

Què és el Cyberbullying

Parlam de Cyberbullying quan un nin o adolescent és turmentat, amenaçat, assetjat, humiliat, molestat d'una manera o altra, per un altre nin o adolescent mitjançant l'ús d'Internet, tecnologies interactives i digitals o telèfon mòbil.

L'ús de les noves tecnologies configura unes **característiques pròpies** que diferencien les agressions online d'altres tipus d'agressió. La invisibilitat de l'agressor, l'augment potencial del nombre d'espectadors i la manca "d'espais segurs" per a la víctima, identifiquen els problemes de cyberbullying.

Es tracta d'un fenomen emergent i en creixement, afavorit per diversos factors:

- 1) Disponibilitat cada vegada major d'accés a Internet i característiques propícies de la xarxa per a la ràpida distribució de missatges, fotos, etc.
- 2) Minimització del dany causat a la víctima. Sovint s'utilitza la justificació de que "no es pot fer mal a través de la xarxa".
- 3) Sensació d'impunitat, no del tot certa ja que l'ordinador deixa "rastres" de navegació.
- 4) Adopció de rols ficticis, fantasies. Facilitat per a la utilització de "màscare" que afavoreixen la impunitat de l'agressió.
- 5) Les víctimes no solen denunciar per por a la pèrdua de "privilegis d'ús" (per exemple que els adults no les deixin connectar-se a Internet, que els confisquin el mòbil, quedar fora del cercle d'iguals...)

De quines conductes parlam? Les conductes més usuals són les següents:

- a) Amenaces directes: Assetjament per missatgeria instantània o SMS (missatges amenaçants o desagradables), fer avisos inapropiats, usar noms d'usuaris semblants fingint ser una altra persona, bombardeig d'SMS...
- b) Robatori de contrasenyes, suplantació d'identitat: Alteració de missatges de la víctima, suplantació en els xats, presentar la víctima com a agressor...
- c) Blocs, fotologs: Quan s'usen per danyar la reputació, publicar fotos reals o trucades...
- d) Ús o creació de webs amb continguts ofensius: Publicació de dades personals,...
- e) Enviament de fotografies o vídeos per email o SMS/ MMS: Enregistrar fets d'amagat (als vestuaris), contra la voluntat de la víctima, o d'agressions...
- f) Enquestes d'Internet: Amb voluntat ofensiva, per exemple: "qui és la que està més bona de l'escola" o "qui és el més imbècil de l'escola"...
- g) En els Jocs multiusuari: Insults, amenaces, llenguatge obscè o agressiu.
- h) Enviament de programes brossa: virus, subscripció a llistes de pornografia, col·lapse de la bústia de la víctima, etc.

Hi ha estudis que corroboren que els **efectes del cyberbullying sobre la víctima** poden ser pitjors que les agressions físiques, tot indicant que les emocions que més freqüentment tenen les víctimes envers aquest tipus de situacions són les de disgust, tristesa, por, solitud, frustració...

Alguns suggeriments per a pares

- Es molt important transmetre confiança per tal que recorrin als adults (pares i/o professorat) en cas de dificultats.

- Els pares i adults en general ens hauríem d'involucrar i aprendre a utilitzar les noves tecnologies. Això ens ajudarà a saber què fan els nois i les noies quan estan connectats i els possibles riscos a què s'enfronten. Cal estar al cas de les activitats online dels nostres fills.
- Ensenyeu el vostre fill a ignorar l'spam (correu brossa) i a no obrir arxius dels que no en coneixem la procedència o que no ens inspirin confiança. Un virus pot malmetre tot l'ordinador!! Expliqueu-li que hi ha programes capaços de desxifrar les nostres contrasenyes de correu electrònic.
- És preferible que l'ordinador estigui en una habitació d'ús comú, on hi pugui haver un cert control. Navegar amb ells pot ser una bona estratègia en les primeres edats.
- Si no la necessiteu, no instal·leu una webcam. Hi ha programes que poden activar-la i controlar-la externament.
- Parleu amb els adolescents sobre què fan quan naveguen per Internet: quines pàgines visiten, amb qui parlen i sobre què. Remarquem que es tracta de llocs públics.
- Insistiu què mai no han de donar les seves dades personals a gent que hagin conegut en els xats, Messenger, MySpace... I esteu al cas dels contactes que va agregant al seu compte de Messenger o altre tipus de missatgeria instantània ¿Qui són? ¿De què els coneix?
- Expliqueu-li que mai no ha d'enviar fotos ni vídeos seus ni dels seus amics a desconeguts.
- Parlau-li dels riscos d'Internet. Que sigui un món virtual no vol dir que no pugui tenir problemes. A vegades no n'hi ha prou apagant l'ordinador. Si cal, instal·leu "defenses tècniques" (filtres de contingut, programes de control d'accés, configuracions del navegador, etc.)
- L'ús d'Internet s'ha de regir per unes mínimes normes de comportament i de respecte envers els altres. Si observeu el vostre fill trist o enfadat després d'usar Internet, si observeu que restringeix el contacte amb els seus amics, que evita anar a escola, si se'l veu trist o deprimat... pot ser indicador que hi ha algun problema.
- Però sobretot, sobretot, fomentau-ne l'ús responsable. Internet és una gran eina si s'utilitza bé. Es tracta (i no és gens fàcil) de treballar per canviar la "societat de la informació" per la "societat del coneixement".

Quatre idees per a nins i nines

- ✓ Mai no responguis emails que et demanin el teu nom d'usuari i la teva contrasenya, ni els introdueixis en pàgines que no siguin de confiança.
- ✓ La contrasenya del correu electrònic és personal; no la diguis ni als teus amics. Tampoc no utilitzis contrasenyes òbvies com dates assenyalades o noms que tinguin una relació directa amb tu.
- ✓ "Gugleja't". Tecleja el teu nom o "àlies" al Google o a un altre cercador. Pots veure si hi ha alguna cosa a la xarxa que faci referència a tu.
- ✓ Si ens connectem des d'un ordinador que no és el nostre, cal estar atents a no marcar les opcions del tipus "recordar contrasenya" i, quan acabem, tanquem completament la sessió d'usuari.
- ✓ Sobretot, sobretot, utilitza Internet d'una manera responsable i comporta't amb educació a la xarxa . Usa la [Netiqueta](#).
- ✓ No facis a la xarxa allò que no faries a la cara
- ✓ No pensis que estàs del tot segur a darrera la pantalla
- ✓ Què has de fer si et molesten:
 - Compta fins a 10 abans de respondre a un missatge que et molesti o t'afecti. No responguis a una provocació; possiblement és el que pretén l'emissor. Moltes vegades és una bona tàctica ignorar l'assetjador.
 - No pressuposis qui hi ha darrera, ja que te pots equivocar

- Si et molesten, abandona la connexió i demana ajuda
- Si t'estan assetjant, guarda les proves
- Adverteix a qui està abusant que està cometent un delicte. Pots recomanar algunes pàgines:
 - www.e-legales.net
 - www.ciberbullying.net
- Si no deixen d'assetjar-te, explica-los que no t'agrada, que tens proves i que les mostraràs als teus pares o a un professor si no te deixen tranquil
- Si hi ha amenaces greus, demana ajuda amb urgència a un adult.
- **I si tens algun problema no dubtis a explicar- ho als pares o als mestres.**

Algunes referències:

<http://www.pantallasamigas.net>

<http://www.ciberbullying.com>

Test per a pares i mares

<http://www.ciberbullying.com/cyberbullying/test-para-madres-y-padres/>