



## Cyberbullismo

### Confine tra divertimento e molestia

Oggi gli scherzi, che le persone a cui sono diretti non trovano divertenti, non vengono fatti solo a scuola, ma anche su Internet e con i cellulari. In questi casi non si tratta ancora di cyberbullismo, ma basta poco per far sì che lo diventi. Si parla di bullismo nel caso di ripetute prepotenze da parte di un gruppo di persone nei confronti di singoli individui. Ciò può accadere in modo diretto, ad es. sotto forma di prese in giro o offese mirate, oppure in modo indiretto, ad es. con l'emarginazione o diffondendo intenzionalmente pettegolezzi e calunnie.

### Cos'è il cyberbullismo?

Il cyberbullismo è una forma di bullismo o mobbing effettuata su Facebook, per e-mail o SMS; spesso vengono per esempio diffuse dicerie su Facebook, vengono pubblicate foto false su Internet o vengono scritti commenti meschini, formati gruppi «Odio ...» e inviati SMS molesti. A volte è difficile riconoscere la differenza tra scherzi innocui e cyberbullismo, poiché ogni persona reagisce in modo diverso e ha confini strettamente individuali. Tuttavia, se sono sempre gli stessi a essere vittime di scherzi di questo tipo e se gli importunati si sentono tormentati, il fenomeno non deve essere in nessun modo ulteriormente supportato.

### Che cosa distingue il bullismo o mobbing dal cyberbullismo?

Nel bullismo le offese avvengono a scuola, nel cortile durante la ricreazione o sul tragitto casa-scuola, mentre il cyberbullismo avviene tramite computer e telefoni cellulari. Ciò significa che le persone coinvolte non trovano pace neanche a casa: non si sentono più a proprio agio neanche nella loro camera, visto che ormai i commenti denigratori si possono scrivere e ricevere in ogni momento. Facebook e Internet sono accessibili a tutti e, di conseguenza, molti estranei possono venire a conoscenza di pettegolezzi e commenti meschini, rendendo la situazione per i diretti interessati ancora più difficile. Inoltre Internet non dimentica niente. Infatti anche quando l'azione di cyberbullismo è finita, è possibile ad esempio che foto e commenti vengano ripresi e riutilizzati. Spesso i cyberbulli, usando profili falsi, agiscono tranquilli, protetti da



un presunto anonimato. Ma l'impressione inganna. Infatti si può risalire all'autore di tutto quello che viene scritto e caricato su Internet. Non esiste ancora una legge sul cyberbullismo, ma molti degli atti ad esso legati sono illegali. Per fare scherzi non si devono usare i nomi di altre persone, violare password, diffondere falsità su Internet, caricare foto e video imbarazzanti o falsificarli per renderli ancora più imbarazzanti. I cyberbulli spesso non vedono direttamente il modo in cui le loro vittime reagiscono e, di conseguenza, non riescono a valutare quando hanno superato determinati limiti.

### Possibili conseguenze

È possibile che le molestie dovute al cyberbullismo ti rendano triste e preoccupato e che quindi tu non ti senta importante, che non riesca a concentrarti e che tenda a isolarti sempre di più. Se continui a sentirti sempre depresso, dovresti assolutamente confidarti con qualcuno e chiedere aiuto ai tuoi genitori o agli insegnanti. Anche se non sei coinvolto direttamente negli atti di cyberbullismo, ma ti accorgi che lo sono i tuoi amici e le tue amiche, rivolgiti a una persona di fiducia.



## Cosa posso fare ...

### ... per evitare atti di cyberbullismo?

- Non rivelare le tue password a nessuno e tutela adeguatamente i tuoi dati. La soluzione più semplice è scegliere con cura gli amici e riflettere bene su cosa si vuole effettivamente rendere pubblico. Sii prudente nel rivelare informazioni del tutto personali su Internet.
- Avere rispetto su Internet è molto importante. Per questo non diffondere pettegolezzi o falsità su altre persone, è sempre meglio risolvere eventuali conflitti di persona e non su Internet.

### ... se assisto ad atti di cyberbullismo?

- Non partecipare direttamente e non fomentare ulteriormente il conflitto.
- I profili, le immagini, i video e i testi offensivi possono essere cancellati e/o bloccati dal gestore del sito.
- Non è necessario che sia tu a risolvere il problema, ma fai in modo che la persona coinvolta venga aiutata. Informa adulti fidati, come l'assistente sociale della scuola, gli insegnanti o i genitori.

### ... se sono vittima del cyberbullismo?

- Rimani calmo e non reagire agli attacchi, perché altrimenti complichiamo solo la situazione.
- I profili, le immagini, i video e i testi offensivi possono essere cancellati e/o bloccati dal gestore del sito.
- Confidati con gli amici e le amiche o con adulti fidati. Puoi rivolgerti anche direttamente alla linea di emergenza Consulenza + aiuto 147, dove ogni giorno, 24 ore su 24, trovi qualcuno a disposizione pronto a offrirti consigli anche via SMS o con chat individuali.

### Per domande sul tema «Competenze mediatiche»:

Settore specialistico Competenze mediatiche  
 competenze-mediatiche@projuventute.ch  
 www.projuventute.ch/pro-dei-media



### Informazioni principali in breve

- Quello che non va fatto a scuola, non rimane senza conseguenze anche se fatto su Internet. Ciò significa che nel mondo online valgono le stesse regole e le stesse leggi di quello offline.
- Avverti i tuoi amici quando per te lo scherzo non è più divertente. Cerca il dialogo diretto.
- Non reagire mai agli attacchi e non aspettare per chiedere aiuto.



### Link sul tema

- [www.ti.ch/ragazzi](http://www.ti.ch/ragazzi)
- [www.giovanimedia.ch](http://www.giovanimedia.ch)  
> offerte e consigli
- [www.147.ch](http://www.147.ch)  
Consulenza + aiuto per bambini e giovani
- [www.147.ch](http://www.147.ch)  
Consulenza + aiuto per bambini e giovani

