



**CENTRO MOBILE
DI SOSTEGNO
E SUPPORTO**

per le vittime di
**BULLISMO E
CYBERBULLISMO**

CONOSCI LA DIFFERENZA TRA SCHERZO, LITIGIO, ATTO DI BULLISMO E REATO?

Ti aiutiamo un pochino.

- Lo **scherzo** è un evento divertente messo in atto tra persone che non hanno intenzione di ferirsi e che ammette reciprocità.
- Il **litigio** è un contrasto occasionale che nasce attorno a una questione e che può essere risolto anche aspramente, ma che prevede la possibilità di tornare ad essere amici.
- Il **bullismo** è invece un comportamento aggressivo messo in atto in modo intenzionale e sistematico dal bullo su un compagno, sempre lo stesso, che diviene vittima.
- Il **reato** comporta l'infrangere una norma giuridica.

ORA METTITI ALLA PROVA!

1 Appassionati al wrestling, Marco, Giorgio e Lorenzo si divertono a picchiarsi durante l'intervallo. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

2 Federica ha chiesto alla compagna di banco di passarle il compito in classe di matematica. La compagna si è rifiutata e Federica è molto arrabbiata con lei perché ha preso 4. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

3 Elena ha un grave difetto di udito, le compagne la prendono in giro perché parla con una voce un po' alterata. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

4 Nicola ha nascosto l'astuccio di Mattia, alla fine dell'ora glielo ha restituito. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

5 Siccome Cristina e Sara non vogliono giocare con lei, Lavinia ha scarabocchiato i loro quaderni. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

6 Mirco, più basso degli altri, non viene mai chiamato a giocare nelle squadre dell'ora di ginnastica. Il professore lo impone e nessuno gli passa la palla. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

7 Francesco minaccia direttamente l'insegnante, dicendo che se non la smette di avercela con lui gli succederà qualcosa. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

8 Il ragazzo più temuto della classe pretende di avere la doccia riservata in palestra e di farla comunque per primo, anche se arriva dopo gli altri. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

9 Un alunno, tutti i giorni, ottiene da un compagno €3 dietro la minaccia di botte. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

10 Antonio è timido e vagamente effeminato. I compagni lo chiamano sempre Antonia. Si tratta di?

- a** Scherzo
- b** Litigio
- c** Atto di bullismo
- d** Reato

Quando
hai fatto,
corri a pagina 5
per controllare
le risposte



BULLISMO

Il bullismo consiste in comportamenti aggressivi ripetitivi perpetrati da una o più persone nei confronti di una vittima incapace di difendersi.

«**A**i fini di legge, con il termine “bullismo” si intende l’aggressione o la molestia reiterata, da parte di una singola persona o di un gruppo di persone, a danno di una o più vittime, al fine di provocare in esse sentimenti di ansia, di timore, di isolamento o di emarginazione, attraverso atti o comportamenti vessatori, pressioni e violenze fisiche o psicologiche, istigazione al suicidio o all’autolesionismo, minacce o ricatti, furti o danneggiamenti, offese o derisioni, anche aventi per oggetto la razza, la lingua, la religione, l’orientamento sessuale, l’opinione politica, l’aspetto fisico o le condizioni personali e sociali della vittima.» (dall’art. 1 comma 2 della proposta di legge 3139 del 2016).

Non si parla quindi di scherzi o litigi.

Lo scherzo ha un fine diverso: non viene compiuto con l’intento di ledere un altro, denigrarlo o umiliarlo, ma per ridere con qualcuno e non “di qualcuno”.

Al contrario, l’imposizione della propria forza e della propria volontà su un altro, attraverso l’uso di strumenti coercitivi, può determinare una vera e propria prepotenza.

CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Perché si possa parlare di bullismo, è necessario che compaiano i seguenti aspetti:

INTENZIONALITÀ: Il persecutore compie i suoi gesti ed usa le sue parole INTENZIONALMENTE al fine di acquisire vantaggi, prestigio, gratificazione e divertimento personale. Spesso prova piacere nell’insultare, picchiare o prevaricare una vittima, anche quando è evidente la difficoltà nella quale essa si trova.

RIPETITIVITÀ: le prevaricazioni devono essere reiterate nel tempo, tanto da fissare in modo statico i ruoli di bullo e vittima.

ASIMMETRIA DI POTERE TRA LE PARTI: il bullo è qualcuno che ha un maggior potere rispetto alla vittima, a causa dell’età, della forza, della grandezza, del sesso a cui appartiene (in genere un maschio è più forte della femmina), o della sua popolarità all’interno del gruppo di coetanei.

VULNERABILITÀ: il grado di sensibilità della vittima alle violenze subite fa sì che la stessa presenti delle caratteristiche fisiche o psicologiche che la rendano più incline alla vittimizzazione. A volte, questo porta gli altri a pensare che le vittime meritino di essere tali perché spesso assumono comportamenti provocatori e/o “diversi” dai compagni. Avallare tale pensiero significa adottare un deleterio meccanismo di disimpegno morale.

NOTORIETÀ DELL’ATTO: ossia la tendenza a far conoscere a quanti più possibile l’accaduto, sia per ottenere “rispetto” e “popolarità”, sia per mantenere costante, da parte del bullo, il proprio livello di potere, così da infondere negli altri una sensazione di paura.

È bene sottolineare che, se ci troviamo di fronte a situazioni in cui si verificano minacce pesanti, molestie o violenze, furto di oggetti costosi o uso di armi, non parliamo più di bullismo ma di veri e propri reati.

I SOGGETTI PROTAGONISTI DEL BULLISMO

Il bullismo è un fenomeno di natura relazionale in cui figurano almeno due coprotagonisti, ma vede la partecipazione di altri attori. Esistono dunque diverse figure:



Il bullo:

è effettivamente colui che attua le prepotenze nei confronti degli altri



L'aiutante:

è un seguace del bullo. Spesso anche lui agisce in modo prepotente



Il sostenitore:

è colui che ridendo, incitando o semplicemente osservando tende a rinforzare il comportamento del bullo



La vittima:

è chi subisce le prepotenze



Il difensore:

è colui che prende le difese della vittima cercando di consolarla o di far cessare le prepotenze



L'esterno:

è uno spettatore passivo che cerca di rimanere fuori dalla situazione

Esistono diverse tipologie di bullo:

Bullo dominante

Molto spesso è un ragazzo che presenta un atteggiamento favorevole verso la violenza, sente un forte bisogno di potere e non riesce facilmente a rispettare le regole imposte.

Ha una grande autostima di sé stesso e spesso possiede elevate abilità sociali, che utilizza però al fine di manipolare la situazione a proprio vantaggio. L'aggressività e la forza, rivolta sia verso i suoi compagni che verso gli adulti, rappresentano la sua consueta modalità di comunicare con gli altri perché, è attraverso questa, che riesce ad ottenere ciò che desidera. Nell'ambito scolastico ha un basso rendimento e tende con facilità ad abbandonare gli studi.

Bullo gregario

È colui che aiuta il bullo dominante nel compiere le sue violenze. Non è quindi lui che prende l'iniziativa, perché spesso è un soggetto ansioso e insicuro. Presenta difficoltà a livello scolastico.

Non è molto popolare nel gruppo e dunque, tende a farsi trasportare dagli altri fino a diventare un aiutante o un sostenitore del bullo dominante: crede che aggregandosi a lui potrà essere considerato allo stesso modo, un vincente, e potrà aumentare la sua autostima.

Bullo-vittima

È un ragazzo spesso irritabile ed emotivamente instabile, che non riesce a gestire in modo appropriato le proprie emozioni. Ha difficoltà sia sul piano cognitivo che dell'attenzione. È inoltre molto impopolare tra i compagni.

Bullo pro-attivo

Presenta un comportamento pianificato e calcolato che mette in atto per il raggiungimento dei propri obiettivi. In genere ha buone capacità comunicative ma non empatiche.

Bullo reattivo

Non riesce a tollerare le frustrazioni e presenta una forte impulsività e un'incapacità nella regolazione delle emozioni.

In maniera parallela, esistono anche varie tipologie di vittime:

Vittima passiva:

Può essere descritta come una persona estremamente debole psicologicamente, caratterizzata da un modello sottomesso, che subisce le prepotenze senza riuscire a reagire. Spesso, nel caso di maschi, sono ragazzi meno forti anche a livello fisico, e per questo, oggetto di bersaglio da parte dei bulli. Nella maggior parte dei casi si delinea come un ragazzo/a estremamente sensibile, cauto e calmo che non sembra in alcun modo provocare le prepotenze subite. La timidezza, l'insicurezza, la vulnerabilità e la fragilità sono le sue caratteristiche principali.

Vittima provocatrice:

I ragazzi definiti "bulli-vittima", ossia quei soggetti che oltre a compiere le prepotenze, le subiscono, rientrano in questa categoria. In genere si fa riferimento a soggetti non troppo popolari tra i compagni. Vengono definiti vittime aggressive o provocatrici perché spesso hanno atteggiamenti provocatori verso i compagni: stuzzicano il bullo, fino a che questo non risponde con un'azione di prepotenza. Questa loro modalità innesca un circolo vizioso nel quale prevale un'alta conflittualità. Sono soggetti che hanno difficoltà a gestire correttamente e in modo appropriato le emozioni, e che utilizzano uno stile di interazione aggressivo. Presentano frequentemente difficoltà sul piano cognitivo, dell'apprendimento e dell'attenzione.

Nella vittima si incontrano alcuni indicatori di una violenza:

- **Sintomi Ansiosi:** agitazione fisica e psicomotoria, tic nervosi, incubi notturni e alterazione del ritmo sonno-veglia, alterazione dell'appetito, paura diffusa ed evitamento dei contesti di gruppo.
- **Sintomi Somatici:** mal di pancia, problemi gastrointestinali, mal di testa, dermatiti.
- **Sintomi Depressivi:** apatia e disinteresse, affaticamento, tristezza, astenia, esplosioni improvvise di rabbia, isolamento ingiustificato.

Molto spesso di fronte ad un episodio di bullismo, non si tiene conto dell'influenza esercitata dal gruppo e più facilmente l'attenzione viene rivolta specificatamente nei confronti del bullo e della vittima. Il gruppo invece, che frequentemente nutre sentimenti di ammirazione e simpatia nei confronti dei bulli, assume un valore decisivo rispetto alla possibilità di favorire o inibire il fenomeno.

Le possibili reazioni di fronte ad un episodio violento possono essere diverse:

- **assistere e manifestare interesse verso le azioni del bullo**
- **mostrare indifferenza allontanandosi**
- **intervenire in difesa della vittima**

Tali reazioni sono influenzate anche dal timore di ritorsioni percepite dagli osservatori, dal senso di impotenza nel riuscire a risolvere la situazione, dall'imbarazzo che provano nei confronti della vittima, dal grado di amicizia e di conoscenza con la stessa.

L'osservazione delle dinamiche di gruppo può dunque aiutare ad evidenziare all'interno dello stesso, le situazioni di maggiore difficoltà e conflitto e attivare di conseguenza attività che possano creare un clima meno aggressivo e più cooperativo.

Risposte al questionario iniziale

Sono dei **reati**: le domande 7 e 9

Sono episodi di **bullismo**: le domande 3, 6, 8 e 10

Sono da considerare **litigi**: le domande 2 e 5

Sono da considerare **scherzi**: le domande 1 e 4



Esistono diversi modi di mettere in atto forme di bullismo.

Il bullismo può essere **FISICO**, quando si attua attraverso aggressioni e prevaricazioni per l'appunto fisiche (colpire, calciare, spintonare, percuotere, pizzicare o aggredire con oggetti). Ma può riferirsi anche ad una violenza sulle cose o contro le proprietà, attraverso, ad esempio, la sottrazione di oggetti, il danneggiamento degli stessi, o estorcendo denaro alla vittima. In genere questa è la forma più semplice da individuare.

Può manifestarsi però anche in una forma **VERBALE**, attraverso insulti, prese in giro, aggressioni verbali. Significa deridere, schernire ripetutamente la vittima, apostrofarla con nomignoli umilianti, fare commenti riguardo al modo di vestire o parlare, fare commenti razziali o sessisti. Questa forma di violenza reiterata nel tempo comporta un progressivo e deleterio logoramento interiore nella vittima.

Ma esiste anche la violenza **INDIRETTA** o **PSICOLOGICA**, che si attua prevalentemente attraverso la divulgazione di maldicenze, l'esclusione intenzionale, la diffusione di pettegolezzi fastidiosi o attraverso minacce, umiliazioni e derisioni.

Si definisce invece **RELAZIONALE** quando comporta l'isolamento della vittima. Anche ignorare qualcuno rientra in questa forma di bullismo. Questa in particolare si riferisce ad una forma di «aggressione» che si manifesta soprattutto sotto forma di «subdolo pettegolezzo» e che riguarda maggiormente il sesso femminile, più che quello maschile.

LE CAUSE DEL BULLISMO

I contesti individuali, familiari e sociali rappresentano fattori di rischio che incidono sul comportamento dei ragazzi e che determinano l'aggressività di un bullo.

A **LIVELLO INDIVIDUALE** possono riferirsi al temperamento, alla predisposizione verso giochi maneschi, alla diagnosi accertata (o la tendenza) verso un deficit di attenzione e di iperattività (ADHD), alle limitate competenze e capacità di problem solving.

Nei ragazzi tendenzialmente più «irruenti» e con «un carattere forte» sussiste una maggiore probabilità di sviluppare in futuro comportamenti da bullo.

Nell'**AMBITO FAMILIARE**, comportamenti particolarmente aggressivi da parte dei genitori o errati stili educativi come quello permissivo, distratto o autoritario, possono determinare l'insorgenza del fenomeno del bullismo.

Genitori che spesso hanno atteggiamenti aggressivi o ricorrono frequentemente alla violenza costituiscono un errato modello di riferimento. Per questo motivo, i bambini che vivono in ambienti familiari ostili hanno maggiore predisposizione a sviluppare poi comportamenti da bullo.

Dunque, le famiglie nelle quali sono diffusi atteggiamenti al limite della legalità, o chiaramente delinquenziali, sono ovviamente ambienti a più elevato rischio.

Anche l'**AMBIENTE SOCIALE**, costituito soprattutto dal gruppo di amici e dall'ambito scolastico è annoverato tra le cause che possono portare a fenomeni di bullismo.

Il bullo, all'interno del gruppo tende spesso a ricercare compagni che possano sostenerlo e che approvino i suoi comportamenti. Quando infatti egli mette in atto un'aggressione nei confronti di altri soggetti più deboli, riceve attenzione e consenso da parte dei compagni che lo vedono come un coraggioso, un «eroe». Ciò provoca in lui una gratificazione e soddisfazione, che lo porta a ripetere nuovamente le sue azioni. Questo atteggiamento, che può essere anche contagioso e reiterato dagli osservatori, tende, dunque, a promuovere e accettare le forme di bullismo: si parla appunto di «contagio sociale», in quanto i ragazzi per affermarsi anche loro nel gruppo, seguono l'esempio del bullo.



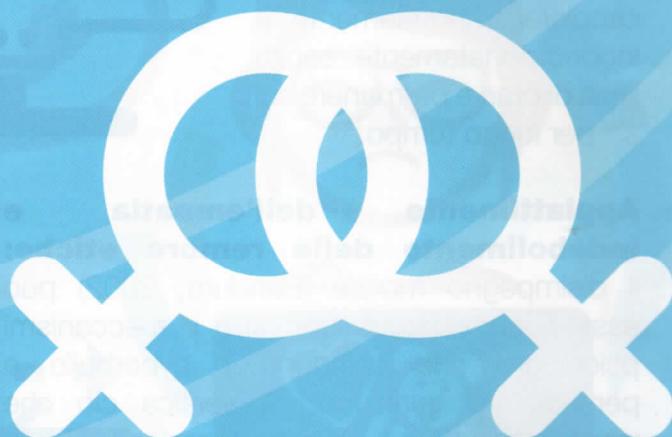
È di fondamentale importanza, invece, nell'ambito scolastico, l'alleanza educativa tra scuola e famiglia. Infatti, così come l'atteggiamento dei genitori tenuto in casa, ha un'influenza sul comportamento dei figli, anche quello degli insegnanti incide sulla loro condotta a scuola. Gli insegnanti dunque, cercheranno di collaborare con i genitori per attuare una corretta educazione dei ragazzi e dovranno avere comportamenti coerenti, condannando e punendo severamente gli atteggiamenti da bullo che si verificano a scuola. La sensibilizzazione verso la sofferenza degli altri, la valorizzazione dell'empatia unitamente alla conoscenza delle emozioni, sono certamente fattori da sottolineare sia nell'ambito familiare che in quello scolastico.



Il **bullismo omofobico** consiste nella messa in atto di comportamenti violenti ai quali una vittima viene ripetutamente esposta. Questi comportamenti sono l'esclusione, l'isolamento, la minaccia, gli insulti e le aggressioni da parte del gruppo dei pari, dove gli aggressori o "bulli" si servono dell'omofobia e del sessismo come arma di attacco. La vittima sarà squalificata e de-umanizzata. Si tratta di contesti in cui può trovarsi qualunque persona che sia recepita o rappresentata fuori dai modelli di genere "normativi". Nella cornice omofobica l'omosessualità diviene un qualcosa da denigrare, e questo viene fatto attraverso varie forme di violenza perpetrate nei confronti delle persone omosessuali: i tipi di comportamento adottato variano dalle aggressioni fisiche (spinte, calci, mozziconi di sigarette spenti sul corpo) fino all'esclusione sociale, che in diversi casi si è dimostrata più efficace di quella fisica. Secondo Lingiardi (2007) è possibile individuare 3 caratteristiche distintive del bullismo omofobico:

- 1** Le prepotenze chiamano in causa una dimensione specificatamente sessuale, perché l'attacco è rivolto più alla sessualità che alla persona in sé;
- 2** Una maggiore difficoltà a chiedere aiuto per la propria omosessualità, perché essa richiama intensi vissuti di ansia e vergogna;
- 3** Il bambino vittima trova con difficoltà figure protettive: infatti "difendere un finocchio" comporta il rischio di essere considerati omosessuali.

Le maggiori conseguenze dovute dalla discriminazione sessuale sono la riduzione delle opportunità individuali, sia in campo scolastico che lavorativo, e la riduzione della dignità. In altre parole, la discriminazione può portare a vivere la scuola con disagio, aumentando l'insicurezza personale e relazionale, con mancato proseguimento degli studi e maggiore difficoltà di inserimento nel mercato del lavoro. La discriminazione omofobica portata avanti da scuola e società espone gli omosessuali a un maggior rischio di disturbi dell'umore e consumo di sostanze quali nicotina, alcool e marijuana: ammonta a un terzo il numero dei giovani omosessuali che si tolgono la vita ogni anno, con una frequenza dei tentati suicidi doppia, e la causa è spesso da attribuirsi alla stigmatizzazione sociale.



«**A**i fini di legge, con il termine “cyberbullismo” si intende qualunque comportamento o atto, anche non reiterato, che viene perpetrato attraverso l'utilizzo della rete telefonica, della rete internet, della messaggistica istantanea, dei social network o altre piattaforme telematiche. Si intende inoltre, la realizzazione, la pubblicazione e la diffusione online (attraverso la rete, la chat-room, i blog o i forum), di immagini, registrazioni audio o video, o altri contenuti multimediali, effettuate allo scopo di offendere l'onore, il decoro e la reputazione di una o più vittime, nonché il furto di identità e la sostituzione di persona operati mediante mezzi informatici al fine di acquisire e manipolare dati personali, ovvero di pubblicare informazioni lesive dell'onore, del

decoro e della reputazione della vittima.» (dall'art. 1 comma 2 della proposta di legge 3139 del 2016). Tuttavia la nuova Legge n.71 del 2017 sembra includere altri aspetti più significativi designando il cyberbullismo come “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 minori, realizzata per via telematica, nonché la diffusione di contenuti online 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”.

CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Anonimato del molestatore e assenza di relazione e conoscenza: la possibilità di avere un'identità anonima e la difficoltà nel rintracciare l'autore delle prepotenze, che può avvenire solo a seguito di una formale denuncia alla Polizia Postale e delle Comunicazioni, facilita l'emissione di comportamenti persecutori in rete ed elimina la preoccupazione legata al fatto di essere scoperti, disapprovati o puniti.

- **Facilità di accesso al materiale che circola in rete:**

la semplicità nell'accesso alla rete permette inoltre al materiale divulgato di circolare tranquillamente e incondizionatamente senza limiti di orari e permanere sui siti per lungo tempo.

- **Appiattimento dell'empatia e indebolimento delle remore etiche:**

il disimpegno morale (Bandura, 2002) può essere considerato uno fra i meccanismi psicologici che spingono il cyberbullo a perseguire qualcuno. Si verifica ciò che viene chiamata “deumanizzazione delle

vittime”: il cyberbullo finisce col dissociarsi dal dispiacere che verrebbe loro procurato. Questo appiattimento dell'empatia, (intesa come la capacità di “calzare i panni dell'altro”), frena il nascere e lo svilupparsi del senso di colpa di fronte alla sofferenza altrui. Infatti, nel cyberbullismo, l'assenza di un contatto reale tra il bullo e la vittima (face to face contact) facilita e amplifica la deumanizzazione. Infatti la possibilità di essere “un'altra persona” online, può indebolire le remore etiche: il cyberbullo, infatti non vedendo realmente le conseguenze delle sue azioni, non si rende conto della gravità di ciò che sta facendo.

- **Assenza di limiti spazio-temporali:**

l'assenza di limiti di spazio e di tempo permette al fenomeno di diffondersi ovunque e all'infinito nel tempo.

- **Difficile reperibilità del molestatore:**

l'invisibilità e la possibilità di creare una finta personalità e identità virtuale, permette al cyberbullo di accrescere il proprio potere. Purtroppo la difficile reperibilità del cyberbullo permette ancor di più la diffusione del fenomeno.



I SOGGETTI PROTAGONISTI DEL CYBERBULLISMO

Il cyberbullo

È una persona immatura che tenta di mettersi in mostra. Da un punto di vista affettivo, presenta un'incapacità nel gestire le proprie emozioni soprattutto in riferimento al senso di colpa o la vergogna. La diversità, nelle sue varie sfaccettature, è certamente uno dei criteri di elezione che il cyberbullo applica nello scegliere la sua vittima: vestirsi in modo insolito, essere sovrappeso, avere un credo o un orientamento politico differente dal suo, avere un colore diverso di pelle o essere i più bravi a scuola, possono essere le caratteristiche principali che attirano la sua attenzione.

Le motivazioni che portano il cyberbullo ad attuare le sue azioni di prepotenza possono riferirsi al suo desiderio di ottenere popolarità all'interno di un gruppo, o semplicemente per divertimento o noia.

La vittima

Così come nel bullismo, anche nel cyberbullismo la vittima viene identificata come una persona estremamente fragile, chiusa, con un bassa autostima e un carattere ansioso e insicuro.

È in genere una persona che sente un forte bisogno di protezione, che non è capace di difendersi dalle prevaricazioni e che per questo tende ad isolarsi e a chiudersi in se stessa. Non riesce a confidare a nessuno il suo problema, ad avere relazioni sociali e si colpevolizza continuamente per questo suo modo di essere.

A scuola non ha un buon rendimento e non una persona abile né nello sport né nel gioco in generale.

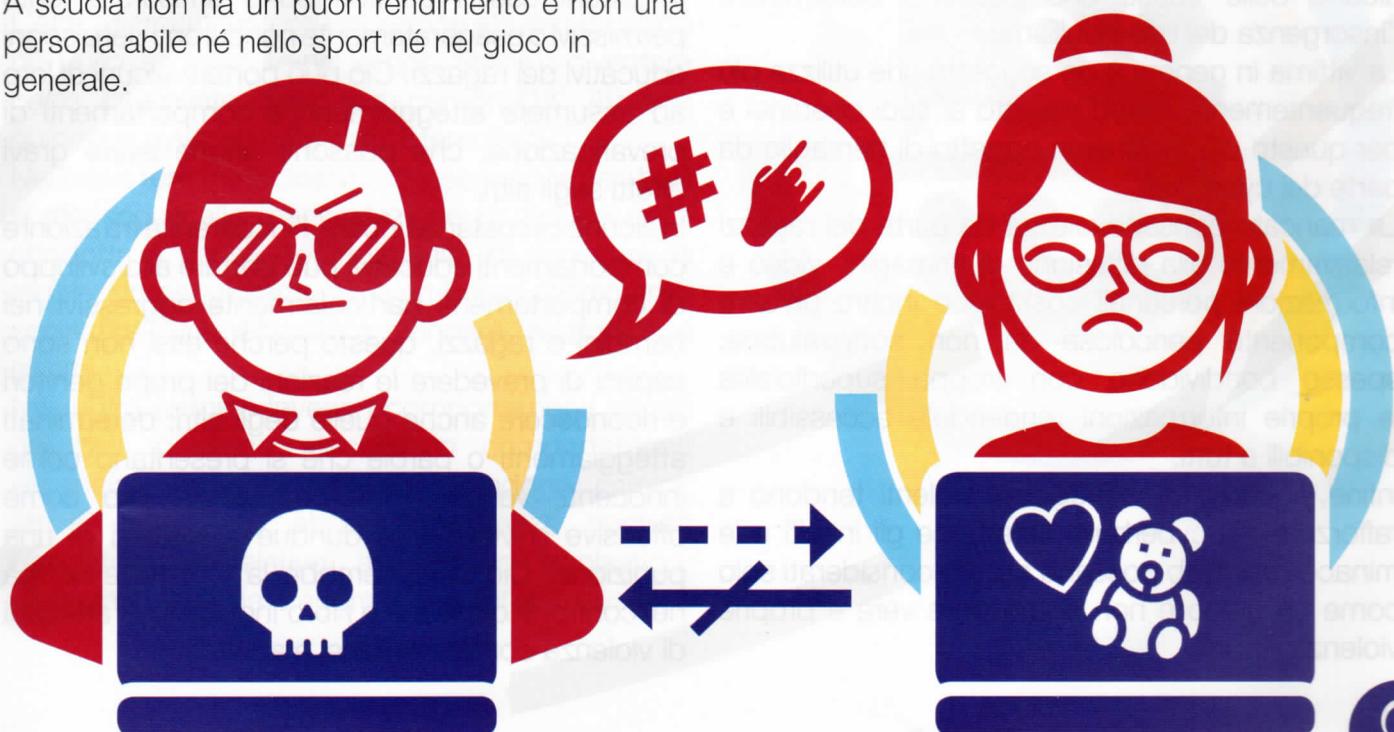
Gli osservatori

In caso di cyberbullismo, il gruppo ricopre un ruolo ancora più evidente in quanto la responsabilità viene estesa non solo a chi agisce, ma anche a chi "semplicemente" visiona un video e decide di inoltrarlo ad altri, ride o rimane indifferente.

Il cyberbullismo può attuarsi in diverse modalità: attraverso un attacco diretto alla vittima da parte del carnefice, che spesso usa l'anonimato; oppure in maniera indiretta attraverso la diffusione di immagini, video, notizie, in rete o tramite sms, che riguardano la vittima.

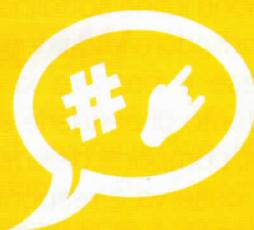
Tali informazioni vengono diffuse a un gruppo molto esteso di astanti (bystanders) che acquisiscono un ruolo di responsabilità attiva nei confronti delle vittime (anche se, paradossalmente non le conoscono) e divengono dunque uno "strumento" fondamentale, utilizzato dal cyberbullo, per estendere in maniera esponenziale il suo operato.

È bene infine sottolineare che osservare, assistere, condividere e diffondere video, commenti, insulti, offese e passare la voce ad altre persone con l'intento di deriderle e ridicolizzarle agli occhi degli altri, comporta delle responsabilità. Pertanto anche chi osserva è responsabile e colpevole, anche se in maniera diversa.



Il cyberbullo può infliggere una violenza o un danno psicologico immediato e a lungo termine alla propria vittima attraverso vari modi:

- **CYBERBASHING:** è la forma più frequente. In genere l'azione inizia nella vita reale: una vittima viene ripresa attraverso i mezzi tecnologici mentre viene aggredita, e poi la registrazione del video viene condiviso in rete. A questo seguono poi commenti, like, voti e diffusione del video tra i compagni.
- **HARASSMENT** (molestie): invio ripetuto di messaggi offensivi, sgradevoli, diffamatori ed ingiuriosi, che vengono inviati, in modo ripetuto nel tempo, attraverso i mezzi tecnologici (email, sms, MMS, blog).
- **DENIGRATION (denigrazione):** diffusione online di maldicenze, menzogne o dicerie, pettegolezzi, spesso di tipo offensivo e crudele, allo scopo di diffamare o insultare qualcuno o danneggiare la sua reputazione e i suoi rapporti personali.
- **CYBERSTALKING:** invio ripetuto di messaggi intimidatori contenenti minacce e offese. Può considerarsi una vera e propria persecuzione telematica a seguito della quale la vittima inizia a temere per la sua incolumità fisica.
- **FLAMING:** messaggi violenti e volgari che mirano a suscitare contrasti e battaglie verbali negli spazi web tra due persone che utilizzano la stessa modalità.



LE CAUSE DEL CYBERBULLISMO

Un utilizzo eccessivo di Internet, l'accesso alla rete senza un controllo da parte degli adulti e l'utilizzo di videogiochi violenti possono essere considerate alcune delle cause che possono determinare l'insorgenza del cyberbullismo.

La vittima in genere è un soggetto che utilizza più frequentemente il web rispetto ai suoi coetanei e per questo più facilmente oggetto di bersaglio da parte dei cyberbulli.

La mancata consapevolezza da parte dei ragazzi relativamente alla diffusione di immagini, video e informazioni personali costituisce inoltre un'altra componente pericolosa da non sottovalutare: spesso condividono con troppa superficialità le proprie informazioni rendendole accessibili e disponibili a tutti.

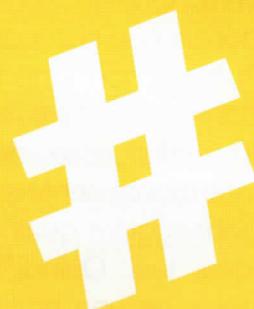
Infine, l'utilizzo di videogiochi violenti tendono a rafforzare nel cyberbullo l'idea che gli insulti e le minacce sul Web possano essere considerati solo come un gioco e non come delle vere e proprie violenze virtuali.

Le famiglie dei bulli e dei cyberbulli sono spesso ambienti caratterizzati da un clima aggressivo ostile, in cui vi è una scarsa accettazione dei figli o in cui vigono modelli educativi eccessivamente autoritari e violenti.

In alcuni casi i genitori sono smisuratamente permissivi o esageratamente noncuranti dei bisogni educativi dei ragazzi. Ciò può portare alcuni di loro ad assumere atteggiamenti e comportamenti di prevaricazione, che possono anche avere gravi effetti sugli altri.

In alcune circostanze inoltre, l'incoerenza tra azioni e comportamenti educativi può portare allo sviluppo di comportamenti particolarmente aggressivi nei bambini o ragazzi, questo perché essi non sono capaci di prevedere le reazioni dei propri genitori e riconoscere anche quelle degli altri: determinati atteggiamenti o parole che si presentano come innocenti, vengono interpretate da loro come offensive o violente e dunque meritevoli di una punizione. Ciò spiegherebbe la loro forte ostilità nei confronti degli altri e i loro ingiustificati attacchi di violenza contro coetanei e adulti.

- **PUT DOWN:** la vittima riceve attacchi non tanto per la persona che è realmente, ma essenzialmente per la reputazione che ricopre agli occhi degli altri.
- **MASQUERADE o IMPERSONATION** (furto d'identità): in questo caso l'aggressore ottiene informazioni private (password, nickname) che gli consentono di accedere all'account di qualcun altro con il fine di danneggiare la sua reputazione o prenderne possesso.
- **EXCLUSION (esclusione):** escludere ed estromettere volontariamente qualcuno da un gruppo online, da una chat, da un forum, o da altre attività, solo al fine di ferirla.
- **OUTING o il TRICKERY:** si riferisce alla diffusione, condivisione in rete di informazioni personali, di segreti o immagini personali; in genere la persona viene persuasa con l'inganno, a rivelare tali informazioni al fine poi di renderle pubbliche in rete. Viene vissuto come un vero e proprio tradimento affettivo.
- **EXPOSURE:** vuol dire rivelare informazioni, veritiere o estorte, oppure particolari che riguardano la vita privata di qualcuno senza che questi abbia la possibilità di rimediare. In questo caso non si tratta però di vere e proprie confidenze fatte da parte della vittima.
- **SEXTING:** fenomeno sempre più dilagante tra i giovani che consiste nell'invio di immagini o video a sfondo sessuale.
- **SEXTORTION:** ricattare la vittima chiedendo foto compromettenti o prestazioni sessuali.



CONSEGUENZE SOCIALI DEL BULLISMO E DEL CYBERBULLISMO

Le conseguenze derivanti da tale fenomeno variano a seconda del soggetto a cui si fa riferimento.

L'atteggiamento di prevaricazione attuato da parte del bullo, se reiterato nel tempo, tende a diventare parte integrante della sua personalità. Avviene quindi un avveramento dello stereotipo.

Nel breve termine le possibili conseguenze per i bulli si riferiscono alla manifestazione di disturbi della condotta a causa dell'incapacità di rispettare le regole, un peggioramento o un basso rendimento scolastico, una difficoltà a stringere relazioni con gli altri.

Nel lungo termine invece i comportamenti attuati dai bulli possono sfociare in comportamenti antisociali, devianti, che comprendono crimini, atti di vandalismo, abuso di sostanze, ripetute bocciature e relativo abbandono scolastico, violenza in famiglia e aggressività sul lavoro.



IL FENOMENO DELLE FAKE NEWS

“**N**otizie false” questa è la traduzione letterale del termine inglese. Le notizie false in effetti esistono da sempre; tuttavia, mentre prima queste restavano confinate tra chi le aveva inventate e venivano condivise al massimo tra amici, oggi, con la diffusione e la potenza della rete è più facile che qualunque notizia arrivi con estrema semplicità e velocità, in qualunque parte del mondo.

Quello che accade nella nostra epoca, è che viene data la possibilità a chiunque di accedere a molte fonti di informazione e allo stesso tempo creare un contenuto informativo con bassi costi e alte potenzialità di distribuzione.

Quello che accade è alla fine che le persone leggono e condividono le notizie ma quasi sempre non si chiedono se queste siano effettivamente vere. Questo accade soprattutto se si tratta di notizie che si accordano con le proprie idee.

Tuttavia non tutte le notizie false possono essere considerate fake news.

In realtà esse devono essere state inventate intenzionalmente e consapevolmente allo scopo di danneggiare qualcuno o di sostenere una propria idea, tesi. Quindi, non possiamo parlare di fake news se una notizia sbagliata o imprecisa viene involontariamente condivisa.

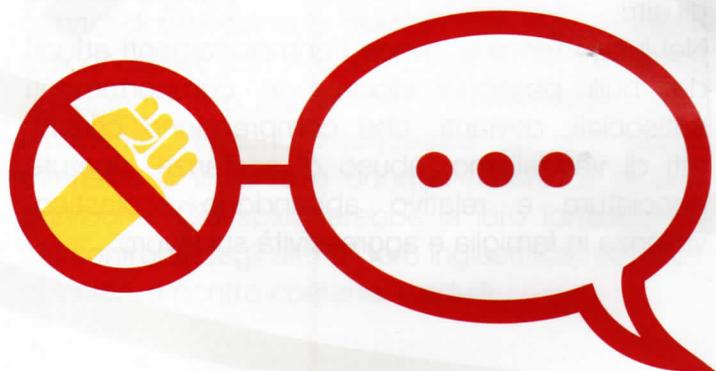
Per poter verificare se una notizia è vera o meno Craig Silverman, esperto di verifica di dati e giornalista, ha creato un elenco di determinate azioni da compiere:

- **Controllare l'URL:** è bene verificare che il sito su cui stiamo cliccando non costituisce una copia di uno più famoso (ad esempio: “Il Fatto Quotidiano”)
- **Leggere la pagina “Chi Siamo”:** molti siti che diffondono “fake news” spesso hanno un disclaimer (dichiarazione di esclusione di responsabilità) in cui indicano e spiegano cosa fanno.
- **Guardare attentamente le dichiarazioni:** è sufficiente selezionare la frase ed effettuare una ricerca su Google: in questo modo si può controllare se le stesse parole sono state utilizzate anche da altre fonti.
- **Seguire i link:** gli articoli che hanno pochi (o nessun) link devo destare sospetti.
- **Fare una ricerca inversa delle immagini:** così allo stesso modo con cui si effettuano le ricerche dei contenuti.
- **Cautela:** se una storia sembra troppo irreali è meglio calmarci per un momento, riflettere e capire se davvero possa effettivamente essere così.

In Italia il Ministero dell'Interno ha pubblicato il primo Protocollo operativo per il contrasto alla diffusione delle fake news attraverso il web. Al fine di sfruttare le potenzialità offerte da una così vasta comunità virtuale, sul sito www.commissariatodips.it è stato creato e messo a disposizione dei cittadini uno speciale Red Button per la segnalazione di fake news.

Quello che, dunque, dobbiamo imparare è saper essere critici, pensatori e scettici informati per cercare di analizzare e valutare al meglio i messaggi che stiamo ricevendo. Così facendo riusciremo a diventare consapevoli dei problemi e a capire cosa è il pregiudizio e la credibilità.

Impareremo a conoscere l'empatia e la compassione e riusciremo ad essere attivi partecipanti nel mondo, anziché passivi consumatori.





E ora qualche consiglio per te!

Se sei stato preso di mira da un bullo, segui questi consigli:

- Non avere reazioni violente a scopo di vendetta, di solito non sono utili e portano ad un peggioramento della situazione.
- Sforzati di mantenere la calma. I bulli hanno come scopo provocare la reazione di umiliazione e il soddisfacimento di questo loro bisogno li porta alla reiterazione del comportamento. Il mancato ottenimento di questa reazione potrebbe farli desistere.
- Ricordati che non sei solo! Il bullismo non è una cosa che devi affrontare da solo, riguarda anche i genitori e l'istituzione scolastica. Dunque non bisogna aver paura di parlarne con quanti più adulti di riferimento possibili.
- Evita di frequentare gli stessi posti del bullo e cerca di essere quanto più possibile sempre in compagnia e mai solo.
- Quando rispondi al bullo, fallo sempre in modo determinato, fermo ed assertivo. Non rispondere in modo aggressivo, ma nemmeno in modo sottomesso.
- Cerca di volgere a tuo favore i commenti negativi del bullo.
- Coltiva quante più amicizie possibili dentro e fuori la scuola. Avere degli amici che ti vogliono bene e che sono dalla tua parte ti aiuterà a non cedere emotivamente.
- A volte, in qualche caso, l'autoironia si dimostra essere nostra alleata. Qualche bullo potrebbe apprezzare il tuo senso dell'umorismo e lasciarti in pace. Ovviamente ciò è differente per ogni caso, quindi valuta bene la persona con cui hai a che fare prima di farne una strategia d'utilizzo.

UTILIZZO CONSAPEVOLE E CORRETTO DEL WEB

La facilità e la velocità con la quale utilizziamo la rete internet, grazie anche all'uso di tablet e smartphone, ci permette di essere sempre connessi e collegati in ogni luogo e in ogni momento della giornata.

Proprio per questa sua caratteristica di pervasività è fondamentale utilizzare la tecnologia con prudenza e consapevolezza! Sul web è necessario usare il buon senso e rispettare alcune regole fondamentali per evitare di incappare in pericoli o in situazioni di cyber bullismo. Ecco alcuni consigli per te:

- Non dare mai informazioni personali (nome, indirizzo, numero di telefono, età, nome e località della scuola o nome degli amici) a chi non si conosce personalmente o a chi si conosce sul web
- Non inviare immagini intime e personali, non farsi vedere in webcam da persone sconosciute
- Non condividere le proprie password, neanche con gli amici. Comunicarle solo ai propri genitori o agli adulti di riferimento
- Non accettare incontri di persona con qualcuno conosciuto online
- Non rispondere a messaggi che possano destare confusione o disagio (meglio ignorare il mittente, terminare la comunicazione e riferire quanto accaduto a un adulto)
- Prima di aprire un allegato o scaricare contenuti, se si conosce la persona che lo ha inviato, chiedere conferma che lo abbia mandato veramente, altrimenti va ignorato.
- Rispettare le regole di buona educazione in rete: leggere le regole del sito, non offendere nessuno, non divulgare messaggi privati di altri, non scattare foto o filmare le persone senza il loro consenso.
- Sui social network bisogna controllare le impostazioni del proprio profilo: chi può vederlo? Chi può fare ricerche su di te o raccogliere informazioni o esporti a situazioni che non controlli? Bisogna restringere il più possibile l'accesso alle informazioni che ti riguardano.

IL GAMING

La dipendenza da videogame è entrata ufficialmente a far parte delle classificazioni diagnostiche più importanti. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha, infatti, inserito il "gaming disorder", ossia l'uso compulsivo dei videogiochi, nella bozza dell'undicesima edizione della International Classification of Diseases (ICD), classificazione internazionale delle patologie, definendolo come "una serie di comportamenti persistenti o ricorrenti che prendono il sopravvento sugli altri interessi della vita".

Un utilizzo distorto dei videogiochi può rappresentare un fattore di rischio per lo sviluppo di dipendenza tale da compromettere lo svolgimento di tutte le altre normali attività quotidiane, la salute fisica e le relazioni sociali.

È fondamentale, però, comprendere il confine sottile esistente tra gioco e dipendenza.

Il disagio si manifesta quando si verifica un abuso



dei giochi elettronici, quando un loro utilizzo continuativo e sistematico prende il sopravvento, occupa gran parte della giornata e finisce col sostituirsi ad ogni attività quotidiana.

In tali situazioni, si tende ad isolarsi dalle relazioni, a chiudersi in se stessi e in quel mondo virtuale che può diventare, soprattutto nei momenti di maggiore fragilità, una modalità per evadere dalla quotidianità, sperimentare sensazioni nuove ed evitare il senso di incapacità o inutilità spesso vissuto in altri contesti e in altre relazioni quotidiane.

Non si tratta quindi solo del numero di ore trascorse davanti agli schermi, ma di tutta una serie di cambiamenti che sconvolgono la quotidianità, l'umore e il comportamento.

Ecco quali sono gli indicatori che devi tener presente se pensi di fare un abuso dei videogiochi:

- Sei diventato più apatico, irrequieto e irritabile?
- Hai modificato le tue abitudini alimentari, di igiene personale, del sonno?
- Giochi di nascosto e per questo motivo litighi

ATTENTI A QUEI DUE!

Sicuramente conoscerai bene queste due realtà Social: Ask.fm e ThisCrush!

Ma sei al corrente della loro pericolosità?

Ti è mai capitato di ricevere domande che ti hanno messo in difficoltà? E come ti sei comportato? Hai preferito rispondere o non rispondere? Hai chiesto aiuto ad un adulto?

Ask.fm

È sicuramente il re indiscusso dell'anonimato! Cosa puoi fare per non incorrere in atti di cyberbullismo?

- 1 Non fare e/o rispondere a domande intime o imbarazzanti.
- 2 Se ciò dovesse accadere, parlane con un adulto.
- 3 Non rivelare i "segreti" dei tuoi amici.
- 4 Non comunicare il tuo nome a sconosciuti su Kik Messenger.

5 Non iniziare conversazioni private con sconosciuti.

6 Ricordati che su Ask.fm il profilo è SEMPRE pubblico, non hai possibilità di renderlo privato per farlo vedere solo agli amici.

7 Nelle impostazioni della privacy hai la possibilità di negare la possibilità di farsi fare domande anonime.

ThisCrush

Lo sapevi che ThisCrush letteralmente significa "questa cotta" ed è stato ideato per aiutare i più timidi quando si parla di questioni amorose, per rompere il ghiaccio e iniziare una comunicazione? Potrebbe quindi essere molto utile, peccato però che alcuni stanno utilizzando ThisCrush in maniera del tutto errata, inviando messaggi offensivi, rendendosi protagonisti di veri e propri atti di cyberbullismo.

Questo è il nostro consiglio:

Non accettate il rischio di ricevere insulti e odio, di essere messi in crisi, con la speranza di ricevere un giorno apprezzamenti, commenti positivi e adrenalinici.

spesso con i tuoi genitori?

- Ti capita di avere esplosioni di rabbia quando non vogliono farti terminare la partita o se i tuoi genitori decidono di interrompere bruscamente il gioco?
- Stai trascurando la scuola, lo sport e le relazioni sociali per poter giocare più tempo ai videogiochi?
- Soffri spesso di mal di testa, mal di schiena e disturbi della vista?

Se riscontri un numero elevato di queste caratteristiche, parlane con i tuoi genitori, è importante!

I videogiochi sono divertenti ed entusiasmanti, ma non sono gli unici hobby ad avere queste caratteristiche. E se proprio non dovessi trovare nessuno sport che pensi possa fare al caso tuo, fai in modo che il videogioco diventi un modo per socializzare. Scambiarsi opinioni, cercare di capire insieme come superare un livello particolarmente ostico: queste attività ti aiutano a non isolarti.

Attenzione alle Loot Box!!! Questi sistemi di compravendita che vengono operati nel gioco con soldi reali e che permettono di acquistare contenuti non messi a disposizione del giocatore nel gioco base (veri e propri bonus e upgrade che permettono ai giocatori di diventare più forti e di vincere più facilmente), sono stati messi sotto la lente d'ingrandimento per il loro essere molto simili, come meccaniche, al gioco d'azzardo.

In generale, per evitare ogni forma di abuso della rete è bene adottare delle accortezze.

Avete mai pensato di utilizzare delle App che misurano il tempo che si passa davanti allo schermo dello smartphone?

Parliamo ad esempio di Screen Time che è in grado di calcolare quanto tempo si passa sui dispositivi mobile, quindi il tempo trascorso su ogni singola app, il numero delle notifiche ricevute e quante volte si prende in mano il telefono.

Questo è un ottimo modo per darsi delle regole e per non fare un abuso dello smartphone.

BIBLIOGRAFIA

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

Barone L., Bullismo e cyber bullismo: riflessioni, percorsi di intervento, prospettive. Editore Key

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

Cassano, G., Il cyberbullismo alla luce della legge 29 maggio 2017, n.71. Dike Giuridica Editrice anno 2017

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

Genta M.L., Brighi A., Guarini A., Cyberbullismo. Ricerche e strategie d'intervento. Franco Angeli Editore 2017

Genta M.L., Bullismo e Cyberbullismo. Comprenderli per combatterli. Strategie operative per psicologi, educatori ed insegnanti. Franco Angeli Editore 2017

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

Prensky, M., Digital Natives, Digital Immigrants Part I, in "On the Horizon" (MCB University Press), vol. 9, n. 5, ottobre 2001. Traduzione di Francesca Nicola

Rivers, I., e Smith, P.K. (1994). Types of bullying behaviour and their correlates. Aggressive Behavior, 20 (5): 359-368; Lingiardi, V. (2007). Citizen gay. Famiglie, diritti negati e salute mentale. Milano: il Saggiatore

Tonioni, F., CYberbullismo. Come aiutare le vittime e i persecutori. Mondadori 2014

*Hai bisogno di
ulteriori informazioni?*

**Pensi che un tuo amico si trovi in
questa situazione e non sai come
aiutarlo? Hai bisogno di aiuto?**

***NON ESITARE A CONTATTARCI
AI SEGUENTI NUMERI:***

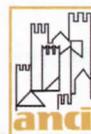
NUMERO VERDE
800 93 70 70

NUMERO DI MESSAGGISTICA
393 300 90 90



moige
proteggiamo i nostri figli

ML
MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI
DIREZIONE GENERALE DEL TERZO SETTORE
E DELLA RESPONSABILITÀ SOCIALE DELLE IMPRESE



Il progetto è finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali - Avviso n. 1/2017