Autostima e legami familiari forti per combattere il cyberbullismo

di Robert Brumărescu

Gli italiani? Un popolo di navigatori. Sempre più connessi a Internet, con Facebook a portata di click e il mondo in tasca grazie alle app. La fotografia sembra chiara: la tecnologia ci seduce. Ma quali sono i rischi della realtà virtuale? Il sociologo e filosofo Zygmunt Bauman, attento osservatore della società moderna, non nascondeva certo la sua preoccupazione riguardo alla tecnologia e all'uso che ne facciamo: «L'altra faccia del digitale è il controllo. Ci troviamo nel modello della repressione perfetta, il potere l'ha capito da tempo». Secondo Bauman, il rischio della visibilità è uno «stato di sorveglianza continua e, soprattutto, volontaria». Nell'epoca di Twitter e Instagram, in cui i giovani faticato a distinguere la vita online da quella offline, assistiamo alla trasformazione del bullismo in cyberbullismo. Messaggi, telefonate, video imbarazzanti, mettono spalle al muro gli adolescenti: la vittima di bullismo affronta sia attacchi espliciti (verbali e fisici), sia indiretti (come isolamento, pettegolezzi e calunnie). Diversi studi internazionali hanno messo in evidenza una stretta relazione tra il tasso di suicidi negli adolescenti e il cyberbullismo. Quali sono, allora, i fattori protettivi su cui la vittima di bullismo può contare? Un recente studio (2016), pubblicato sulla rivista scientifica *Journal of Psychological and Educational Research*, mette in evidenza come uno dei fattori protettivi principali per le vittime di bullismo sia la resilienza, ossia la capacità di assorbire e superare un trauma o un periodo. Secondo Scott Tobias, ricercatore presso la Kent University, le risorse personali, così come la coesione familiare, incidono favorevolmente sulle strategie di resilienza al cyberbullismo. Lo studio ha esaminato sessantadue studenti, tra i 9 e i 12 anni. «Abbiamo somministrato loro due questionari che misuravano rispettivamente la resilienza e la consapevolezza nei confronti del cyberbullismo. Quello che abbiamo notato» – spiega il responsabile del progetto – «è come i ragazzi con un livello di autostima e auto-efficacia maggiore, risultassero più forti nel gestire attacchi di cyberbullismo». È inoltre interessante osservare che anche la famiglia riveste un ruolo fondamentale: una maggiore vicinanza e il supporto da prate della famiglia permettono di superare più facilmente le esperienze negative legate bullismo in rete.

La ricetta per combattere i cyberbulli? Una sana educazione all'uso della tecnologia, dialogo a scuola e forti legami familiari.

Fonte

Tobias, S. e Chapanar, T. (2016). «Predicting Resilience after Cyberbully Victimization among High School Students». *Journal of Psychological and Educational Research*, *24* (1), 7-25.