

Capire il cyberbullismo

a cura di Riccardo Codevilla





Sociologo, Allenatore di Intelligenza emotiva

- Laureato in Sociologia e Ricerca Sociale
- Pluri-Certificato SixSeconds (il più grande Network di Intelligenza emotiva al mondo);
- Esperto di Analisi Comportamentale (diplomato all'approccio di Paul Ekman a Manchester, presso *l'Emotional Intelligence Academy*, e a Milano, presso *la I&G Management*);
- *Membro del Direttivo del LED-Laboratorio di Educazione al Dialogo*



Social Media Detox Camp – di Mark L. Miller

(fondatore trentino)

I Social Media Detox sono dei campi di disintossicazione dai Social, per tutte le età (studenti e lavoratori).

Per qualche giorno, i partecipanti saranno immersi nella natura con tantissime attività formative per tutta la giornata: Geocatching, Intelligenza emotiva, Yoga, Teatro e molto altro!

Possono partecipare anche le Scuole con attività specifiche portate negli Istituti.

Scrivici sul sito e iscriviti ai nostri Campi!

<https://www.socialmediadetox.it>





Il Cyberbullismo



Bullo = Fratello

- L'etimologia del termine bullismo è da ricondursi all'olandese *boel* (fratello), successivamente trasformatosi in area anglosassone in *bully* che, in origine, significava **tesoro** (rivolto a persona).
- Il termine bullo, da cui bullismo, non aveva un'accezione negativa, anzi, da originario sinonimo di "bravo ragazzo", si è capovolto fino a trasformarsi in sinonimo di "molestatore di deboli".

Video - Brooks Gibbs





Riflessioni – I DUE PILASTRI

IL POTERE

- Comportamento dominante - Sbilanciamento
- Potere/Dominio
- Giudizi

URTARE LE EMOZIONI ALTRUI

- Resilienza
- Gestione emozioni
- La mia vita non dipende da quello che tu dici di me -
Attenzione

Comportamento dominante -Sbilanciamento

Tipologie di Bullismo

Tra ragazzi: «bullismo»

Tra preside e insegnante: «mobbing»

Tra capo d'ufficio e dipendenti: «mobbing»

Tra dipendenti: «mobbing»

Tra aziende: «concorrenza»

Tra membri di una famiglia: «violenze»

Tra Stati: «colonialismo»

Tra ricchi e poveri: «disuguaglianze»/«corruzione»

Tra computer: «hackeraggio»



Potere/Dominio

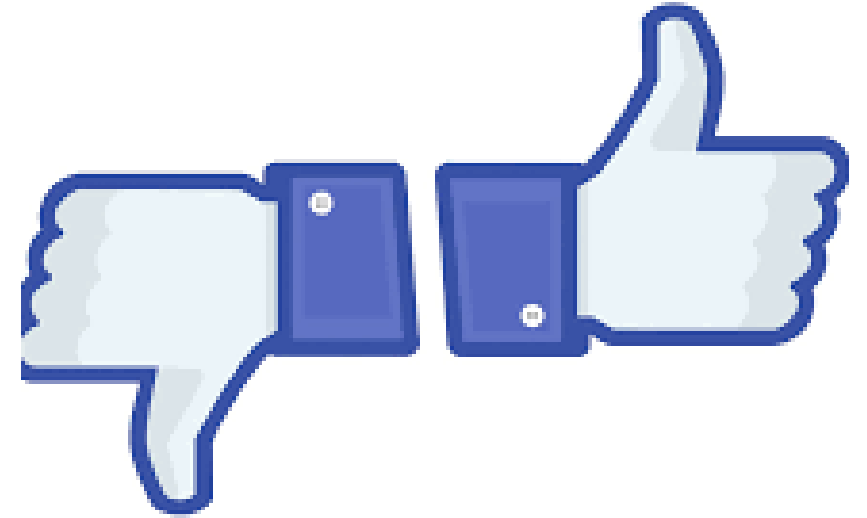
- La caratteristica in comune è l'asimmetria di potere o, meglio ancora, il potere. Ovunque esista Potere può esserci (non è obbligatorio) «bullismo».
- Il problema: credere che per governare/educare/costruire qualcosa debbano esserci dei capi e dei sottoposti.
- Il problema di ogni forma di governo è il Dominio, cit. Max Weber (potere come «possibilità» di opporsi, è bello poter fare qualcosa).

Giudizi

- I giudizi sono il male?

No, sono naturali, biologici, inevitabili, utili e non sono i pre-giudizi (anche loro potenzialmente utili);

- In-group e Out-group;
- La regola della prima impressione: 7 volte;
- Impressione, Parole, Azioni;
- I social li sfruttano (lo vediamo tra poco).





Resilienza

- Velocità - Capacità di riprendersi velocemente da ciò che ti è accaduto



COME GESTIRE E VINCERE IL CYBERBULLISMO?

Passo numero 1

La Gestione delle emozioni è IL primo passo fondamentale, anche necessaria per la coraggiosa e necessaria denuncia alle autorità o a figure di riferimento, ma non solo.



Impara a Gestire le emozioni

- Intelligenze emotive
- Emozioni: positive o negative?
- I 3 Cervelli (cervello trino)
- Navigare le emozioni
- Riconoscere e leggere i comportamenti
- Prevenire e difendere
- Puoi apprendere tutti questi argomenti nei miei corsi: iscriviti, grazie!



Passo numero 2



La mia vita non
dipende da
quello che tu
dici

-

il tema
dell'Attenzione


(scarica gratuitamente il mio
PDF sulle dipendenze da
Social Media dal mio sito per
saperne di più)

Passo numero 3

Informarsi sulle leggi sul Cyber-Bullismo

- Il cyberbullismo è definito come un atto aggressivo, intenzionale condotto da un individuo o un gruppo usando varie forme di contatto elettronico, ripetuto nel tempo contro una vittima che non può facilmente difendersi (Smith et al, 2013) ;
- La vittima al contrario, può avere delle difficoltà a scollegarsi dall'ambiente informatico, non sempre ha la possibilità di vedere il volto del suo aggressore e può avere una scarsa conoscenza circa i rischi insiti nella condivisione delle informazioni personali su Internet (Casas et al, 2013; Smith et al, 2013).





Passo numero 4 Conoscere il Palcoscenico: i Social

- Due gradi di rischi:
 - Nella quotidianità
 - Se diventi famoso (haters)
- Pro e contro
- Psiche



Social – i Pro

- Connessione con tutto il mondo, velocemente;
- Espandere la propria rete di contatti (amicizie e lavoro);
- Più informazione;
- Consolazione e svago;
- Un lavoro che possa mantenerti.

Social – i Contro

- Disconnessione da se stessi e gli altri;
- Aumento dell'isolamento e della dipendenza (creati per creare dipendenza);
- Disinformazione;
- Maggiore manipolazione (creati per manipolare);
- Maggior difficoltà a indentificare i male intenzionati.





L'Impatto dei Social nella nostra mente

- Entrano nella psiche più profondamente, perché il confine immaginazione-realtà è più difficile da stabilire per la nostra mente;
- Sono costruiti per questo. Scarica gratuitamente il mio PDF sulle Dipendenze da Social Media per saperne di più.

Social Media Detox Camp – di Mark L. Miller

(fondatore trentino)

I Social Media Detox sono dei campi di disintossicazione dai Social, per tutte le età (studenti e lavoratori).

Per qualche giorno, i partecipanti saranno immersi nella natura con tantissime attività formative per tutta la giornata: Geocatching, Intelligenza emotiva, Yoga, Teatro e molto altro!

Possono partecipare anche le Scuole con attività specifiche portate negli Istituti.

Scrivici sul sito e iscriviti ai nostri Campi!

<https://www.socialmediadetox.it>



Ricorda: rivolgiti agli specialisti pronti ad aiutarti, senza paura.

GRAZIE!

Contattami e Iscriviti ai miei corsi!

www.riccardocodevilla.it riccardo.codevilla@gmail.com

Iscriviti alla mia Newsletter per le novità:

<https://www.riccardocodevilla.it/elements/mailchimp-signup/>

