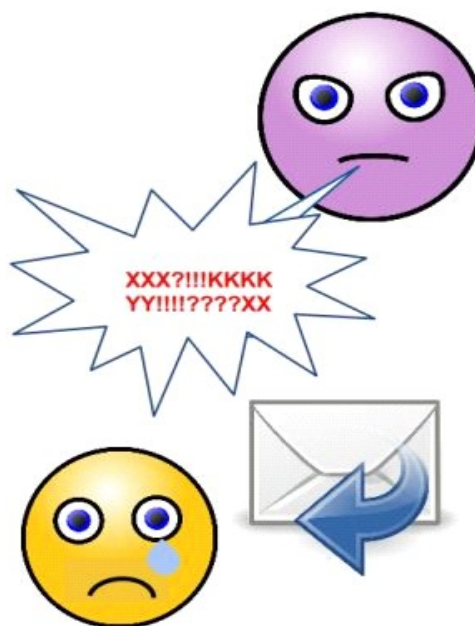


# AUTODIFESA DIGITALE

Ecco come si manifesta il **bullismo virtuale**:

- 1 **Molestie:** il bullo invia frasi volgari e violente tramite email, sms, chat o blog.
- 2 **Denigrazione:** il bullo diffonde opinioni e commenti che minano la reputazione.
- 3 **Violazione privacy:** il bullo ruba nickname e password, e li usa impropriamente.
- 4 **Esclusione:** il bullo isola la vittima da blog, chat ed altro.
- 5 **Persecuzione:** le molestie del bullo vengono inoltrate a ripetizione.



Un tema molto importante che riguarda i giovani di oggi dai 12 ai 30 anni è l'autodifesa digitale. Sempre più frequente è il fenomeno del cyberbullismo, dovuto anche al fatto che al giorno d'oggi quasi tutti i ragazzi possiedono il cellulare, uno strumento che, se usato per uno scopo preciso e costruttivo come informarsi su internet, contattare un amico o ascoltare la musica è molto utile ed efficace.

Il problema è che viene utilizzato in modo scorretto, rendendolo pericoloso; ci sono quindi delle regole per muoversi sui social.

## LE 15 REGOLE PER MUOVERSI SUI SOCIAL

Queste 15 regole dettano i comportamenti corretti da tenere sui social per evitare di trovarsi in situazioni di pericolo:

- scrivere correttamente i messaggi, facendo attenzione all'ortografia e alla punteggiatura
- usare le faccine per dare il tono a ciò che viene detto
- rileggere tre volte prima di pubblicare un messaggio
- non essere troppo duri con chi sbaglia
- richiedere il consenso prima di taggare gli altri su foto e video
- non pubblicare informazioni personali di altri
- citare la fonte o mettere il link se si pubblica una foto proveniente da altri siti
- ricordarsi che la timeline di un social network non è il proprio spazio privato per inserire la pubblicità dei propri prodotti
- non pubblicare foto che potrebbero mettere in imbarazzo un altro



- non offendere gli altri con parole denigratorie, maleducate o inappropriate
- non pubblicare post che contengono abusi personali, parole d'odio e di pregiudizio, inclusa ogni forma di discriminazione razziale, religiosa e sessuale
- quando lasci un commento rispetta i valori, il credo e i sentimenti degli altri
- se entri in una discussione fallo per portare un contributo aggiunto e non per fomentare litigi o offendere
- non invitare in massa i propri contatti a giochi, pagine o applicazioni
- usa gli hashtag in modo corretto per rendere rintracciabile ciò che viene detto

## IL CYBERBULLISMO

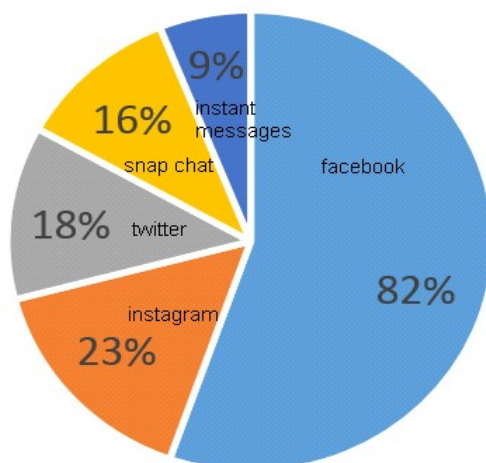
**P**roprio per la trascuratezza delle regole fondamentali si sono diffusi fenomeni come il cyberbullismo, ovvero il bullismo online, con cui s'intende qualsiasi forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione, furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione e trattamento illecito di dati personali, realizzata per via telematica, come cita la legge 71 del 29 maggio 2017, approvata proprio per contrastare questo fenomeno.

I cyberbulli postano foto o video offensivi, provocatori e imbarazzanti per un individuo ripetutamente, comportando gravi danni nelle vittime.

Si spazia, infatti, dalla vergogna e dall'imbarazzo (90%), all'isolamento sociale (26%), senza tralasciare varie forme depressive (77%), atti di autolesionismo (50%), attacchi di panico (50%) e atti estremi come i tentativi di suicidio (11%).



# I luoghi del Cyberbullismo



La maggioranza delle vittime di cyberbullismo, inoltre, è anche vittima di bullismo ed è donna.

Se si è vittima di cyberbullismo c'è un procedimento penale per contrastare il cyberbullo: innanzitutto occorre conservare le prove dell'attacco online e compilare un fascicolo entro 48 ore dove si dice chi e che cosa ti sta provocando; il modulo sarà consegnato al Garante della privacy e il bullo verrà "ammonito", in caso questo continuasse con l'atto di cyberbullismo potrebbe andare incontro alla detenzione minorile, se è minorenne e al carcere, se è maggiorenne.

Altri consigli per ostacolare il bullo sono chiedere aiuto ad un genitore o ad un insegnante, interrompere la chat con chi ti ha offeso e cambiare il numero di cellulare e il profilo social.

## Come difendersi dal cyberbullismo:



Un fatto di cronaca avvenuto nel 2013 proprio per cyberbullismo colpisce la quattordicenne Carolina. Questa ad una festa si è sentita male ed è andata in bagno, barcollando ubriaca; i bulli l'hanno seguita e, circondandola, l'hanno molestata e filmata. Il video è finito rapidamente in rete, su Facebook e dopo qualche tempo Carolina ha deciso di farla finita e si è suicidata, lanciandosi dal terzo piano della sua casa di Novara, dove viveva con il padre. È morta così Carolina, studentessa di un istituto tecnico piemontese, nel giorno 5 gennaio del 2013.

Sulla tragedia sono state aperte due inchieste: la prima a Torino, dove la procura ha individuato i responsabili, tutti minorenni. I reati sono stati pesanti: cinque di loro, presenti quella sera alla festa, sono stati accusati di «violenza sessuale di gruppo»; un quindicenne invece è stato accusato di diffusione di materiale pedopornografico; allo stesso quindicenne e all'ex fidanzatino, che quella sera non c'era, il p.m. Valentina Sellaroli ha contestato invece la «morte come conseguenza di altro reato».

Sono state denunciate, infatti, anche le responsabilità di chi «sotteva» la povera ragazza, alla quale sono arrivati 2.600 messaggi in 24 ore, al punto da indurla a scrivere un messaggio, sempre su Facebook, prima del tragico gesto: «*Scusatemi, non ce la faccio più a sopportare*» e a lasciare due lettere. Una per la sorella: «*Mi dispiace, Tati, amiche mie vi voglio bene. Non è colpa di papà*». L'altra lettera era invece per l'ex fidanzatino quindicenne, che la ragazza aveva lasciato due settimane prima della festa: «*Non ti basta quello che mi hai fatto, me l'hai fatta già pagare troppe volte*». Per lui, un macigno. Ma l'ex a quella festa non era presente, quindi della violenza sessuale non può essere responsabile. Potrebbe però aver saputo quello che era successo e avere offeso e deriso Carolina.



*Carolina, 14 anni*

Successivamente al suicidio la sorella, Talita, che Carolina chiamava Tati, ha usato ancora Facebook per urlare tutto il dolore e la rabbia nei confronti dei ragazzi: «*Spero che la vostra coscienza, se ne avete una, non vi lasci in pace... Mi auguro che siate processati e giudicati colpevoli*», per poi rivolgersi direttamente a Carolina che non c'è più: «*Vedrai che la pagheranno per il dolore e le umiliazioni che ti hanno causato*».

La madre di Carolina, Colla Leite, separata dal padre, non ha pace: «*Questa notizia ha riaperto una ferita che non si era ancora rimarginata*».

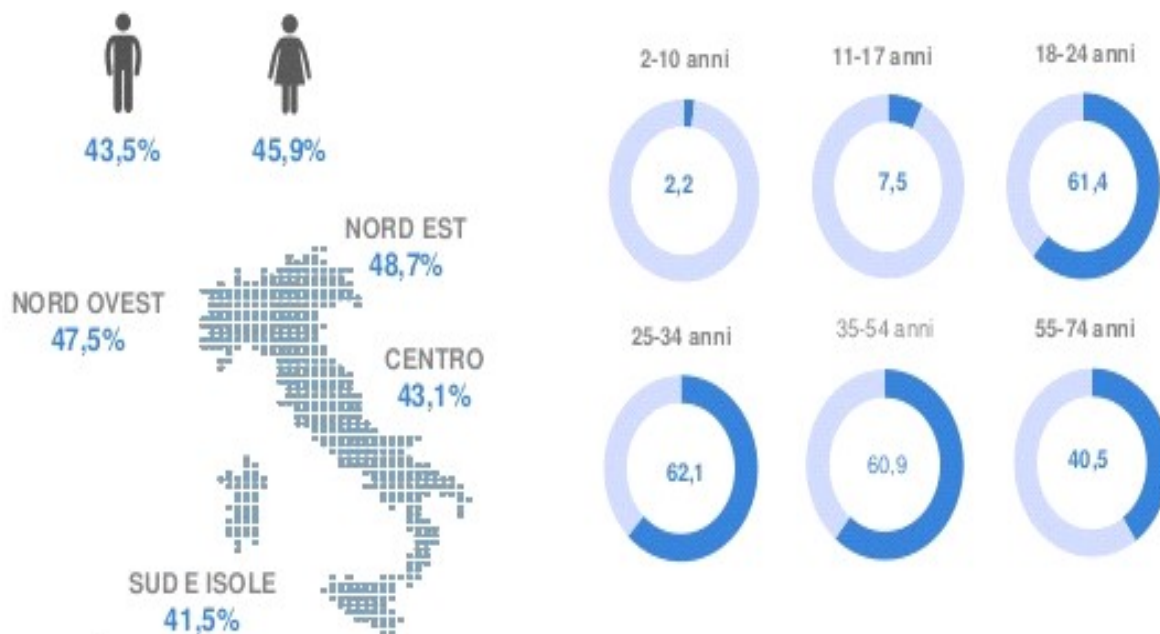
## LA DIPENDENZA DAL CELLULARE

Un altro problema che si è riscontrato è la dipendenza dal cellulare, il 10% dei ragazzi italiani tra i 15 e i 20 anni sono online per oltre 10 ore, il 51% arriva a controllare lo smartphone 75 volte al giorno, mentre addirittura il 7% lo fa fino a 110 volte al giorno.

Alcuni dati inoltre hanno stabilito quali sono le fasce di età che accedono maggiormente a internet: i bambini dai 2 ai 10 anni rappresentano il 3% del totale, gli adolescenti dagli 11 ai 17 anni il 7,5%, i ragazzi dai 18 ai 24 anni il 61,4%, i giovani dai 25 ai 34 anni il 62,1%, gli adulti dai 35 ai 54 anni il 60,9%, i signori dai 55 ai 74 anni il 40,5%.

## CHI ACCEDE A INTERNET NEL GIORNO MEDIO

Nel giorno medio a gennaio hanno navigato almeno una volta il 45,9% delle donne e il 43,5% degli uomini.  
Tra i giovani: il 61,4% dei 18-24enni e il 62,1% dei 25-34enni.



audiweb  
nielsen

Fonte: Audiweb Database, dati giorno medio, Gennaio 2018 - Audiweb powered by Nielsen  
italiani 2+ anni per TDA e PC; italiani 18-74 anni per il MOBILE  
Per le fasce 2-10 anni e 11-17 anni sono è rilevata solo la fruizione di internet da PC

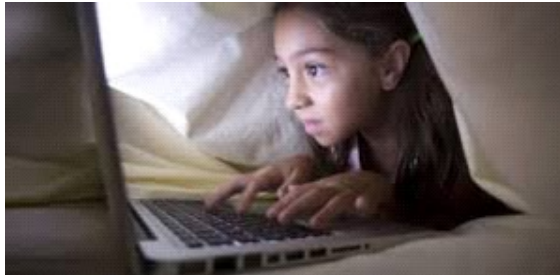
## LE NUOVE SINTOMATOLOGIE

Proprio per la forte dipendenza dal cellulare è facile incorrere in sindromi scoperte recentemente, come quelle di:

- **HIKIKOMORI** = lett. stare in disparte, isolarsi, senza un contatto reale con la vita sociale
- **FOMO** (fear of missing out) = lett. la paura di essere esclusi dal gruppo, ovvero di non essere popolari
- **NOMOFOBIA** = il terrore che si scarichi il cellulare, 8 adolescenti su 10 sono affetti da questa sindrome



- **VAMPING** = proprio come i vampiri, così gli adolescenti aspettano la notte per navigare su internet, 6 adolescenti su 10 sono affetti da questa sindrome che comporta gravissime conseguenze come una forte stanchezza e sonnolenza che provoca depressioni e cali di apprendimento a scuola



- **GAMBLING** = lett. il gioco d'azzardo online che crea dipendenza e comporta una grande perdita di soldi



- **HATESPEECH** = lett. incitamento all'odio, ovvero messaggi di vario tipo, verbali e non, carichi di violenza, odio, discriminazioni per svariati motivi
- **KILFIE** = i ragazzi che hanno la mania di farsi selfie, rischiando anche la vita
- **CHALLENGE** = si tratta di sfide di ogni tipo lanciate sui social, spesso sono gare a bere grandi quantità di alcol

## DIVIETO DELL' USO DEL CELLULARE A SCUOLA

Soprattutto per queste influenze negative, oltre al fatto che è uno strumento di disturbo alle lezioni e di ostacolo all'apprendimento, il cellulare è stato vietato anche a scuola, come cita la Direttiva Fioroni con le frasi :*"i recenti fatti di cronaca che hanno interessato la scuola, dalla trasgressione delle più banali regole di convivenza sociale (uso improprio di telefonini cellulari e altri comportamenti di disturbo allo svolgimento delle lezioni) fino agli episodi di bullismo e di violenza, riguardano situazioni che, seppure enfatizzate dai media, non devono essere sottovalutate. Rappresentano infatti il rischio del dilagare di un processo di progressiva caduta sia di una cultura del rispetto delle regole che della consapevolezza che la libertà dei singoli debba trovare un limite nella libertà degli altri"*.

Le scuole di tutta Italia hanno quindi vietato o limitato notevolmente l'uso del cellulare, un esempio è l'Istituto Matteo Nuti di Fano, nel cui regolamento sta scritto all'articolo 10 che: *"agli alunni è severamente vietato l'uso del cellulare, che dovrà rimanere spento nel proprio zaino. Qualora questo venga utilizzato, verrà segnalato sul registro di classe con possibile sospensione dalle lezioni, previo avviso alle famiglie"*.



ELISA MATTIOLI E VIOLA MANNO CLASSE 2^G Scuola Secondaria di Primo Grado