Quando le vittime iniziano a credere di meritare il male: “Colpa Mia”, il nuovo singolo di Clair contro il bullismo e la colpa interiorizzata

Data: 5 marzo 2026 | Autore: Redazione



«*Forse il male mi fa bene, perché lo merito e mi appartiene.*

È colpa mia, solo colpa mia»

Una chat di classe può restare aperta tutta la notte. Anche quando nessuno scrive più, anche quando il telefono è appoggiato sul comodino, anche quando il giorno dopo bisogna tornare nello stesso banco, nello stesso corridoio, davanti agli stessi occhi. Per molti ragazzi il bullismo non finisce con l’ultima campanella, ma resta in un insulto riletto in silenzio, in una risata che si deposita e si fissa sottopelle, nell’esclusione da un gruppo, nello sguardo di chi sa e finge di non sapere. Una presenza costante, che può arrivare a deformare il modo in cui una persona si percepisce, fino a trasformare l’offesa ricevuta in una domanda: “E se fosse colpa mia?”.

Da questo interrogativo sofferto, figlio di una percezione alterata dalla sopraffazione, nasce “Colpa Mia”, il nuovo singolo di Clair, nome d’arte di Barbara Rizzo, disponibile su tutti i digital store per *Loud Vision*. Dopo “Stop Anxiety”, brano di sensibilizzazione sull’ansia come condizione fisica, mentale e sociale, la cantante e docente siciliana sposta voce e penna su una delle conseguenze più

sottili, devastanti e meno raccontate del bullismo: la colpa che chi subisce finisce per attribuire a sé stesso, fino a leggere la violenza ricevuta come una conferma del proprio disvalore. Una colpa interiorizzata dalla vittima, una forma di autoaccusa che nasce quando la prevaricazione viene subita così a lungo da sembrare quasi normale, inevitabile, perfino meritata.

Il tema appartiene pienamente alla cronaca del presente. Secondo i dati ISTAT pubblicati nel 2025, relativi all'indagine 2023, il 68,5% dei ragazzi tra gli 11 e i 19 anni dichiara di aver subìto, nei dodici mesi precedenti, almeno un episodio offensivo, aggressivo, diffamatorio o di esclusione, online o offline; per il 21%, questi episodi si ripetono più volte al mese. Nel 2026, Save the Children ha indicato inoltre che il 47,1% dei 15-19enni è stato vittima di cyberbullismo, tra messaggi offensivi, minacce, insulti via web o esclusione da chat e gruppi online. Numeri che evidenziano la diffusione di un fenomeno ormai strutturale, ma che non sempre riescono a raccontarne le conseguenze sui singoli, su quello che i giovani provano quando smettono di riconoscere il male come abuso e iniziano a considerarlo una prova contro sé stessi.

"Colpa Mia" descrive il bullismo non soltanto come violenza subita, ma come lenta alterazione dello sguardo su di sé. Il testo si apre con una frase che contiene già tutta la dinamica del brano: «*Ho paura di quello che può succedere e la paura è colpa mia non degli altri*». Non è ancora denuncia, non è ancora richiesta d'aiuto. È la voce di chi ha cominciato a processarsi da solo, di chi cerca una spiegazione alla crudeltà degli altri e finisce per trovarla dentro di sé.

Uno dei passaggi più eloquenti del brano arriva poco dopo, ed è anche uno dei più dolorosi: «*Forse il male mi fa bene, perché lo merito e mi appartiene*». In questo verso Clair coglie una delle ripercussioni più insidiose della prevaricazione ripetuta, quella in cui la vittima smette di percepire la sofferenza come un'ingiustizia esterna e inizia a incorporarla come destino. Il bullismo, allora, non agisce più soltanto nello spazio esterno dell'offesa, ma occupa la dimensione con cui una persona si definisce, nel modo in cui misura il proprio valore, nella possibilità stessa di immaginarsi degna di protezione.

La scrittura di Clair sceglie una struttura dialogica. Da una parte c'è chi si sente piccolo «*fra tanti giganti*», chi parla senza riuscire a sentirsi, chi avverte «*un vuoto scuro*» capace di inghiottire ogni probabilità di reazione; dall'altra, una voce che interrompe la spirale: «*Io invece ti dico che non puoi mollare, che hai la tua vita e ti ci devi aggrappare. Che ogni tuo sogno, vale più di ogni colpo*». Una voce che arriva quando quella della di chi viene sopraffatto sembra essersi spenta o, peggio, pare ormai utilizzare le parole di chi l'ha ferito, introducendo un elemento essenziale: la possibilità che qualcuno, dall'esterno, rimetta in discussione la colpa e restituisca alla vittima il diritto di non coincidere con ciò che ha subito. Perché la musica non elimina il dolore, ma può presentare un altro punto di vista, una prospettiva differente in grado di spezzare il circuito chiuso dell'autoaccusa.

«Il progetto è nato come dispositivo educativo e di sensibilizzazione per riconoscere e contrastare atti di bullismo e cyberbullismo – racconta Clair –. Volevo che il brano aiutasse a sviluppare empatia, ad ascoltare davvero chi soffre, a mettersi nei panni degli altri e a comprendere quanto siano importanti relazioni sociali sane, prive di prevaricazione. "Colpa Mia" racconta le emozioni contrastanti e molto spesso anestetizzate di chi è vittima di bullismo e si colpevolizza del male ricevuto, pensando di meritarlo, ma anche la possibilità che qualcuno si ponga in ascolto e ricordi a quella persona che vale sempre la pena vivere.»

Il videoclip ufficiale, diretto da Alessio Consoli e disponibile anche in una versione in LIS, non accompagna semplicemente la canzone, ma ne rafforza il valore: il corpo ferito dalla paura, il peso dello sguardo altrui, la difficoltà di chiedere aiuto, fino alla possibilità di riconoscere una presenza capace di ascoltare. In un tempo in cui il cyberbullismo prolunga la violenza oltre l'orario scolastico,

portandola nelle stanze, nei telefoni, nelle notifiche e nelle chat private, “Colpa Mia” sceglie di intervenire sul piano più urgente: quello della parola detta prima che il silenzio diventi isolamento.

https://youtu.be/5Dpxwo-lSsY?si=3g5wj88HyCrTk4l3

https://youtu.be/c-xL8sjrN2g?si=GSNE6mlmseG2OcOU

Prodotto da Francesco Ronsivalle, in arte Skyner, con Gianluca Trainito come ingegnere del suono, “Colpa Mia” conferma la direzione artistica di Clair: un pop di respiro internazionale, attraversato da una vocalità di matrice accademica, in cui la tecnica incontra l’intenzione. La cantautrice siciliana non arriva a questo tema come interprete chiamata a prestare la voce a una causa, ma come artista e docente che lavora ogni giorno con le nuove generazioni. Diplomata in Canto presso il Conservatorio Statale “A. Corelli” di Messina, insegnante di Educazione Musicale, specializzata sul sostegno, da anni porta avanti un percorso in cui la musica non resta confinata alla dimensione performativa, ma diventa occasione di confronto, lettura delle emozioni, educazione all’ascolto. Dopo “So Perfectly”, dedicato alla violenza di genere, “Never Give Up”, legato all’autodeterminazione, e “Stop Anxiety”, centrato sull’ansia come condizione diffusa, “Colpa Mia” amplia un percorso in cui ogni release assume anche una funzione formativa. Non nel senso di una canzone che “insegna” dall’alto, ma di un materiale capace di aprire domande. Nelle classi, il brano può diventare punto di partenza per analizzare gli stati emotivi di chi subisce e di chi esercita bullismo, per riconoscere i segnali della prevaricazione, per comprendere il ruolo di chi assiste, tace, ride, si adegua o arriva troppo tardi.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/quando-le-vittime-iniziano-a-credere-di-meritare-il-male-colpa-mia-il-nuovo-singolo-di-clair-contro-il-bullismo-e-la-colpa-interiorizzata/152677