

# #OFF4aDAY

## CYBER BULLISMO E'IL TERMINE USATO PER INDICARE IL BULLISMO ONLINE

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.

**moige**  
proteggiamo i nostri figli

**SAMSUNG**

CON IL  
PATROCINIO  
DI



Polizia di Stato

# #OFF4aDAY

IL CYBER BULLISMO E' UN FENOMENO  
CHE PUO' VERIFICARSI  
OVUNQUE E IN OGNI ISTANTE

Un video pubblicato su YouTube e poi divulgato e condiviso con migliaia di spettatori, può arrecare un grave danno alla vittima anche senza la sua ripetizione nel tempo poichè 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).

Attuare questo comportamento è facile in rete perché è possibile rendersi irreperibile o anonimi.

# #OFF4aDAY

NEL CYBER BULLISMO ANCHE CHI VISIONA  
"SEMPLICEMENTE" UN VIDEO  
O DECIDE DI INOLTRARLO AD ALTRI,  
O RIDE, O RIMANE INDIFFERENTE,  
E' RESPONSABILE

Guardare video, leggere o scrivere commenti offensivi e passare la voce ad altre persone dell'azione dannose 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.

**moige**  
proteggiamo i nostri figli

**SAMSUNG**

CON IL  
PATROCINIO  
DI



Polizia di Stato

# #OFF4aDAY

LA "DIVERSITA'" DELLA VITTIMA  
GIOCA UN RUOLO DI PRIMO PIANO  
NELLA SCELTA DA PARTE DEL CYBER BULLO

**I**l cyber bullo 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, che può arrivare persino a negare l'esistenza del problema, perché non vuole colpevolizzarsi e, per questo, fatica a confidarsi con qualcuno.

**moige**  
proteggiamo i nostri figli

**SAMSUNG**

CON IL  
PATROCINIO  
DI



Polizia di Stato

# #OFF4aDAY

## VARI TIPI DI CYBER BULLISMO

**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

# #OFF4aDAY

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

# #OFF4aDAY

## VITTIME DEL CYBER BULLISMO

**L**e 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 SUA AZIONE VIOLENTA CONTRO DI TE. PARLANE CON UN ADULTO DI RIFERIMENTO: GENITORE, INSEGNANTE, ALLENATORE. NON VERGOGNARTI E SFORZATI DI PARLARNE E DI CHIEDERE AIUTO!

**moige**  
proteggiamo i nostri figli

**SAMSUNG**

CON IL  
PATROCINIO  
DI



Polizia di Stato

# #OFF4aDAY

## BULLISMO TRADIZIONALE VS CYBER BULLISMO

**N**el BULLISMO TRADIZIONALE in genere la vittima e il bullo sono persone che si conoscono, che si frequentano nella stessa scuola o compagnia. Trovandosi a faccia a faccia con la propria vittima e potendo vedere gli effetti delle sue azioni, a volte, il bullo riesce ad avere un contenimento del livello di disinibizione.

**N**el 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 potere del bullo è maggiore in quanto viene accresciuto dalla sua invisibilità in rete. Il livello di disinibizione è alto in quanto il cyber bullo non si rende conto effettivamente degli effetti che le sue azioni hanno sugli altri.



# #OFF4aDAY

## REGOLE PER NAVIGARE SICURI E NON INCAPPARE IN BRUTTE SORPRESE!

1. 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
2. Non condividere le tue password con gli amici, ma solo con i tuoi genitori
3. Cerca di creare password originali, sempre diverse con caratteri numerici e di lettere intervallati tra loro
4. Non accettare incontri di persona con qualcuno conosciuto online
5. Non rispondere a messaggi che possano destare confusione o disagio (meglio ignorare il mittente, terminare la comunicazione e riferire quanto accaduto a un adulto)
6. Non usare un linguaggio offensivo o mandare messaggi volgari online
7. Se qualcuno usa un linguaggio offensivo con te, parlane con un adulto
8. 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 online sul tuo profilo

# #OFF4aDAY

## CONSIGLI PRATICI IN CASO DI CYBER BULLISMO

1. Ignora le provocazioni cercando di mantenere la calma
2. Non avere paura di chiedere aiuto a qualcuno (genitori, insegnanti, amici)
3. Abituati a registrare su di un "diario" gli abusi subiti per non dimenticare i dettagli in caso di denuncia
4. Non mostrare rabbia, timore o tristezza. Evita di rispondere ad e-mail o sms molesti e offensivi
5. Non rispondere a chi offende nelle chat o esclude te od altri da una chat
6. Cambia il tuo nickname
7. Cambia il tuo numero di cellulare e comunicalo solo agli amici
8. Utilizza filtri per bloccare le e-mail moleste
9. Se una persona ti infastidisce in un social network puoi "arginarla" bloccando la persona in questione, che non potrà più contattarti
10. Spesso i social network ti offrono anche la possibilità, se qualcuno viola le regole del social, di inviare una segnalazione
11. Contatta la polizia nei casi di minacce fisiche o sessuali

# #OFF4aDAY

RESTIAMO CONNESSI.  
NELLA REALTA'!

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 e il rischio di non piacere all'altro, ma è un pericolo che vale la pena correre! 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!

**moige**  
proteggiamo i nostri figli

**SAMSUNG**

CON IL  
PATROCINIO  
DI



Polizia di Stato

# #OFF4aDAY

## SAMSUNG E MOIGE CONTRO 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: contattaci al numero **393.300.90.90**.

Abbiamo attivato anche un'e-mail dedicata: **help@off4aday.it**

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.