

## **Guida per i Genitori: Come Aiutare i Figli**

### **1. Informati sul cyberbullismo**

Comprendi cosa significa, come si manifesta e quali sono le conseguenze per i ragazzi.

### **2. Mantieni il dialogo aperto**

Parla regolarmente con tuo figlio del suo uso della tecnologia e delle sue esperienze online.

### **3. Riconosci i segnali di disagio**

Osserva cambiamenti nel comportamento, come isolamento o calo del rendimento scolastico.

### **4. Imposta regole per l'uso della tecnologia**

Definisci orari e modalità di utilizzo di dispositivi digitali e social media.

### **5. Controlla e supporta**

Monitora discretamente le attività online di tuo figlio e incoraggialo a condividere eventuali problemi.

### **6. Collabora con la scuola**

In caso di episodi di cyberbullismo, informa gli insegnanti e collabora con loro per trovare soluzioni.

### **7. Insegna l'empatia e il rispetto**

## **Guida: Cos'è il Cyberbullismo e Come Riconoscerlo**

Educa tuo figlio a rispettare gli altri, sia online che offline.