

### Qual è il problema?

La diffusione di pettegolezzi e il bullismo non sono nulla di nuovo. I bambini possono essere crudeli gli uni verso gli altri e i computer, gli smartphone e le tecnologie digitali hanno facilitato i comportamenti di prevaricazione: i bulli, infatti, anziché esporsi fisicamente, utilizzano questi strumenti per offendere chi è più debole. Il cyberbullismo, manifestazione in rete del bullismo, consiste in azioni aggressive e intenzionali, di una singola persona o di un gruppo, realizzate mediante strumenti elettronici (messaggi, foto, video, email, siti web, telefonate ecc.), il cui obiettivo è quello di umiliare e ferire un coetaneo incapace a difendersi.

Anche se il cyberbullismo è tipicamente associato alla fase preadolescenziale e adolescenziale, il fenomeno può riguardare anche bambini più piccoli, magari solo per avere attenzione dagli altri. Manifestandosi soprattutto in rete, può capitare che genitori e insegnanti non si accorgano di nulla. Il cyberbullismo può essere costante, pervasivo e dare l'impressione che non ci siano vie di uscita. La sensazione di essere anonimi e il desiderio di approvazione possono far sì che un bambino che normalmente non direbbe nulla di offensivo in presenza, lo faccia online.

### Perché è importante?

I bambini più piccoli stanno iniziando a utilizzare la comunicazione online e allo stesso tempo esplorano modi per testare le reazioni delle altre persone. Un bambino che invia un messaggio violento o volgare è spesso inconsapevole delle reazioni che la sua azione può provocare. Inoltre, le informazioni offensive pubblicate su Internet sono visibili a tutti, nonché difficili da rimuovere completamente. Immaginate di essere umiliati pubblicamente di fronte a tutti quelli che conoscete! Questi comportamenti di solito avvengono quando gli adulti non sono presenti, così genitori e insegnanti spesso si accorgono che qualcosa sta succedendo osservandone gli effetti. I genitori possono aiutare prendendo consapevolezza del problema, imparando a identificare i campanelli d'allarme del cyberbullismo e insegnando ai bambini ad essere rispettosi degli altri comunicando in Internet.

### Cosa possono fare le famiglie

- **Fate insieme un elenco delle differenze che ci sono tra parlare in rete e parlare faccia a faccia.** Fate riflettere i bambini sulla facilità con cui si dicono le cose protetti da uno schermo e su come questo possa avere effetti positivi o negativi, come quando si comunica di persona.
- **Esercitatevi a scrivere un messaggio ad un amico.** Proponete ai vostri figli degli esempi per esprimere un complimento a qualcuno e insegnategli ad evitare parole o comportamenti offensivi o volgari.
- **Sottolineate quanto sia importante aiutare chi è vittima di bullismo.** Discutete sui modi con cui possono sostenere gli amici che sono vittime di bullismo, spiegando quanto è importante il supporto degli altri per superare queste situazioni che possono capitare a chiunque.

## La voce del buon senso

**Limitate le chat aperte.** Visto che c'è più rischio di subire atti di bullismo su siti dove i bambini possono comunicare apertamente, è meglio evitare chat aperte. Eventualmente cercate siti che offrono chat moderate (i messaggi vengono mandati online solo dopo un controllo preventivo).

**Spiegate come comportarsi correttamente.** Ricordate ai vostri bambini che offendere, mentire o spifferare segreti fa male – sia in rete che nel mondo fisico. E ricordate di lodare i vostri bambini quando vedete comportamenti positivi.

**Ricordate ai vostri bambini di non condividere le password con i loro amici.** Il cyberbullismo può manifestarsi anche quando i bambini condividono le password, si collegano all'account di un altro bambino e fingono di essere lui. I bambini possono proteggersi imparando che le password sono strettamente private e devono essere condivise solo con i genitori. Inoltre, insegnate loro di disconnettersi sempre da account personali dopo aver utilizzato un dispositivo condiviso.

**Assicuratevi che parlino con un adulto di fiducia.** Un bambino dovrebbe sempre raccontare a un genitore, un insegnante o un adulto di fiducia se nota atti di bullismo (in rete o nel mondo fisico). Dite ai vostri figli che questo non è fare la spia, bensì aiutare chi ne è vittima.

**Consigliate loro come gestire il cyberbullismo.** Insegnate ai vostri bambini come bloccare il circolo vizioso evitando prima di tutto di rispondere alle provocazioni del bullo. Ad esempio, è utile salvare le prove di quanto accaduto, piuttosto che cancellarle.

**Stabilite delle punizioni e delle azioni riparatorie per i comportamenti di bullismo.** Se vostro figlio offende o umilia un altro bambino, prendete in considerazione l'idea di togliere per un certo tempo il permesso di usare lo smartphone o il computer e discutete su cosa significa rispettare gli altri. Meglio ancora, esortatelo a scrivere una lettera di scuse.

## Video

Guardate insieme ai vostri figli il video relativo a questo argomento:

[www.programmailfuturo.it/come/cittadinanza-digitale/il-potere-delle-parole](http://www.programmailfuturo.it/come/cittadinanza-digitale/il-potere-delle-parole)