

#stophate

#maipiùsoli

#stopbullismo

#parlarneaiuta

VADEMECUM

ANTI

CYBERBULLISMO

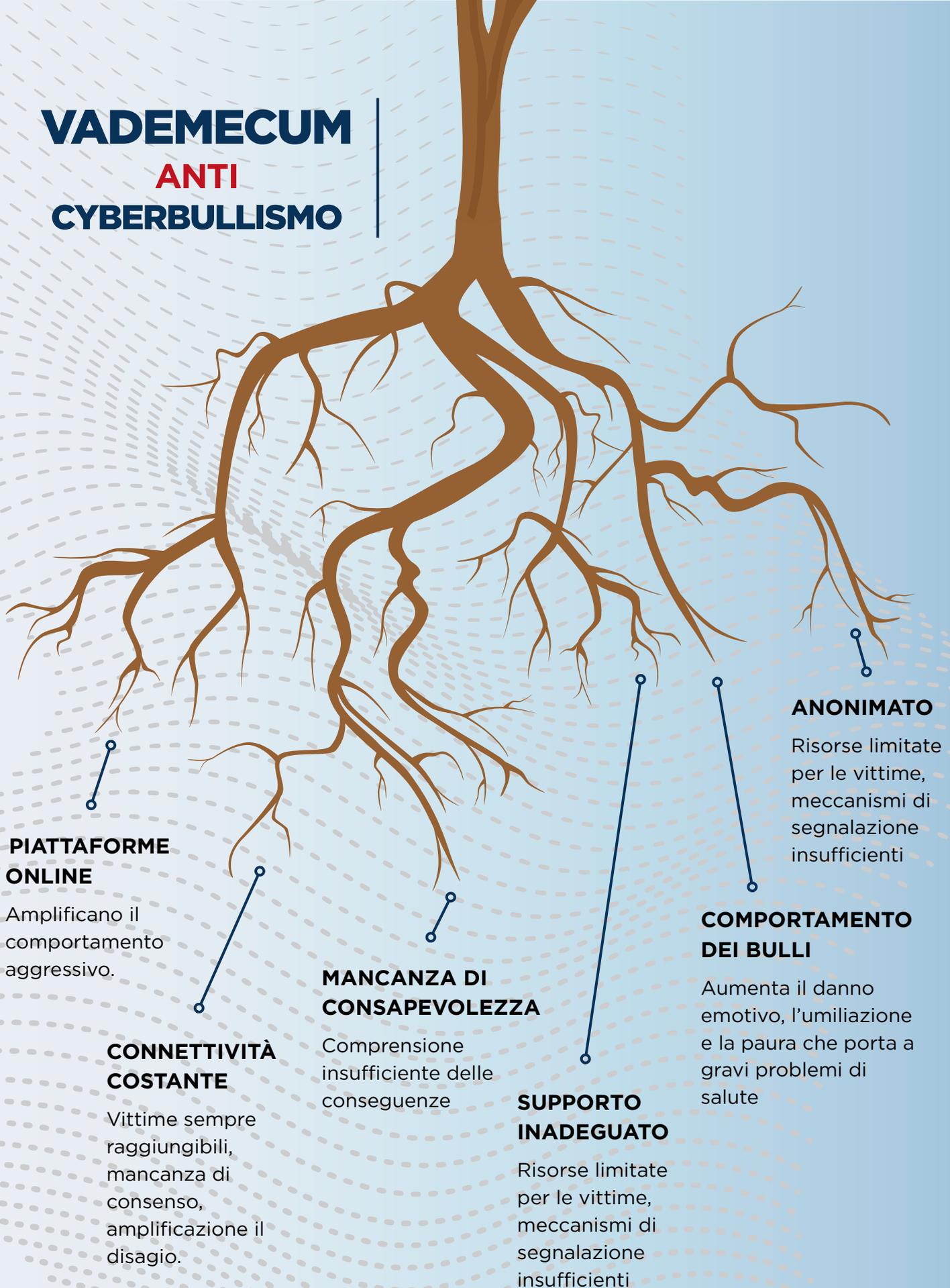


I.P.S.S.C.T.S. L. Einaudi - Varese
Prof. Vito Natale

GRAFICA DI

Roberto Natale

VADEMECUM ANTI CYBERBULLISMO



VADEMECUM **ANTI** **CYBERBULLISMO**

**Congela il cyberbullismo,
trasforma il terrore in forza
Insieme, si può!**

COS'È IL CYBERBULLISMO?

Il cyberbullismo è una forma di bullismo che avviene online, attraverso social network, chat, email o altre piattaforme digitali. Si tratta di comportamenti aggressivi, intenzionali e ripetuti, che mirano a umiliare, ferire o intimidire una persona. A differenza del bullismo tradizionale, il cyberbullismo può raggiungere la vittima ovunque e in qualsiasi momento, amplificando i suoi effetti negativi

ESEMPI DI CYBERBULLISMO

Ecco alcune situazioni comuni che rientrano nel fenomeno del cyberbullismo:

- Insulti e minacce online: messaggi offensivi inviati tramite chat o social network.
- Diffusione di immagini o video imbarazzanti: pubblicazione senza consenso di contenuti privati o compromettenti.
- Creazione di profili falsi: per diffamare o ingannare una persona.
- Esclusione sociale digitale: rimuovere intenzionalmente qualcuno da gruppi o attività online.

Calunnie e pettegolezzi: diffondere false informazioni per danneggiare la reputazione altrui.

VADEMECUM ANTI CYBERBULLISMO

Il bullismo è l'ignoranza
del credere di essere forti.

PERCHÉ IL CYBERBULLISMO È PERICOLOSO?

Il cyberbullismo può avere gravi conseguenze sia psicologiche che legali:

Conseguenze psicologiche per la vittima:

- Ansia, depressione e isolamento sociale.
- Abbassamento dell'autostima e senso di vergogna.
- Nei casi più gravi, pensieri autolesionistici o suicidari.



Conseguenze legali per l'autore:

Il cyberbullismo è un reato in Italia.

- La Legge n. 71/2017 prevede sanzioni per chi lo pratica, inclusa la rimozione dei contenuti offensivi e possibili denunce penal.
- La legge 70/2024 introduce diverse innovazioni nel contrasto al bullismo e cyberbullismo, ampliando l'ambito della precedente legge 71/2017 con misure penali in base all'età del responsabile e alla gravità degli atti.

VADEMECUM **ANTI** **CYBERBULLISMO**

Il bullo è solo un pallone gonfiato. Sgonfiamolo.

COSA FARE SE SEI VITTIMA DI CYBERBULLISMO?

GRAFICA DI



1. Non rispondere agli attacchi: evita di reagire ai messaggi offensivi.
2. Raccogli prove: fai screenshot dei messaggi, post o contenuti incriminati.
3. Blocca i responsabili: usa le funzioni di blocco disponibili sui social network.
4. Segnala l'accaduto.
 - Parla con un adulto di fiducia (genitori, insegnanti).
 - Rivolgiti all'insegnante referente contro il cyberbullismo della tua scuola o all'animatore digitale
 - Usa strumenti come l'app YouPol della Polizia di Stato per segnalazioni anonime.
5. Chiedi aiuto professionale: Se ti senti sopraffatto, considera un supporto psicologico.

COSA FARE SE SEI TESTIMONE DI CYBERBULLISMO?

1. Non essere complice: Non condividere né commentare i contenuti offensivi.
2. Sostieni la vittima: Offri il tuo aiuto e incoraggiala a chiedere supporto.
3. Segnala l'episodio: Informati su come segnalare il caso alle autorità competenti o all'insegnante referente della scuola.

VADEMECUM ANTI CYBERBULLISMO

Il cyberbullismo
è tossico, uccide.



COME USARE INTERNET IN MODO SICURO E RESPONSABILE

- Proteggi la tua privacy.
 - Non condividere informazioni personali o foto sensibili online.
 - Imposta profili social privati e scegli con attenzione chi può vedere i tuoi contenuti.
- Pensa prima di pubblicare.
 - Chiediti se ciò che stai postando potrebbe ferire qualcuno.
- Rispetta gli altri online.
 - Tratta gli altri come vorresti essere trattato tu. Evita commenti offensivi o provocatori.
- Evita situazioni rischiose.
 - Non accettare richieste da sconosciuti e non partecipare a gruppi che promuovono comportamenti negativi.



VADEMECUM ANTI CYBERBULLISMO

Numeri utili e contatti

SE HAI BISOGNO DI AIUTO, PUOI RIVOLGERTI A QUESTE RISORSE:

- **Helpline 114:** Numero gratuito attivo 24/7 per emergenze legate a minori (chiamata, chat, WhatsApp).
- **Linea d'ascolto 1.96.96:** Supporto psicologico per bambini e adolescenti (chiamata gratuita).
- **App YouPol:** Per segnalare episodi di bullismo o violenza in forma anonima.
- **Anemos Italia Odv:** Promoviamo la cultura del rispetto e della non violenza. Telefono +39 370 3071722
- www.generazioniconnesse.it
- www.paroleostili.it.
- www.mim.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo



#stophate #maipiùsoli #stopbullismo #parlarneaiuta

VADEMECUM ANTI CYBERBULLISMO

Questo vademecum, prodotto per I.P.S.S.C.T.S. L. Einaudi, vuole essere uno strumento pratico per la sensibilizzazione contro il cyberbullismo. Fornisce indicazioni precise e concrete su come affrontare eventuali episodi.

RICORDA, NON SEI SOLO!

Chiedere aiuto è il primo passo per risolvere il problema.

Prof. Vito Natale

FONTI

<https://www.stateofmind.it/cyberbullismo/>

<http://www.comune.torino.it/torinogiovani/salute-e-vita-affettiva/cyberbullismo-e-revenge-porn>

<https://www.centrointerapia.it/il-fenomeno-del-cyberbullismo-conseguenze-e-strategie-di-intervento/>

<https://www.aranzulla.it/come-combattere-il-cyberbullismo-1140897.html>

<https://www.alberghierovereto.it/altri-numeri-utili/>

https://sostenibilitaitalia.konecta-group.com/progetti_esg/goal_magazine/dettaglio-articolo-art-10-consigli-per-l-uso-responsabile-dei-social-articolo-49.html



Ministero dell'Istruzione - Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia



GRAFICA DI

Andrea Guadolo

