

# PATTO DIGITALE FAMIGLIE IN RETE TORINO

## SCUOLA SECONDARIA

### 1. SMARTPHONE PERSONALE CONNESSO ALLA RETE



- Attendere almeno fino alla fine della seconda media per la consegna a mio/a figlio/a dello smartphone
- Prevedere un periodo di accompagnamento per un accesso graduale e guidato nell'utilizzo dello smartphone prima della consegna definitiva
- **E SE L'AVESSI GIÀ CONSEGNA TO?** È ancora più importante aderire e stabilire con i propri figli le regole di utilizzo, oltre a partecipare ai momenti di educazione digitale che verranno organizzati.

### 2. PARTECIPAZIONE ATTIVA E CONSAPEVOLE DEI GENITORI AL PROGETTO



Gli adulti (genitori, educatori e insegnanti) si impegnano a favorire un utilizzo attivo, creativo ed equilibrato delle tecnologie anche attraverso **momenti condivisi dedicati all'educazione e alla consapevolezza digitale**.

Attraverso momenti di formazione specifica per i genitori, suggerimenti di letture, incontri con esperti, cineforum, attività pratiche insieme.

### 3. REGOLE PER L'UTILIZZO DEI DISPOSITIVI *parola d'ordine: gradualità*

#### • APP E SOCIAL IN REGOLA CON L'ETÀ:

No all'utilizzo autonomo dei Social prima dei 13 anni (limite indicato dalle piattaforme, mentre la normativa italiana sulla privacy alza l'età minima a 14 anni). Secondo gli esperti ci sono seri motivi per rispettare i limiti indicati dalle app legati alla privacy, alla sicurezza personale e agli effetti psicologici.

#### • LIMITI DI TEMPO E FIRMA CONTRATTO GENITORI/FIGLIO:

Concordare le regole su orari e luoghi, evitando l'utilizzo degli schermi prima del sonno e in camera, controllando le ore complessive e definendo regolarmente giornate senza schermi. Sottoscrivere un contratto per l'utilizzo dello smartphone con il proprio figlio.

#### • SMARTPHONE TRASPARENTE FINO AI 14 ANNI:

I genitori devono conoscere le password dei figli e controllare periodicamente le chat, cronologia e app utilizzate, non di nascosto ma possibilmente assieme ai figli.

#### • PARLARE COI FIGLI DI RISCHI E OPPORTUNITÀ

Dedicare tempo per condividere le attività dei figli online, verificare i contatti e proporre il digitale come strumento per informarsi e allenare la creatività.

## QUALI RISCHI?

### ● PROBLEMI FISICI

Aumento dei problemi alla vista e alla postura, disturbi del sonno e dell'alimentazione

### ● PROBLEMI COGNITIVI

Difficoltà di concentrazione e apprendimento, diminuzione dei tempi di attenzione, riduzione della creatività.

### ● CONSEGUENZE PSICOLOGICHE

Paure e traumi legati alla visione di contenuti per adulti. Ansia e svalutazione personale di fronte a modelli estetici e di successo distorti su web e social.

### ● REATI E PERICOLI ONLINE

Violazione privacy, insulti e offese online, cyberbullismo, contatti con malintenzionati, emulazione di sfide pericolose online.

## APPROFONDIMENTI

### ● C'È UN'ETÀ GIUSTA PER LO SMARTPHONE?

Secondo il parere di numerosi esperti lo smartphone personale non è adatto prima dei 12 anni in quanto stimola all'uso costante in qualunque situazione, anticipa l'uso di app e di social e quindi di comportamenti a rischio. Per questi motivi si consiglierebbe di aspettare almeno la fine della seconda media. Non dimentichiamo che ci sono molte soluzioni alternative (ad es. i cellulari vecchio stile).

### ● QUANTO DURA E COME FUNZIONA IL "PERIODO DI ACCOMPAGNAMENTO"?

È un periodo in cui si utilizza lo smartphone insieme per assicurarsi che siano state apprese le regole di base per il suo utilizzo corretto. Può durare tre, sei mesi o anche più: dipende dall'età e dalla maturità del figlio. Come fare? Ad esempio, all'inizio si usa lo smartphone sempre insieme, massimo mezz'ora al giorno, poi gradualmente si alternano momenti di utilizzo autonomo e momenti di uso condiviso fino ad arrivare ad un uso pienamente autonomo nel rispetto di orari e regole condivisi. Il genitore deve poter accedere sempre e comunque allo smartphone quando lo ritiene opportuno.

### ● PERCHÉ MIO FIGLIO DEVE ASPETTARE 14 ANNI PER USARE DA SOLO I SOCIAL NETWORK?

È un requisito di legge dal 2018 a seguito del Regolamento europeo sulla Privacy. Riguarda tutti i Social Network. Ad alcuni può sembrare eccessivo, ma ci sono molti motivi seri per rispettarlo, non solo dal punto di vista legale, ma anche del benessere psicologico dei minori.

N.B.: la legge si riferisce all'utilizzo autonomo (apertura di account personali) da parte dei minori: è consentito quindi prima dei 14 anni l'utilizzo insieme ai genitori o con il loro stretto monitoraggio.

### ● QUINDI DEVO "SPIARE" MIO FIGLIO? E IL SUO DIRITTO ALLA PRIVACY?

Il rispetto della privacy dei figli è importante, ma viene dopo il dovere legale ed educativo di vigilanza e tutela. Nel caso specifico dell'accesso ad Internet, la privacy non può esistere: in rete si può essere autori o vittime di reati anche gravi. Per questo il genitore ha un dovere legale di vigilanza, in particolare fino ai 14 anni d'età del figlio, età entro la quale è responsabile legalmente al 100% dei suoi comportamenti.

### ● NON IN CAMERA LA NOTTE? MIO FIGLIO INSISTE CHE LO USA SOLO COME SVEGLIA

È vero: il cellulare come sveglia funziona benissimo. Ma tenuto in camera di notte comporta dei rischi seri sia per la salute che per la sicurezza digitale. Anche se spento, la tentazione di accenderlo in certi periodi può essere troppo forte. Meglio farsene una ragione e comprare una sveglia!

### ● REGOLE, LIMITI E GIORNATE "SENZA SCHERMI"

I consigli principali degli esperti: evitare gli schermi durante i pasti, prima del sonno (almeno mezz'ora prima) e prima di andare a scuola. Non superare le due ore totali al giorno, fare pause frequenti e giornate senza schermi (ogni settimana) per favorire attività alternative, la socialità e prevenire le dipendenze digitali. Evitare l'utilizzo in camera e nei luoghi dove non c'è la supervisione di un adulto. Ricordiamo infine l'importanza dell'esempio degli adulti: perché non fare le giornate senza schermi con tutta la famiglia?

*Sottoscrivendo il presente documento ci impegniamo e ci sfidiamo a rispettare nella quotidianità le seguenti regole decise insieme per promuovere, sia nella nostra casa sia nella comunità, un uso sano, responsabile e creativo dei media digitali*

**Sottoscrivi il patto delle Famiglie in Rete di Torino su: [www.pattidigitali.it/famiglie-torino/](http://www.pattidigitali.it/famiglie-torino/)**