



## Cyberbullismo

### La comunicazione come bisogno primario

Le persone sentono il bisogno di comunicare e lo fanno con grande frequenza. Anche la scuola si accorge che i giovani trascorrono molto più tempo online da quando si sono diffusi e-mail, cellulari, instant messaging, chat, forum e siti di social network (SNS) come Facebook o Google+. Anche se sono indubbie le opportunità positive offerte da tutti questi servizi, può anche succedere che se ne abusi, come avviene nel caso del cyberbullismo. I conflitti in classe, durante la pausa di ricreazione e il tragitto casa-scuola possono essere il punto di partenza di fenomeni di cyberbullismo. L'importante però è che gli insegnanti conoscano questo pericolo e sappiano gestirlo. Infatti affrontando in modo professionale tale problematica, grazie a sistemi di preallarme e intervento, le scuole possono agire tempestivamente in casi concreti.

### Cos'è il bullismo o mobbing?

Per bullismo o mobbing si intende violenza fisica e/o sottile violenza psicologica prolungata nel tempo volta a emarginare una persona a livello sociale. Vi rientrano tutte le azioni maligne, dirette e indirette, con le quali vengono tormentate le vittime, quindi scherzi, minacce, denigrazioni, insulti, calunnie, diffamazione, emarginazione, situazioni di imbarazzo per non aver fornito volutamente determinate informazioni e danni alle cose.

Gli elementi caratteristici del bullismo/mobbing sono:

- **Proposito:** il comportamento deve avvenire in modo intenzionale e non casuale.
- **Ripetizione:** il bullismo/mobbing è un modello di comportamento, non un atto che si verifica una volta sola. Ciò significa che la ripetizione dell'atto è un elemento importante. Spesso i bambini e i giovani (almeno all'inizio) interpretano il proprio comportamento come uno scherzo innocuo. Tuttavia la dinamica di gruppo può portare a «scherzi» nuovi, più sfrontati e, quindi, a fenomeni di bullismo/cyberbullismo.
- **Sofferenza:** le vittime devono percepire gli attacchi come tali e, di conseguenza, soffrirne.

### Cos'è il cyberbullismo?

Nel cyberbullismo le forme di violenza vengono diffuse usando i nuovi media. Di conseguenza, in questi casi ci si riferisce ad atti molesti, intenzionali e ripetuti, eseguiti attraverso i mezzi digitali come computer, cellulari o altri apparecchi elettronici. I confini tra scherzi normali e



cyberbullismo non sono netti. Si parla di cyberbullismo quando la persona presa di mira si sente offesa, oppressa e importunata continuamente. Nel cyberbullismo l'anonimato di cui si può usufruire usando gli strumenti tecnici gioca un ruolo importante. Infatti i messaggi molesti possono essere inviati da account temporanei, account per i quali si può effettuare il login senza nome e che si creano solo con l'intento di effettuare atti di bullismo. Inoltre gli SMS possono essere inviati dai cellulari usando un numero sconosciuto alla vittima e i commenti scritti nei forum e nelle chat possono essere inseriti in forma anonima o usando uno pseudonimo.

### Che cosa distingue il bullismo dal cyberbullismo?

Il cyberbullismo e il bullismo si distinguono soprattutto in termini di raggiungibilità della vittima. Infatti, utilizzando siti di social network (SNS), instant messenger e cellulari, si può arrivare alla vittima anche al di fuori del cortile della scuola. Ciò significa che le offese non terminano quando finisce la giornata scolastica, ma continuano tramite computer e cellulari arrivando tra le quattro mura di casa.

In questo modo gli attacchi raggiungono anche quei luoghi che in realtà dovrebbero garantire un rifugio sicuro. Oggi ragazzi e ragazze usano i cellulari e Internet per comunicare anche dopo la scuola e, per que-



sto, rimangono sempre accesi. Ne consegue che il canale per colpire le vittime resta sempre aperto. A seconda delle impostazioni scelte per la privacy, i commenti nei forum pubblici sono accessibili non solo a tutti gli amici scelti, ma anche pubblicamente. Anche se i ragazzi e le ragazze hanno abilitato il proprio profilo in modo che sia visibile solo ai compagni e alle compagne, un gran numero di persone diventa testimone di un attacco che quindi, nel peggiore dei casi, può diffondersi ulteriormente. Di conseguenza la visibilità di un singolo episodio di cyberbullismo è di gran lunga superiore rispetto a quanto non accada per i casi di bullismo sul tragitto casa-scuola o in classe. Inoltre questi commenti, a seconda della piattaforma usata, restano a disposizione per molto tempo e, quindi, l'effetto in termini di "spettatori" e tempo è notevolmente maggiore.

Nel cyberbullismo alla dimensione spaziale e temporale si aggiunge poi un altro aspetto: il fatto che i cyberbulli siano seduti davanti a uno schermo e che non si confrontino direttamente con le proprie vittime porta a far sì che gli artefici si sentano meno legati a obblighi sociali e a principi etici e morali. Con i nuovi media infatti è più facile usare parole e frasi umilianti che, invece, (per vergogna) non si utilizzerebbero nel dialogo personale. Per gli adulti il cyberbullismo è ancora più difficile da comprendere rispetto al bullismo tradizionale, con la conseguenza che si interviene quando ormai è troppo tardi (o non lo si fa affatto).

### Possibili conseguenze

Essere vittima di un atto di cyberbullismo può provocare tristezza, paura, ridotta autostima e depressioni. Dalle ricerche è emerso che bambini e giovani, vittime o artefici di atti di cyberbullismo, sono fortemente soggetti a pensieri suicidi. Oltre a varie problematiche psicologiche, il cyberbullismo può portare anche a far sì che bambini e giovani evitino Internet in misura sempre maggiore. Ma questo sviluppo non è auspicabile, visto che altrimenti il problema rimane irrisolto. Infatti, invece di utilizzare le svariate opportunità positive offerte da Internet, le vittime si isolano sempre di più.

Circa tre quarti delle vittime subiscono attacchi da bambini e giovani provenienti dall'ambiente che li circonda e solo un quarto confida a persone esterne il proprio problema. Inoltre dal punto di vista di bambini e giovani spesso manca una persona di fiducia adatta o la possibilità di potersi rivolgere a un consultorio specializzato. Questi dati mostrano quanto sia importante informare bambini e giovani sull'esistenza di consultori pronti ad aiutare le vittime del cyberbullismo. Un servizio di questo tipo viene offerto da Consulenza + aiuto di Pro Juventute, grazie al quale ogni giorno, 24 ore su 24, le vittime trovano a disposizione un team di consulenza qualificato, riservato e gratuito.

## i

### Informazioni principali in breve

- Il cyberbullismo è una nuova forma di bullismo/di mobbing che avviene attraverso i nuovi media.
- Il cyberbullismo sfrutta nuove dimensioni: è visibile a un pubblico ben più ampio e irrompe anche nella sfera privata delle vittime. Spesso l'offesa continua a esistere per molto tempo.
- Quasi un terzo delle vittime non racconta a nessuno di essere importunato.
- È importante non reagire agli attacchi.
- I profili utilizzati per gli attacchi possono essere denunciati o bloccati.
- Pur non esistendo una legge speciale contro il cyberbullismo, molti atti non sono consentiti e sono, quindi, punibili legalmente.



### Per saperne di più | link sul tema:

- [www.ti.ch/ragazzi](http://www.ti.ch/ragazzi)
- [www.giovanimedia.ch](http://www.giovanimedia.ch)  
> opportunità e rischi





## Che cosa può fare la scuola, che cosa possono fare gli insegnanti ...

### ... per agire in via preventiva?

- Anche il cyberbullismo, così come il bullismo, può avere a che fare con l'atmosfera scolastica. Per questo evidenti cambiamenti nella struttura sociale all'interno delle classi e della scuola stessa dovrebbero essere esaminati con attenzione. Infatti è probabile che la dinamica all'interno del gruppo fornisca indicazioni su possibili vittime e artefici.
- Per riconoscere il cyberbullismo è necessaria una definizione chiara che insegnanti, allievi e allieve dovrebbero conoscere. Durante le lezioni è quindi importante parlare del cyberbullismo in via preventiva. Una carta scritta insieme e firmata da tutti aiuta a trovare le definizioni giuste e a portare alla luce eventuali manifestazioni di cyberbullismo.
- Una persona esperta sul tema del cyberbullismo (bullismo) può aiutare a migliorare e ad accelerare il modo in cui procedere. Consulenti specializzati su [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch) > Offerte e consigli.
- Una cassetta in cui poter inserire lettere in forma anonima rappresenta un grande aiuto anche per le vittime del cyberbullismo.

### ... in caso di fenomeni di cyberbullismo?

- Prendere sul serio gli allievi e le allieve interessati. Osservare e valutare insieme la situazione. Chi vi è coinvolto? In quale contesto? Prendere le relative misure a seconda del caso.
- Fenomeni concreti di cyberbullismo possono essere denunciati presso i gestori dei siti Internet, i profili e i contenuti possono essere cancellati e/o bloccati.
- Scegliere una persona che entri in contatto con i cyberbulli, che discuta con loro le azioni negative ponendovi fine. Attraverso il dialogo vengono presi accordi vincolanti con tutti gli interessati e, se possibile, anche con i genitori.
- In casi molto rilevanti si consiglia di coinvolgere una persona esterna che sia esperta sul tema del bullismo.

### ... se si è coinvolti in prima persona?

- Tutelare la propria sfera privata e condividere con gli allievi e le allieve solo le informazioni necessarie nel contesto scolastico. Separare assolutamente le informazioni private da quelle professionali, ad es. creare due profili Facebook. Gli allievi e allieve vedono gli insegnanti come persone pubbliche. Cercare spesso il proprio nome su Google e vedere se e che cosa viene scritto su Internet sulla propria persona.
- Vale anche per gli adulti: non rispondere agli attacchi e mantenere la calma. Trattare subito i casi con la direzione scolastica o presso le offerte di consulenza professionali.

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

Settore specialistico Competenze mediatiche  
[competenze-mediatiche@projuventute.ch](mailto:competenze-mediatiche@projuventute.ch)  
[www.projuventute.ch/pro-dei-media](http://www.projuventute.ch/pro-dei-media)

