

Il bullismo cronico danneggia la salute a lungo termine

Silvia Soligon

Quando si ripetono nel corso degli anni, le angherie subite dai ragazzi hanno un pericoloso effetto cumulativo

Essere vittima di bullismo danneggia la salute fisica e psicologica a qualsiasi età, ma gli effetti più devastanti si osservano quando il fenomeno è costante e duraturo nel tempo. A dimostrarlo è la prima ricerca ad aver analizzato gli effetti cumulativi degli atti di bullismo subiti da un ragazzo da quando inizia a frequentare le scuole elementari fino agli anni del liceo. I suoi autori hanno pubblicato i risultati ottenuti, dimostrando che tanto più a lungo si è vittime di bullismo, tanto più i danni per la salute sono gravi e duraturi.

La ricerca ha coinvolto più di 4 mila bambini e adolescenti che, nel corso degli anni, sono stati più volte intervistati sul loro stato di salute e sugli atti di bullismo di cui erano vittime. È stata così svelata l'associazione tra quest'ultimo fenomeno e il peggioramento dello stato di salute fisica e mentale, l'aumento dei sintomi della depressione e la riduzione dell'autostima, ma non solo. Infatti, quando il bullismo diventa "cronico", per i ragazzi diventa difficile anche svolgere semplici attività fisiche come camminare, correre o fare sport. A risentire maggiormente di questi effetti negativi sono i ragazzi che, oltre ad essere stati vittime di atti di bullismo nel passato, lo sono ancora nel presente. Insomma, l'impatto generale sulla salute generale è grave e gli effetti negativi del bullismo "possono accumularsi e peggiorare nel tempo".

Al momento per gli esperti è difficile indicare a genitori, operatori sanitari e insegnanti come affrontare il problema. Per questo si sottolinea l'importanza di condurre nuovi studi mirati alla messa a punto di test clinici per prevenire le gravi conseguenze del bullismo e allo sviluppo di metodi efficaci per contrastare il suo impatto sulla salute. Tanto prima impediremo che una persona sia vittima di bullismo, tanto meno probabile sarà che il bullismo abbia effetti duraturi e dannosi sulla sua salute.

(adattamento da: "Il Sole 24 Ore", 18 febbraio 2014)

1. Le conseguenze del bullismo indicate nell'articolo vi sembrano esagerate? Chi vuole esponga il proprio punto di vista, se necessario facendo esempi ricavati dalla propria esperienza.
2. Non c'è dubbio che, accumulando umiliazioni per anni e anni, chiunque andrebbe incontro a dei disturbi seri. Ma, secondo la vostra esperienza, è possibile che un ragazzo o una ragazza rimangano vittime per così tanto tempo? Perché non reagiscono?