



Co-funded by
the European Union

ERASMUS+ PARTENARIATI DI COOPERAZIONE NEL SETTORE DELLA GIOVENTÙ “TOC”

Progetto n°2021-1-IT03-KA220-YOU-000029227

Come affrontare il
cyberbullismo Condividere
è curare - APP



INDICE

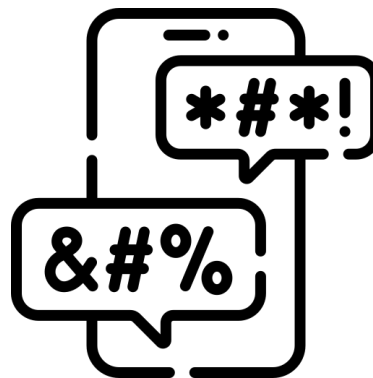
1. Introduzione	3
2. Come affrontare il cyberbullismo- giovani.....	4
3. Come affrontare il cyberbullismo- genitori.....	9
4. Rete internazionale.....	12
5. Ulteriori ispirazioni.....	14
6. Riferimenti	15



Introduzione

Together for Tackling Cyberbullying (TOC) è un partenariato strategico di 24 mesi nel settore della gioventù che mira a sensibilizzare il tema del cyberbullismo e a prevenire la violenza tra i giovani.

TOC coinvolge sia i gruppi target diretti degli operatori giovanili che i giovani. Inoltre, mira a coinvolgere attivamente i giovani come aiutanti e come veri protagonisti del cambiamento sociale, lottando contro il Cyberbullismo.



TOC svilupperà una nuovissima metodologia educativa radicata nel Digital Storytelling, nelle competenze digitali e nel pensiero critico, per la prima volta complementari tra loro.

Gli obiettivi del progetto sono:

- Progettare un format formativo rivolto agli operatori giovanili e alle organizzazioni per affrontare il Cyberbullismo tra i giovani;
- Sviluppare una metodologia innovativa per prevenire il cyberbullismo, basata su Digital Storytelling, pensiero critico e competenze digitali;
- Promuovere lo sviluppo di competenze civiche e il rispetto dei diritti umani tra i giovani di tutta Europa, soprattutto a livello di consorzio;
- Promuovere la cittadinanza attiva, la fiducia in se stessi e il senso di comunità tra i giovani.

Il cyberbullismo è il bullismo perpetrato con l'uso di tecnologie digitali. Può avvenire su social media, piattaforme di messaggistica, piattaforme di gioco e telefoni cellulari. Si tratta di un comportamento ripetuto, volto a spaventare, irritare o svergognare coloro che sono presi di mira (Cyberbullismo: cos'è e come fermarlo, s. f.). Gli esempi includono:

- Diffondere menzogne o pubblicare foto o video imbarazzanti di qualcuno sui social media.
- Inviare messaggi, immagini o video offensivi, ingiuriosi o minacciosi tramite piattaforme di messaggistica.
- Impersonare qualcuno e inviare messaggi cattivi ad altri a suo nome o tramite account falsi.

Tutti noi vogliamo che il cyberbullismo cessi, e questo è uno dei motivi per cui la denuncia del cyberbullismo è così importante e anche questo progetto. Ma la creazione dell'Internet che vogliamo va oltre la denuncia del bullismo. Dobbiamo riflettere su ciò che condividiamo o diciamo e che potrebbe ferire gli altri. Dobbiamo essere gentili gli uni con gli altri, sia online che nella vita reale. TOC mira a sostenere questa idea e a contribuire a un futuro migliore..

Come affrontare il cyberbullismo - Giovani

Quando si tratta di affrontare il cyberbullismo, è importante sapere innanzitutto che cos'è il cyberbullismo, come scoprirlo e i diversi modi in cui si può gestire il problema. Il termine cyberbullismo indica che qualcuno utilizza diversi tipi di tecnologia per colpire altre persone, ad esempio minacciandole, molestandole, escludendole o mettendole in imbarazzo online. Uno studio condotto tra gli adolescenti ha dimostrato che il 37% di loro ha subito cyberbullismo almeno una volta, mentre il 30% lo ha subito più di una volta (Hershenson, 2017). Ciò significa che se si subisce questa esperienza, non si è soli. Il cyberbullismo, a differenza del bullismo fisico, può verificarsi in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo. Se si è vittime di cyberbullismo, ci si può sentire sopraffatti e si può avere la sensazione che sfuggire sia davvero difficile o addirittura impossibile. Questo può avvenire tramite dispositivi mobili, computer e sistemi di gioco. Il cyberbullismo può avere conseguenze sia per la vittima che per il bullo. Per la vittima, può portare a problemi mentali e, nel peggiore dei casi, al suicidio. Per il bullo, può portare ad azioni legali contro di lui, perché il cyberbullismo in alcuni casi è un atto criminale.

Anche se può sembrare difficile sfuggire al bullismo, ci sono molti modi per ottenere aiuto. Ricordate che non dovete affrontare il problema da soli e che ci sono molte risorse e persone

che possono aiutarvi ad affrontare il cyberbullismo. Ecco alcuni consigli su come affrontare la situazione.

- **Non prendete il bullismo sul personale e non lasciate che l'odio vinca.**

Il cyberbullismo può capitare a chiunque, non ha nulla a che fare con voi. Non è facile non rispondere al cyberbullismo, ma nel peggiore dei casi può peggiorare la situazione, soprattutto se si risponde con rabbia a qualcosa che non si è pensato bene. I cyberbulli spesso vogliono provocare una reazione da parte della vittima, inducendola a continuare o a intensificare il bullismo. In questo caso, può essere saggio allontanarsi dal telefono o dal computer, in modo da avere il tempo di pensare a come affrontare la situazione. Non rileggere o rivedere ciò che il bullo ha inviato o fatto. Potete invece fare degli screenshot e salvarli in una cartella per raccogliere le prove. È anche meglio ignorare o bloccare la persona o l'account che compie atti di bullismo. Potete anche provare a segnalare quanto sta accadendo alla piattaforma online che state utilizzando e a rendere il vostro profilo più privato, in modo che solo i vostri amici possano contattarvi.

- **Raccontare a qualcuno di cui ci si fida ciò che si sta vivendo**

Non dovete affrontare il problema del cyberbullismo da soli. Parlate della situazione con un amico, un genitore o un insegnante. Non solo vi toglieranno un po' di peso dalle spalle, ma potranno aiutarvi a prendere provvedimenti per fermare il bullismo e a denunciare la situazione alla scuola o alla piattaforma online su cui avviene il bullismo. A seconda del luogo in cui vivete, potrebbero esserci anche servizi di consulenza online gratuiti che possono aiutarvi a risolvere i problemi che state vivendo..

- **Prendete una pausa dalla vita online**

Molte persone trascorrono molto tempo online. La vita online può quindi essere travolgente, soprattutto se si è vittime di cyberbullismo o di altri comportamenti meschini. In generale, può essere piacevole prendersi una pausa dal mondo online e godersi tutte le altre cose che si possono fare che non coinvolgono le attività online. Può trattarsi di attività con amici o familiari, di leggere un libro, di fare una passeggiata o di praticare sport. Inoltre, può essere consigliabile esaminare le piattaforme e le applicazioni online su cui si trascorre il tempo e quali di esse piacciono o non piacciono. Alcuni siti online sono noti per avere più bullismo di altri. In tal caso, si può pensare di eliminare alcuni account o applicazioni e concentrarsi maggiormente sui siti che piacciono.

- **Prendersi cura di sé e degli altri**

L'esperienza del cyberbullismo può essere travolgente e può influire sulla salute mentale in diversi modi, come disturbi affettivi negativi, ansia, solitudine, depressione, sintomi somatici e ideazione suicida (Hershenson, 2017).

Si tratta di un aspetto importante da conoscere e da tenere d'occhio anche tra i propri amici. Anche se voi o i vostri amici state ricevendo aiuto per il cyberbullismo, può essere utile parlare con un terapeuta, un infermiere scolastico o simili, soprattutto se voi o qualcuno che conoscete sta sperimentando questi sintomi. La terapia può aiutare ad affrontare meglio i problemi e fornire tecniche per gestire emozioni, ansia, rabbia, traumi o altri problemi che si presentano a causa del bullismo.

- **Non accettate mai il cyberbullismo, in nessun modo.**

Il cyberbullismo è una questione complessa e può accadere senza che uno ci pensi. Pertanto, si può contribuire al cyberbullismo anche senza averne l'intenzione. Nel cyberbullismo ci sono molti ruoli. In primo luogo c'è il cyberbullo, che prende deliberatamente di mira qualcuno e lo maltratta online. Tuttavia, le persone possono anche essere spettatori. Ciò significa che le persone assistono al bullismo, ma non fanno nulla per risolvere il problema. Questo può accadere quando le persone sono indifferenti, oppure perché hanno paura di essere vittime di bullismo o di isolarsi. Infine, alcune persone sono upstanders, ovvero si oppongono al cyberbullismo e cercano di affrontare il problema direttamente con il bullo o attraverso altri mezzi di aiuto, come la scuola o la polizia. Anche le persone possono avere ruoli diversi, ma è importante essere consapevoli che si può fare la differenza. Non lasciate che il bullismo vinca e non condividete o apprezzate qualcosa che possa ferire altre persone. Raggiungete invece la vittima e ditele che siete al suo fianco. Chiedete loro se c'è qualcosa che potete fare e scoprite in quali modi potete aiutarli utilizzando i genitori, gli insegnanti, la scuola o altre risorse a vostra disposizione.

- **Resistere all'impulso di rispondere direttamente.**

In caso di cyberbullismo, la migliore risposta al bullo è non rispondere affatto. Rispondere a quel commento offensivo non farà altro che peggiorare il problema, perché dà al bullo esattamente quello che vuole: attenzione e una scusa per aumentare ancora di più il bullismo.[1]

Mantenere la calma. Ricordate che è giusto essere arrabbiati, ma rispondere al bullo con un insulto non farà altro che aggiungere altra benzina al fuoco.

Anche rispondere con non insulti - ad esempio "Per favore, smettila", "Non è appropriato" o "Ti denuncerò" - probabilmente farà più male che bene. Rispondete solo con il silenzio.

- **Salvate ogni messaggio, immagine, e-mail e post di bullismo.**

Tenete un registro di tutto ciò che dimostra l'esistenza del cyberbullismo. Salvate o, meglio ancora, stampate ogni singola cattiveria che vi inviano. Inserite tra i preferiti le pagine web in cui vi insultano. Potrebbe arrivare il giorno in cui vi serviranno queste prove per denunciarli e fermarli.[2]

Potreste voler cliccare su "cancella" per ogni e-mail, testo o messaggio di posta elettronica odioso. Tuttavia, questo non è il modo giusto di procedere. Ricordate che potrebbe arrivare un momento in cui il bullo dovrà essere denunciato e avrete bisogno di tutte le prove davanti a voi.

- **Bloccare i bulli e segnalarli ai fornitori di servizi.**

Molti dei principali siti di social media e altri fornitori di servizi includono pulsanti "BLOCCA" e/o "SEGNALA" in prossimità di qualsiasi messaggio o post ricevuto. Familiarizzate con le politiche e le procedure di ogni app, sito e dispositivo che utilizzate e non esitate a usare questi strumenti.

Per esempio, su Facebook potete facilmente bloccare gli utenti o segnalare i bulli e i post discutibili.

Controllate la funzione "Impostazioni" di altri siti/app per sapere come bloccare o segnalare il bullismo.

- **Segnalare alle autorità giudiziarie gli episodi di bullismo gravi o in atto.**

Il bullismo di qualsiasi tipo, compreso il cyberbullismo, è ormai illegale nella maggior parte delle giurisdizioni. Lasciate che siano gli adulti con cui vi siete confidati a decidere come procedere: potrebbero contattare prima i genitori del bullo o rivolgersi direttamente alle autorità.

Se avete subito un dolore o un'umiliazione sostanziale a causa del bullismo, o siete stati minacciati di fare del male o della violenza, il bullo potrebbe essere sospeso, espulso o addirittura arrestato.

Qualsiasi prova di bullismo conservata sarà molto utile alle autorità.

Tenete presente che se avete risposto al bullismo con il bullismo, non importa se "hanno iniziato loro": anche voi potreste essere soggetti a sanzioni disciplinari o addirittura legali.

Inoltre, il cyberbullismo tra i giovani si verifica quando un giovane:

- Invia messaggi molesti tramite cellulare, e-mail o chat.
- Ruba o cambia la password dell'e-mail o il nickname della chat.
- Pubblica informazioni private o non veritiere su una chat, un blog o una pagina Internet.
- Invia immagini fastidiose via e-mail o MMS ai telefoni cellulari.

- Imposta sondaggi online sulla vittima.
- Invia virus a e-mail o telefoni cellulari.
- Invia pornografia o spam a e-mail o telefoni cellulari.
- Si presenta falsamente come un'altra persona o come un bambino.
- Minacce online

Il cyberbullismo può avere effetti negativi sui giovani come:

- Depressione
- sentirsi soli e umiliati
- paura
- Ansia
- tristezza

Tutti gli effetti negativi possono avere un impatto sulla vita quotidiana di una persona (lavoro scolastico, relazioni con amici e familiari, ecc.).

Quando si tratta di affrontare il cyberbullismo, ci sono molti metodi diversi che possono funzionare, a seconda dello scenario e della persona che ne è vittima.

In tutti gli scenari, la cosa più importante è prendersi cura di sé e chiedere aiuto ai propri cari. Dovreste sempre prendervi cura della vostra salute mentale nel modo migliore possibile al momento. Considerate anche la possibilità di chiedere aiuto all'esterno, ad esempio alle istituzioni specializzate in salute mentale per i giovani.

Come affrontare il cyberbullismo - Genitori

I genitori devono anche essere consapevoli dei segnali di cyberbullismo, perché i ragazzi potrebbero non dire nulla o cercare di nascondere il problema. I segnali da tenere d'occhio possono essere che i ragazzi:

- cercano di nascondere ai genitori ciò che accade online e si rifiutano di lasciare che i genitori guardino le loro piattaforme online.
- si sentano emotivi e/o sconvolti dopo essere stati online.

- diventino più riservati e ritirati, passando più tempo da soli.
- evitano le interazioni sociali e saltano la scuola.

- perdono interesse a socializzare con la famiglia e gli amici e ad altre attività che sono soliti fare.
- prendere voti più bassi del solito a scuola.
- si arrabbia e si emoziona a casa.
- cambia il ritmo del sonno, l'appetito, l'umore e il comportamento.
- si innervosiscono quando ricevono una notifica online, come un messaggio di testo.
- non vogliono parlare della loro vita online.

Quando si tratta di affrontare il cyberbullismo per i genitori, ci sono alcune misure che potete adottare per aiutare vostro figlio:

- Offrire sostegno
- Parlare con i vostri figli
- Incoraggiare i vostri figli a non rispondere al bullo via messaggio
- Avvisare le autorità
- Non incolpare o punire i vostri figli
- Offrire loro un aiuto professionale

Offrire sostegno è la parte più importante per aiutare il proprio figlio, mostrandogli la propria presenza può essere di grande aiuto per aiutarlo a superare la situazione. Sostenere le loro decisioni, parlare con loro e cercare di risolvere la situazione insieme li aiuterebbe. Li aiuterebbe a percepire il più possibile il sostegno e a sentirsi amati in quel momento. Farli sentire ascoltati in quel momento è un grande passo per farli sentire più rilassati e a loro agio.

Parlare con i propri figli è un ottimo modo per farli sentire sostenuti e amati. Quando parlate con vostro figlio potete condividere le vostre esperienze e i vostri sentimenti sull'argomento. Non cercate di paragonare le situazioni in cui vi siete trovati con loro, ma condividete i sentimenti che avete provato in quelle situazioni e come avete affrontato il bullismo o le molestie, sia online che nella vita reale.

Incoraggiare i vostri figli a non rispondere al bullo via SMS è un'azione che può indurre il bullo a contattare e molestare ancora di più i vostri figli. Incoraggiarli a non entrare in contatto con il bullo in alcun modo può aiutarli a superare la situazione. Dovreste incoraggiarli a bloccare o segnalare la persona sulla piattaforma che stanno usando, in modo che non si ripeta. Il

contatto con il bullo lo renderà ancora più interessato a molestare vostro figlio, peggiorando la situazione.

Avvisare le autorità è un ottimo modo per proteggere il bambino dal bullo. Se il bullismo è perpetrato da un compagno di classe, la notifica alla scuola proteggerà il bambino in questa situazione. Nel farlo, dovrete anche parlare con vostro figlio e spiegargli che è una buona cosa da fare, perché spesso i bambini non vogliono avvisare nessuno. Questo spesso accade perché

temono che, informando qualcuno, il bullo si accanisca contro di loro ancora più forte e più di prima, come se lo provocasse. Se il fenomeno si verifica al di fuori della scuola, denunciare il fatto alla polizia sarebbe un buon passo successivo per aiutarli a essere protetti.

Non è il caso di rimproverare o punire i figli, ma di incolpare i figli per la posizione in cui si trovano è la cosa peggiore che possiate fare. Non farebbe altro che allontanare vostro figlio da voi e allontanare la vostra relazione in futuro. Invece di incolparli e punirli, dovrete aiutarli e offrire loro il vostro sostegno, in modo che si sentano più tranquilli e rilassati in futuro. In questo modo vostro figlio saprà che siete sempre presenti per lui.

Offrire loro un aiuto professionale, dire loro che è giusto parlare con qualcuno di professionale e offrire loro questo tipo di supporto. Questo può aiutarli a superare la situazione in cui si trovano e può anche giovare alla loro salute mentale e al loro benessere generale. Cercare un aiuto professionale non è una cosa di cui vergognarsi e dovrete spiegare loro che siete al loro fianco in ogni fase del percorso. Impareranno a conoscere i meccanismi di coping che li aiuteranno non solo in questa situazione, ma anche in ogni altra.

Anche se il cyberbullismo può sembrare opprimente e difficile da gestire, ci sono diversi modi in cui i genitori possono aiutare i propri figli ad affrontare questo problema. Innanzitutto è fondamentale che i genitori mostrino compassione e amore per i loro figli. Fargli sapere che gli si vuole bene e sostenerlo in qualsiasi situazione stia attraversando. Può anche essere saggio trovare altre attività da svolgere con i bambini, in modo che passino del tempo lontano dai loro dispositivi online. Inoltre, parlate con vostro figlio delle possibilità che si possono intraprendere per sconfiggere il bullismo.

Inoltre, dite a vostro figlio che non è colpa loro se sono vittime di cyberbullismo. Siate grati per il fatto che vostro figlio sia stato aperto al problema e fategli sapere che lo aiuterete a risolverlo. Dovreste anche dire loro che non dovrebbero rispondere al bullismo e lasciare che siano le istanze giuste a gestire la situazione. Invece di rispondere agli atti di bullismo, dovrete tenere traccia degli atti di bullismo e documentare ciò che viene inviato, come video, testi e immagini. Avere delle prove rende più facile andare avanti con il caso. Poi, dovrete contattare la scuola per sapere cosa sta succedendo. Ciò può significare contattare un insegnante, il preside o altre persone rilevanti della scuola. Nel farlo, assicuratevi che vostro figlio sia informato delle azioni

che intraprenderete, in modo che anche lui si senta a suo agio con le misure che verranno prese. A seconda del Paese o dello Stato, potrebbero esserci altre risorse o opportunità di consulenza per il cyberbullismo, quindi assicuratevi di fare una ricerca su ciò che è possibile fare nel vostro Paese. Infine, può essere saggio ottenere un aiuto per vostro figlio, ad esempio sessioni di terapia in cui vostro figlio può ricevere un aiuto professionale. Questo può essere fatto anche attraverso la scuola, e il bullo può o meno farne parte, a seconda della situazione.

Altre misure che si possono adottare per ridurre le possibilità di cyberbullismo

Ci sono diversi modi per evitare che vostro figlio sia vittima di cyberbullismo. Uno di questi è semplicemente bloccare il bullo online. Anche se è possibile che il bullo crei un altro account e continui il bullismo, questo può fermare alcuni bulli nelle loro azioni. Inoltre, è possibile limitare l'accesso del bambino alle piattaforme online. Si può imporre al bambino di essere online solo in determinati orari o di usare il computer fuori dalla sua stanza. Esistono molti modi per limitare l'accesso online dei propri figli, ad esempio bloccando alcuni siti web ad alto rischio di bullismo. I genitori possono anche ottenere un maggiore controllo sulla vita online dei figli monitorando le loro attività online. Questo dipende dall'età del bambino e da quanto è attivo online. Naturalmente, questo dovrebbe essere fatto dopo averne informato il bambino, in modo che sia consapevole di ciò che potete vedere. Se si devono prendere provvedimenti di questo tipo, può essere saggio stipulare un contratto tra voi e vostro figlio, in modo che senta che la sua vita è presa sul serio. Infine, è importante essere sempre curiosi e interessati a ciò che i vostri figli fanno online e a quali app e siti web passano il tempo. Discutete regolarmente con vostro figlio delle sue attività online e speriamo che si apra di più su ciò che fa e sul motivo per cui vi trascorre del tempo. Se subisce cyberbullismo, potrebbe essere più aperto a parlarne se mostrate interesse generale per la sua vita online.

Solo circa 1 giovane su 10 informa un genitore o un adulto fidato del cyberbullismo. Tra le ragioni di questo numero così basso ci sono l'imbarazzo, la paura di non essere creduti, il timore di banalizzare il problema o di perdere l'accesso alla tecnologia. Adottare misure proattive per educare vostro figlio su ciò che può fare contro il cyberbullismo può essere un buon modo per assicurarsi che si rivolga a voi per ottenere supporto quando ne ha bisogno.

Ecco alcune tattiche che i cyberbulli possono utilizzare:

1. Profili falsi: Gli autori utilizzano profili falsi, fingendo di essere amici. Quando il bullo instaura un rapporto di fiducia, il bambino può condividere informazioni personali, che il bullo usa poi per infamare e molestare la vittima.

2. Burattini di calzini: I cyberbulli utilizzano le foto e le informazioni della vittima per creare un profilo di falsa identità. I bulli pubblicano poi contenuti e immagini meschini per rovinare la reputazione online della vittima.
3. Doxing: I cyberbulli cercano le informazioni di identificazione personale (PII) della vittima e le pubblicano online. Ad esempio, i bulli possono condividere l'indirizzo della vittima e i link ai social media, incoraggiando altri a inviare contenuti dannosi o a visitare la casa della vittima.
4. Incoraggiare l'autolesionismo. I cyberbulli possono molestare le persone sui social media e sulle piattaforme di gioco, incoraggiando le vittime a farsi del male o peggio.
5. Diffusione di foto o messaggi sensibili. Le giovani coppie possono dedicarsi al "sexting" o condividere foto sensibili attraverso applicazioni come Snapchat. I cyberbulli possono condividere queste foto e questi messaggi online, portando a molestie diffuse nei confronti delle vittime.
6. Diffusione di bugie. I bersagli vulnerabili vengono spesso incolpati di cose che non hanno fatto a scuola. I bulli potrebbero accusarli consapevolmente di azioni vergognose e convincere gli altri a mettersi contro la vittima. Gamer bullying.
7. Nei giochi, il termine "griefing" si riferisce ai giocatori che sabotano il gioco di un altro giocatore. Ad esempio, i cyberbulli possono rubare oggetti virtuali o condurre una campagna di molestie durante le chat di gioco.

Rete internazionale

Il cyberbullismo è un problema sempre più diffuso nell'era digitale di oggi e può avere effetti gravi e duraturi sulle vittime. Tuttavia, diverse organizzazioni e aziende internazionali lavorano instancabilmente per combattere il cyberbullismo e sostenere chi ne è colpito. In questo breve articolo, metteremo in evidenza alcune delle organizzazioni che sono attivamente coinvolte in questa causa:

- **In Romania, la Fondazione Save the Children** è una di queste organizzazioni che aiuta a combattere il cyberbullismo. La fondazione si occupa di educare genitori, insegnanti e bambini sui rischi del cyberbullismo e su come prevenirlo. Fornisce inoltre consulenza e sostegno alle vittime del cyberbullismo.
- **L'Associazione spagnola per la prevenzione del bullismo scolastico** (o A.E.P.A.E. o AEPAE) è un'organizzazione non profit e non governativa. È formata da professionisti di diversi settori: psicologi, pedagogisti, educatori sociali, avvocati, esperti di autoprotezione, insegnanti di teatro, esperti di cyberbullismo e genitori di vittime di bullismo. Tutti impegnati nella prevenzione del bullismo.
- **In Italia, la Fondazione Telefono Azzurro** è un'altra organizzazione che fornisce supporto alle vittime del cyberbullismo. Offre un numero verde a cui bambini e

adolescenti possono rivolgersi per segnalare eventuali casi di cyberbullismo. La fondazione lavora anche per educare genitori, insegnanti e bambini su come prevenire il cyberbullismo.

In Germania, l'Associazione tedesca per la protezione dei bambini nel mondo digitale (DKSB) è un'organizzazione leader nella lotta al cyberbullismo. Il DKSB fornisce risorse e formazione a genitori, insegnanti e bambini su come stare al sicuro online. Offre inoltre consulenza e sostegno a coloro che sono stati colpiti dal cyberbullismo.

In Serbia, il Ministero degli Affari interni è attivamente coinvolto nella lotta al cyberbullismo. Il ministero ha istituito un'unità dedicata per indagare e perseguire i casi di cyberbullismo. Inoltre, collabora con le scuole e altre organizzazioni per educare i bambini e i genitori alla sicurezza online e ai pericoli del cyberbullismo. Contact Info:

1. Save the Children Foundation Romania

- Website: <https://www.salvaticopiii.ro/>
- Email: office@salvaticopiii.ro
- Phone: +40 21 316 8888



Salvați Copiii

2. AEPAE Spain

- Website: <https://aepae.es>
- Email: contacto@aepae.es
- Phone: +34 900 018 018



3. Telefono Azzurro Foundation Italy

- Website: <https://www.azzurro.it/>
- Email: segreteria.nazionale@azzurro.it
- Phone: 19696 (toll-free hotline)



4. Associazione tedesca per la protezione dell'infanzia nel mondo digitale (DKSB)

- Website: <https://www.dksb.de/startseite/>
- Email: info@dksb.de
- Phone: +49 30 204 58 00



**Der Kinderschutzbund
Bundesverband**

5. Ministero degli affari interni Serbia

- Website: <https://www.mup.gov.rs/wps/portal/en/home/>
- Email: info@mup.gov.rs
- Phone: +381 11 3616 333



Republic of Serbia
Ministry of Interior

Nel complesso, queste organizzazioni e aziende stanno facendo un ottimo lavoro per combattere il cyberbullismo e sostenere le vittime. I loro sforzi sono fondamentali per creare un ambiente online più sicuro e responsabile per tutti.

Ulteriori informazioni

Qui si possono trovare altre risorse relative al cyberbullismo, nel caso in cui vogliate fare ulteriori letture:

- 1) UNICEF website: <https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying#7>
- 2) WHATis website: <https://www.techtarget.com/whatis/definition/cyberbullying>
- 3) Journal of School Violence: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15388220.2014.949377>
- 4) Cyberbullying: a review of literature: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1053975>
- 5) The nature of cyberbullying, and strategies for prevention: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563212002154>
- 6) Cyberbullying myths and realities: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S074756321300232X>
- 7) Cyberbullying: <https://www.proquest.com/openview/df7b85db5268ac4d18d07478e8fe197f/1.pdf?pq-origsite=gscholar&cbl=25066>
- 8) Cyberbullying: the challenge to define: <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cyber.2011.0588>

- 9) Cyberbullying and self-esteem: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1746-1561.2010.00548.x>
- 10) Cyberbullying in schools: a research of gender differences: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0143034306064547?journalCode=spia>
- 11) TED conference "How one tweet can ruin your life" - Jon Ronson: https://www.youtube.com/watch?v=wAIP6fI0NAI&ab_channel=TED
- 12) TED conference " Stop cyberbullying before the damage is done" - Trisha Prabhu: https://www.youtube.com/watch?v=Ps3Cefys0Kc&ab_channel=TEDxTalks

Riferimenti

- Cyberbullying: What is it and how to stop it. (s. f.). UNICEF. <https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying>
- Sheldon, R. (2022). cyberbullying. WhatIs.com.
<https://www.techtarget.com/whatis/definition/cyberbullying>
- Whittaker, E., & Kowalski, R. M. (2015). Cyberbullying Via Social Media. *Journal of School Violence*, 14(1), 11-29. <https://doi.org/10.1080/15388220.2014.949377>
- Notar, C. E. (s. f.). Cyberbullying: A Review of the Literature.
<https://eric.ed.gov/?id=EJ1053975>
- Slonje, R., Smith, P., & Frisé, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 26-32.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.05.024>
- Sabella, R. A., Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2013). Cyberbullying myths and realities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2703-2711.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.06.040>

- CYBERBULLYING - ProQuest. (s. f.).
<https://www.proquest.com/openview/df7b85db5268ac4d18d07478e8fe197f/1.pdf?pq-origsite=gscholar&cbl=25066>
- Langos, C. (2012). Cyberbullying: The Challenge to Define. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(6), 285-289. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0588>
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and Self-Esteem*. *Journal of School Health*, 80(12), 614-621. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2010.00548.x>
- Li, Q. (2006). Cyberbullying in Schools. *School Psychology International*, 27(2), 157-170. <https://doi.org/10.1177/0143034306064547>
- TED. (2015, 20 julio). How one tweet can ruin your life | Jon Ronson [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=wAIP6fI0NAI>
- TEDx Talks. (2015, 11 marzo). Stop Cyberbullying Before the Damage is Done | Trisha Prabhu | TEDxGateway [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=Ps3Cefys0Kc>
- What Should You Do If You Are Being Cyberbullied? (s. f.).
https://www.healthhub.sg/live-healthy/213/dealing_with_cyber-bullies
- Center, C. R. (s. f.). What To Do When Your Child is Cyberbullied: Top Ten Tips for Parents. Cyberbullying Research Center. <https://cyberbullying.org/what-to-do-when-your-child-is-cyberbullied>
- Hershenson, K. (2022). 9 Ways to Deal with Cyberbullying. Talkspace. <https://www.talkspace.com/blog/7-ways-to-deal-with-cyberbullying/>

- Experiencing cyberbullying? (2022, 1 diciembre). Kids Helpline.
<https://kidshelpline.com.au/teens/issues/cyberbullying>
- Social Media Victims Law Center PLLC. (2023, 22 mayo). Effects of Cyberbullying | Social Media Victims Law Center. Social Media Victims Law Center.
<https://socialmediavictims.org/cyberbullying/effects/>
- Kochan, M. (2022). Parent's Guide to Cyberbullying. ConnectSafely.
<https://connectsafely.org/cyberbullying/>
- Cyberbullying: What is it and how to stop it. (s. f.-b). UNICEF.
<https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying>
- Van Iderstine, S. (2023). How to Help Kids Deal With Cyberbullying. Child Mind Institute.
<https://childmind.org/article/help-kids-deal-cyberbullying/>
- Ben-Joseph, E. P. (Ed.). (2022, August). Cyberbullying (for parents) - nemours kidshealth. KidsHealth.
<https://kidshealth.org/en/parents/cyberbullying.html>
- Trudi Griffin, L. (2023, March 25). 3 ways to deal with cyber bullying as a child or Teen. wikiHow.
<https://www.wikihow.com/Deal-With-Cyber-Bullying-As-a-Child-or-Teen>
- Trudi Griffin, L. (2023, March 25). 3 ways to deal with cyber bullying as a child or Teen. wikiHow.
<https://www.wikihow.com/Deal-With-Cyber-Bullying-As-a-Child-or-Teen>
- Social Media Victims Law Center PLLC. (2023, May 22). Effects of Cyberbullying | Social Media Victims Law Center. Social Media Victims Law Center.
<https://socialmediavictims.org/cyberbullying/effects/>

- Kochan, M. (2022). Parent's Guide to Cyberbullying. ConnectSafely.
<https://connectsafely.org/cyberbullying/>
- Cawthorne, B. (2021b). Cyberbullying – advice for parents and carers. UK Safer Internet Centre. <https://saferinternet.org.uk/guide-and-resource/cyberbullying-advice-for-parents-and-carers>
- Van Iderstine, S. (2023). How to Help Kids Deal With Cyberbullying. Child Mind Institute.
<https://childmind.org/article/help-kids-deal-cyberbullying/>



DISCLAIMER

Questo progetto è stato finanziato con il supporto finanziario della Commissione Europea. La realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione europea non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.