



## **Cybermobbing**

Promemoria per autorità scolastiche, direzioni scolastiche e insegnanti

---

Bambini e adolescenti sono perlopiù soli nell'affrontare il cybermobbing. Dal punto di vista della vittima, spesso manca una persona di fiducia o la possibilità di rivolgersi a un servizio specializzato. Anche i bambini e gli adolescenti non direttamente coinvolti si sentono insicuri e minacciati quando singoli allievi mostrano un comportamento violento e si comportano da bulli verso gli altri.

È perciò importante segnalare a bambini e adolescenti che nel Cantone dei Grigioni esistono servizi specializzati accessibili direttamente che offrono in tutto il Cantone sostegno rapido e affidabile alle vittime di cyber mobbing e al loro ambiente.

Le seguenti spiegazioni sono intese come prima informazione e direttiva operativa per la scuola popolare nel caso concreto. Per ulteriori informazioni sul tema si prega di osservare le indicazioni alla fine del promemoria.

### **Definizione di cybermobbing**

Con cybermobbing si intende un comportamento aggressivo, esercitato con l'intenzione di nuocere, da parte di una o più persone, tramite l'utilizzo di forme di comunicazione elettronica (ad es. SMS, Internet) e diretto ripetutamente contro una vittima.

Il cybermobbing può assumere dimensioni importanti: i contenuti si diffondono velocemente ed entrano nella sfera privata delle vittime. Gli autori pensano di agire nell'anonimato. I destinatari non si possono identificare con precisione. In questo modo l'effetto viene potenziato. Spesso l'aspetto offensivo perdura a lungo.

In circa 9 casi su 10, la vittima di cybermobbing ha già subito in precedenza una forma di mobbing tradizionale. Le vittime subiscono un ulteriore mobbing tramite i media elettronici.

### **Forme di cybermobbing**

- Spedire insulti per SMS o per e-mail alla vittima, con copia a molti destinatari e pubblicare nelle reti sociali (social network) notizie con contenuti offensivi o umilianti (ad es. WhatsApp)
- Escludere qualcuno da un gruppo (ad es. su Facebook)
- Pubblicare in internet fotografie modificate e imbarazzanti
- Fotografare o filmare situazioni degradanti e divulgarle in internet
- Creare su Facebook o altre reti gruppi per diffondere l'odio e per nuocere all'immagine della vittima
- Rappresentare la vittima in modo negativo in un falso profilo
- Pubblicare in nome della vittima offese contro terzi o annunci falsi

## **Cybermobbing a scuola e possibili conseguenze**

La vittima vive il cybermobbing come una minaccia che può anche diventare traumatica e avere conseguenze psichiche, fisiche e sociali negative.

Le conseguenze psichiche possono essere nervosismo, disturbi del sonno, stati d'ansia, depressione e assenza di stimoli. Molte vittime soffrono anche di disturbi fisici (tra le altre cose spossatezza, problemi digestivi e problemi alla schiena). I bambini e gli adolescenti colpiti si ritirano dalle loro relazioni sociali e corrono un rischio maggiore di commettere suicidio.

Spesso le conseguenze del cybermobbing gravano sulle vittime anche diversi anni più tardi. Le vittime possono soffrire di ansia, depressione, scarsa autostima e ridotta resistenza psichica e fisica anche per molto tempo.

## **Come si può reagire in caso di cybermobbing?**

### ***Sostegno alla vittima***

Una vittima di cybermobbing può prendere contatto con lo specialista competente di propria iniziativa o con il sostegno di un insegnante o dei genitori. Spesso, per intraprendere questo passo le vittime adolescenti hanno bisogno di essere accompagnate con sensibilità da parte di una persona di riferimento adulta. Le vittime devono sapere che il contatto con uno specialista viene gestito in modo confidenziale e che vengono intrapresi ulteriori passi solo con il loro consenso. In linea di principio, gli attacchi vanno presi seriamente e bisogna agire in fretta, senza però mettere di nuovo la vittima in una situazione d'impotenza.

Assieme alla vittima e ai genitori, lo specialista deve valutare accuratamente la necessità di intraprendere azioni giuridiche e di coinvolgere la polizia.

### ***Ulteriori passi***

A dipendenza della situazione, in accordo con la vittima, con i detentori dell'autorità parentale, con lo specialista e con la scuola possono essere necessari ulteriori passi:

- riabilitazione della vittima (considerare il sostegno all'integrità psichica sul lungo periodo);
- interventi a scuola (ad es. colloqui, interventi in classe, affrontare il tema del cybermobbing durante le lezioni, progetto scolastico);
- sanzioni adeguate dal punto di vista pedagogico nei confronti dell'aggressore (ad es. colloqui con specialisti, sospensione, trasferimento in un'altra classe, prestazione lavorativa);
- d'intesa con la vittima, discutere e permettere forme di riparazione.

### ***Quadro giuridico e aspetti tecnici***

Anche internet è un ambito regolato dalla legislazione e ciò vale anche per bambini e adolescenti. Lesione dell'onore, minacce e diffamazioni sono passibili di pena. Le disposizioni principali a questo riguardo si trovano nel Codice penale svizzero. Su richiesta della vittima, questi delitti possono essere perseguiti penalmente.

Per l'inchiesta penale, il sequestro di prove è decisivo. A questo scopo, la polizia richiede copie elettroniche di SMS, immagini (ad es. tramite print screen), e-mail e altre registrazioni.

Per quanto possibile, i contenuti offensivi vanno cancellati rapidamente da internet e i gestori dei social network vanno informati. Purtroppo, una cancellazione completa di contenuti in rete può essere raggiunta solo con difficoltà.

## **Insegnanti vittime di cybermobbing**

Anche gli insegnanti possono diventare vittime di cybermobbing. Anche per loro il sostegno rapido è molto importante. Possono contattare gli stessi servizi specializzati indicati per bambini e adolescenti.

## **Prevenzione**

Per prevenire la violenza in ogni sua forma, è fondamentale creare un'atmosfera priva di paure a scuola, basata sull'accettazione reciproca e su regole chiare.

Cyber-aggressore e cyber-vittima coincidono in ampia misura con i ruoli di aggressore e vittima tradizionali. In questo senso, il cybermobbing è spesso una trasposizione del mobbing tradizionale. Per questo motivo è possibile combatterlo con un atteggiamento comune, caratterizzato dal rifiuto di ogni forma di mobbing da parte di tutti gli interessati.

Concretamente, prevenzione significa:

- affrontare il mobbing a scuola;
- spiegare i rischi relativi alla rete, le strategie per utilizzare gli strumenti in modo sicuro e le basi legali;
- promuovere le competenze sociali e mediatiche.

Affrontare il tema del cybermobbing durante le lezioni, i progetti, i perfezionamenti professionali degli insegnanti e in occasione delle serate per genitori, serve a informare e a sensibilizzare bambini, adolescenti e adulti.

Con un dialogo costruttivo tra la scuola e i genitori è possibile riconoscere tempestivamente e in modo efficace il problema. La lotta al mobbing necessita fundamentalmente una buona collaborazione tra i servizi specializzati coinvolti.

## **Servizi di riferimento**

Servizio psicologico scolastico dei Grigioni (SPS):

In tutte le regioni del Cantone, per ogni scuola e per ogni allievo è possibile rivolgersi, in modo gratuito e anonimo, ad uno specialista appositamente formato.

Contatto: Servizi regionali SPS o segretariato (dal lunedì al venerdì, telefono 081 257 27 42).

*Assistente sociale a scuola*

Dove presente, l'assistente sociale scolastico può fornire sostegno.

Ulteriori servizi di riferimento, a seconda della situazione (gravità del caso di mobbing, aspetti giuridici):

*Polizia cantonale dei Grigioni (Servizio Giovani)*

*Psichiatria infantile e giovanile dei Grigioni, psicoterapeuti*

## **Ulteriori indicazioni**

Nella homepage dell'Ufficio per la scuola popolare e lo sport si possono trovare indicazioni bibliografiche, link utili e un volantino da distribuire a bambini e adolescenti.

[www.av.sr.ch](http://www.av.sr.ch) > Servizio psicologico scolastico > Documentazione