

Cyberbullismo

Che cos'è e come imparare a riconoscerlo

Il cyberbullismo è una forma di violenza e prevaricazione messa in atto da una persona o da un gruppo contro una vittima. Avviene tramite tecnologie digitali e per essere tale occorre che sia prolungata nel tempo.

Il cyberbullismo è una forma di prepotenza virtuale attuata attraverso Internet e le tecnologie digitali. Come il bullismo tradizionale, è una forma di prevaricazione e di oppressione reiterata nel tempo, perpetrata da una persona o da un gruppo di persone nei confronti di un'altra percepita come più debole. Ed è un fenomeno che interessa ragazzi e bambini di ogni età e genere, essendo in parte legato a bisogni della crescita espressi in modo problematico, come la paura di essere esclusi o la ricerca dell'ammirazione degli altri.

Probabilmente conosci il bullismo dei tuoi tempi.

Ma con Internet, telefonino e altre tecnologie il cyberbullismo può colpire 24 ore su 24, ovunque si trovi il ragazzo o la ragazza presa di mira, e nemmeno casa può essere un rifugio sicuro. Sempre più inoltre, i due fenomeni – bullismo tradizionale e cyber - sono compresenti. Il cyberbullismo ha un pubblico potenzialmente enorme anche se in parte può rimanere anonimo. Questo può spingerlo a colpire in modo ancora più aggressivo e violento, dicendo cose che dal vivo non direbbe. E le conseguenze possono essere gravi e persistenti come nel bullismo tradizionale, anche se non c'è contatto fisico.

E' importante che in quanto genitori possiate essere informati sul fenomeno del cyberbullismo per poterlo prevenire e/o per rispondere in modo adeguato.

Come genitore, potresti avere delle incertezze su come interagire con i tuoi figli su questo tema. Quanto controllare? Come? Come stimolare un utilizzo sicuro?

Qualsiasi approccio educativo, non può che partire dalla consapevolezza dei loro bisogni affettivi, sociali e di conoscenza, che manifestano utilizzando Internet e tecnologie digitali. La prevenzione dei rischi presenti in rete, sono parte di un tuo progetto educativo più generale. Internet, visto il ruolo chiave per la loro crescita, può diventare un punto di incontro dove interagire con i tuoi figli.

Inoltre **considera la scuola come una tua potente alleata**. Lo stabilisce anche la nuova Legge 71/2017, "Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo" che attribuisce all'istituzione scolastica un ruolo fondamentale nella prevenzione, in stretta alleanza educativa con la famiglia. Inoltre la stessa L.71/17 introduce per la prima volta nell'ordinamento giuridico anche una definizione: "Qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione, furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati personali in danno di minorenni, realizzata per via telematica, nonché la diffusione di contenuti on line aventi ad oggetto anche uno o più componenti della famiglia del minore il cui scopo intenzionale e predominante sia quello di isolare un minore o un gruppo di minori ponendo in atto un serio abuso, un attacco dannoso, o la loro messa in ridicolo." (Art. 1- Comma 2).

Come accorgerti se sta accadendo?

Da una recente ricerca, emerge che il 35% dei ragazzi intervistati è stato vittima di cyberbullismo, ma solo 1 su 2 ha avvisato i genitori (Telefono Azzurro e DoxaKids, 2017). Quando i ragazzi non ne parlano direttamente, per accorgersene lo strumento più importante è il rapporto che hai costruito con loro. La comunicazione, il dialogo che avete. Se è buono, è più probabile che siano loro a dirti cosa sta accadendo.

Tuttavia, proprio per il tipo di violenza che subiscono, la confusione che provano, il senso di colpa e di impotenza, spesso le vittime si chiudono in se stesse e pensano di poterne, o meglio, di doverne uscire da sole. Si ritrovano così in un circolo vizioso da cui è sempre più difficile uscire.

Allora è fondamentale l'osservazione e, alcuni modi di comportarsi più di altri, potrebbero aiutarti a capire se c'è qualcosa che non va. Ovviamente, da soli, non vogliono dire molto: possono essere indice di altre problematiche o di una normalissima fase della sua crescita.

Tuttavia se noti qualcosa del genere, potresti cercare di saperne di più:

- √ Cambiano improvvisamente il comportamento con gli amici, a scuola, o in altri luoghi dove socializzano.
- √ Sono restii a frequentare luoghi o eventi che coinvolgono altre persone.
- √ Evitano l'uso di computer, telefonini e altre tecnologie per comunicare con gli altri.
- √ Sono particolarmente stressati ogni volta che si riceve un messaggio o una notifica.
- √ Mostrano scarsa autostima, depressione, disturbi alimentari o del sonno.

Considera inoltre che non tutto ciò che accade online è cyberbullismo, cerca di capire come stanno veramente le cose per poter agire nel modo migliore.



Consigli per prevenire

Ogni progetto educativo varia necessariamente in base all'età e al tipo di rapporto che hai instaurato con i tuoi figli. Ecco alcuni consigli generali.

Comunica con i tuoi figli

Fai loro sentire che possono chiedere consiglio sempre. Ricordati che se temono punizioni o conseguenze negative sarà più difficile che si confrontino o chiedano consiglio.

Educali al rispetto

Fai in modo che Internet e smartphones/telefonini non si sostituiscano alla vita "reale". Tanto più si identificano in quello che condividono su internet, tanto più possono essere feriti da chi li andrà ad attaccare. Permetti loro di fare esperienze in cui comprendono "il punto di vista dell'altro", in modo che anche online possano mettere sempre in atto comportamenti rispettosi delle opinioni altrui.

Parlate dei temi della privacy

Devono saperla gestire anche online e devono seguire delle regole che avete stabilito insieme. Non dovrebbero pubblicare mai dati personali né troppe informazioni, foto, video su se stessi, soprattutto di certi tipi (vai su [sexting](#)). I cyberbulli potrebbero utilizzare questo materiale per offendere, ricattare, screditare, ecc... .

A seconda dell'età, assicurati personalmente che le impostazioni di [privacy](#) siano corrette. Se tuo figlio ha meno di 14 anni discutete insieme del consenso al trattamento dei dati (per saperne di più vai alla sezione [PRIVACY](#)).

Responsabilizzati: vince chi parla

Condividi un sistema di valori basato sull'ascolto e sul rispetto dell'altro, contro la violenza (fisica e psicologica) e l'omertà. Il [cyberbullismo](#) approfitta di un pubblico che a volte è spaventato e incapace di prendere posizione, altre affascinato e collusivo. Dovresti far capire che senza questo atteggiamento "protettivo" intorno, il cyberbullo non potrebbe agire.



Cosa fare se accade

Aiutali a farsi aiutare

Fatti raccontare come è andata. Fagli capire che, anche se potrebbero aver commesso degli errori, quello che sta accadendo non è colpa loro. Parla loro dei canali messi a disposizione per loro dal Safer Internet Center italiano. Il primo è la linea di ascolto gratuita **1.96.96**, il secondo la chat. Di loro che, ogni qualvolta avranno bisogno di un consiglio ma non se la sentiranno di parlarne con persone che già conoscono, potranno chiedere un consiglio o un aiuto alla helpline del Safer Internet Center. La helpline è attiva 24 ore su 24, tutti i giorni dell'anno. La chat invece è attiva tutti i giorni dell'anno dalle 8 alle 22 (sabato e domenica dalle 8 alle 20).

Se provocati online, consiglia loro di non reagire allo stesso livello

Se si viene provocati da un cyberbullo, è importante non reagire allo stesso livello. Non rispondere ai messaggi in chat, ad ogni commento, ai post, ecc..

Spiegagli che è importante conservare le tracce di ciò che accade online

A differenza del bullismo tradizionale, nel cyberbullismo si lasciano molte tracce. Spiega loro che, per poter intervenire in modo efficace, occorre che tengano sempre traccia dei messaggi e delle provocazioni ricevute: possono costituire una prova del reato. Ricordati che molte azioni presenti nel cyberbullismo sono perseguibili dalla legge.

Segnala i contenuti e blocca i contatti

Secondo la nuova Legge 71/2017, "Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo", ciascun minore ultraquattordicenne (o i suoi genitori o chi esercita la responsabilità del minore) che sia stato vittima di cyberbullismo può **inoltrare al titolare del trattamento o al gestore del sito internet o del social media un'istanza per l'oscuramento, la rimozione o il blocco dei contenuti diffusi** nella rete. Se entro 24 il gestore non avrà provveduto, l'interessato può rivolgere analoga richiesta al Garante per la protezione dei dati personali, che rimuoverà i contenuti entro 48 ore. Il Garante ha pubblicato nel proprio sito il modello per la segnalazione/reclamo in materia di cyberbullismo da inviare a: cyberbullismo@gpdp.it. Il Garante ha pubblicato nel proprio sito il modello per la segnalazione/reclamo in materia di cyberbullismo. È possibile dunque bloccare, almeno parzialmente, l'azione dei cyberbulli, bloccando contatti indesiderati, salvando il testo di una chat, segnalando un contenuto al gestore del social network utilizzato. A volte può essere necessario contattare la Polizia Postale, se non sei sicuro puoi prima chiamare la nostra Helpline.

Ascolta i tuoi figli

Se vieni a sapere che tuo figlio è preso di mira, chiedigli cosa puoi fare per lui/lei e condividete come agire. Spesso hanno paura che il genitore reagisca in modo eccessivo, rendendo la sua situazione peggiore. Per capire come sta, esci dai tuoi panni e mettili nei suoi, chiedendo aiuto se non sai come gestire la situazione

Sei in difficoltà? Ecco a chi rivolgerti:

- **Dirigente Scolastico della Scuola frequentata da tuo figlio**
- Polizia postale
- **Help line di Telefono Azzurro per Generazioni Connesse**

