



SISTEMA
ITS



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO

I.I.S. LICEO ARTISTICO STATALE "SAN LEUCIO" (CE)

Via P. Tenga, 116 - 81100 - CASERTA

Distr. Scol. n. 12 - Cod. I.I.S. CEIS042009 - Cod. Fisc. 93098380616

Tel. 0823304 917 - Fax 0823361565 - Tel./Fax Presidenza 0823362304

e-mail: ceis042009@istruzione.it - pec: ceis042009@pec.istruzione.it

LICEO ARTISTICO STATALE "SAN LEUCIO" - Cod. Istituto CESD042016

LICEO ARTISTICO CORSO PER ADULTI - Cod. Istituto CESD04250E

Sede Succursale - Viale Melvin Jones Ex Saint Gobain - 81100 - CASERTA - Tel. 0823326095

Sito web: <https://www.liceoartistico-sanleucio-caserta.edu.it/>



STUDENTESSA: MARTINA FERRANTE

ISTITUTO SCOLASTICO: LICEO ARTISTICO SAN LEUCIO

CLASSE: I C

TITOLO DELL'ELABORATO: NON HO PAURA

Il bullismo non è sempre fatto di urla o spinte. A volte è silenzioso, invisibile agli occhi degli altri, ma pesa come un macigno dentro la mente di chi lo subisce. Nel mio caso, tutto è cominciato con commenti sul mio corpo. Parole dette a voce bassa, risatine soffocate, sguardi fugaci. Per chi le pronunciava erano solo scherzi, ma dentro di me diventavano ferite profonde, impossibili da ignorare. La mia testa però "parlava": sentivo quelle piccole voci che mi ricordavano che non ero abbastanza bella e non ero semplicemente nulla. Quelle voci non arrivavano dal nulla. Erano nate dalle parole dei miei compagni, ripetute così tante volte da insinuarsi nella mia mente, da trasformarsi in convinzioni a cui non volevo credere. La maggior parte delle persone non si accorgeva nemmeno di me, e un'altra parte mi guardava come se fossi capitata per sbaglio in un mondo che non mi apparteneva. Con il tempo, quelle parole hanno cominciato a cambiare il modo in cui mi vedevo. Nella mia mente ero molto carina, ma quando i miei occhi si posavano sul mio riflesso, rimanevo zitta. Ogni volta che mi guardo allo specchio combatto una guerra silenziosa, un confronto tra ciò che sento dentro e ciò che vedo fuori. Una bambina non dovrebbe sentirsi "guasta", "difettosa". Eppure... io mi ci sentivo ogni giorno. Guardavo gli altri vivere la loro adolescenza con leggerezza e sicurezza, mentre io rimanevo ai margini, convinta di non meritare affetto o attenzione. Non ho vissuto l'adolescenza che tutti ricordano come la parte migliore della vita. Ogni parola, ogni risata silenziosa, sembrava ricordarmi che non ero abbastanza. Per molto tempo ho pensato che il problema fossi io. Che forse, se fossi stata diversa, quelle parole non sarebbero arrivate. Proprio mentre cercavo di capire meglio quello che stavo vivendo, mi è venuto in mente un film che mi ha colpito molto: "Bene ma non benissimo", diretto da Francesco Mandelli. Racconta la storia di Candida, una ragazza di tredici anni che si trasferisce in una nuova città e in una nuova scuola. Anche per lei tutto comincia con piccole cose: commenti sul suo aspetto fisico, risatine,

sguardi che sembravano innocenti ma che, giorno dopo giorno diventano sempre più pesanti. Il film mi è particolarmente piaciuto per l'atteggiamento di Candida ironico e spiazzante nei confronti delle provocazioni dei bulli. Trovo la sua reazione incoraggiante e utile per un eventuale spettatore che stia vivendo un momento di crisi emotiva. Anche storie come quelle raccontate nel libro *Limitless* di Karim B mostrano quanto il bullismo possa arrivare al cyberbullismo. Una delle vicende più forti è quella di Sky, una ragazza soprannominata "la balena della scuola", su cui venivano postate foto e video offensivi; la frase che più mi ha spezzato il cuore è stata "la balena colpisce ancora". Leggere questo mi ha fatto capire quanto alcune persone possano essere crudeli e quanto sia facile far sentire qualcuno piccolo o sbagliato. È stato un richiamo fortissimo sul fatto che le parole e le immagini, anche dietro uno schermo, possano ferire profondamente. Anche nella musica si trovano messaggi che trattano di fragilità e diversità: ad esempio la canzone "Amico vola via" di Lucio Corsi può essere vista come una voce che accompagna chi si sente fragile, diverso o giudicato dagli altri, ricordano che non siamo soli nelle difficoltà e che il nostro valore non dipende dai giudizi esterni. Ho capito anche un'altra cosa importante sul bullismo: chi ferisce spesso porta dentro di sé paure, fragilità, insicurezze e rabbia che non sa gestire. Questo non giustifica nulla e non rende più sopportabile il dolore. Però conoscere questa verità ci aiuta a non lasciare che le loro parole definiscano chi siamo. Ci insegna a separare il loro giudizio dalla nostra essenza, a non interiorizzare il veleno di chi non ha imparato ad accettare se stesso. In un certo senso, capire la fragilità di chi ti ferisce diventa uno strumento per proteggersi: non significa accettare la cattiveria, ma imparare a difendersi senza trasformarsi in ciò che gli altri vogliono che diventiamo. Io sto ancora imparando. Sto ancora imparando a distinguere tra ciò che gli altri dicono e ciò che valgo davvero. Forse continuerò a combattere quella guerra silenziosa davanti allo specchio. Forse le voci torneranno. Ma ora so che non sono loro a decidere chi sono. Non sono le risate nei corridoi. Non sono i commenti sul mio corpo. Non sono le voci che mi ripetono che non sono abbastanza. Io sono molto di più. Ogni giorno cerco di ascoltare la mia voce, di accettarmi un po' di più, di ricordare che il mio valore non dipende da ciò che gli altri vedono o dicono. È un percorso lento, fatto di piccoli passi, e di pazienza, ma già il fatto di riconoscerlo è una vera vittoria. E forse proprio da qui nasce il vero coraggio: dal momento in cui smetti di credere alle parole che cercano di struggerti e inizi, passo dopo passo, ad ascoltare le tue. Oggi posso dirlo con forza e senza esitazione: **NON HO PAURA!**

L'esperienza, infatti, mi suggerisce che ci sono svariati canali per guarire dal proprio dolore: può essere di supporto un libro, una canzone o un film capitati nel momento giusto della nostra vita, ma mai quanto i rapporti sociali, dal momento che hanno un impatto maggiore sulle problematiche adolescenziali. A questo proposito mi piace ricordare una massima di Antoine De Saint-Exupéry: "Esiste un solo vero lusso, ed è quello delle relazioni umane".