



Office of the Children's
eSafety Commissioner

cyber(Smart:)



Guida per i genitori alla sicurezza online

Informazioni pratiche e pertinenti e suggerimenti per i genitori di bambini di tutte le età.



*** Esplora in
tutta sicurezza**

Guida per i genitori alla sicurezza online



Con l'obiettivo di aiutare a guidare i bambini e i giovani verso esperienze online piacevoli e sicure, l'Office of the Children's eSafety Commissioner (l'Ufficio) spera di incoraggiare un cambiamento comportamentale, dove i bambini e i giovani australiani si comportino responsabilmente online, proprio come farebbero offline.

Per raggiungere questo obiettivo, speriamo sia di educare che di aiutare a prevenire in primo luogo il verificarsi di comportamenti online controproducenti. Come genitori, conoscete vostro figlio meglio di chiunque altro, e avete la possibilità di educarlo in modo che possa esplorare in modo sicuro.



Bullismo online

Il bullismo online è l'uso della tecnologia al fine di fare del bullismo nei confronti di una persona o di un gruppo con l'intento di far loro del male socialmente, psicologicamente e anche fisicamente.



Per bullismo online si può intendere:

- * messaggi ed e-mail offensivi
- * messaggi, immagini o video che feriscono
- * imitazione di altre persone online
- * esclusione di altre persone online
- * umiliazione di altre persone online
- * pettegolezzi e chat online malevoli.

Segnandolo, parlandone e sostenendoci a vicenda, siamo in grado di fermarlo.

Per molti bambini e adolescenti, la vita online è una parte importante della propria identità sociale. Non possono semplicemente “spegnerla”. Molti giovani non segnalano il bullismo online ai loro genitori in quanto temono di poter perdere l'accesso ai loro dispositivi e a internet.

I giovani possono anche temere che le azioni dei genitori possano peggiorare il bullismo online, quindi è importante che tu mantenga la calma e dia loro sostegno.

Trolling

Per trolling s'intende quando un utente provoca intenzionalmente disagio attraverso la pubblicazione di commenti incendiari online.

++ Il trolling è diverso dal bullismo online in quanto i troll mirano a ricevere attenzione e forza scombuscolando una conversazione e incoraggiando una reazione difensiva da parte di coloro che attaccano. Il bullismo online di solito si concentra meno sulla reazione della vittima, e più sui sentimenti e l'autorità del bullo. Il bullismo online è di solito un comportamento ripetuto, mentre il trolling può manifestarsi in un'unica occasione.



Cosa posso fare?

Come genitore, puoi aiutare tuo figlio e incoraggiarlo a prendere il controllo della questione. Parlagli del bullismo online prima che accada. Dovreste elaborare insieme delle strategie per affrontare eventuali problemi e rassicurare tuo figlio che sarai lì a sostenerlo.

+ Segnala il materiale che include bullismo online al servizio di social media dove è accaduto.

I servizi di social media devono rimuovere il materiale legato al bullismo online che è stato segnalato e che viola i loro termini e condizioni. La maggior parte dei servizi di social media hanno un'area di segnalazione sul loro sito web. Il sito dell'Ufficio fornisce anche informazioni su come segnalare il materiale sui differenti servizi.

+ Annota i dettagli del materiale relativo al bullismo online. Potresti doverlo fare prima di segnalarlo al sito. Un modo semplice per raccogliere queste informazioni è quello di fare una foto o uno screenshot o copiare l'URL.

Se presenti un reclamo all'Ufficio per il materiale relativo al bullismo online, devi fornire queste informazioni.

Segnala il bullismo online all'Office of the Children's eSafety Commissioner.

+ Blocca la persona. Ti consigliamo di aiutare tuo figlio a bloccare o rimuovere dagli amici la persona che gli dà fastidio, in modo che non possa continuare a dargli fastidio finché il materiale non viene rimosso.

++ Ricorda che se tuo figlio è stato vittima di bullismo online, e sembra in difficoltà o mostra cambiamenti nel comportamento o stato d'animo, ti consigliamo di rivolgerti ad un professionista attraverso Kids Helpline.

Kids Helpline è un servizio gratuito e riservato online e per telefono per i giovani, disponibile 24 ore su 24, 7 giorni su 7 al numero 1800 55 1800.

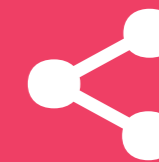
Social network

Le chat e i social network sono ottimi modi per rimanere in contatto e trovare nuovi amici.

Per social network si intendono vari servizi come Facebook, YouTube, Snapchat, Instagram, World of Warcraft, Moshi Monsters, Twitter, Skype, Minecraft e molti altri.

Tutti questi servizi permettono l'interazione diretta tra individui. Gli utenti possono postare informazioni su se stessi, esporre foto, dire alla gente quello che hanno fatto, chattare e giocare. L'uso dei social network costituisce una parte dell'identità sociale di molti giovani.

Ci sono alcuni rischi, però, tra cui la condivisione con persone che non conoscono o di cui non si fidano, l'impossibilità di controllare dove è stato condiviso un video o una foto, oppure l'incontro nella vita reale di persone che solamente conoscono online.



Cosa posso fare?

Come genitore, puoi aiutare tuo figlio ad avere delle esperienze positive sui siti di social network.

+ Sii a conoscenza dell'uso che tuo figlio fa della tecnologia. Crea un tuo proprio account e impara le impostazioni di privacy in modo da poter capire come puoi meglio proteggere tuo figlio. Può essere divertente anche per te!

+ Leggi le "condizioni d'uso" dei servizi di social media e assicurati che tuo figlio capisca cosa ci si aspetta. Alcuni siti, come Club Penguin, sono creati appositamente per i bambini. Molti, come ad esempio Facebook e Instagram, richiedono che gli utenti abbiano almeno 13 anni d'età (spesso per ottemperare alle leggi degli Stati Uniti sulla raccolta di dati personali di minori). È anche utile controllare le classificazioni relative all'età stabilite anche dagli app store prima di scaricare un app, tenendo comunque presente che queste classificazioni relative all'età possono talvolta differire da quelle per i siti web dello stesso servizio.

+ Consigliare ai bambini di impostare i loro account in modalità privata in modo che le uniche persone che possono visualizzare le loro informazioni sono coloro di cui si fidano.

+ Incoraggia i bambini a riflettere prima di mettere qualsiasi cosa online e di rispettare gli

altri. Può essere difficile o impossibile rimuovere le informazioni pubblicate online. Un'immagine inappropriata pubblicata oggi può avere un impatto a lungo termine sulla loro reputazione digitale.

+ Mostra a tuo figlio come gestire i servizi di localizzazione sul suo telefono cellulare in modo che non possa inavvertitamente trasmettere la sua posizione. Aiutalo a impostare degli avvisi che gli facciano sapere se viene "taggato" in foto pubblicate da altri.

+ Ricorda ai bambini di prestare attenzione quando fanno nuove amicizie online; le persone possono non essere chi dicono di essere. Non dovrebbero mai mettersi d'accordo di incontrare un amico conosciuto online a meno che un adulto di fiducia non sia con loro.

++ Segnala qualsiasi contenuto di bullismo online o inappropriato al sito di social network e mostra anche ai bambini come farlo. Se il servizio di social media non rimuove il materiale, puoi presentare un reclamo all'Office of the Children's eSafety Commissioner.

Contatti indesiderati

Online, i bambini possono comunicare con persone che non conoscono o che non hanno incontrato nella vita reale.

Anche se essere in contatto con nuove persone può essere entusiasmante, l'anonimato offerto da internet può permettere a questi nuovi contatti di celare la loro vera identità.

Per esempio, qualcuno che dice di essere una bambina di 10 anni, potrebbe in realtà essere un uomo di 40 anni. L'anonimato fa sì che le richieste sessuali e la manipolazione psicologica online a scopi sessuali (grooming) possano verificarsi online e rappresentano dei rischi gravi.

La manipolazione psicologica online a scopi sessuali e il procurare bambini su internet è l'atto illegale con cui un adulto entra in contatto online con un minore di 16 anni con l'intento di agevolare un rapporto sessuale. L'adescamento sessuale è quando a qualcuno viene chiesto di avere una conversazione o un rapporto sessuale, o di inviare un'immagine o informazioni sessualmente esplicite.

Sono disponibili ulteriori informazioni presso l'Australian Federal Police (AFP, Polizia Federale Australiana). L'AFP indaga casi sospetti di manipolazione psicologica online a scopi sessuali.



Che cosa posso fare?

- + Incoraggia i tuoi figli a dire a te o un altro adulto di fiducia se la loro sicurezza è in pericolo. Puoi anche contattare la polizia.
- + Aiuta tuo figlio a segnalare e bloccare il contatto o a rimuoverlo dalla sua lista degli amici.
- + Incoraggia tuo figlio a cambiare le impostazioni del proprio profilo in modo che i suoi dati personali rimangano privati.
- + Conserva le prove. Può essere utile per trovare la persona che posta materiale inappropriato.
- + Rassicura tuo figlio che lo sosterrai sempre e che non gli bloccherai l'accesso a internet se ti dice che ciò che è stato detto online non gli va bene o lo preoccupa.

+ Stai attento a cambiamenti preoccupanti nel comportamento o stato d'animo di tuo figlio, tra cui un aumento o una diminuzione dei comportamenti sessuali e/o fiducia apparente, attaccamento eccessivo o isolamento, ansia o tristezza e cambio nelle interazioni con gli amici. Parlagli di cosa ti preoccupa e, se necessario, cerca l'aiuto di un professionista.

++ Le segnalazioni possono essere fatte direttamente all'AFP in relazione ad abusi o attività illegali online utilizzando il modulo per lo sfruttamento sessuale di minori online. Anche i genitori possono cliccare sul pulsante "Segnala un abuso" ("Report Abuse") sui siti di ThinkuKnow o Virtual Global Taskforce.

Se ritieni che un bambino sia in pericolo immediato, chiama Triple Zero (000), Crimestoppers al numero 1800 333 000 o la stazione locale di polizia.



Sexting

Sexting è l'invio di foto, messaggi o video provocanti o sessuali.

I sext sono generalmente inviati utilizzando un telefono cellulare, ma si può anche trattare di post online o condivisioni per mezzo di app.

Anche se condividere immagini o messaggi di testo sessualmente allusivi può sembrare un modo innocente di flirtare tra giovani o può sembrare divertente, il sexting può avere gravi conseguenze sociali e legali.

Nella maggior parte dei casi di sexting, i giovani condividono volontariamente foto nude di se stessi. Tuttavia il sexting può anche aver luogo in risposta alla pressione da parte dei compagni. Gli incidenti possono verificarsi anche se, per esempio, al mittente o al destinatario di messaggi di sexting viene rubato il telefono cellulare e il ladro decide di pubblicare le immagini online.



<3

Che cosa posso fare?

- + È importante discutere delle conseguenze del sexting con i vostri figli. Se la loro immagine è stata vista da altri, possono essere pubblicamente vittime di bullismo e possono ricevere commenti sessuali inappropriati da parte di amici e sconosciuti, tra cui adulti.
- + Parla con i tuoi figli del potenziale sociale, accademico, lavorativo e delle implicazioni legali derivanti dal postare materiale inappropriato di se stessi o di altri online.
- + Se il sexting ha già colpito negativamente tuo figlio, aiutalo ad identificare dove potrebbero essere le immagini. Richiedi a tutti i siti e agli altri bambini che venga rimossa la foto, e invia messaggi a tutti gli altri bambini che potrebbero aver ricevuto l'immagine e chiedi loro di cancellarla immediatamente.
- + Ricorda a tuo figlio di cancellare qualsiasi contenuto sessuale ricevuto da altri ed evitare di inviare questo tipo di contenuti.
- + Ricorda a tuo figlio di prendere in considerazione i sentimenti degli altri al momento di scattare foto e inviare qualsiasi materiale dal cellulare o online.
- + Rivolgiti ad un professionista se hai paura che tuo figlio sia vulnerabile.
- + Se hai paura che un incidente di sexting possa essere una questione penale, contatta la polizia.
- ++ Se tuo figlio ha preso parte al sexting, ricorda di mantenere la calma e essere ragionevole in relazione alle conseguenze. Il sexting non è un comportamento raro e tuo figlio non è il solo a essere influenzato negativamente. Anziché aumentare l'angoscia, concentrati nel cercare una soluzione per tuo figlio.**

Troppo tempo online

A molti genitori sembra che i bambini e i ragazzi siano costantemente online.

Spesso sembrano essere impegnati in più di un compito alla volta; per esempio, scaricano e ascoltano musica mentre studiano e chiacchierano con gli amici o mandano messaggi sui cellulari.

Il numero di ore che i bambini e i giovani trascorrono online può variare in modo significativo. Non vi sono linee guida per la quantità “giusta” di tempo che i bambini possono trascorrere online. Tuttavia, se la loro attività online sembra avere un impatto negativo sul loro comportamento o benessere, o quello della famiglia, potrebbe essere il momento di discutere che cosa ti aspetti e stabilire dei limiti di tempo.

È importante ricordare che parte del tempo che i tuoi figli trascorrono online può essere relativo alla loro istruzione.



#YOLO

Che cosa posso fare?

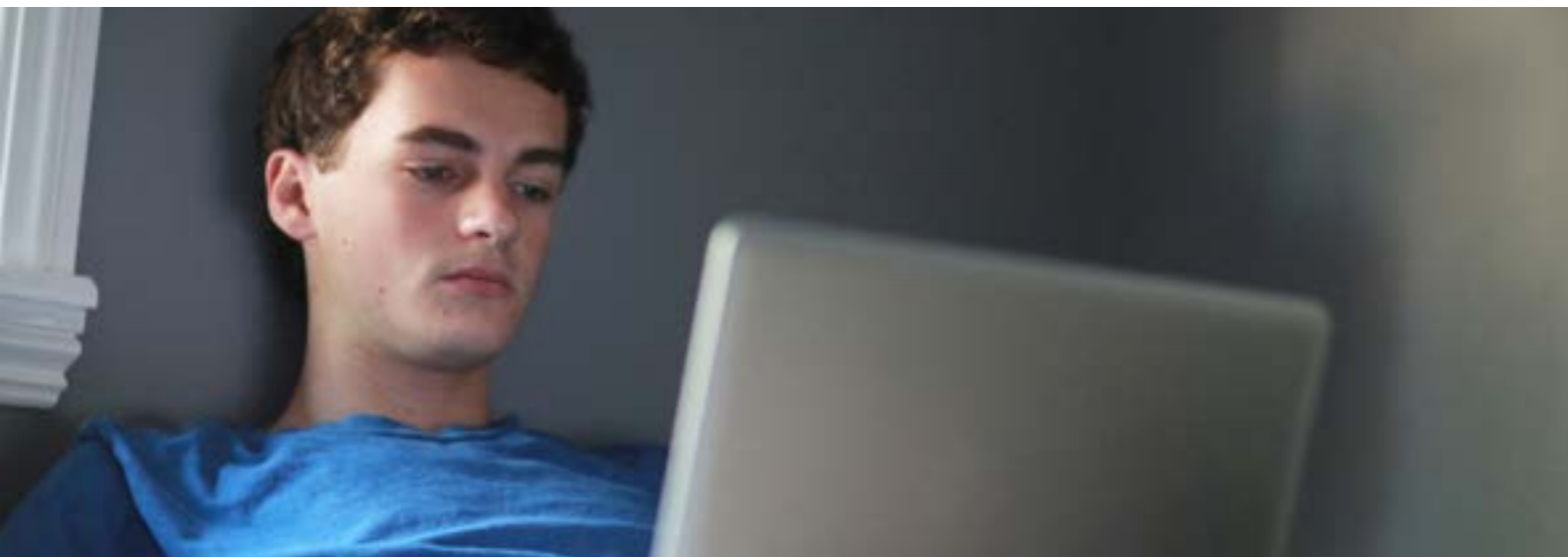
+ Più aspetti ad affrontare il problema, più difficile può essere da superare. Quindi, se vedi che insorge un problema legato all'uso eccessivo, affrontalo subito.

+ Parla con tuo figlio delle tue preoccupazioni e controlla quali giochi, app e dispositivi vengono acquistati o utilizzati da tuo figlio.

+ Puoi installare un programma sul dispositivo che usa tuo figlio e che può essere regolato per limitare la quantità di tempo in cui sarà disponibile la connessione ad internet su quel dispositivo.

+ Prendi in considerazione l'attuazione di accordi in famiglia sulla quantità di tempo che i tuoi figli possono trascorrere online. Un approccio simile può essere utilizzato per limitare l'accesso ai dispositivi.

++ Se tuo figlio sembra particolarmente ansioso o irritabile, o vedi che sembra isolato da amici o da altre attività, si potrebbe trattare di un problema di salute mentale di fondo. Se le tue preoccupazioni vanno oltre il tempo in cui usa i dispositivi, parlane con la scuola di tuo figlio o con il medico di famiglia.



Contenuti inappropriati, offensivi e illegali

I contenuti inappropriati, offensivi o illegali possono includere argomenti, immagini o altre informazioni che sono proibite in Australia o che potrebbero essere dannose per i giovani online.



È possibile che i bambini e i ragazzi non cerchino deliberatamente contenuti inappropriati. Possono inavvertitamente accedere ai contenuti mentre fanno delle ricerche online, possono scovarli o essere spinti da altri.

I giovani con gli smartphone potrebbero inoltre essere in grado di scoprire contenuti che possono essere bloccati dai filtri internet a casa e a scuola.

I contenuti offensivi o illegali possono includere argomenti, immagini o altre informazioni che sono proibite in Australia o che potrebbero essere dannose per i giovani online. I contenuti offensivi o illegali possono esporre i bambini a concetti che non sono ancora in grado di gestire e che possono violare norme sociali e culturali.

Alcuni contenuti possono angosciare i bambini. È possibile che non li segnalino ai genitori o agli insegnanti in quanto è possibile che si vergognino di ciò che hanno visto, in particolare se lo hanno cercato.

Di seguito il contenuto che può:

- + Includere filmati di violenza reale o simulata, attività criminali o incidenti, promuovere opinioni politiche o religiose estreme o essere sessualmente esplicito. Vi possono essere anche immagini illegali di abusi sessuali su minori.
- + Promuovere l'odio verso singoli o gruppi in base a razza, religione, orientamento sessuale o altri fattori sociali/culturali, istruire o promuovere il crimine, la violenza o i comportamenti non sicuri, come la costruzione di bombe o armi, l'anoressia, l'uso di droghe, l'accesso non autorizzato ai computer, la frode o il terrorismo.

Che cosa posso fare?

- + Incoraggia tuo figlio a parlarti dei contenuti inappropriati che ha trovato e a presentare un reclamo sul contenuto specifico.
- + Limita la sua esposizione a contenuti inappropriati controllando quanto tempo passa online, ove possibile.
- + Installa filtri, etichette e aree sicure che ti consentano di ridurre il rischio di esposizione a siti inadatti o illegali.
- + Fa che sia in contatto con amici fidati e familiari online e offline.
- + Aiuta tuo figlio ad usare motori di ricerca per localizzare i siti web. Prendi in considerazione la creazione di una lista di preferiti per i bambini più piccoli.
- + Rassicura tuo figlio che non gli verrà negato l'accesso a Internet se ti dice di aver visto contenuti inappropriati.
- + Se sei preoccupato, o se tuo figlio è vulnerabile, cerca il supporto di un professionista.
- + Segnala i contenuti inappropriati all'amministratore del sito.
- ++ L'Ufficio può esaminare i reclami relativi a contenuti che possono essere illegali o proibiti. Segnala questo contenuto a esafety.gov.au/reportillegalcontent**

Misure di tutela

Se un bambino ha accesso a un dispositivo abilitato per internet, ha anche accesso a una vasta quantità di contenuti sul web.



Ci sono molti modi in cui i genitori possono aiutare i loro figli ad esplorare in modo sicuro.

Che cosa posso fare?

+ Adotta misure di tutela online, attiva il filtro famiglia (parental control), i filtri e i prodotti che aiutano a bloccare determinati contenuti in modo da essere maggiormente in grado di proteggere ciò che i tuoi bambini vedono on-line.

Il filtro famiglia è disponibile nella maggior parte dei dispositivi sotto forma di impostazioni pre-installate che si possono attivare, o per mezzo dell'installazione di software gratuiti o a pagamento.

Alcuni esempi sono:

- + Account personalizzabili configurati per i tuoi figli.
- + Impostazioni che puoi configurare sul tuo computer per limitare l'accesso a download, app, acquisti, giochi e per impostare limiti di tempo di navigazione internet.
- + Impostazioni che puoi configurare sul router per limitare l'accesso ai contenuti online.
- + App o impostazioni configurate sul telefono cellulare di tuo figlio per limitare l'accesso a browser, app, siti di social network, contenuti inappropriati, foto e/o siti di condivisione video, streaming e giochi.
- + Filtri internet a pagamento o gratuiti che ti avvisano se vi è il contatto da parte di sconosciuti al di fuori dei social network approvati, limitare l'accesso a contenuti non appropriati, monitorare l'attività online di tuo figlio, limitare il tempo di navigazione internet e monitorare la posizione GPS, le chiamate, gli SMS e i contatti.
- + Ricorda che nessun filtro famiglia singolo è al 100 per cento efficace. Alcuni contenuti e siti possono essere crittografati in modo tale da non essere riconosciuti dal filtro famiglia, o un bambino bravo con i computer può saper aggirare i filtri famiglia.

Puoi anche:

- + Incoraggiare e dare il buon esempio ai tuoi figli in relazione all'uso di dispositivi collegati, per esempio non portando i dispositivi a tavola.
- + Imposta dei limiti sani sul tempo trascorso online ogni giorno, e per quale scopo.
- + Determina dei limiti, come ad esempio l'utilizzo di dispositivi solamente in uno "spazio sicuro", come il salotto, o una regola che prevede che la porta rimanga aperta quando i bambini usano i dispositivi o il computer in camera da letto. Sii pronto a rispettare anche tu questi limiti.
- + Impara a capire i dispositivi che utilizzano i tuoi figli, e parlagli dell'importanza di rimanere sicuri online e di conoscere i propri comportamenti e quelli degli altri.
- + Instaura e mantieni la fiducia. È difficile monitorare sempre l'attività online dei tuoi figli e per questo la fiducia è importante.

Per ulteriori informazioni su come affrontare queste questioni con i tuoi figli visita:
esafety.gov.au/chatterbox

Aiuto e risorse



Controlla i seguenti servizi di supporto e risorse che ti aiuteranno a mantenere la tua famiglia sicura online.

Office of the Children's eSafety Commissioner

Il sito web dell'Ufficio contiene informazioni e link per aiutare i genitori a mantenere i bambini al sicuro online. Le risorse includono suggerimenti pratici e diretti, video, giochi, supporto e informazioni basate su ricerche, e il tutto è gratuito.

esafety.gov.au

Supporto scolastico

Molte scuole dispongono di normative e procedure dettagliate per aiutare i bambini online, compreso come gestire problemi come il bullismo online, il sexting e altre questioni online.

Le normative del Dipartimento dell'Istruzione di ogni Stato forniscono informazioni per gli studenti, gli insegnanti, i genitori e la comunità in generale al fine di contribuire ad aumentare la consapevolezza e contrastare l'uso improprio della tecnologia.

Per ulteriori informazioni, contatta la scuola di tuo figlio.

Consulenza online

Se sospetti o sai che un bambino viene influenzato negativamente dalle cose che gli accadono online, prendi in considerazione l'opportunità di rivolgerti ad un professionista.

Kids Helpline (Linea di assistenza per i bambini)

I servizi di Kids Helpline forniscono consulenza online gratuita e riservata per bambini e ragazzi. Kids Helpline fornisce anche consulenza online gratuita e privata via chat ai giovani che stanno affrontando dei problemi.

kidshelpline.com.au o telefona al 1800 55 1800

eHeadspace

eHeadspace è uno spazio riservato, gratuito e sicuro dove i giovani dai 12 ai 25 anni o le loro famiglie possono chattare, scambiare e-mail o parlare al telefono con un operatore per la salute mentale qualificato.

eheadspace.org.au

Risorse

Parentline

Parentline offre un servizio di consulenza, informazioni e di rinvio ad altri servizi per i genitori che è attivo sette giorni alla settimana dalle 08:00 alle 22:00.

parentline.com.au o chiama il 1300 30 1300

Lifeline

Lifeline offre gratuitamente 24 ore su 24 consulenza in situazioni di crisi e informazioni sui servizi di supporto.

lifeline.org.au o telefona al 13 11 14.

Crime Stoppers

Crime Stoppers o la polizia locale può aiutarti in relazione ai problemi sulla sicurezza personale dei bambini.

crimestoppers.com.au o telefona al 1800 333 000





Entra nel social

Puoi rimanere aggiornato sulle ultime notizie sulla sicurezza online, sui consigli e le risorse attraverso i nostri canali di social media:

Blog

esafety.gov.au/eSafetyblog

Facebook

facebook.com/eSafetyOffice

Twitter

[@eSafetyOffice](https://twitter.com/eSafetyOffice)

YouTube

[youtube.com/c/
OfficeoftheChildrenseSafetyCommissionerAU](https://youtube.com/c/OfficeoftheChildrenseSafetyCommissionerAU)





#YOLO



Contattaci

Office of the Children's
eSafety Commissioner

E: enquiries@esafety.gov.au

T: 1800 880 176

W: esafety.gov.au



Office of the Children's
eSafety Commissioner