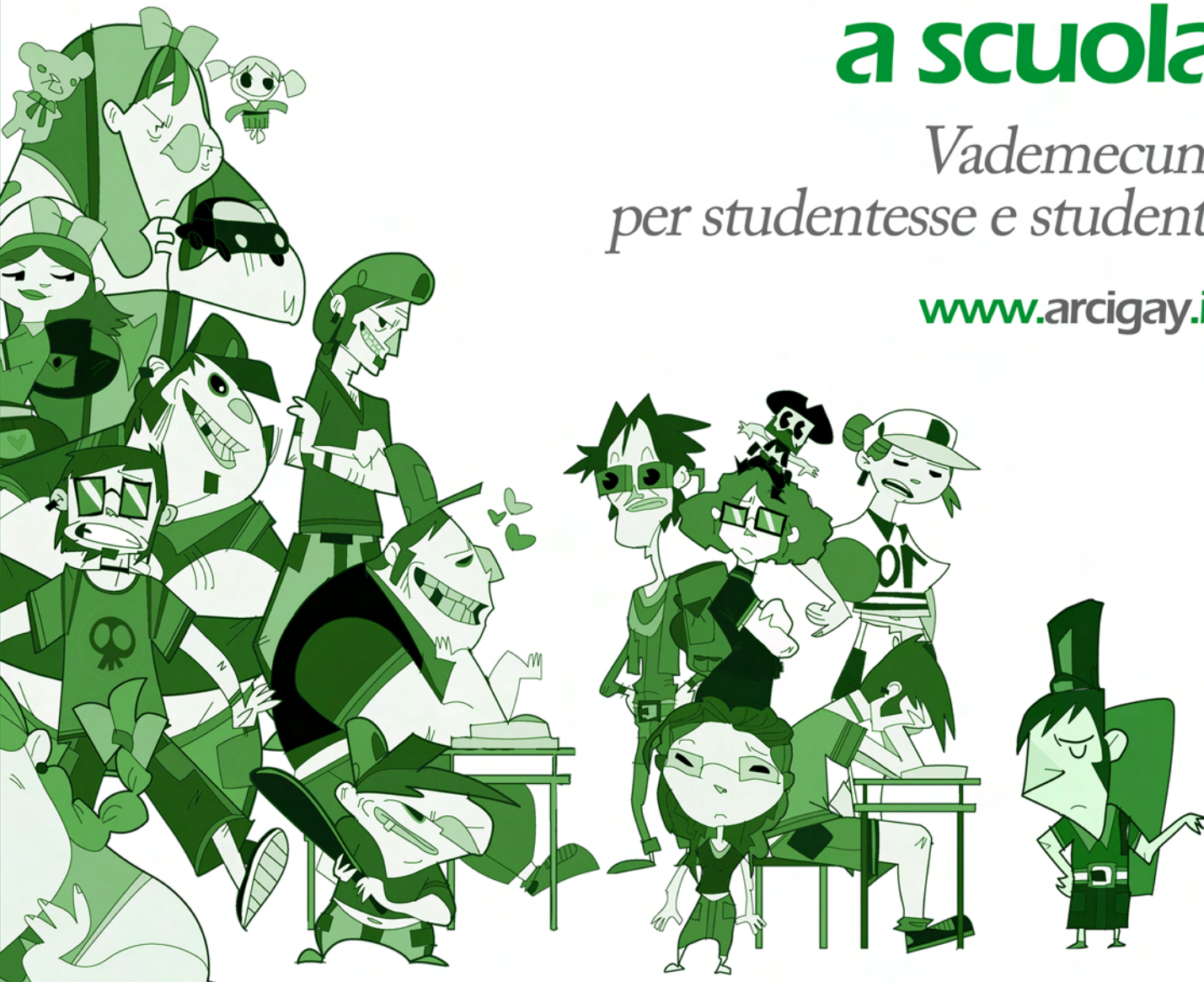


il bullismo omofobico a scuola

*Vademecum
per studentesse e studenti*

www.arcigay.it



Interventi di prevenzione contro il bullismo a sfondo omofobico

Realizzato con il contributo del Fondo per l'Associazionismo (ex lege 383/2000)
Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

a cura di : Arcigay

www.arcigay.it

www.scuolearcobaleno.eu

Responsabili del progetto:

Marco Coppola e Fabio Saccà

Supervisore scientifico:

Gabriele Prati

Training facilitator:

Ambra Guarnieri

Assistente alla logistica:

Federico Sassoli

Elaborazione testi a cura di:

Gianluca Paudice, Fabio Saccà

Impaginazione e grafica:

Giacomo Guccinelli

Stampa:

Tipografia Negri

Presidente nazionale:

Paolo Patané

Segreteria nazionale Arcigay – Area progetti:

Daniela Tomasino

Cordinatore progetti Arcigay:

Rosario Murdica

Arcigay – Associazione lesbica e gay italiana

Via don Minzoni 18, 40121 Bologna (BO) – Italy

Ringraziamenti:

Desideriamo ringraziare tutte le persone e le istituzioni che hanno reso possibile questo progetto. Un ringrazio particolare va alle volontarie e ai volontari della Rete Giovani di Arcigay che con tenacia, costanza e con tanta creatività hanno ispirato i lavori di questa pubblicazione. Ringraziamo in particolare Francesco Distefano e Michele Lanzo per il loro contributo creativo.

Contributi a questa pubblicazione sono tratti da “Schoolmates, Bullismo nelle scuole: manuale di sopravvivenza – 2008” di: Miles Gualdi, Matteo Martelli, Wolfgang Wilhelm, Robert Biedro.

intro

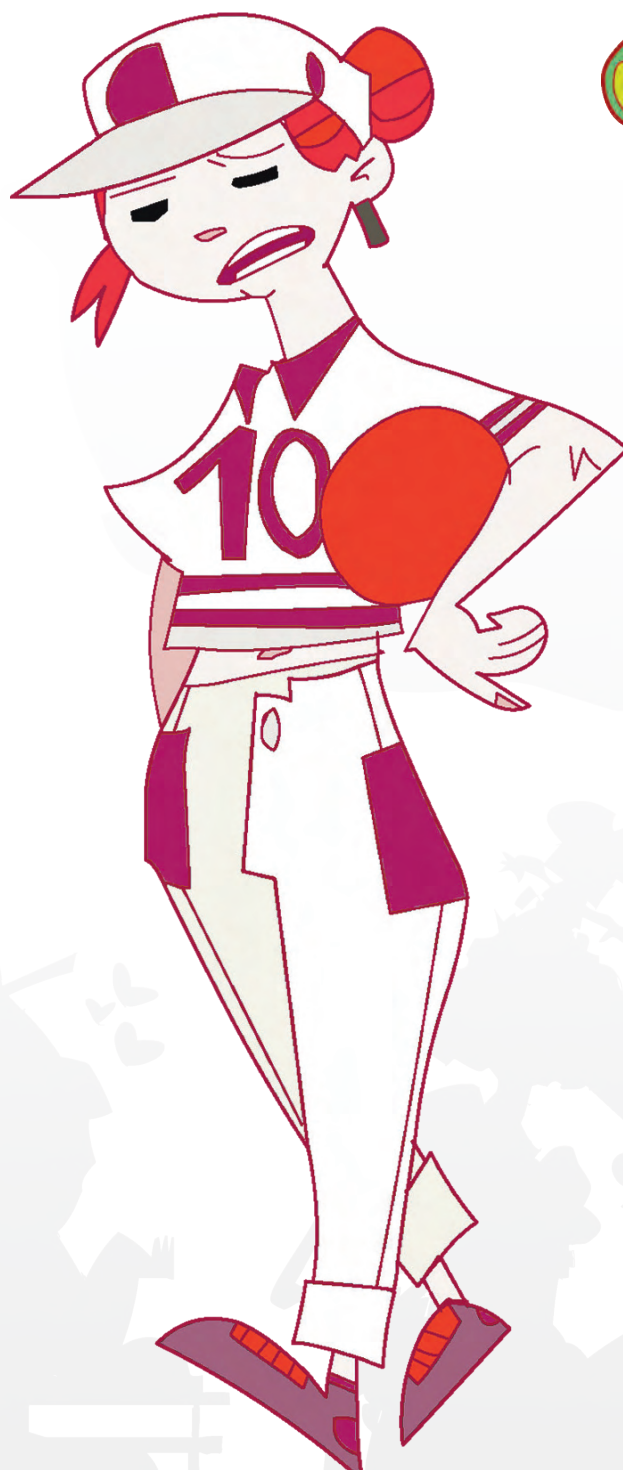
Ciao! Questo libretto parla di noi ragazze e ragazzi. Ti invitiamo a sfogliarlo. La scuola non è solo il posto in cui apprendere nozioni, ma è anche un luogo in cui incontriamo “gli altri” e dove impariamo a starci insieme. In questo percorso, troveremo tante cose che ci accomunano quante che ci rendono differenti gli uni dagli altri. Ecco, questo libretto parla proprio di questo, di ciò che ci rende simili e di ciò che ci rende unici. Da una parte le ricchezze ci arricchiscono, ma dall'altra ci possono anche allontanare e discriminare. Dipende tutto da quanto sappiamo metterci in gioco, e provare a conoscerci meglio...

Buona lettura!



il Bullismo







il Bullismo

Con il termine bullismo (dall'inglese *bullying*) intendiamo un'oppressione psicologica, verbale o fisica, continuata nel tempo, ad opera di una persona o un gruppo di persone più potenti nei confronti di un'altra persona percepita come più debole, che non sa o non può difendersi. Spesso non gli si attribuisce molta importanza perché lo si confonde con i normali conflitti (es. un litigio) tra ragazze e ragazzi, mentre il bullismo ha delle caratteristiche particolari:

che cosa è Bullismo?

- Gli eventi sono frequenti e perdurano nel tempo
- Tra il bullo e il bersaglio c'è uno squilibrio di potere
- Non c'è compassione
- Si vuole fare del male con intenzione
- La persona presa di mira è sempre la stessa

che cosa è un conflitto?

- Capita occasionalmente
- Chi partecipa è *alla pari*, ognuno può manifestare le proprie ragioni
- E' possibile mediare tra le parti quando si litiga, magari ci si può scusare o trovare dei compromessi
- Chi vi partecipa è libero di interrompere la lite in qualunque momento, allontanandosi o cambiando argomento

Ma la cosa più particolare è che chi mette in atto un comportamento da bullo spesso lo fa giustificandosi per una serie di ragioni. Cerca in questo modo di *dare la colpa* del proprio comportamento alla sua vittima, ma **non per un qualche torto subito** (*l'ho insultato perché mi ha spinto, l'ho picchiato perché mi ha offeso*), ma per ciò che l'altro è (*lo insulto perché è nero/ebrea/secchione/sfigata..., l'ho picchiato perché è gay/disabile/musulmana...*).

“Manuela pesa circa 70 kg, veste sempre di nero e ha qualche brufolo di troppo. La mia amica Cristina dice che dovrebbe smettere di mangiare per due mesi se vuole che i ragazzi la guardino; una settimana fa qualcuno le ha messo un biglietto nel libro di storia: c’era l’elenco delle merendine che mangia di solito nell’intervallo, con la somma di tutte le calorie che contengono, e in basso avevano scritto - ecco perché hai il culo di una balena, vedi di non scoppiare! -.”

Elena, 15 anni, Latina



Pretesti e forme del bullismo



i pretesti del bullismo

“Quel terrone è proprio un pezzente...”

“Tornasse al suo paese quella negra!”

“Tutti attaccati al muro, passa il frocio!”

“Ma non capisci?! Sei proprio un handicappato!”

“Non si vergogna ad andare in giro quella cicciona?!”



Quante volte sentiamo queste e tante altre offese simili nei corridoi e tra i banchi delle nostre scuole? Quanto possono pesare sulla nostra vita a scuola? Ci siamo mai chiesti quali possano essere i pretesti del bullismo?

I pretesti del bullismo

- Origine etnica e geografica (*lui è nero / lei è meirdionale*)
- Religione (*lui è ebreo / lei è musulmana*)
- Situazione economica (*sono poveri*)
- Caratteristiche della famiglia (professione, precedenti penali, orientamento sessuale di genitori, fratelli e sorelle; mancanza di figure genitoriali...)
- Orientamento sessuale (*lui è gay / lei è lesbica*)
- Identità e ruolo di genere (*lui è una femminuccia / lei è un maschiaccio*)
- Sessualità (essere definiti *ragazza facile o verginello*)
- Età (*lui è piccolo / lei è vecchia*)
- Genere (*lui è un maschio / lei è una femmina*)
- Corporatura fisica (*lui è un ciccione / lei è una nana*)
- Aspetto estetico (*lui è uno sfigato / lei è una grezza*)
- Status (essere *popolari o sfigati*)
- Disabilità (*lui è un handicappato / lei è una ritardata*)

Cosa accomuna tutti questi pretesti? Se ci pensate bene, è proprio **la diversità**.

Quello che è differente da noi ci fa paura, ci mette a disagio, ci crea imbarazzo e ci pone domande scomode. Cercare di conoscere ciò che è altro da noi costa fatica, consapevolezza di sé, auto-controllo. Spesso è più facile puntare l'indice su chi è diverso per confermare la propria posizione di ragione e di potere. Quale che sia la scusa che ci possiamo dare quando agiamo verso gli altri senza rispetto, la violenza fisica, verbale e psicologica **non sono mai giustificabili e ammissibili**.

“Spesso si tappano il naso, dicono che Adir è marocchino e che quindi puzza. Appena si gira loro quattro si tappano il naso, gli mettono le saponette o il deodorante nello zaino, cicche di sigarette nel portapastelli. Una volta, usciti di scuola nel cortile, stavano per spegnergliene una sulla mano, ma quando io e Carletto siamo passati hanno smesso, forse avevano paura che avremmo detto qualcosa.”

Federico, 17 anni, Lecce





le forme di violenza

Quando si pensa alla parola bullismo, ci viene subito in mente una rissa o un pestaggio. Ma la violenza si può declinare in molte altre forme:

Violenza fisica

- Aggressioni
- Abusi, sopraffazioni
- Molestie sessuali
- Scherzi pesanti
- Coercizione (obbligare a fare qualcosa di spiacevole)

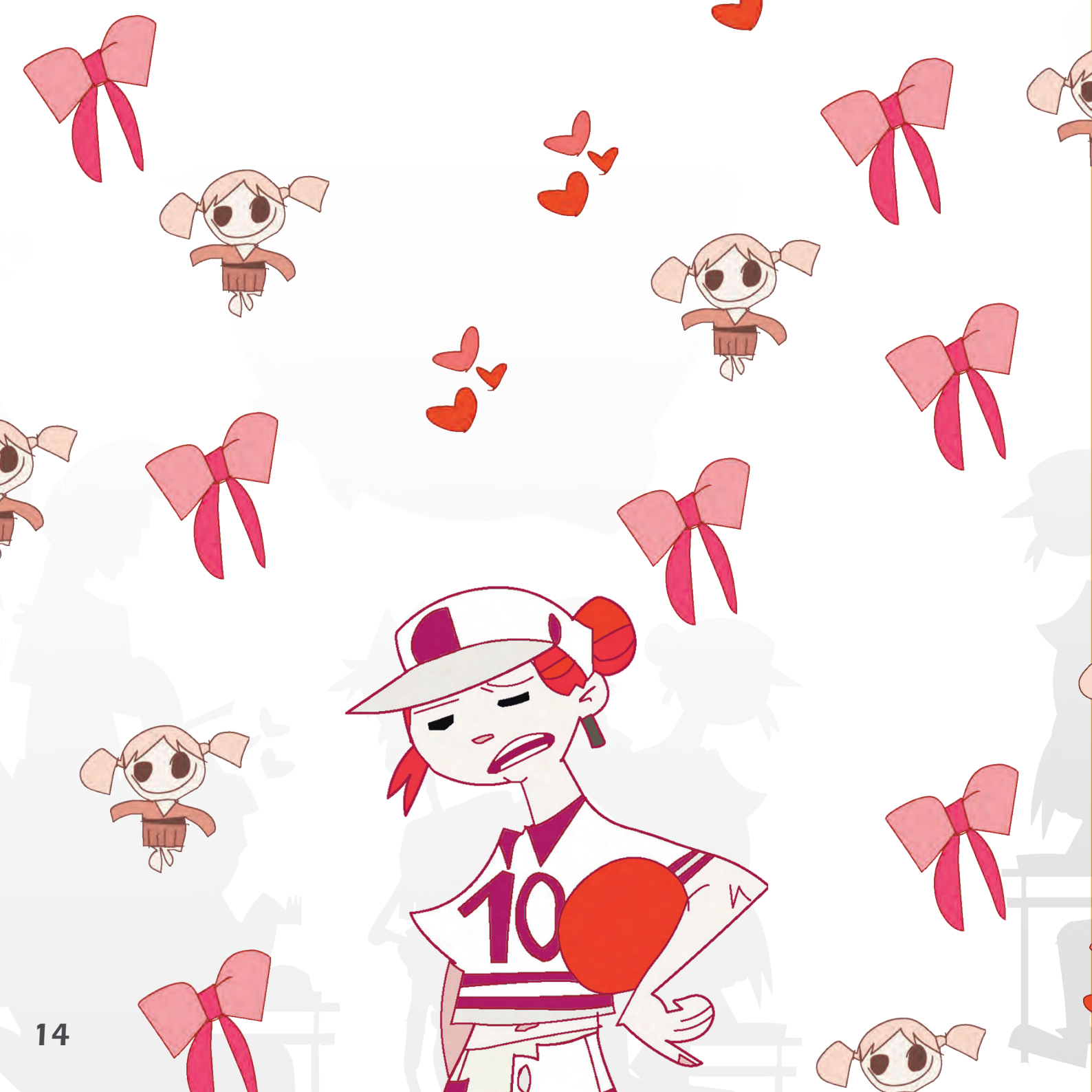
Violenza verbale

- Insulti/offese
- Pettegolezzi e dicerie
- Minacce
- Offese verso parenti o amici

Violenza psicologica

- Umiliazioni/emarginazione/esclusione
- Scritte sui muri, sui banchi o nei bagni
- Gesti volgari
- Pedinamenti, spiare/guardare fisso
- SMS, MMS, messaggi in chat, sui social network, via e-mail
- Telefonate aninime (sconce, silenziose, scherzi)

Ovviamente si tratta di una semplificazione che ci aiuta a capire meglio il fenomeno, ciò che accomuna tutte le forme di bullismo è il tentativo di **de-umanizzare** chi è percepito come più debole. Il bullismo infatti è, prima ancora che un atto aggressivo, una **dinamica relazionale** in cui un gruppo di studenti (ognuno con i rispettivi ruoli) recita una specie di copione basato sulla distribuzione del potere.



Identità sessuale e bullismo omofobico



L'identità sessuale

Prima di parlare di bullismo omofobico, ci sembra utile chiarire alcune cose, definendo dei termini su cui spesso si fa confusione. L'identità sessuale è composta di quattro componenti fondamentali:

- **Il sesso biologico** (come si nasce, maschi o femmine) indica l'appartenenza al sesso maschile o femminile, ed è determinato dai cromosomi sessuali.
- **L'orientamento sessuale** (chi ci piace, ragazzi e/o ragazze) indica l'attrazione affettiva e/o erotica per i membri del sesso opposto, dello stesso sesso o di entrambi. Nel primo caso parliamo di eterosessualità, nel secondo di omosessualità, nel terzo di bisessualità.
- **L'identità di genere** (come ci sentiamo, ragazzi o ragazze) è il genere a cui sentiamo di appartenere, e può coincidere o meno col nostro sesso biologico. Chi nasce femmina e sente di essere maschio (o viceversa) può decidere di adeguare il proprio aspetto o il proprio corpo all'identità di genere: questo è il caso delle persone transgender (che possono essere etero, omo o bisessuali).
- **Il ruolo di genere** (come ci vedono gli altri, ragazzi o ragazze) è l'insieme di aspettative e ruoli su come le donne e gli uomini si debbano comportare in una data cultura e in un determinato periodo storico. Ad esempio nella nostra società una ragazza coi capelli corti che gioca a calcio è probabilmente percepita come "mascolina", e un ragazzo appassionato di danza o di cucina come "effeminato".

*"Stefano e Roberto in effetti passano troppo tempo assieme: studiano sempre in due, si fanno le stesse interrogazioni, le ragazze non le guardano neanche, da quest'anno fanno pure basket assieme...; a scuola tutti pensano che sono culattoni, anche se non sembra. Nello spogliatoio della palestra qualcuno ha scritto - stefy e Robby froci rotti in c***- e sotto i loro numeri di cellulare."*



Paola, 18 anni, Brescia.



il bullismo omofobico

Il bullismo omofobico riguarda tutti gli atti di prepotenza rivolti a persone apertamente omosessuali o che si pensa lo siano, o adolescenti che hanno parenti o amici omosessuali. Questa situazione presenta alcune caratteristiche specifiche.

Mentre chi è vittima di bullismo in quanto nero, arabo, ebreo, disabile, ecc. può trovare nella propria comunità o nella propria famiglia supporto e aiuto, i giovani gay, lesbiche e bisessuali spesso non hanno nessuno a cui rivolgersi, poiché non hanno ancora accettato il proprio orientamento sessuale, perchè non conoscono altre persone “come loro” o perchè in famiglia l’omosessualità non è accettata.

Spesso i giovani gay, lesbiche e bisessuali sviluppano una immagine negativa di sé, perchè amici e insegnanti parlano male di omosessualità e bisessualità (allora vuol dire che IO sono sbagliato, contro-natura, malato, etc).

E se poi è già difficile dichiarare di essere presi in giro o aggrediti, è ancora più difficile raccontare il “perchè”. Molti giovani gay, lesbiche, bisessuali si vergognano della propria condizione, o quanto meno temono che dichiarandosi si attirerebbero addosso molti più insulti e violenze.

Purtroppo restare in silenzio significa aumentare il proprio isolamento, e rendersi così più esposti alle aggressioni, alla violenza, agli insulti. Insomma, al bullismo.

Usare parole come ‘frocio’, ‘finocchio’, ‘camionara’, significa usare un linguaggio omofobico. E usandolo tutti i giorni a scuola, rafforziamo e trasmettiamo un’immagine negativa dell’omosessualità, per cui essere paragonati a una persona omosessuale diviene di per sé un’offesa.

“Tutte sappiamo che Chiara è ancora vergine, è antica, sembra una suora; l'altro giorno ci siamo messe d'accordo e abbiamo messo su facebook una foto di un attore porno, l'abbiamo taggata e le abbiamo scritto - almeno rifatti gli occhi -. Poverina, sua mamma ha detto alla mia che ha pianto tutto il giorno, ma cosa posso farci io... dovrebbe darsi una svegliata.”

Laura, 18 anni, Modena



il Gruppo e gli effetti del bullismo



il bullismo e il gruppo

Tutte e tutti noi durante l'adolescenza cerchiamo di farci degli amici, di sentirci integrati in un gruppo. A volte però, l'identità del nostro gruppo si forma per esclusione: tendiamo cioè a discriminare chi percepiamo come diverso dal resto del gruppo. Quasi tutti gli atti di bullismo avvengono all'interno di un gruppo, anche se a compierli è una singola persona.

Le aggressioni nei confronti di chi è percepito come diverso sono facilitate, perché si verifica nello stesso una sorta di contagio, una reazione a catena in cui si diffondono non solo i comportamenti discriminatori, ma anche le opinioni e le emozioni.

Le responsabilità degli atti di bullismo si distribuiscono tra il gruppo, e sembrano a ciascuno meno gravi; anche il comportamento di aiuto in questo contesto sarà meno probabile perché ciascun membro tenderà a pensare che saranno altri a darlo.





gli effetti del bullismo

C'è chi pensa che aggressioni verbali o fisiche non siano altro che una ragazzata, eventi che fanno parte della normale crescita di un adolescente, altri ancora possono pensare che addirittura servano a temprare il carattere di un ragazzo o di una ragazza. Il bullismo invece causa nelle persone che lo subiscono e che lo praticano un malessere profondo, e gli effetti sulle persone possono avere intensità diversa e durata variabile:

Effetti del bullismo

- Perdita di autostima, sicurezza e di fiducia negli altri
- Isolamento ed allontanamento dal resto della classe
- Difficoltà di concentrazione e scarso rendimento scolastico
- Paura e rifiuto della scuola, assenteismo
- Depressione
- Autolesionismo
- Ansia sociale e attacchi di panico
- Disturbi della personalità
- Disturbi psicosomatici (allergie, disturbi alimentari)
- Tentativi di suicidio
- Suicidio

Per quanto riguarda gli/le adolescenti omosessuali molteplici studi hanno dimostrato come l'esposizione e l'interiorizzazione del disprezzo sociale verso l'omosessualità da parte degli amici e della famiglia sia all'origine di conflittualità personali, stress e disadattamento. A questo proposito è stato introdotto il concetto di omofobia interiorizzata, per definire il generale atteggiamento negativo delle persone omosessuali nei confronti del proprio orientamento sessuale. Le statistiche rilevano inoltre che gli/le adolescenti omosessuali tentano il suicidio 10 volte di più di quelli eterosessuali.

“Sono tre settimane che Michele non viene più a scuola; le ragazze della classe lo chiamano Maicol, come quello del Grande Fratello... un giorno gli hanno messo nel giubbotto degli assorbenti femminili, e non è venuto più in classe. Era già un po’ di tempo che se ne stava in disparte, sembra vivere in un mondo tutto suo, non parla neanche più con me, passa la giornata su internet. Sono preoccupato per lui.”

Giuseppe, 15 anni, Padova



Cosa puoi fare se...



Se ti rendi conto di essere un bersaglio

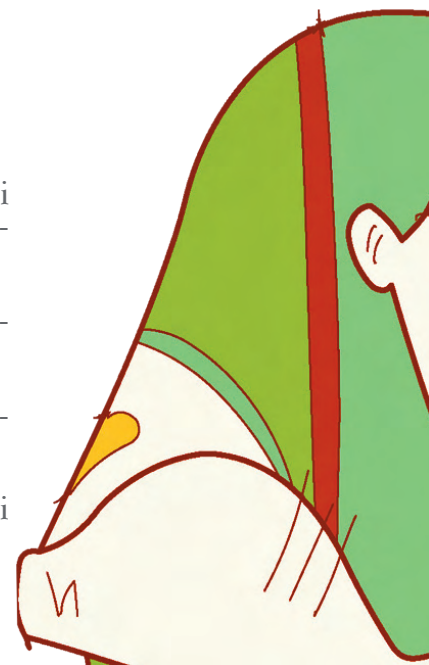
Se sei bersaglio di atti di violenza, derisione, insulto o emarginazione, non rassegnarti all'idea che *tanto è così e non si può fare niente per cambiare le cose*. **Non è colpa tua...**ricordati che non sei tu ad essere in torto, ma le persone che ti offendono, feriscono la tua sensibilità o ti fanno del male fisico. **Vivere in un ambiente scolastico sano e accogliente è un tuo diritto:** la Scuola ed il suo personale hanno il dovere di garantire la tua sicurezza ed il tuo benessere.

Ti senti l'unico/a al mondo a dover subire violenze e offese? Non è così. Tante studentesse e tanti studenti sono nella tua stessa situazione. **Se senti che non puoi farcela con le tue forze, impara a chiedere aiuto.** Guardati intorno per cercare compagni e compagne disponibili ad ascoltarti, insegnanti e altre figure adulte di riferimento che possono intervenire là dove tu non puoi o non riesci a fare nulla. Nessuno si merita offese o violenza!

Cosa puoi fare

Mettiti al riparo e cerca aiuto

- Cerca di restare solo/a il meno possibile, soprattutto in situazioni che sfuggono al controllo degli adulti (intervallo, spogliatoio, bagni...).
- Quando ti senti in pericolo, cerca di attirare l'attenzione delle persone intorno.
- Prova a raccontare quello che ti succede agli amici senza vergognarti di chiedere il loro aiuto.
- Cerca di raccontare a genitori o insegnanti di fiducia quello che ti capita: non si tratta di fare la spia.



Impara come reagire

- Sforzati di non reagire all'aggressione fisica con la violenza: potresti peggiorare la situazione, farti male, o essere incolpato ingiustamente.
- Se vogliono rubarti o romperti qualche oggetto personale, non rischiare di farti male per proteggerlo: le cose si possono ricomprare, l'incolumità della tua persona è più importante.
- Se ricevi messaggi minatori o offensivi, conservali come prove.
- Concediti occasioni per sfogare la tua frustrazione: hai il diritto di sentire rabbia, trattenere le emozioni non fa bene, un bel pianto liberatorio al momento giusto potrebbe farti sentire meglio.

Abbi rispetto e fiducia in te

- Rifletti sul fatto che l'essere trattato male da alcuni non significa che tu lo meriti: il tuo valore non dipende dal comportamento degli altri nei tuoi confronti.
- Prova a concentrarti sul fatto che essere aggressivi non è un segnale di forza, ma piuttosto un modo per coprire le proprie debolezze.
- Sforzati di relativizzare la tua situazione: per quanto possa sembrarti senza via di uscita, non durerà per sempre, coinvolge solo alcune persone, si verifica solo a scuola...
- Non cercare di nascondere gli aspetti della tua personalità che vengono utilizzati come pretesto da chi ti aggredisce. Sii orgoglioso di quello che sei!



Se ti rendi conto di essere un bullo

Pensavi di fare scherzi innocenti o usavi l'aggressività per metterti in luce nel tuo gruppo di amici? **A volte si può diventare bulli senza rendersene conto.**

E se sei tu che assumi un atteggiamento da bullo, cosa puoi fare per stare meglio e per evitare di metterti nei guai? **Puoi imparare a controllare la rabbia** e ad esprimere le tue opinioni in modo fermo, ma non offensivo. L'aggressività è un sentimento umano che fa parte di ognuno di noi, ciò che ci rende forti è la nostra capacità di indirizzarla in modo costruttivo. Prova ad esprimere la tua personalità in modi alternativi, sarai rispettato e compreso da tutti i tuoi amici.

Cosa puoi fare

Prova ad esprimerti in altri modi

- Se qualcuno ti innervosisce o ti fa arrabbiare per ciò che fa, cerca di spiegarglielo e cercate assieme una soluzione; se invece ti innervosisce o ti fa arrabbiare per ciò che è, non puoi pretendere che cambi: se non riesci a gestire la tua rabbia, evitalo o ignoralo.
- Prova a pensare cosa potresti fare in alternativa: invece di minacciare, aggredire, criticare, umiliare, zittire, svalutare, canzonare, urlare, insultare, ecc... prova a dire chiaramente come la pensi e cosa desideri, prova ad esprimere la tua opinione senza offendere o mancare di rispetto agli altri.
- Cerca di immaginare altri modi per renderti simpatico/a e popolare a scuola: il vero leader è rispettato, non temuto.
- Prova ad investire sugli aspetti positivi del tuo carattere e sulle cose che sai fare bene.
- Se ti rendi conto di aver assunto un comportamento da bullo, prova a parlarne con una figura adulta di riferimento, qualcuno in cui hai fiducia e che ti possa aiutare ad agire in maniera diversa.



Gestisci la tua aggressività

- Un modo alternativo e produttivo per scaricare l'aggressività è impegnarsi in attività fisiche e/o sportive, ad esempio le arti marziali.
- Invece di sfogare subito la tua rabbia, conta fino a 10.

Prova a metterti nei panni degli altri

- Sforzati di metterti nei panni del bersaglio: come ti sentiresti al suo posto?
- Sforzati di trovare qualcosa in comune con le persone verso cui si indirizza la tua aggressività.
- Spesso ciò che ci infastidisce negli altri è qualcosa che è anche in noi: prova quindi a ragionare sui reali motivi alla base del tuo disagio e cerca soluzioni diverse per risolverlo.

Cosa fare se ti trovi ad assistere a fenomeni di bullismo

Se hai assistito ad episodi di bullismo, non girarti dall'altra parte.

Forse hai il timore che potrebbe succedere qualcosa del genere anche a te o semplicemente non ti va di impicciarti dei fatti altrui. Ma la tua indifferenza potrebbe peggiorare la situazione: non sottovalutare l'accaduto e non aspettare a riferirlo. La parola d'ordine è empatia, cioè la capacità di comprendere cosa provano gli altri, l'attitudine ad essere disponibile ad ascoltare, capire e sostenere chi ci sta intorno. La scuola è il posto dove passi quasi metà della tua giornata, hai il diritto di pretendere che sia un posto accogliente per tutte e tutti i tuoi compagni di scuola. Il bullismo riguarda anche te, fai la differenza!

Cosa puoi fare

Proteggi chi subisce il bullismo

- Se sei a conoscenza che qualcuno subisce prepotenze, cerca di tenerlo/a d'occhio e non lasciare che resti da solo/a. Coinvolgi altri amici e compagni di scuola: spesso non c'è bisogno di intervenire, un gruppo può essere di aiuto anche solo con la presenza, per esempio, creando diversivi.
- Sforzati di integrarlo/a il più possibile nel gruppo, anche se non ti è simpatico/a: solidarietà e amicizia sono due cose diverse.
- Fai capire al bersaglio che può contare su di te, dimostrati capace di ascoltarlo/a e sostenerlo/a: se qualcuno si apre con te ti dà prova di grande fiducia.

Contieni il bullo

- Non ridere a battute o scherzi che possono ferire qualcuno, anzi dichiara ad alta voce che le prepotenze non sono accettabili.
- Sii duro/a verso il comportamento, ma non verso la persona.
- Non escludere il bullo dal gruppo, fallo/la sentire parte della compagnia quando non si comporta in maniera aggressiva verso gli altri.

Aiuta a chiedere aiuto

- Cerca di convincere chi subisce violenza a rivolgersi a una figura di riferimento adulta.
- Racconta ad un adulto di fiducia quello che hai visto e sentito, senza avere paura di fare la spia o delle ripercussioni.
- Proponi ai tuoi insegnanti di dedicare tempo per affrontare il problema in classe, attraverso discussioni, approfondimenti, lavori di gruppo....
- Proponi alla dirigenza scolastica l'istituzione di uno sportello di ascolto, di un indirizzo e-mail/helpline, opportunamente pubblicizzati.



Info contatti



info Contatti



ARCIGAY: Associazione lesbica e gay italiana
Via Don Minzioni, 18 – 40121 Bologna
Tel: 051.6493055 Fax: 051.6495015
www.arcigay.it
giovani@arcigay.it



AGEDO: Associazione di genitori, parenti e amici di omosessuali
www.agedo.org
info@agedo.org



SMONTA IL BULLO: Campagna nazionale del Ministero dell'Istruzione
contro il bullismo
Telefono verde 8006696
www.smontailbullo.it





Via Don Minzoni 18, 40121 Bologna
Tel. +39 051 0957241 - Fax. +39 051 0957243
[www. arcigay.it](http://www.arcigay.it) - info@arcigay.it

*La presente pubblicazione è stata realizzata all'interno del progetto
"Interventi di prevenzione contro il bullismo a sfondo omofobico"
con il contributo del Fondo per l'Associazionismo (ex legge 383/2000)
Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali*