

# CYBERBULLISMO: È TEMPO DI AGIRE

*La startup BillyGuard offre servizi gratuiti a chi è caduto nella rete dei bulli con un database in grado di tracciare, bloccare e segnalare l'attività digitale degli aggressori. Il progetto si avvale di competenze tecniche e manageriali ed è concepito per proteggere bambini e adolescenti*

Glen Campbell  
fondatore di BillyGuard

**A**FFRONTARE il bullismo sul web è una battaglia continua e non di rado frustrante. È noto che il cyberbullismo ha un impatto importante sulla salute mentale delle vittime e sulla qualità della vita in generale. Alcuni studi suggeriscono che i cyberbulli tendono a essere sempre più aggressivi perché raramente ci sono conseguenze nel mondo reale delle loro azioni. Le vittime spesso sperimentano una minore autostima, ansia sociale, depressione e molti hanno pensieri suicidi.

È decisamente preoccupante constatare che dal 2010 negli Stati Uniti i suicidi hanno superato gli omicidi. Il numero di decessi per suicidio è in costante aumento dal 2007, tanto che ora viene considerata la seconda causa di morte tra le persone di età compresa tra i 10 e i 24 anni. Se ciò non significa che tutti i suicidi siano il risultato di bullismo, è anche vero che poiché il 70% dei giovani sperimenta il cyberbullismo prima dei 18 anni (fonte: Ditchthelabel.org) potrebbe esserci un collegamento.



Intanto, tra il 2008 e il 2015 il numero di adolescenti che hanno tentato il suicidio o hanno avuto pensieri suicidi è raddoppiato, come è emerso nel corso del Pediatric academic societies meeting del 2017, e molti casi sono legati al cyberbullismo.

## **Il lockdown ha fatto crescere il fenomeno**

Dal nostro osservatorio abbiamo registrato che negli ultimi mesi si è verificata un'impennata delle richieste di supporto. La spiegazione plausibile? La maggior parte delle persone in tutto il mondo durante i mesi di lockdown sono state costrette a utilizzare in mo-



do massiccio la tecnologia per il lavoro e la vita privata, dunque sebbene non siano state fatte ricerche specifiche, il nesso appare evidente: con l'aumento della digitalizzazione nella società post-Covid il fenomeno sembra destinato a crescere.

### **BillyGuard: una piattaforma contro i bulli**

Il supporto psicologico a fronte di atti di cyberbullismo è l'intervento più comune, ma non è sufficiente. Per offrire assistenza e risposte efficaci a tutti coloro che spesso non hanno gli strumenti concreti per proteggersi e allo stesso tempo "colpire" in modo

corretto i cyber bulli, ho fondato nell'ottobre 2019 a Sydney, in Australia, BillyGuard ([www.billyguard.com](http://www.billyguard.com)), una piattaforma in grado di operare a livello globale. Ho deciso di avviare questa startup in seguito al suicidio del figlio di un mio caro amico. Lo strumento più efficace che utilizziamo è il nostro database di persone identificate. Se viene registrata una segnalazione sulla nostra piattaforma, il nostro team CyberTech interviene per acquisire l'intera "impronta digitale" dei responsabili, utilizzando tool altamente performanti, non solo dunque registrando un'email, un numero di telefono o un id di lo-

gin. In questo modo siamo in grado di impedire ai bulli di creare nuovi account di posta elettronica e in pochi minuti di essere banditi da tutte le piattaforme digitali, impedendo loro di continuare a fare i prepotenti.

---

**Il cyberbullismo ha un impatto importante sulla salute mentale delle vittime e sulla qualità della vita in generale. Alcuni studi suggeriscono che i cyberbulli tendono a essere sempre più aggressivi**

---

### **Internet, social media e device: le best practice a difesa dei più piccoli**

I social media sono potenzialmente pericolosi se non ben gestiti. I genitori cosa possono fare? La prima cosa è essere un buon esempio, insegnando ai bambini il rispetto di sé, come coltivare e modellare buone relazioni, sviluppare l'empatia e controllare gli impulsi.

La sicurezza online deve diventare una buona pratica. Ai nostri figli dobbiamo insegnare cose molto pratiche, come bloccare o eliminare delle persone sui social. Si dovrebbero selezionare delle impostazioni di privacy online

restrittive. È importante inoltre porre delle limitazioni all'uso quotidiano di computer e cellulari: questi device dovrebbero essere collocati e utilizzati solo in aree comuni della casa, non lasciati nella camera da letto senza sorveglianza.

**È compito di ogni genitore e di chi si prende cura di minori monitorare i loro social, gli smartphone e in generale la loro vita digitale. I bambini e gli adolescenti dovrebbero sapere, inoltre, che le comunicazioni online saranno monitorate in modo costante e senza preavviso, con la possibilità di discutere di eventuali dubbi**

È compito di ogni genitore e di chi si prende cura di minori monitorare i loro social, gli smartphone e in generale la loro vita digitale, in termini di azioni e tempo. I bambini e gli adolescenti dovrebbero sapere, inoltre, che le comunicazioni online saranno monitorate in modo costante e senza preavviso, con la possibilità di discutere di eventuali dubbi. L'aspetto più importante è essere disponibili. Non dobbiamo smet-

tere di ricordare ai nostri figli che siamo sempre pronti ad ascoltarli e ad aiutarli. Dovremmo anche far sapere loro che se non siamo momentaneamente disponibili hanno la possibilità di rivolgersi a un altro adulto responsabile.

A volte, nonostante tutto quello che possiamo fare, si verificherà un episodio di bullismo. Non si deve aver paura di cercare in modo tempestivo un aiuto professionale. Si può chiedere assistenza a molte organizzazioni a seconda del paese in cui ci si trova.

### **La personalità del bullo**

Il bullismo è un comportamento appreso. Mentre alcuni bulli hanno una personalità naturalmente aggressiva o iperattiva, non tutte le persone con questa indole diventano bulli. Quando si tratta di un bullo è importante ricordare che esiste un'alta probabilità che possa essere stato vittima lui stesso di abusi ed episodi di bullismo. Avrà verosimilmente anche una bassa autostima e una mancanza di sostegno da parte dei genitori. I bulli tendono poi ad avere alcuni tratti comuni: hanno abilità sociali immature, mancanza di empatia o compassione, scarso autocontrollo e tendono anche a guardare programmi tv e videogiochi più aggressivi.

Poiché i tratti vengono appresi, modificando un ambiente è possibile inibire la propensione di qualcuno al bullismo? Senz'altro. Ad

esempio, è molto utile incoraggiare una persona a impegnarsi in attività di gruppo o sport di squadra per migliorare le proprie abilità sociali. Si potrebbe anche eliminare la tv e i giochi violenti in casa. Le persone imparano anche ciò che vivono. Se una persona riceve elogi e incoraggiamenti, sarà molto più probabile che si senta bene con se stessa e con gli altri.

### **Il bullismo a scuola**

Il bullismo è diventato un grosso problema nelle scuole, che stanno già facendo qualcosa per affrontarlo. Le scuole dovrebbero avere politiche e piani di azione/risposta, tuttavia, con i progressi della tecnologia negli ultimi tempi, il bullismo non è più limitato al cortile o all'orario scolastico. Gli istituti stanno facendo tutto il possibile durante l'orario scolastico e vanno lodati, ma il problema è quello che succede fuori dalle aule. Inoltre, tendono a concentrarsi sul bullismo fisico e verbale, perché è evidente e i partecipanti sono facilmente identificabili, ma con altre forme di bullismo – in particolare cyberbullismo o il sexting – i trasgressori sono subdoli e spesso passano inosservati davanti alle autorità. Con i progressi della tecnologia, il bullismo è dunque un problema 24x7 e la casa di famiglia non è più un paradiso, tanto che le vittime spesso sentono che non c'è modo di sfuggire. ■