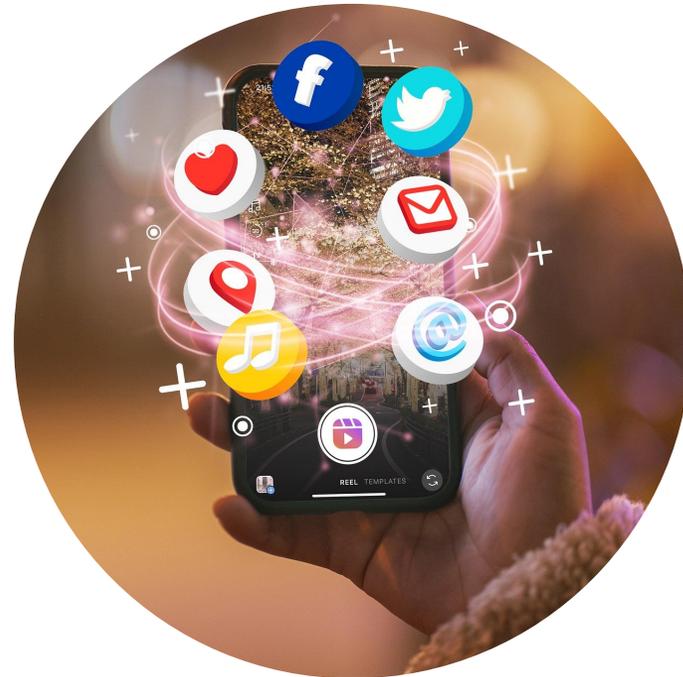


# SICURI IN RETE

Materiale informativo per gli studenti



# INDICE

- 1) Chattare
- 2) Selfare
- 3) Condividere
- 4) Navigare
- 5) Taggare
- 6) Riservatezza
- 7) Commentare
- 8) Non fidarsi
- 10) Aiutare



# Chattare

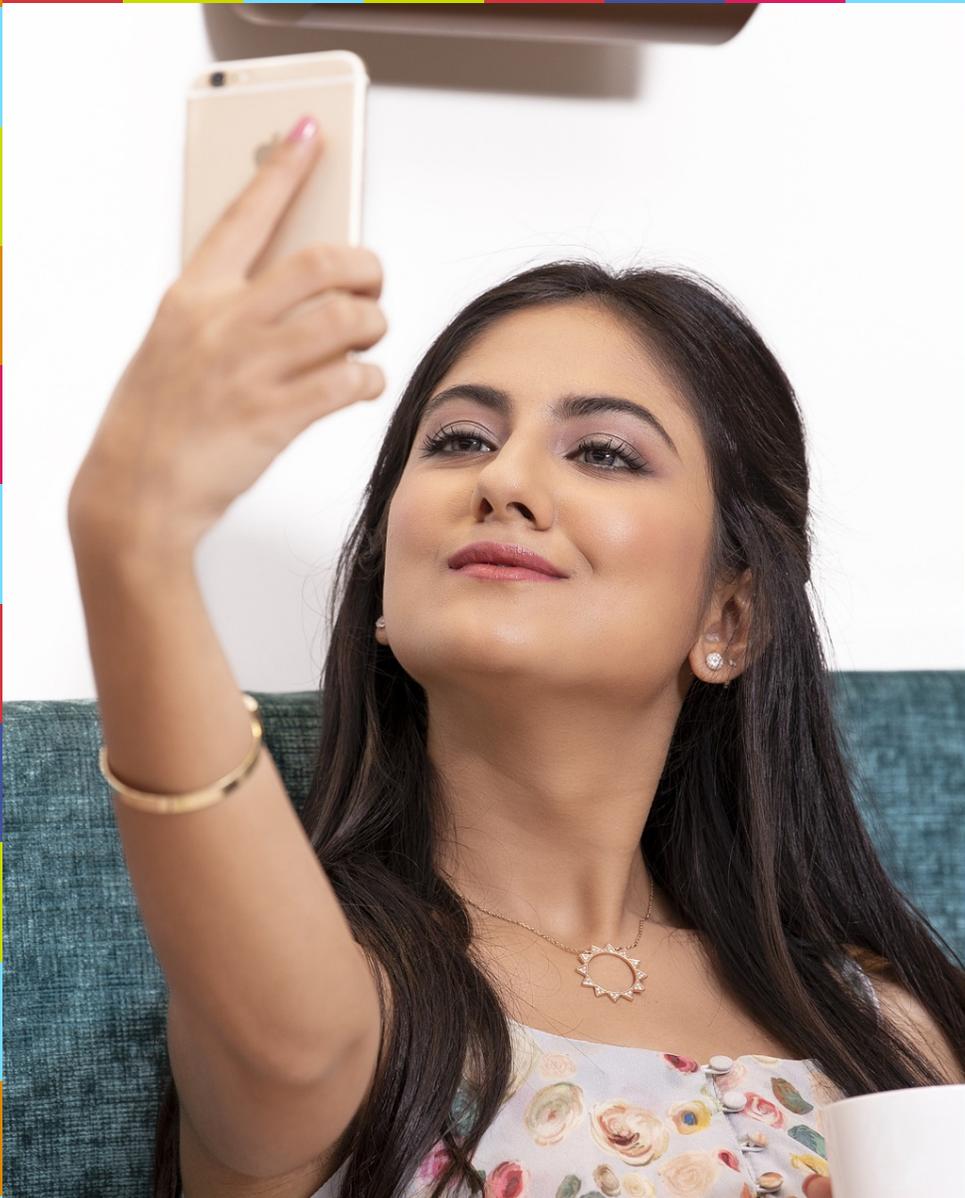
Le chat sono divertenti, ma chi vive chattando tende a isolarsi dal mondo. Il rischio è di vivere le emozioni solo in chat, credendo di conoscere altre persone quando invece si conosceranno mai veramente in questo modo. E prima o poi diventa difficile affrontare la realtà, divertirsi davvero, confrontarsi con le persone “reali”. A volte può diventare un vero e proprio problema.



# Chattare

La chat è formidabile quando ti aiuta a comunicare, non a nasconderti sempre. È l'invenzione del secolo quando ti fa conoscere meglio i tuoi amici, non quando ti fa pensare che sono tutti amici. Se ne abusi, può darti una vera e propria dipendenza che ti impedisce di vedere tante cose bellissime e importantissime intorno a te. Se poi chatti anche di notte... perdi ore di sonno, peggiori a scuola e rischi di ritrovarti con gente strana, molto più grande, a volte poco raccomandabile.



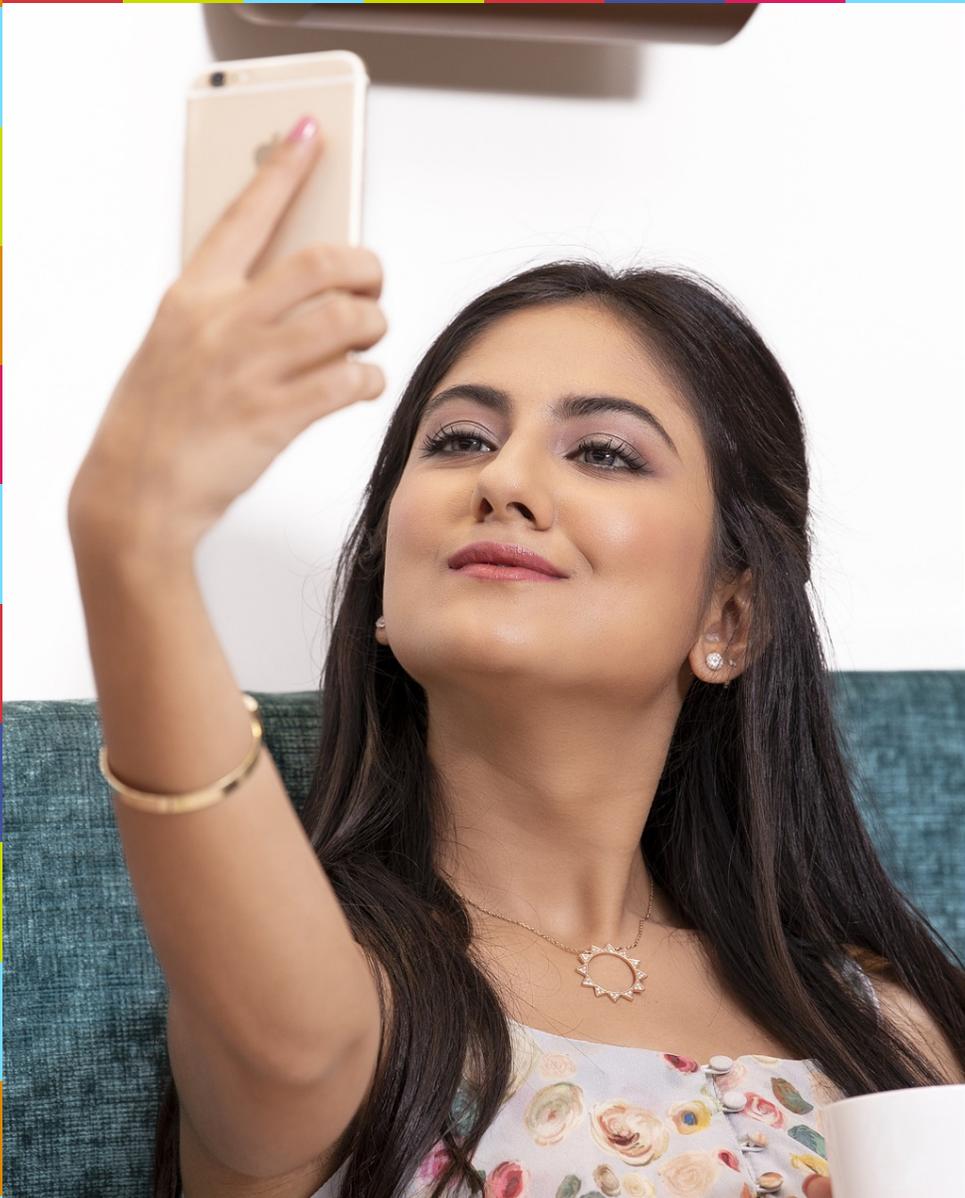


# Selfare

Internet è un posto fantastico ma nella vita ci sono cose ben più importanti!

Se pensi troppo alla tua immagine online, rischi di perdere i rapporti con le persone reali, ben più interessanti e divertenti.

Ma rischi anche di dare un'immagine sbagliata di te agli altri o di condividere, senza accorgertene, opinioni e immagini che ti danneggiano.



# Selfare

Le fotografie sono belle perché ci fanno ricordare un momento passato. E postarle è fantastico perché le condividiamo con gli altri!

Ma questo momento, prima di ricordarlo o di condividerlo, bisogna viverlo, no? E allora fallo! Vivi di più nella vita reale, tanto le persone su Internet non ti vedono per quello che sei veramente.

E mentre ti fai un selfie, fai in modo che non sia l'ultimo: niente scatti in bicicletta o mentre attraversi la strada, per esempio.



# Condividere

Condividere indirizzo, telefono e segreti vari porta ad essere tempestati di messaggi 24 ore su 24. Ma essere bersagliati da messaggi, è solo una delle possibilità...

Se diffondi informazioni personali, potresti diventare vittima di cyberbullismo, subire delle frodi, fare spiacevoli incontri anche “dal vivo”, perché magari hai postato l’indirizzo di casa.

Ricorda che ogni cosa che metti su internet, è come se lo leggessero tutti, anche chi non sai. Lo stesso vale per confidenze fatte agli amici virtuali. Non sono mai “veri amici” se li conosci solo online, per quanto ti sembrano brave persone.



# Condividere

Fai attenzione a quello che condividi, soprattutto se si tratta del tuo mondo intimo e personalissimo. Ma soprattutto non condividere i tuoi dati personali e il tuo indirizzo di casa. Non sai chi potrebbe leggere e cosa se ne potrebbe fare delle tue confidenze e dei tuoi dati. Se vuoi parlare della tua vita reale, leggi e applica le impostazioni della privacy del social network che stai utilizzando.

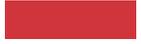
Non esporti ai cyberbulli e difendi anche i tuoi amici, non pubblicando mai i loro numeri di telefono o le loro info private.



# Condividere

Le tue informazioni personali come numero di telefono, indirizzo, ma anche foto, pensieri intimi, ecc.. devono essere gestite solo da te e con grande intelligenza. Può succedere invece che fai l'errore di diffonderle a tutti, oppure che altri se ne impossessino.

Ma potresti anche essere tu, senza volerlo, a violare la privacy di un altro. Su Internet metti tutto il tuo mondo... a volte anche troppo. Imparare a gestire la propria privacy è il vero segreto della navigazione sicura. Chi impara a farlo difficilmente avrà sorprese.



# Navigare

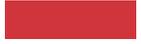
---

Nel dubbio, su un link, si clicca e spesso ci rimaniamo male... Internet può essere molto divertente, ma non è tutto un gioco.

Prima di ogni click bisogna sempre riflettere almeno un attimo. Ci sono persone che usano la Rete per ingannare altre persone, rubargli soldi con delle truffe o convincerle di cose finte, per altri motivi. Senza dimenticare i virus al computer e contenuti che potrebbero turbarti.

Quindi: prima pensare dopo cliccare. Non viceversa.





# Navigare

---

Clicca con la testa: non è sempre un gioco. Se ti arriva una email che richiede l'inserimento delle tue credenziali di accesso per un servizio online, controlla sempre che il sito sia attendibile: potrebbero rubartele. Sul tuo browser, ad esempio, se c'è il disegno di un lucchetto chiuso prima dell'indirizzo web, sei in una connessione sicura.

Quando ti chiedono l'iscrizione a un servizio online, leggi sempre con attenzione, potresti iscriverti senza volerlo a servizi a pagamento.



# Taggare

Quando scatti una foto dove compaiono altre persone, dovresti sempre chiedergli il permesso prima di condividerle. Si chiama rispetto della privacy. Quelle persone potrebbero non voler apparire in pubblico per qualsiasi motivo: sono venute male, non vogliono far sapere che sono state in quel posto o con quelle persone...

Non ha importanza: scegliere è un loro diritto e chiedere il permesso un tuo dovere. Gli altri dovrebbero fare lo stesso con te.



# Taggare

Usa i social in modo responsabile, rispettando la privacy di tutti. Non condividere immagini private di persone che non lo sanno, sia se te l'hanno date loro, sia se non le conosci nemmeno.

Quando tagghi qualcuno chiedi sempre il permesso: se per te può essere un gioco, non puoi mai sapere se per gli altri è lo stesso.

Infine scopri le impostazioni della privacy dei social network, e impara a difenderti da chi non ti rispetta. E a difendere anche gli altri.





## Riservatezza

Una foto spedita in un messaggio o postata su Internet, è per sempre. Anche se poi ti penti e la togli, ormai è troppo tardi: c'è chi potrebbe averla salvata o rispedita. Pensa allora se è una foto troppo sexy! Potrebbero vederla tutti (amici e adulti) e ti saresti rovinata la reputazione, anche dopo anni...

In generale, fatti sempre delle domande prima di condividere una foto: può dare un'immagine sbagliata di me? Dice qualcosa di me che non voglio far sapere a tutti? Può offendere qualcuno? Potrei pentirmene in futuro?



## Riservatezza

Fai sempre attenzione a cosa invii e condividi, con chi lo fai e quali possono essere le conseguenze. Nell'incertezza o se ti senti un po' in imbarazzo, meglio rimandare la decisione! Le foto pubblicate su Internet, anche se cancellate, possono essere state viste da molte persone oppure scaricate e ripubblicate da altri.

Quando spediisci una foto potrebbe diffondersi in modi che non riesci a immaginare. Ricorda: prima pensare, poi inviare!



## Riservatezza

Si chiama 'Sexting' l'invio di immagini "spinte" tramite computer e telefonini. Spesso molti ragazzi ritraggono se stessi senza vestiti o in atteggiamenti molto sexy. Purtroppo è un'abitudine sempre più diffusa.

Spesso è solo un modo per divertirsi, magari un regalo, una manifestazione di fiducia o qualcosa che ti fa sentire più grande. Ma può portare a conseguenze molto gravi e difficili da gestire.

Perché ogni cosa che metti online o spedisce, esce fuori dal tuo controllo.

# Commentare

---

C'è gente che usa Internet per offendere, trattare male, prendere in giro davanti a tutti. Si chiama cyberbullismo e può essere davvero pesante. Spesso i cyberbulli sono ragazzi o ragazze davvero insicuri, che a loro volta sono state vittime di altri. Bisogna fare attenzione perché, senza accorgertene, potresti aiutarli nella loro azione, ridendo a delle battute o pensando che sia solo un gioco.

Ricorda: rispetta sempre tutti online. E se sei vittima del cyberbullismo, parlane con un adulto di cui ti fidi.

# Commentare

---

Non nasconderti dietro false identità. Nel mondo virtuale valgono gli stessi principi che segui nel mondo reale: essere gentili, rispettosi, altruisti. Usa Internet per dare il meglio di te... magari diventa supereroe! Ma non l'opposto.

I contenuti offensivi, così come il furto d'identità, oltre che perseguibili dalla legge fanno male a te e agli altri.

Il bello e il brutto della rete dipendono anche da come ti comporti tu.

# Commentare

---

Non girare, commentare, linkare messaggi che possono essere offensivi o dispiacere a qualcuno. Anche se non li hai inviati tu per primo, puoi far parte del circolo vizioso del cyberbullismo, magari senza accorgertene.

Se ti capita di vedere o ricevere cose del genere, parlane a un adulto di fiducia, segnalalo, cerca di non rimanere neanche uno spettatore passivo.

I cyberbulli fanno anche affidamento su questo.

1

Vivi bene con i Social Network– usali per comunicare con i tuoi amici e rispetta la tua e la loro privacy, ad esempio chiedendo loro prima di “taggare” i tuoi compagni se le immagini li riguardano o non caricando video che potrebbero creare imbarazzo o vergogna, anche se ti sembrano divertenti.

2

Pensa prima di postare– Voglio veramente dire a tutti cosa penso in ogni momento di tutti quelli che conosco? Cosa può succedere se posto una foto riservata del mio fidanzato/a o dei miei compagni? Perché continuo a fare scherzi ad un mio compagno o compagna continuamente, anche se ormai mi diverto solo io?

3

Non reagire allo stesso livello. Non rispondere ai messaggi in chat, ad ogni commento, ai post, ecc..

4

Blocca e segnala. Se hai più di 14 anni puoi chiedere al gestore del sito internet o del social network di oscurare, rimuovere o bloccare i contenuti diffusi nella rete che ti riguardano. Se entro 24 il gestore non avrà provveduto, puoi chiederlo al Garante per la protezione dei dati personali compilando il modello per la segnalazione/reclamo in materia di cyberbullismo che trovi sul sito del Garante. È possibile dunque bloccare, almeno parzialmente, l’azione dei cyberbulli, bloccando contatti indesiderati, salvando il testo di una chat, segnalando un contenuto al gestore del social network utilizzato.

5

Parlane con qualcuno di cui ti fidi. Un genitore, un parente o un insegnante ... ma anche un tuo amico al di fuori della scuola. Mai isolarti, ok? Da soli non se ne esce. Segnala quello che sta succedendo, per te e per le altre persone che potrebbero essere coinvolte in futuro dallo stesso cyberbullo o cyberbulla. Tante persone possono aiutarti.

6

Non sentirti in colpa. Quello che succede non dipende da te (anche se magari hai avuto qualche svista rispetto alla privacy) o da quello che fai.

7

Conserva le tracce, L'unica cosa "buona" del cyberbullismo è che lascia tracce. Quindi salva i messaggi che ricevi o i post che pubblicano: saranno una prova in caso di denuncia.

8

Mettiti nei panni degli altri. Se succede qualcosa di brutto online, la responsabilità non è mai di una persona sola. Si dovrebbe essere attenti a chi si ha intorno, andare oltre le apparenze e mettersi nei panni degli altri. Avere il coraggio di chiedere "come stai", avere il coraggio di fermarsi a pensare e fermare gli altri se si capisce che si sta sbagliando, anche se questo vuol dire andare "contro" quello che fanno gli altri.

## 9

### Fa la differenza

Quando metti un “cuore” perché tanto “non conta niente”, quando condividi una foto ad occhi chiusi, quando fai finta di non aver visto quel post o quel commento, ... chiunque può essere partecipa di una prevaricazione, ma chiunque può fermarsi in tempo e magari aiutare o chiedere aiuto.

Anche tu puoi segnalare a un docente se capita qualcosa di brutto a qualcuno che conosci! Non avere paura di parlare con un adulto di riferimento per aiutare chi si trova in difficoltà.

## Non fidarti

Ci sono adulti, purtroppo, che usano internet per conoscere ragazzi o ragazze, mentire, conquistare la loro fiducia, e sfruttare la situazione nei modi peggiori.

Online puoi coltivare vecchi rapporti o creartene di nuovi, con persone che magari diventeranno davvero grandi amici.

Tuttavia, puoi incontrare anche brutti tipi. Persone che sembrano a posto e gli dai fiducia, ma poi si rivelano diverse. E ti accorgi troppo tardi delle loro vere intenzioni...



## Non fidarti

### **Ricorda che online è un'amicizia diversa**

Una persona che conosci solo online, non la conosci veramente. Non può essere quindi un vero amico, ti sfuggono troppe informazioni su di lui o su di lei e non puoi sapere se ciò che ti ha raccontato è la verità.

### **Non pensare che sia tutto un gioco.**

Su Internet puoi fare cose e vivere esperienze che hanno conseguenze importanti nella tua vita reale. Ciò che fai online non si cancella chiudendo il profilo, cambiando nick o spegnendo il computer.



# Non fidarti

## **Non condividere mai informazioni personali**

Come il tuo cellulare, dove abiti, dove vai a scuola. Nemmeno con persone con cui pensi di andare d'accordo e di fidarti anche se le conosci solo online.

## **Seleziona i tuoi contatti sugli altri social**

Accetta come amici solo le persone che già conosci dal vivo. E imposta bene la privacy: fatti aiutare da un adulto che ne capisce.



# Non fidarti

## Evita un'immagine di te “provocante”

Nel profilo, oppure quando posti o pubblichi foto, o le spediisci ad altri. Potrebbero attirare brutte persone, essere usate per ricattarti. Vai alla sezione sul sexting.

## Salva e blocca

Se una persona comincia a diventare inopportuna o sospetta, salva subito la conversazione. Basta anche una foto allo schermo. E ricordati che molte chat o social ti danno la possibilità di bloccare quella persona.



## Non fidarti

**Segnala per rimuovere ciò che online ti dà fastidio o ti fa stare male**

Il servizio Hotline del progetto Generazioni Connesse si occupa di raccogliere e dare corso a segnalazioni, inoltrate anche in forma anonima, relative a contenuti pedopornografici e altri contenuti illegali/dannosi diffusi attraverso la rete. I due servizi messi a disposizione dal Safer Internet Center sono il “Clicca e Segnala” di Telefono Azzurro e “STOP-IT” di Save the Children. Una volta ricevuta la segnalazione, gli operatori procederanno a coinvolgere le autorità competenti in materia.



# Non fidarti

## **Parlane con qualcuno**

Per quanto può essere imbarazzante, è importante parlare con un adulto di cui ti fidi (genitori e/o insegnanti).

## **E' troppo bello per essere vero**

Hanno i tuoi stessi gusti, si interessano delle stesse cose, sembrano molto gentili...  
Addirittura possono farti credere di essere coinvolti in una relazione speciale con te. Fa tutto parte del trucco.

## **Ti inviano immagini**

Sono foto o video sexy o pornografici.  
Potrebbero voler osservare come reagisci, per chiederti di spedire qualcosa anche tu.



# Non fidarti

## Ti fanno regali

Come telefonini, ricariche, gioielli o bottiglie di vino... Può essere piacevole, ma lo fanno per farti sentire in debito e chiederti qualcosa in cambio...

## Cercano di isolarti

Potrebbero allontanarti dalla tua famiglia o dagli amici, convincendoti che sono le uniche persone che possono capirti, o che la vostra relazione deve rimanere segreta.



# Non fidarti

## Salva le tracce

Email, conversazioni in chat, messaggi SMS, ecc.. Salva più tracce possibili di quello che è successo. Ti saranno utili in caso di denuncia.

## Segnala subito

Segnala subito la situazione ai tuoi genitori, o a un adulto di cui puoi fidarti (come un insegnante). Mai rimanere soli.



# Aiutare

Se capisci che un tuo amico o una tua amica si trovano in un problema serio legato a internet, prova ad aiutarli: può davvero essere importante. Può servire a farli sfogare o a capire meglio la situazione. Puoi tirarli fuori da un brutto guaio o aiutarli a farsi aiutare da un adulto.

Anche se sei in dubbio sulla gravità della situazione, parlagli, cerca di capire il problema e agisci di conseguenza. In due è meglio che da soli. Anche se non sempre è sufficiente.



# Aiutare

## Ascolta più che parlare

Poniti in una posizione di ascolto. Evita di dare giudizi o di dire troppo la tua: lo aiuterà ad aprirsi di più. Sfogarsi è già un modo per stare meglio.

## Chiedi consiglio a un adulto

Non sentirti sotto pressione o incapace, se non sai che fare. Fatti aiutare anche tu. Chiedere aiuto a un adulto può essere proprio il modo migliore per aiutare il tuo amico



# Aiutare

## **Non forzare nessuno a parlare**

Se non vogliono non insistere all'infinito. Fagli sapere che tu sarai sempre disponibile ad ascoltare e che non li giudicherai, potrebbero cambiare opinione in futuro.

## **Fagli sapere cosa ti preoccupa**

Se inizi tu la conversazione, perché hai visto che qualcosa non va, fagli sapere cosa ti preoccupa. E che gli stai parlando solo perché ci tieni a loro, non per giudicarli o altro.



# Aiutare

## **Se c'è un pericolo concreto, agisci**

Se capisci che la situazione è molto rischiosa, agisci chiedendo aiuto a un genitore o a un insegnante o direttamente alla polizia, anche contro la volontà della vittima. Un giorno di ringrazierà.

## **Consiglia di salvare i messaggi**

Se la persona in difficoltà è vittima di un cyberbullo o di un tentativo di adescamento online, possono essere una prova.



# Se sei in difficoltà

Ecco a chi rivolgerti:

– Dirigente Scolastico

- Referente di Istituto per la prevenzione del bullismo e cyberbullismo

– Polizia postale

– Help line di Telefono Azzurro per Generazioni Connesse

Ricorda che il Safer Internet Center italiano mette a disposizione una linea di ascolto gratuita 1.96.96. La helpline è attiva 24 ore su 24, tutti i giorni dell'anno.