



# Come e a chi chiedere aiuto



## Definizione

Quando ci troviamo di fronte a qualche difficoltà sui social media, ci sembra di non avere nessuno a cui rivolgersi. In questa risorsa scoprirai come e a chi chiedere aiuto.



## Perché è importante?

I social media sono ottimi strumenti, per uso pedagogico o per la comunicazione, ma possono anche servire a scopi malevoli. Indipendentemente dall'età, dal sesso o dall'uso dei social media, si possono fare incontri spiacevoli (cyberbullismo, discriminazione, molestie, problemi legali, problemi di salute mentale, abusi online, ecc.). Ci si può prevenire con le impostazioni della privacy, ma si può comunque essere intercettati in certi modi. È molto importante parlare con qualcuno se è il tuo caso e sapere a chi chiedere aiuto.



## Suggerimenti e trucchetti

- Prova a parlarne con un parente o un amico vicino e fidato. Non risolverà il problema, ma avere un sostegno e un orecchio attento può aiutare ad affrontare meglio la difficoltà. Nel caso in cui non abbiate nessuno con cui condividere il problema, puoi provare a raggiungere una linea di assistenza, come ad esempio [telefono amico](#).
- È possibile rivolgersi alla polizia e sporgere denuncia, in quanto le piattaforme di social media e Internet sono regolamentate dalla legge. Fotografate tutto per avere una prova nel caso in cui il problema debba essere segnalato alle autorità per un'azione legale..
- Se avete problemi su un social media, potete chiedere aiuto direttamente alla piattaforma. Ad esempio, la pagina di [supporto di Instagram](#) può guidarti.



## Risorse e strumenti utili



È possibile trovare la pagina di supporto di Twitter [sugli abusi](#) sul loro centro di assistenza. Fornisce informazioni su come segnalare e consigli su cosa fare. Nel [centro assistenza di Twitter](#) potete trovare altre risorse per la sicurezza, che possono aiutarvi anche con altre piattaforme di social media.



È possibile trovare consigli e risorse per la sicurezza e la privacy nella [pagina "Argomenti" di TikTok](#). Ci sono diversi argomenti come "contrastare l'odio su TikTok", "disturbi alimentari" o anche "suicidio e autolesionismo".





## RISORSE SULLA SICUREZZA



Anche la [pagina di sicurezza di Instagram](#) è utile, per molti argomenti. Può trattarsi di questioni di sicurezza, su come segnalare account, commenti, in caso di violazione della proprietà intellettuale, truffe e frodi.



Il Safer Internet Center del Regno Unito raccoglie tutte le informazioni sulle principali e più famose piattaforme di social media, su come chiedere aiuto e su chi contattare. La pagina si chiama "[Consigli sulle principali piattaforme e app di social media](#)" (in inglese).



Cofinanziato  
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono ritenersi responsabili.