

#OFF4aDAY



SCRIVICI AL
393.300.90.90

O INVIA UN'EMAIL A
help@off4aday.it

**MATERIALE
INFORMATIVO
PER RAGAZZI**

moige
proteggiamo i nostri figli

SAMSUNG

CON IL
PATROCINIO
DI



Polizia di Stato

SAI COSA VUOL DIRE CYBER BULLISMO?

DEFINIZIONI E CARATTERISTICHE DEL CYBER BULLISMO

È un termine usato per indicare il bullismo online e si verifica quando qualcuno compie atti di vessazione, umiliazione, molestia, diffamazione, o azioni aggressive nei confronti di un altro, tramite mezzi elettronici come l'e-mail, la messaggistica istantanea, i social network, i blog, i telefoni cellulari, i cercapersone e/o i siti web. Il cyber bullo può agire, ad esempio, pubblicando foto, video o informazioni private della vittima, spargendo maldicenze attraverso sms/mms con il cellulare o con la posta elettronica, oppure attraverso minacce inviate tramite il cellulare o gli strumenti elettronici.

COME E PERCHE' SI MANIFESTA

Per questo motivo la persona che è vittima di un'azione di cyber bullismo pensa e crede che costantemente, in sua assenza si vociferi in modo continuo e incessante su di lei in rete, e che lei, suo malgrado, non ha la possibilità di placare o interrompere questo fenomeno.

Il cyber bullo invece, con le sue azioni, tenta di ottenere popolarità all'interno di un gruppo, per divertimento o semplicemente per noia. Attuare questo comportamento è facile in rete perché è possibile rendersi irreperibile o anonimi.

Il cyber bullismo inoltre è un fenomeno che può verificarsi ovunque

Non si tratta quindi di scherzi o litigi ma di azioni di "violenza" effettuate intenzionalmente e in maniera duratura (almeno per qualche mese), a danno della stessa/e persona/e, in una situazione in cui c'è una persona più forte che usa il suo potere, virtuale, e non fisico in questo caso, per danneggiare e ledere il più debole. Sul web, il passaparola, è ancora più rapido, perché le persone che assistono "allo spettacolo" sono numerosissime.

e in ogni istante; ad esempio, un video pubblicato su YouTube e poi divulgato e condiviso con migliaia di astanti (spettatori), può arrecare un grave danno alla vittima anche senza la sua ripetizione nel tempo poiché il video inserito in rete rimane lì, sempre disponibile, può essere visto da migliaia di persone in tempi diversi e non può essere rimosso se non dall'utente (o attraverso l'azione condotta dalla Polizia Postale solo dopo aver fatto denuncia).

Lo stesso contenuto poi può essere diffuso attraverso il passaparola, anche quando le altre persone non sono effettivamente implicate nella relazione tra il bullo e la vittima.

Il fatto, inoltre, che vi sia una vasta platea di spettatori a guardare e condividere, amplifica l'effetto dell'aggressione, con conseguenze che possono risultare devastanti per la vittima.

Potrai facilmente capire che esiste uno squilibrio di potere tra le parti: il cyber bullo, pur essendo una sola persona, chiusa nella propria stanza e senza particolari doti fisiche, può compiere atti di bullismo su un numero vasto di vittime agendo attraverso poche operazioni telematiche.

DOVE SI DIFFONDE

Il bullismo tradizionale si verifica principalmente nelle scuole durante le ore di lezione, mentre il cyber bullismo è un fenomeno continuo, che si divulga in ogni momento, senza pausa. Così avviene, ad esempio, nel caso di video offensivi divulgati su YouTube: l'offesa si ripete all'infinito, poiché il video rimane disponibile agli spettatori per un lungo periodo di tempo, e non varia in base alle azioni che il bullo, e il gruppo che lo supporta, decidono di intraprendere.

CHI SONO I PROTAGONISTI DEL CYBER BULLISMO, CHI SONO LE VITTIME E GLI ASTANTI

SAPEVI CHE NEL CYBER BULLISMO ANCHE CHI VISIONA "SEMPLICEMENTE" UN VIDEO O DECIDE DI INOLTRARLO AD ALTRI, O RIDE, O RIMANE INDIFFERENTE, RESPONSABILE DEL FATTO CHE ACCADE?

Guardare video, leggere o scrivere commenti offensivi e passare la voce ad altre persone dell'azione dannosa contro qualcuno, comporta una responsabilità. Quindi anche chi osserva (ovviamente in maniera diversa da chi agisce) si impegna a portare avanti l'azione del cyber bullo e assume un'importanza evidente e delicata nella vicenda.

In rete il cyber bullo può agire in due modi: nel primo può attaccare la vittima direttamente, spesso sotto la maschera dell'anonimato; nel secondo può agire, attraverso la rete o tramite sms, distribuendo immagini, video o notizie riguardanti la vittima ad un gruppo di spettatori vastissimo.

Per il cyber bullo o il cyber gruppo molesto, il fattore fondamentale e importante è "farlo sapere al mondo": per questo, il pubblico rappresenta un elemento indispensabile che assume un ruolo di responsabilità attiva nei confronti delle vittime, anche se, paradossalmente non le conosce affatto.

MA CHI E' EFFETTIVAMENTE IL CYBER BULLO? PERCHE' SI COMPORTA COSI' E FA QUESTE COSE?

In genere attraverso queste azioni egli tenta di mettersi in mostra: è tendenzialmente una persona che non conosce le regole del viver comune e di stare in contatto con le persone.

È una persona immatura affettivamente che non è capace di gestire le proprie emozioni come il senso di colpa o la vergogna. È facile attirare la sua attenzione se ci si veste in modo insolito, se si ha un colore della pelle diverso o, per assurdo, se si è la più graziosa della classe.

La "diversità" della vittima, infatti, gioca un ruolo primario nella scelta da parte del cyber bullo, insieme all'orientamento politico o religioso.

In genere compie azioni di prepotenza per ottenere popolarità all'interno di un gruppo, per divertimento o semplicemente per noia.

La vittima al contrario è un soggetto debole, con un carattere ansioso e insicuro.

È in genere una persona sensibile ma con una bassa autostima. Tende ad isolarsi perché incapace di difendersi ed è bisognoso di protezione. A livello scolastico ha un rendimento non brillante e risulta essere poco abile nello sport e nel gioco. Con gli altri nega l'esistenza del problema, perché non vuole colpevolizzarsi e per questo non riesce a confidarsi con nessuno.

La vittima può essere passiva quando abbiamo di fronte un ragazzo che tendenzialmente non sembra provocare in alcun modo le prepotenze subite: è un soggetto calmo, sensibile e contrario all'uso della violenza, e se maschio, più debole fisicamente rispetto alla media dei compagni. È invece una vittima provocatrice quando con il suo comportamento irrequieto e irritante, provoca gli attacchi subiti e spesso contrattacca le azioni dell'altro.

I VARI TIPI DI CYBER BULLISMO



Esistono diversi modi attraverso i quali il cyber bullo può attuare le sue azioni a danno della propria vittima:

FLAMING: inviare messaggi di insulto per suscitare dispute online

CYBERSTALKING: perseguitare qualcuno attraverso l'invio ripetuto di minacce

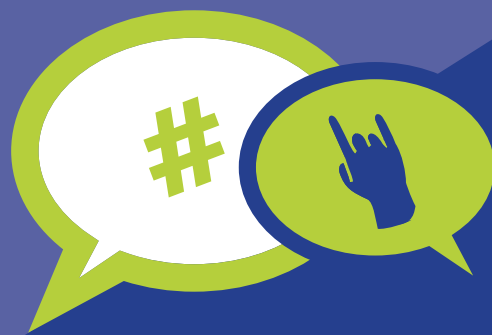
DENIGRAZIONE: pubblicare pettegolezzi o divulgare immagini imbarazzanti della vittima, con lo scopo di danneggiarne la reputazione e i rapporti sociali

Sostituzione dell'identità: violare la password di una persona per fingersi lei e inviare messaggi malevoli ai suoi contatti al fine di rovinare la sua reputazione e le sue amicizie

OUTING: rivelare informazioni personali e riservate riguardanti una persona

TRICKERY: spingere una persona, attraverso l'inganno, a rivelare informazioni imbarazzanti e riservate per renderle poi pubbliche in rete

ESCLUSIONE: escludere intenzionalmente una vittima da un gruppo online



DIFFERENZE TRA BULLISMO TRADIZIONALE E CYBER BULLISMO

Esistono numerose differenze tra il bullismo e il cyber bullismo.

Nel **BULLISMO TRADIZIONALE** in genere la vittima e il bullo sono persone che si conoscono, che si frequentano nella stessa scuola o compagnia.

Per questo motivo gli episodi di bullismo, solitamente, circolano all'interno di un territorio ristretto e non ampio (classe, scuola, compagnia, gruppo sportivo) e i bulli compiono le loro azioni in tempi definiti: pausa pranzo, ricreazione, tragitto casa-scuola, cambio negli spogliatoi, etc.

Tuttavia il bullo, trovandosi a faccia a faccia con la propria vittima e potendo vedere gli effetti delle sue azioni, a volte, riesce ad avere un contenimento del livello di disinibizione, che dipende però anche dal coinvolgimento del gruppo.

In questa situazione al bullo piace sentirsi al centro dell'attenzione, ha bisogno di rendersi "visibile" e forte agli occhi degli altri, anche se poi la sua vera identità si nasconde dietro una maschera.

Nel **BULLISMO ELETTRONICO** invece le persone possono anche essere sconosciute tra di loro e possono essere coinvolti soggetti che si trovano in tutto il mondo. Il materiale può circolare in rete tranquillamente e senza limiti di orari e permanere sui siti per lungo tempo. Nel cyber bullismo il potere del bullo è maggiore in quanto viene accresciuto dalla sua invisibilità in rete (anche attraverso la creazione di una finta personalità virtuale): in questo caso, il livello di disinibizione è alto (si fanno cose che nella vita reale sarebbero più contenute) in quanto il cyber bullo non si rende conto effettivamente degli effetti che le sue azioni hanno sugli altri.

DINAMICHE PSICOLOGICHE DEL CYBER BULLISMO (IL DISIMPEGNO MORALE E LA DEUMANIZZAZIONE DELLA VITTIMA)

A livello psicologico il cyber bullo riesce a dissociarsi dal dispiacere che le sue azioni procurerebbero alla vittima.

In altre parole, non vedendo con i propri occhi l'effetto delle sue azioni, non si rende conto della sofferenza che procura, non si accorge del danno e della violenza inflitta alla vittima.

Non riesce a sviluppare empatia, a "calzare i panni dell'altro", e ciò comporta il fatto che non sviluppi il sentimento di vergogna o di colpa di fronte alla sofferenza altrui.

Non essendoci il contatto reale tra il cyber bullo e la vittima (faccia a faccia), è più facile per lui compiere le azioni!



QUALI SONO LE CONSEGUENZE A BREVE E LUNGO TERMINE SULLA VITTIMA E SUL CYBER BULLO



Le conseguenze del cyberbullismo si manifestano nella vita reale delle vittime: i ragazzi subiscono continui cambi di umore, hanno disturbi emotivi, problemi di salute fisica, dolori addominali, disturbi del sonno, nervosismo e ansia.

Le vittime si chiudono in se stesse e non comunicano con il resto del mondo, cadono in una specie di depressione e la loro autostima e sicurezza diminuiscono. Potrebbero rifiutarsi di andare a scuola o fare sport, di uscire o incontrare gli amici.

Se sei stato o sei vittima di cyberbullismo denuncia chi ti perseguita e spiega la tua azione violenta contro di te. Parlane con un adulto di riferimento: genitore, insegnante, allenatore. Non vergognarti e sforzati di parlarne e di chiedere aiuto!

BREVE GUIDA PER UNA CORRETTA NAVIGAZIONE IN RETE E UN UTILIZZO SANO DELLE NUOVE TECNOLOGIE



È importante seguire alcune regole fondamentali per navigare sicuri in rete e per non incappare in brutte sorprese, o in un cyber bullo:

- 01.** Non dare mai informazioni personali (nome, indirizzo, numero di telefono, età, nome e località della scuola o nome degli amici) a chi non conosci personalmente o a chi incontri sul web;
- 02.** Non condividere le tue password con gli amici, ma solo con i tuoi genitori;
- 03.** Cerca di creare password originali, sempre diverse con caratteri numerici e di lettere intervallati tra loro;
- 04.** Non accettare incontri di persona con qualcuno conosciuto online;
- 05.** Non rispondere a messaggi che possano destare confusione o disagio (meglio ignorare il mittente, terminare la comunicazione e riferire quanto accaduto a un adulto);
- 06.** Non usare un linguaggio offensivo o mandare messaggi volgari online;
- 07.** Se qualcuno usa un linguaggio offensivo con te, parlane con un adulto;
- 08.** Quando usi i social pensa prima di taggare qualcuno e controlla i post in cui sei taggato prima di renderli pubblici al fine di evitare spiacevoli contenuti on line sul tuo profilo. I social network ti aiutano, attraverso le impostazioni sulla privacy, a controllare chi può vedere i tuoi contenuti e come ti connetti con le altre persone.



ECCO ALCUNI CONSIGLI PRATICI DA SEGUIRE IN CASO DI EPISODI DI CYBER BULLISMO:

- 01.** Ignora le provocazioni cercando di mantenere la calma: senza la tua reazione il cyber bullo si annoierà e ti lascerà stare;
- 02.** Non avere paura di chiedere aiuto a qualcuno (genitori, insegnanti, amici): insieme ad un adulto puoi capire cosa fare, come alleviare la tua rabbia, puoi uscire dalla confusione che ti perseguita, conoscere e riconoscere i tuoi sentimenti;
- 03.** Abituati a registrare su di un "diario" gli abusi subiti per non dimenticare i dettagli in caso di denuncia. E' bene salvare i messaggi offensivi ricevuti (sms, mms, e-mail), prendendo nota del giorno e dell'ora in cui il messaggio è arrivato;
- 04.** Non mostrare rabbia, timore o tristezza. Evita di rispondere ad e-mail o sms molesti e offensivi;
- 05.** Non rispondere a chi offende nelle chat o esclude te od altri da una chat;
- 06.** Cambia il tuo nickname;
- 07.** Cambia il proprio numero di cellulare e comunicalo solo agli amici;
- 08.** Utilizza filtri per bloccare le e-mail moleste;
- 09.** Se una persona ti infastidisce puoi "arginarla": su alcuni social network puoi bloccare la persona in questione, che non potrà più contattarti.
- 10.** Spesso i social network ti offrono anche una possibilità in più: se qualcuno ti infastidisce o viola le regole del social, puoi inviare una segnalazione tramite gli appositi link disponibili solitamente accanto al contenuto in questione o direttamente al centro assistenza;
- 11.** Contatta la polizia nei casi di minacce fisiche o sessuali.

CHIEDERE AIUTO
SCRIVENDOCI AL
N°. 393.300.90.90

Samsung e Moige, attenti e impegnati a diffondere un uso corretto e consapevole delle nuove tecnologie, lanciano un numero per offrire supporto concreto a voi minori, nell'affrontare uno dei rischi più comuni e diffusi dell'utilizzo inappropriato della rete: il cyber bullismo.

Se pensi che un atteggiamento non sia corretto, se vedi una tua amica in difficoltà, se tu stesso ti trovi in una situazione difficile che non riesci più ad affrontare o gestire, non avere paura di chiedere aiuto: **scrivici al numero 393.300.90.90**. Puoi inviarcì un SMS o scrivercì attraverso i principali servizi di messaggistica istantanea*. Abbiamo attivato anche un'e-mail dedicata:

help@off4aday.it

Gli operatori risponderanno ai tuoi quesiti, raccoglieranno le tue segnalazioni di atti di cyber bullismo, ti daranno informazioni sul fenomeno e ti consiglieranno sui comportamenti migliori da tenere in situazioni critiche. Puoi fidarti: risponderanno solo psicologi esperti e qualificati.

Il servizio è attivo tutti i giorni, dal lunedì al sabato dalle ore 14 alle ore 20.

*Il Servizio è fornito gratuitamente; ciò nonostante, essendo lo stesso utilizzabile soltanto previo accesso alla rete Internet o invio di SMS, sarai tu a dover sostenere i costi associati a tale accesso (compresi quelli relativi alla connessione ad Internet e/o alla rete telefonica secondo il piano tariffario del tuo operatore). Non vi sono costi aggiuntivi di alcun genere.

moige
proteggiamo i nostri figli

SAMSUNG

CYBER BULLISMO QUALI SOLUZIONI? VERSO UNA CULTURA DELLA RELAZIONE AUTENTICA

Sicuramente la rete e internet sono potenti mezzi di comunicazione con cui è bello divertirsi, restare in contatto con gli altri e stringere amicizie, ma è certamente necessario mantenere parallelamente relazioni offline! Incontrarsi a tu per tu comporta uno sforzo maggiore ed il rischio di non piacere all'altro, ma è un pericolo che vale la pena correre!

Possiamo crescere sapendo che agli altri piacciamo, anche se non siamo perfetti e sempre al top! Dobbiamo imparare a mostrarci per quello che siamo, nonostante i nostri difetti, perché sono proprio quelli che ci rendono unici!

L'ironia è sempre una buona arma per renderci immuni dalle offese e dagli scherzi. Ma i primi ad ironizzare su noi stessi, dobbiamo essere noi!

Spesso i mezzi tecnologici creano degli equivoci nella relazione: se non ci sentiamo capiti o fraintendiamo qualcosa, è sempre bene abbandonare il cellulare o il computer e chiarirsi di persona.

È importante che le nostre amicizie e i nostri rapporti sia fondati su legami che possano essere alimentati nella vita reale. Restiamo connessi sì, ma nella realtà!



IL CYBER BULLISMO: GLOSSARIO

ASTANTE

Utente che è presente, vicino; circostante. Nel caso del cyber bullismo, con tale parola, viene indicata una persona che assiste alla violenza attuata dal cyber bullo a danno della propria vittima e che funge dunque da spettatore, da pubblico.

BLOG

È uno spazio sul web dove poter raccontare storie, esperienze e pensieri; una sorta di diario di bordo che ognuno può "tenere" e condividere con gli altri in internet.

CHAT

È uno spazio virtuale in cui poter "chiacchierare" in tempo reale attraverso lo scambio di messaggi inseriti sulla tastiera e visualizzati sullo schermo della persona con la quale si sta comunicando.

DEUMANIZZAZIONE

È un processo secondo cui un gruppo asserisce e provoca l'inferiorità di un altro attraverso atti e strategie mirate. Ha lo scopo di creare gerarchie, dove chi sta più in alto ha un livello di dignità maggiore di chi si trova più in basso. Consiste nel rifiutarsi di riconoscere alcuni esseri umani come tali.

DISINIBIZIONE

Privo di freni, di inibizioni: spregiudicato.



EMAIL

È un servizio internet che consente ad un utente di inviare e ricevere messaggi, foto, video o documenti utilizzando un computer o altro dispositivo elettronico.

EMPATIA

È una parola che designa un atteggiamento verso gli altri caratterizzato da uno sforzo di comprensione intellettuale dell'altro, escludendo ogni attitudine affettiva personale (simpatia, antipatia) e ogni giudizio morale.

FACEBOOK

È un social Network attraverso il quale, le persone che si iscrivono, possono dialogare tra di loro, caricare e condividere foto, fare nuovi amicizie e rimanere in contatto con i vecchi amici d'infanzia.

MMS

Rappresentano lo stadio successivo al servizio di SMS. Consentono non solo spedire messaggi di testo ma anche immagini, suoni e video.

NARCISISMO

Adorazione morbosa di sé stessi, che si esprime nel culto e nella cura maniacale per il proprio corpo.

NEW MEDIA

Termine con il quale si indica, in linea generale, l'insieme di tutti i dispositivi digitali che sono interattivi e che si contrappongono ai "vecchi media" (telefono, radio e TV).



NICKNAME

È un nome inventato, non reale, composto da lettere e numeri che viene utilizzato all'interno di una comunità virtuale per identificarsi e distinguersi.

ONLINE

Termine inglese usato come sinonimo dell'italiano "in linea".

OFFLINE

Termine inglese usato come sinonimo dell'italiano "non in linea" o "fuori linea".

PASSWORD

Sono codici, cifre alfanumeriche che fungono da chiave di accesso alle informazioni riservate e custodite nel computer.

SMS

È l'acronimo dell'inglese: short message service (servizio messaggi brevi). È un servizio comunemente usato per inviare un breve messaggio di testo da un telefono cellulare ad un altro.

SOCIAL NETWORK

Il termine tradotto significa "rete sociale". Sono rappresentati da luoghi virtuali in cui gli utenti possono instaurare rapporti con altre persone tramite internet. Sono strumenti utilizzati per rimanere in contatto virtuale con gli altri, che consentono di condividere le proprie idee con amici, parenti e, in generale, con chiunque vogliamo, permettendo a loro volta di esprimere il proprio pensiero su quello che abbiamo condiviso attraverso la Rete.





TECNOMEDIAZIONE

Ogni comunicazione che avviene attraverso l'utilizzo delle tecnologie.



TWITTER

È un servizio che consente di lasciare un messaggio non più lungo di 140 caratteri tramite web o sms e che viene letto dalle persone che hanno scelto di seguire i nostri aggiornamenti.

TWITTARE

Twittare vuol dire postare un tweet, scrivere su Twitter.

WEB

Rappresenta l'insieme dei siti Internet.

WEBCAM

È una piccola telecamera presente nel computer che permette di trasmettere la nostra immagine all'utente con il quale stiamo parlando virtualmente.

YOUTUBE

È un sito web che permette, ad un utente, di vedere, inserire in Rete, pubblicare e condividere video.



BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

Bauman Z., Il buio del postmoderno, Reggio Emilia, Aliberti Editore, 2011

Cantelmi T., Tecnoliquidità - La psicologia ai tempi di internet: La mente tecno liquida, Roma, San Paolo Edizioni, 2013.

Centorrino M., Bulli, pupe e videofonini, Roma, Bonanno Editore, 2009

Daffi G., Prandolini C., Mio figlio è un bullo?, Ed. Erikson, 2012

Fonzi A., Fonzi C., Abbasso i bulli, Ponte alle Grazie, 2012

Formella Z., Ricci A., Il disagio adolescenziale. Tra aggressività, bullismo e cyber bullismo, Roma, Las Editore, 2010

Genta M.L., Brighi A., Guarini A., Bullying and Cyberbullying in Adolescence, Roma, Carocci Editore, 2009

Iannaccone N., Stop al cyber bullismo, Bari, La Meridiana Edizioni, 2009

Menesini E. (a cura), Bullismo: le azioni efficaci a scuola, Ed. Erikson, 2006

Olweus D., Bullismo a scuola, Ed. Giunti, 2007

Pensavalli M., Cantelmi T., Scusa se non ti chiamo più amore. Come scegliere il partner e vivere felici, Roma, San Paolo Edizioni, 2010

Petrone L., Troiano M., Dalla violenza virtuale alle nuove forme di bullismo. Strategie di prevenzione per genitori, insegnanti e operatori, Messina, Ma.Gi. Editore, 2008

Sharp S., Smith P. K., Bulli e prepotenti nella scuola, Ed. Erikson, 2008

Voors W., Il libro per i genitori sul bullismo, Ed. Feltrinelli, 2009

www.psychomedia.it/pm/telecomm/massmedia/chiapasco-cario.pdf

IL MOIGE - Movimento Italiano Genitori onlus è un'organizzazione che agisce per la protezione e la sicurezza dei bambini, attraverso azioni di intervento e prevenzione sui problemi dell'infanzia e dell'adolescenza.

#OFF4aDAY

moige
proteggiamo i nostri figli

SAMSUNG

CON IL
PATROCINIO
DI



Polizia di Stato