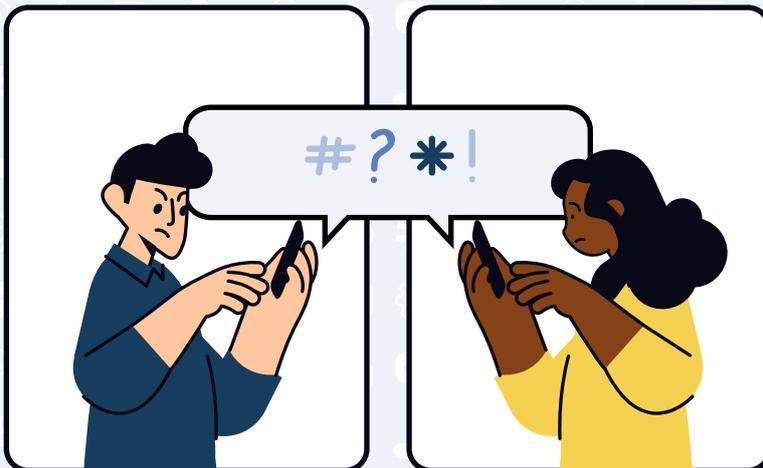


KidActions



#? *!



Raccomandazioni politiche

Questo opuscolo intende fornire una serie di raccomandazioni pratiche che considerano la dimensione multiforme del (cyber) bullismo tra i bambini e gli adolescenti. Ci auguriamo che le idee qui contenute aiutino la società civile, le ONG, il personale educativo, i servizi sociali, i professionisti della salute e dell'assistenza, i responsabili politici e le altre parti interessate a creare un ambiente politico favorevole per una prevenzione, un'individuazione e una risposta più efficaci al (cyber)bullismo.



Le nostre raccomandazioni si basano sul lavoro svolto dal progetto [KID_ACTIONS](#), finanziato dalla Commissione europea. Il progetto KID_ACTIONS mira a creare una serie di strumenti innovativi basati su varie indagini per affrontare il cyberbullismo tra i giovani di età compresa tra gli 11 e i 19 anni. I risultati riflettono le opinioni di molti partners, esperti e giovani consultati in diverse fasi del progetto, nonché la nostra analisi degli studi e delle linee guida internazionali e comunitarie in materia.



Ci auguriamo sinceramente che le idee qui contenute contribuiscano a fornire una solida base per proseguire la discussione a livello europeo e nazionale. Infine, ci auguriamo che contribuiscano a ispirare molte parti interessate a continuare a scambiare competenze, buone pratiche e a potenziare la collaborazione, in modo da continuare a combattere insieme il cyberbullismo a scuola e non solo. Queste raccomandazioni politiche sono disponibili in inglese, italiano e francese.



Editore: European Schoolnet (EUN Partnership AIBSL)
Rue de Trèves, 61 - 1040 Bruxelles, Belgio

Autori: Verónica Donoso e Sophie Smit

Design: Mattia Gentile

Illustrazioni: Riadattamenti dall'autore di Adobe Stock @PureSolution



Table of Contents

L'incidenza del cyberbullismo rimane problematica in Europa e nel mondo	4
Quindi, cosa deve essere migliorato ?	4
Una definizione comune del cyberbullismo	4
Sono necessarie politiche durabili e maggiore responsabilità da parte del settore ICT	5
Non possiamo combattere il cyberbullismo senza affrontare il bullismo offline e altre forme di bullismo (tra compagni)	5
Servono risposte mirate per i bambini in situazioni di vulnerabilità e adatte ai loro bisogni	6
Il cyberbullismo è una responsabilità che coinvolge più attori. Sono necessari una maggiore cooperazione e un maggiore coordinamento tra i vari settori	6
Raccomandazioni chiave	7
Insegnanti ed educatori	8
Responsabili politici	11
Operatori giovanili / educazione informale	12
Società civile	13
Il settore dei media	14
Comunità accademica	14
Settore ICT	15
Famiglie e adulti coinvolti	16
Bambini e giovani	17
Conclusioni	19

Nonostante i numerosi sforzi per combatterlo, l'incidenza del cyberbullismo rimane problematica in Europa e nel mondo

A livello globale, più di un terzo dei giovani ha dichiarato di essere stato vittima di cyberbullismo¹. Nonostante le iniziative esistenti per prevenirlo e combatterlo, il cyberbullismo rimane il problema più segnalato alle linee telefoniche di assistenza, come parte della rete europea dei Safer Internet Centres finanziata dalla Commissione europea nell'ultimo decennio². Il cyberbullismo è un problema preoccupante, soprattutto per le conseguenze negative che può avere sulle vittime. Tuttavia, determinarne l'incidenza e la gravità non è semplice. Gli studi sul cyberbullismo di solito suggeriscono stime che vanno dal 10% al 40% a seconda di come viene definito il cyberbullismo e dell'età delle vittime³. In Europa, la ricerca EU Kids Online ha rilevato che il cyberbullismo è aumentato dall'8 al 12% tra il 2010 e il 2014. Le ragazze sembrano essere più colpite, visto che il loro tasso è salito al 15%⁴. Nel 2020, EU Kids Online ha rilevato che, nella maggior parte dei Paesi europei inclusi nell'indagine, meno del 10% dei bambini ha dichiarato di essere stato vittima di cyberbullismo⁵.

Un solo caso di cyberbullismo è già troppo

Il cyberbullismo può infliggere gravi danni psicologici, emotivi o sociali⁶ ed è stato anche associato al disadattamento psicosociale sia delle vittime che dei bulli. Inoltre, esiste una serie di problemi di salute mentale e fisica derivanti dal cyberbullismo che possono avere un effetto profondo sulle vittime³. Tra questi, l'imbarazzo, la paura e il turbamento, l'evitamento di Internet⁷; l'isolamento sociale, l'esclusione sociale, la bassa autostima, l'ansia e la depressione⁸, nonché l'assenza da scuola e l'abbassamento dei voti^{9, 10}. Inoltre, i comportamenti di bullismo possono avere un impatto sul rendimento scolastico delle vittime e provocare traumi emotivi¹¹.

Una delle maggiori preoccupazioni per gli operatori, i genitori e la società è l'impatto che il cyberbullismo può avere sull'autolesionismo e sul (tentato) suicidio⁷. Alcuni studi indicano che esiste una relazione tra l'essere vittima di cyberbullismo e queste gravi conseguenze¹². Tuttavia, le situazioni di rischio online non sempre sfociano in un danno. Tuttavia, quando si verifica un danno, l'impatto su alcuni bambini e giovani può essere devastante, soprattutto perché gli incidenti online hanno il potenziale di raggiungere un

pubblico più vasto rispetto al bullismo offline e perché l'aggressione può essere perpetuata online, lasciando alle vittime l'impressione di non poterne "sfuggire". Inoltre, le ripercussioni del cyberbullismo possono andare ben oltre. Ad esempio, un episodio grave può avere ripercussioni negative su una classe, una scuola, ma anche su famiglie e comunità.

Quindi, cosa deve essere migliorato ?

Una definizione comune del cyberbullismo

Sebbene il cyberbullismo sia considerato un grave problema di salute e un problema sociale in crescita ed esista un'ampia letteratura sul cyberbullismo, ad oggi non esiste una definizione universalmente accettata¹³. Nonostante ciò, alcune definizioni sono comunemente presenti nella ricerca accademica. Per esempio, Hinduja e Patchin definiscono il cyberbullismo come "un danno intenzionale e ripetuto che altri infliggono attraverso un dispositivo digitale"¹⁴.

Smith et al. definiscono il cyberbullismo come "un atto aggressivo e intenzionale compiuto da un gruppo o da un individuo, utilizzando forme di contatto elettronico, ripetutamente e nel tempo, nei confronti di una vittima che non può facilmente difendersi"¹⁵.

La mancanza di un concetto comune di cyberbullismo è problematica perché rende meno affidabile il confronto tra studi, Paesi e regioni. Se il cyberbullismo viene definito in modi diversi, viene anche misurato in modi diversi. Questa variabilità può contribuire a spiegare le notevoli differenze nei tassi di vittimizzazione riportati nei vari studi.



"I media sono molto sensibilizzati sul tema del cyberbullismo. Quindi, non è più un argomento tabù come prima. Ma c'è anche uno svantaggio in questo fenomeno mediatico, perché è diventata una moda parlare di bullismo. I ragazzi si chiamano l'un l'altro vittime come una parolaccia. Se ti guardo in modo un po' strano, allora dici: "Non fare il bullo con me!". [...] È come se ogni conflitto diventasse cyberbullismo o bullismo [...] ma se ogni conflitto viene chiamato cyberbullismo, allora il vero cyberbullismo non viene più percepito."

Rappresentante del Safer Internet Centre

Avere una definizione comune del cyberbullismo non è importante solo per i ricercatori o i responsabili politici. Infatti, è importante anche per i bambini e i giovani stessi, così come per coloro che lavorano direttamente con loro, ad esempio gli educatori, i [Safer Internet Centres](#), i media e tutti i tipi di stakeholders coinvolti attivamente nella sensibilizzazione e nella lotta al cyberbullismo. Se vogliamo avere più successo nella lotta al cyberbullismo, è necessaria una posizione chiara su cosa sia e cosa non sia il cyberbullismo. Ciò implica l'adozione di una definizione completa del cyberbullismo, elaborata attraverso il dialogo con le organizzazioni e gli esperti del settore e con i bambini e ragazzi.

Sono necessarie politiche durabili e maggiore responsabilità da parte del settore ICT

Il cyberbullismo può assumere diverse forme, tra cui molestie, denigrazione, impersonificazione, insulto, diffusione di contenuti e informazioni private, inganno, esclusione e cyberstalking¹⁶. In particolare, il cyberbullismo ha luogo su diverse piattaforme, tra cui le applicazioni di SMS, la messaggistica fotografica, i video e i giochi online, oltre a una più ampia gamma di piattaforme di social media¹⁷. In prospettiva, è fondamentale anticipare tempestivamente i rischi online emergenti e le nuove manifestazioni di quelli già esistenti, come il cyberbullismo, che potrebbero derivare dalle prossime fasi di sviluppo di Internet, come il metaverso. Considerando rischi come il cyberbullismo fin dall'inizio, le parti interessate saranno in una posizione migliore per collaborare e avere il dialogo necessario per costruire risposte efficaci e durabili al cyberbullismo e ad altri rischi online.

“Siamo molto preoccupati perché pensiamo alla realtà virtuale e a come ci si sentirà un ragazzo se subisce molestie; se vi trovate nella realtà virtuale e si avete la sensazione che stia accadendo a voi, che impatto avrà sulla vostra vita e sul vostro benessere? Non lo sappiamo, e stiamo parlando di bullismo che può essere molto grave, e con la realtà virtuale può esserlo ancora di più (...). Penso che questo sia il modo in cui il bullismo si evolverà nel mondo della realtà virtuale e questo è un aspetto che ci preoccupa molto.”

Rappresentante dell'industria digitale

Non possiamo combattere il cyberbullismo senza affrontare il bullismo offline e altre forme di bullismo (tra compagni)

Sebbene gli studi suggeriscano che il bullismo (offline) e il cyberbullismo non sono fenomeni separati, ci sono una serie di caratteristiche che distinguono il bullismo online da quello offline¹⁸, come il fatto che il cyberbullismo può potenzialmente raggiungere un pubblico più vasto e che i cyberbulli possono essere “anonimi” e fisicamente “distanti” dalle loro vittime, rendendo gli autori meno consapevoli del danno potenziale inflitto alle vittime. La possibilità di “nascondersi dietro uno schermo” (anonimo o meno) può incoraggiare il bullo a spingersi oltre nell'aggressione rispetto a quanto potrebbe fare di persona. Inoltre, poiché il (cyber)bullo non è presente per vedere e assistere in prima persona alle reazioni della vittima¹⁹, di solito gli mancano gli spunti fisici e sociali necessari per provare empatia. Questa “invisibilità” può rendere gli altri meno capaci di intervenire e limitare il cyberbullismo, e quindi l'aggressore può riuscire a sfuggire alla responsabilità delle proprie azioni.



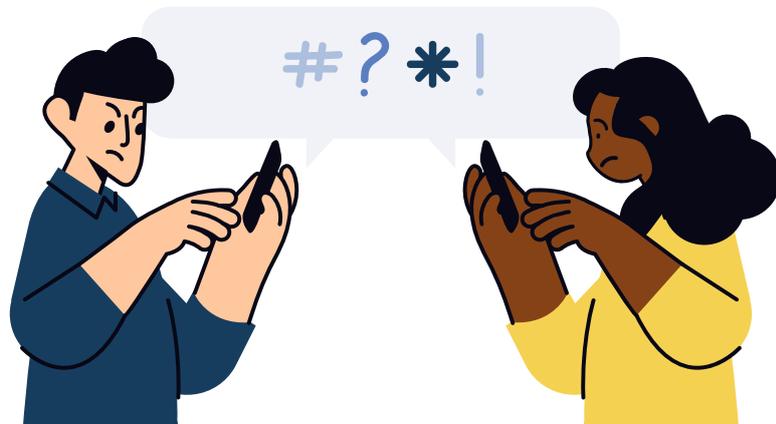
“Ho sentito molte storie di persone vittime di bullismo anonimo su questo tipo di [piattaforme] perché puoi farla franca perché il tuo nome non è nel commento”

Adolescente, Irlanda



“Penso che su internet si possa dire quello che si vuole senza filtri, si possano dire cose cattive senza conseguenze.”

Adolescente, Spagna



Nonostante le differenze tra bullismo offline e online, gli esperti, gli educatori, i professionisti e i giovani consultati durante il progetto KID_ACTIONS hanno convenuto che il bullismo online non può essere affrontato con successo a meno che non vengano affrontate anche le altre forme di aggressione, comprese quelle offline.

“Il bullismo non è un problema nuovo. È un problema antico che risale a decenni e decenni e decenni. È solo che i metodi che i bambini usano per prendersi di mira a vicenda si sono evoluti e sono cambiati nel tempo. Ma, in realtà, questo tipo di comportamento e le sue conseguenze sono stati certamente problematici per molto tempo.”

Ricercatore, Regno Unito

Servono risposte mirate per i bambini in situazioni di vulnerabilità e adatte ai loro bisogni

Alcuni gruppi di bambini e ragazzi hanno maggiori probabilità di diventare vittime di cyberbullismo rispetto ad altri. Ad esempio, le persone con disabilità²⁰, quelle con condizioni di salute mentale comportamentale ed emotiva e quelle caratterizzate da indici socio-economici inferiori²¹. Inoltre, l'impatto che il cyberbullismo può avere a livello personale dipende da molti fattori, come le caratteristiche individuali (ad esempio, i tratti della personalità dei bulli e delle vittime, la capacità della vittima di affrontare l'incidente), o i fattori contestuali (ad esempio, i mezzi di comunicazione utilizzati per infliggere il danno)^{22 15}. Il supporto (sociale) disponibile per le vittime (ad esempio, a casa, a scuola, attraverso i coetanei o le persone fidate del loro ambiente) è anche fondamentale. Pertanto, il cyberbullismo può avere un impatto diverso su bambini diversi, a seconda dei meccanismi e del sostegno di cui dispongono (o non dispongono) e delle loro strategie per far fronte. Purtroppo, molti bambini in situazioni di vulnerabilità non dispongono di reti di supporto. Ciò influisce negativamente sulla loro capacità di costruire una resilienza a lungo termine. È quindi fondamentale fornire loro sostegno e risorse aggiuntive, ma anche personalizzate, per aiutarli a crescere.

“I bambini che non sono supportati, che non hanno una buona rete di contatti, i bambini assistiti sono particolarmente problematici perché sono affidati agli Stati, spesso non hanno un buon rapporto con il loro genitore affidatario o con la casa dei bambini in cui si trovano. Tendono a non instaurare buoni rapporti con i coetanei, quindi non hanno quel sostegno. Tendono a non fidarsi delle autorità, quindi non vanno dall'assistente sociale o dall'insegnante. Questo significa che sono molto isolati in termini di sostegno, il che implica che non possono costruire la resilienza necessaria, sistemica o individuale, per affrontare il comportamento di bullismo, e quindi l'impatto su di loro è molto più grande di quello su qualcuno che proviene da una famiglia amorevole.”

Ricercatore, Regno Unito

Il cyberbullismo è una responsabilità che coinvolge più attori. Sono necessari una maggiore cooperazione e un maggiore coordinamento tra i vari settori

Non solo le scuole e le famiglie hanno un ruolo da svolgere nella prevenzione, nell'individuazione e nella risposta al cyberbullismo. Anche vari attori, come l'industria, la società civile, i governi e i bambini e i giovani, hanno la responsabilità di contribuire ad affrontare il problema.

Riconoscere che il cyberbullismo è un problema sociale che non può essere risolto solo dalle scuole è importante per aumentare la consapevolezza del problema e **incoraggiare i diversi attori ad assumersi la responsabilità e ad agire di conseguenza.**

“Penso che parte del problema sia che se le scuole si sentono prese di mira, accusate e incolpate di questo problema, e quindi insabbiano il problema, fanno finta che non stia accadendo, cercano di presentare alla comunità un quadro migliore della realtà [...]. Penso che abbiamo bisogno di una cultura molto più trasparente e aperta in cui le scuole possano dire: Abbiamo un problema con il cyberbullismo. Dobbiamo affrontarlo senza sentire che saranno in qualche modo incolpate per questo, perché non è davvero colpa delle scuole, e senza che il governo li giudichi per questo.”

Ricercatore, Regno Unito

Raccomandazioni chiave



Insegnanti ed educatori

Il cyberbullismo è un problema diffuso nelle scuole e rimane una priorità assoluta nell'agenda delle politiche educative. È fondamentale responsabilizzare tutti i bambini fin dalla più tenera età, comprese le vittime, gli astanti e gli autori, nella lotta contro il bullismo. **Ciò richiede un programma di studi che presti sufficiente attenzione alla promozione delle competenze emotive, psicologiche e sociali fin dalla più tenera età.**

“Una ragazza di qua ha TikTok [...] C'è un video di lei su TikTok, in realtà un video su di lei fatto da compagni di classe in cui è stata davvero derisa e questa è davvero una forma diversa di bullismo con i bambini più piccoli che sono ancora alle elementari e, sì, questo non succedeva prima.”

Adolescente, Belgio

L'istruzione dovrebbe concentrarsi maggiormente sulla promozione di competenze sociali positive come base fondamentale per un'interazione rispettosa sia online che offline. Pertanto, **l'educazione a scuola dovrebbe anche mirare a dotare i ragazzi di maggiore empatia, tolleranza e fiducia in se stessi e a insegnare loro ad accettare le differenze.** È inoltre fondamentale aiutare i giovani a diventare più “autoregolatori” come gruppo nel combattere il bullismo online e offline. Questo dovrebbe avvenire nell'ambito di strategie di prevenzione più ampie, volte a migliorare il clima scolastico e a combattere qualsiasi forma di violenza scolastica, come il miglioramento delle dinamiche di gruppo, invece di concentrarsi esclusivamente sulle competenze digitali.

“Se i giovani impareranno ad accettare tutti, a vivere nella tolleranza e l'inclusività fin da piccoli, dalle elementari alle superiori, in modo ludico o interattivo, penso che cresceranno con una mentalità più aperta e non saranno inclini al cyberbullismo online.”

Giovane, Irlanda



“[Agli studenti] bisogna dire che va bene essere se stessi; [...] [che] la propria felicità è più importante del proprio aspetto, del proprio modo di vestirsi. Dobbiamo essere noi stessi”.

Adolescente, Irlanda

Considerando la gravità del cyberbullismo e l'impatto negativo che può avere non solo sulle vittime, ma anche sulla classe e sull'intera comunità scolastica, è fondamentale che le scuole investano maggiori sforzi in politiche a lungo termine, partecipative e interscolastiche per prevenire e affrontare efficacemente il (cyber)bullismo. **Le risposte reattive ad hoc che vengono attivate solo quando si verificano incidenti gravi a scuola non contribuiscono a sradicare il cyberbullismo né altre forme di violenza scolastica tra compagni.**

Occorre prestare maggiore attenzione alle soluzioni strutturali, alla prevenzione e all'identificazione precoce degli incidenti, in modo che non diventino incontrollabili. **Sono necessari protocolli adatti ai ragazzi, chiari e ben comunicati affinché il personale scolastico, i ragazzi, ma anche le famiglie e gli accompagnatori sappiano come reagire quando si verificano incidenti.** Le politiche scolastiche non dovrebbero essere solo un “documento scritto” che permetta di barrare una casella. Invece, dovrebbero essere documenti vivi, a misura di ragazzi, idealmente co-creati con ragazzi e giovani, le loro famiglie e il personale scolastico.

Le scuole hanno un ruolo fondamentale nella prevenzione, nell'individuazione e nella risposta al cyberbullismo, ma spesso il personale scolastico è oberato di lavoro e di altre responsabilità e spesso non ha le conoscenze, il supporto istituzionale o i protocolli efficaci per gestire questo tipo di incidenti. Pertanto, la formazione iniziale degli insegnanti e **la formazione permanente degli insegnanti su questi temi sono fondamentali affinché il personale scolastico possa prevenire, individuare e rispondere adeguatamente agli episodi di cyberbullismo,** anche quando non si verificano a scuola. Il personale scolastico deve anche essere a conoscenza del quadro normativo e legale applicabile e delle modalità di intervento.

“Penso che la grande sfida sia questa: potete dare a un insegnante una mezza giornata di seminario sul cyberbullismo o una mezza giornata di seminario sulla salute mentale, ma non diventerà così facilmente un esperto in queste aree. E non è nemmeno detto che sia sicuro di sé nell'affrontare questi problemi. E, ancora una volta, nella nostra ricerca, quando abbiamo parlato con gli insegnanti, essi hanno spesso ritenuto che non fosse loro compito occuparsi di molte di queste cose. Sentivano pure che il governo stava solo scaricando la responsabilità; era, per così dire, un compito in più per far piacere al governo.”

Ricercatore, Regno Unito

È fondamentale mettere i ragazzi al centro di qualsiasi soluzione sviluppata per affrontare il cyberbullismo. **Gli approcci basati sulle relazioni tra compagni possono essere strategie promettenti per aumentare la consapevolezza e prevenire gli incidenti** in primo luogo, oltre a promuovere un ambiente (scolastico) attento.

“Penso che sia necessario coinvolgere i ragazzi. Loro sanno a che cosa potrebbero rispondere e che tipo di messaggi, che tipo di strumenti userebbero. E penso che noi, da adulti, abbiamo la tendenza a decidere ciò di cui pensiamo abbiano bisogno. E forse abbiamo ragione su ciò di cui hanno bisogno. Ma se non reagiscono, che senso ha?”

Ricercatore, Stati Uniti

Creare spazi sicuri per la condivisione delle esperienze delicate e imparare ad affrontarle è fondamentale. Le ricerche, tuttavia, dimostrano che quando si tratta di denunciare episodi come il cyberbullismo, i ragazzi sono meno propensi a dirlo ai loro insegnanti. **Rimane quindi fondamentale rafforzare le capacità e le strategie di reazione degli insegnanti e offrire un sostegno adeguato a ragazzi e giovani quando rivelano esperienze sensibili o dannose.**

“La più grande barriera al successo di questi programmi è la fiducia dei bambini nel parlare e nel denunciare. Se non pensano che cambierà qualcosa, se non si fidano dei loro insegnanti o degli altri studenti, se non c'è una cultura che permetta di parlare, non si può fare molto per risolvere il bullismo. [...] Perché bisogna lavorare molto per convincere i ragazzi che è sicuro parlare. E poi, se lo fanno, il personale li tratterà con comprensione”

Rappresentante della società civile, Regno Unito

È fondamentale fornire alle scuole indicazioni concrete su come elaborare le proprie politiche anti-bullismo. Tuttavia, occorre anche creare incentivi per sostenere lo sviluppo di queste strategie a scuola. Le ricerche dimostrano che, quando le politiche per combattere il cyberbullismo sono disponibili a scuola, di solito vengono sviluppate dal team di gestione della scuola senza (molto) coinvolgimento di insegnanti, alunni o genitori²³.

Le scuole devono compiere sforzi per coinvolgere l'intera comunità scolastica nello sviluppo delle loro politiche per aumentarne l'efficacia. Un approccio che coinvolge l'intera scuola richiede tempo e sforzi considerevoli, ma aumenta notevolmente l'efficacia di queste politiche perché sono adattate alle esigenze specifiche di ogni scuola.

“L'approccio globale della scuola vede essa come parte di una comunità piuttosto che essere solo un'istituzione educativa, e si sforza di coinvolgere i genitori che sono così importanti per qualsiasi problema, ma lavora anche con le comunità e lavora con i dirigenti scolastici, gli insegnanti per integrare le politiche in modo che funzionino a livello locale. La sfida con approccio globale della scuola è che è un approccio piuttosto costoso da implementare per farlo correttamente, non solo finanziariamente costoso, ma perché richiede molte risorse in termini di tempo e persone necessarie per farlo correttamente.”

Ricercatore, Regno Unito

Riquadro 1: Suggerimenti per impostare una politica partecipativa antibullismo a scuola

Come sottolineati da Donoso & Verdoodt (2014), di seguito sono riportati alcuni suggerimenti per aiutare le scuole a sviluppare politiche partecipative e scolastiche per combattere il cyberbullismo:



Adattarsi allo scopo

Le politiche devono rispondere alle esigenze specifiche delle scuole, tenendo conto delle caratteristiche della popolazione scolastica, ad esempio l'età, il sesso, le caratteristiche socio-economiche degli studenti e gli specifici episodi di bullismo con cui possono confrontarsi (Farrington e Ttofi, 2009).



Le politiche sul cyberbullismo devono essere coerentemente inserite in una politica scolastica più ampia (antibullismo).

Nel definire le proprie politiche anti-bullismo, le scuole devono assicurarsi che le politiche specifiche che regolano il cyberbullismo siano coerenti e in linea con la politica scolastica più ampia.



Incoraggiare un clima scolastico positivo

Un clima sociale positivo all'interno della scuola può agire come fattore protettivo contro il bullismo. Le iniziative scolastiche per ridurre i comportamenti di bullismo dovrebbero includere interventi volti a promuovere interazioni sociali positive tra studenti e insegnanti e tra tutti i membri della comunità scolastica (Richard, Schneider e Mallet, 2011).



Garantire la partecipazione attiva di tutte le parti interessate

Al fine di garantire la partecipazione dell'intera comunità scolastica al processo decisionale, è essenziale applicare approcci partecipativi al processo decisionale. In particolare, i metodi di progettazione partecipata possono essere utili in questo senso.



Lavorare con gli esperti

La progettazione di una politica anti-cyberbullismo richiede una grande conoscenza dei programmi, delle strategie e degli interventi da attuare. Ciò richiede la collaborazione con esperti che possono essere più indicati per raccomandare determinati interventi per determinate scuole. In effetti, è dimostrato che il lavoro di gruppo cooperativo tra esperti è significativamente correlato alla riduzione del bullismo e della vittimizzazione. Pertanto, tale cooperazione dovrebbe essere incoraggiata.



Avere il sostegno dei governi e creare degli incentivi adeguati

Molte comunità scolastiche potrebbero non essere attrezzate per affrontare la sfida di sviluppare una politica anti-bullismo efficace. Per questo motivo è necessario il sostegno dei governi e la guida degli esperti, ma anche la creazione dei giusti incentivi, ad esempio la stipula di requisiti legali specifici e la fornitura di linee guida concrete per delimitare il contenuto minimo della politica, pur lasciando sufficiente libertà alle singole scuole di elaborare politiche che rispondano alle loro esigenze specifiche.

Responsabili politici

Una domanda chiave per i responsabili politici è: **cosa bisogna fare per combattere efficacemente il cyberbullismo e sostenere i ragazzi e i giovani a costruire la necessaria resilienza?** In un'epoca di costante evoluzione tecnica e digitale e in un campo in cui gli attori chiave non sempre collaborano tra loro, **è fondamentale sviluppare politiche di cyberbullismo a lungo termine, sostenibili e significative**, che siano adatte al contesto locale, ma che siano anche sintonizzate con le politiche e le iniziative pertinenti, come quelle volte a migliorare il benessere dei ragazzi, l'alfabetizzazione digitale e il clima scolastico.



“Non è soltanto durante una campagna [disensibilizzazione] che inizia il lavoro per affrontare il problema, bensì dopo. A questo momento, occorre svolgere un lavoro molto specifico, adattato ai livelli nazionale e locale. Le ragioni, gli argomenti o i motivi del cyberbullismo sono diversi da Paese a Paese, ma anche all'interno di uno stesso Paese. Quindi, bisogna sempre adattare gli approcci in base alle esigenze”.

Responsabile delle politiche, UE

Una strategia efficiente per combattere il cyberbullismo richiede strumenti e risorse di alta qualità, uno sviluppo professionale iniziale e continuo per gli insegnanti e altri professionisti che lavorano con i bambini al di fuori della scuola, una ricerca approfondita per rimanere aggiornati sulle tendenze e sui rischi emergenti (online) e **uno sforzo maggiore per valutare l'efficacia degli interventi** per combattere il cyberbullismo.

Il modo in cui percepiamo e definiamo il cyberbullismo influenza le decisioni politiche prese. **Il cyberbullismo non dovrebbe essere visto come una questione principalmente tecnologica, ma di cittadinanza (digitale) in senso lato, di relazioni sociali e, in ultima analisi, di società.** Riteniamo che qualsiasi sforzo per affrontare il cyberbullismo debba comprendere temi più ampi come i bambini e i diritti umani, i valori, l'etica, la sostenibilità, l'inclusione sociale e la competenza civica.



Penso che sia un errore considerare il cyberbullismo come un problema individuale isolato, deve essere inteso come parte di un sistema più ampio in cui viviamo [...]. Serve una strategia più globale. Non possiamo separare la sfera online da ciò che sta accadendo nella società in generale.

Quindi, ovviamente, una delle strategie è insegnare alle persone come usare i social media. Ma penso che il problema sia che anche se sapessero come usarli bene, a meno di risolvere i problemi del razzismo, del sessismo, dell'omofobia, eccetera, eccetera, che ci stanno dietro, il problema non scomparirà”.

Operatore giovanile, Belgio

Lo sviluppo di azioni strategiche per combattere il cyberbullismo può prendere direzioni diverse a causa di priorità contrastanti tra i numerosi attori coinvolti (ad esempio, i ragazzi e le loro famiglie, gli educatori, le aziende del settore ICT, la società civile, gli enti pubblici, ecc. **È importante, quindi, che le politiche siano guidate da una visione comune e da priorità condivise.** Ciò richiede un migliore allineamento strategico delle politiche locali, nazionali ed europee e un coordinamento efficiente dei numerosi attori e organizzazioni che lavorano per combattere il cyberbullismo.



“Se vogliamo davvero fare la differenza, dobbiamo anche lavorare su tutti questi vari livelli: il livello politico, il livello micro, ma anche l'industria, le organizzazioni sociali e così via. Tutti noi dobbiamo cooperare per creare una società che sia veramente conforme alle nostre idee, ai nostri valori, ai nostri valori fondamentali e che abbia un'influenza sui giovani.”

Educatore, Belgio

I ragazzi dovrebbero essere al centro di qualsiasi politica volta a combattere il cyberbullismo e di qualsiasi altra questione che li riguardi direttamente. Questo vuol dire aumentare le opportunità per i bambini e i giovani di impegnarsi attivamente nei processi di creazione delle politiche e nello sviluppo di programmi di intervento e materiali educativi.

È importante valutare costantemente l'impatto delle decisioni strategiche e monitorarne l'attuazione tenendo conto della ricerca, dei cambiamenti tecnologici in corso ma anche dei cambiamenti nei media, nella cultura e nella società. Per questo motivo, **investire nella ricerca in questo settore rimane una priorità assoluta.**

Operatori giovanili / educazione informale

Molti bambini e ragazzi trascorrono una parte importante del loro tempo frequentando organizzazioni giovanili, club sportivi, campeggi e altri hobby e attività organizzate al di fuori della scuola. Il bullismo e il cyberbullismo e altri casi di aggressività o ostilità tra compagni possono verificarsi anche in questi contesti. **È quindi importante formare gli operatori giovanili affinché siano in grado di prevenire, individuare e rispondere adeguatamente a situazioni potenzialmente problematiche o sensibili come il cyberbullismo.** Si tratta di imparare a identificare i primi segnali di bullismo e cyberbullismo e a intervenire in modo adeguato.

Data la giovane età di molti operatori giovanili, essi possono sentirsi più vicini alla vita quotidiana dei ragazzi e giovani. **Se adeguatamente formati, gli operatori giovanili possono essere fondamentali per sostenere i ragazzi e i giovani nella costruzione della resilienza online, anche perché essi stessi possono essere utenti delle stesse piattaforme online o aver vissuto esperienze online simili.** Parlare apertamente di questi problemi con altri giovani può aiutare i ragazzi e i giovani a rafforzare le loro competenze emotive, psicologiche e sociali, fondamentali per costruire la resilienza (online).

Lavorare con i bambini e i giovani al di fuori della scuola, in circostanze informali, utilizzando il lavoro giovanile di prossimità e altre attività artistiche, creative o sportive può **contribuire a fornire alle giovani generazioni un ambiente sicuro in cui esprimere se stessi e le proprie emozioni senza la paura di essere giudicati (dagli adulti).**

I ragazzi e i giovani devono essere incoraggiati a rivelare quando si verificano episodi come il cyberbullismo.

Devono sentirsi responsabilizzati, ma soprattutto devono avere fiducia nel fatto che la divulgazione di questi episodi dolorosi possa essere d'aiuto. Ciò richiede la creazione di spazi offline e online (in senso letterale e figurato) sicuri e privi di giudizi per la discussione e la condivisione. Gli operatori giovanili, se adeguatamente formati, possono essere protagonisti nell'offrire opportunità sicure di condividere le esperienze, offrire sostegno e trovare soluzioni insieme.

Relazioni sane basate sulla fiducia e sul rispetto sono la spina dorsale di gruppi, comunità e società sane. Sostenere relazioni sane a vari livelli è fondamentale per prevenire comportamenti antisociali e dannosi e ogni opportunità di lavorare per creare relazioni sane dovrebbe essere sfruttata. **Gli operatori giovanili sono importanti modelli di ruolo per promuovere comportamenti prosociali ed etici e valori comunitari, fondamentali per combattere le forme di bullismo sia online che offline.**



Società civile

Il coinvolgimento della comunità nella prevenzione e nella risposta al cyberbullismo è fondamentale. La società civile, compresi i gruppi sociali, le organizzazioni non governative (ONG), le associazioni professionali e le fondazioni come i Safer Internet Centres finanziati dalla CE, hanno un ruolo importante nel contribuire alla sensibilizzazione, nell'educare i ragazzi, il personale scolastico e le famiglie e nel fornire punti di contatto per segnalare gli episodi di cyberbullismo e offrire consulenza e/o sostegno a coloro che sono direttamente o indirettamente coinvolti nel cyberbullismo o in altri incidenti online.

Le giovani vittime di cyberbullismo e gli astanti devono sentirsi a proprio agio nel condividere le loro esperienze e nel rendere consapevoli gli adulti del cyberbullismo che subiscono o di cui sono a conoscenza. Per questo motivo, è importante fornire e migliorare i canali esistenti attraverso i quali i giovani possono condividere le loro esperienze di cyberbullismo e altri rischi online. Questi canali possono includere linee telefoniche di assistenza e altre piattaforme online e offline. Mettendo in atto questi meccanismi, assicurandosi che siano ben conosciuti dai giovani e istruendoli sul funzionamento di questi canali, è possibile aumentare le possibilità di segnalazione precoce e, quindi, di risposta rapida ed efficace al cyberbullismo.

“È una cosa un po' diversa dalla semplice denuncia della situazione: “Sono stato abusato, ho ricevuto contenuti dannosi o informazioni o immagini abusive”, e così via, è una cosa diversa chiedere supporto a qualcuno con cui ci si sente a proprio agio”

Rappresentante della società civile, Belgio

Nell'UE, il 116 111 è appositamente riservato alle linee di assistenza ai minori. Il cyberbullismo e altri problemi online possono essere affrontati tramite questo numero o direttamente dalle linee di assistenza dei Safer Internet Centre (SIC) cofinanziati dall'UE. Accogliamo con favore la [strategia europea per un Internet migliore per i bambini \(BIK+\)](#), volta a rendere più visibile il supporto offerto dai SIC attraverso una cooperazione rafforzata intorno al 116 111 e ai servizi online correlati (ad esempio, le app di assistenza).

I giovani non sono un gruppo omogeneo. Le loro esigenze possono variare a seconda delle caratteristiche personali, del sesso, del contesto socio-economico, della religione, dell'orientamento sessuale, ecc. Di conseguenza, **le organizzazioni della società civile dovrebbero intensificare gli sforzi per fornire risorse più personalizzate e campagne di sensibilizzazione mirate per conoscere e affrontare il cyberbullismo che tengano conto di queste differenze.** I giovani in situazioni di vulnerabilità possono diventare più facilmente vittime di cyberbullismo. Pertanto, dovrebbero essere oggetto di sforzi preventivi specifici attraverso strumenti rivolti a loro e alle loro famiglie.

Il coinvolgimento dei giovani nello sviluppo di risorse educative e materiali di sensibilizzazione a loro destinati è essenziale per aumentare l'efficacia di qualsiasi politica, strategia o strumento digitale per combattere il cyberbullismo. **Le risorse sviluppate per i bambini e i giovani devono essere adatte all'età e coinvolgenti e devono, per quanto possibile, coinvolgere i ragazzi e i giovani nella loro progettazione e valutazione.**

Ogni volta che risorse, materiali o strumenti vengono progettati per combattere il cyberbullismo rivolto a ragazzi e giovani, è importante garantire che le informazioni fornite siano gratuite e facilmente accessibili sia online che offline. Questo è importante per garantire che ogni adolescente si senta a proprio agio nell'usare queste risorse indipendentemente dal proprio livello di conoscenza, istruzione o stato socioeconomico. **Occorre offrire contenuti in diverse lingue.** Se i giovani provengono da gruppi minoritari o sono di età inferiore, potrebbero non sentirsi a proprio agio nell'accedere a risorse disponibili solo in italiano o in altre lingue maggioritarie, pertanto è fondamentale garantire che il contenuto sia fornito nelle lingue nazionali, ma anche che la traduzione sia disponibile.

Le campagne di sensibilizzazione che includono le persone giuste e il messaggio giusto possono avere un impatto maggiore sul pubblico più giovane. Ad esempio, attività di sensibilizzazione e campagne che coinvolgono personalità dello sport, influencer, personalità dei social media, gamers, YouTubers, ecc. possono aiutare a sensibilizzare e prevenire il cyberbullismo. Sono persone che i giovani vedono come figure di fiducia e di autorità, ma anche come persone a loro vicine.

Le organizzazioni della società civile dovrebbero offrire sufficienti opportunità al proprio personale di essere aggiornato sulle tendenze e questioni online come i rischi online emergenti e sui modi efficaci per affrontarli.

Le organizzazioni della società civile dovrebbero incorporare i recenti risultati della ricerca per migliorare le decisioni strategiche e guidare lo sviluppo di campagne di sensibilizzazione, risorse educative e interventi. **L'impatto e l'efficacia di questi strumenti dovrebbero essere monitorati e valutati.**

Il settore dei media

Il settore dei media è importante anche perché ha la responsabilità di educare il pubblico. Può assumere un ruolo più attivo nell'informare in modo equilibrato e nell'educare tutti i cittadini sulle conseguenze positive e negative delle tecnologie digitali, **compresi fenomeni come il cyberbullismo e altri rischi online.**

Quando si tratta di sensibilizzare l'opinione pubblica su fenomeni come il cyberbullismo, i modelli positivi possono essere d'impatto, soprattutto tra i giovani. **Una maggiore collaborazione con l'industria dei media e le emittenti pubbliche può contribuire a coinvolgere celebrità, influencer e altri modelli positivi per ragazzi e giovani in campagne di sensibilizzazione per combattere il cyberbullismo e altri tipi di aggressione tra compagni.**

Infine, i media e i giornalisti dovrebbero fornire una copertura più equilibrata delle tecnologie digitali, come i social media o le piattaforme di gioco. Sebbene sia molto importante informare il pubblico sui potenziali rischi online, gran parte della copertura mediatica si concentra sulla segnalazione delle loro conseguenze negative, senza prestare molta attenzione a mostrare anche le potenziali opportunità e i risultati positivi offerti dalle tecnologie digitali.

Comunità accademica

La ricerca è fondamentale per creare delle politiche basate su studi e dati. La rapida proliferazione di applicazioni, servizi e piattaforme online richiede una ricerca di buona qualità e un'adeguata analisi comparativa per seguire le tendenze emergenti ed essere in grado di anticipare i rischi potenziali e i modi efficaci per individuarli e risponderci. Per misurare i progressi è necessario disporre di dati quantitativi e qualitativi solidi, in grado di cogliere la portata, l'incidenza e l'evoluzione del cyberbullismo e di altre forme di violenza online contro i minori.

La ricerca è necessaria per aumentare l'efficacia degli interventi e delle risorse per combattere il cyberbullismo e altri rischi online. Strumenti e metodologie approfonditi, così come valutazioni solide degli interventi per combattere il cyberbullismo, sono fondamentali per migliorare i programmi esistenti e per progettare altri. **La ricerca può contribuire a una comprensione comune del cyberbullismo** rivedendo e migliorando le definizioni esistenti e i modelli teorici che ci aiutano a comprenderne meglio l'incidenza, le cause principali e le conseguenze. **Una comprensione comune del cyberbullismo aiuterà ad allineare il lavoro di diversi partner e settori.** Condividendo una visione comune, l'efficacia delle iniziative, delle risorse educative e degli interventi per combattere il cyberbullismo sarà maggiore.

La comunità dei ricercatori dovrebbe intensificare gli sforzi per rendere i propri risultati accessibili a un ampio pubblico al di là del mondo accademico. Ad esempio, gli educatori, i responsabili delle politiche e altri operatori che lavorano con i ragazzi trarrebbero beneficio dall'aver accesso a raccomandazioni basate su dati concreti e a informazioni scientifiche comprensibili e di facile utilizzo sull'impegno digitale dei ragazzi con le tecnologie digitali e sulle conseguenze del loro utilizzo. Ciò li aiuterebbe a prendere decisioni più rilevanti che avrebbero un impatto positivo sulla vita dei ragazzi.

Settore ICT

Il progetto KID_ACTIONS sottolinea la necessità di una maggiore responsabilità da parte del settore ICT. In particolare, accogliamo con favore le raccomandazioni della [strategia europea per un Internet migliore per i bambini \(BIK+\)](#), rivolte al settore, ovvero:

valutare e affrontare in modo coerente i rischi specifici per i bambini che emergono dall'uso dei loro prodotti e servizi; collaborare con dei segnalatori di fiducia per valutare e rimuovere rapidamente i contenuti illegali e agire in caso di segnalazione di contenuti dannosi;

consentire ai ricercatori accademici l'accesso a dati e informazioni rilevanti sulle opportunità e sui rischi per i ragazzi, nel pieno rispetto delle norme sulla protezione dei dati.

Per altro, molti servizi digitali non sono progettati per essere utilizzati dai ragazzi, ma sono comunque utilizzati da molti di loro. Sebbene la maggior parte di questi servizi non sia deliberatamente progettata per mettere a rischio i bambini, le ricerche dimostrano che i rischi che essi comportano non sono accidentali. "Non si tratta di "bug", ma di caratteristiche". Infatti, queste piattaforme online sono progettate "per massimizzare il coinvolgimento, l'attività e i followers - i tre fattori di guadagno - e non per favorire la sicurezza dei bambini²⁴". **Il settore ICT deve progettare servizi più efficaci, gratuiti e adatti all'età che promuovano l'impegno positivo e sicuro di bambini e ragazzi con le tecnologie digitali.**

"Le aziende private [...] potrebbero davvero promuovere una diversa cultura delle relazioni online o dell'interazione online, cosa che al momento non stanno facendo perché i loro algoritmi danno priorità a più likes, più commenti e così via. Quindi, anche se le reazioni sono rabbiose perché si tratta di un post razzista e ci sono molti commenti che affermano che si tratta di un post razzista, [il post] otterrà maggiore visibilità e non il contrario. Quindi, [devono] ripensare gli algoritmi e il modo in cui avviene la visibilità."

Operatore giovanile, Belgio

Il settore ICT deve rendere più facile per i bambini proteggersi dal cyberbullismo e da altre pratiche dannose online. Dovrebbero includere meccanismi solidi per rilevare e rispondere al cyberbullismo e ad altre forme di abuso e di uso improprio, anche se questi servizi non sono destinati principalmente a gruppi di giovane età.

•••

"Ci sono dei ragazzi che ora si uniscono a Instagram a 10 o 11 anni. È diventato molto più normale avere un telefono e andare sui social più presto, e quindi sono esposti a cose che non sono appropriate per la loro età. E questo può indurre forme di cyberbullismo"

Adolescente, Irlanda

Il settore ICT potrebbe cooperare più strettamente con il settore dell'istruzione e con la società civile. Tuttavia, queste partnership non dovrebbero comportare atteggiamenti condiscendenti, ma dovrebbero invece essere parte di un quadro etico che rispetti i diritti dei bambini e che ne garantisca la realizzazione attraverso soluzioni sicure e adeguate alla loro età fin dalla progettazione.

Poiché **il cyberbullismo e altre forme di aggressione informatica possono verificarsi contemporaneamente su diversi servizi online, come i social e le piattaforme di gioco**, è fondamentale che le piattaforme online collaborino tra loro per elaborare meccanismi solidi, adatti all'età e trasversali per combattere l'aggressione informatica sui servizi che gestiscono.



Famiglie e adulti coinvolti

Le tecnologie digitali sono già profondamente radicate nella vita quotidiana dei bambini e ragazzi. Se da un lato espongono i bambini a determinati rischi, dall'altro gli strumenti digitali offrono anche vaste opportunità. **È importante che i genitori mostrino interesse per le attività digitali dei loro figli, che comunichino apertamente i potenziali rischi e benefici di queste tecnologie e che offrano guida e sostegno**, oltre a regolare l'uso di questi strumenti se necessario²⁵.

I genitori, i fratelli e sorelle maggiori e gli altri adulti coinvolti sono dei modelli per i bambini, anche quando usano le tecnologie digitali. Pertanto, dovrebbero riflettere sui propri modelli di utilizzo e sui potenziali aspetti problematici che potrebbero avere un impatto negativo sull'impegno dei bambini con le tecnologie digitali.



“Gli adulti su Twitter, per esempio. Oppure, effettivamente, il caso di Trump è stato ovviamente un esempio eccellente di come qualcuno che detiene il potere possa dimostrare un comportamento di cyber bullismo e di come questo abbia un impatto su ciò che la gente inizia a considerare normale. E in effetti, che impatto ha anche sui suoi follower che iniziano a fare la stessa cosa?”

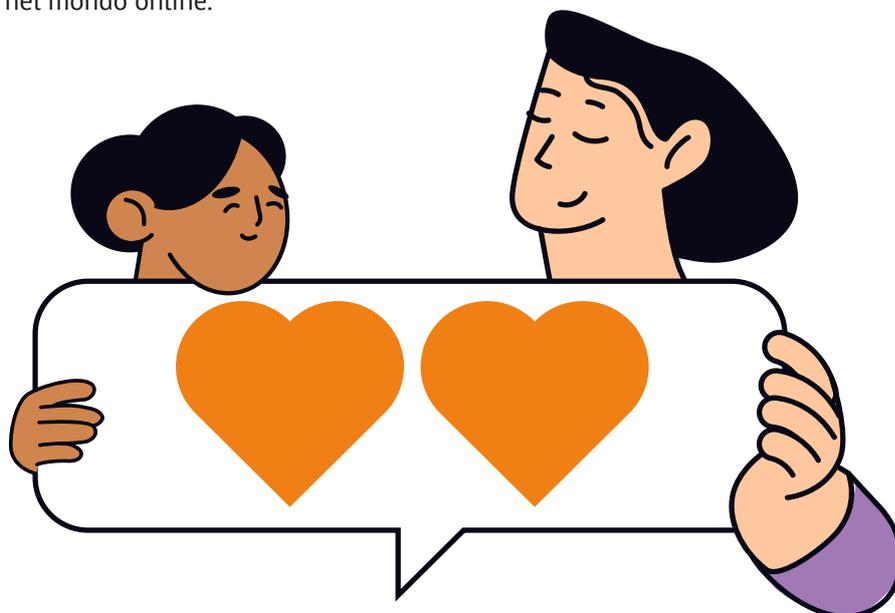
Ricercatore, Belgio

I genitori e gli altri adulti intorno **devono offrire una guida e un sostegno adeguati ai bambini e ai ragazzi, ma allo stesso tempo è necessario offrire anche a questi adulti una guida e un sostegno sufficienti.** È fondamentale fornire ai genitori e agli altri adulti che hanno a che fare con i bambini informazioni e consigli su come i bambini percepiscono, interagiscono e navigano nel mondo online.

Un dialogo aperto e solidale tra genitori e figli che affronti i diversi aspetti del loro comportamento online è fondamentale. Tuttavia, **molti genitori e adulti non si sentono pronti ad affrontare tali conversazioni e a mediare adeguatamente le esperienze online dei loro figli.** Per questo motivo, la formazione dei genitori rimane fondamentale.

Soprattutto nelle famiglie che vivono in situazioni più precarie, che affrontano varie forme di vulnerabilità o che provengono da un contesto socioeconomico svantaggiato, i genitori spesso faticano ad acquisire competenze digitali. In queste famiglie, i ruoli sono talvolta invertiti: i figli aiutano i genitori a utilizzare le tecnologie digitali. Pertanto, è importante che i genitori ricevano un sostegno personalizzato per poter accompagnare e guidare i figli nelle tecnologie digitali. **Nel caso di genitori provenienti da un contesto migratorio, eventualmente in difficoltà con la lingua locale, è necessario fornire risorse in altre lingue.**

Infine, **sono fondamentali le strategie di sensibilizzazione adeguate per coinvolgere con successo i gruppi target più difficili da raggiungere.** Fornire risorse tramite piattaforme online o offrire lezioni scolastiche dopo l'orario scolastico potrebbe non essere sufficiente per raggiungere tutti. **È quindi importante promuovere la cooperazione tra organizzazioni con competenze diverse ma complementari.** Ad esempio, un'organizzazione che si occupa di alfabetizzazione digitale può collaborare con un'organizzazione che offre sostegno alle famiglie di rifugiati e insieme proporre un'offerta di alfabetizzazione digitale su misura per i rispettivi gruppi target.



Bambini e giovani

Vorremmo concludere questa serie di raccomandazioni con quelle rivolte ai bambini e ai giovani stessi. Come affermato nel rapporto annuale del Rappresentante speciale del Segretario generale delle Nazioni Unite sulla violenza contro i bambini, è fondamentale coinvolgere e responsabilizzare i bambini stessi. “I bambini hanno bisogno di sviluppare le proprie capacità di cittadini digitali e di apprendere solidi valori e abilità di vita, tra cui la responsabilità nelle loro azioni nei confronti degli altri”²⁶. Pertanto, li incoraggiamo a: **prendersi il tempo necessario per riflettere sulle proprie interazioni online e sulle possibili conseguenze per se stessi e per gli altri.**

“Penso che sia importante non usare i social media come piattaforma per esprimere un'opinione negativa su una persona. Quindi, se qualcuno ha un litigio con una persona, non dovrebbe usare i social per risolverlo perché si possono creare molti fraintendimenti e le persone hanno una tendenza molto più rapida a essere molto dure con una persona [online] e a dire cose che non avrebbero il coraggio di dire in faccia. Questo è un aspetto che ritengo importante: non bisogna abusarne.”

Adolescente, Belgio

“Penso anche che il concetto dei screenshot non sia molto buono, in termini di comunicazione. Credo che tutti qui siamo colpevoli di aver fatto screenshot delle conversazioni e di averle inoltrate. Ma poi ci si rende conto che è sbagliato. Penso che sia una cosa da non fare. Una conversazione con qualcuno è privata. Non andrebbe condivisa con altre persone che non ci hanno nulla a che fare.”

Adolescente, Belgio

Essere consapevoli di cosa sia il bullismo e agire di conseguenza.



“I giovani devono essere molto più consapevoli di ciò che costituisce il bullismo e di ciò che può essere, per alcuni bambini, la linea sottile tra un po' di tormento e di presa in giro e una sorta di scherzo di gruppo.”

Ricercatore, Regno Unito

I bambini e i giovani hanno bisogno delle competenze per soppesare la natura e la portata della situazione problematica che potrebbero trovarsi ad affrontare online.

Dobbiamo insegnare loro a valutare se la situazione che stanno affrontando è un vero problema che può avere un impatto serio su di loro o se l'incidente che stanno affrontando è qualcosa che passerà in un paio di giorni. Devono inoltre avere le capacità per poter decidere quando è appropriato divulgare e/o segnalare l'incidente e per decidere quando dirlo a qualcun altro e quando cercare l'intervento di un adulto.



“Non credo che Instagram debba essere una terapia o qualcosa del genere. Devi risolvere il tuo problema. Ci sono solo luoghi in cui devi di parlare anche con professionisti. Già, Instagram non è un posto per questo.”

Adolescente, Belgio

Ai bambini dovrebbero essere insegnate e messe in atto strategie pratiche di addattamento pratico per quando qualcosa che accade online li sconvolge.



“Imparare a proteggere il proprio benessere mentale, riconoscendo che questo mi fa stare male, ma che lo posso fare per sentirmi meglio. Ora posso andare a fare una passeggiata, o ascoltare la mia canzone preferita, o guardare il mio video preferito su YouTube, o andare a giocare con il mio migliore amico [...] Anche spegnere il telefono è un po' un'abilità, riconoscendo quando mettere il telefono in silenzioso, metterlo da parte, lasciarlo e tornarci più tardi.”

Ricercatore, Regno Unito

I bambini e i giovani

I bambini devono essere incoraggiati a utilizzare gli strumenti di segnalazione quando vedono che il cyberbullismo avviene online, e anche quando non sono direttamente coinvolti ma sono testimoni di comportamenti di cyberbullismo da parte di altri.

I bambini dovrebbero assumere un ruolo attivo nella loro educazione alla sicurezza online.

Le basi per questo dovrebbero essere create nelle scuole dove

ai bambini dovrebbero essere offerte sufficienti opportunità di partecipare attivamente alla loro comunità scolastica e, quando possibile, condividere le loro conoscenze ed esperienze personali sul cyberbullismo e su come affrontarlo con i coetanei e gli alunni più giovani. I ragazzi dovrebbero anche avere un ruolo più attivo nello sviluppo delle politiche e degli interventi scolastici per combattere il cyberbullismo e altre forme di violenza tra pari sia online che offline. Ciò contribuirà ad aumentare l'adozione e l'efficacia di tali politiche.

Conclusioni

Per prevenire, individuare e rispondere con successo al cyberbullismo è fondamentale prestare attenzione a quanto segue:

Continuare a formare e a collaborare con il personale scolastico affinché sia in grado di prevenire, individuare e rispondere adeguatamente agli episodi di cyberbullismo, anche quando non si verificano a scuola.

I bambini e i giovani devono essere educati a rivelare gli episodi che si verificano, ma devono anche sentire che rivelare tali episodi offensivi sarà d'aiuto. Pertanto, educare gli adulti e fornire risorse e strumenti utili e pratici per favorire un rapporto di fiducia può avere un impatto positivo nell'affrontare il cyberbullismo e aiutare i ragazzi a sviluppare la propria resilienza.

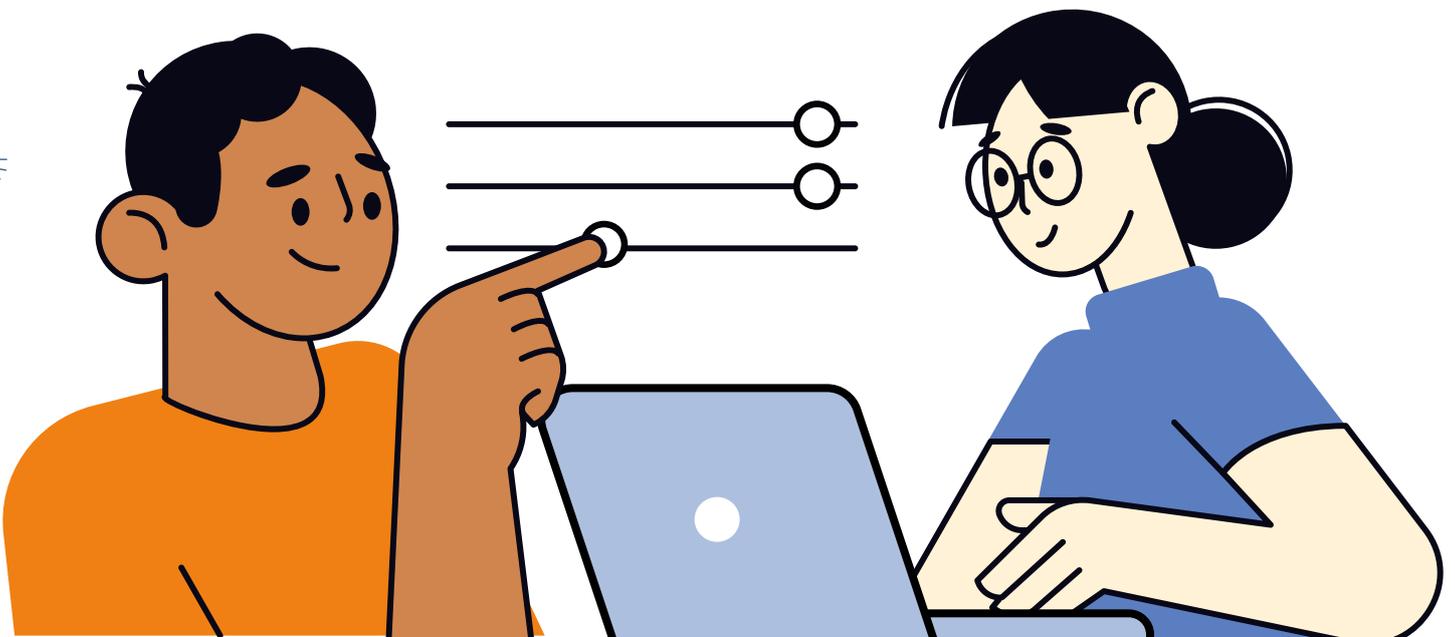
I bambini vulnerabili hanno bisogno di un sostegno aggiuntivo e personalizzato perché di solito si trovano in ambienti difficili, tendono a essere isolati e mancano di reti di supporto. Questo influisce negativamente sulla loro capacità di costruire la resilienza necessaria per affrontare situazioni problematiche come il cyberbullismo.

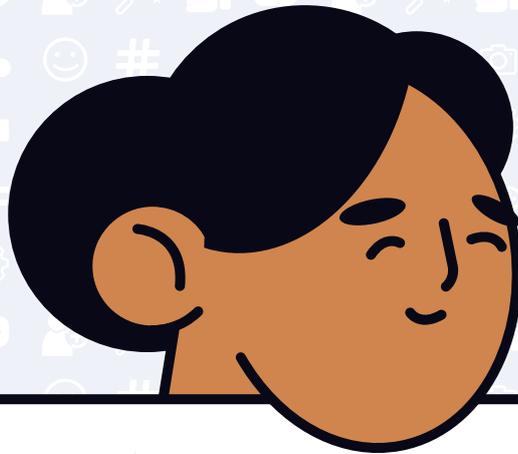
Gli sforzi di prevenzione dovrebbero iniziare fin dalla giovane età. Inoltre, bisogna insegnare ai bambini ad affrontare le avversità, a gestire le proprie emozioni e a sviluppare l'autoregolazione e l'empatia. Questo dovrebbe avvenire senza limitare la loro autonomia e la capacità di sviluppare i propri meccanismi di resilienza.

È necessario promuovere approcci basati sul dialogo tra compagni per aumentare la consapevolezza e promuovere un ambiente scolastico attento. Ciò contribuirà a evitare che gli incidenti si verifichino o si aggravino al di là di ogni controllo.

Politiche e normative migliori e una maggiore responsabilità da parte del settore delle TIC restano fondamentali.

Ad oggi, si sa poco sull'efficacia dei programmi e interventi per ridurre il (cyber) bullismo. Rimane fondamentale monitorare e valutare l'efficacia di questi programmi e strategie.






European Schoolnet


AMNESTY INTERNATIONAL


Youth for Exchange and Understanding


PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO


FONDAZIONE BRUNO KESSLER

FINANZIATO DAL PROGRAMMA PER I DIRITTI, L'UGUAGLIANZA E LA CITTADINANZA (2014-2020) DELL'UNIONE EUROPEA

