

PATTO DIGITALE DELLE FAMIGLIE DELL'ISTITUTO COMPRENSIVO MARCONI-ANTONELLI

Smartphone, videogame, app... qual è l'età giusta? Quali sono le regole per un utilizzo sicuro? Gli esperti suggeriscono di avvicinarsi al digitale con gradualità, ma per una famiglia da sola è difficile resistere alle insistenze dei figli che si confrontano con compagni e si influenzano a vicenda. Non sarebbe allora molto più facile mettersi d'accordo prima tra famiglie? Da qui nasce l'idea di questo Patto digitale tra famiglie nato grazie al confronto tra i genitori, con il supporto della scuola e degli esperti dell'Associazione MEC.

Sottoscrivendo il presente documento **aderiamo ai principi del Manifesto dell'educazione digitale di comunità.**

In particolare, per quanto riguarda **la gestione dei dispositivi digitali nelle nostre famiglie, 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.**

Le 5 regole per la Scuola Primaria e Secondaria di Primo Grado.

1. PRIMARIA E SECONDARIA SMARTPHONE-FREE

Evitare la consegna di uno smartphone personale nel corso della scuola Primaria e Secondaria di primo grado (possibilmente non prima dei 13 anni). Ci sono altre soluzioni per avvicinarsi al digitale con maggior sicurezza e gradualità; per poter comunicare eventualmente possiamo consegnare telefoni senza connessione a internet (telefoni di vecchia generazione).

2. SMARTPHONE e ALTRI STRUMENTI DIGITALI TRASPARENTI FINO AI 16 ANNI

Password comunicata ai genitori e monitoraggio periodico delle attività on-line. 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.

N.B.: evitare di "spiare di nascosto" (se possibile). Meglio chiarire apertamente che il controllo periodico è una condizione per poter usare lo smartphone. I patti chiari e la sincerità sono un modo per avere un dialogo franco e promuovere la responsabilità dei figli.

3. APP, SOCIAL e VIDEOGIOCHI IN REGOLA CON L'ETÀ

Social come TikTok, Instagram, Whatsapp sono vietati per legge prima dei 13 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. Verificare sempre il codice PEGI dei videogiochi e verificare le età consigliate per video, serie TV e film usufruiti dai nostri figli.

4. LIMITI DI TEMPO E FIRMA CONTRATTO GENITORI/FIGLIO

Concordare le regole su orari e luoghi, evitare l'utilizzo degli schermi prima del sonno e in camera, controllare le ore complessive (non più di un'ora nello stesso giorno) e definire regolarmente "giornate senza schermi". Per gestire tempi e luoghi con i ragazzi della scuola secondaria è utile la sottoscrizione di un "contratto per l'utilizzo dello smartphone" (<https://www.associazionemec.it/contratto-genitori-figli/>).

5. PARLARE CON I 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, allenare la creatività e sviluppare il pensiero critico. Le impostazioni e le app di Parental Control possono essere una risorsa molto utile ma non esaustiva.

Quali rischi?

Le ricerche scientifiche ci dicono che l'uso scorretto degli schermi digitali può causare:

Problemi fisici

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

Problemi cognitivi

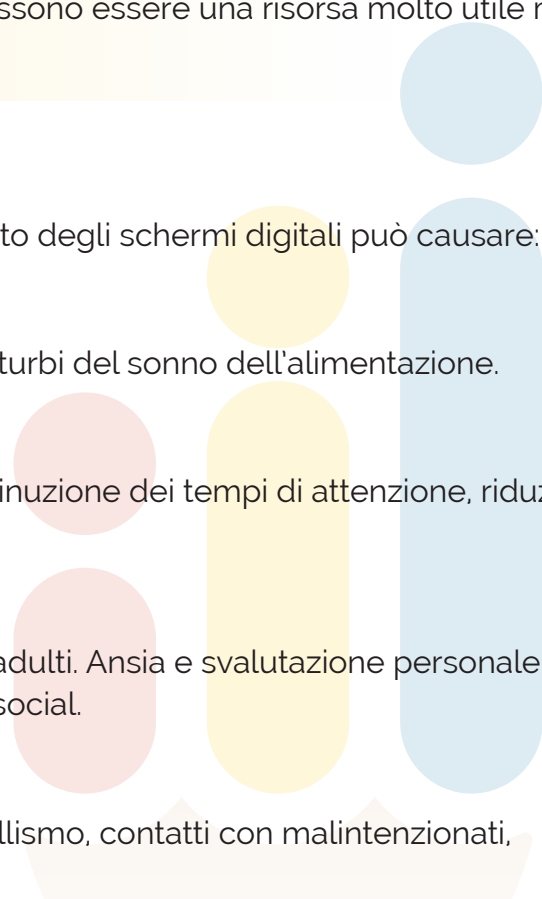
Difficoltà di concentrazione e apprendimento, diminuzione dei tempi di attenzione, riduzione della creatività.

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

Cosa si intende per “smartphone personale connesso in rete”?

Si intende uno smartphone in grado di accedere a Internet (anche se solo con WiFi) che il minore può tenere con sé in assenza dei genitori (ad esempio per andare a scuola o durante il pomeriggio). Una valida alternativa, in caso di necessità particolari, sono i cellulari di vecchia generazione (solo telefonate e sms) tuttora in commercio.

C'è un'età giusta per lo smartphone?

Secondo il parere di numerosi esperti lo smartphone personale non è adatto prima dei 14 anni, anticipa l'uso di App e social e i comportamenti a rischio. Per questi motivi si consiglia di attendere prima di consegnare uno smartphone personale. Non dimentichiamo che ci sono molte soluzioni alternative (ad esempio i cellulari vecchio stile).

Quindi mi consigliate di dare a mio figlio un cellulare personale dopo o al massimo durante la terza media?

Non necessariamente: si può benissimo aspettare ancora, anzi ci sono molti benefici! Si consiglia tuttavia di non sottovalutare il rischio che i figli possano sentirsi isolati se in classe la maggioranza ne è dotata. Ci sono per fortuna diverse strategie per tutelare i figli nel momento in cui si decide di consegnare uno smartphone personale.

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 (riportate nel “Contratto”, si veda il punto 4 sopra). 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 13 anni per usare da solo Whatsapp e i Social Network?

È un requisito di legge dal 2018, a seguito del Regolamento europeo sulla Privacy. Riguarda Whatsapp e 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.

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!

Approfondimenti

Come scegliere i videogiochi? E i contenuti video?

Ci aiuta il sistema PEGI che indica l'età consigliata per ogni videogame in commercio www.pegi.info. Particolare attenzione va posta ai giochi online (che consentono il contatto con sconosciuti). Anche la scelta dei video e delle serie Tv merita attenzione: molte piattaforme hanno dei filtri, altre richiedono la supervisione dei genitori. I parental control sono strumenti utili e disponibili ormai su tutti i dispositivi (consolle comprese).

Regole, limiti giornate "senza schermi".

I consigli principali degli esperti: niente 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 con pause frequenti e giornate di pausa dagli 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?

Condividere e dialogare.

Le competenze digitali saranno fondamentali nel futuro dei nostri ragazzi. Per questo motivo è importante non limitarsi alle regole, ma parlare e ragionare con i propri figli su ciò che fanno e che li interessa online. Sostenere l'utilizzo creativo e l'uso della rete per informarsi e per imparare cose nuove alleandosi con gli altri genitori e con gli insegnanti per arricchire la consapevolezza e la competenza digitale di adulti e ragazzi.

Essere un esempio positivo.

I nostri figli ci osservano e imitano: per questo evitare l'utilizzo dei dispositivi quando non è necessario è fondamentale per trasmettere buone abitudini (quando si gioca o si parla insieme, a tavola, in camera da letto la sera...).

Importante anche proteggere l'accesso ai dispositivi dei genitori (password) e condividere questa attenzione anche con amici e parenti.

