

# Decalogo NeoConnessi:

10 passi per famiglie consapevoli e protette in Rete

PASSO

1



**Primi passi in Rete:  
un'esperienza  
da fare insieme**

PASSO

2



**Mai più senza  
Parental e Self  
Control**

PASSO

3



**La qualità oltre  
alla quantità**

PASSO

4



**Facciamo i bravi...  
cittadini digitali**

PASSO

5



**Sempre gentili,  
anche online**

PASSO

6



**Alleniamoci a non  
cadere nelle trappole  
del Web**

PASSO

7



**La nostra identità  
online ha valore!**

PASSO

8



**Stimoliamo creatività  
e passioni  
anche in Rete**

PASSO

9



**Cerchiamo il giusto  
equilibrio  
fra digitale e reale**

PASSO

10



**Scopriamo il futuro  
digitale con curiosità  
e ottimismo**



# 1 Primi passi in Rete: un'esperienza da fare insieme

## Miniguida

I bambini sono attratti dai contenuti che scorrono sugli schermi e resterebbero ore a guardarli e a interagire con essi. Per noi adulti è fondamentale **capire di cosa si tratta** e cosa realmente rappresentano per loro: perché trovano tanto piacere nel guardare video, giocare con i videogames e utilizzare le chat? Quali dei loro bisogni soddisfano?

L'invito è: **sediamoci accanto a loro**, osserviamoli, ascoltiamo e, con coraggio, avventuriamoci con loro nel magico mondo di una serie tv fantasy, di un videogioco che già sembra un metaverso\*, di un'App che aumenta la realtà, di una piattaforma in live streaming in cui usano termini per noi incomprensibili.

**Saranno proprio i bambini ad aiutarci** e a mostrarci come funziona l'App o il videogioco che amano tanto. **In questo modo sarà più facile indicare loro la strada** quando si porranno eventuali questioni di tutela della privacy, di rispetto di regole basilari per la convivenza online e di un uso del digitale a favore del benessere fisico e psicologico. Educatori, genitori, zii, nonni... tutti dobbiamo scoprire i mondi virtuali frequentati dai bambini, per rimanere in contatto con loro, per guidarli e proteggerli se necessario.

\*Concetto che prefigura un insieme di mondi virtuali e reali interconnessi, popolati da avatar

# 2 Mai più senza Parental e Self Control

## Miniguida

Il secondo passo per la convivenza armoniosa dei bambini con il digitale è l'**impostazione di regole**. È necessario che le indicazioni per l'utilizzo di dispositivi e piattaforme siano coerenti allo "stile educativo" di ciascuna famiglia. Le regole devono essere aperte a modifiche: in un contesto in cui tutto evolve, **la flessibilità è probabilmente la prima vera regola da seguire**.

I sistemi di **parental control** offrono agli adulti un grande aiuto nell'impostare i limiti di accesso alle piattaforme e ai contenuti online.

Nel tempo, occorre iniziare un percorso che li porti a raggiungere **autonomia e capacità di autoregolamentazione** anche nella dimensione digitale. Il dialogo e il confronto sui temi della sicurezza, della privacy e del benessere allora saranno più efficaci di qualunque sistema di parental control.



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ **Accompagniamo i bambini** nell'universo digitale, rimaniamo per loro un esempio e punto di riferimento
- ▶ **Guardiamo insieme** un video o un film, giochiamo con loro con un'App o un videogioco: è un'occasione per far incontrare le generazioni
- ▶ Usiamo gli strumenti e i contenuti digitali come **opportunità di dialogo** e confronto con i bambini



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ **Stabiliamo insieme le regole** di utilizzo del digitale in famiglia
- ▶ Usiamo le **opportunità del parental control**, affinché siano per i bambini un sostegno alla loro vita in Rete
- ▶ Guidiamo i bambini nell'acquisire progressiva **autonomia e sicurezza** nell'esplorazione dell'universo digitale

## 3 La qualità oltre alla quantità

### Miniguida

Spesso noi adulti ci preoccupiamo della quantità di tempo che i bambini trascorrono davanti a uno schermo, ma dobbiamo porre attenzione anche alla **qualità dei contenuti** e delle esperienze che vivono mentre sono connessi, valutare come le singole attività digitali possono intrattenere, far crescere o danneggiare i bambini.

Per quanto molto attenta a indicare la quantità di tempo che i minori possono trascorrere di fronte agli schermi a seconda dell'età, anche l'**American Academy of Pediatrics** nelle sue linee guida suggerisce di **prestare attenzione al tipo di contenuti e di esperienze digitali**, perché siano un'**opportunità educativa** e non mera fonte di distrazione.

Cerchiamo di capire chi c'è dall'altra parte dei loro schermi e se stanno impostando **conversazioni e rapporti di qualità**.

Osserviamo quindi non solo che tipo di gioco li coinvolge, ma anche cosa stanno imparando, che **emozioni stanno vivendo** e che persone stanno incontrando online. Ricordiamoci che esistono App e piattaforme che possono essere usate per esplorare insieme il reale. Avete mai osservato il cielo stellato o lo skyline delle montagne mediante un'App di realtà aumentata?



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ **Selezioniamo buoni contenuti** per i bambini anche nella sfera digitale
- ▶ Non focalizziamoci solo sul tempo schermo ma anche sulla **qualità dei contenuti e delle esperienze**
- ▶ Chiediamo ai bambini di **condividere con noi le emozioni** che vivono e le persone che incontrano virtualmente quando sono online

## 4 Facciamo i bravi... cittadini digitali

### Miniguida

Per essere "bravi cittadini digitali" è necessario **imparare a vivere negli spazi virtuali**, evitare i rischi e coglierne le opportunità.

Secondo il quadro delle competenze digitali\* elaborato dalla Commissione Europea, è necessario che anche i bambini apprendano le **norme di comportamento** per usare in modo **consapevole e responsabile** le tecnologie, muovendosi in uno spazio digitale sicuro, inclusivo e sempre civile. Possiamo partire da semplici operazioni come la condivisione di una foto o di un'informazione in Rete, nel rispetto della privacy e del benessere di tutti.

Il grande vantaggio della rete è di **connettere le persone**, al di là delle barriere fisiche e di quelle relative alle diverse abilità. Il mondo digitale ha infatti abbattuto molti confini e reso accessibili contenuti, esperienze, relazioni. **Facciamo apprezzare ai bambini le possibilità** che la tecnologia ha dato per comunicare e realizzare progetti insieme agli altri, includendo e **considerando la diversità una ricchezza**.



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Insegniamo ai bambini **diritti e i doveri** dei cittadini digitali quando condividono contenuti e informazioni online
- ▶ Facciamoci portavoce dei valori di **inclusività e accessibilità** per diffonderli anche nel mondo digitale
- ▶ Mostriamo ai bambini le **opportunità** che la Rete offre per comunicare con gli altri e condividere esperienze anche a distanza

\*Il **DigComp 2.2** è il documento che contiene le linee guida per l'Educazione Digitale nell'UE

## 5 Sempre gentili, anche online

### Miniguida

Nelle interazioni in Rete, tutti, bambini e adulti, rischiamo di perdere di vista l'umanità di chi si trova al di là dello schermo. Può capitare che si parta da un semplice insulto per finire in episodi gravi di cyberbullismo. Spesso infatti i bambini non sono in grado di prevedere le conseguenze delle loro azioni nel mondo reale e quindi nemmeno nel mondo virtuale.

Diventa allora fondamentale impegnarsi nel **coltivare la gentilezza online**. Prima ancora che di regole di comportamento, con i bambini parliamo di gesti "virtuali" che possono ferire: online si moltiplicano le possibilità di nuocere alle persone. Alimentiamo dunque **rispetto ed empatia** anche nei videogiochi e nel metaverso. Solo così la "netiquette"\* e il giusto comportamento potranno essere realmente comprese e messe in pratica nello spazio virtuale.

\*Le regole informali di comportamento in Rete volte a favorire il reciproco rispetto tra gli utenti



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Scriviamo la **netiquette** della nostra famiglia insieme ai bambini
- ▶ Insegniamo a praticare **gentilezza online**, per combattere il bullismo e l'hate speech (discorsi di odio, espressioni di odio) in Rete
- ▶ Confrontiamoci in modo costruttivo e civile anche negli ambienti online, **rassicuriamo i bambini** sull'esistenza di istituzioni, come la **Polizia Postale**, che si occupano proprio della tutela dei cittadini in caso di crimini compiuti online

## 6 Alleniamoci a non cadere nelle trappole del Web

### Miniguida

Viviamo in un mondo complesso, fuori e dentro la Rete. È importante aiutare i bambini a comprendere come funziona l'universo digitale e proteggerli dai rischi che potrebbero incontrare online. **Aiutiamoli a riflettere**, ad esempio, chiedendo loro se sanno da chi è stata scritta Wikipedia o perché visualizzano video diversi dai loro amici quando fanno la stessa ricerca su YouTube.

Dobbiamo **accrescere in loro la consapevolezza** dei pericoli più comuni, allenarli a individuare dove possono nascondersi i pericoli in Rete. È il primo passo per evitare di essere vittima dei tranelli del Web. Scopo dell'educazione digitale a scuola\* è, anche, **insegnare come tutelare il proprio benessere fisico e psicologico**.

Dobbiamo quindi affiancare i bambini mentre navigano in ambienti social, aiutarli a non dare nulla per scontato, a **porsi sempre delle domande**. Chiediamo loro se quella notizia tanto divertente sull'arrivo dei marziani sia vera o sia solo una bufala. **Consapevolezza e spirito critico** sono il miglior antidoto ai rischi in ogni situazione.

\*Come stabilito dalla **legge 92/2019**, l'insegnamento trasversale dell'educazione civica prevede anche l'educazione alla cittadinanza digitale



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Impariamo con i bambini a condividere le **logiche e i meccanismi** di funzionamento dell'universo online
- ▶ Accompagniamoli mentre navigano online o frequentano gli ambienti social, **aiutiamoli a porsi domande** e a sviluppare spirito critico
- ▶ Parliamo con i bambini dei **pericoli e dei rischi in Rete**

## 7 La nostra identità online ha valore!

### Miniguida

Attraverso la Rete si manifesta una parte della **nostra identità**. Su Facebook o Instagram raccontiamo un po' di noi stessi e della nostra vita. Dunque anche online **esistono informazioni che è bene condividere e altre che invece è bene tenere per sé**. Comprendere questo concetto aiuta i bambini a tutelare la loro privacy e a prendersi cura dell'immagine di sé che trasmettono online.

Anche in questo caso **il nostro esempio è fondamentale**: stiamo attenti alle foto che condividiamo sui social e parliamo con i bambini di come tutelarsi da un'esposizione eccessiva.

È necessario noi tutti, soprattutto i più piccoli, si comprenda che quando navighiamo, mettiamo like o un commento a un post, o facciamo una ricerca in rete, **lasciamo importanti informazioni di noi**. I dati possono infatti essere utilizzati per condizionare i nostri comportamenti, gusti e scelte di vita: a cominciare dalla marca di scarpe che acquisteremo, fino alla meta della prossima vacanza.\*

\*Il Garante per la Privacy ha elaborato un **vademecum** per l'utilizzo sicuro della Rete da parte dei più piccoli disponibile a questo link [www.garanteprivacy.it/temi/minori](http://www.garanteprivacy.it/temi/minori)



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Spieghiamo ai bambini, facendo degli esempi, il concetto di **privacy** e perché è importante tutelarla soprattutto online
- ▶ Insegniamo a **dare valore ai dati** e capiamo come vengono utilizzati dagli operatori digitali
- ▶ **Selezioniamo con i bambini le informazioni** che condividiamo in Rete, per costruire e tutelare una identità digitale e la reputazione online

## 8 Stimoliamo creatività e passioni anche in Rete

### Miniguida

È importante valutare la **qualità delle esperienze** che i bambini vivono attraverso gli schermi fin dal loro primo approccio col telefonino o col tablet. Dobbiamo offrire contenuti adeguati alla loro età, non esponendo un piccolo di 4 anni a una serie tv per ragazzi più grandi.

Proponiamo ai bambini anche attività digitali che **sollecitano domande e aiutano la creatività**, sfruttiamo la dimensione interattiva di un'App che invita ad associare figure e suoni.

**Stimoliamo i bambini a coltivare anche in Rete le loro passioni**, all'interno di community in cui condividere i propri interessi: scopriranno che **collaborare** a progetti comuni, nello stesso videogioco o in una piattaforma creativa, vivendo la stessa esperienza pur essendo distanti, è un'opportunità entusiasmante. Educhiamoli a sfruttarla in sicurezza.



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Usiamo la rete come spazio per l'espressione della **personalità e della creatività**
- ▶ Usiamo gli ambienti digitali per **coltivare passioni** e partecipare a progetti collaborativi
- ▶ Utilizziamo gli strumenti digitali **evitando un consumo passivo**

## 9 Cerchiamo il giusto equilibrio fra digitale e reale

### Miniguia

Smartphone, PC, console e tablet sono entrati nella nostra quotidianità come strumenti utili e divertenti. Talvolta diventano però invadenti e sottraggono tempo ad altre attività e alle relazioni. Come adulti abbiamo la responsabilità di **stabilire regole e indicare comportamenti corretti** per gestire la vita online. Dobbiamo educare i bambini a un **uso equilibrato del digitale**.

Il digitale non deve infatti influire sul sonno, sullo sport, sulla lettura, sugli incontri con gli amici, cose che devono occupare la maggior parte del tempo nel reale. È una buona abitudine **suddividere e organizzare il tempo** in maniera equilibrata\*.

Inoltre, soprattutto in ambito digitale è utile **variare il tipo di contenuti**, proponendo ai bambini **alternative di qualità** che non si limitino a video e videogiochi. Li educiamo a mangiare cibi diversi per rimanere in salute e, allo stesso modo, dobbiamo assicurarci che il loro consumo mediale fornisca **spunti differenti** e favorisca un sano sviluppo psicologico, emotivo, intellettuale e sociale.

Spegniamo il nostro cellulare... è un ottimo esempio!

\*Nel libro "3-6-9-12. Diventare grandi all'epoca degli schermi digitali", lo psichiatra francese Tisseron ha coniato il termine "dieta mediale": come esistono regole per la dieta alimentare del bambino, allo stesso modo è possibile impostare una dieta degli schermi, per imparare a usarli correttamente



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Facciamo una lista di **attività divertenti da svolgere offline**
- ▶ **Alterniamo le attività digitali** durante l'arco della settimana: non solo videogiochi e YouTube, ma anche film, audiolibri, podcast...
- ▶ Continuiamo a **coltivare relazioni** e a mostrare ai bambini che esiste una continuità tra mondo reale e mondo online

## 10 Scopriamo il futuro digitale con curiosità e ottimismo

### Miniguia

"Il digitale è qui per restare". Questa frase spiega come una fetta della nostra quotidianità si svolga ormai nella sfera virtuale. Rischia però di suonare come una minaccia. **Un rifiuto netto della tecnologia non ci aiuta tuttavia a gestirla**, a coglierne i vantaggi e a limitarne i rischi.

Le generazioni più mature spesso guardano con sospetto alle innovazioni tecnologiche, non comprendendo l'entusiasmo con cui i giovani accolgono le novità.

Se abbandoniamo questi pregiudizi possiamo andare alla scoperta dei luoghi virtuali in cui bambini e ragazzi si "incontrano", parlano nuovi linguaggi e **attivano nuove modalità di relazione**. **I bambini sono i più adatti ad accompagnarci** in questa esplorazione: ci aiutano a guardare al futuro con più fiducia in modo da avere l'opportunità di coltivare insieme a loro esperienze di cittadinanza digitale.



### Pillole di cyber-saggezza

- ▶ Elenchiamo insieme ai bambini **le attività che vengono agevolate ogni giorno grazie al digitale**
- ▶ Impegniamoci veramente a **capire il mondo delle nuove generazioni** senza giudicarle
- ▶ Guardiamo con **fiducia e curiosità al futuro e alla tecnologia**