

Allegato 3



<https://www.commissariatodips.it>

CONSIGLI **PER I CITTADINI E I RAGAZZI**

Consigli contro il cyberbullismo per ragazzi

- Prendere in giro qualcuno non è mai una buona idea: nessuno si diverte ad essere preso di mira, soprattutto sui social e sulla messaggistica. Ricordati che una battuta che insulta è sempre un'offesa e che in rete lo scherzo diventa un'onda di fango che alla fine travolge anche te. Chiedi scusa, cancella gli insulti e pensa con più attenzione a quello che scrivi in rete.
- Molte azioni in rete possono configurare reati gravi: le password sono una cosa privata, non usare quelle degli altri. Se qualcuno usa il tuo profilo social parlane subito con i tuoi genitori e sporgi una denuncia, nessuno può sostituirsi a te nei tuoi spazi web.
- I profili social sono un sistema informatico a cui non puoi accedere se il profilo non è il tuo.
- Le immagini private e intime non possono essere condivise senza autorizzazione dei genitori se riguardano minori, e senza autorizzazione di chi è stato fotografato o ripreso: commetti reato e rischi grosso se cerchi popolarità usando le immagini degli altri per deriderli.
- Se qualcuno ti fa sentire sbagliato non rimanere in silenzio: sei perfetto come sei e non c'è timidezza che possa meritare insulti e prese in giro. Il cyberbullismo è una forma di persecuzione che deve essere fermata, possono essere commessi dei reati da denunciare e per cui essere protetti dalla polizia. Parlane con i tuoi genitori e vedrai che ne uscirai, oppure scrivici a commissariatodips.it

Uso sicuro del telefonino

- Il telefonino è un mezzo di comunicazione che impone una cautela analoga a quella che si ha nei confronti del computer: custodisci il tuo numero di telefonino e dallo solo alle persone di cui ti fidi.
- Foto e riprese effettuate con il telefonino sottostanno alla normativa italiana in materia di protezione dell'immagine e della privacy delle persone: usa le immagini che raccogli nel rispetto degli altri, evitando così di commettere illeciti anche involontari, con gravi conseguenze per te e i tuoi genitori.

- Molti telefonini di nuova generazione ti fanno navigare in internet o entrare in community e chat dedicate ai clienti di un gestore o di un servizio specifico di telefonia: come nel mondo reale anche in quello virtuale di internet e dei telefonini che vanno in rete, ci sono persone buone e persone meno buone. Evita di fornire informazioni personali (Nome, cognome, indirizzo, numero del telefono di casa, numero del telefono cellulare, nome della scuola che frequenti) a chi conosci nelle chat telefoniche poiché non hai modo di verificare la sua buona fede.
- La promessa di ricariche facili o altri vantaggi immotivati che arrivano tramite sms o mms da numeri sconosciuti devono metterti in allerta: alcuni truffatori e criminali utilizzano questi mezzi talvolta per farti aderire a costosi abbonamenti a pagamento, in altri casi per carpire la tua fiducia e suggerirti di fare cose non adatte alla tua età.
- Ricorda che se qualcuno vuole offrirti un vantaggio troppo facile senza neanche conoscerti probabilmente ti prende in giro!
- Non richiamare col telefonino numeri sconosciuti da cui provengono squilli, o chiamate mute. Se non sai chi ti chiama è meglio non rispondere né tanto meno richiamare: chi ti cerca davvero ti richiamerà anche se non sei riuscito a rispondere. Informa i tuoi genitori se le telefonate si fanno frequenti, se arrivano in orari strani o se a chiamarti sono adulti/e sconosciuti. Nessuno ha il diritto di disturbarti se non lo conosci o se non vuoi.
- Ricorda che la tua immagine è una cosa privata, da proteggere: non mettere foto o filmati fatti con il telefonino in community o chat telefoniche che siano aperte a tutti, grandi e piccini. Una volta immesse in rete foto e filmati possono continuare a girare anche se tu non vuoi.

CONSIGLI

PER I BAMBINI

Contro il cyberbullismo

- Uno scherzo è tale se ci si diverte tutti insieme: evita di dire cose che potrebbero ferire gli altri, soprattutto se le scrivi su una chat, sul profilo di un socialnetwork o mentre giochi online. Le cose che a te fanno ridere possono metter in ridicolo e in imbarazzo qualcuno di fronte ad un pubblico virtuale infinito. Rifletti bene prima di postare!
- Se ti è scappato un commento cattivo sui social, sulla chat di classe, o mentre giochi online, rimedia! Cancella il post, chiedi scusa e parlane con i tuoi genitori. Può capitare di farsi prendere dall'impulsività, l'importante è rispettare sempre gli altri.

Nessuno può farti sentire sbagliato: se trovi commenti offensivi sul tuo profilo social, se ti arrivano messaggi con insulti sullo smartphone, se qualcuno a scuola o mentre fai sport, ti fa sentire preso di mira, non rimanere in silenzio. Chiedi aiuto a chi ti vuole bene o scrivici a commissariatodips.it

Ai ragazzi

- Installa un buon antivirus e un buon firewall prima di cominciare a navigare su Internet.
- Aggiorna e scarica le versioni nuove dei programmi per rendere permanente la protezione del tuo computer.

- Non scaricare programmi se non ne conosci bene la provenienza.
- Potrebbero contenere: **virus** che danneggiano il computer, **SPYWARE** che violano la privacy, **dialer** che fanno lievitare il conto della tua bolletta.
- Nelle chat, nei forum e nei giochi di ruolo non dare **mai** il tuo nome, cognome, indirizzo, numero di cellulare o di casa. Lo schermo del computer nasconde le vere intenzioni di chi chatta con te.
- Non incontrare **mai** persone conosciute in Rete senza avvertire i genitori.
- Se proprio vuoi incontrare qualcuno conosciuto su Internet prendi appuntamento in luoghi affollati e porta con te almeno due amici.
- Se qualcuno su Internet dice di essere un **adulto** e ti parla di sesso senza che tu voglia, ti chiede di mantenere segreti i contatti, ti propone di incontrarlo, ti minaccia in qualche modo, sappi che **non deve farlo!**
- Puoi parlare di questo con i tuoi genitori, con i tuoi insegnanti o con la Polizia.
- Se qualcuno che ti sembrava simpatico comincia a scrivere cose strane in chat o manda e-mail che non ti piacciono, cambia indirizzo di posta elettronica, cambia nickname e non avere timore di parlarne con i tuoi genitori o insegnanti.
- Ricordati che dietro al computer tutti possono fingere di essere migliori, peggiori o comunque diversi da quello che sono davvero.
- Se utilizzi circuiti di file-sharing per scaricare musica, film o altro controlla sempre il materiale che ricevi: gli utenti che utilizzano questi servizi sono tantissimi e provengono spesso da tutto il mondo, può capitare che ti arrivino file diversi da quelli che avevi chiesto e può capitare anche che alcuni di questi siano illegali. Se ritieni che sia stato mandato al tuo computer materiale illegale, avverti subito i tuoi genitori e valuta insieme a loro l'opportunità di segnalare la cosa alla Polizia.
- Se possiedi un collegamento Internet a banda larga flat non lasciare il PC sempre connesso se non lo utilizzi: un computer "incustodito" sulla Rete è un PC più vulnerabile.

Navighi? Per te piccoli consigli

Naviga su internet **sempre** insieme ai tuoi genitori!

Non dare **mai**, a persone conosciute su Internet, il tuo:

- Nome
- cognome
- indirizzo
- numero del telefono di casa
- numero del telefono cellulare
- nome della scuola che frequenti

Non mandare **mai** le tue **foto** a qualcuno conosciuto via Internet senza il permesso dei tuoi genitori.

Leggi **sempre** le e-mail insieme ai tuoi genitori, controlla bene ogni allegato al messaggio. **Attenzione!!** Potrebbe contenere dei **virus** che fanno impazzire il tuo computer!

Se leggi o vedi qualcosa su Internet che ti fa sentire a **disagio** o ti spaventa parlane subito con i tuoi genitori o con le maestre.

Non scambiare **mai** il numero di telefono con persone conosciute su internet senza il permesso dei tuoi genitori.

CONSIGLI

PER I GENITORI

Cyberbullismo

Il cyberbullismo è un rischio che interessa bambini e ragazzi sempre più piccoli perché i mezzi di comunicazione tecnologici sono ormai diventati irrinunciabili per tutti noi. Gli scherzi, le prese in giro, i dispetti che in passato avvenivano a ricreazione, sotto gli occhi vigili delle insegnanti, oggi avvengono mentre i ragazzi sono collegati online, mentre scrivono sulla chat di classe con una forza aggressiva amplificata dagli effetti della viralizzazione e dell'opportunità di fare una comunicazione diretta a centinaia di persone contemporaneamente.

Esiste in Italia la legge n.71/2017 che consente alle vittime di cyberbullismo di difendersi ancor prima che le prepotenze siano dei reati e offre la possibilità alle famiglie di chiedere una tutela tempestiva che blocchi soprusi e vessazioni virtuali.

- Non banalizzate la sofferenza dei vostri figli se qualcuno li prende in giro in rete: la socializzazione oggi passa anche da internet e sentirsi presi in giro di fronte a tanti schermi è una situazione molto dolorosa per i ragazzi. Offrite ascolto e cercate la soluzione migliore insieme.
- Se qualcuno ha preso di mira online vostro figlio, rimanete calmi, salvate gli insulti, le foto rubate e recatevi in un ufficio di polizia per sporgere denuncia. Siate tempestivi perché la traccia informatica è molto labile e il tempo che passa può rendere le indagini più difficili.
- Se vostro/a figlio/a vi racconta di aver esagerato con un compagno, con parole e/o azioni online, aiutatelo a chiedere scusa, parlatene con l'insegnante referente del cyberbullismo. E' molto importante porre rimedio agli errori e la vostra vicinanza è fondamentale per rimediare agli errori fatti.

Uso sicuro del telefonino di tuo figlio

- Spiega a tuo figlio che il telefonino è un mezzo di comunicazione che impone una cautela analoga a quella che si ha nei confronti del computer. Scegli per i più piccoli modelli semplici, quelli con telecamere e fotocamere riservati a quando sapranno utilizzarli in modo sicuro e consapevole.
- Spiega a tuo figlio che foto e riprese effettuate con il telefonino sottostanno alla normativa italiana in materia di protezione dell'immagine e della privacy delle persone.
- Per i telefonini che consentono la navigazione in Internet o l'accesso a community e chat, spiega a tuo figlio che i rischi in termini di adescamento da parte di pedofili on line sono i medesimi della Rete "tradizionale".
- Scegli per i tuoi figli SIM Card ricaricabili e ricarica sempre tu il credito in modo da poter monitorare la quantità di traffico telefonico effettuato.

- Al momento dell'attivazione della SIM Card fornisci ai tuoi figli il PIN ma non il PUK. Con il PUK infatti potrai accedere al telefono anche se il pin è stato modificato.
- Spiega ai tuoi figli che sms o mms che promettono ricariche facili o altri vantaggi immotivati sono spesso il primo contatto effettuato da chi non ha buone intenzioni.
- Parla ai tuoi figli della potenziale pericolosità di richiamare col telefonino numeri sconosciuti da cui provengono squilli o chiamate mute. In passato si è trattato di una modalità con cui i pedofili adescavano i minori.
- Scoraggia tuo figlio dal diffondere foto o filmati fatti con il telefonino in community o chat telefoniche. Una volta immesse in Rete foto e filmati possono continuare a essere diffusi senza controllo per lungo tempo.

Navigazione sicura per figli piccoli: qualche consiglio

- Insegnate ai bambini più piccoli l'importanza di non rivelare in Rete la loro identità.
- Spiegategli che è importante per la loro sicurezza e per quella di tutta la famiglia, non fornire dati personali (nome, cognome, età, indirizzo, numero di telefono, nome e orari della scuola, nome degli amici).
- Spiegate ai vostri figli come navigare sicuri anche se sapete che vostro figlio non sembra interessato ad internet. A scuola, a casa dell'amico del cuore potrebbe comunque avere voglia di navigare sulla rete ed è bene che sia al corrente di quali semplici e importanti regole deve seguire per essere sicuro e protetto mentre si diverte.
- Controllate i più piccoli, affiancandoli nella navigazione in modo da capire quali siano i loro interessi e dando consigli sui siti da evitare e su quelli da visitare.
- Impostate la "cronologia" del tablet o dello smartphone che usa vostro figlio in modo che mantenga traccia, per qualche giorno, dei siti visitati. Date, di tanto in tanto, un'occhiata alle sue curiosità e parlate con lui/lei di quello che avete visto, mostrando interesse per ciò che lo/la incuriosisce.
- Spiegate come un computer, un tablet, uno smartphone collegato a internet sia per alcune persone male intenzionate il modo migliore per nascondere propositi criminali, dietro bugie e false identità, a volte molto attraenti.
- Leggete le e-mail con i bambini più piccoli, controllando ogni allegato al messaggio. Insegnate a non aprire da soli mail che non aspettano.
- Se non riconoscete il mittente non aprite l'e-mail, nè eventuali allegati: possono contenere virus, troiani o spyware in grado di alterare il funzionamento del vostro computer.
- Tenete aggiornato un buon antivirus e un firewall che proteggano continuamente il vostro pc e chi lo utilizza.
- Dite ai bambini di non rispondere sulle chat o sui socialnetwork a messaggi di tipo volgare, offensivo e, allo stesso tempo, invitateli a non usare un linguaggio scurrile o inappropriato e a comportarsi correttamente in rete.
- Spiegate ai bambini che può essere pericoloso compilare moduli online senza il vostro aiuto e dite loro di farlo solo dopo avervi consultato.
- Cercate di stare vicino ai bambini quando creano profili legati ad un nickname per usare programmi di chat.
- Non lasciate troppe ore i bambini da soli in Rete: anche perché molti servizi sono costruiti proprio per facilitare la partecipazione continua degli utenti.
- Stabilite quanto tempo possono passare navigando su internet: limitare il tempo che possono trascorrere on-line significa limitare di fatto l'esposizione ai rischi della Rete.

Navigazione sicura per adolescenti (6-10 anni)

Rischio online: quando fare attenzione

I bambini in età scolare vivono un cambiamento progressivo che li porta verso l'adolescenza. Da un anno all'altro il loro mondo di convinzioni, i loro interessi cambiano e si avvicinano sempre di più a quelli dei "ragazzi". Rimane in loro, lungo tutta l'infanzia, un'ambivalenza tra la spinta a diventare sempre più autonomi e la necessità di sentire la vicinanza rassicurante dei genitori sempre a disposizione.

In questo periodo e, ad oggi, dopo la necessità di stare in lockdown, in quarantena, in didattica a distanza, anche i bambini meno interessati sono stati obbligati ad avvicinarsi alle nuove tecnologie, ai tablet e agli smartphone. In molti hanno così sviluppato un precoce interesse per questi mezzi e per i servizi che la rete offre.

Il rischio, tuttavia, di incontrare adulti con cattive intenzioni, di scontrarsi con il fenomeno del cyberbullismo, di compiere prepotenze online senza averne l'intenzione, è aumentato per queste fasce di età.

I bambini temono molto il giudizio dei genitori e cercano di compiacerli come possono: se qualcosa di problematico sta capitando ai vostri figli potreste osservare in loro alcuni cambiamenti che meritano di essere compresi.

Alcuni esempi:

- Se il bambino/a passa davvero troppo tempo a guardare video, a giocare online forse ha difficoltà a distogliersi dall'attrattiva che questi mezzi hanno su di lui/lei. Proponigli/le qualche attività all'aperto o qualcosa che di solito vi piace fare insieme.
- Vigila sempre, in modo costante, sui contatti che ha online e sulle app di gioco: a quest'età è facile indurre in loro il silenzio, spaventarli e manipolarli con promesse di facili vantaggi; anche il bambino più furbo può essere attratto dalle caramelle "virtuali".
- Stabilite insieme delle regole sul tempo da trascorrere online, in modo che sia chiaro che, se l'accesso è limitato, è probabile che ci siano dei rischi da evitare.
- Anche se il/la tuo/a bambino/a ti sembra ancora molto piccolo, parlagli/le del fatto che in rete non sappiamo mai chi ci sia davvero dietro uno schermo e di come sia meglio essere diffidenti e chiedere ai grandi se qualcuno sconosciuto prova a mettersi in contatto.

Attiva un sistema di parental control, tieni segreta la password e aggiornala con frequenza.

Navigazione sicura per adolescenti (11-17 anni)

Rischio online: quando fare attenzione

I segnali di disagio dei ragazzi sono spesso generici: una delusione "d'amore", un brutto voto, una presa in giro pesante da parte dei compagni a scuola, possono produrre disagi simili, espressi con comportamenti differenti da bambino/a a bambino/a, da ragazzo/a a ragazzo/a.

Alcuni comportamenti dovrebbero richiamare la vostra attenzione, soprattutto se compaiono improvvisamente e senza che vostro/a figlio/a sia in grado o voglia giustificarveli.

Smartphone, tablet, pc e consolle di gioco offrono incredibili opportunità di crescita per i ragazzi ma sono sempre un veicolo che rende raggiungibili dal mondo esterno e vale la pena cercare di approfondire la natura dei contatti che ha in rete e/o via smartphone. In adolescenza non è facile comprendere quando un cambiamento sia frutto dell'età e dei suoi disequilibri naturali e quando invece ci si trovi davanti il pericolo di una minaccia oggettiva.

In generale tuttavia ogni cambiamento repentino e rapido di umore, rendimento scolastico, atteggiamento generale merita di essere approfondito.

Ad oggi le minacce cibernetiche più frequenti in adolescenza sono rappresentate da:

- Adescamento online: un numero crescente di adulti utilizza la rete e i servizi di socialnetworking, le app di gioco online per agganciare minorenni allo scopo di farsi mandare immagini erotiche e sessuali, spesso fingendosi coetanei innamorati delle loro vittime.
- Cyberbullismo: i ragazzi spesso non hanno adeguata consapevolezza i quanto i “dispetti” online, le prese in giro possano avere effetti dolorosi sugli altri. Parlate del rispetto della privacy anche online, della necessità di essere riservati con le proprie immagini e quelle degli altri per aiutarli ad evitare di ritrovarsi bulli senza l'intenzione di fare del male.
- Diffusione e detenzione di materiale illegale: i ragazzi vengono continuamente aggiunti in gruppi di messaggistica istantanea da altri coetanei, conoscenti e amici. Non sempre prestano le dovute attenzioni alla natura di questi gruppi e alle foto e filmati che ci si scambia. E' fondamentale che siano consapevoli che chiunque contribuisca a diffondere immagini sessuali e di violenza che riguardino bambini e ragazzi minorenni commette un reato: è utile invece segnalare subito a commissariatodips.it la presenza di questo tipo di materiale su chat e siti online.
- Challenge online: è un fenomeno molto diffuso tra i ragazzi che consiste nel filmarsi mentre si fanno azioni che in quel momento sono trend topic su socialnetwork e circuiti da loro frequentati. Nelle maggioranza dei casi si tratta di azioni poco pericolose ma occorre sensibilizzare i ragazzi sul fatto che alcune sfide possono comunque rappresentare un pericolo se intraprese con l'obiettivo di aumentare la propria popolarità, senza valutare i rischi reali.