Città di Lecco

PATTO EDUCATIVO DIGITALE

10 - 13 ANNI

Presi tra due mondi: il bisogno di libertà e il bisogno di guida

Obiettivo del patto

Accompagnare preadolescenti e adolescenti in un uso consapevole, graduale e responsabile della tecnologia, prevenendo i rischi e promuovendo la relazione, il pensiero critico e la cittadinanza digitale.

Perché è importante questo patto

Tra i 10 e i 13 anni, i ragazzi:

- cercano autonomia e sperimentano una prima forma di identità digitale
- sono emotivamente vulnerabili, più esposti al confronto sociale, ansia da prestazione, bisogno di appartenenza
- non hanno ancora competenze critiche pienamente sviluppate: distinguere contenuti sicuri, riconoscere fake news, gestire privacy e tempo online è difficile senza guida (attenzione ad attribuire ad alcuni bambini e ragazzi una maturità che non è detto che sia comunque sufficiente per affrontare in autonomia il mondo virtuale)
- l'esposizione agli schermi (qualsiasi schermo, compresa la tv) **non deve superare le 2 ore al giorno**

Dati da conoscere *(fonti: Telefono Azzurro, EU Kids Online, Generazioni Connesse)*

- il 90% degli 11enni ha accesso quotidiano a uno smartphone personale
- il 60% è presente su almeno un social, nonostante il divieto legale
- in aumento tra 10 e 13 anni: cyberbullismo, esposizione a contenuti sessualmente espliciti, uso problematico di videogiochi, disturbi del comportamento alimentare e del rapporto con il proprio fisico, disturbi emotivi e nel controllo delle emozioni e disturbi del sonno.

Indicazioni fondamentali

- Non regalare uno smartphone personale alla Cresima: regalare uno strumento connesso senza accompagnamento educativo espone i ragazzi a un mondo senza filtri.
- Se si sceglie comunque di introdurre un dispositivo personale:
  - non consentire l'accesso ai Social Media
  - installazione di app esclusivamente previo accordo con i genitori
  - navigazione mettendo filtri e controllando spesso i dispositivi in uso
  - uso concordato, in luoghi comuni della casa, con regole condivise, tempi limitati e controllo genitoriale.
  - installazione di app di parental control e di app di monitoraggio del tempo di connessione e blocco delle app superato il tempo concordato

Quando consegnare uno smartphone personale con accesso autonomo alla rete?

- non prima dei 14 anni, età in cui ragazzi e ragazze possono iniziare ad avere maggiore capacità critica, autonomia organizzativa e strumenti emotivi per affrontare il mondo online
- prima di quella soglia, è possibile valutare dispositivi "a uso condiviso e accompagnato" (usare il cellulare dei genitori anche per scambi con gli amici), con limiti precisi, strumenti di monitoraggio attivi e uso in spazi aperti e supervisionati

Firma qui

PATTI DIGITALI

FONDAZIONE SINDERESI
praticare l'etica

Città di Lecco

PATTO EDUCATIVO DIGITALE

10 - 13 ANNI

Rischi dell'uso autonomo della rete:

- Esposizione a contenuti pericolosi (violenza, pornografia, odio, autolesionismo, giochi d'azzardo)
- Contatti con sconosciuti, grooming e manipolazioni emotive
- Rischio di dipendenza, alterazioni del sonno, isolamento e difficoltà emotive, scatti d'ira (in questa fascia d'età il picco dopaminico è al massimo e la possibilità di sviluppo di dipendenza è elevatissimo)
- Calo della concentrazione e del rendimento scolastico

Contenuti e strumenti: cosa sì, cosa no

Consigliati (con accompagnamento adulto):

- Documentari, serie e podcast educativi (arte, ambiente, storia, legalità, emozioni);
- App per studio e concentrazione *(Forest, Tide, MindMeister, Quizlet)*;
- E-reader per promuovere la lettura;
- App per coding, creatività, video-making guidato *(CapCut, Canva in modalità offline, Scratch)*;
- Ambienti digitali protetti per la classe *(Google Classroom, Edmodo)*;
- Videogiochi cooperativi adatti all'età e con limiti stringenti di tempo *(Minecraft, giochi sportivi)*;
- Educazione alla produzione di contenuti (scrivere, montare video, fare storytelling digitale).

Da limitare fortemente o evitare:

- Social network *(TikTok, Instagram, Snapchat, WhatsApp)*: nessuna fretta: non è un diritto ma un'opportunità da guadagnare con maturità.
- YouTube libero: suggerito solo con contenuti selezionati, meglio ancora tramite canali educativi noti.
- Videogiochi multiplayer non filtrati *(Fortnite, Call of Duty, Roblox)*: contenuti violenti, dinamiche competitive estreme, rischio contatti indesiderati.
- App con sistema di like, commenti e follower: alimentano ansia da prestazione, confronti sociali e dipendenza.

Essere un buon esempio: comportamenti degli adulti

- Dai il buon esempio: niente telefono a tavola, a letto o nei momenti di relazione.
- Rispetta la loro immagine: non pubblicare foto o contenuti senza consenso.
- Attento a cosa scrivi: nei gruppi e sui social, i tuoi comportamenti parlano per te.
- Conosci le piattaforme: non essere esperti, ma informati e presenti, superando il proprio scetticismo e i propri limiti.
- Prepara il futuro digitale: parla con loro di privacy, reputazione e rispetto online.

Uso scolastico: regole e raccomandazioni

- Non delegare ai ragazzi la gestione autonoma del registro elettronico. La visibilità immediata e continua dei voti sul registro elettronico può creare ansia, ipercontrollo, confronti.
- La digitalizzazione è necessario che avvenga in classe. A casa l'utilizzo degli strumenti digitali costituisce una distrazione (mentre uso il digitale per studiare ricevo notifiche, vengo attratto dal desiderio di aprire app o social ecc.).
- Non comunicare attraverso chat informali (WhatsApp, Telegram): usare canali ufficiali.
- Introdurre occasioni di educazione digitale curricolare o extracurricolare.

Il nostro impegno condiviso

Sottoscrivere questo patto significa:

- Dare fiducia ai ragazzi senza lasciarli soli. Accompagnarli.
- Essere presenti nel loro mondo digitale, come lo siamo in quello fisico.
- Proteggerli senza controllarli ossessivamente, guidandoli con esempio, regole, dialogo e consapevolezza.
- Costruire insieme una cultura della rete più sana, più vera, più educativa.

FONDAZIONE SINDERESI
praticare l'etica

Per la sottoscrizione: https://pattidigitali.it/lecco

Città di Lecco

PATTO EDUCATIVO DIGITALE

10 - 13 ANNI

Prevenzione:

- Max 2 ore al giorno di schermo, in brevi sessioni
- No schermi prima di dormire (almeno 1 ora di "disconnessione" prima del sonno)
- Usare i dispositivi in spazi condivisi
- Evitare l'uso durante momenti di relazione

Ricordare: il dispositivo è uno strumento, non un'estensione di sé

Il contratto di consegna

Quando arriva il momento di consegnare il primo smartphone, si consiglia di firmare un vero e proprio **contratto digitale tra genitori e figli** *(esempio di contratto disponibile online)*, con regole chiare su:

- tempo di utilizzo giornaliero e settimanale;
- orari di utilizzo (no a tavola, di notte, a scuola, nei momenti sociali);
- applicazioni consentite e vietate;
- obbligo di accesso condiviso, filtri attivi e verifiche periodiche (chiarire che il genitore ha accesso costante e senza limiti al cellulare in qualsiasi momento lo richieda – non significa spiare bensì esercitare la propria responsabilità genitoriale: è importante che il ragazzo usi la rete consapevole della presenza di un controllo adulto e che, prima di fare qualcosa, pensi sempre a cosa direbbero i suoi genitori se lo scoprissero);
- comportamenti corretti online (no a insulti, diffusione immagini altrui, contatti con sconosciuti);
- conseguenze in caso di uso scorretto.

Il contratto può essere rinnovato ogni 6 mesi, adattandolo alla crescita e all'evoluzione del ragazzo/a. Deve essere uno strumento educativo, non punitivo.

Strumenti utili per i genitori

App per controllo parentale e monitoraggio:

- Family Link (Google): blocco app, tempo di utilizzo, approvazione download.
- Qustodio, Norton Family, OurPact: monitoraggio delle attività online, blocco di app e siti, report settimanali.
- Forest / Stay Focused: aiutano a limitare il tempo su certe app.

Nessuna app sostituisce la relazione: parlare ogni giorno di cosa si fa online è lo strumento più potente.

Si ricorda che la responsabilità di quello che un minore commette o subisce online è dell'adulto per cui il controllo è assolutamente necessario e doveroso (non esiste il concetto di "tutela della privacy" rispetto a quello che un minore fa online).

Fare rete tra genitori

- Condividere regole comuni tra famiglie: orari, limiti, niente smartphone nei momenti sociali.
- Evitare competizione tra adulti ("gliel'ho dato perché tutti ce l'hanno"): una scelta condivisa è una scelta più forte.
- Organizzare momenti informativi e confronto tra genitori, anche in collaborazione con scuola e educatori.

Ruolo di allenatori, educatori, adulti educanti

- Durante allenamenti, attività artistiche o ricreative: nessun uso del cellulare da parte dei ragazzi.
- Favorire lo stare insieme in presenza, senza tecnologia.
- Non fotografare né condividere contenuti senza consenso e autorizzazione.
- Essere figure coerenti, che trasmettono rispetto delle regole e responsabilità anche nel mondo digitale.

FONDAZIONE SINDERESI
praticare l'etica

Per la sottoscrizione: https://pattidigitali.it/lecco