



Educazione digitale per genitori di figli preadolescenti

Una piccola guida pratica

A cura di

Mamma di corsa

mammadicorsa.com

Premessa

Questa vuole essere **una piccola guida pratica per genitori digitali con figli preadolescenti**: è essenziale praticare l'educazione digitale con i ragazzi di oggi, senza ingenuamente pensare che sappiano già tutto.

Che tuo figlio o tua figlia abbiano già o meno uno smartphone in mano o che tu stia ancora cercando di capire quale sia il momento migliore per darglielo, questo è sicuramente il momento giusto per leggere questa breve guida.

Bisogna che gli adulti, genitori insegnanti educatori, per primi si muovano per informarsi e educarsi in questo vasto ambito, conoscendo la materia e individuando dei criteri per muoversi e prendere decisioni con consapevolezza.

I ragazzi imparano guardando gli adulti.

Dialogare è essenziale in questo ambito, così come fornire ai ragazzi delle **indicazioni chiare, precise e motivate**. Indicazioni che gli adulti per primi rendono proprie, vivono e possono quindi proporre.

Dentro un mare di opportunità rimane un grande rischio che si può evitare: perderci il meglio e farlo perdere ai nostri figli, lasciandoli indeboliti e prigionieri delle nuove tecnologie anziché liberi protagonisti del mondo moderno.

Buona lettura!

INDICE

Una bussola per poter consultare l'argomento che più interessa e per poterci tornare all'occorrenza.

Premessa.....	2
1) Il prezzo dell'Iper-connessione precoce.....	4
a) Disturbi dell'attenzione & altre conseguenze.....	4
b) L'ingegneria della dipendenza.....	5
c) Da dove ripartire?	6
2) Il mondo dei Social.....	9
a) Profilo Privato o Profilo Pubblico?	10
b) La spunta blu	11
c) Come educare l'algoritmo.....	12
d) Chi seguire e perché?.....	13
e) Cosa pubblicare?.....	13
f) Il tempo da dedicare ai Social	14
3) WhatsApp e Social di messaggistica istantanea.....	15
a) Alcune regole di buon senso.....	15
b) Le impostazioni Privacy	16
c) Netiquette sui gruppi WhatsApp	16
d) Inoltrare messaggi e immagini	17
4) Favorire la vera conoscenza dell'altro.....	18
a) L'amore ai tempi dei Social.....	18
b) Virtuale è reale, ma virtuale non è tutto il reale.....	19
c) Saper riconoscere le fake news e autorevolezza delle fonti	19
5) Privacy e adescamento online	21
a) La Privacy digitale	21
b) Adescamento online	22
c) Le fasi dell'adescamento.....	23
6) Cyberbullismo.....	24
a) Chi è il cyberbullo?.....	24
b) A quali elementi fare attenzione	25
Bibliografia	27

1) Il prezzo dell'Iper-connessione precoce

Questa guida inizia rivolgendo l'attenzione a un nodo cruciale nel rapporto con il digitale e con le tecnologie, ossia da come è fatto l'uomo e da cosa sta succedendo ai giovani.

a) Disturbi dell'attenzione & altre conseguenze

Un'indagine conoscitiva promossa dal Senato della Repubblica **sull'impatto del digitale sugli studenti**, con particolare riferimento ai processi di apprendimento, ha dato questi risultati:

*“Ci sono i danni fisici: miopia, obesità, ipertensione, disturbi muscolo-scheletrici, diabete. E ci sono i danni psicologici: dipendenza, alienazione, depressione, irascibilità, aggressività, insonnia, insoddisfazione, diminuzione dell'empatia. **Ma a preoccupare di più è la progressiva perdita di facoltà mentali essenziali**, le facoltà che per millenni hanno rappresentato quella che sommariamente chiamiamo intelligenza: **la capacità di concentrazione, la memoria, lo spirito critico, l'adattabilità, la capacità dialettica...** Sono gli effetti che l'uso, che nella maggior parte dei casi non può che degenerare in abuso, di smartphone e videogiochi produce sui più giovani. Niente di diverso dalla cocaina. **Stesse, identiche, implicazioni chimiche, neurologiche, biologiche e psicologiche.** È quanto sostengono, ciascuno dal proprio punto di vista «scientifico», la maggior parte dei neurologi, degli psichiatri, degli*

psicologi, dei pedagogisti, dei grafologi, degli esponenti delle Forze dell'ordine auditi. Un quadro oggettivamente allarmante, anche perché evidentemente destinato a peggiorare.”

E ancora:

“Tutte le ricerche internazionali citate nel corso del ciclo di audizioni giungono alla medesima conclusione: il cervello agisce come un muscolo, si sviluppa in base all'uso che se ne fa e l'uso di dispositivi digitali (social e videogiochi), così come la scrittura su tastiera elettronica invece della scrittura a mano, non sollecita il cervello. Il muscolo, dunque, si atrofizza. Detto in termini tecnici, si riduce la neuroplasticità, ovvero lo sviluppo di aree cerebrali responsabili di singole funzioni. Analogo effetto si registra nei bambini cui è stata limitata la «fisicità». Nei primi anni di vita, infatti, la conoscenza di sé e del mondo passa attraverso tutti e cinque i sensi: sollecitare prevalentemente la vista, sottoutilizzando gli altri quattro sensi, impedisce lo sviluppo armonico e completo della conoscenza. **È quel che accade nei bambini che trascorrono troppo tempo davanti allo schermo di un iPad o simili. Per quest'insieme di ragioni, non è esagerato dire che il digitale sta decerebrando le nuove generazioni, fenomeno destinato a connotare la classe dirigente di domani.**”

Le conseguenze di un utilizzo sregolato dei dispositivi iniziano ad essere sotto gli occhi di tutti. Senza allarmarsi eccessivamente occorre avere ben chiara la direzione verso cui si sta andando. Si è sempre in tempo per cambiare andatura e quindi regole e abitudini, tanto più quando le motivazioni sono reali, gravi, condivise e sempre più evidenti.

**Senza allarmarsi
eccessivamente
occorre avere ben
chiara la direzione
verso cui si sta
andando.**

b) L'ingegneria della dipendenza

La difficoltà nel gestire in modo ordinato i dispositivi riguarda tutti, adulti inclusi, in quanto potenziali consumatori. I social, come anche i videogiochi,

sono studiati per attirare e risucchiare gli utenti dentro, portandoli verso un infinito scrolling e lasciando tutti sempre più alienati.

La dipendenza da Internet e da smartphone cresce e aumenta la difficoltà a staccarsi dal proprio cellulare: questo di fatto rende tutti più facilmente manipolabili, meno inclini a usare la Rete secondo i propri obiettivi, e in definitiva meno liberi.

Questa dinamica non è casuale, esiste infatti una vera e propria ingegneria della dipendenza: tutto è studiato ad hoc per tenerci attaccati allo schermo con il rischio di provocare una vera e propria dipendenza comportamentale che ha gli stessi effetti della droga. Consapevoli di questo, cosa si può fare?

Queste evidenze spingono a cercare di gestire al meglio i dispositivi: come imparare a farlo?

Porsi queste domande è già un primo passo per favorire una discussione comunitaria: una riflessione su questo punto critico può essere infatti un inizio per favorire scelte condivise da più famiglie e da quel villaggio che è essenziale per educare dei figli. Quel villaggio che oggi forse c'è meno, ma che su questa tematica occorre ricostruire con coraggio e determinazione per il bene nostro e dei nostri figli.

c) Da dove ripartire?

La tecnologia semplifica molte operazioni, pensiamo banalmente alle 3 App che più utilizzate sul vostro smartphone e a tutte le semplificazioni che la tecnologia ci offre. Allo stesso tempo però rende quasi impossibile non interrompersi quando arriva una notifica, togliendo concentrazione e focus rispetto al lavoro che si sta svolgendo o peggio ancora privando di attenzione il nostro interlocutore.

Da un lato quindi tutti siamo vulnerabili ed è difficile resistere alle dipendenze e all'attrazione di ciò che è comodo e facile. Dall'altro lato vediamo quanto la tecnologia non sia neutrale: rende facili alcune azioni e ne rende difficili altre. Siamo coscienti di questo?

Da dove ripartire? Cosa guardare?

In primo luogo, occorre guardare con sano realismo a tutte le difficoltà che gli adulti per primi sperimentano nella difficile gestione di tutti questi strumenti. Sono strumenti così potenti e invasivi che è impossibile conviverci senza nessuna regolamentazione personale, familiare, scolastica e quindi comunitaria. Si possono quindi rivalutare una serie di regole nate dalla consapevolezza che siano necessarie **gradualità e moderazione** per imparare a usare al meglio questi strumenti.

Penso a quanta fatica fanno i genitori che scelgono di ritardare la consegna di uno smartphone ai propri figli, una scelta solitamente impopolare, ma più diffusa di quanto si immagina. Una scelta difficile da attuare, soprattutto se non c'è una rete di famiglie intorno che decidono di fare la stessa scelta e allo stesso tempo una scelta ponderata, ragionata e non casuale.

Occorre davvero rivedere la logica di tutte queste decisioni e dare più spazio e più valore alla comunità che si ha intorno. E se questa comunità non ci fosse? Allora varrebbe la pena cercarla e favorirla il più possibile. Scegliere con cura i luoghi, le relazioni e le situazioni che si vogliono favorire e che possono aiutare in questa direzione. Piccoli spunti che vanno in questa direzione possono essere:

- ◆ Cercare, costruire, favorire una comunità di famiglie educanti nell'ambito del digitale fin dalla scuola primaria dei propri figli.
- ◆ Iniziare a darsi delle regole nell'utilizzo dei dispositivi. Regole che gli adulti possono sperimentare come convenienti per sé.
- ◆ Favorire, scegliere e regalarsi con regolarità un tempo senza tecnologie.
- ◆ Procedere per piccoli passi (iniziare a togliere il cellulare a tavola e in camera da letto e a non usarlo in alcuni orari, per esempio dalle 21 alle 7,00).
- ◆ Essere consapevoli della potenza dell'ingegneria della dipendenza e dell'algoritmo.
- ◆ Informarsi, documentarsi e riflettere seriamente sul momento giusto nel quale dare uno smartphone ad uso esclusivo ai propri figli: sono i genitori a doverlo decidere e non il mercato.
- ◆ Proporre ai ragazzi un contratto di utilizzo prima di consegnare loro lo smartphone. Un vero e proprio patto fra genitori e figli nel quale

mettere nero su bianco le raccomandazioni e le regole per l'utilizzo del dispositivo, sulla privacy e sulle responsabilità reciproche.

- ◆ Accompagnare i ragazzi nell'uso dei social media, valutando insieme cosa e perché.
- ◆ Scegliere con consapevolezza quali APP installare sul cellulare e a quali notifiche aprire la porta.

Ecco come si conclude l'indagine conoscitiva del Senato:

*“Non si tratta di dichiarare guerra alla modernità, ma semplicemente di governare e regolamentare quel mondo virtuale nel quale, secondo le ultime stime, i più giovani trascorrono dalle quattro alle sei ore al giorno. Si tratta di evitare che si realizzi fino in fondo quella «dittatura perfetta» vaticinata da Aldous Huxley quando la televisione doveva ancora entrare in tutte le case e lo smartphone aveva la concretezza di un'astrazione fantascientifica: «Una prigione senza muri in cui i prigionieri non sognano di evadere. Un sistema di schiavitù nel quale, grazie al consumismo e al divertimento, gli schiavi amano la loro schiavitù». **Giovani schiavi resi drogati e decerebrati: gli studenti italiani. I nostri figli, i nostri nipoti. In una parola, il nostro futuro.**”*

Non c'è nulla che sia già scritto nero su bianco. Allora occorre occuparsi seriamente dell'educazione digitale dei nostri figli, curando diversi aspetti a partire dall'utilizzo dei social, da quanto e come possano favorire o meno una sana crescita e un reale sviluppo dei ragazzi nell'età preadolescenziale, favorendo un sano utilizzo delle App di messaggistica istantanea e una vera conoscenza dell'altro in quest'età così delicata. La guida si conclude con un breve cenno su altri aspetti deboli che è bene conoscere in quanto genitori digitali.

2) Il mondo dei Social

Che si sia un genitore social o che si abbia escluso questo mondo dai propri interessi c'è qualcosa che comunque si dovrebbe fare con figli pre-adolescenti o adolescenti che vivono con uno smartphone in mano: conoscere e capire come funziona il mondo dei social. Va da sé che avere un profilo può essere utile per capire meglio di cosa si sta parlando e del mondo nel quale ci si va a immergere, ma non è obbligatorio.

Innanzitutto, è bene sapere che ci sono dei limiti d'età per l'iscrizione a un profilo social e c'è un banalissimo motivo alla base: **i contenuti proposti non sono contenuti per bambini sotto i 13 anni** (e forse neanche sopra). Considerato questo, è ormai consuetudine che molti ragazzi, con il consenso dei genitori, abbiano già un loro profilo oppure inizino ad averne uno sotto la supervisione di un adulto.

Avere un dialogo con i propri figli su questo punto è naturale e può portare i suoi frutti. Come parlarne con loro se riteniamo giusto aspettare o rimandare l'apertura di un loro profilo?

Si potrebbe iniziare così: “Il mondo dei Social è complicato: crescendo sarai in grado di valutare maggiormente le conseguenze delle tue azioni. So che ti affascina e ti attrae la possibilità di comunicare e condividere con i tuoi amici: piace molto anche a noi adulti!”

Attenzione: non avere un profilo Social, non significa non usare Internet e la rete fino a 13 anni. Anzi!

Questi anni sono quelli in cui noi adulti possiamo e dobbiamo accompagnare i ragazzi per far crescere la loro educazione al digitale!

E quindi proseguire così: “Per quanto riguarda i Social, se ti interessano davvero molto, usa questi anni per allenarti per quando avrai un tuo profilo: per esempio chiedi ai tuoi genitori di creare un account che potete usare insieme per iniziare a sperimentare; a scuola, se ti viene data l’opportunità, usa attivamente la classe virtuale o il blog di classe, per imparare fin da ora ad usare la rete in modo creativo, consapevole e responsabile.”

Nel momento in cui si accede ai social e si crea un proprio profilo ci sono alcuni punti critici che è bene mettere a fuoco per individuare la posizione che interessa tenere. In questa breve guida si prende a riferimento Instagram come social, considerando le caratteristiche comuni con altre piattaforme.

**Questi anni sono
quelli in cui noi
adulti possiamo e
dobbiamo
accompagnare i
ragazzi per far
crescere la loro
educazione al
digitale.**

a) Profilo Privato o Profilo Pubblico?

Una delle impostazioni principali che si possono selezionare riguardano la scelta fra profilo privato o profilo pubblico. Di cosa stiamo parlando esattamente?

Profilo privato significa che chi vuole iniziare a seguire l’account (e quindi leggere e vedere post, reel e stories) potrà farlo soltanto con l’autorizzazione del proprietario del profilo: sarò dunque io ad approvare le richieste di segui che arrivano, senza che sia un processo automatico. Una volta dato l’ok il follower (colui che mi segue) potrà vedere il profilo e tutte le foto.

Profilo pubblico significa invece che chiunque può decidere di seguire il profilo, leggere i post e guardare i reels e le stories. O anche solo guardare e leggere tutti post, senza essere un follower. In qualunque momento e senza nessuna autorizzazione.

Quale profilo è consigliato per i ragazzi?

Il buon senso suggerisce di iniziare con un profilo privato, accettando solo le amicizie di persone che si conoscono già, di persona, nel mondo reale. Si potrebbe valutare in futuro poi di cambiare l'impostazione, ma tutto dipende dalla finalità. Infatti, la vera domanda da farsi e da mettere a tema e suggerire ai ragazzi è: ***“perché vuoi aprire un profilo su Instagram?”***

La risposta potrebbe risiedere nel desiderio di seguire qualche cantante o idolo del momento o di imitare amici e compagni. Oppure potrebbe trattarsi di voler creare un profilo dove inserire delle foto su un hobby particolare o su una passione. Ci si potrebbe chiedere ancora: ne vale la pena? È questo il mezzo appropriato e adatto al fine e al momento? Quale potrebbe essere il valore aggiunto? Quanto tempo si vuole dedicare a questo?

A cosa stare attenti?

Come un minore di 13 anni può fingersi più grande e creare un profilo dichiarando una diversa data di nascita, così qualunque profilo che non si conosce può nascondere dietro chiunque: anche quel ragazzo che sembra il vicino di casa. Prima di accettare un follow è bene controllare o cercare di capire a chi corrisponda quell'account e verificare di conoscerlo davvero. Dare uno sguardo alle foto (se ce ne sono) e a chi segue, a quali sembrano gli interessi. Fare più attenzione di quello che la fretta consiglierebbe e farlo insieme ai nostri figli.

b) La spunta blu

Esistono diversi profili legati a personaggi famosi, come cantanti, calciatori e attori. Un rapido sguardo potrebbe ingannarci e farci cascare in errore, pensando di aver iniziato a seguire una certa personalità per poi capire che qualcosa non corrisponde. Potrebbe succedere di trovare tra le richieste di follow un nome noto per poi scoprire, guardando meglio, che qualcosa non quadra.

Come distinguere il profilo ufficiale di un cantante da quello di un suo fan che colleziona e posta le sue foto? Come si fa ad essere certi che quel profilo di un calciatore/cantante/personaggio pubblico sia autentico? Spesso accade che ci siano svariati profili sotto lo stesso nome.

Ecco che ci viene in aiuto la spunta blu sul profilo: questa assicura che quel profilo è autentico. Se c'è la spunta blu c'è la garanzia di un profilo autentico e verificato.

c) Come educare l'algoritmo

La buona notizia è che è possibile educare l'algoritmo del social per orientarlo di più verso i nostri interessi. Già, perché si ritorna sempre al motivo per cui si è qui: **perché si è deciso di aprire un profilo?** Cosa ci interessa? Qual è il nostro scopo? Che cosa cerchiamo qui? Sono qui per stare a guardare la vita degli altri e la perfezione che non esiste o per qualche interesse specifico? Cosa voglio comunicare e a chi?

L'algoritmo agisce in buona fede e con scopi commerciali evidentemente: vede cosa facciamo in rete e ripropone sempre qualcosa di affine per farci restare sul social più tempo possibile e in modo soddisfacente. Il rischio però è vivere in una bolla dove vediamo solo un piccolo pezzo. Allora ci sono delle piccole attenzioni da mettere in atto per educare efficacemente l'algoritmo:

- ◆ Utilizzare consapevolmente i like, i commenti e le condivisioni. Queste 3 azioni hanno un peso e un significato. Prima di mettere un like, un commento o di condividere ricordiamocene!
- ◆ Scegliere i propri interlocutori: si può decidere quali profili e quali contenuti visualizzare per primi e per i quali eventualmente attivare anche le notifiche. Si possono seguire anche degli Hastag specifici (#) con i quali scoprire altri contenuti interessanti su un tema specifico.
- ◆ Educare la pagina Esplora. Probabilmente la pagina **Esplora** è colma di post che non vi interessano e non capite come mai? Anche questa pagina va educata mettendo i like ai post proposti che interessano davvero, aprendo i post che proprio non piacciono e selezionando dal menù in alto a destra: non mi interessa. Facendo

questo lavoro la vostra home di Instagram dovrebbe proporvi post in sintonia con i vostri interessi ed eliminare gli altri.

d) Chi seguire e perché?

Decidere di seguire qualcuno è una scelta ponderata da fare in funzione delle domande fondamentali già citate prima. Perché seguire questa persona? Pubblica contenuti che mi sono utili e che apprezzo? La conosco personalmente e questo social mi è utile per rimanerci in contatto? Se per esempio il disegno fosse la passione principale che desidero esplorare, potrei cercare disegnatori professionali e illustratori oppure libri di illustrazione. Chi seguo influenza ovviamente l'algoritmo e quindi i post che mi verranno proposti.

A questo aggiungo che è possibile andare a vedere direttamente i post delle persone seguite e dei profili selezionati come preferiti. Cliccando sul menu a tendina sotto la scritta *Instagram* si può fare infatti un salto dentro i profili che si seguono già e nei propri profili selezionati come preferiti. Un piccolo passo per non essere sommersi dai post sponsorizzati e dalle infinite inserzioni che deviano la nostra attenzione sistematicamente.

e) Cosa pubblicare?

Il confine tra pubblico e privato è assolutamente labile e sottile, basta uno *screenshot** per salvare un messaggio "privato" e inviarlo ad altri o piuttosto per divulgare un contenuto al di fuori di una certa piattaforma. Per cui la regola d'oro è di pubblicare soltanto ciò che si mostrerebbe anche nella piazza del paese o nella scuola che frequentiamo, senza alcun problema. È bene riflettere su quale confine si vuole mettere fra pubblico e privato: cosa è da condividere e cosa si desidera o è bene tenere per sé?

Si deve essere insomma coscienti che tutto ciò che si va a pubblicare potrà essere utilizzato e visualizzato da chiunque, nel bene e nel male.

* *screenshot*: da screen=schermo e shot=scatto fotografico, può essere condiviso ovunque al pari di qualsiasi altro scatto fotografico.

f) Il tempo da dedicare ai Social

Se si è deciso di aprire un profilo social a nostro figlio, un profilo supervisionato da noi, è bene anche stabilire quanto tempo riteniamo sia ragionevole dedicargli. Questo non significa che si debba utilizzare necessariamente tutto quel tempo, quanto piuttosto è utile porre un limite oltre il quale non andare.

I social sono studiati per risucchiare la nostra attenzione e proporci sempre qualcosa di interessante per non andare via: avete presente quando non riuscite a staccarvi dallo scroll infinito che avete iniziato? Ecco, avere un tempo può aiutare in questo allenamento di consapevolezza. Si può fare in diverse modalità, dal semplice timer alle impostazioni dei blocchi di utilizzo.

3) WhatsApp e Social di messaggistica istantanea

Come educarci e educare i nostri figli ad utilizzare whatsapp nel modo migliore? Sembra la più semplice delle App da gestire e utilizzare, ma proprio la sua immediatezza potrebbe ingannare.

a) Alcune regole di buon senso

Ecco qui cinque brevi punti utili come promemoria per tutti, adulti e ragazzi:

- ◆ Ogni messaggio inviato è pubblico ed è immediatamente divulgabile e inoltrabile a tutti. (Anche le foto e i tuoi video personali...)
- ◆ WhatsApp è un servizio per inviare messaggi istantanei e brevi, che presuppongono delle risposte concise e chiare. Per parlare o chiacchierare con un amico/a telefonare è sempre una buona idea.
- ◆ Prima di inviare un messaggio chiediti se scriveresti o diresti questa cosa anche ai tuoi genitori o in presenza del tuo professore di italiano.

Oppure ancora: diresti a voce di persona ciò che stai scrivendo a distanza su una tastiera?

- ◆ Prima di inviare una foto che ritragga altre persone ricordati di chiedere l'autorizzazione.
- ◆ Educarsi a non essere reattivi sia nelle risposte che nella consultazione delle chat. Ogni quanto guardo WhatsApp? Lascio sempre attive tutte le notifiche? Serve rispondere subito? Riflettere e pensare prima di rispondere è un ottimo allenamento.

b) Le impostazioni Privacy

Ci sono diverse impostazioni che proteggano maggiormente la Privacy e che si può decidere di utilizzare. Si può scegliere infatti se e con chi condividere l'ultimo accesso online, a chi mostrare l'immagine del profilo e le informazioni del contatto. Si può persino decidere di escludere qualcuno dal poter vedere le foto sul proprio stato (così come si può fare su IG per le stories). Ancora si può scegliere se far visualizzare le conferme di lettura e visualizzare quelle degli altri: se si sceglie di non mostrare le proprie non si vedranno neanche quelle degli altri.

Dove impostare queste diverse scelte? Andando su Impostazioni-account-privacy.

Conoscere le diverse opzioni ci rende più consapevoli dello strumento e delle sue potenzialità (e naturalmente delle sue armi a doppio taglio).

c) Netiquette sui gruppi WhatsApp

La Netiquette è il galateo (etiquette) della rete (net). In pratica si tratta delle regole per comportarsi bene online. Le chat di gruppo sono un ambito nel quale è bene avere chiaro come comportarsi e cosa tenere a mente, per esempio:

- ◆ Aggiungi una persona a un gruppo solo se hai il suo permesso. Il numero di telefono, il nickname, la foto profilo sono dati personali visibili a tutti, a meno che siano state impostate delle limitazioni.
- ◆ Scrivi solo messaggi inerenti all'oggetto del gruppo o di pubblica utilità. Cerca di essere promotore della buona educazione, allontanando facili fraintendimenti e malumori.
- ◆ No a messaggi ridondanti e ripetitivi, grazie basterà che sia scritto una volta oppure si potrà rispondere in privato.
- ◆ Occhio all'ora in cui si inviano messaggi: imposti di non scrivere a sera tardi e di mattina presto.
- ◆ Prima di condividere, rifletti. Buoni sconto di brand famosi, chat che diventeranno a pagamento se non si inoltra l'avviso a un certo numero di persone, improbabili catene di sant'Antonio...Tutte fake news che si ha l'opportunità di fermare!

Qui trovate un vecchio post che riguarda le chat di classe, sempre attuale: <https://www.mammadicorsa.com/2019/10/08/regole-per-i-gruppi-whatsapp-di-classe-servono/>

d) Inoltrare messaggi e immagini

Siamo ormai abituati a condividere messaggi e immagini, spesso senza pensarci più di tanto. Per evitare facili fraintendimenti è però bene fermarsi a riflettere prima di inoltrare messaggi e immagini che abbiamo ricevuto da altri. Qualche piccola domanda può aiutare adulti e ragazzi ad allenarsi a una consuetudine specifica prima di premere invia:

- ◆ Il messaggio che ho ricevuto era inteso come messaggio personale indirizzato solo a me?
- ◆ Il messaggio, se si tratta di una notizia, è attendibile? Qual è la fonte?
- ◆ È utile inviarlo ad altri? C'è un valore aggiunto?
- ◆ L'immagine ricevuta è offensiva per qualcuno? Il soggetto interessato è informato e d'accordo con la condivisione?

4) Favorire la vera conoscenza dell'altro

a) L'amore ai tempi dei Social

Come ci ricorda Tamara Maggi nel suo libro “Giovani Connessioni” l'amore ai tempi dei Social *“si articola in una serie di attività che assomigliano di più allo spionaggio industriale”*.

Si cerca di avere il numero dell'amato per poi seguirlo (o spiarlo) sui social e cercare di conoscerlo di più. Una conoscenza che si basa su ciò che si trova in Rete, dove ognuno sceglie cosa e quanto condividere e mostrare di sé. La complessità delle diverse personalità come individui e persone uniche è lontanamente conoscibile in questa dinamica virtuale.

“L'amicizia e l'amore hanno bisogno di una relazione che coinvolge tutti i sensi, e purtroppo gli strumenti digitali in questo campo trovano un limite invalicabile”, ci ricorda sempre Tamara.

Che cosa possono fare genitori e adulti?

Di sicuro mettere in luce i limiti di questa conoscenza digitale perché i ragazzi possano capire e poi sperimentare che solo le relazioni off-line portano a una reale conoscenza e connessione con l'altro che non è sperimentabile su nessuna rete. Favorire insomma esperienze e relazioni nelle quali possano conoscersi stando insieme, magari con il cellulare in tasca e non in mano.

b) Virtuale è reale, ma virtuale non è tutto il reale

Il dialogo con i ragazzi è un ottimo strumento per riflettere su questo collegamento fra virtuale e reale e per stimolare il loro pensiero critico. Ci si potrebbe quindi chiedere cosa significa che “Virtuale è reale”?

“Significa che tutto ciò che fai online ha un forte impatto anche sulla vita reale delle persone, perché le parole non sono bolle di sapone ma possono essere vere e proprie pietre. Vale quindi la regola di non fare agli altri quello che non vorresti fosse fatto a te.”

Allo stesso modo il virtuale non è tutto il reale. Rendersi conto che il digitale ormai è parte integrante della vita e costituisce una parte della vita reale, ma solo la parte che si decide di mostrare. Conoscersi e diventare amici davvero è qualcosa di molto più ampio e meraviglioso di quanto possa essere seguirsi su un social, sbirciandosi a vicenda.

Ciò che si decide di mostrare è soltanto quello che vogliamo fare vedere agli altri. È possibile insegnare ai propri figli e figlie a guardare i social con occhio critico e attento, un esercizio essenziale che torna utile anche agli adulti. Occorre cogliere le occasioni per mostrare ai ragazzi dove è possibile questa conoscenza reale e quanto la momentanea messa da parte dei dispositivi possa essere un aiuto in questo.

c) Saper riconoscere le fake news e autorevolezza delle fonti

Saper riconoscere le fake news è un altro punto fondamentale nell’ambito dell’educazione digitale da affrontare con i ragazzi. Come poter riconoscere le narrazioni autentiche da quelle false e costruite per manipolare? Bruno Mastroianni nel suo libro “La disputa felice” ci dice che bastano cinque semplici domande per capire se una notizia è vera:

◆ **Chi lo dice?** Se una notizia è vera, la sua fonte deve essere bene identificata. In caso contrario, non fidarsi

- ◆ **Quando e dove?** Una notizia deve avere sempre un riferimento spazio-temporale. Controlliamo sempre la data di pubblicazione
- ◆ **Qualcuno conferma?** Ogni notizia va verificata. Se una notizia non è verificabile, non può essere considerata vera.
- ◆ **Chi lo conferma?** Chi conferma la notizia deve essere una persona o un ente competente e autorevole in materia. Attenzione: i social e la tv per loro natura non possono essere considerati “enti competenti”!
- ◆ **Ci sono altre versioni?** È un po’ come guardare le recensioni su *TripAdvisor*: mettiamo a confronto cosa dicono fonti diverse riguardo la stessa notizia.

5) Privacy e adescamento online

a) La Privacy digitale

La privacy digitale dei figli esiste? Questa domanda è decisamente attuale e la risposta è piuttosto variabile, almeno quanto l'età e la maturità dei figli in questione. Insegnare loro ad utilizzare uno strumento complesso come uno smartphone prevede almeno una prima fase di condivisione e controllo di questo strumento. Questo significa guardare insieme e con una cadenza regolare lo smartphone dei propri figli. Cosa guardare? Per esempio, il tempo di utilizzo, i social e i siti web in cui si è navigato, le chat e i messaggi. In accordo e senza fare nulla di nascosto. Quest'attività di monitoraggio degli adulti può senz'altro essere inclusa nel contratto da fare con i ragazzi prima della consegna dello smartphone, come accennato nel primo punto.

Ancora più importante è informare i ragazzi sulla **loro privacy** e sull'importanza di tutelarla e custodirla con grande cura. Qual è il confine che si vuole mettere tra pubblico e privato? Siamo consapevoli che chiunque può reperire notizie su di noi cercando informazioni online? Oggi e in futuro. Anche un possibile datore di lavoro indeciso sul profilo a cui dare la precedenza, per esempio.

Come spiegarlo ai ragazzi?

Ecco qualche spunto:

“Ci sono alcuni contenuti, immagini e informazioni che è meglio non postare in Rete. Quando avrai qualche anno in più e più esperienza, valuterai sempre meglio quali e perché. Devi sapere che una volta che hai postato qualcosa, può essere condiviso con altre persone a cui non volevi indirizzarli o che non conosci ed è molto difficile eliminarli per sempre.”

“La privacy è un piccolo puzzle da custodire gelosamente e ogni tessera contiene informazioni personali che ti riguardano e che non devi condividere con altri che non siano i tuoi genitori. La tua immagine, il tuo nome e cognome, la tua data e luogo di nascita, il tuo indirizzo mail e il tuo numero di cellulare sono dati preziosi e non sono da condividere con altri.”

Spesso sul web per accedere ad alcune pagine o servizi si aprono pagine che richiedono la compilazione dei propri dati personali: è bene sapere che finché si è minorenni la compilazione di qualsiasi formulario dentro Internet deve essere effettuata da un adulto che se ne dichiara responsabile.

b) Adescamento online

Rendere i figli consapevoli di poter essere letteralmente adescati come piccoli pesciolini nell’oceano della rete è un dovere e una responsabilità. Senza spaventarli, ma come ulteriore consapevolezza.

Nell’online le persone possono facilmente camuffarsi e diventare tutto quello che vogliono: gli adescatori si trasformano e cambiano identità a seconda delle persone che puntano, prendendo spunto dalle passioni e dagli interessi del pesciolino. Spesso l’adescatore attira le sue vittime realizzando un profilo social molto attraente, o mettendo in piedi una pagina finta di un personaggio famoso. Oppure ancora andando a cercare la vittima, guardando i post e le stories. Succede che l’adescatore inizi a mandare messaggi in chat (I social hanno la possibilità di mandare messaggi diretti a chiunque) per cercare di conoscere meglio la vittima.

Come riconoscere un adescatore?

Non è facile, l’adescatore è simile a un camaleonte che cambia pelle e aspetto a seconda della sua vittima. Inoltre, non appena sente di essere in pericolo di solito evapora e scompare. Di solito agisce in quattro tempi, ve li

riporto così come sono descritti nel testo “Next Level” come ottimo spunto per spiegare questo aspetto ai ragazzi.

c) Le fasi dell’adescamento

- ◆ **Primo tempo: diventiamo amici.** L’adescatore finge di voler diventare tuo amico, facendoti credere che avete un sacco di interessi in comune.
- ◆ **Secondo tempo: mi posso fidare di te?** “Hai parlato a qualcuno di noi? Mi raccomando è il nostro segreto!”. L’ideale dell’adescatore è trovare dei minorenni che si muovano online senza nessuna supervisione da parte dei genitori.
- ◆ **Terzo tempo: ti fidi più di me o di quelli che già ci sono nella tua vita?** L’adescatore cerca di diventare il punto di riferimento e di tirarti nel suo ambito di influenza, cercando di convincerti che gli adulti di riferimento ti controllano troppo e ti rovinano la vita.
- ◆ **Quarto tempo: e adesso fai quello che ti dico io.** Questa è la fase in cui l’adescatore vuole che tu faccia quello che dice lui, obbligandoti a rispondere a richieste totalmente inadeguate che possono costituire anche reato.

Cosa aggiungere su questo punto così delicato nel dialogo con i ragazzi?

Ecco alcune informazioni utili da dare loro:

*“Se la persona che ti contatta è qualcuno di cui non sai nulla deve suonare una sirena d’allarme: occorre fermarsi. E NON FARE NULLA. Non rispondere mai a messaggi di sconosciuti, anzi se mai bloccare il contatto. In ogni caso quando qualcosa non quadra è bene **parlarne con un adulto.**”*

Infine, ricordo che di fronte a adescatori e truffatori online è possibile rivolgersi alla polizia postale. È sufficiente andare sul loro sito, fare una segnalazione e lasciare i propri recapiti per essere richiamati nel caso in cui vengano identificati gli estremi per procedere.

6) Cyberbullismo

a) Chi è il cyberbullo?

L'ultimo punto di questa guida riguarda l'ormai noto cyberbullismo, che è uno dei problemi che si può incontrare in Rete. Ma di cosa stiamo parlando esattamente? Chi è il cyberbullo?

Non è facile rispondere a questa domanda anche perché può capitare anche a nostro figlio di essere un cyberbullo, magari senza volerlo e senza accorgersene. Molto dipende da come vengono utilizzati smartphone, tablet e computer connessi alla rete. Diciamo che si può fare una distinzione fra il vero cyberbullo e il cyberbullo per sbaglio.

Il **vero cyberbullo** è di solito un leone da tastiera, molto abile a utilizzare e mandare messaggi cattivi che vanno dritti al bersaglio. Il cyberbullismo è come il bullismo ma fa anche più male. Non sono solo parole, ma qualcosa che ti ferisce intimamente. Inoltre, a volte i cyberbulli si nascondono dietro la possibilità di essere anonimi o dare dati falsi, staccandosi ulteriormente dal reale.

Ma c'è anche un altro aspetto: spesso nascosti dietro uno schermo, e succede anche a noi adulti, diciamo a un nostro amico o compagno qualcosa che di persona non avremmo il coraggio di dirgli, perché non lo guardiamo in faccia, perché non vediamo le sue reazioni ed emozioni e non capiamo che gli stiamo facendo molto male. Così a volte le dita sulla tastiera si muovono più velocemente di quanto facciamo il pensiero e la riflessione ed ecco che troviamo il **cyberbullo per sbaglio**.

“Anche se non sei vittima è importante imparare a riconoscere il fenomeno per tanti buoni motivi:

- per non voltare la faccia dall'altra parte se ne sei testimone,*
- per capire come non diventare un cyberbullo,*
- e per aiutare chi ne rimane vittima”.*

b) A quali elementi fare attenzione

Spesso la vittima del cyberbullo si ritrova in una gabbia di cristallo: tutti possono vedere cosa le sta capitando. Tutti hanno letto post e messaggi che la riguardano. Un po' come se avesse un pesce d'aprile attaccato sulla schiena e non se ne fosse ancora accorta.

“Immagina di essere nei panni della vittima. Cammini ignaro dello scherzo e al tuo passaggio tutti ridono di te. A quel punto inizi a sentirti in difficoltà e sei assalito dall'ansia. Finché qualcuno viene da te e ti mostra ciò che per te era impossibile da vedere e da sapere.”

Nel cyberbullismo il meccanismo è più o meno lo stesso, solo che quasi sempre il cyberbullo è invisibile e quindi non c'è nessuno a cui dire di smetterla e di chiederti scusa.

Cosa può fare la differenza?

Il pubblico virtuale ha un potere enorme che può fare la differenza. Se si intercetta un messaggio che discredita, umilia o prende in giro una persona il pubblico ha il potere (e il dovere) di far tornare il cyberbullo sui suoi passi. Come? Con messaggi chiari come:

“Quello che hai appena postato è offensivo, rimuovilo immediatamente”.

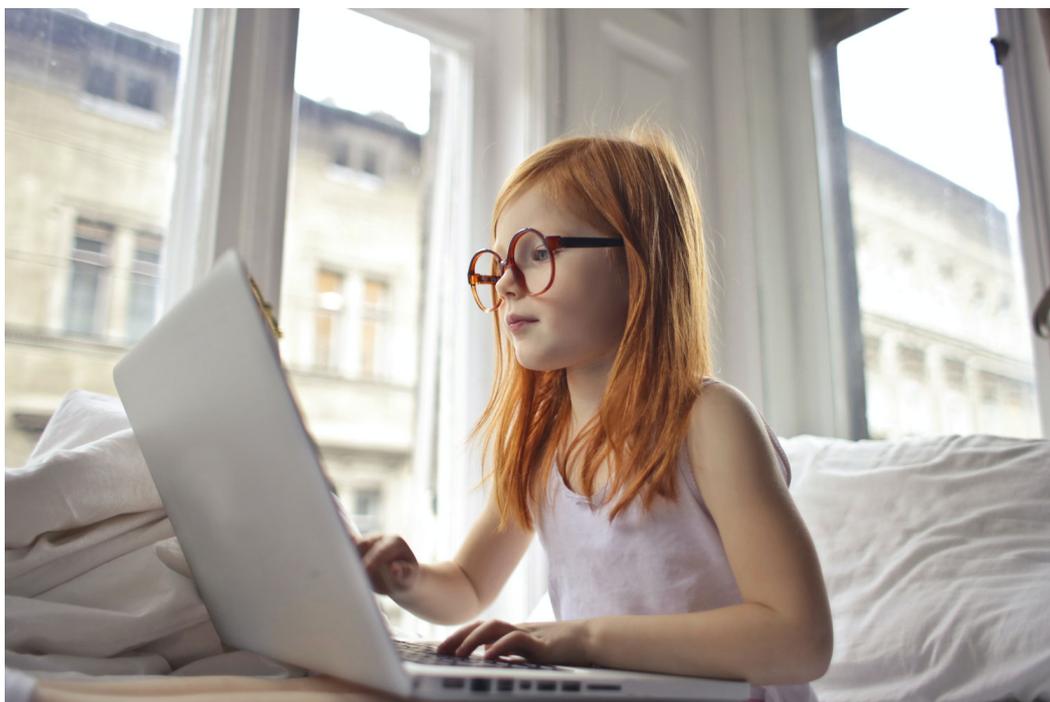
Oppure: “Chi pensi di essere per parlare così di una persona che non hai di fronte? Mi dissocio completamente dal tuo messaggio e invito tutti a fare altrettanto!”.

Trovarsi di fronte una o più persone che lo fanno riflettere sul suo comportamento (che sia meditato o causale) è un primo passo per far fare marcia indietro al cyberbullo e per farlo sentire isolato in questo suo

comportamento. E ancora potrebbe portarlo anche a chiedere scusa alla sua vittima.

In ogni caso è bene ribadire ai bambini e ragazzi che sempre possono e devono chiedere aiuto agli adulti di riferimento: insegnanti, genitori, educatori, allenatori e pediatri. Ciò che conta è non rimanere mai soli e non permettere a nessuno di farti del male, anche solo virtualmente.

Bibliografia



Fonti, articoli e libri utili consigliati per approfondire secondo l'ordine degli argomenti trattati:

Documento approvato dalla 7° Commissione Permanente nella seduta del 9 giugno 2021 del Senato della Repubblica a conclusione dell'indagine conoscitiva sull'Impatto del Digitale sugli studenti, con particolare riferimento ai processi di apprendimento: <https://www.senato.it/service/PDF/PDFServer/DF/366985.pdf>

<https://www.domusweb.it/it/opinion/2017/12/26/the-engineering-of-addiction.html>

<https://www.forbes.com/sites/johnbbrandon/2022/06/27/how-social-media-tricks-us-into-thinking-we-are-paying-attention/?sh=292ab21c4731>

<https://www.stefaniagarassini.it/la-battaglia-per-un-uso-sano-del-digitale-si-vince-insieme/>

<https://www.mamamo.it/educazione-digitale/buone-prassi/iscrizione-bambini-facebook-instagram-musically-13-anni/>

<https://www.mammadicorsa.com/2020/02/11/limiti-eta-social-media/>

<https://www.mammadicorsa.com/2019/10/08/regole-per-i-gruppi-whatsapp-di-classe-servono/>

Il profilo Instagram di Marta Pavia @zuccaviolina per consigli su IG e su come educare l'algoritmo

Giovani Connessioni, T. Maggi, di cui vi parlo qui <https://www.mammadicorsa.com/2020/05/29/giovani-connessioni-il-libro-per-i-genitori-digitali/>

10 Motivi per non regalare lo Smartphone alla Prima Comunione, S. Garassini

Vietato ai minori di 14 anni, A. Pellai e B. Tamborini

Next Level, A. Pellai e B. Tamborini

La Disputa Felice, B. Mastroianni

www.paroleostili.it

Siti web da monitorare e leggere periodicamente:

<https://www.generazioniconnesse.it/site/it/home-page/>

<https://www.agendadigitale.eu/>

<https://www.wired.it/>

<https://www.garanteinfanzia.org/>

<https://www.custodidigitali.it>

<https://www.benesseredigitale.eu/materiali/>

<https://stefaniagarassini.it>

<https://pattidigitali.it/>

Manifesto della comunicazione non ostile scritto dall'associazione **Parole O_stili**: una guida molto utile da seguire quando si lascia un messaggio online, assolutamente da condividere con i nostri figli.

1. Virtuale è reale

Dico e scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.

2. Si è ciò che si comunica

Le parole che scelgo raccontano la persona che sono: mi rappresentano.

3. Le parole danno forma al pensiero

Mi prendo tutto il tempo necessario a esprimere al meglio quel che penso.

4. Prima di parlare bisogna ascoltare

Nessuno ha sempre ragione, neanche io. Ascolto con onestà e apertura.

5. Le parole sono un ponte

Scelgo le parole per comprendere, farmi capire, avvicinarmi agli altri.

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola può avere conseguenze, piccole o grandi.

7. Condividere è una responsabilità

Condivido testi e immagini solo dopo averli letti, valutati, compresi.

8. Le idee si possono discutere.

Le persone si devono rispettare

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

9. Gli insulti non sono argomenti

Non accetto insulti e aggressività, nemmeno a favore della mia tesi.

10. Anche il silenzio comunica

Quando la scelta migliore è tacere, taccio.

Fonte: <https://paroleostili.it/manifesto/>

Sempre sul loro sito o direttamente su Youtube trovate dei brevissimi video su molti degli argomenti trattati qui, con semplici esempi, da vedere insieme ai ragazzi, qui il link <https://paroleostili.it/smile-learn/>

**Hai suggerimenti utili che ritieni sia bene aggiungere?
C'è qualcosa che non è chiaro e pensi debba essere
approfondito?**

**Sarò molto felice di sapere la tua, scrivimi!
eli@mammadicorsa.com**

Web: <https://www.mammadicorsa.com/>

Instagram: https://www.instagram.com/eli_mammadicorsa/

Facebook: <https://www.facebook.com/mammadicorsa>

© 2023 - Elisabetta Coccia
mammadicorsa.com

Mamma di corsa