



## ***Karate contro bulli, 1-0***

Salve, volevo testimoniare quello che è successo alla mia bimba, e come abbiamo risolto il problema.

Dalla prima elementare la mia bimba ha avuto problemi di adattamento in classe. Causa bambino iperattivo che io chiamerei più bullo. Veniva quotidianamente derisa, picchiata, insultata; ed il tutto alla presenza dell'insegnante che - impotente - non sapeva come gestirlo (anche le insegnanti a volte hanno le mani legate...).

Dopo un anno di pianti, paure e capricci per andare a scuola, mi decisi - dopo aver assistito ad una reazione letteralmente isterica della bambina che uscendo da scuola veniva spinta ripetutamente nelle scale di scuola - a ritirarla in malomodo anche infierendo contro le insegnanti che non sono state capaci di prendere dei provvedimenti. Avendo la bambina un profitto ottimo e tanta voglia di imparare, venni richiamata dalla direttrice con la promessa che dei provvedimenti sarebbero avvenuti nei confronti di questo bambino. Così fu.

Visita psicologica, che risultò negativa per una maestra di sostegno tutta per lui. Richiamo quotidiano dei genitori, sia per iscritto che verbale... La mia bimba venne più protetta, e lui sempre controllato con un cane da guardia appresso (o il bidello, o un'altra insegnante). Ma neanche questo bastò: Mia figlia era arrivata ad un punto che quando rientrava da scuola neanche mangiava più dal nervoso. Lui trovava sempre i momenti o le distrazioni degli insegnanti per infierire in ogni modo sulla bimba.

Infine, quest'anno (in classe seconda) grazie al consiglio di un poliziotto che si occupa di bullismo, ho incominciato a lavorare su mia figlia, cercando di farle capire che doveva essere più forte, perchè anche se la cambiavo di scuola, poteva ritrovare lo stesso un altro bambino così, e quindi doveva riuscire a sconfiggerlo come succede sempre nelle favole.

Il primo passo fu iscriverla ad un corso di Karatè. Anch'io al momento ero scettica: violenza contro violenza, non ha mai risultati pacifici. Ma mi sono ricreduta. Intanto ho appurato che il karate è una disciplina adatta ai bambini. Non è violento, ma la prima cosa che ti insegna è il movimento del corpo il coordinare bene i movimenti, e soprattutto ti insegna i movimenti per la DIFESA.

Mi sono accorta subito dopo la prima settimana che era stata la scelta giusta. La mia bambina non riusciva neanche ad alzare una mano per parare un colpo era completamente legata psicologicamente. Perchè sin dall'asilo le era stato insegnato ad avere rispetto per gli altri bimbi e di conseguenza non doveva mai picchiarli, e in un certo senso significava subire però!

Il Karatè le ha invece insegnato che ci si può difendere senza picchiare. Per lei è stato come scoprire l'America, un nuovo mondo da vivere.

Ebbene il bambino che la insultava ne ha avuto paura, nonostante non l'avesse mai picchiato, ma è riuscita a respingerlo agilmente con una spinta. Da quel giorno non si è più avvicinato per scocciarla, anzi le porta rispetto e ora vanno anche d'accordo.

**QUALE MIGLIOR TRAGUARDO!!** Sono rimasta molto come mamma, di aver preso la scelta giusta che ha aiutato concretamente mia figlia. Ma la soddisfazione più grande è venuta quando dopo circa un mese dall'inizio del corso, mi hanno chiamato le insegnanti per sapere cosa fosse successo alla bambina di così positivo. Anche loro avevano notato una serenità anche a scuola: niente più pianti, niente più bronchi, molta più voglia di imparare. **È STATO VERAMENTE UN SUCCESSO**, e lo consiglio a tutte quelle mamme che hanno lo stesso problema con i propri figli.

**Rosa**

Tratto dalla rassegna stampa di [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)

Campagna sociale nazionale  
contro gli abusi nella prescrizione  
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti