

Cyberbullismo



Il cyberbullismo offende e ferisce attraverso messaggi pubblici e personali come post, foto, chat che vengono condivisi online: sono azioni per umiliare qualcuno davanti al pubblico della rete, in modo ripetuto nel tempo.

Magari inizia tutto da uno scherzo, un brutto commento, una presa in giro... Presto però ti ritrovi in un incubo senza fine! Perché il cyberbullismo può colpirti anche a casa, ogni volta che sei online, con messaggi offensivi, foto ritoccate, post che parlano male di te...

MAGARI AIUTI IL CYBERBULLISMO E NON LO SAI...

Proprio così. Può succedere anche questo.

Non girare, commentare, linkare messaggi che possono essere offensivi o dispiacere a qualcuno. Anche se non li hai inviati tu per primo, puoi far parte del circolo vizioso del cyberbullismo, magari senza accorgertene. Se ti capita di vedere o ricevere cose del genere, parlane a un adulto di fiducia, segnalalo, cerca di non rimanere neanche uno spettatore passivo. I cyberbulli fanno anche affidamento su questo.

CHE FARE?

Vivi bene con i Social Network

Usali per comunicare con i tuoi amici e rispetta la tua e la loro privacy, ad esempio chiedendo loro prima di "taggare" i tuoi compagni se le immagini li riguardano o non caricando video che potrebbero creare imbarazzo o vergogna, anche se ti sembrano divertenti.

Pensa prima di postare

Voglio veramente dire a tutti cosa penso in ogni momento di tutti quelli che conosco? Cosa può succedere se posto una foto riservata del mio fidanzato/a o dei miei compagni? Perché continuo a fare scherzi ad un mio compagno o compagna continuamente, anche se ormai mi diverto solo io?

CONSIGLI SE CAPITA A TE

Non reagire allo stesso livello

Non rispondere ai messaggi in chat, ad ogni commento, ai post, ecc..

Blocca e segnala

Se hai più di 14 anni (o se ne hai meno puoi chiedere ai tuoi genitori o tutori) puoi chiedere **al gestore del sito internet o del social network di oscurare, rimuovere o bloccare i contenuti diffusi** nella rete che ti riguardano. Se entro 24 il gestore non avrà provveduto, puoi chiederlo al Garante per la protezione dei dati personali compilando questa lettera **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.

Parlane con qualcuno di cui ti fidi

Un genitore, un parente o un insegnante ... ma anche un tuo amico al di fuori della scuola. **Mai isolarti, ok?** Da soli non se ne esce. Segnala quello che sta succedendo, per te e per le altre persone che potrebbero essere coinvolte in futuro dallo stesso cyberbullo o cyberbulla. Tante persone possono aiutarti. Se preferisci parlarne con qualcuno che è fuori dal tuo mondo e dai tuoi giri, possiamo aiutarti noi. Il **Safer Internet Center italiano** mette a tua disposizione due canali a cui puoi rivolgerti. Il primo è **la linea di ascolto 1.96.96**, il secondo la **chat di Telefono Azzurro**. Il **cyberbullismo** si può sconfiggere. Troveremo insieme a te la soluzione migliore per uscire dalla situazione che ti fa stare male. Puoi chiamare quando vuoi, la linea di ascolto è sempre attiva. Ricorda invece che la chat è attiva dal lunedì al venerdì (8-22) e sabato/domenica (8-20).

Non sentirti in colpa.

Quello che succede non dipende da te (anche se magari hai avuto qualche svista rispetto alla privacy) o da quello che fai.

Conserva le tracce

L'unica cosa "buona" del **cyberbullismo** è che lascia tracce. Quindi salva i messaggi che ricevi o i post che pubblicano: saranno una prova in caso di denuncia.

...e se assisti a episodi di cyberbullismo?

Mettiti nei panni degli altri

Se succede qualcosa di brutto online, la responsabilità non è mai di una persona sola. Si dovrebbe essere attenti a chi si ha intorno, andare oltre le apparenze e mettersi nei panni degli altri. Avere il coraggio di chiedere "come stai", avere il coraggio di fermarsi a pensare e fermare gli altri se si capisce che si sta sbagliando, anche se questo vuol dire andare "contro" quello che fanno gli altri.

Fa la differenza

Quando metti un "cuore" perché tanto "non conta niente", quando condividi una foto ad occhi chiusi, quando fai finta di non aver visto quel post o quel commento, ... chiunque può essere il "Postatore nero", ma chiunque può fermarsi in tempo e magari aiutare o chiedere aiuto. Anche tu puoi segnalare a un docente se capita qualcosa di brutto a qualcuno che conosci! Non avere paura di parlare con un adulto di riferimento per aiutare chi si trova in difficoltà.

