

SICUREZZA IN INTERNET

MATERIALE PER STUDENTI

Raccolto dal sito www.sicurinrete.it

Cosa può andare storto

Postare e poi pentirsi

Il tempo di un click e tutti possono entusiasmarsi per le nostre foto, divertirsi con i video che abbiamo postato, sapere esattamente quello che stiamo pensando. Fantastico, non c'è dubbio. Ma se poi ti penti? Se capisci all'improvviso che c'era qualcosa che non andava in quello che hai appena condiviso? Ti è mai capitato?

Magari pensavamo ad altro, eravamo presi dall'entusiasmo e... Click! Troppo tardi per tornare indietro.

Internet è per sempre!

Ogni volta che invii o condividi qualcosa su un Social Network, ne perdi il controllo in modo definitivo. Possiamo cancellare il post di cui ci siamo pentiti, certo. Ma chi ci assicura che non l'abbiano già scaricato e spedito ad altre persone? E se lo faranno in futuro? Non decidi più tu, questo è il punto. Lo stesso vale per una foto spedita sul telefonino di un amico: nessuno ti garantisce che la tenga solo per se. E se ci litighi?

L'unica cosa che puoi fare

Pensarci prima. Prima del fatidico click, dovresti fermarti un attimo e chiederti se stai condividendo o inviando cose a rischio-pentimento. Per sicurezza, dovresti domandarti proprio: "E' sicuro che voglio dirlo o mostrarlo proprio a tutti?". E subito dopo: "Tra qualche tempo potrei cambiare idea per qualche motivo?". Se la tua risposta è anche un po' incerta, vale la pena fermarsi.

Cose da NON condividere, inviare, postare

- Informazioni troppo personali, che consentono di rintracciarti fisicamente. Come l'indirizzo, il telefono o il nome della scuola in cui vai. Ma anche troppe notizie su di te in generale, che consentirebbero un facile furto d'identità.
- Le tue foto o i tuoi video in versione "provocante". Attiri come minimo tanti rompiscatole e ti crei un'immagine di cui in futuro potresti pentirti. Per saperne di più, vai a Messaggi spinti
- Cose che non vorresti far sapere a certe persone. A un professore? A un parente? Al tuo partner futuro? Ne vale la tua reputazione o l'immagine che vuoi giustamente mantenere. Internet significa sempre "tutti", ricorda. Anche se pensi di averlo condiviso con pochi amici, va a sapere...
- Cose che potrebbero essere utilizzate in modo cattivo o comunque contro di te. Come nel caso del cyberbullismo.

Incontrare gente strana

Online puoi coltivare vecchi rapporti e creartene di nuovi, con persone super interessanti che magari diventeranno tuoi grandi amici. Tuttavia, puoi incontrare anche tipi, come dire, "discutibili". Gente che sfrutta l'anonimato per infastidire, provocare, sentirsi più forte. Hai presente, no? Oppure persone che sembrano a posto e gli dà fiducia, ma poi si rivelano diverse. E ti accorgi troppo tardi delle loro vere intenzioni... Non dimenticare che online gira anche gente molto subdola, gente adulta magari, che naviga apposta per adescare minori come te.

E' un po' come nella vita reale: bisogna sapersi muovere

Ad esempio: cosa fai quando cammini per strada per conto tuo, ti metti a parlare con gli sconosciuti? Se vedi qualcosa di pericoloso, cerchi di tenerti a distanza, vero? Lo stesso vale per Internet. L'importante è avere gli occhi aperti, **saper riconoscere** le situazioni e comportarsi di conseguenza.

Se ti chiedono di fare cose imbarazzanti

Come mandare le tue foto sexy, spogliarti davanti alla webcam o qualsiasi altra cosa che ti fa sentire a disagio... Beh, **lascia stare**. Impedisci che immagini del genere circolino su Internet. Anche se a chiedertelo è un amico, o addirittura il tuo partner. Le conseguenze possono essere imprevedibili.

Se te lo chiede una persona conosciuta solo online

Aumenta il rischio che si tratti di un tentativo di "adescamento". Si dice così quando un adulto cerca di ottenere con l'inganno qualcosa da te, per motivi sessuali. Attenzione: non è così semplice. All'inizio **sembrano molto gentili**, fanno gli amiconi, addirittura possono farti credere di essere coinvolti in una relazione speciale con te. Ma lo scopo è sempre lo stesso: **ottenere foto privatissime**, registrarti mentre sei in webcam, incontrarti dal vivo con pessime intenzioni.

Se a chiederlo sei proprio tu...

Se ti trovi in una situazione del genere, se hai cercato a posta su Internet persone con cui fare queste cose, è importante che capisca quando **stai rischiando**. Innanzi tutto perché diffondi su Internet in modo incautissimo le tue immagini spinte, con tutto ciò che ne comporta. Ma anche perché è molto probabile che ti stanno ingannando o come minimo, **stanno abusando della tua età** senza che neanche te ne renda conto. Tra l'altro, è un vero e proprio reato, perseguibile dalla legge. Potresti facilmente trovarti in una situazione che non sai più gestire.

Se ti inviano immagini, video o messaggi imbarazzanti

Sai che cos'è il "sexting"? Quando amici, partner o conoscenti si spediscono immagini molto spinte, che ritraggono sé stessi o altri. Se ti arrivano cose del genere, **non girarle** a nessuno, anche se lì per lì non ti sembra niente di male. Ci sono tante complicazioni e potresti addirittura commettere un reato. Per saperne di più vai su **Messaggi troppo spinti**.

Se queste immagini, invece, ti **arrivano da una persona** sconosciuta o conosciuta solo online, dovresti metterti in allarme. Alcuni adulti cercano di incontrare ragazzi o ragazze, magari **fingendosi giovani**, e a un certo punto cercano di condividere materiale di questo genere.

Potrebbero voler osservare come reagisci, per chiederti di spedire qualcosa anche tu. Fai **attenzione**, sono meccanismi molto subdoli, e a volte ti fanno credere davvero di essere persone amichevoli.

Se pensi che il materiale che hai visto sia illegale

Segnalalo subito. Parliamo di immagini dove si commette un crimine, una violenza, o dove minorenni fanno qualcosa legato al sesso. Anche nel dubbio, segnalarlo è importante. Può aiutare le persone loro malgrado coinvolte, e impedisce ad altri ragazzi e ragazze di avere a che fare con queste cose e queste persone.

Se scrivono cattiverie o postano contro di te

Internet è parte del tuo mondo e hai un'immagine da salvaguardare anche lì. Amici che ti osservano, persone che vorresti conoscere, gente con cui condividi interessi e passioni. Ecco perché dà così fastidio essere attaccati proprio lì. Tutti possono vederlo e non sai come reagire. Ci si sente impotenti, feriti nell'intimo.

Cosa fare:

- Una regola generale: **non rispondere mai** alle provocazioni. Spesso questa gente lo fa solo per attirare l'attenzione o stimolare una reazione. Magari non gli dai soddisfazione e smettono. O comunque reagire sullo stesso piano peggiorerebbe la situazione.
- Se si tratta di sconosciuti "veri": la questione potrebbe essere semplice: basta **bloccarli**. Magari la prossima volta faremo più attenzione a dare le amicizie su Facebook. O se capiamo di averli provocati con qualche post, potremmo starci più attenti per evitare rotture.

- Sono persone che conosci? A volte è **difficile capirlo**. Dietro uno pseudonimo si nasconde una persona che conosci realmente. Potrebbe cercare di infastidirti per farti uno scherzo, oppure perché è un cyberbullo. Beh, qui la questione è delicata. Dovresti subito **parlarne** con qualcuno. Leggi cosa può succedere e come reagire su **Subire un cyberbullo**.

Regole generali per tenerli alla larga

Il rischio di incontrare gente fastidiosa, è legato anche a come ti comporti normalmente su Internet. Ecco alcune regole per tenere lontano problemi e scocciatori:

- Non pensare che sia tutto un “gioco”. Su Internet puoi fare cose che hanno **conseguenze importanti** nella tua vita reale.
- Non condividere **mai informazioni personali**, come il tuo cellulare, dove abiti, dove vai a scuola.
- Su Facebook, accetta come **amici solo le persone che conosci** dal vivo. E imposta bene le impostazioni per la privacy: fatti aiutare da un adulto che ne capisce.
- Non dare un **immagine di te “provocante”** nel profilo, oppure quando posti o pubblichi foto.
- Non usare mai la **webcam** con persone che non conosci.

Vedere cose fastidiose

Su Internet trovi di tutto. Anche molte cose non adatte alla tua età. Video o immagini violente, scene di sesso, contenuti che possono turbarti. Niente di grave, questo non deve scoraggiarti rispetto alle tante cose belle che puoi incontrare. Ma a volte potresti sentire il bisogno di parlarne con qualcuno. E perché no, imparare a segnalare quello che trovi di “illegale” in rete, per contribuire a farne un posto più sicuro per tutti.

Se capita per caso

Magari **mentre cerchi** qualcosa su Google che non c’entra nulla. In questo caso, se le immagini ti turbano molto, **cambia** subito pagina o addirittura **spegni** subito il computer. Dopodiché **conta sui tuoi** genitori, spiegagli cosa è successo. Parlarne può farti bene. Potresti decidere, insieme a loro, che non è ancora il caso di navigare per conto tuo.

Se ci vai un po’ incontro...

A volte capita di vedere cose fastidiose quando, spinti dalla **curiosità** abbiamo fatto una ricerca su argomenti molto a rischio... Che dire? La curiosità è una cosa bellissima, ti aiuta a conoscere il mondo, ad esplorarlo. Internet, tuttavia, **non è lo strumento** migliore per capire certe cose. A volte trovi di tutto, senza capirci nulla. **Certi argomenti** ti andrebbero spiegati nel modo giusto dai tuoi genitori o da persone di cui puoi fidarti. Internet può dartene una visione molto distorta. Se ti ha turbato qualcosa che hai visto in questo modo, cogli l’occasione di **parlarne** con i tuoi.

Se ti inviano cose

Può succedere che una persona, che non conosci o che conosci, ti invii queste immagini. Parlane subito con un adulto di cui ti fidi. E’ importante. Potrebbe trattarsi di:

- un **tentativo di adescamento**, se si tratta di immagini o video a contenuto “spinto”, spedite da una persona che hai conosciuto online. Hai già letto [Incontrare gente strana?](#)
- un modo sbagliato per divertirsi, di qualche amico o conoscente. Visita la sezione [Messaggi spinti](#).
- un’azione di cyberbullismo, se il **messaggio offende** o tratta male un’altra persona, che magari conosci. In questo caso è importante **tirarsi fuori**, non reinviarle a nessuno, neanche per scherzo.

Segnala il materiale “illegale”

Se per qualsiasi motivo, ti trovi su Internet ad avere a che fare con contenuti illegali, come scene di **sesso tra minori**, oppure video troppo violenti, che mostrano reati, o che sono **razzisti**, dovresti

parlarne subito con i tuoi genitori, o con un adulto di cui ti fidi. Loro possono capire meglio la situazione e segnalarlo alle autorità competenti.

E' un'azione importante, per far togliere subito queste immagini da Internet, ma anche per dare inizio a una eventuale investigazione sulle persone coinvolte. **Segnalare può aiutare tante persone, e impedire ad altri ragazzi il piccolo shock di trovarsi davanti queste cose.**

Se non te la senti davvero di parlarne con qualcuno, puoi provare a segnalare questi contenuti per conto tuo. E' facile e puoi farlo in forma anonima.

Subire un cyberbullo

Inizia tutto da uno scherzo, un brutto commento, una presa in giro che sembra innocua... E presto ti ritrovi in un incubo senza fine! Perché a differenza del "classico" bullo, il cyberbullo può colpirti anche a casa, ogni volta che ti connetti su Internet o accendi il telefonino. SMS cattivi, foto ritoccate, post che parlano male di te...

Bella rognna, vero? In più, il cyberbullo trova sulla Rete un pubblico numeroso e **complici "inconsapevoli"**, che magari reinviano o si divertono per quello che fa. Senza dimenticare che può nascondersi dietro una falsa identità...

Che fare? E'**difficile uscirne da soli**. Ti senti impotente, in piena confusione, a volte non capisci neanche che sta succedendo. Ma il cyberbullismo è un reato che può coinvolgere anche la polizia. Chi perseguita qualcuno utilizzando la tecnologia può e deve essere fermato.

Leggi come agire, a seconda dei casi:

Se succede a te

- **Prova a ignorarli.** O magari blocca i loro messaggi. Di solito dopo un po' smettono: certi cyberbulli cercano solo attenzione.
- Non funziona? Allora **parlane con un adulto** di cui ti fidi. Un genitore, un parente o un insegnante. Mai isolarti, ok? Da soli non se ne esce mai bene. Segnala quello che sta succedendo, per te e per le altre persone che potrebbero essere coinvolte in futuro dallo stesso cyberbullo.
- **Non sentirti mai in colpa.** Quello che succede non dipende da te. I cyberbulli sono persone con problemi, magari hanno visto in te qualcosa che glieli ricorda... E spesso, nel loro passato, sono stati loro stessi vittime di bullismo.
- L'unica cosa "buona" del cyberbullismo è che lascia **tracce**. Quindi salva i messaggi che ricevi o i post che pubblicano: saranno una prova in caso di denuncia.
- Parlane subito con qualcuno di cui ti fidi e che potrà aiutarti.

Se succede a un tuo amico

Se ti accorgi che un tuo amico o una tua amica sono vittime di cyberbullismo, hai tanti modi per fare qualcosa. Considera che potrebbero negare, vergognarsi, chiudersi in se stessi. Quindi: cerca il più possibile di parlarci. Fatti raccontare cosa è successo e fagli capire che non sono soli. Quindi:

- Consigliare di salvare tutti i messaggi: possono essere una prova.
- Aiutali a non rispondere alle provocazioni e incoraggiali a raccontarlo a un adulto di fiducia
- **Se non lo fanno, fallo tu:** dillo a un genitore, un parente o un insegnante. Magari i tuoi amici hanno paura o sono troppo orgogliosi. Sembra un tradimento? Dal cyberbullismo non se ne esce da soli, ma all'inizio non te ne rendi conto. Un giorno ti ringrazieranno!

Se succede a un tuo amico

Ricordati sempre di **non girare**, commentare, linkare messaggi che possono essere offensivi o dispiacere a qualcuno. Anche se non li hai inviati tu per primo, puoi far parte del **circolo vizioso** del cyberbullismo, magari senza accorgertene. Se ti capita di vedere o ricevere cose del genere, parlane a

un adulto di fiducia, segnalalo, cerca di non rimanere neanche uno **spettatore passivo**. I cyberbulli fanno anche affidamento su questo.

Messaggi troppo spinti

C'è chi scatta foto, o fa video, mentre è **senza vestiti** o in atteggiamenti "spinti". Hai presente, no? E spedisce queste immagini ai suoi amici o al partner, le posta su Internet, le usa per il profilo, cose così. Spesso è solo un modo per divertirsi, qualcosa che ti fa sentire più grande. Ma può portare a conseguenze molto gravi e **difficili da gestire**.

In inglese si chiama "sexting" e **purtroppo è una "moda"** sempre più diffusa. Il problema non è certo nel fotografarsi in un certo modo, ma nel far girare le immagini, anche solo inviandole a un amico o a un'amica. E' una scelta fatta con estrema superficialità, dalla quale non si può più tornare indietro.

Perché **Internet è per sempre**. Ogni cosa che metti online o spedisce, esce fuori dal tuo controllo. Ti penti e cancelli il post? Qualcuno potrebbe averlo già scaricato o inviato ad altre persone... Spedisci l'immagine solo a una persona di fiducia, come il tuo tipo o la tua tipa? E se poi ci litighi?

Rischi che corri

- Pensa al futuro. Le tue immagini spinte potrebbero **risbucare fuori dopo anni**, ed essere viste dal tuo datore di lavoro, il tuo partner attuale, i tuoi nuovi amici... Che figura ci faresti?
- Diventi più debole nei confronti dei **cyberbulli** o di altre persone che ce l'hanno con te. Se volessero danneggiarti avrebbero un'arma in più per rovinarti la reputazione o ricattarti.
- Con un'immagine di te di questo tipo, magari anche sul profilo, **attiri più facilmente** "gente strana", ovvero rompiscatole, ma anche malintenzionati.
- Potresti commettere un **reato grave**, lo sai? Anche solo girando le immagini spinte di altri. Potrebbe essere considerato diffusione di materiale pedo-pornografico.

Cosa NON fare

- **Non spedire o condividere** mai immagini dove sei senza vestiti o in atteggiamenti provocanti. E' troppo rischioso perderne il controllo, non ne vale mai la pena. In generale, dovresti pensarci bene prima di mettere qualsiasi cosa su Internet. Per saperne di più: Postare e poi pentirsi.
- Non peggiorare la situazione di chi ha fatto l'errore di farlo. Se ricevi messaggi del genere su amici o conoscenti, **non li girare** mai a nessuno, anche se sembra divertente lì per lì. Oltretutto può essere un reato.

Cosa fare

- Se ti accorgi che qualcuno ha pubblicato su Internet un'immagine di te o di un amico senza averne avuto il permesso, o di cui vi siete pentiti, contatta il prima possibile il provider (Facebook, Youtube, ad esempio), per toglierla. E' comunque troppo tardi, ma meglio di niente.
- Se ricevi un'immagine troppo spinta da un amico o un conoscente, cerca di parlarne con un adulto di cui ti fidi. Potrebbe trattarsi di un gesto stupido, ma anche di cyberbullismo, se l'immagine rovina la reputazione di chi ritrae. Oppure potrebbe essere un tentativo di adescamento, se te la manda chi hai conosciuto solo su Internet.
- Parlane con qualcuno di cui ti fidi.
- Se reputi il **materiale che hai visto "illegale"**, segnalalo subito, anche nel dubbio. Può aiutare le persone loro malgrado coinvolte. Puoi farlo insieme a un adulto, ma anche per conto tuo.

Ti rubano l'identità

Online mettiamo parte di **ciò che siamo**: quello che più ci piace, chi sono i nostri amici, cosa abbiamo fatto o pensato. Tutto ciò che ci fa essere noi stessi davanti agli altri, in pratica.

Ecco perché c'è chi potrebbe far finta di essere te su Internet, di nascosto, riuscendo a **ingannare** molte persone. Fortunatamente è difficile che accada. Ma solo al pensiero che qualcuno possa "rubare" la tua identità per farne ciò che vuole... mette i brividi! Meglio **fare di tutto per impedirlo**.

Come possono riuscirci

- si impossessano della tua **password**. L'hai data a qualcuno? L'hai scritta in un posto troppo visibile? Prima che te ne accorga e la cambi, usano Facebook al posto tuo, postano sul tuo blog o mandano email prendendo gli indirizzi dalla rubrica, ecc...
- hai **lasciato la tua postazione** con Facebook o la posta elettronica aperta, ad esempio. Possono fare quello che vogliono senza però conoscere la tua password e poterlo rifare. Può succedere negli Internet Point: quando ti dimentichi di uscire dal programma, o in qualsiasi caso perdi d'occhio cellulare o portatile.
- hanno raccolto sufficienti **informazioni su di te** (foto, dati personali e altre cose che ti contraddistinguono) da poter aprire direttamente un profilo con il tuo nome e cognome. E tentare di ingannare la gente che conosci.

Perché lo fanno?

- Perché vogliono farti uno **scherzo di cattivo gusto**
- Per commettere una **frode**. Usano la tua identità per raccogliere ulteriori informazioni e rubarti i soldi. Solo un esempio banale: chiedono a tuo padre via e-mail i dati della tua carta di credito, facendo finta che te li sei dimenticati.
- Perché hanno **cattive intenzioni** con i tuoi amici e vogliono avvicinarli con la tua identità. Dai un'occhiata a Incontrare gente strana.
- Perché vogliono farti un danno personale, o sono dei **cyberbulli**.

Come proteggerti

- **Non mettere** su Internet informazioni **personali**. Non si tratta solo delle password, o numeri di telefono. Se condividi troppe cose su di te (foto, gusti personali, film visti, posti di vacanza dove si è stati, ecc..), basta un attimo per costruirsi una profilo ad hoc e sfidare chiunque che non sei proprio tu.
- Scegli una **password difficile** (almeno 8 cifre con numeri e lettere) e non condividerla con nessuno dei tuoi amici. Non la segnare neanche sul computer o su altri supporti che la rendono identificabile. Cambiala ogni tanto.
- **Attenzione agli spam**. A volte possono essere più astuti di quanto pensi. Ricordati che nessuna banca, società, organizzazione seria può chiederti i tuoi dati personali via e-mail.
- Non lasciare PC o cellulare con le tue **password già impostate**. Se poi te li perdi o li usa qualcuno mentre non te ne accorgi?

Consigli per.....

Chat

La chat è un modo entusiasmante per scambiare punti di vista, tenersi in contatto, condividere interessi. Certo, non dovrebbe mai diventare più importante delle tue chiacchierate dal vivo, altrimenti invece di aprirti un mondo ti chiude a quello vero...

Impara a **usarla al meglio**, anche per evitare alcuni i rischi, che purtroppo ci sono. Tieni sempre presente, ad esempio, che certi adulti frequentano le chat dedicate ai ragazzi sotto falsa identità e con pessime intenzioni. Ecco dei consigli che dovresti sempre tenere a mente:

- Non condividere **mai informazioni personali**, come telefonino, indirizzo di casa, ma neanche la scuola che frequenti o i dati personali di tuoi amici. Quando ti trovi in una chat room, ragiona sempre come se ti trovassi dentro una stanza affollata di sconosciuti... Cosa diresti a tutti?
- Ricorda che in chat **chiunque può essere chiunque**. Anche se ci chiacchieri da anni, o se ti spedisce delle foto per mostrarti com'è.
- Non dare mai a nessuno la tua **password**, neanche ai tuoi amici più stretti.
- Fai in modo che **solo i tuoi amici** possono chattare in tempo reale: gli altri dovranno mandarti la richiesta.
- Se ti scrivono cose davvero maleducate e offensive, non rispondere mai. **Blocca il contatto** in modo che non ti possono più scrivere. Potrebbe essere un cyberbullo, o gente strana.
- Cerca di **non incontrare offline** persone conosciute in chat. Se proprio devi farlo, segui le regole.

Se vedi qualcosa di "sospetto" mentre chatti, segnalalo subito a un adulto di cui ti fidi.

Incontrarsi offline

Se pensi che Internet sia il posto migliore in assoluto per fare nuove amicizie, forse c'è qualcosa che non va.

Hai mille possibilità di incontrare gente nella vita reale: la scuola, il gruppo sportivo, il tuo quartiere... Posti dove puoi valutare meglio, **capire davvero chi ti piace e chi no**. Chiediti perché preferisci Internet: ti dà più sicurezza? Solo così ti senti a tuo agio? Pensi ci siano persone migliori? Tendi a idealizzare? Dalle tue risposte potresti capire che ci sono cose che non vanno nei tuoi rapporti con le persone "reali". Cose che prima o poi dovrai affrontare, no? Internet è un'opportunità in più, ma **non ti aiuta sempre** a risolvere questi problemi, anzi...

Incontrare dal vivo persone conosciute online, per iniziare un'amicizia o qualcos'altro, **presenta dei rischi**. E' impossibile avere certezze. Anche se non è una persona pericolosa, di certo non è mai la stessa che abbiamo pensato di conoscere online. E allora ne vale la pena?

Se proprio ti senti di farlo, **segui almeno queste regole**:

- **Dillo ai tuoi** genitori. O come minimo a un adulto di fiducia, un fratello o una sorella maggiore.
- **Mai andare soli**. Portati un amico o un'amica. Se la persona che stai per incontrare non è d'accordo, non è certo un buon segno.
- Non dare **nulla per scontato**. Ma soprattutto, non dare per scontata quella sensazione di amicizia e di affidabilità che hai avuto online.
- Datevi un appuntamento in un **luogo pubblico**, dove possono vedervi molte persone.

Telefonino

Il rischio più grande legato all'uso del telefonino è... quello di diventare **telefonino-dipendenti!** Troppo tardi, vero? Probabilmente già lo usi per organizzarti la giornata, rimanere in contatto con gli amici, avvertire i tuoi, divertirti, scattare foto, navigare su Internet... Insomma, non ne puoi più fare a meno!

Ma usarlo sempre non significa **saperlo usare**. Spesso si pensa che essere "bravi col telefonino" sia solo una questione di conoscenza tecnologica, o di aggiornarsi sulle ultime applicazioni. Non è così. Saperlo usare, significa prendere **precauzioni** in modo automatico, **non abusarne, reagire bene** di fronte ai problemi che può portare.

Leggi i nostri consigli:

A chi puoi dare il numero

- Solo a persone che conosci e **di cui ti fidi**. Mai a gente con cui hai parlato solo su Internet, ad esempio. Potrebbero assillarti come non avresti mai immaginato, o darlo a loro volta ad altre persone a cui non lo daresti mai.
- Per lo stesso motivo, rispetta la **privacy dei tuoi amici** e non dare a nessuno il loro numero, a meno che non ti autorizzino loro.

A chi puoi dare il numero

- Fai attenzione alle foto che fai e spedisce col tuo telefonino. Basta inviarle a qualcuno una sola volta, senza metterle su Internet, che già ne hai **perso il controllo** per sempre. Dai un'occhiata a Postare e poi pentirsi.
- Sarebbe giusto **chiedere il permesso** alle persone che hai immortalato, prima di spedire o di pubblicare online le foto. Hanno diritto a decidere sulla loro privacy.
- Se ti arriva sul telefonino un'immagine che ti sembra privata o che può offendere qualcuno, **non girarla** mai a nessuno. Potresti fare del cyberbullismo, senza neanche rendertene conto.

Se ti prendono di mira

Il telefonino, purtroppo, consente a certa gente di bersagliarti con SMS, telefonate anonime o squilletti vari, potenzialmente 24 ore su 24. Si tratta di cyberbullismo e questo è solo uno dei modi per darti fastidio e intimorirti. Devi **imparare a reagire** nel modo giusto.

Se perdi il cellulare

Blocca subito il numero di telefono contattando il gestore di telefonia mobile. E cambia subito le password della tua posta elettronica, di Facebook e degli altri eventuali Social Network, se il tuo telefonino le aveva già impostate. E' importante. Potresti subire un **furto d'identità**.

Virus

Mentre usi Internet, scarichi musica, visiti siti o apri l'allegato di un'e-mail, il tuo PC può prendersi un virus. Si tratta di un programmi che si stabiliscono nel tuo computer e possono **modificare file** e tutto ciò che hai lì dentro.

Una vera rogna, parliamoci chiaro. Potresti perdere all'improvviso tutte le ricerche per la scuola, anni di foto e video che hai fatto, o **rimanere senza computer** per settimane... In più, una volta che il tuo PC si è preso un virus, puoi **trasmetterlo** ai tuoi amici senza neanche accorgertene. Non è proprio un bel regalino.

Per evitare tutto questo, segui i nostri consigli. Magari fallo insieme a un adulto che ne capisce, sarà ancora più facile. Basta che fai tutto la prima volta, e poi diventerà un'abitudine semplice e quasi automatica.

Cose da fare

- Installa un **software antivirus e un antispyware**. Ti servono entrambi, puoi scaricarli anche nella versione gratuita. E dovresti aggiornarli di continuo (è una richiesta che una volta installati ti fanno in automatico), altrimenti non ti proteggono sugli ultimi pericoli in giro per la rete.
- Ti serve anche un **Firewall**, che probabilmente il tuo computer già possiede. Accertati che sia settato per accendersi ogni volta che sei su Internet.
- Fai un **back up** il più spesso possibile. Ovvero: salva tutti i file del tuo computer su un CD, DVD o su un hard disk esterno (che contiene molto più spazio). Non si sa mai.
- Quando scarichi qualcosa da Internet, accertati se puoi **fidarti del sito**. E' un sito famoso? Te l'hanno consigliato o l'hai trovato navigando a caso? Le informazioni sono attendibili? Ci sono molte pop-up? Spesso alcuni tipi di siti (come quelli per adulti) hanno più probabilità di nascondere virus o trojan quando scarichi. Ma il pericolo può stare anche altrove.

Cose da non fare

- Meglio evitare di scaricare **software pirata**: potrebbero contenere già dei virus al loro interno.
- **Non aprire e-mail con allegato** che arrivano da sconosciuti. Se capisci che potrebbero essere spam, cancellale subito.
- Se i tuoi amici ti mandano email con allegati che non ti aspetti di ricevere, **insospettisciti**. Potrebbero contenere dei virus e essere state mandate senza che loro lo sappiano, perché hanno il computer infetto.
- **Non cliccare mai le pop-up** che escono fuori da siti “sospetti”, neanche per chiuderle. A volte il tasto è ingannevole, c’è scritto “chiudi” ma in realtà è il comando per scaricare spyware.

Social network

Se hai già il tuo profilo su un Social Network, sai quanto può assorbirti. Ci metti un pezzo di te, lì dentro. Gestisci la tua immagine, condividi le tue passioni, coltivi rapporti e affetti... E’ una specie di **seconda vita**, vero? Meno importante della prima (si spera), dove però dovresti comportarti altrettanto bene. Seguire **regole di convivenza** e non solo.

Un esempio: andresti mai a scuola in pigiama? Ti metteresti mai a parlare col primo sconosciuto che incontri per strada? Beh, le regole nei Social Network sono un po’ diverse, ma neanche poi tanto. Sono modi di comportarsi che non nascono a caso, ma per evitare fraintendimenti, incomprensioni, brutte figure. Per rispettare se stessi e gli altri. E non da meno, queste regole servono per **tenere alla larga** brutte situazioni. Che sono sempre possibili.

Perché un’altra cosa che hanno in comune la vita “reale” con quella nei Social Network, è che in entrambe quello che fai può avere **conseguenze vere**. Altro che “virtuale”! C’è davvero poco di virtuale quando parliamo dei nostri sentimenti, della nostra identità, delle persone reali che sono dietro ogni “profilo” con cui interagiamo. Persone in carne e ossa, che possono farci stare bene, così come ferirci.

Leggi i consigli:

Proteggi i tuoi dati

- **Non condividere mai informazioni personali**: sul profilo, sui post, in chat. Evita di comunicare cose come numero di telefono, età, indirizzo, scuola che frequenti e altre info che ti possono rendere rintracciabile fisicamente. Per saperne di più visita la sezione [Incontrare gente strana](#).
- Controlla sempre come è **settata la privacy** del tuo profilo. Fatti aiutare dai tuoi genitori o da un adulto esperto. Fai in modo che solo i tuoi amici possono leggere i tuoi post, vedere le tue foto, accedere ad alcune informazioni su di te.
- Non dare mai a nessuno la tua **password**, neanche a un amico. Potrebbe perderla o divulgarla senza rendersene conto.

Seleziona gli amici

- Non accettare tutte le richieste di amicizia. Non cedere alla competizione del “**chi ha più amici**”. Ormai lo sanno tutti che dopo diventa tutto complicato, e non sai più a chi dici cosa...
- Cerca di **non incontrare dal vivo** persone conosciute solo in un Social Network. Se proprio devi farlo, dillo a un adulto di cui ti fidi e segui delle regole.
- Se ricevi **messaggi molesti** o se ti dà davvero fastidio qualcosa che hanno postato contro di te, non rispondere alla provocazione.

Come postare

- **Pensaci due volte** prima di postare una foto, un video o un messaggio personale. Per la tua sicurezza, ma anche per la tua reputazione. Tutto ciò che metti su Internet è per sempre, e possono vederlo davvero tutti.

- Non dare un'immagine di te **troppo "provocante"**. Oltre al fatto che potresti pentirtene in futuro (e ormai sarà è troppo tardi...), attiri più facilmente persone male intenzionate. Guarda che succede postando messaggi spinti.
- Fai **rispettare** la tua privacy, ma rispetta anche quella degli altri. Non scrivere messaggi cattivi, e non girare foto o info contro qualcuno. Potresti partecipare a un'azione di cyberbullismo, magari senza accorgertene.