



Cosa fare se tuo figlio è vittima di cyberbullismo?

Vogliamo che i genitori sappiano che, se il loro bambino è vittima di cyberbullismo, ci sono misure che possono adottare per aiutare i loro ragazzi a prendere il controllo della situazione. Alcuni segni che i genitori possono cercare con il loro adolescente includono:

- Sono sconvolti dopo aver usato il telefono o il computer.
- Sono riservati sulla loro attività online.
- Sono diventati più ritirati, tristi, arrabbiati o ostili.
- I loro gruppi di amicizia sono cambiati.
- I loro compiti scolastici sono diminuiti e potrebbero persino rifiutarsi di andare a scuola.
- Sono generalmente disinteressati alle cose.
- I loro schemi di sonno sono cambiati.

Se sai che tuo figlio è vittima di cyberbullismo, la prima cosa da fare è essere solidale ed empatico. Assicurati che sappiano che non è colpa loro. Il cyberbullismo è grave e sconvolgente, quindi cerca di non minimizzare o banalizzare la situazione per far "sentire meglio" tuo figlio. Evita la tentazione di impedire a tuo figlio di andare online; Ciò comporterà più probabilmente che non ti dicano se si verifica di nuovo.

Sostieni emotivamente tuo figlio con il cyberbullismo

- Parla con tuo figlio e ascolta davvero ciò che ha da dire. Ringraziali per esserti aperto e fai sapere loro che vuoi porre fine al bullismo.
- Non incolpare mai tuo figlio per aver sperimentato il cyberbullismo. Il modo in cui i giovani interagiscono online può sembrare eccessivo per gli adulti, ma il bullismo non è mai colpa della persona vittima di bullismo.
- Riconosci i loro sentimenti e non cercare di respingere le loro esperienze, anche se non ti sembra un grosso problema.
- Rassicurali che ci sono persone che possono offrire supporto, che si tratti di te, dei loro insegnanti o di altri professionisti e servizi.

Cosa fare se il bambino non si sente sicuro?

Se tuo figlio non si sente al sicuro, ad esempio se qualcuno sta minacciando lui o la tua famiglia, chiama la polizia al numero 192 per ottenere aiuto.

Se tuo figlio è angosciato per il bullismo, incoraggialo a parlare con un professionista della salute mentale o indirizzalo verso servizi che possono aiutarti. Questo può essere un consulente scolastico.

