Città di Lecco

PATTO EDUCATIVO DIGITALE

13 - 17 ANNI

In bilico tra indipendenza e responsabilità: crescere nella complessità digitale

Obiettivo del patto
Accompagnare l'adolescente verso l'autonomia digitale, con consapevolezza, fiducia e responsabilità.

Perché è importante questo patto?
Tra i 13 e i 17 anni:

- gli adolescenti cercano autonomia, ma faticano a valutare le conseguenze a lungo termine delle proprie azioni online
- il bisogno di appartenenza e approvazione si esprime anche attraverso l'emulazione di comportamenti rischiosi o virali
- l'identità digitale si costruisce in parallelo a quella reale: senza una guida, possono crescere insicurezze, dipendenze e comportamenti disfunzionali
- aumenta l'esposizione a contenuti che impattano su corpo, emozioni e relazioni (es. pornografia, challenge pericolose, hate speech, confronto social)

Alcuni dati e rischi *(fonti: Telefono Azzurro, EU Kids Online, Generazioni Connesse):*

- oltre l'80% dei ragazzi tra i 13 e i 17 anni è attivo su almeno un social network, spesso con account non supervisionati
- aumentano i fenomeni di sexting, grooming, cyberbullismo e dipendenza da videogiochi e contenuti online
- l'utilizzo intenso e non regolato della tecnologia può incidere su autostima, sonno, rendimento scolastico, umore e relazioni offline

- **Indicazioni generali per i genitori**
- A questa età è possibile la consegna di uno smartphone personale con accesso autonomo alla rete, ma non prima dei 14 anni, con la firma di un contratto condiviso che stabilisca regole e responsabilità *(esempio di contratto disponibile online)*.
- Non è solo uno strumento: è un mondo in cui l'adolescente si muove. Non si può delegare totalmente l'educazione digitale: il dialogo è fondamentale.
- L'autonomia si conquista gradualmente: confrontarsi sulle app usate, sui social, sui contenuti, sui tempi di utilizzo, senza giudizio, ma con fermezza educativa.
- Vietato l'uso notturno dello smartphone. Lo smartphone di notte deve stare fuori della stanza da letto (ritiro serale consigliato).
- La vita digitale ha ripercussioni su quella reale: relazioni, sonno, concentrazione, benessere psicologico.

Il **controllo del dispositivo e delle attività online** dei ragazzi minori è un dovere dei genitori. Non si accede di nascosto al dispositivo ma è fondamentale chiarire fin dalla consegna dello smartphone che quando lo richiedono i genitori avranno sempre libero accesso a tutti i contenuti e le password dovranno essere condivise.

Installare app che monitorino il tempo di connessione e blocchino l'accesso a determinate app superato il limite concordato.

Firma qui

PATTI DIGITALI

FONDAZIONE SINDERESI
praticare l'etica

Città di Lecco

PATTO EDUCATIVO DIGITALE

13 - 17 ANNI

Cosa proporre e quali attenzioni avere

- **Creazione di un profilo social dopo i 16 anni**: accompagnare questo passaggio suggerendo di creare un profilo con una connotazione chiara e che rispecchi un particolare aspetto della propria vita (evitando la condivisione compulsiva e non costruttiva): ad es. orientare il proprio profilo su una passione (artistica, musicale, sportiva, estetica, formativa, didattica, culturale ecc.) o su un tema specifico. Parlare della propria identità digitale che impatta sul presente e sul futuro.
- Attenzione alla quantità di tempo trascorso online e alla dipendenza da like, comparazione sociale, hate speech, pornografia e disinformazione.
- Attenzione ai videogiochi online: alcune dinamiche possono generare dipendenza, ansia da performance, isolamento o esposizione a contenuti non adatti.
- YouTube, piattaforme video e serie in bingewatching: impostare limiti e scegliere contenuti insieme.
- Accompagnare alla graduale autonomia nel gestire la propria identità digitale e la propria esposizione pubblica: affrontare i concetti di "**Memoria indelebile della rete**" e "**Traccia digitale permanente**" (tutto quello che viene postato in rete resta disponibile per sempre: anche quando viene cancellato restano i possibili screeshot, gli inoltri, le condivisioni ecc.).
- Vita sociale offline: incentivare la disconnessione in momenti di relazione reale (parco, uscite, sport).

Comportamenti suggeriti agli adulti

- Evitare scroll compulsivo, notifiche a tavola, uso del telefono mentre si guida o in momenti familiari
- Parlare apertamente di rischi, fake news, contenuti sensibili, sessualità online, sexting e relazioni digitali così come la memoria indelebile della rete e la traccia digitale permanente.
- Conoscere le piattaforme usate dai ragazzi, anche se non si è esperti
- Trattenersi dal commentare negativamente ed alimentare polemiche nelle chat o sui social: da adulti bisogna dimostrare di saper controllare i pensieri e le parole e capire quando il proprio contributo sia costruttivo e quando non lo sia.
- Non commentare pubblicamente voti, sport, o situazioni familiari online.
- Intervenire e chiedere di moderare i termini e i toni in discussioni - anche on line - non rispettose.
- Fare rete tra genitori per condividere regole comuni, rischi e buone pratiche.

Allenatori, educatori e insegnanti possono:

- Favorire momenti offline, senza dispositivi.
- Promuovere la riflessione sull'identità digitale e il rispetto online.
- Segnalare abusi o contenuti problematici.

Contenuti e strumenti suggeriti

- E-reader per la lettura senza distrazioni.
- Podcast e documentari.
- App per il benessere (sonno, concentrazione, sport).
- Strumenti AI per supportare l'apprendimento, non per sostituirlo.
- App di monitoraggio e timer automatici su app e social.
- Attività online che valorizzano passioni: musica, coding, grafica, scrittura, volontariato digitale.

Scuola e tecnologie

- L'uso scolastico va guidato. Usare il registro elettronico in modo chiaro (evitare il controllo compulsivo dei voti di studenti e genitori) e non assegnare compiti esclusivamente attraverso strumenti digitali o app non ufficiali.
- Educare all'uso critico delle tecnologie, incluse le nuove frontiere dell'intelligenza artificiale (AI): potenzialità, limiti, bias, rischi di disinformazione e impatti sulla creatività e sull'apprendimento.

Ricordiamo:

- L'accesso autonomo alla rete non è un diritto, ma una responsabilità che si accompagna con fiducia e presenza.
- Un contratto scritto e firmato da genitori e figli può aiutare a definire regole e confini *(esempio di contratto disponibile online)*
- L'educazione digitale non si conclude con la consegna di uno strumento, ma prosegue ogni giorno nel dialogo, nel confronto e nella relazione.

FONDAZIONE SINDERESI
praticare l'etica

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