



## CHI SIAMO

L'Associazione Italiana di prevenzione al Cyberbullismo e al Sexting ([www.aics-cyberbullismo.it](http://www.aics-cyberbullismo.it)) nasce con l'intento di prevenire e contrastare a livello nazionale il problema della diffusione dei fenomeni del Cyberbullismo e del Sexting e l'obiettivo di aiutare le vittime. L'Associazione è composta da un team di psicologi e avvocati professionisti specializzati nel settore scolastico e in particolar modo sul tema del Cyberbullismo e dei rischi virtuali, tra i quali il **Dott. Andrea Bilotto** (Presidente dell'Associazione e psicologo scolastico che opera da diversi anni in tutto il territorio nazionale).

L'obiettivo principale dell'Associazione A.I.C.S. è quello di organizzare e realizzare, sull'intero territorio nazionale, interventi mirati alla prevenzione del fenomeno, soprattutto nelle scuole, con incontri rivolti ad insegnanti, genitori e studenti attraverso l'ausilio di psicologi professionisti qualificati nel settore.

Il percorso formativo si propone di valorizzare e promuovere l'uso delle nuove tecnologie, pur non sottovalutandone i rischi. Con un'attenzione specifica al ruolo educativo dei docenti, si cerca di affrontare il problema della sicurezza internet e sostenere i docenti nel proprio ruolo educativo e di accompagnamento nell'uso del web. La finalità è supportare gli insegnanti nella creazione di un ambiente favorevole a far crescere l'interesse e la passione dei ragazzi per un utilizzo da protagonisti delle opportunità della rete, attraverso la promozione di un uso responsabile e consapevole delle nuove tecnologie.

L'obiettivo dell'associazione è quello di promuovere il benessere fisico, psicologico, relazionale, della comunità, è condotto da esperti psicologi ed è a disposizione di studenti, ma aperto anche agli insegnanti e genitori, con lo scopo di:

- offrire informazioni e consulenza individuale
- instaurare relazioni di sostegno e aiuto in situazioni in cui siano presenti manifestazioni di disagio
- orientare e accompagnare lo studente e la sua famiglia all'interno dei servizi territoriali specifici in situazioni in cui si rende necessario un intervento specialistico
- offrire consulenza educativa su situazioni individuali o di classe agli insegnanti
- migliorare la comunicazione degli insegnanti con le famiglie
- offrire consulenza a genitori con domande educative, dubbi e difficoltà relazionali nel rapporto con i figli
- facilitare la comunicazione scuola- famiglia.
- aiutare i ragazzi che sono vittime oppure che provocano il Cyberbullismo e il Sexting, mediante corsi e attività socialmente utili e l'istituzione di sportelli e punti di ascolto scolastici e extra-scolastici.

# **PATENTINO DIGIT@LE**

## **PER STUDENTI, DOCENTI E GENITORI**



### **OBIETTIVI DEL PERCORSO**

A partire dal 2018 l'Associazione A.I.C.S. ha messo in campo alcune azioni di intervento di indagine, educazione e sensibilizzazione sui temi della navigazione consapevole sul web e sui social. Le azioni sono state condotte in collaborazione con più di 500 scuole sul territorio nazionale, enti e associazioni.

Dal 2021 abbiamo lanciato un progetto nazionale sperimentale in collaborazione con grandi aziende nazionale, organizzando 200 serate in 100 scuole d'Italia per formare giovani e adulti su diverse tematiche relative alla bellezza inclusiva e alla propria immagine sul web.

Il progetto del "patentino digit@le" si rivolge alle famiglie, agli insegnanti e agli studenti a partire dalle classi quarte della scuola primaria, fino ad arrivare agli studenti della scuola secondaria di secondo grado, attraverso la realizzazione di percorsi di formazione rivolti ad insegnanti, genitori e studenti, tenuti da professionisti con esperienza decennale nel settore (psicologi, avvocati).

Il patentino digit@le ha l'ambizioso obiettivo di fornire ai bambini e agli adolescenti che si affacciano al mondo del web e dei social, un percorso formativo essenziale su alcune delle competenze necessarie a navigare con consapevolezza e responsabilità.

L'obiettivo finale è di poter rilasciare un patentino digit@le agli studenti ed ai genitori che hanno partecipato alla formazione.

# ANALISI DEL PROBLEMA

## I PERICOLI DI INTERNET PER GLI ADOLESCENTI

I crescenti episodi di **cyberbullismo** per numero e gravità, che vedono per attori e vittime adolescenti e preadolescenti, si impongono come emergenza educativa per la scuola, intesa sia come istituzione formativa che comunità radicata su un territorio. L'utilizzo di Internet da parte dei più giovani è già da tempo oggetto della preoccupazione di genitori ed educatori. Le ricerche indicano che oltre il 95% degli adolescenti in Italia sono utenti di Internet, ed il 75% di questi dichiara di avere un profilo sui social network. Internet rappresenta per gli adolescenti un contesto di esperienze e socializzazione irrinunciabile: si utilizza per mantenersi in contatto con amici e conoscenti, cercare informazioni e studiare oggi sul web. Le nuove tecnologie, quindi, sono in grado di offrire a chi ne fa uso grandi opportunità, specialmente nel campo comunicativo-relazionale, ma nello stesso tempo espongono i giovani utenti a nuovi rischi, quale il loro uso distorto o improprio, per colpire intenzionalmente persone indifese e arrecare danno alla loro reputazione. È importante parlare di consapevolezza e corretta informazione nella prevenzione di questi episodi, anche nel contesto scolastico. Il timore di non riuscire sempre a controllare l'accesso alle numerose informazioni che popolano i siti web, oggi si unisce alla diffidenza per le piattaforme virtuali che incoraggiano una condivisione di contenuti priva di filtri. Internet permette di fare viaggi affascinanti, di incontrare, seppur virtualmente, persone di tutto il mondo e di accrescere le proprie conoscenze; si tratta di una risorsa incredibile, potenzialmente ricca di opportunità quindi, ma allo stesso tempo un territorio pieno di insidie verso le quali è bene tenere gli occhi aperti. Diventa fondamentale quindi per gli studenti conoscere i rischi legati all'utilizzo di Internet, dal cyberbullismo alla pedopornografia, dall'esistenza di siti che inneggiano all'uso di droghe oppure comportamenti sbagliati (come le Challenge che istigano all'autolesionismo o all'anoressia). La vera strada per salvaguardare i minori passa da una corretta informazione e da un'educazione consapevole all'uso di Internet.

## Legge sul Cyberbullismo

La Legge n. 71/2017 è finalizzata a contrastare il fenomeno del cyberbullismo vede le scuole in primo piano. *La Legge si pone l'obiettivo di contrastare il fenomeno del cyberbullismo in tutte le sue manifestazioni, con azioni a carattere preventivo e con una strategia di attenzione, tutela ed educazione nei confronti dei minori coinvolti, sia nella posizione di vittime sia in quella di responsabili di illeciti, assicurando l'attuazione degli interventi senza distinzione di età nell'ambito delle istituzioni scolastiche.* La legge sottolinea l'importanza di promuovere l'educazione all'uso consapevole della rete Internet da parte delle istituzioni scolastiche di ogni ordine e grado. Ma anche ai diritti e doveri connessi all'utilizzo delle tecnologie informatiche, quale elemento trasversale alle diverse discipline curricolari, anche mediante la realizzazione di apposite attività progettuali aventi carattere di continuità tra i diversi gradi di istruzione o di progetti elaborati da reti di scuole in collaborazione con enti locali, servizi territoriali, organi di polizia, associazioni ed enti. Nella Legge si rileva che *"Ogni istituto scolastico, nell'ambito della propria autonomia, individua fra i docenti un referente con il compito di coordinare le iniziative di prevenzione e di contrasto del cyberbullismo."*

## **L'EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA DIGITALE**

Nella società contemporanea, sempre più tecnologica, diventa fondamentale che la scuola fornisca agli studenti un'adeguata educazione digitale, riguardo alla quale l'OCSE ritiene che diventare digitalmente competenti è essenziale per consentire ai giovani di partecipare efficacemente a una società e un'economia digitalizzate; non dedicarsi a queste competenze rischia di esacerbare il divario digitale e perpetuare le disparità esistenti. La scuola riveste in quest'ottica un ruolo di primo piano nella formazione di una cittadinanza attiva e competente. L'Italia accoglie la definizione comunitaria contenuta nell'*European Digital Competence Framework for Citizens - DigComp 2.0*, che pone la competenza digitale tra le competenze chiave per l'apprendimento permanente: *"La competenza digitale implica l'utilizzo in maniera sicura, critica e responsabile, e il coinvolgimento, delle tecnologie digitali per l'apprendimento, al lavoro e nella partecipazione alla società"*.

La **legge 92-2019 all'art. 5** ha posto le nuove Linee guida sull'Educazione alla Cittadinanza Digitale che prevede alcune abilità e conoscenze digitali essenziali, da sviluppare con gradualità tenendo conto dell'età degli alunni e degli studenti, tra le quali: creare e gestire l'identità digitale, conoscere le politiche sulla tutela della privacy; essere in grado di proteggere sé e gli altri da eventuali pericoli in ambienti digitali; essere consapevoli di come le tecnologie digitali possono influire sul benessere psicofisico e sull'inclusione sociale, con particolare attenzione ai comportamenti riconducibili al bullismo e al cyberbullismo. L'obiettivo è anche di sensibilizzare ed educare gli studenti all'utilizzo della comunicazione non ostile in rete e fuori dalla rete e di responsabilizzare a scegliere con cura le parole attraverso l'utilizzo della **Comunicazione Non Violenta**.

## **PROMUOVERE L'INTELLIGENZA EMOTIVA**

L'intelligenza emotiva è stata inserita tra le prime dieci competenze richieste dal **World Economic Forum**. La consapevolezza emotiva, come mediatore di autocontrollo, motivazione, empatia e abilità sociali che influenzano il comportamento, l'apprendimento e la condotta sociale, si dimostra un elemento chiave per maturare una sana vita di relazione. Perché dare valore e sentire le emozioni, le proprie e quelle dell'altro, appare il modo più intelligente e utile per arginare il dilagare di eventi conflittuali all'interno degli istituti scolastici, dove la violenza si manifesta tra coetanei, tra studenti e insegnanti, tra insegnanti e genitori.

## **CONTENUTI DEL CORSO**

Il percorso ha la finalità di:

- formare gli studenti ad un corretto utilizzo di Internet (aspetti relazionali e aspetti sociali);
- informare sui rischi virtuali: cyberbullismo, pornografia, pedopornografia, stalking, virus e spam; informare sulle leggi vigenti in fatto di Privacy, diritti d'autore, furto di dati personali, gioco d'azzardo, siti illegali (che inneggiano all'odio, alla violenza), e rischi da dipendenza online;
- fornire una formazione sui sistemi per prevenire ed evitare i pericoli;
- aiutare nella costruzione di competenze che possano sostenere un uso consapevole e creativo dei media al fine di coglierne le opportunità e prevenirne gli abusi.

## **LE COMPETENZE DA ACQUISIRE:**

### **Competenze giuridiche**

Quali reati informatici, quali responsabilità dirette e genitoriali, limiti comportamentali, cos'è e come si protegge la privacy.

### **Competenze tecniche**

Uso corretto e positivo del digitale, gestione sicurezza e password, app e social network, come riconoscere le fake news e difendersi dai virus informatici e dalle truffe informatiche.

### **Competenze comunicative**

Raccontarsi online, dialogare sui social in modo costruttivo, pubblicare contenuti non offensivi, informarsi in rete, usare un linguaggio rispettoso.

### **Competenze psicologiche**

Implicazioni psicologiche a seguito di atti di cyberbullismo, di sexting, di grooming, esempi di hate speech, gestire la rabbia, costruire una rete di protezione e accoglienza. Life Skills e Intelligenza emotiva: attività da fare in classe.

## **PROGRAMMA DEL PERCORSO**

### **Il Bullismo**

- Definizione e forme di bullismo
- Vittime, persecutori e spettatori
- Strategie di gestione del fenomeno

### **Il fenomeno del Cyberbullismo**

- Definizioni e caratteristiche rilevanti del fenomeno: come si manifesta, come intercettare gli indicatori utili a prevenire il fenomeno
- Principali app e social attraverso i quali si manifestano fenomeni di Cyberbullismo
- Come prevenire il Cyberbullismo
- Fenomeni spesso associati al Cyberbullismo: la pedopornografia online e il Sexting

### **Prevenire il Cyberbullismo ed educare alle gestione delle emozioni nelle relazioni**

- Educazione digitale tra rischi ed opportunità
- I bisogni emotivi legati all'uso della rete
- La rete: luogo di incontro o di solitudine?
- Come intervenire quando si verificano fenomeni di Cyberbullismo
- Elementi di Comunicazione Non Violenta e Comunicazione Empatica

### **I principali rischi virtuali**

- Come affrontare a livello psicologico la dipendenza da Internet, videogiochi e social
- Comportamenti rischiosi online, sfera pubblica-privata
- Identità virtuale
- Fake news: bufale e ricerca delle fonti
- La diffusione di comunità online che enfatizzano odio, razzismo e condotte autolesive;
- I principali videogiochi e rischi legati dall'utilizzo di alcuni videogiochi violenti;
- Il pericolo dell'adescamento online (grooming).

## PROGRAMMA DEL PERCORSO

### SCUOLA SECONDARIA DI II GRADO:

#### Il fenomeno del Cyberbullismo

- Definizioni e caratteristiche rilevanti del fenomeno: come si manifesta, come intercettare gli indicatori utili a prevenire il fenomeno
- Principali app e social attraverso i quali si manifestano fenomeni di Cyberbullismo
- Come prevenire il Cyberbullismo
- Fenomeni spesso associati al Cyberbullismo: la pedopornografia online e il Sexting

#### Prevenire il Cyberbullismo ed educare alle gestione delle emozioni nelle relazioni

- Educazione digitale tra rischi ed opportunità
- I bisogni emotivi legati all'uso della rete
- La rete: luogo di incontro o di solitudine?
- Come intervenire quando si verificano fenomeni di Cyberbullismo
- Elementi di Comunicazione Non Violenta e Comunicazione Empatica

#### I principali rischi virtuali

- Come affrontare a livello psicologico la dipendenza da Internet, videogiochi e social
- Comportamenti rischiosi online, sfera pubblica-privata
- Identità virtuale
- Fake news: bufale e ricerca delle fonti
- La diffusione di comunità online che enfatizzano odio, razzismo e condotte autolesive;
- I principali videogiochi e rischi legati dall'utilizzo di alcuni videogiochi violenti;
- Il pericolo dell'adescamento online (grooming).

#### Come creare un'identità positiva su Internet

- Imparare a trovare le informazioni corrette ed a riconoscere le fake news
- Il tema dell'Hate Speech e dell'odio online: come prevenirlo
- La reputazione e l'immagine di sé: elementi di base per un profilo social corretto
- Riconoscere gli aspetti legali: violazione della privacy, diffamazione, stalking e sexting,
- Imparare ad utilizzare strumenti di sicurezza e di protezione online
- Focus gruppo e work shop sul tema della comunicazione non violenta e sul linguaggio di odio online

### PROSPETTO PROGETTO

Formazione in presenza con gli studenti  
(incontri di 2 ore per classe)

Ore Previste	CONTENUTI	STRUMENTI
1 ora	Bullismo, Cyberbullismo e principali rischi virtuali.	Presentazione attraverso slides con Power Point e video.
1 ora	Riflessione sui rischi legati all'utilizzo dei Social Network e di Internet. Discussione sui temi legati al Life Skills e Intelligenza emotiva: attività da fare in classe.	Presentazione attraverso slides con Power Point e video.

# PERCORSO FORMATIVO PER GENITORI

## OBIETTIVI DEL PERCORSO

Educare all'utilizzo del web risulta oggi essere un dovere essenziale per ogni genitore attento ai bisogni, alle potenzialità ma anche alle fragilità degli adolescenti che fanno un uso massiccio di Internet e vivono immersi in questa realtà, che è parte del loro mondo ed è lo strumento con il quale definiscono se stessi e il contesto che li circonda. In una società come quella attuale, dove l'apparire ha più importanza dell'essere, l'amplificazione prodotta dal web e dai social network estremizza i comportamenti di cyberbullismo e la "prodezza" del cyberbullo si trasforma in uno spettacolo con migliaia di spettatori. La prevenzione di situazioni di cyberbullismo è possibile soprattutto con una buona informazione ed educazione che deve essere fornita dai principali ambiti di riferimento degli adolescenti: la famiglia e la scuola. Il percorso ha la finalità di formare e preparare i genitori all'utilizzo consapevole di Internet ed è finalizzato ad accrescere la conoscenza delle minacce del web. L'obiettivo è quello di realizzare un intervento di prevenzione e sensibilizzazione sui rischi derivanti dall'utilizzo improprio di Internet da parte dei ragazzi: cyberbullismo, sexting e pedopornografia e di contrastare la diffusione di comportamenti offensivi e lesivi nei confronti degli altri.

### Il Bullismo

- Definizione e forme di bullismo
- Vittime, persecutori e spettatori
- Strategie di gestione del fenomeno

### Il fenomeno del Cyberbullismo

- Definizioni e caratteristiche rilevanti del fenomeno: come si manifesta, come intercettare gli indicatori utili a prevenire il fenomeno
- Principali app e social attraverso i quali si manifestano fenomeni di Cyberbullismo
- Fenomeni spesso associati al Cyberbullismo: la pedopornografia online e il Sexting

### Prevenire il Cyberbullismo ed educare alle gestione delle emozioni nelle relazioni

- Il ruolo del genitore nel prevenire il fenomeno: favorire nei figli la consapevolezza dei rischi etici e legali
- Educazione digitale tra rischi ed opportunità
- La rete: luogo di incontro o di solitudine?
- Come intervenire quando si verificano fenomeni di Cyberbullismo
- Insegnare ai figli a leggere con equilibrio i propri stati d'animo
- Le emozioni e l'interpretazione soggettiva degli eventi.
- Le life skills e la gestione dell'intelligenza emotiva
- Crearsi un'identità e una reputazione positiva sul web

### I principali rischi virtuali

- Come affrontare a livello psicologico la dipendenza da Internet, videogiochi e social
- Comportamenti rischiosi online, sfera pubblica-privata
- Fake news: bufale e ricerca delle fonti
- La diffusione di comunità online che enfatizzano odio, razzismo e condotte autolesive;
- I principali videogiochi e rischi legati dall'utilizzo di alcuni videogiochi violenti;
- I rischi legati alla pubblicazione di video e storie sui social, e altri comportamenti a rischio o criminali: Challenge e sfide online, istigazione all'anoressia e al suicidio;
- Le leggi che tutelano il web: la legge sulla Privacy, la legge n. 71/2017 di prevenzione al Cyberbullismo, la legge sulla diffamazione, stalking e revenge porn.
- Il pericolo dell'adescamento online (grooming) e i rischi legati al Sexting.

# GENITORI & FIGLI NELL' ERA DEI SOCIAL



## 1° INCONTRO



### ***I giovani e le nuove tecnologie***

- La rete: luogo di incontro o di solitudine?
- L'adolescenza e l'identità incerta

### ***Educare all'utilizzo equilibrato dei media***

- Quali sono i principali Social utilizzati dagli adolescenti
- Tik Tok, Instagram e Tellonym. Perché vanno così tanto di moda?
- Strumenti e regole di protezione da fornire ai propri figli



SERATE INFORMATIVE PER GENITORI

# BULLISMO E CYBER BULLISMO



## 2° INCONTRO

### **Come prevenire il bullismo e il cyberbullismo**

- Sexting e haters: come contrastare questi fenomeni
- I rischi legali e le conseguenze psicologiche
- Il ruolo del genitore nel prevenire il fenomeno: favorire nei figli la consapevolezza dei rischi etici e legali

# PERCORSO FORMATIVO PER DOCENTI

## EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA DIGITALE

### OBIETTIVI DEL PERCORSO

L'obiettivo è fornire ai docenti gli strumenti per attivare poi percorsi di sensibilizzazione e prevenzione destinati agli studenti. Le diverse forme di cyberbullismo richiedono un adeguato approfondimento, affinché le scuole possano attivare efficaci percorsi formativi per i ragazzi, finalizzati sia alla prevenzione e al contrasto dell'uso inadeguato della rete e in particolare dei social network, sia all'utilizzo consapevole, competente, corretto di strumenti che rappresentano preziose risorse in termini di comunicazione, apprendimento e costruzione di relazioni positive. Verranno analizzati i fenomeni del bullismo e del cyberbullismo sia dal punto di vista normativo che di quello emozionale e psicologico, fornendo elementi e strumenti di base per la prevenzione e il riconoscimento di comportamenti volti al bullismo e al cyberbullismo e di contrastare la diffusione di comportamenti offensivi e lesivi nei confronti degli altri. Il percorso ha la finalità di: formare i docenti ad un corretto utilizzo di Internet (aspetti relazionali e aspetti sociali), informare sui rischi: cyberbullismo, pornografia, pedopornografia, stalking; virus e spam; informare sulle leggi vigenti in fatto di privacy, diritti d'autore, furto di dati personali, furto di denaro, siti illegali (che inneggiano all'odio, alla violenza), e rischi da dipendenza online, fornire una formazione sui sistemi per prevenire ed evitare i rischi virtuali ed aiutare nella costruzione di competenze che possano sostenere un uso consapevole dei media.

### PROGRAMMA DEL CORSO

#### Il Bullismo e il Cyberbullismo

- Definizioni e caratteristiche rilevanti del fenomeno: come si manifesta, come intercettare gli indicatori utili per la prevenzione
- Principali app e social attraverso i quali si manifesta il Cyberbullismo
- Fenomeni spesso associati al Cyberbullismo: la pedopornografia online e il Sexting

#### Prevenire il Cyberbullismo ed educare alle gestione delle emozioni nelle relazioni

- Il ruolo dell'insegnante nel prevenire il fenomeno: favorire nei ragazzi la consapevolezza dei rischi etici e legali legati al fenomeno
- Strategie di gestione del fenomeno all'interno del gruppo-classe
- Educazione digitale tra rischi ed opportunità
- La rete: luogo di incontro o di solitudine?
- Come intervenire quando si verificano fenomeni di Cyberbullismo
- Interventi possibili nei confronti delle famiglie degli allievi
- Insegnare agli allievi a leggere con equilibrio i propri stati d'animo
- Le emozioni e l'interpretazione soggettiva degli eventi
- Le life skills e la gestione dell'intelligenza emotiva
- Elementi di Comunicazione Non Violenta e Comunicazione Empatica
- Crearsi un'identità e una reputazione positiva sul web

#### I principali rischi virtuali

- Come affrontare a livello psicologico la dipendenza da Internet, videogiochi e social
- Comportamenti rischiosi online, sfera pubblica-privata
- Fake news: bufale e ricerca delle fonti
- La diffusione di comunità online che enfatizzano odio, razzismo e condotte autolesive
- I principali videogiochi e rischi legati dall'utilizzo di alcuni videogiochi violenti
- I rischi legati alla pubblicazione di video e storie sui social, e altri comportamenti a rischio o criminali: challenge e sfide online, istigazione all'anoressia e al suicidio
- Le leggi che tutelano il web: la legge sulla Privacy, la legge n. 71/2017 di prevenzione al Cyberbullismo, la legge sulla diffamazione, stalking e revenge porn
- Il pericolo dell'adescamento online (grooming) e i rischi legati al Sexting

Ore Previste	CONTENUTI	STRUMENTI
<b>2 ore</b>	Bullismo, Cyberbullismo e principali rischi virtuali. Riflessione sui rischi legati all'utilizzo dei Social Network e di Internet.	Presentazione attraverso slides con Power Point e video.
<b>2 ore</b>	Discussione sui temi legati al Cyberbullismo, al Sexting, alla privacy, alla dipendenza da videogiochi e da Internet: gli aspetti legali e psicologici. Redazione ePolicy e regolamento dell'Istituto	Presentazione attraverso slides con Power Point e video.