



I bambini o i ragazzi che sono vittime di bullismo in genere non ne parlano subito all'adulto, ma alcuni segnali nel suo comportamento possono essere chiari indicatori di un disagio.

Ad esempio, si rifiutano di andare a scuola o hanno malesseri fisici (malattie, mal di testa, mal di pancia) che consentono loro di stare a casa; cambiano percorso per recarsi a scuola; ricercano sempre la presenza di un adulto per non rimanere soli con gli aggressori; manifestano ansia e tensione; riportano lividi e graffi sul corpo; manifestano un calo nel rendimento scolastico che non si riesce a spiegare.

Cosa può fare un genitore?

La cosa più importante, che permette di accorgersi di fenomeni di bullismo così come di altri disagi vissuti dal bambino o dal ragazzo, è l'ascolto. Un ascolto pieno, non frettoloso, capace di dare risalto alle emozioni, senza mai far sentire in colpa il bambino per quello che prova. E' importante poi che si aiuti il ragazzo a far fronte, con le proprie forze, a situazioni problematiche; questo significa non sostituirsi a lui nel fronteggiare il problema, poiché in questo modo si rischia di aumentare in lui la sensazione di non essere capace di affrontare da solo le difficoltà, ma accompagnarlo, proteggerlo quando necessario, e aiutarlo ad acquisire gli "strumenti" necessari per migliorare le sue capacità di gestire le relazioni con i compagni, quali per esempio sicurezza, autostima e la fiducia in sé. Questo percorso, spesso difficile anche per i genitori, può essere affrontato al meglio con l'aiuto della scuola e degli insegnanti che, essendo presenti a scuola, possono diventare i migliori alleati della famiglia e rendersi promotori di cambiamenti importanti all'interno della classe. Questo significa a volte dover mettere al corrente gli insegnanti di ciò che accade, anche contro la volontà dei ragazzi (che vorrebbero mantenere il segreto): in questo caso la famiglia deve aiutare il figlio a capire che non è possibile che continui a subire e che il primo e più giusto passo per cambiare la situazione è imparare ad appoggiarsi agli adulti e, quando occorre, chiedere aiuto. Perché nessuno gli volterà le spalle.