

Titolare progetto:

Dott.ssa Ginanni Cecilia

Psicologa e psicoterapeuta

Esperta nella Psicologia dell'educazione e del Benessere a Scuola

“Cyberbullismo? No Grazie”

INTRODUZIONE

La disponibilità capillare di internet e l'utilizzo crescente di dispositivi connessi alla rete rappresentano per le nuove generazioni, i cosiddetti 'nativi digitali', nuovi mezzi per comunicare, relazionarsi con i pari e confrontarsi con il mondo (Mura et al., 2012).

La rete rappresenta un mezzo potente, affascinante e in continua evoluzione; la sua potenza costituisce anche un reale rischio se non si riflette sul suo utilizzo.

Le ricerche indicano che oltre il 90% degli adolescenti in Italia sono utenti di Internet e il 98% di questi dichiara di avere almeno un profilo social network. Spesso i giovanissimi usufruiscono della rete senza alcun controllo da parte degli adulti.

Il cyberbullismo è una forma di disagio relazionale, di prevaricazione e di sopruso perpetrata tramite i nuovi mezzi di comunicazione come le chat, i social, i telefoni cellulari ed il web in generale (Genta et al., 2009). E' un fenomeno complesso, da poco oggetto di studi e ricerche.

La fascia di età maggiormente colpita è rappresentata dai ragazzi tra i 12 e 18 anni. Le stime del MIUR indicano come il 31% dei tredicenni (35% se si considerano solo le femmine) dichiara di aver subito almeno una volta attacchi riconducibili al bullismo elettronico.

Il termine cyberbullismo deriva dal concetto tradizionale di bullismo (Sposini, 2014), dove un soggetto – o un gruppo – prevarica la vittima attraverso comportamenti fisici o attacchi verbali aggressivi che condizionano la sua vita privata e sociale. Spesso la vittima è considerata 'diversa', solitamente per aspetto estetico, timidezza, orientamento sessuale e così via.

Le caratteristiche specifiche del cyberbullismo sono (Mura et al., 2012):

- Anonimato: il prevaricatore può nascondersi dietro uno schermo, umiliare la vittima e divulgare materiale offensivo ad un vasto pubblico e in modo anonimo (disinibizione);
- Pervasività: la vittima è perennemente a rischio di bullismo vista la presenza di dispositivi sempre connessi (anywhere, anytime);
- Diffusione – ampiezza di portata: una volta che un messaggio o una foto sono stati inviati via email o chat o postata su un sito, è molto difficile eliminarne traccia definitivamente (può essere già stato salvato da altri utenti). Basta un click, perché il materiale venga diffuso.

Le conseguenze psicologiche per le vittime di questi attacchi possono essere estremamente dolorose, con effetti anche gravi sull'autostima, sulle capacità socio-affettive, sul senso di autoefficacia, sull'identità personale. Possono riscontrarsi anche difficoltà scolastiche, ansia, depressione e, nei casi più estremi, idee suicidarie (Sposini, 2014).

Al fine di un uso consapevole delle tecnologie digitali, diventa sempre più necessario promuovere l'educazione ai media, con riferimento alla comprensione critica dei mezzi di comunicazione, e promuovere progetti di prevenzione del cyberbullismo.

Il cyberbullismo è un fenomeno che è bene conoscere come genitori, insegnanti, educatori. Questa nuova realtà richiede alla scuola, in quanto agenzia educativa, di insegnare ai giovani l'uso critico e consapevole dei nuovi linguaggi e al tempo stesso di svolgere un'importante opera d'informazione, divulgazione e conoscenza per garantire comportamenti corretti in rete e prevenire situazioni pericolose.

Per fronteggiare un fenomeno così complesso esteso come il cyberbullismo, le istituzioni, le agenzie educative e la famiglia sono invitate ad una nuova sfida educativa: informarsi, aggiornarsi e formarsi sulle nuove forme di bullismo. Occorre promuovere e attivare processi educativi adatti a comprendere, insieme ai ragazzi, le motivazioni per cui si giunge alla diffusione di materiali video o altro.

La questione del rapporto dei minori con i media manifesta "un'urgenza non aggirabile", una "emergenza rispetto a un dato di fatto presente e consolidato nella società e nella cultura, che evoca subito la sensazione di essere in ritardo, di dover recuperare tempo e terreno perduti. L'utilizzo

delle tecnologie soddisfa diversi bisogni individuali, alcuni facili da decodificare (il bisogno di evasione, divertimento, informazione), altri possono restare nascosti e inespressi (come il bisogno di appartenenza o quello di costruirsi un'identità diversa dal gruppo). Internet e lo smartphone aiutano il ragazzo ad affrontare le situazioni sociali e da ciò deriverebbe la gratificazione che incentiva a ripetere l'utilizzo.

Capecchi indica i seguenti bisogni psicologici e sociali:

1. Bisogni cognitivi, di conoscenza e di apprendimento;
2. Bisogni affettivi-estetici, come il rafforzamento della sfera emotiva e la ricerca di appagamento legata all'immagine;
3. Bisogni integrativi a livello di personalità che combinano aspetti cognitivi ed affettivi, come accrescere la propria credibilità, lo status, la fiducia in se stessi e la stabilità emotiva;
4. Bisogni integrativi a livello sociale, come intensificare i contatti con familiari, amici e conoscenti;
5. Bisogni di evasione, di allentamento delle tensioni.

Sulla base di quanto detto fino a qui, il presente progetto interviene sulle dinamiche che possono favorire un comportamento responsabile sull'uso di internet, cellulare, videogames e tecnologie, concentrandosi su tre ampie dimensioni:

- * Livello tecnologico: attraverso un processo di alfabetizzazione gli studenti familiarizzano con la funzionalità degli strumenti e le loro implicazioni;
- * Livello affettivo, per stimolare una riflessione sul ruolo che i media svolgono nella vita dei ragazzi, cercando di evidenziare e approfondire quali bisogni interiori vengono soddisfatti;
- * Livello civico: riflessione sul comportamento proprio e altrui che si struttura all'interno di un sistema di convivenza basato su regole e comportamenti condivisi.

FINALITÀ DEL PROGETTO

Finalità principale del progetto è quello di rendere gli studenti responsabili della propria sicurezza in Rete, acquisendo le competenze necessarie all'esercizio di una cittadinanza digitale consapevole. E ancora, promuovere attività per la prevenzione e gestione delle problematiche legate ai fenomeni di violenza, bullismo e cyberbullismo.

DESTINATARI

Gli alunni delle classi prime medie dell'Istituto.

OBIETTIVI SPECIFICI DEL PROGETTO

- * Obiettivi specifici per contrastare i pericoli di internet e il cyberbullismo:
 - a. Promuovere la conoscenza e la consapevolezza dei problemi connessi al bullismo;
 - b. Conoscere il vissuto del “bullo”, della “vittima” e del gruppo che li contiene;
 - c. Analizzare i ruoli e i comportamenti dei bulli, delle vittime e degli osservatori;
 - d. Responsabilizzare i ragazzi nelle relazioni tra i pari (a scuola, in palestra, sui mezzi di trasporto scolastici);
 - e. Stimolare il coinvolgimento dei genitori, degli insegnanti e la collaborazione scuola famiglia.

- Obiettivi specifici per lo sviluppo socio –emozionale degli alunni (conoscenza di sé e, gestione delle emozioni e competenze relazionali) :
 - a. Rafforzare l'autostima e l'identità personale;
 - b. Riconoscere le proprie emozioni ed esprimerle in modo adeguato;
 - c. Sapersi relazionare in modo positivo con coetanei ed adulti;
 - d. Promuovere interventi di collaborazione, tutoring, supporto e aiuto reciproco.

MODALITA'

Il progetto prevede 3 incontri di circa 1 ora e 30 ciascuno, così suddivisi:

1. **Uso consapevole delle nuove tecnologie e Cyberbullismo.**
 - * Definizione e riflessione sul web e gli strumenti tecnologici;
 - * Uso corretto della rete e buone pratiche;
 - * Anche io posso essere un cyberbullo;
 - * Schede, attività, giochi e riflessioni sui temi trattati.

2. Chi sono e cosa sento

- * Riflessione e confronto su come il web soddisfa i propri bisogni e identificarli;
- * Riflessione e condivisione sulla mia identità, cosa conosco di me, cosa mi piace e cosa mi spaventa;
- * Riflessione sulle emozioni che il web suscita. Io cosa provo?
- * Schede, attività, giochi e riflessioni sui temi trattati.

3. Le buone pratiche comunicative

- * Rispecchiamento ed empatia;
- * Le parole posso essere finestre oppure muri (M.Rosenberg),
Come usare bene le parole;
- * Anche il non verbale parla;
- * Assertività, saper dire di no a volte è bello.
- * Schede, attività, giochi e riflessioni sui temi trattati.

Bibliografia

Genta, M.L., Brighi, A., Guarini, A. (2009). Bullismo elettronico. Carocci editore.

Mura, G., Diamentini, D. (2012). Il cyberbullismo. Edizioni Guerini e associati.

Sposini, C. (2014). Il metodo anti-cyberbullismo. Edizioni San Paolo.

Buccoliero , E., Maggi, M. (2017) Contrastare il bullismo, il cyberbullismo e i pericoli della rete. Manuale operativo per operatori e docenti, dalla scuola primaria alla secondaria di 2° grado. Franco Angeli editore

www.generazioniconnesse.it