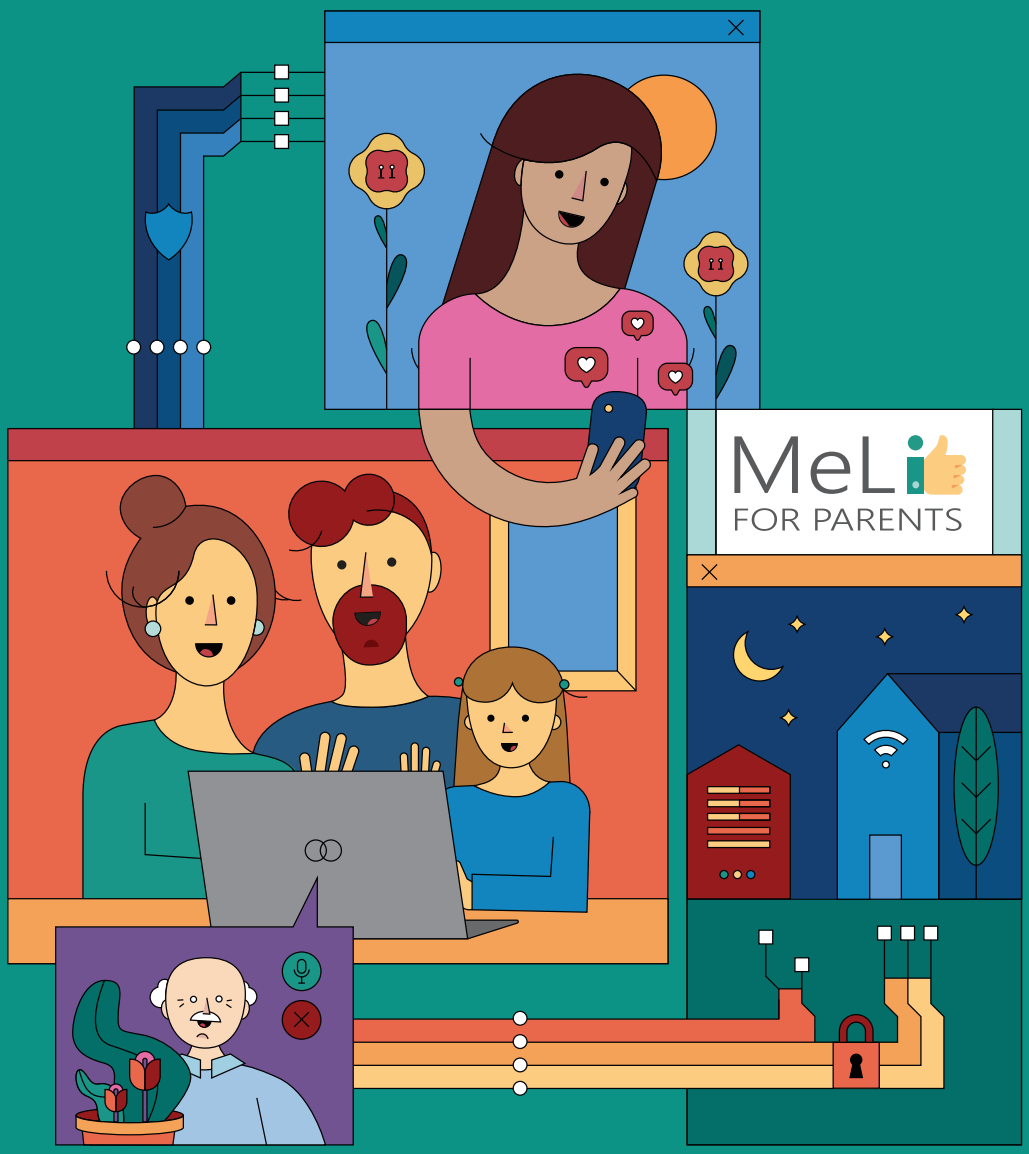


Educazione ai Media
Guida per i Genitori

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

La produzione di questo documento è stata possibile grazie al sostegno del progetto ERASMUS+:
Media Literacy for Parents (2019-1-PL01-KA204-065331).
Il sostegno della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un endorsement del contenuto che testimonia solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi eventuale uso che può essere fatto delle informazioni riportate.

Coordinato da:
EPA – European Parents Association
c/o LLLP - Lifelong Learning Platform
Rue de l'industrie 10
1000 Brussels/Belgium
E-mail: office@europarents.eu
www.europarents.eu

BY NC ND

Design e illustrazioni: Soledad Aguirre Luzi www.agluzi.com

Educazione ai Media Guida per i Genitori

Indice

INDICE Pag.

Prefazione		**8**
Introduzione		**9**
Consorzio		**10**
1.	**Educazione ai media in generale:**	**16**
1.1	Aspetti economici, sociali e culturali dei media	18
1.2	Comunicazione e costruzione della fiducia:	23
1.2.1	Stili educativi genitoriali e la loro influenza sull'educazione ai media	24
1.2.2	Relazione tra stili genitoriali e comunicazione	27
1.2.3	Costruire la fiducia	30
1.2.4	Parlare di un argomento delicato	31
1.3	Regole familiari sul tempo di utilizzo dei dispositivi (screentime)	36
1.4	Figure di riferimento e stereotipi	43
2.	**Rischi e opportunità online:**	**48**
2.1	Rischi	50
2.1.1	Cyberbullismo	51
2.1.2	Discorsi d'odio online	57
2.1.3	Sexting, Sextortion e Grooming	62
2.1.4	Disinformazione: riconoscere le fake news sui media tradizionali e digitali	66
2.1.5	Dipendenza da internet nei bambini	72
2.2	Opportunità	78
2.2.1	Creazione di contenuti digitali	79
2.2.2	Didattica online	84
2.2.3	Media nella comunicazione e nei viaggi	87
3.	**Misure di prevenzione:**	**92**
3.1	Sicurezza informatica	94
3.2	Privacy online	104
3.3	Strumenti di parental control	110
4.	**Come usare la WebAPP**	**116**
5.	**Unisciti alla community**	**126**
6.	**Glossario**	**130**

Prefazione, introduzione e consorzio

PREFAZIONE

Educazione ai media – Guida per i genitori.
Questa guida è stata sviluppata nell'ambito del Programma Erasmus+ Media Literacy for Parents, uno dei primi progetti che si rivolge specificamente ai genitori e al loro uso dei media e che mostra loro modi e possibilità di educare i propri figli a utilizzare i media in modo sicuro, responsabile e informato.

Il progetto si basa su studi volti a dimostrare che i programmi di educazione ai media e/o digitale si rivolgono principalmente a bambini e ragazzi, ma che l'influenza dell'ambiente familiare e dei loro coetanei ha un impatto maggiore su di loro, rispetto a quello che producono questi programmi generalmente affrontati a scuola. È quindi importante formare e responsabilizzare i genitori affinché siano in grado di adempiere al loro ruolo di educatori primari dei propri figli anche in questo campo, un aspetto che l'Associazione europea dei genitori (EPA) ha sostenuto fin dalla sua fondazione nel 1985, quando le questioni digitali non erano ancora un tema così diffuso.

Il consorzio è composto da sei partner provenienti da sei paesi diversi (Belgio, Bulgaria, Cipro, Grecia, Italia e Polonia) e da diversi background (ONG nazionali, reti europee e aziende).

Tutti hanno condiviso le loro preziose esperienze nel campo della formazione per adulti, della rappresentanza dei genitori, della digitalizzazione, della nascita dei media e della sicurezza informatica, per sostenere i genitori tramite la creazione di un programma di formazione, un'applicazione web e questa guida.

L'obiettivo è quello di aiutarli da un lato, nella loro lotta per tenere i propri figli al sicuro online, dall'altro per rendere possibile la loro piena partecipazione alla società moderna, comprese le opportunità di apprendimento, i processi democratici e le attività ricreative e culturali, poiché la digitalizzazione può aiutare ad esprimere sé stessi, favorire forme di cittadinanza attiva, e migliorare la comunicazione creativa.

Auguriamo a tutti una buona lettura e siamo ben lieti di ricevere i vostri commenti e suggerimenti per migliorare qualsiasi contenuto realizzato.

Milano, gennaio 2022

INTRODUZIONE

L'educazione ai media, o la scarsa preparazione in materia, sembra essere un fenomeno piuttosto nuovo, considerando tutte le pubblicazioni e gli studi emersi negli ultimi due decenni. Tuttavia, è stato un argomento molto discusso fin dall'invenzione della stampa, ancora di più con l'istituzione dei quotidiani nel 19° secolo, e più tardi con la radio e la televisione. Così alcuni dei problemi che i genitori si trovano ad affrontare oggi sono in realtà questioni piuttosto vecchie, come per esempio la distinzione tra informazioni corrette e non corrette, oggi meglio conosciute come fake news, ma esistono ormai da tempo anche argomenti come il (cyber)bullismo o le molestie di qualsiasi tipo, così come l'hate speech.

Lo stesso vale per l'impegno profuso dai genitori per proteggere i propri figli da tutta questa cattiveria, e dalle autorità statali o ecclesiastiche per tenere i loro cittadini o fedeli lontani da contenuti indesiderati o addirittura pericolosi agli occhi dei loro organi direttivi. Quest'ultima tendiamo a chiamarla censura e ci sono enormi discussioni sul se e quanto si possa chiamare così anche il controllo dei genitori sulle attività online dei propri figli.

Questo è il motivo per cui uno dei punti principali di questa guida sarà la comunicazione tra genitori e figli e la co-creazione di regole e norme che, per esperienza, hanno anche una maggiore probabilità di essere rispettate se i figli si sentono proprietari di questi accordi.

La guida è divisa in cinque diverse sezioni che possono essere lette e utilizzate separatamente. In ogni sezione troverete alcune informazioni di base e link per ulteriori risorse. Contengono anche alcuni suggerimenti molto pratici e raccomandazioni sperimentate, nonché attività guidate.

Come ultima cosa, ma non per importanza, troverete un'introduzione alla WebApp che è stata sviluppata e che può essere integrata a questa guida e al corso di formazione, nonché un ottimo modo per saperne di più sull'educazione ai media partecipando a quiz, guardando video consigliati, leggendo articoli e seguendo suggerimenti e raccomandazioni.

Vi consigliamo di partecipare al corso di formazione su Moodle, e di migliorare le vostre competenze digitali per aiutare a sviluppare quelle dei vostri figli e per diffondere l'educazione ai media tra i vostri coetanei, amici e parenti.

CONSORZIO

MELI FOR PARENTS

Background

Sebbene i principi dell'educazione ai media mediatica siano stati sviluppati già da alcuni anni, essi sono abitualmente rivolti ai giovani e trascurano invece i bisogni dei genitori, che ne sono responsabili nei confronti dei propri figli. I genitori in particolare dovrebbero poter aiutare i loro figli a sviluppare un uso moderato e un comportamento sano per quanto riguarda l'utilizzo di Internet e a riconoscere e affrontare i pericoli che possono incontrare online. Tuttavia, nei Paesi dell'Unione Europea, finora sono state sviluppate solo poche iniziative rivolte ai genitori, i quali hanno quindi ancora una conoscenza limitata sull'utilizzo dei media e si sentono insicuri o incapaci di sostenere i propri figli.

Scopo

MeLi Parents punta a colmare le lacune causate dalle scarse iniziative di educazione ai media rivolte ai genitori, creando un programma di formazione e strumenti di supporto indirizzati specificamente a loro, con l'obiettivo di migliorare le competenze e conoscenze dei genitori sull'utilizzo dei media. Il programma di formazione, in particolare, li aiuterà ad acquisire alcune conoscenze tecniche su come utilizzare i nuovi media ed essere coinvolti nell'attività online dei propri figli.

Approccio

Il Progetto ha prodotto i seguenti risultati concreti:

- Programma di formazione: Educazione ai media per i genitori
- WebApp ML4P
- Educazione ai media – Guida per i genitori

Innovazione

L'innovazione di MeLi Parents consiste nel creare nuovi materiali e strumenti di formazione sull'educazione ai media specificamente destinati a responsabilizzare i genitori. I moduli

si basano su ricerche effettuate nei paesi partner, affrontando quindi i problemi reali che i genitori si trovano ad affrontare. Il materiale di formazione è fornito, tramite un'applicazione web, sotto forma di attività e risorse interattive.

www.meli4parents.eu

I PARTNER

MAPA PASJI

La Fondazione Mapa Pasji è stata fondata nel 2016 in Polonia con una missione da compiere: scoprire i misteri dei luoghi e le passioni dei loro abitanti. La Fondazione è attiva in tre principali settori: 1) Missioni: spedizioni per esploratori lungo sentieri non segnati che possono essere scelti per scoprire la storia locale, la cultura e la natura, e risolvere enigmi nascosti in indizi espressi in rima; le missioni attive sono oltre 600 (www.questy.org.pl); 2) Il patrimonio culturale dei luoghi che proteggiamo, documentiamo e promuoviamo a livello regionale e nazionale; 3) "Space for senior citizens": attivazione, integrazione ed educazione dei cittadini anziani; 4) Programmi educativi realizzati a livello internazionale all'interno del Programma Erasmus+.

www.mapapasji.pl

E-BUSINESS ACADEMY

E-business Academy è un'organizzazione privata di formazione e consulenza specializzata nella formazione degli adulti nel campo dell'imprenditorialità, dell'e-business e del marketing digitale, oltre che del life e business coaching e in attività di consulenza di e-business e

marketing digitale. Insieme ai principi e alle metodologie classiche e consolidate, applichiamo nel nostro lavoro anche metodi e strumenti psicologici scientifici completamente nuovi come la Neurografica, carte associative metaforiche ecc. Il nostro obiettivo principale è quello di diffondere un nuovo modo di pensare creativo e di aiutare i piccoli imprenditori, i lavoratori autonomi e persone con competenze specifiche e hobby a partire online, a presentarsi e ad utilizzare tutti i vantaggi delle tecnologie digitali nel miglior modo possibile.

www.e-businessacademy.eu

EMPHASYS

Il Centro Emphasys è stato istituito nel 1998 e opera come Centro di Istruzione, Formazione ICT e Centro di Ricerca approvato dal Ministero dell'Istruzione, della Cultura, dello Sport e della Gioventù di Cipro. È composto da un forte team di professionisti che comprende esperti in ICT, Psicologia, Sociologia, Educazione, Diritto, Economia, Affari, Diritti Umani, Lingue, Comunicazione, Architettura e Grafica. Emphasys offre i suoi servizi a una vasta gamma di organizzazioni pubbliche e private, nonché a professionisti e individui di ogni età e provenienza.

È organizzato in quattro dipartimenti interconnessi. Il dipartimento dell'Istruzione, che offre corsi di informatica convalidati e accreditati, come l'informatica di livello A 'GCE per gli studenti che accedono agli istituti di istruzione superiore o la patente europea per l'uso del computer (ECDL) per professionisti; fornisce inoltre servizi di consulenza professionale.

Il dipartimento di formazione ICT comprende due unità completamente attrezzate: l'unità STEAM e l'unità di formazione dell'UE. L'unità dell'UE si concentra sulla fornitura di un'ampia selezione di corsi di mobilità per l'apprendimento Erasmus+ KA1 per professionisti e cittadini dell'UE. L'unità STEAM è dotata di strumenti ad alta tecnologia per offrire ai giovani dei corsi basati su progetti che combinano robotica, design e stampa 3D, utilizzando la stampante 3D Craftbot+, e coding, tramite la progettazione di videogiochi utilizzando visori VR di ultima generazione come l'Oculus Rift S guidato da istruttori "Lego Education Trainer". La maggior parte dei corsi segue l'approccio 4C di Lego

Education "Connetti - Costruisci - Contempla – Continua" in cui agli studenti viene presentata una sfida a tempo indeterminato che li sprona a cercare soluzioni. Il Dipartimento di Ricerca collabora con diverse organizzazioni su progetti UE grazie a una serie di fondi (ad es. Erasmus, AMIF, AAL) nel campo dell'istruzione e della formazione, fornendo anche supporto manageriale per i progetti UE a scuole e ONG. Negli anni ha costruito una forte rete locale e internazionale, utilizzata nella promozione di progetti e iniziative europee.

Il dipartimento di Sviluppo Software è coinvolto nella progettazione, sviluppo, sperimentazione e valutazione di vari strumenti di e-learning, piattaforme, siti web, applicazioni e portali di recensioni ecc. in base alle esigenze dei vari progetti realizzati dall'organizzazione.

Emphasys è membro dell'European Digital Learning Network (DLEARN) insieme ad altre 25 organizzazioni europee che mirano a promuovere l'agenda europea del digitale e fa parte del gruppo di consulenza per l'Agenda digitale di Cipro.

www.emphasyscentre.com

EUROPEAN DIGITAL LEARNING NETWORK – DLEARN

L'European Digital Learning Network - DLEARN - mira ad accogliere le principali sfide della rivoluzione digitale sul piano dell'inadeguatezza delle competenze digitali, per avviarsi verso un'inclusiva società digitale. Il 47% degli europei non possiede competenze digitali adeguate - eppure nel prossimo futuro il 90% dei lavori richiederà un certo livello di competenze digitali e numerose opportunità per impieghi che modelleranno il mondo del lavoro. I nostri obiettivi sono caratterizzati da quattro parole chiave: CONDIVISIONE, CONNESSIONE, MOLTIPLICAZIONE, MIGLIORAMENTO. DLEARN è un raccoglitore di pratiche e idee, che riunisce diverse organizzazioni in Europa per riflettere, pensare e innescare nuove iniziative, verso la valorizzazione e il miglioramento dell'apprendimento digitale.

www.dlearn.eu

ASSOCIAZIONE EUROPEA DEI GENITORI - EPA

EPA è stata fondata come ONG nel 1985 a Milano, con lo scopo di promuovere la collaborazione tra scuole, associazioni di genitori e altre comunità educative in Europa. Nel corso degli anni EPA è diventata una struttura ombrello che riunisce associazioni di genitori nazionali e regionali e federazioni di associazioni di genitori in Europa, che insieme rappresentano oltre 150 milioni di genitori.

Gli obiettivi principali sono:

• Promuovere e sostenere il coinvolgimento attivo dei genitori come educatori primari in tutte le fasi dell'istruzione dei propri figli;

• Promuovere la partecipazione attiva delle associazioni di genitori e di singoli genitori dei diversi paesi europei, offrendo loro opportunità di formazione, cooperazione e scambio di informazioni;

• Sostenere la migliore qualità possibile dell'istruzione per tutti i ragazzi in Europa, in particolare partecipando attivamente all'elaborazione e alla valutazione delle politiche a livello comunitario;

• Favorire la collaborazione tra i membri dell'organizzazione.

www.europarents.eu

HEARTHANDS SOLUTIONS - HESO

HeartHands Solutions (HESO) è una società di consulenza dinamica che offre una vasta gamma di servizi per colmare il divario tra gli ecosistemi di finanziamento commerciale e pubblico/UE. I servizi offerti da HESO spaziano dallo sviluppo del business e

dall'acquisizione di finanziamenti pubblici all'implementazione personalizzata, alla formazione e al trasferimento tecnologico. Tutti i servizi vengono proposti ponendo particolare attenzione all'alta qualità dei risultati, che è ciò che distingue HESO dalla maggior parte delle società di consulenza, che prendono le distanze dalle realizzazioni tecniche e non forniscono ai propri clienti questo tipo di preparazione.

www.hearthands.solutions

IDEC

IDEC è una società di consulenza per la formazione con sede a Pireo, in Grecia. Svolge attività di formazione, consulenza gestionale, garanzia di qualità, valutazione e sviluppo di soluzioni ICT sia per il settore pubblico che privato. Collabora con oltre 800 istituti in tutta Europa e con circa 300 esperti in settori specifici. Ha una lunga esperienza nel campo dei progetti dell'UE, sia come coordinatrice che come partner di diversi programmi e iniziative europee. Inoltre, IDEC ha un centro di apprendimento permanente accreditato e certificato secondo lo standard di qualità ISO 9001. Grazie al suo doppio ruolo, sia come società di istruzione che come società di consulenza gestionale, IDEC è stata in grado di incorporare le migliori procedure del settore aziendale nell'istruzione, adattandole ai valori di un'istruzione aperta, sostenibile e accessibile a tutti.

www.idec.gr

CAPITOLO 1

Educazione ai media in generale

Capitolo 1.1

ASPETTI ECONOMICI, SOCIALI E CULTURALI DEI MEDIA

I media influenzano quasi ogni parte della nostra vita quotidiana. Determinano fortemente le nostre credenze, azioni, decisioni e a volte influenzano i nostri valori e relazioni. A partire dalla televisione, i cui messaggi si imprimono automaticamente nella nostra mente e in quella dei nostri figli, fino ad arrivare a tutte le informazioni su Internet, ai social media e alle chat di gruppo. Le informazioni che riceviamo influenzano il nostro modo di pensare e il nostro comportamento. Ecco perché è molto importante che i genitori e gli educatori sappiano riconoscere e scegliere i contenuti dei media, le fonti d'informazione e le piattaforme adeguate, per loro stessi e per i propri figli. È anche fondamentale capire come i media influenzano le nostre emozioni, decisioni e azioni.

Un altro argomento fondamentale per noi genitori è come poter guidare i nostri figli a valutare e trarre il massimo dall'influenza dei media, per essere d'ispirazione e far sì che imparino seguendo il nostro esempio, essere delle figure di riferimento. Uno dei primissimi passi che raccomandiamo è quello di prendervi del tempo per esplorare e valutare i seguenti argomenti per voi e i vostri figli:

- Quanto tempo trascorri con la TV accesa?
  (tempo passivo davanti alla TV per tutta la famiglia)
- Quali sono le tue fonti di informazione su
  politica, genitorialità, faccende domestiche, sport ecc.?
- Come valuti le informazioni che trovi?
- Quanto sei sicuro che le informazioni che ricevi si basino su fatti reali?
- Conosci la differenza tra fatti e opinioni?

Ecco alcune domande importanti che potete porvi e che possono aiutarvi a valutare le vostre fonti di informazione e la loro influenza su di voi e sui vostri figli:

Come rispondono diverse persone (voi, i vostri figli, colleghi, parenti, amici) ai contenuti dei media?
Ci sono vari fattori che determinano il modo in cui persone diverse reagiscono a una stessa informazione. I fattori più comuni sono: sesso, età, etnia, condizionamento culturale e sociale, situazione attuale. È importante per noi genitori capire questo e spiegarlo in modo appropriato ai nostri figli, in base alla loro età.

Per quale motivo rispondiamo/reagiamo in un certo modo ai contenuti dei media?

Come genitori, è importante capire per quale motivo noi e i nostri figli rispondiamo o reagiamo in un certo modo ai contenuti dei media. Cosa ci fa rispondere a un post sui social media o attira la nostra attenzione su una particolare notizia?

Dovremmo essere in grado di riconoscere le provocazioni che ci spingono ad agire o a far nascere in noi una convinzione o un'opinione. Le fake news e la disinformazione, per esempio, sono sempre progettate in un certo modo, per provocare una reazione che il più delle volte sfocia in varie forme e sfumature della paura.

CONSIGLIO: Vi consigliamo di concentrarvi intenzionalmente sulle vostre risposte/reazioni alle notizie, ai post dei social media, agli annunci commerciali che vedete/ascoltate sui canali mediatici che utilizzate abitualmente, per una settimana. Scrivete e riflettete individualmente sui risultati e le scoperte. Potete anche discuterne in famiglia e con i vostri amici. Inoltre, potete usare questo come esercizio da fare insieme ai vostri figli (a seconda della loro età).

In che modo il contenuto dei media influenza le nostre emozioni?

È importante sviluppare la nostra intelligenza emotiva, imparare a osservare e riconoscere le nostre emozioni e cosa le influenza dall'esterno. È anche fondamentale parlare con i nostri figli delle loro emozioni e istruirli su questo argomento.

In che modo i contenuti dei media plasmano le credenze, l'atteggiamento e il comportamento?

Come genitori dovremmo comprendere chiaramente il modo in cui il contenuto dei media plasma le convinzioni, l'atteggiamento e il comportamento nostro e dei nostri figli. Le nostre credenze e convinzioni costituiscono il filtro attraverso il quale tutti noi vediamo il mondo. Determinano le nostre reazioni, azioni, opinioni.

Al giorno d'oggi, le nostre credenze e convinzioni sono spesso plasmate dalle informazioni dei media che ci arrivano da molte fonti diverse. Di conseguenza, determinano in gran parte le nostre reazioni e azioni. Anche i valori e le convinzioni dei nostri figli si formano, non solo nell'ambiente familiare, ma anche tramite le informazioni ricevute dalle varie fonti a cui sono esposti.

In che modo il contenuto dei media influenza le nostre decisioni?

Le informazioni che ci arrivano costantemente attraverso le varie fonti mediatiche influenzano notevolmente le nostre decisioni. Quindi, è molto importante sviluppare il nostro pensiero critico e trasmettere questa conoscenza e consapevolezza ai nostri figli.

TIPI DI INFLUENZA DEI MEDIA

Influenza diretta e indiretta

Qual è la differenza tra influenza diretta e indiretta? L'influenza diretta dei media è più facile da riconoscere; per esempio, vediamo la pubblicità di un prodotto e decidiamo di acquistarlo, oppure vediamo una pubblicità politica che determina la nostra opinione su un candidato politico. Tuttavia, in altri casi, l'influenza dei media è indiretta; per esempio: gli annunci che vediamo provengono da produttori/fornitori autorizzati a pubblicare a scopi pubblicitari su quel determinato media. Cioè, i media selezionano gli inserzionisti e le notizie che vediamo e noi siamo indirettamente esposti a questa influenza dai media.

Influenza positiva e negativa

Quando parliamo dell'influenza dei media, il più delle volte l'attenzione è rivolta all'influenza negativa, alla disinformazione o alle fake news. Analizziamo e insegniamo ai nostri figli come riconoscere l'influenza negativa e come proteggersi.

Tuttavia, è altrettanto importante imparare a riconoscere e far notare ai nostri figli anche l'influenza positiva dei contenuti dei media. Possiamo insegnare loro come valutare e utilizzare materiali didattici online, giochi istruttivi e varie applicazioni web adatte alla loro età, leggere di cause, questioni ambientali e sociali ecc.

DAL REALE AL DIGITALE

Riuscire a distinguere chiaramente il mondo reale da quello virtuale e il passaggio dall'uno all'altro è spesso un problema non solo per i bambini ma anche per gli adulti. Questo accade maggiormente nei giochi online, ma ci sono molti altri casi che non sempre riconosciamo. Troviamo anche qui sia un impatto negativo che positivo.

Per esempio: seguire una celebrità sui social media e cercare di imitarla nella vita reale; a volte, nei casi più estremi, questo può portare a seri problemi psicologici. D'altra parte, le informazioni su un evento sportivo o culturale possono incoraggiarci a parteciparvi e a sviluppare le nostre abilità.

CONSIGLIO: Trovate esempi di questo tipo nella vostra vita di tutti i giorni e in quella dei vostri figli e discutetene.

INFLUENCERS

Sei consapevole di chi vi influenza e in che modo? Sai chi sono gli influencer e le figure di riferimento dei vostri figli?

Ecco da cosa siamo maggiormente influenzati:

Annunci commerciali - Pubblicità commerciali

È l'influenza diretta dei media più facile da riconoscere.

Personaggi/celebrità

Negli ultimi 10 anni, si è diffusa la presenza di personaggi/celebrità chiamate influencer, specialmente in social network come Instagram, Twitter, YouTube ecc.

Gruppi sociali (online e offline)

Sempre più, la vita di adulti e bambini ruota intorno a gruppi chiusi online e offline, le cui opinioni hanno una grande influenza su di loro.

Esperienza sociale

I bambini riflettono nel mondo esterno l'esperienza che hanno vissuto nel proprio ambiente domestico e sociale. Questo vale anche per il loro livello di educazione ai media.

Background culturale

Il background culturale è uno dei principali fattori di influenza nella formazione dei valori e del comportamento.

IL RUOLO DEI GENITORI NELL'INDIVIDUAZIONE DELLE FONTI DI INFLUENZA DEI FIGLI

Cosa puoi fare in quanto genitore:

- Parlate con i vostri figli dei loro interessi. Chi sono le loro figure di riferimento? Chi seguono? In quali social media?
- Cercate informazioni e indirizzate i vostri figli verso gli influencer più adatti alla loro età e ai loro interessi. Seguiteli insieme e discutetene.
- Parlate con i vostri figli delle loro emozioni. Cosa e quali informazioni evocano emozioni positive/negative? Per quale motivo?
- Discutete con i vostri figli della loro cerchia sociale.
  Chi ne fa parte? In che modo li influenza?
  Cosa gli piace e cosa no? Cosa vorrebbero che fosse diverso?

INFLUENZA DEI MEDIA E INTELLIGENZA EMOTIVA

Molte notizie, giochi e pubblicità esplicite o implicite sono progettate per influenzare le nostre emozioni. Vengono utilizzate espressioni, musica e immagini volte a trasmettere un messaggio che, pur non essendo espresso verbalmente, è stato stabilito dagli autori. Fanno leva sulle nostre speranze o paure, in modo da suscitare emozioni e farci comprare quel determinato prodotto, sostenere una certa causa, difendere o opporsi a una determinata posizione.

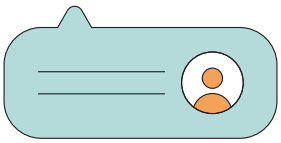
È importante sviluppare la nostra intelligenza emotiva, imparare a riconoscere le nostre emozioni e le influenze esterne su di esse, così come trasmettere questa conoscenza ai nostri figli. Maggiori informazioni sulle emozioni principali e sull'intelligenza emotiva a questo link:

https://www.paulekman.com/universal-emotions/

Perché è importante istruire i nostri figli sul tema dell'educazione ai media?

Il mondo digitale circonda noi e i nostri figli quotidianamente e, oltre ad essere utile e necessario, può essere opprimente e persino pericoloso. I bambini devono essere in grado di capire e verificare le informazioni che trovano, per poterle usare in modo sicuro ed efficace. Educazione ai media non significa semplicemente sapere come usare i vari dispositivi o come aggiornare Instagram, ma interpretare le informazioni e utilizzarle in modo appropriato.

In merito all'argomento "Aspetti economici, sociali e culturali dei media", la cosa più importante è istruire e insegnare ai nostri figli a interpretare e verificare il modo in cui la loro cerchia sociale e i contenuti dei media influenzano le loro emozioni e come queste emozioni determinano il loro comportamento, le loro decisioni e i loro principi.



Riferimenti e letture di approfondimento

https://www.bbc.co.uk/bitesize/guides/zg24frd/revision/2

https://www.socialmagnets.net/how-social-media-influences-people/

https://www.paulekman.com/universal-emotions/

http://atlasofemotions.org/?fbclid=IwAR1E9K_NceQ8lV2wwRzz2o2DfefkNAo2uZ9DuEAMuKcsYm9ugJggOuMVTpE#introduction/

Capitolo 1.2

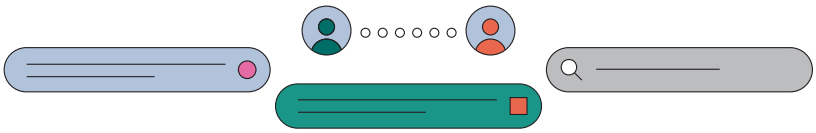
COMUNICAZIONE E COSTRUZIONE DELLA FIDUCIA

Cosa intendiamo per comunicazione?

Oggi interpretiamo la parola "comunicazione" in tanti modi diversi, e viene spesso utilizzata in modo molto specifico per descrivere l'interazione tra sistemi, macchine, macchine ed esseri umani ecc. In questo capitolo ci concentreremo comunque sulla comunicazione come atto sociale risalendo alle origini latine della parola communicare "condividere, dividere; trasmettere, informare; essere partecipe di, unirsi, prendere parte a", letteralmente "andare nella stessa direzione".

Per riuscire ad "andare nella stessa direzione" bisogna essere in grado di capirsi, il che porta a diversi modi di esprimersi e cercare di farsi capire dall'altro e viceversa.

Quindi, la comunicazione nel nostro contesto riguarda la trasmissione di un messaggio (o più messaggi) e il dare un significato a ciò che l'altra persona sta cercando di trasmettere, ed è influenzata da vari fattori che vedremo più avanti in questo capitolo.



Perché la comunicazione è così importante quando parliamo di educazione ai media?

Parlando in generale dell'educazione ai media è stato spiegato il motivo per cui sia così essenziale nel 21° secolo e non può essere insegnata solo a scuola. Infatti, educare ai media non significa spiegare cos'è "giusto" o "sbagliato", ma scoprire ogni cosa insieme, analizzare e creare contenuti, imparare gli uni dagli altri. I bambini sono spesso più veloci degli adulti nel cercare e trovare le cose, più a loro agio nell'usare nuove app e giocare online, hanno ottime idee su quali parole chiave utilizzare per cercare informazioni ecc. ma sono meno consapevoli dei problemi che possono sorgere mentre navigano su Internet, giocano o sono impegnati in conversazioni online.

Molti genitori si preoccupano quindi di mantenere i loro figli al sicuro e vorrebbero bloccare completamente il loro accesso a Internet o installare potenti strumenti di controllo per impedire ai propri figli di imbattersi in qualsiasi contenuto indesiderato. Questo è però un tentativo rischioso, perché i "frutti proibiti" possono generalmente diventare i più interessanti

(ricordate la vostra infanzia 😊) e i bambini riescono spesso a trovare il modo di aggirare questi ostacoli se lo desiderano davvero. A volte possono anche imbattersi accidentalmente in contenuti inadeguati sul cellulare o sul portatile di un amico, oppure sul dispositivo di un fratello o sorella maggiore.

Per questo motivo è necessaria una buona comunicazione e fiducia, che non solo renderà i vostri figli consapevoli dei motivi che vi spingono ad agire in un determinato modo, ma vi aiuterà anche a capire perché è così importante per loro giocare proprio a quel gioco, partecipare a quella challenge o guardare quel video. Ascoltare attentamente e riconoscere i desideri e le preoccupazioni dei vostri figli vi permetterà di reagire empaticamente ma non necessariamente di assecondare tutti i loro desideri, come vedremo nel capitolo sugli stili genitoriali. Inoltre, incoraggerà i vostri figli a informarvi senza temere punizioni nel caso in cui dovesse sorgere un problema. L'educazione ai media dovrebbe quindi essere vista come un processo di insegnamento interattivo e non come un discorso fine a sé stesso che viene fatto di tanto in tanto. Sarà più efficace se viene inserito nelle attività quotidiane in modo regolare.

Capitolo 1.2.1
STILI EDUCATIVI GENITORIALI E LA LORO INFLUENZA SULL'EDUCAZIONE AI MEDIA

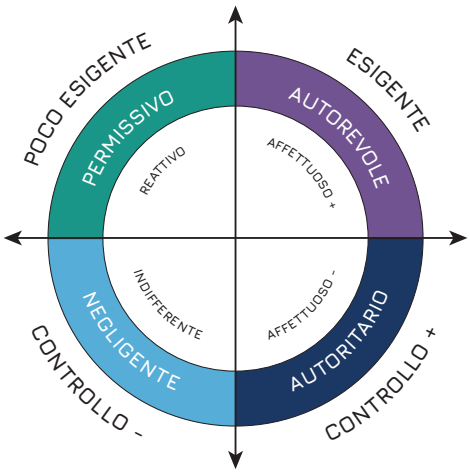
In generale, il modo in cui vengono educati i figli influenza il modo in cui loro utilizzano i media. Osserviamo quindi i quattro stili genitoriali individuati dalla psicologa Diana Baumrind (1966, 1967)[1] ed approfonditi da Martin e Maccoby (1973)[2].

Guardando nel complesso le caratteristiche di interazione dei genitori con i propri figli, il seguente schema emerge come risultato della combinazione tra due dimensioni, e cioè tiene in considerazione in che misura avviene il controllo da parte dei genitori (ad esempio, supervisione, domande e regole stabilite) e la loro affettuosità (ad esempio, sensibilità, sostegno):

---

[1] Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. Genetic Psychology Monographs, 75(1), 43-88 originally: Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior, Child Development, 37(4), 887-907.

[2] Maccoby, E.E.; Martin, J.A. (1983). "Socialization in the context of the family: Parent-child interaction". In Mussen, P.H.; Hetherington, E.M. (eds.). Manual of child psychology, Vol. 4: Social development. New York: John Wiley and Sons. pp. 1–101.



Certamente, queste strategie genitoriali standard sono dei costrutti teorici e nella vita di tutti i giorni sono sovrapponibili, perché non tutti i genitori agiscono seguendo sempre lo stesso approccio. Questo modello dovrebbe quindi essere utilizzato per migliorare la riflessione sulle proprie abitudini, su quei comportamenti specifici che possono essere osservati e classificati.

Le seguenti descrizioni menzionano le caratteristiche generali e l'influenza che ogni stile ha sul modo in cui vengono gestiti i media:

I genitori permissivi o indulgenti cercano di comportarsi in modo tollerante e non oppressivo; accettano e soddisfano le richieste dei figli e rispondono a impulsi e azioni dei bambini in modo affermativo. Si consultano con loro sulle politiche da adottare e sono pronti a fornire spiegazioni sulle regole della famiglia. Chiedono poco l'aiuto dei figli nelle faccende domestiche e danno poca importanza alla disciplina. Si presentano al bambino come una risorsa che può usare come meglio crede, non come un ideale da emulare, né come una figura attiva e responsabile di plasmare o modificare il suo comportamento attuale o futuro. Permettono ai figli di autoregolarsi, evitano di esercitare controllo e non li incoraggiano a obbedire a norme stabilite dall'esterno. Tentano di farli ragionare e manipolarli, ma non esercitano un potere esplicito per raggiungere i propri scopi (cfr. Baumrind, 1966, p. 889).

Generalmente, i genitori permissivi sono eccessivamente tolleranti, consentendo al bambino di regolare il proprio comportamento e le proprie attività online senza stabilire regole o limiti. Sono affettuosi, aperti al dialogo, favorevoli all'uso di internet dei loro figli, e tendono a soddisfare qualsiasi richiesta del bambino.

I genitori autoritari tentano di plasmare, controllare e analizzare il comportamento e gli atteggiamenti dei figli, conformandoli a uno standard di condotta, di solito assoluto stabilito, teologicamente motivato e formulato da un'autorità superiore. Questi genitori ritengono che l'obbedienza sia una virtù e utilizzano misure incisive ed oppressive volte a frenare la volontà dei figli, quando le loro azioni o convinzioni vanno in conflitto con ciò che ritengono sia giusto. Credono che i bambini debbano stare al proprio posto, limitando la loro indipendenza e affidandogli le responsabilità della casa per inculcargli il rispetto del lavoro. Danno un'importanza straordinaria alla disciplina e alla struttura tradizionale. Non incoraggiano il dialogo, credendo che i figli debbano accettare passivamente che quello che dicono sia giusto (cfr. Baumrind, 1966, p. 890). I genitori autoritari sono più rigidi e stabiliscono regole severe (compreso l'uso di strumenti di controllo) per l'uso di Internet, senza badare al coinvolgimento del bambino. Di solito, i genitori autoritari non danno valore al dialogo e all'autonomia dei propri figli.

I genitori negligenti, trascuranti o rifiutanti sono spesso emotivamente o fisicamente assenti. Hanno poche o nessuna aspettativa nei confronti dei figli e non comunicano mai con loro. Non rispondono ai bisogni del bambino e non si aspettano quasi niente dalla sua condotta. Se presenti, possono soddisfare i bisogni primari del bambino con poco o nessun impegno[3]. Sembra esserci una relazione piuttosto distante tra figli e genitori negligenti. I bambini con poca o nessuna comunicazione con i propri genitori tendono ad essere vittime di altri bambini e possono essi stessi esibire comportamenti inappropriati[4]. I genitori negligenti non sono né reattivi né esigenti nei confronti dell'uso di Internet da parte dei propri figli. Spesso mostrano poco coinvolgimento e non controllano le loro attività online. A differenza dei genitori indulgenti, che si interessano delle attività online dei bambini, i genitori negligenti sono spesso concentrati sulle proprie attività online anziché su quelle dei figli.

I genitori autorevoli cercano di dirigere le attività del bambino, ma in modo razionale e orientato ai problemi. Questi genitori incoraggiano il dialogo, condividono con il bambino i

[3] Brown, Lola; Iyengar, Shrinidhi (2008). "Parenting Styles: The Impact on Student Achievement". Marriage & Family Review. 43 (1–2): 14–38.

[4] Finkelhor, D.; Ormrod, R.; Turner, H.; Holt, M. (November 2009). "Pathways to Poly-Victimization" (PDF). Child Maltreatment. 14 (4): 316–29.

propri punti di vista, e sollecitano le sue obiezioni quando si rifiuta di ascoltarli. Valorizzano sia l'autonomia che la disciplina [il genitore valorizza sia attributi emozionali che strumentali, sia l'indipendenza e l'autonomia che la disciplina] ... Perciò riescono a far valere l'autorità in caso di divergenza, ma non costringono il bambino adottando regole rigide. Fanno valere la loro prospettiva da adulti, ma riconoscono gli interessi individuali e i modi di fare del bambino. Il genitore autorevole sostiene le qualità attuali del bambino, ma stabilisce anche degli standard per la loro condotta futura. Usa ragione, energia e formazione creando un regime e un sostegno per raggiungere i propri obiettivi e non basa le sue decisioni sull'opinione generale o sui desideri del singolo bambino, ma non si considera nemmeno infallibile o divinamente ispirato.

I genitori autorevoli stabiliscono delle regole per le attività online dei loro figli e si assicurano che queste vengano rispette, correggendo i comportamenti negativi e premiando quelli positivi. La comunicazione tra i genitori autorevoli e i propri figli è chiara e aperta, basata sul rispetto reciproco.

Capitolo 1.2.2
RELAZIONE TRA STILI GENITORIALI E COMUNICAZIONE

Quindi, quando comunicate con vostro figlio non contano solo le vostre parole, cioè COSA dite, ma molto spesso contano più i modi, e quindi COME lo dite. Se questi due aspetti non coincidono, invierete un messaggio confuso a vostro figlio che potrebbe causare incomprensioni e conflitti, e peggiorare se una o più delle seguenti massime conversazionali (definite da Grice 1989) non vengono rispettate:

MASSIMA DEL MODO - CHIAREZZA

- Evita l'ambiguità del messaggio
- Sii chiaro per far sì che il messaggio venga compreso

MASSIMA DELLA RELAZIONE - PERTINENZA

- Rendere il messaggio pertinente per chi lo riceve farà sì che venga accolto maggiormente

MASSIMA DELLA QUALITÀ - VERITÀ

- Trasmetti solo informazioni veritiere
- Sii sincero

MASSIMA DELLA QUANTITÀ - INFORMAZIONE E TEMPESTIVITÀ (ADATTAMENTO)

- Trova il momento adatto
- Fornisci l'informazione necessaria

MASSIME AGGIUNTIVE

a) Sii perspicuo (comprensibile).

Ci sono vare massime aggiuntive (a volte chiamate submassime), che sono basate su questa massima principale. Grice ne elenca quattro specifiche nella sua opera originale[5]: **Evita espressioni oscure;** non utilizzare un linguaggio poco comprensibile, che contiene quindi parole che l'ascoltatore non conosce. **Evita l'ambiguità;** non usare un linguaggio ambiguo che possa essere interpretato in più modi, e che quindi renda difficile al destinatario capire cosa esattamente si sta cercando di comunicare. **Sii breve;** fornisci informazioni in modo conciso, così che l'interlocutore possa concentrarsi sui dettagli chiave. **Sii ordinato;** fornisci le informazioni in un ordine che abbia senso e per far sì che siano facili da elaborare.

b) **Sii pertinente;** assicurati che tutte le informazioni che fornisci siano rilevanti per lo scambio in corso; ometti le informazioni irrilevanti.

c) **Fa' in modo che il tuo contributo sia veritiero.** Inoltre, sulla base di questa massima, ci sono due principi di qualità più specifiche (a volte indicate come submassime): Non dire ciò che credi sia falso. Evita di dare informazioni che credi possano essere sbagliate, a meno che non ci sia una buona ragione per farlo. Se scegli e di farlo, allora esponi anche i tuoi dubbi riguardo questa informazione. Non dire ciò di cui non hai prove sufficienti. Evita di includere informazioni che non possono essere sostenute da prove. Se scegli di farlo per qualche ragione, fornisci una dichiarazione che evidenzi i tuoi dubbi. **Sii ordinato**. Fornisci le informazioni in un ordine che abbia senso e che renda facile per il destinatario elaborarle.

---

[5] Grice, Paul (1989): Studies in the way of words.

d) Fa' in modo che il tuo contributo alla conversazione sia informativo quanto richiesto. Fornisci tutte le informazioni necessarie e funzionali allo scambio in corso; non tralasciare nulla di importante. Scegliere il momento giusto per intervenire non appartiene ai principi di Grice, ma è molto importante soprattutto quando si tratta dei bambini: questo discorso è collegato ai diversi stili di comunicazione. Come abbiamo visto con gli stili genitoriali, ci sono anche quattro modelli principali di comunicazione:

La COMUNICAZIONE PASSIVA è caratterizzata da:

- Difficoltà a stabilire un contatto visivo.
- Difficoltà a dire "no".
- Avere una postura scorretta.
- Assumere un atteggiamento di scarso coinvolgimento e "lasciarsi trasportare dalla corrente"

La COMUNICAZIONE AGGRESSIVA al contrario può comportare quanto segue:

- Parlare sopra gli altri.
- Interromperli spesso, ascoltare poco.
- Controllare o esigere.
- Indicare con il dito.
- Fissare e guardare male.
- Mettere il broncio.
- Criticare, intimidire, o minacciare gli altri.

La COMUNICAZIONE PASSIVA-AGGRESSIVA è una combinazione di ciò che è stato detto e significa:

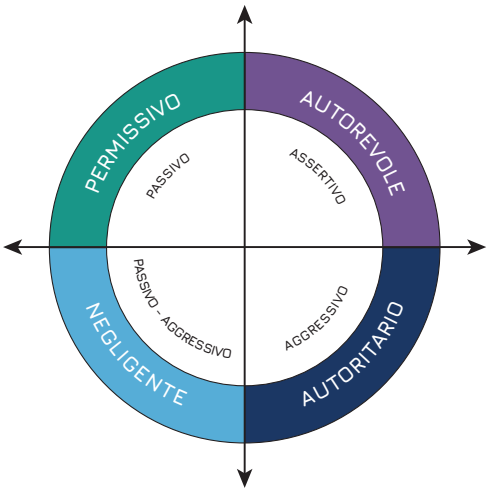
- Essere spesso sarcastico.
- Le parole non corrispondono alle azioni.
- Le espressioni facciali non corrispondono alle parole.
- Avere difficoltà a riconoscere le emozioni.

COMUNICATORI ASSERTIVI

- Riescono ad esprimere i propri desideri e bisogni con disinvoltura.
- Incoraggiano conversazioni equilibrate in cui entrambe le persone hanno la possibilità di parlare.
- Usano affermazioni in prima persona (es. mi sento frustrato quando...).
- Sono capaci di dire di no.
- Mantengono un buon contatto visivo.

Come avrete probabilmente già intuito, è quest'ultimo modello che viene ampiamente promosso per essere utilizzato nell'interazione tra genitori e figli, ma come per gli stili genitoriali, potreste non usare sempre lo stesso modello in ogni situazione o con ogni singolo interlocutore (persona con cui state comunicando). Si può usare uno stile più aggressivo quando si è arrabbiati per qualcosa e uno più passivo quando si è stanchi.

Potete anche vedere come questi quattro stili di comunicazione corrispondono ai quattro stili genitoriali che abbiamo appena visto un momento fa. Possiamo associarli in questo modo:



Capitolo 1.2.3
COSTRUIRE LA FIDUCIA

Per stabilire una cultura del dialogo in cui venga valutata e presa in considerazione l'opinione di tutti, i genitori devono assicurarsi che i propri figli possano partecipare al processo decisionale in tutte le questioni che li riguardano. Questo processo può iniziare piuttosto presto, perché anche i bambini piccoli sono in grado di prendere decisioni, se viene data loro la possibilità di scegliere tra due o tre opzioni. I bambini che sperimentano questo tipo di potere saranno più propensi a identificarsi con queste decisioni e ad assumersi la responsabilità delle loro azioni. Chiaramente, questo scambio di opinioni dovrà partire da piccole questioni, per poi essere esteso gradualmente a problemi e sfide più importanti, stabilendo una cultura di dialogo in cui il bambino viene considerato un alleato competente, una sorta di esperto di sé stesso. Questo, ovviamente, richiede fiducia reciproca, molta pazienza e un approccio olistico all'educazione che deve essere considerata un processo per favorire lo sviluppo del massimo e singolare potenziale del bambino.

È più facile raggiungere questo obiettivo combinando uno stile genitoriale autorevole ad una comunicazione assertiva, nella quale le regole sono stabilite insieme al bambino, tenendo conto della sua età e del suo livello di maturità, tramite negoziazioni e accordi che comprendono anche conseguenze per chi non le rispetta che verranno prese in considerazione in caso di violazione. Le iniziative per costruire la fiducia in relazione al comportamento online possono essere due: creare insieme i contenuti ed essere presenti insieme nel mondo digitale.

Creare insieme i contenuti digitali può avvenire nei seguenti modi:

• Fare foto insieme, durante una passeggiata, durante un gioco (a casa o fuori), una festa, un'attività comune (cucina, giardinaggio ecc.) e dopo decidere insieme quale condividere, con chi e dove (non rendere pubbliche le foto private ecc.)

• Scrivere messaggi (e-mail, pubblicare post con frasi sui social media, a chi, quali contenuti ecc.)

• Realizzare video (video clip, cortometraggi ecc.)

• Programmazione: creare contenuti su Scratch Jr. o Scratch

• Creare personaggi nei giochi.

Per essere presenti insieme nel mondo digitale si possono svolgere le seguenti attività:

• Giocare online insieme ai propri figli.

• Navigare su internet insieme.

• Cercare informazioni su un argomento interessante.

• Guardare un video e discuterne dopo.

Capitolo 1.2.4
PARLARE DI UN ARGOMENTO DELICATO

Essere abituati a dialogare con vostro figlio sarà particolarmente utile quando si tratterà di parlare di argomenti "delicati". Un determinato argomento può essere considerato "delicato" o "sensibile" a seconda dalla vostra cultura familiare e/o sociale, cioè, se certi argomenti sono menzionati naturalmente nelle conversazioni quotidiane o piuttosto non vengono toccati. I bambini "acquisiscono" tutte le usanze della famiglia/società in cui vivono, principalmente tramite l'osservazione, assorbendole quasi automaticamente, e le metteranno in discussione solo quando entreranno in contatto con pratiche diverse in altri contesti, ad esempio all'asilo, a scuola, sui media, a casa di un amico ecc. Come genitori dovreste quindi prepararvi a conversazioni che potrebbero non far parte delle cose di cui di solito parlate con vostro figlio, per esempio sulla sessualità, la nudità, la violenza, le credenze religiose, l'utilizzo dei media o altro.

a) Come prepararsi e portare avanti la conversazione?

Prima di tutto, è consigliabile raccogliere informazioni sull'argomento che dovrebbero essere verificate e scientificamente provate (vedi 1.2.2 le quattro massime conversazionali di Grice). Confrontare varie fonti può essere di grande aiuto per comprendere la complessità di alcune questioni che non dovrebbero essere nascoste, soprattutto ai figli più grandi (per maggiori informazioni sulle diverse questioni, vedere i capitoli specifici di questa guida, ad esempio 2.1.1. sul Cyberbullismo, 2.1.2 sull'hate speech ecc).

In secondo luogo, ammettere che non si sa tutto, ma che ci sono modi e mezzi per trovare e distinguere le informazioni veritiere dalle "fake news" (vedi capitolo 2.1.4). Questo aiuterà vostro figlio a capire quando sia importante il pensiero critico e mettere in discussione ciò che vede, sente e legge; inoltre, lo aiuterà a costruire una resilienza contro ogni tentativo di influenza negativa, che si tratti di cyberbullismo, ricatti o altro.

In terzo luogo, essere chiari sulla propria opinione ed essere in grado di argomentare bene i propri punti, in un modo comprensibile e adatto all'età, adottando un atteggiamento di ascolto per cercare di capire le motivazioni e le preoccupazioni del bambino, aumenterà notevolmente la probabilità di approvazione da parte di quest'ultimo.

In quarto luogo, scegliere un momento appropriato per queste conversazioni potrebbe essere cruciale quanto il contenuto delle conversazioni stesse. Questo non significa però che bisogna fissare una data e un'ora sul calendario per sedersi e parlare di un certo argomento, ma piuttosto sfruttare le opportunità che si presentano nella vita di tutti i giorni, come ad esempio un'osservazione di vostro figlio o di qualcun altro in famiglia, che potete cogliere e sviluppare. Potrebbe anche essere qualcosa che sentite guardando la TV, un film o un video insieme, o qualsiasi altro tipo di "spunto" che può essere usato per iniziare una conversazione più profonda e significativa sull'argomento. Se ciò non accade, ma sentite comunque il bisogno di parlare di un certo argomento, potete cercare di creare una situazione del genere facendo riferimento a un articolo che avete letto o a una conversazione avuta con il vicino, un coetaneo o un amico di vostro figlio.

Tenete a mente che nella maggior parte dei casi questa non sarà una conversazione da fare una volta sola, ma ci sarà bisogno di tornare sull'argomento più o meno regolarmente, soprattutto quando i figli crescono, per aggiungere informazioni sempre più dettagliate, analizzare più a fondo il coinvolgimento di vostro figlio, assicurarvi che i messaggi siano

stati compresi e recepiti, chiarire informazioni sbagliate che vostro figlio potrebbe aver ricevuto nel frattempo. Incoraggiare vostro figlio a fare domande fin dalla più tenera età e a non dare le informazioni per scontate, è in realtà il metodo migliore per aiutarlo a sviluppare il pensiero critico e a costruire la resilienza che, alla fine, sarà la migliore protezione che possiate fornire perché avrà effetti duraturi fino alla sua adolescenza e all'età adulta. Tutto questo può risultare estremamente faticoso e pesante a volte, specialmente durante la famosa fase del "perché e perché no", ma ne varrà la pena. Per aiutarvi ad argomentare meglio il vostro punto di vista/le vostre decisioni con i figli più grandi, trovate alcune indicazioni utili nei punti seguenti.

b) Normative

Se avete difficoltà a far capire a vostro figlio perché pensate che certe misure debbano essere messe in atto per proteggerlo o perché certi comportamenti siano inaccettabili, potrebbe essere d'aiuto sapere che ci sono leggi e altre normative che devono essere rispettate. Per esempio, l'età minima per usare certi social media o il fatto che il sexting è considerato pornografia infantile se il contenuto sessualmente esplicito è inviato da un minore, a prescindere dal fatto che sia il bambino stesso a postare il messaggio o l'immagine. Alcune di queste normative sono leggi nazionali e di solito si trovano sul sito del Ministero della giustizia. Altre regole sono stabilite dai fornitori di tali servizi e può essere un buon punto di partenza esaminarle con vostro figlio e spiegarle, anche se in molti casi sono lunghe e non sempre facili da leggere, ma questo insegnerà anche a vostro figlio a non accettare o firmare mai qualcosa che non ha letto o capito, il che può essere molto importante più avanti nella vita, quando si troverà a dover firmare dei contratti o altri accordi.

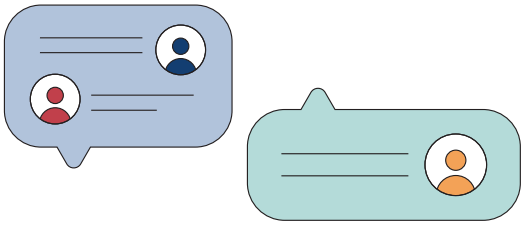
c) Cooperazione

Interagire con altri membri della famiglia, genitori di amici, insegnanti, personale della scuola, vi aiuterà a sapere cosa sta succedendo, a capire rapidamente quando c'è un problema e a confrontare possibili soluzioni con gli altri.

Il contatto con i genitori (famiglie) degli amici di vostro figlio è particolarmente importante perché non vengono applicate le stesse regole in tutte le famiglie e così riuscirete ad assicurarvi che vostro figlio non sia esposto a contenuti indesiderati in altri luoghi. Potreste quindi aver bisogno di chiamare questi genitori e spiegare quali limitazioni e vincoli avete stabilito o quali accordi avete raggiunto con vostro figlio.

Stabilire buone relazioni con gli insegnanti di vostro figlio vi darà la possibilità di conoscere non solo il comportamento di vostro figlio a scuola o il contenuto delle lezioni, ma anche i possibili problemi relazionali che vostro figlio potrebbe ritrovarsi ad affrontare a scuola o in classe. Questo può aiutare a prevenire o individuare il (cyber) bullismo e anche a trovare soluzioni.

Gli altri membri della famiglia possono aiutare ad aumentare la sensazione di autostima di vostro figlio, a individuare eventuali problemi con gli amici o a scuola, di cui il bambino non vorrebbe parlarvi. Assicuratevi che vostro figlio sappia chi sono le persone di cui può fidarsi e a cui può rivolgersi in caso di bisogno.



Letture di approfondimento

Informazioni generali:

https://nesetweb.eu/en/resources/library/teaching-media-literacy-in-europe-evidence-of-effective-school-practices-in-primary-and-secondary-education/

https://ec.europa.eu/education/news/public-consultation-new-digital-education-action-plan_en

Parentnets è stato un progetto Erasmus+ (2014-16) che ha sviluppato un manuale interattivo e un gioco online per genitori, per aumentare la loro consapevolezza dei pericoli e delle prospettive per i bambini nel mondo online.

http://www.parentnets.com/

http://handbook.parentnets.com/en/index.html

Global kids online è un sito web gestito dalla London School of Economics con informazioni sulla ricerca nel campo dei diritti dei bambini nell'era digitale

http://globalkidsonline.net/

Ai seguenti siti web si possono trovare spiegazioni approfondite e ulteriori studi sui diversi stili genitoriali (anche in vari contesti culturali).

https://www.parentingscience.com/parenting-styles.html

https://www.verywellfamily.com/types-of-parenting-styles-1095045

https://www.parentingforbrain.com/4-baumrind-parenting-styles/

I seguenti articoli/siti web trattano di stili e principi di comunicazione e della loro relazione con l'educazione ai media:

https://www.yourarticlelibrary.com/management/communication/7-principles-of-communication-explained/53333

https://soulsalt.com/communication-style/

http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online

http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/CORE

Qui potete trovare alcuni strumenti per l'autoriflessione e gli accordi:

https://movingimageeducation.org/getting-started/activities/media-diary#privacy-settings

https://www.edutopia.org/blog/creating-a-family-media-agreement-matt-levinson

https://www.childnet.com/resources/family-agreement

I lati positivi dei media digitali nella genitorialità e nello sviluppo del pensiero critico:

https://www.youtube.com/watch?v=AdRcZIcRi9I

https://en.unesco.org/themes/media-and-information-literacy

https://ucris.univie.ac.at/portal/de/publications/childrens-ict-use-and-its-impact-on-family-life(33618167-3929-4fc7-9f53-05624f1107b7).html

Studi sul comportamento online dei bambini con raccomandazioni e consigli pratici:

http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online/eu-kids-online-2020

https://www.childnet.com/parents-and-carers

https://www.childnet.com/parents-and-carers/parent-and-carer-toolkit

Su questi siti potete trovare video, articoli e link ad altri siti web su argomenti specifici:

http://www.parentnets.com/media/

http://www.webwewant.eu/

(risultato di un progetto UE con European Schoolnet - risultati in diverse lingue)

Sexting e educazione sessuale:

https://www.theguardian.com/society/2015/nov/10/sexting-becoming-the-norm-for-teens-warn-child-protection-experts

https://www.wiredsafety.com/sexting-sextortion-and-revenge-porn

https://www.fpa.org.uk/relationships-and-sex-education/parents-and-carers

Cyberbullismo:

http://handbook.parentnets.com/public/img/TheCyberbully.pdf

https://www.wiredsafety.com/gethelp

Capitolo 1.3

REGOLE FAMILIARI SUL TEMPO DI UTILIZZO DEI DISPOSITIVI (SCREENTIME)

Perché servono delle regole?

Sebbene i bambini non abbiano problemi a navigare sul web o a maneggiare dispositivi mobili, non sono consapevoli dei rischi che si nascondono online, non hanno pensiero critico o non sanno come confermare la credibilità dei contenuti. Ecco perché parlare con i propri figli e proteggerli è così importante. Vietare tutti i dispositivi mobili a cui i bambini potrebbero accedere non è una soluzione a lungo termine; questo può scatenare aggressività e limitare l'interazione tra i vostri figli e i loro coetanei.

I genitori dovrebbero unirsi ai loro figli nel mondo virtuale, accompagnandoli nella loro vita online e offline.

Il tempo trascorso davanti agli schermi influenza lo stile di vita dei bambini, comprese le faccende domestiche e gli obblighi di apprendimento. Ecco perché è così importante limitare l'uso dei dispositivi mobili per tutti i membri della famiglia, utilizzando l'età come fattore principale per impostare dei limiti di tempo.

Regole sul tempo di utilizzo dei dispositivi: cosa sono?

Le regole sul tempo di utilizzo dei dispositivi sono un insieme di principi che determinano il modo in cui i dispositivi mobili devono essere utilizzati dai bambini e dagli altri membri della famiglia, e che stabiliscono i limiti e l'assetto della navigazione web a casa. La scelta di utilizzare correttamente le nuove tecnologie, in relazione all'età e ai bisogni del bambino, renderà possibile raggiungere un equilibrio tra il tempo trascorso sullo schermo e il tempo trascorso offline. Delle buone regole garantiscono la sicurezza del bambino online; saranno una fonte di conoscenza, apprendimento e sviluppo, così come un sistema di supporto per l'acquisizione di nuove competenze e processi per rafforzare i legami.

Le regole sul tempo di utilizzo introdotte per una determinata famiglia dovrebbero essere redatte in gruppo, e progettate per soddisfare le esigenze della famiglia. Le regole possono

cambiare a seconda della stagione (vacanze, per esempio) o dell'età del bambino. Qualsiasi modifica dovrebbe essere introdotta in presenza di tutti i membri della famiglia. Delle buone regole per il tempo di utilizzo dei dispositivi comprendono una serie di punti:

1. È molto importante definire delle ZONE IN CUI NESSUN DISPOSITIVO PUÒ ESSERE UTILIZZATO. Le più frequenti sono:

- La stanza (da letto) del bambino: tutti i dispositivi dovrebbero essere caricati fuori dalla stanza (da letto) del bambino per evitare disturbi durante il sonno e la tentazione di controllare chat e altri messaggi. La luce emessa da un dispositivo in carica può influenzare il ritmo del sonno del bambino. Le vibrazioni e/o gli allarmi sonori possono svegliare il bambino
- Sala da pranzo/stanza in cui si consumano i pasti.

2. Specificare IN QUALI ORE DEL GIORNO NESSUN DISPOSITIVO PUÒ ESSERE UTILIZZATO: le ore in cui l'uso dei dispositivi digitali non è permesso devono essere chiaramente specificate, tenendo conto dell'età del bambino. Gli esempi più frequenti sono:

- Durante i pasti; sono momenti di conversazione e interazione con la famiglia;
- Un'ora prima di andare a letto; guardare gli schermi prima di andare a letto può causare disturbi del sonno;
- Viaggi in macchina, ad eccezione dei viaggi lunghi;
- Riunioni di famiglia.

3. SCELTA E DIVERSIFICAZIONE DEI MEDIA: offrire al bambino varie attività da svolgere con i propri dispositivi per evitare che si impegni costantemente in un'unica attività. Può essere una regola, per esempio, guardare contenuti multimediali con i genitori per permettere l'interazione e la conversazione, entrambe di supporto al processo di apprendimento.

4. GIOCARE E/O USARE UN'APPLICAZIONE con i genitori per permettere il monitoraggio di come il bambino trascorre il tempo e un'esperienza digitale condivisa.

5. INTRODURRE REGOLE DI SICUREZZA:

- Mai condividere dati personali online;
- Mai condividere fotografie private online;

- I genitori partecipano a tutte le fasi in cui vengono definite le impostazioni per la privacy su tutti i siti web visitati.

6. Evidenziare I BENEFICI DELLA RIDUZIONE DEL TEMPO TRASCORSO ONLINE (a favore del tempo trascorso, per esempio, a giocare con le costruzioni, con gli amici ecc.)

La lista può essere ampliata per aggiungere le regole che tutti i membri della famiglia ritengono più importanti. Dopo aver introdotto queste regole, tutti sono obbligati a rispettarle.

Come introdurre le regole sul tempo di utilizzo dei dispositivi?

I bambini di oggi vivono in un mondo brulicante di nuove tecnologie, e quindi i loro bisogni fondamentali, come il tempo trascorso offline, 8-12 ore di sonno e almeno 1 ora di attività fisica al giorno, non dovrebbero essere trascurati. Quando si stabiliscono le regole sul tempo di utilizzo:

- Informatevi sulle applicazioni/software disponibili per i bambini e sui comportamenti consoni ad un minore della sua età;
- Controllate tutti i media a cui il bambino accede e/o che utilizza;
- Non permettete mai l'utilizzo di display elettronici un'ora prima di andare a letto;
- Scoraggiate il bambino dall'accedere ai social media/altri tipi di intrattenimento online mentre sta studiando; incoraggiatelo a lavorare sul compito/problema in questione;
- Organizzate attività familiari offline. Incoraggiate tutta la famiglia a impegnarsi in attività che promuovono uno stile di vita sano, letture, conversazioni, passeggiate;
- Usate le tecnologie adatte per controllare film/giochi/applicazioni a cui vostro figlio (o i vostri figli) accede e/o che utilizza;
- Parlate con gli altri familiari (in particolare con i caregiver part-time) delle regole sul tempo di utilizzo dei dispositivi per far sì che queste regole appena introdotte vengano seguite con costanza;
- Parlate ai vostri figli della sicurezza online, delle norme di sicurezza e delle minacce informatiche, come il cyberbullismo o il sexting;
- Stilate regole personalizzate, adatte alla vostra famiglia: queste regole dovrebbero riflettere i principi della vostra famiglia e il vostro stile genitoriale;
- Approcciatevi ai media come fareste con qualsiasi altra parte della vita di vostro figlio: regole simili dovrebbero essere applicate alle attività offline e online. Stabilite dei limiti, imparate a conoscere gli amici di vostro figlio, scoprite quali siti web visita e quali attività online considera interessanti o affascinanti;
- Il tempo online non deve essere trascorso in solitudine; divertitevi con vostro figlio, guardate

film, fate giochi per PC. Non concentratevi solo sul controllo delle attività online di vostro figlio;

• Diventate una figura di riferimento per vostro figlio; limitate il vostro tempo di utilizzo dei dispositivi e di navigazione sul web, insegnate a vostro figlio come comunicare online, astenetevi dall'usare i dispositivi mobili offline; date l'esempio;

• Comprendete l'importanza dell'interazione diretta. I bambini piccoli imparano meglio quando parlano con un'altra persona in una comunicazione faccia a faccia. Parlare con vostro figlio è fondamentale per lo sviluppo delle sue capacità di comunicazione;

• Scegliete delle zone in cui nessun dispositivo può essere utilizzato, come le camere da letto o la sala da pranzo. Decidete in quale zona della casa verranno ricaricati i vostri dispositivi mobili per evitare, per esempio, di controllare costantemente lo smartphone;

• Non usate la tecnologia come unico modo per tranquillizzare vostro figlio. Anche se i media possono aiutare il bambino a calmarsi, non sono affatto l'unico mezzo. I bambini sperimentano una varietà di emozioni: si raccomanda di mostrare loro vari modi per calmarsi, come per esempio respirare profondamente, condividere le proprie emozioni, cercare di risolvere il problema;

• Cercate applicazioni educative e consigliatele a vostro figlio (o ai vostri figli). Visitate siti web adatti ai bambini;

• Cercate di non proibire le attività online di vostro figlio durante l'adolescenza, è una parte della sua vita!

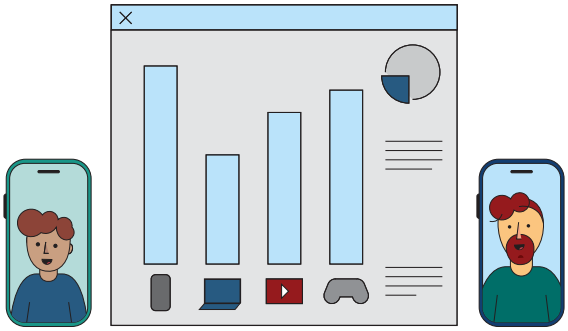
• Non abbiate fretta di introdurre vostro figlio al mondo delle nuove tecnologie; gli strumenti e le applicazioni online sono abbastanza intuitive e i bambini impareranno comunque in fretta;

• Le regole appena introdotte dovrebbero essere scritte (si consiglia di aggiungere anche disegni o pannelli con simboli per illustrare le regole ecc.) e poi appese/incollate/posizionate in un luogo visibile e accessibile a tutti i membri della famiglia, come prova tangibile e punto di riferimento;

• Cominciate con le attività più semplici, quelle per le quali vostro figlio, con più probabilità, mostrerà una reazione positiva, il che sarebbe un inizio favorevole e promettente. Se in famiglia sono presenti bambini di età diverse, le diverse regole che dipendono dall'età dovrebbero essere evidenziate: alcune regole saranno identiche, altre saranno diverse, quindi ai bambini più piccoli dovrà essere spiegato il perché;

• I genitori dovrebbero discutere su alcuni dei punti principali e arrivare a fare fronte comune. Quando parlano con i bambini, dovrebbero essere coerenti e trasmettere entrambi lo stesso messaggio;

• Spegnete lo schermo dei dispositivi quando nessuno li sta utilizzando. I media di sottofondo possono distrarre il bambino durante l'interazione con i genitori o durante lo svago.



Buone maniere quando si utilizzano i dispositivi digitali (regole di netiquette)

Avere un comportamento corretto è importante oggi come lo era prima dell'era dei computer, degli smartphone e dei tablet. Utilizzare i media non è un pretesto per ignorare le buone maniere. I dispositivi digitali non devono essere usati per ingannare, mentire o usare parole potenzialmente offensive per gli altri. I bambini devono sapere che vale la pena restare quello che si è senza migliorare o abbellire le proprie circostanze. Fate notare a vostro figlio che i suoi post non scompariranno mai dal web e resteranno lì per sempre; è bene quindi non usare parole che non si userebbero di persona nel mondo reale. Incoraggiate vostro figlio a parlarvi della sua esperienza online, per far sì che si trovi a proprio agio e condivida le situazioni potenzialmente preoccupanti con facilità.

Le regole di netiquette/buone maniere sono in continuo aggiornamento (si raccomanda di scegliere regole che si adattino bene alla propria famiglia)[1] :

• Metti giù il tuo dispositivo quando qualcuno si avvicina. Concentrati sulla conversazione.
Le persone sono più importanti, qui e ora.
• Posa il tuo dispositivo e astieniti dal mandare messaggi e/o controllare messaggi/notifiche durante il pasto.
• Opta per una conversazione faccia a faccia piuttosto che fare telefonate e/o mandare messaggi.
Vivi il momento - non vivere nel tuo telefono.
• Scegli le conversazioni al posto delle chat.
• Quando mandi un'e-mail o un messaggio, usa un saluto appropriato, parole complete e un linguaggio corretto.
• Chiedi sempre il permesso a una persona che hai fotografato di condividere la sua immagine. Se lei/lui rifiuta, rispetta questa decisione.
• Risolvi i conflitti utilizzando sempre i messaggi privati.

---

[1] Family Media Plans, https://www.turninglifeon.org/family-media-plans (consultato il: 28 Ottobre 2020).

Postura corretta quando si usano dispositivi mobili

Assumere una postura corretta quando si utilizzano i dispositivi mobili può aiutare a ridurre il dolore al collo o alle spalle. I movimenti che compi e il posizionamento dello schermo leggermente al di sotto dell'altezza orizzontale degli occhi del bambino, sono fattori essenziali che possono causare questi disturbi[2]. Per regolare l'altezza dello schermo possono essere usati supporti per display e tablet oppure è possibile posizionare alcuni libri sotto il computer portatile per regolare l'altezza dello schermo. Queste azioni dovrebbero essere compiute per prevenire posture scomposte e ciò che ne consegue. Se lo schermo è posizionato correttamente leggermente al di sotto dell'altezza orizzontale degli occhi del bambino, assicuratevi che sia a una distanza di 45-60 cm dalla sedia di vostro figlio. Una sedia con uno schienale che permetta ai piedi di poggiare a terra (ginocchia piegate a 90 gradi), e l'organizzazione di uno spazio per scrivere che non costringa a una posizione accovacciata sono ulteriori soluzioni che favoriscono la postura corretta di un bambino che usa i media digitali. I polsi devono rimanere orizzontali, le dita alla stessa altezza del polso. Un libro di testo o un libro dello stesso spessore del computer portatile può essere posto sotto l'avambraccio, per permettere al bambino di assumere la posizione in modo naturale.

Perché non provare a partecipare alla challenge offline?

Si tratta di un'attività pensata per far sperimentare a chi partecipa cose che non conosce, messe prima da parte a favore delle attività online. La sfida può essere accettata da singoli membri della famiglia o da tutta la famiglia. È un'opportunità per scoprire nuovi hobby/attività senza essere distratti dai dispositivi digitali. La sfida offline è stata progettata per ridurre i livelli di stress e ritrovare **la gioia di stare offline, JOBO (Joy of Being Offline).**
Sono disponibili due strategie di challenge offline:

- **Strategia numero uno:** pianificate la durata della sfida, fino all'ora finale. Prendete gli appuntamenti in anticipo e rispettateli. Ci sono varie opzioni divertenti e giochi, che permettono di svagarsi senza bisogno di accedere ad internet o utilizzare i dispositivi mobili. Le attività possono essere classificate per categoria: giochi da fare nelle giornate di sole/pioggia; giochi estivi/invernali; giochi all'aperto/a casa; attività fisica; gite di un giorno; relax; giochi di gruppo/famiglia; attività creative; giochi nella natura; sport; musica; volontariato[3].

---

[2] Non lasciate che la didattica a distanza causi dolori al collo (o alla testa, o al polso), https://www.washingtonpost.com/lifestyle/2020/09/10/remote-learning-ergonomics-eye-health/ (consultato il: 28 Ottobre 2020).

[3] 101 idee per divertirsi offline, , https://herviewfromhome.com/101-ideas-for-screen-free-fun/ (consultato il: 29 ottobre 2020).

• **Strategia numero due:** non pianificate nulla; fate quello che sentite di fare in quel momento; non pianificate alcun compito specifico; seguite l'istinto.
Osserva te stesso/la tua famiglia durante la sfida; parla; condividi le tue riflessioni. Prendi nota delle volte in cui sei stato tentato ad andare su internet e rifletti su questo: perché hai avuto questa voglia? Puoi soddisfare quel bisogno in un modo diverso? Analizza le tue emozioni. Come stai trascorrendo questo tempo offline? Ti senti sollevato o irritato quando non sai cosa succede nel mondo esterno e nella vita dei tuoi amici?

Quando hai concluso la challenge, prova a fare un resoconto. Annota ciò che hai realizzato e ciò che hai trovato più difficile.

• La challenge è andata bene?

• Sei riuscito a rimanere offline?

• Prenderesti in considerazione la possibilità di ripetere la challenge?

• In che modo puoi trarne beneficio nelle tue altre attività?

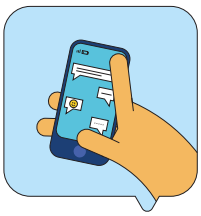
L'efficacia della challenge dovrebbe essere valutata per tutta la famiglia se si tratta di una challenge familiare:

• Sono riusciti tutti a rimanere offline? Che importanza ha avuto per i singoli membri della famiglia?

• Quali sono stati i lati positivi e negativi della challenge?

Tempo di autoriflessione: sharenting

Con il termine "sharenting" viene descritto il fenomeno di condivisione sui social media, blog, o altri siti web, da parte dei genitori di foto e video che riguardano i propri figli/e. I temi variano: più frequentemente, lo sharenting comporta la pubblicazione di foto di vita quotidiana, vacanze o viaggi. Ma ci sono anche gruppi di genitori interessati a organizzare situazioni per far ridere il pubblico. In realtà, questo materiale può ridicolizzare e/o umiliare il bambino. In passato, le foto di famiglia venivano conservate in album accessibili solo a un pubblico selezionato: Internet offre la possibilità di ampliare il pubblico, ma è davvero questo lo scopo?
Postare e pubblicare foto di vostro figlio online significa che queste rimarranno online per sempre. Nulla scompare dalla internet. La foto di un minore disponibile online diventa parte della sua impronta digitale.



Capitolo 1.4

FIGURE DI RIFERIMENTO E STEREOTIPI

Definizione/Introduzione

In questo capitolo parleremo del modo in cui genitori possono stabilire degli standard per il benessere dei propri figli e per impedire che facciano un uso eccessivo di internet. In particolare, il ruolo dei genitori è fondamentale nell'educazione e nel guidare i propri figli per far sì che possano navigare in sicurezza nel cyberspazio. I genitori hanno una duplice missione, devono essere sia delle figure di riferimento che educatori. Questo capitolo fornisce alcune attività interattive per aiutare i genitori a costruire le basi per una relazione sana e proficua con i propri figli.

Aspetti chiave

Essere delle figure di riferimento: perché i bambini hanno bisogno di modelli da seguire a casa

I genitori hanno un ruolo fondamentale nello sviluppo di un bambino, adempiono ai propri doveri di educatori dando un buon esempio di comportamento. I bambini osservano molto attentamente ogni azione compiuta dai loro genitori. Queste azioni si "imprimono" nelle loro menti e modellano il loro comportamento.

Di solito, i bambini sono più influenzati da ciò che vedono fare ai genitori piuttosto che da ciò che dicono, e seguono semplicemente il loro esempio. Ciò significa che, come prime e più importanti figure di riferimento per i vostri figli, è necessario che diate un esempio positivo per far sì che loro vi imitino e sviluppino uno stile di vita sano.

Genitorialità digitale, figura di riferimento digitale

Essendo voi stessi utenti digitali, il vostro comportamento e il vostro rapporto con i dispositivi tecnologici che utilizzate influenzerà il rapporto che i vostri figli avranno con i propri dispositivi. Potete condurli verso una vita digitale sana facendo sì che si basino sulla maturità delle vostre abitudini, spiegando loro determinate azioni da compiere, come il perché sia necessario prendersi una pausa dai media.

I media vi accompagneranno nel fornire esempi buoni e cattivi ai bambini, hanno il potere di distrarli o addirittura influenzarli in una certa routine o azione. Questo deve essere monitorato per evitare eventuali abitudini rischiose. È importante che i genitori tengano sott'occhio

i media e che riescano a costruire una buona e sana relazione tra i bambini e i dispositivi digitali, favorendo un approccio curioso e critico.

Essere una figura di riferimento nella gestione del tempo online

Un elemento cruciale è discutere con vostro figlio sul perché è importante limitare il tempo trascorso davanti allo schermo. Alcuni suggerimenti utili per aprire questo argomento sono:

• Quando usate un dispositivo digitale, cercate di passare più tempo possibile insieme, o anche di interagire con i vostri figli, in modo che diventino consapevoli del tempo che trascorrono.

• Ricercate, guardate e valutate programmi/giochi/app prima che i bambini li usino e se ne innamorino.

• Usate il parental control (consultare l'unità 3.2 Strumenti di parental control).

• Organizzate molto tempo offline durante la giornata.

• Assicuratevi che le attività online si svolgano nel soggiorno o in un altro spazio comune.

• Per gli adolescenti, trovate un modo per essere coinvolti in ciò che fanno con i propri dispositivi.

• Discutete su ciò che guardate.

• Non dimenticate i vecchi metodi cartacei, come la lettura di libri.

Stereotipi. L'immagine di sé sui media digitali

L'idea che nasce quando pensiamo a noi stessi è sana solo quando corrisponde a ciò che siamo nella realtà, ci fa sentire a nostro agio e ci porta anche emozioni positive. Tuttavia, non sempre visualizziamo la nostra immagine corporea in modo che rifletta la realtà. I media giocano un ruolo importante nel plasmare l'immagine che abbiamo di noi stessi e degli altri, oltre a mostrarci una miriade di immagini che il più delle volte sono risultati di editing o di buon marketing. Il concetto di bellezza e gli standard che fissiamo sono di solito basati su ciò che vediamo sui social media. Infatti, i social media sono stati collegati ai disordini alimentari e ad altri problemi legati alla salute mentale sia per gli uomini che per le donne.

Stereotipi online e perché possono causare problemi

Un gran numero di persone appare quotidianamente sui social media, e la maggior parte delle volte ci sono certe caratteristiche classificate come "mainstream" per alcuni gruppi; questo porta facilmente alla creazione di stereotipi. Di solito, gli adolescenti sono molto propensi a imitare ciò che vedono rappresentato lì, non solo in termini di immagini ma anche il comportamento. I giovani ragazzi e le ragazze sono molto spesso stereotipati online soprattutto per quanto riguarda il loro aspetto e i loro ruoli. Di conseguenza, però, questo influenza anche il rapporto che hanno tra di loro, come il considerarsi celebrità online o

offline e il relazionarsi con i loro coetanei in base a questo presupposto. Gli stereotipi negativi possono fare male e sono sbagliati: possono portare all'odio o addirittura alla violenza.

L'effetto degli stereotipi

Facendo riferimento a elementi delle percezioni che solitamente abbiamo di alcuni gruppi sociali, gli stereotipi esercitano un'influenza significativa sul modo in cui valutiamo la società, perché guidano le nostre aspettative. Di solito, portano ad un'eccessiva semplificazione e generalizzazione della realtà che ci circonda, e bambini e adolescenti tendono a replicare tali modelli.

Come i genitori possono educare i bambini ad affrontare gli stereotipi

I genitori possono giocare un ruolo importante nel bilanciare il flusso di informazioni, stereotipi e immagini online provenienti dai Social Media o dai media in generale.

- Soddisfare il desiderio di attenzione del bambino.
- Discutere sull'umorismo degli stereotipi.
- Fare attenzione agli stereotipi positivi, anche se sembrano complimenti.
- Ricordare ai bambini di rispettare la netiquette online.

Perché non vietare del tutto l'accesso a internet ai bambini?

Ci sono molti rischi e pericoli in agguato sul web, ma questo non esclude le molte opportunità che offre. Per proteggere i vostri figli, non è necessario impedirgli di utilizzarli, e la soluzione non è nemmeno dargli una libertà illimitata. I risultati del non permettere a vostro figlio di maturare la propria esperienza su Internet possono variare, ma principalmente questa azione può emarginarlo dai suoi amici e dai gruppi scolastici o addirittura renderlo oggetto di commenti negativi. Può anche limitare lo sviluppo cognitivo e le competenze digitali del bambino. Non dimenticate che questo avrà anche un impatto negativo sull'atmosfera della vostra famiglia. È probabile che il bambino diventi più curioso verso qualcosa che è proibito e che trovi segretamente un modo per riuscire a farlo comunque. In quel caso, il vero problema allora sarebbe che il bambino non sarà affatto educato all'uso dei media, né saprà quali regole e limiti rispettare.

CONSIGLI PER LA RESPONSABILIZZAZIONE: Ecco alcuni consigli che vi aiuteranno a comunicare meglio con vostro figlio e a costruire un rapporto basato sulla fiducia e sul rispetto. Come incoraggiare vostro figlio a parlare?

• **COINVOLGERE.** Quando navigate su Internet o controllate le app insieme ai vostri figli, prendetevi del tempo per parlare con loro di ciò che vedete. È una buona occasione per parlare delle vostre idee e per scoprire cosa fa vostro figlio nella sua vita online.

https://www.apa.org/topics/healthy-technology-use-children
https://www.khanacademy.org/khan-for-educators/resources/parents-mentors-1/helping-your-child/a/create-accounts-for-you-and-your-children

• **ASCOLTARE.** Lasciate che esprimano la loro opinione sui media che usano e siate degli ascoltatori attivi. Potrete imparare molto sulle loro preoccupazioni, se lascerete che siano loro a scegliere gli argomenti della discussione.

• **INCORAGGIARE LE SCELTE.** Offrite ai bambini la possibilità di scegliere, in base all'età e alle abilità di ogni bambino, ma non riguardo ai media che possono usare prima di una certa età.

• **LIBERTÀ.** Date a ciascuno dei vostri figli l'opportunità di crescere come individui e svilupparsi. Allo stesso tempo assicuratevi che i bambini siano consapevoli dell'impatto delle loro azioni e del loro comportamento e insegnate loro come interagire in qualsiasi ambiente sociale.

http://www.parentingstyles.co.uk/

• **FARE DELLE PAUSE.** Disconnettetevi per un po' di tempo dall'uso costante di internet e cercate di svolgere altre attività in questo lasso di tempo. Potete lasciare il telefono in un'altra stanza o non tenerlo in mano quando siete con la famiglia o con gli amici. In questo modo darete un buon esempio ai vostri figli.

• **ESSERE UNA BUONA FIGURA DI RIFERIMENTO.** I vostri figli non saranno saggi su Internet se voi stessi non seguite i consigli sulla privacy online. Cercate di essere dei buoni coach per i vostri figli. Pensateci due volte prima di pubblicare le loro foto sul vostro feed. Proteggete la loro privacy e la vostra. Parlate con loro e siate un buon utente di riferimento.

Ecco alcune attività interattive per coinvolgere i vostri figli e per 'imparare facendo'. È importante avere un po' di tempo libero da dedicare all'educazione dei figli dandogli un buon esempio.
• **Giochi di ruolo:** Potete alternarvi e discutere su vari argomenti con vostro figlio. Esempi di scenari: qualcuno ti manda una richiesta di amicizia, qualcuno pubblica le tue informazioni

personali, tu carichi una foto di un amico a cui non piace o scrivi un commento sotto un post e gli altri interpretano male quello che intendevi.

• **Attività sugli stereotipi:** Come percepiamo gli stereotipi? Condividete esempi che potete trovare online e discutete tra di voi (riguardo a donne, uomini e intersessualità, ricordate che l'identità di genere differisce dal genere biologico ("sesso"). Esaminate le differenze tra gli stereotipi nella vita reale e online.

https://www.open.edu/openlearncreate/pluginfile.php/272873/mod_resource/content/1/Classroom%20Activities%20on%20gender%20stereotypes%20and%20equality.pdf

• **Un quiz da fare insieme a vostro figlio,** per spiegargli perché è importante prendersi una pausa dai media per poter dedicare del tempo a qualcosa di più produttivo:

Quanto sei dipendente dal tuo telefono?
https://www.amexessentials.com/cell-phone-addiction-quiz/

In conclusione, come genitori dovreste rendervi conto di quanto sia cruciale il vostro ruolo per guidare e educare i vostri figli all'uso sicuro di internet. I bambini osservano le vostre azioni e i vostri comportamenti e cercano di imitarli, ecco perché dovete essere per loro un buon esempio da seguire, specialmente quando si tratta dell'uso di internet. Come figure di riferimento attive, dovete condividere la vostra esperienza positiva con Internet e mostrare loro come usarlo correttamente in modo che possano trarne beneficio. In questo modo stabilirete dei limiti, ma allo stesso tempo aprirete la porta alle opportunità che offre la rete e all'acquisizione di competenze.
Infine, è molto importante trascorrere del tempo su internet insieme, se siete a casa e non avete lavoro da fare. In questo modo potrete guidarli e spiegare come nascono gli stereotipi su Internet.

Letture di approfondimento. Letture di approfondimento sugli stereotipi:
https://www.betterinternetforkids.eu/web/portal/practice/awareness/detail?articleId=3995615
https://www.commonsense.org/education/lesson/gender-stereotypes-online-6-8
Materiali di approfondimento e consigli per la genitorialità digitale:
https://www.fosi.org/good-digital-parenting/seven-steps-good-digital-parenting/
https://www.internetmatters.org/issues/
http://assets.uscannenberg.org/docs/digitaldevicesUK_oct2018.pdf
https://blogs.lse.ac.uk/parenting4digitalfuture

CAPITOLO 2

Rischi e opportunità online

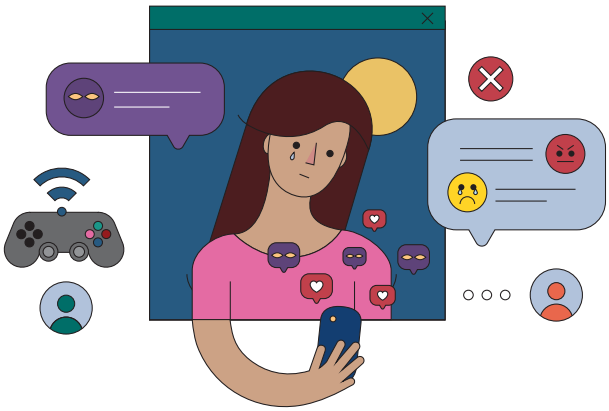
Capitolo 2.1

RISCHI

Quando si parla ai genitori del mondo digitale e del coinvolgimento dei propri figli in esso, una delle loro maggiori preoccupazioni è il cyberbullismo. Ma, sfortunatamente, questo non è il pericolo più comune né tanto meno l'unico "in agguato" sul web; non è nemmeno un problema a sé stante ma si intreccia con molti altri aspetti che comporta il navigare online. Così come per le "opportunità", sarebbe impossibile descrivere qui tutti i possibili lati negativi, ma il consorzio ha scelto i seguenti argomenti, che sono stati identificati come i più importanti perché suscitano già molto interesse o perché sono ancora troppo poco conosciuti e quindi ancora più preoccupanti.

- Cyberbullismo
- Hate speech
- Sexting, sextortion e grooming
- Disinformazione: riconoscere le notizie false sui media tradizionali e digitali
- Dipendenza da Internet

Ogni capitolo affronta vari aspetti dell'argomento scelto, ma, per mantenere la guida comprensibile, gli argomenti non sono trattati in modo esaustivo. Per maggiori informazioni abbiamo incluso suggerimenti per letture di approfondimento, per lo più siti web che consigliamo di consultare a chiunque volesse o possa aver bisogno di approfondire l'argomento trattato.



Capitolo 2.1.1

CYBERBULLISMO

Introduzione

Questa è probabilmente la situazione di pericolo più frequente e conosciuta, che i bambini di ogni età possono incontrare online. Quasi ogni giorno leggiamo sui giornali o vediamo in TV e altri media eventi attuali, a volte tragici, riguardanti bambini vittime di atti di cyberbullismo. Ciò che solitamente manca è la spiegazione di cosa sia esattamente questo crimine e perché può sconvolgere profondamente le persone, specialmente un bambino che lo subisce.

Il cyberbullismo è una forma di aggressione, molestia e discriminazione che ha trovato terreno fertile in tutte le nuove opportunità di comunicazione: condivisione e scambio di informazioni rese possibili dalla diffusione di internet (social network, forum, chat e altri servizi di messaggistica, piattaforme di gioco online ecc.)

Nonostante l'assenza della dimensione fisica e concreta che caratterizza i più classici episodi di bullismo, gli atteggiamenti riconducibili al concetto di cyberbullismo non sono da sottovalutare. Il contesto virtuale in cui si collocano (potenzialmente aperto alla partecipazione e all'interazione di un numero infinito di persone) e allo stesso tempo la sensazione di anonimato e impunità, che l'uso degli strumenti informatici può falsamente generare negli utenti più giovani, è inedito e particolarmente allarmante, per le gravi conseguenze che l'utilizzo indiscriminato del web può provocare.

Definizione e caratteristiche

Il cyberbullismo si manifesta tramite le più svariate forme di pressione, aggressione, molestie, insulti, denigrazione, diffamazione, furto d'identità e manipolazione dei dati personali effettuate per via telematica a danno dei minori.

Le modalità di aggressione con episodi di cyberbullismo potrebbero variare nel tempo in base alle nuove possibilità di interazione che l'evoluzione tecnologica renderà disponibili, ma attualmente sono veicolate soprattutto dai social media e i giochi online, di cui i giovani (ma non solo loro!) sono particolarmente appassionati.

Per utilizzare correttamente il termine cyberbullismo, distinguendolo da manifestazioni isolate di aggressivita dei "leoni da tastiera", probabilmente legate a maleducazione e poca

civiltà nell'utilizzo degli strumenti di comunicazione, l'atteggiamento deve essere chiaramente caratterizzato dal preciso scopo di isolare, mettere in seria difficoltà o ridicolizzare uno o più bambini identificati come bersaglio e deve essere un'azione ripetuta nel tempo.

Differenze dal bullismo tradizionale

Anche se il modo in cui viene chiamato può forse indurre a pensare che il cyberbullismo sia semplicemente uno dei tanti modi di manifestare quello che tradizionalmente si intende per bullismo, in realtà è un fenomeno nuovo, legato all'era digitale.

La differenza più evidente tra bullismo e cyberbullismo sta nella mancanza della componente fisica e diretta che caratterizza la maggior parte degli episodi classici di bullismo. A differenza di una "relazione" in cui bullo e vittima si conoscono, vivono nella stessa città e frequentano gli stessi ambienti, le nuove forme di cyberbullismo impongono invece una dimensione in cui i soggetti interessati possono essere perfetti sconosciuti, non sanno nulla l'uno dell'altro, se non i rispettivi username, avatar e immagini di profilo, rendendo così ancora più pericolose le manifestazioni del fenomeno.

Con i nuovi media, i comportamenti aggressivi legati al cyberbullismo possono verificarsi in qualsiasi momento e indipendentemente dalla distanza geografica tra le parti coinvolte, rendendo ancora più difficile per la vittima sottrarsi alle molestie subite.

Gli stessi strumenti informatici contribuiscono poi ad alimentare, soprattutto nei soggetti più giovani, una particolare facilità nel loro utilizzo, e la semplicità con cui i ragazzi e le ragazze possono ormai accedere ai vari servizi online determina spesso la mancata percezione dei rischi e delle conseguenze anche gravi delle azioni compiute nel mondo digitale. Si arriva facilmente ad avere comportamenti che nella vita reale non sarebbero stati assunti o sarebbero comunque stati frenati dai meccanismi di controllo e disapprovazione all'interno dell'ambiente scolastico, sportivo e sociale in generale.

La pericolosità del fenomeno è evidente anche da un altro punto di vista: per la natura di internet, infatti, tutti i contenuti caricati finiscono per sfuggire al controllo di chi li ha condivisi, aumentando la probabilità che questi, e altre informazioni, si diffondano in un modo che non ha eguali in altre forme di comunicazione del passato. A ciò si aggiunge la difficoltà di intervenire in un secondo momento, qualora si volessero rimuovere.

Le principali forme di cyberbullismo

Come già detto, le diverse forme di cyberbullismo di cui i ragazzi rischiano di essere vittime dipendono anche dall'evoluzione dei media utilizzati. Attualmente, possiamo dire che le forme più frequenti di cyberbullismo possono essere identificate e definite in questo modo:

HARASSMENT: questo termine indica vere e proprie molestie via web, volte a ferire qualcuno. In alcuni casi, si ricevono anche minacce di morte. È il caso della Blue Whale.

CYBERSTALKING: come lo stalking tradizionale, si tratta di molestie ripetute sul web e di vere e proprie minacce volte a incutere terrore. Anche quando queste avvengono sul web, si tratta di un'ossessione molto pericolosa.

CYBERBASHING: questo avviene quando un gruppo di bambini maltratta o picchia qualcuno della loro età, e qualcuno riprende l'episodio con il telefono per poi divulgarlo. Il video raggiunge poi tantissime visualizzazioni.

TROLLING: un troll, nel gergo di internet e in particolare delle comunità virtuali, è una persona che interviene nelle discussioni con commenti provocatori, irritanti, fuori luogo o semplicemente senza senso e/o completamente sbagliati, con il solo scopo di disturbare la comunicazione e suscitare delle reazioni.

FURTO D'IDENTITÀ: Il furto d'identità si verifica quando un ladro ruba una parte delle informazioni personali di qualcun altro e le usa per creare un'identità alternativa a sé stesso. Tra gli adolescenti, questo è il modo per provocare gravi conseguenze alla reputazione della persona offesa, spesso pubblicando bugie e false informazioni.

BANNING: è l'atto di escludere qualcuno deliberatamente. Il banning avviene sia bullismo tradizionale che online, per prendere di mira e maltrattare una vittima. Per esempio, tuo figlio potrebbe essere escluso/non invitato a gruppi o feste e nel frattempo vedere altri amici che invece vengono inclusi, oppure lasciato fuori da conversazioni che coinvolgono amici comuni.

OUTING: è conosciuto anche come doxing e si riferisce all'atto di rivelare apertamente informazioni sensibili o personali su qualcuno senza il suo consenso per imbarazzarlo o umiliarlo. Vengono diffuse foto personali o documenti di personaggi pubblici, ma anche condivisi messaggi personali di qualcuno presi da gruppi online privati.

Riconoscere il cyberbullismo per prevenirlo.

Come genitore, potresti avere qualche incertezza su come interagire con i tuoi figli su questo argomento. Quanto controllare? Come stimolare un uso sicuro dei dispositivi digitali?

Qualsiasi approccio educativo non può che partire dalla consapevolezza dei bisogni emotivi, sociali e di conoscenza del bambino, che si manifestano utilizzando Internet e le sue applicazioni di gioco e comunicazione. Dato il ruolo chiave nella loro crescita, Internet può diventare un punto d'incontro in cui interagire con i propri figli, facendo tutto il possibile per prevenire i rischi prima che si manifestino.

I dati esistenti mostrano che, la percentuale di adolescenti che sono stati vittime di cyberbullismo almeno una volta, è diversa a seconda del territorio preso in considerazione, ma è comunque impressionante: tra il 35% e il 50%, o forse più, ma solo uno su due ne ha parlato con i propri genitori. Quando i ragazzi non ne parlano direttamente, bisogna ricorrere al dialogo, alla comunicazione, che si basa sul rapporto di fiducia costruito con loro. Se è stato costruito un buon rapporto di fiducia, è più probabile che alla fine ti dicano cosa sta succedendo.

Tuttavia, proprio per il tipo di violenza che subiscono, la confusione che provano, il senso di colpa e di impotenza, spesso le vittime iniziano a pensare di doverne uscire da sole. In casi come questi, osservare il loro comportamento diventa fondamentale per cercare di capire se c'è qualcosa che non va.

È possibile che alcuni segnali siano indice di altri problemi o di una normale fase di crescita, ma meritano comunque di essere presi sul serio. È bene quindi prestare attenzione a situazioni come:

• Improvviso cambiamento nel comportamento con gli amici, a scuola o negli altri luoghi in cui i bambini socializzano.
• I bambini si rifiutano di frequentare luoghi o eventi che coinvolgono altre persone.
• I bambini smettono di usare computer, cellulari e altre tecnologie per comunicare con gli altri senza una ragione apparente.
• I bambini mostrano segni di stress o di allarme ogni volta che ricevono un messaggio o una notifica.
• Mostrano scarsa autostima, depressione, disturbi alimentari o del sonno.

ALCUNI CONSIGLI PER I GENITORI

Ogni percorso educativo varia inevitabilmente a seconda dell'età e del tipo di relazione che avete stabilito con i vostri figli. Ecco alcuni consigli generali.

• Comunicate con i vostri figli. Cercate di fargli capite che possono sempre chiedere consigli. Ricordate che se temono una punizione o conseguenze negative, sarà più difficile per loro avvicinarsi a voi o chiedere il vostro consiglio. Il cyberbullismo approfitta di persone a volte spaventate e incapaci di prendere una posizione, altre volte ammaliate e colluse. Dovreste far capire ai vostri figli che senza questo loro atteggiamento "difensivo", il cyberbullismo non potrebbe verificarsi.

• Aiutateli a crescere in modo equilibrato e nel rispetto degli altri. Fate in modo che computer, smartphone e tablet non sostituiscano la vita "reale": più si identificano con ciò che condividono su internet, più possono essere feriti da chi li attacca. Permettete loro di fare esperienze in cui considerino "il punto di vista dell'altro", in modo che anche online possano sempre agire nel rispetto delle opinioni altrui.

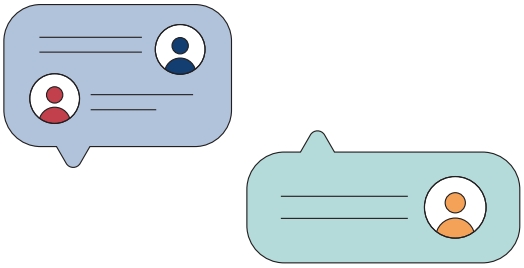
• Date loro un senso di privacy. Devono sapersi gestire online e seguire le regole che avete stabilito insieme. Non devono mai pubblicare dati personali o troppe informazioni, foto, video su di loro. I cyberbulli potrebbero usare questo materiale per offendere, ricattare, screditare ecc. A seconda dell'età, assicuratevi personalmente che le impostazioni della privacy di qualsiasi dispositivo collegato siano corrette.

Prevenire il cyberbullismo è senza dubbio meglio che intervenire dopo che si è verificato. Ma ricordate che, se succede, c'è comunque un modo per intervenire efficacemente e mettere le cose a posto. Se scoprite che vostro figlio è stato preso di mira, chiedetegli come potete aiutarlo e cercate insieme un modo per intervenire. I bambini spesso temono che il genitore reagisca in modo eccessivo, peggiorando la situazione. Cercate quindi di ascoltare la storia senza giudicare: una vittima di cyberbullismo ha bisogno di comprensione e conforto, perché il semplice raccontare l'accaduto è un gesto che richiede coraggio e fiducia in chi ascolta. Una volta stabilita la dinamica dei fatti, si può iniziare un percorso di ricostruzione dell'autostima. Le vittime hanno bisogno di aiuto per capire cosa non ha funzionato nel loro rapporto con

internet e le sue applicazioni, ma devono anche capire che quello che è successo non è dipeso da loro ma dai cyberbulli!

Ovunque in Europa ci sono servizi di ascolto telefonico e online, in cui persone esperte e competenti sono sempre pronte a dare consigli e ad arginare le conseguenze di questo fenomeno. Pertanto, se il dialogo con i genitori non è sufficiente, o se il bambino non si sente in grado di raccontare alla famiglia quello che sta succedendo, è indispensabile che sappia che può sempre ricorrere a questi servizi.

È importante tenere sotto controllo ciò che succede online, perché il cyberbullismo va contrastato facendo in modo che i responsabili siano scoperti, isolati e puniti, e vanno prese le distanze da tali azioni. I cyberbulli sono erroneamente convinti di agire nell'anonimato, ma lasciano molte tracce delle loro azioni, che possono costituire una prova del reato. Ricordate che nella maggior parte dei paesi molte azioni di cyberbullismo sono perseguibili dalla legge.



Riferimenti:

https://www.altalex.com/guide/cyberbullismo

https://www.agendadigitale.eu

https://www.generazioniconnesse.it

https://www.modugno.edu.it

https://www.idtheftcenter.org

https://blog.securly.com

Capitolo 2.1.2

DISCORSI D'ODIO ONLINE

Introduzione

Tra i pericoli online che Media Literacy for Parents mira a contrastare, uno tra i più importanti è il fenomeno dell'hate speech, allo stesso tempo vecchio e nuovo.

L'hate speech risale ad anni e anni fa. È nato come una pratica usata per scopi politici o religiosi e testimoniata dalla storia. L'hate speech è alla base di tutti i genocidi nel mondo, e ha generato milioni di vittime: per esempio, nella comunità ebraica durante il periodo fascista e nazista della Seconda guerra mondiale. In ogni epoca e in ogni luogo l'incitamento all'odio ha creato le condizioni per dividere una società e creare persone di prima e seconda classe.

La necessità di iniziative educative che trattino questo argomento può essere vista in parte nella crescente quantità di abusi che avvengono su Internet, molti dei quali hanno un tono esagerato e razzista, e questo può minacciare i valori fondamentali di una società democratica. Tuttavia, il l'odio su internet non è solo un problema legato al razzismo e alla discriminazione; è anche un problema legato al modo in cui le persone usano Internet. Tutto ciò lo rende un fenomeno relativamente nuovo, non ancora pienamente riconosciuto o compreso: il fatto che l'hate speech online sia una "novità" significa che tutt'ora il mondo non sa ancora come affrontarlo.

"L'hate speech è diventato una delle forme più comuni di intolleranza e xenofobia nell'Europa di oggi. Particolarmente preoccupante è la crescente presenza di hate speech nel discorso politico, ormai diventato un luogo comune nella sfera pubblica, in particolare tramite internet. Quando l'inaccettabile comincia ad essere accettato, diventa "la norma", nasce una vera e propria minaccia ai diritti umani. Il Movimento No Hate Speech del Consiglio d'Europa è stato lanciato per ridurre l'accettazione dell'hate speech online e porre fine alla sua "normalizzazione". Nessuno può negare che internet fornisce nuovi importanti strumenti per la comunicazione, la solidarietà, l'organizzazione del cambiamento sociale e l'intrattenimento. Eppure, non dobbiamo permettere che venga usato impropriamente come strumento di tortura online e di propaganda per industrie e ideologie che inneggiano all'odio. La libertà di espressione online deve significare anche la libertà dalla paura" (Thorbjørn Jagland, ex segretario generale del Consiglio d'Europa).

Hate speech online e cyberbullismo

C'è una forte relazione tra l'hate speech online e il cyberbullismo, l'argomento trattato nel sottocapitolo precedente. Il cyberbullismo è una relazione di potere nei confronti di un individuo, mentre l'hate speech, di solito, richiede ostilità e violenza contro un intero gruppo di persone. Tuttavia, per le loro vittime, entrambi sono forme di violenza e umiliazione. Hate speech e cyberbullismo usano gli stessi canali online. Spesso avvengono contro persone che sono considerate diverse, a causa della loro origine, disabilità, etnia, o altre ragioni. Entrambi fanno uso di una comunicazione offensiva e molesta. In molti casi, il cyberbullismo e l'hate speech sono combinati e questo è molto dannoso per le persone e per i gruppi. Allo stesso tempo, costruire la resilienza dei giovani nella lotta contro l'hate speech può aiutarli ad affrontare e superare il cyberbullismo e viceversa. L'educazione ai media è un supporto per rendere i giovani e le loro famiglie in grado di comprendere le problematiche che possono nascere su Internet e di proteggersi o reagire agli abusi quando si verificano.

Qual è il bersaglio dell'odio online?

Nel contesto di una corretta educazione mediatica degli adulti e dei genitori di bambini in età scolare, sorge il problema di cercare di arginare la possibilità che le forme più disparate di hate speech presenti su internet possano fare male. Frasi e immagini piene di odio fine a sé stesso possono infatti finire sullo schermo di potenziali bersagli diretti, ma anche di persone incapaci di riconoscere il pericolo e quindi rischiano di diventare seguaci dei tanti haters seriali che si nascondono nella rete. I genitori devono quindi essere i primi ad essere aiutati a riconoscere gli hate speech e a considerarli una grave violazione dei diritti umani e dei principi della democrazia. Solo così i genitori possono aiutare i propri figli a non cadere in queste trappole, perché internet è aperto alla libertà di espressione sia in senso positivo che negativo: vi si può trovare di tutto, soprattutto all'interno dei canali social e dei siti di gioco online sempre più frequentati da bambini e adolescenti. Rifiutare gli hate speech, e non esserne in qualche modo "affascinati", richiede un'analisi critica degli innumerevoli messaggi che ciascuno di noi riceve quando è online. Per questo motivo, parliamo di una vera e propria attività di educazione ai media.

Ricordiamo che secondo il Consiglio d'Europa, una corretta definizione di hate speech comprende "tutte le forme di espressione che diffondono, incitano, promuovono o giustificano l'odio razziale, la xenofobia, l'antisemitismo o altre forme di odio basate sull'intolleranza, tra cui: l'intolleranza espressa dal nazionalismo aggressivo e dall'etnocentrismo, la discriminazione e l'ostilità verso minoranze, migranti e persone di origine straniera".

Immergendoci nella realtà di oggi, possiamo dire che i principali bersagli dell'hate speech online sono donne, stranieri, rifugiati, ebrei, rom, musulmani e persone LGBTQI. È, comunque, una lista che si estenderà man mano che la società diventerà più complicata e diversificata.

A proposito, la questione degli hate speech non è mai bianca o nera: le opinioni differiscono sia su come dovrebbe essere classificato il problema che su cosa dovremmo fare a riguardo.

La differenza di opinione nasce, in parte, perché la maggior parte delle persone crede che queste due questioni siano collegate: se qualcosa è classificato come hate speech, tendiamo a condannare una determinata azione. Se non lo è, supponiamo che sia accettabile, o almeno che debba essere tollerato. Ciò significa che il modo in cui definiamo il problema sembra anche suggerirci quando dovremmo intervenire.

Alcune persone credono che "intervenire" contro gli hate speech significherebbe limitare la libertà di espressione e, considerando ciò inaccettabile, si rifiutano di farlo. Questo discorso è tipico dell'approccio statunitense, dove l'espressione "hate speech" viene utilizzata per riferirsi solo ai casi peggiori, per esempio, quando vengono fatte minacce dirette alla vita o alla sicurezza di qualcuno. Ma per noi, nell'UE, prevale un approccio un po' diverso: è richiesta una reazione su tutto ciò che rientra nella definizione fornita dal Consiglio d'Europa. Tuttavia, è importante ricordare che "fare qualcosa" non implica necessariamente limitare o negare il diritto alla libertà di espressione: ci sono molti altri modi in cui possiamo intervenire!

Le conseguenze da evitare

Internet permette la diffusione e l'accesso illimitato a discorsi che spesso innescano un effetto a catena, con parole che diventano sempre più volgari e violente man mano che si diffondono. D'altra parte, il senso di apparente impunità legato al relativo anonimato degli haters online offre una libertà senza responsabilità e gli permette di utilizzare liberamente parole razziste, xenofobe, antisemite, omofobe e sessiste. Questo può avere un effetto devastante sui giovani alla ricerca della propria identità e abituati a comunicare velocemente, per esempio attraverso i social media e i giochi online, molto spesso anche in modo anonimo. L'odio online può essere espresso tramite video e foto, oltre che nella sua forma più comune di "testo". Queste forme visive o multimediali spesso possono avere un impatto maggiore sugli atteggiamenti consci e subconsci.

Se gli hate speech non vengono contrastati, causano ulteriormente la violazione dei diritti umani: diffondono stereotipi negativi in tutta la società, i gruppi diventano sempre più emarginati e isolati, nascono nuovi conflitti e divisioni, aumentano gli abusi o le minacce, nascono nuovi confini. Nei casi peggiori, la semplice "frase" comincia a tradursi in abuso fisico. Gli hate speech possono causare crimini d'odio, violando i diritti umani relativi alla sicurezza personale. Non tutti gli hate speech sfociano in crimini d'odio, ma i crimini d'odio sono sempre accompagnati da hate speech.

In un contesto come questo, l'educazione ai diritti umani diventa fondamentale soprattutto per i genitori, in quanto fornisce potenti strumenti volti a sviluppare le conoscenze, le abilità e le abitudini dei giovani volte a contrastare l'hate speech online, basandosi sui diritti umani. Utilizzare un approccio che si basa sui diritti umani aiuta non solo a sviluppare empatia e rispetto per gli altri, ma incoraggia anche una partecipazione attiva.

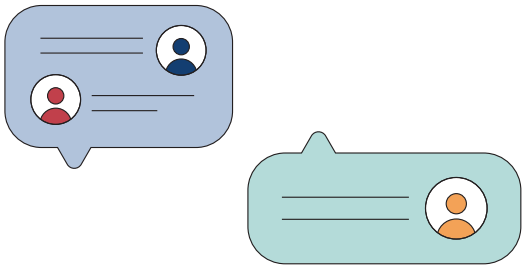
Il ruolo dei genitori nel proteggere i bambini e gli adolescenti dagli hate speech online

Nonostante i governi e altre organizzazioni stiano lavorando duramente per abolire gli hate speech online, le persone che condividono le proprie opinioni online sono veramente tante, può essere quindi molto difficile fermarli del tutto. Non basta affidarsi all'intervento delle autorità preposte, ma bisogna per prima cosa mobilitare tutti in difesa dei propri figli e, in generale, dei giovani più vulnerabili.

I consigli pratici rivolti ai genitori sono molto simili a quelli già indicati in riferimento al cyberbullismo: è necessario essere molto attenti e accompagnare discretamente i ragazzi nelle loro attività online, senza invadere esplicitamente la loro privacy ma allo stesso tempo fare attenzione ai rischi a cui potrebbero andare incontro. Notare i primi segni di disagio nei loro comportamenti quotidiani e nello svolgimento di attività online che di solito sono piacevoli per loro, può aiutare a intervenire in modo più efficace.

Se dovesse emergere una situazione di esposizione a hate speech online, è necessario segnalarlo ad autorità in grado di indagare e identificare i colpevoli, e segnalare l'accaduto anche ai gestori del sito o dell'app in cui è avvenuto l'episodio. Ma non basta: i genitori devono sempre prestare molta attenzione al rischio che il proprio figlio possa essere autore di hate speech. Anche in questo caso, i genitori devono agire rapidamente, avviando un dialogo costruttivo volto a far capire la gravità del comportamento.

Internet può essere pericoloso se mal gestito. Ricerche recenti mostrano che i giovani che sono vulnerabili offline lo sono anche online: sono più suscettibili alle persone che vogliono influenzarli, ed è anche più probabile che cerchino di essere come gli altri per essere accettati. Nascondersi dietro uno schermo può ridurre o eliminare le inibizioni abituali (naturali o acquisite) delle persone. Le persone più facilmente influenzabili possono sentirsi in dovere di adottare gli atteggiamenti e gli ideali di un gruppo a cui si uniscono online. Spesso i giovani sono più vulnerabili all'estremizzazione, perché hanno più fiducia nel prossimo e quindi soggetti a questo genere di trappole. Ci sono stati anche casi di "mate crime" in cui le persone più vulnerabili sono state prese di mira con l'intenzione di approfittare proprio del loro isolamento e sfruttarle.



Riferimenti:

"Bookmarks - A manual for combating hate speech online through human rights education", Consiglio d'Europa. Disponibile su:

https://rm.coe.int/168065dac7

"Silence Hate! Un manuale pratico per educare a contrastare il discorso d'odio", Centro Zaffiria – Cospe. Disponibile su:

https://www.silencehate.it/wp-content/uploads/2019/05/silence-hate-un-manuale-pratico.pdf

"Tangram 43", Confederazione svizzera, bollettino della CFR. Disponibile su:

https://www.ekr.admin.ch/pdf/TANGRAM_43.pdf#page=92

"Tackling hate speech online". Disponibile su:

https://www.internetmatters.org/connecting-safely-online/wp-content/uploads/sites/2/2020/06/IM-CSO-Hate-Speech.pdf

Capitolo 2.1.3

SEXTING, SEXTORTION E GROOMING

Cos'è il sexting?

Il termine sexting significa inviare, ricevere o inoltrare messaggi con contenuti sessualmente espliciti: testo, immagini/foto e/o video di sé stessi o di altri, solitamente sui social media o tramite i canali di messaggistica istantanea. Molti giovani non sanno che la realizzazione, il possesso, la distribuzione e/o la diffusione di immagini e video, di persone di età inferiore ai 14 anni, di immagini di nudo o foto in pose sessualmente esplicite, è considerata pedopornografia nella maggior parte dei paesi ed è perseguibile anche se a compiere queste azioni è il giovane stesso. Spesso si tratta di ragazze interessate o innamorate di un ragazzo, a cui viene chiesto di "inviare immagini di nudo" come "prova" del loro amore. Anche se l'immagine/video viene inviata all'interno di una relazione, può essere trasformata in uno strumento di vendetta in una fase successiva, per esempio se uno dei partner decide di interrompere la relazione. In altri casi non si tratta nemmeno di qualcuno che si conosce nel "mondo reale", ma di qualcuno conosciuto solamente su internet. Il messaggio potrebbe anche finire nelle "mani sbagliate", anche involontariamente, ed essere usato come ricatto e per la sextortion.

GUARDA QUESTO VIDEO

Guarda questo video per alcuni consigli su come affrontare questo argomento con tuo figlio: **Sexting - Advice Video - What parents need to know - Internet Matters**
https://www.internetmatters.org/issues/sexting/

Consultare questo sito web per informazioni più dettagliate:
https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/sexting-sending-nudes/

Cos'è la sextortion?

Il termine sextortion (estorsione sessuale) descrive una forma di ricatto in cui le immagini sessuali sono usate per estorcere denaro o "servizi" ad altri. Nel peggiore dei casi, non solo vengono richieste foto/video con contenuti sessualmente espliciti, ma anche incontri fisici con la vittima che possono portare ad abusi sessuali fisici e violazioni. Questo succede sia alle ragazze che ai ragazzi.

GUARDA QUESTO VIDEO

Guarda questo video su YouTube per capire meglio e anche per discuterne con tuo figlio: **SEXTORTION, blackmail started after a cybersex offer** https://www.youtube.com/watch?v=agbtK5Me8rg

Il sexting e la sextortion si verificano anche tra gli adulti. Quando si tratta di bambini, questi fenomeni sono strettamente connessi al grooming online. Pertanto, si applicano le stesse misure di prevenzione menzionate di seguito.

Cos'è il grooming online?

Si parla di grooming online (adescamento dei minori) quando qualcuno usa Internet per instaurare una relazione con un bambino o un giovane, con l'obiettivo finale di manipolarlo, sfruttarlo e abusarne.

GUARDA QUESTO VIDEO

Guarda questo video che si basa su un caso reale di grooming online per comprendere meglio il modo in cui un pedofilo possa tentare di adescare un bambino online: **Emily's Story - Online Grooming**
http://www.youtube.com/watch?v=GOsgQbmvuUQ

ELEMENTI PRINCIPALI DEL GROOMING ONLINE

• Chiunque può essere un cyber predatore, non importa l'età, il sesso o l'etnia.

• Il grooming può avvenire per un breve o lungo periodo, può durare settimane ma anche anni.

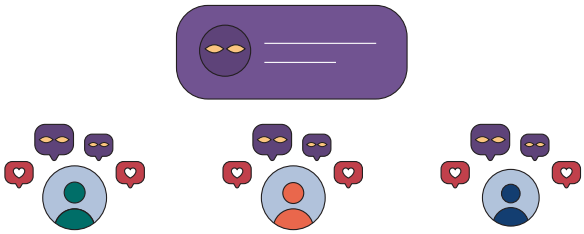
• I cyber predatori possono anche instaurare una relazione con la famiglia o gli amici della vittima, per farli sembrare affidabili o autorevoli.

• Possono nascondere la propria identità online, inviando foto o video di altre persone, a volte più giovani di loro, così sarà più facile guadagnare la fiducia di un "coetaneo".

• Cercano di isolare i bambini da amici e famiglia, facendoli sentire dipendenti da loro, così da avere potere e pieno controllo.

• Potrebbero ricattare un bambino per farlo sentire in colpa e fargli provare vergogna o introdurre il concetto di "segreto" per controllare, spaventare e intimidire.

• È importante ricordare che i bambini e i giovani potrebbero non capire di essere stati adescati. Possono provare sentimenti complicati come lealtà, ammirazione, amore, così come paura, angoscia e confusione verso il loro molestatore.



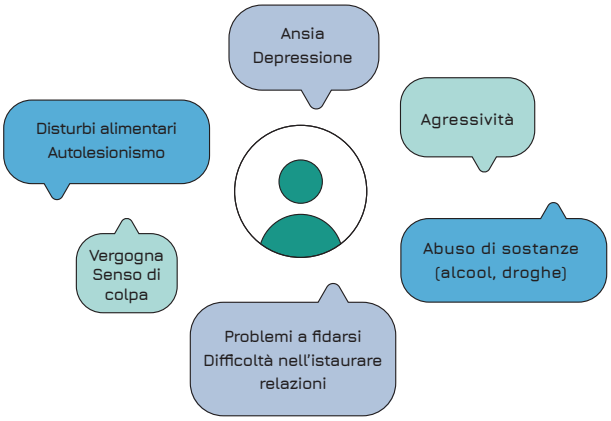
SEGNALI PER CAPIRE SE UN BAMBINO È STATO ADESCATO ONLINE

Il grooming può essere difficile da individuare per i genitori, in quanto gli adescatori spesso ordinano ai bambini di non parlare della loro relazione con nessuno. I segnali dell'adescamento online non sono sempre chiari e spesso possono sembrare comportamenti normali, specialmente per gli adolescenti. Ecco alcuni segnali di avvertimento che potrebbero aiutarvi a capire se vostro figlio è vittima di grooming online:

- Vostro figlio è riservato e non vi permette di controllare le sue attività.
- Trascorre molto tempo online a tarda ora.
- Riceve regali/soldi da una fonte sconosciuta.
- Ha difficoltà a stare lontano dal suo telefono.
- Si reca in luoghi insoliti per incontrare gli amici.
- Appare triste, chiuso in sé stesso, preoccupato, ansioso e aggressivo.
- Fa uso di un linguaggio o di un comportamento sessualmente esplicito, non appropriato per la sua età.

Gli effetti e l'impatto che il grooming online può avere sui vostri figli

Questa problematica deve essere presa seriamente, perché può avere i seguenti effetti/impatti negativi sui bambini:



COSA POSSONO FARE I GENITORI PER AIUTARLO?

Scoprite con chi parla o comunica vostro figlio. Se vi sentite ancora a disagio, parlatene con i suoi amici, i suoi insegnanti o con qualcuno che potrebbe saperlo. Iniziate a dargli consigli fin da piccoli sui pericoli della comunicazione online e della

condivisione dei dati personali. Monitorate l'attività online di vostro figlio. Informatevi su quali piattaforme usa e siate consapevoli di cosa fa online.

A volte può essere difficile comunicare con gli adolescenti; è però sempre importante discutere con i vostri figli mostrando sostegno e comprensione. In fin dei conti, vostro figlio ha bisogno di sapere che può rivolgersi a voi con onestà, non importa in quanti guai possa essersi cacciato.

Come genitori, dovete sapere dove poter cercare aiuto se vostro figlio è minacciato in qualche modo: è importante quindi conoscere i diversi tipi e canali di supporto (linee di assistenza, politiche nazionali, centri di aiuto ecc.) per le vittime di grooming online del tuo paese.

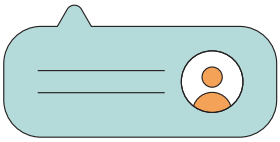
INSEGNATE AI VOSTRI FIGLI A:

• Non accettare richieste di amicizia da persone che non conoscono sui social media.

• Configurare le loro impostazioni di privacy per nascondere i post e rendere il loro profilo sui social media privato.

• Non condividere informazioni private sui social media, come numeri di telefono, indirizzo di casa, numero di conto corrente bancario ecc.

• Parlare quando sono in pericolo o quando vengono avvicinati da un potenziale predatore.



Risorse per letture di approfondimento

NSPCC (2019). "Grooming". Disponibile su:

https://www.nspcc.org.uk/what-is-child-abuse/types-of-abuse/grooming/

NSPCC (2019). "Talking about difficult topics". Disponibile su:

https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/support-for-parents/talking-about-difficult-topics/

NSPCC (2019). "Keeping Children safe". Disponibile su:

https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/support-for-parents/talking-about-difficult-topics/

Council of Europe (2020) "Child Friendly material". Disponibile su:

https://www.coe.int/en/web/children/child-friendly-materials

Kids Help Line. (2019)"Being safe on the internet". Disponibile su:

https://kidshelpline.com.au/kids/issues/being-safe-internet

Capitolo 2.1.4

DISINFORMAZIONE: RICONOSCERE LE FAKE NEWS SUI MEDIA TRADIZIONALI E DIGITALI

Spesso come genitori e educatori non siamo in grado o non ci sforziamo di distinguere quale parte delle informazioni che riceviamo è reale, basata su fatti concreti e quale invece è inventata per uno scopo o per un altro, le cosiddette fake news. Ecco perché è fondamentale imparare a valutare criticamente le informazioni che sentiamo o leggiamo.

Cosa sono le 'fake news'?

Si tratta di informazioni false o fuorvianti che tentano di influenzare l'opinione pubblica o di spingere qualcuno a compiere un'azione (acquisto, reazione ecc.).

Ci sono diversi tipi di fake news. Alcune sono create consapevolmente a scopo di lucro (denaro, condizionamento, reputazione). Altre sono create involontariamente a causa di errori, disattenzione o semplicemente riflettono l'opinione soggettiva di qualcuno.

Disinformazione e misinformation

A differenza della disinformazione, che viene diffusa intenzionalmente e persegue determinati obiettivi, la misinformation è la diffusione involontaria di informazioni sbagliate. Lo facciamo tutti quotidianamente, quando per esempio condividiamo informazioni veritiere, ma confondiamo involontariamente alcuni dettagli.

È bene porsi sempre le seguenti domande e di incoraggiare i vostri figli a fare lo stesso:

- **Queste informazioni sono vere?**
- **Qual è lo scopo di questa pubblicazione?**

La **disinformazione** è quindi un'informazione falsa o imprecisa che viene diffusa INTENZIONALMENTE. Viene anche chiamata "propaganda".

La **misinformation** è un'informazione falsa o imprecisa che viene diffusa in modo non intenzionale. Succede spesso nella nostra vita di tutti i giorni ed è importante per noi genitori essere in grado di distinguerla dalla disinformazione e spiegare la differenza ai nostri figli.

Post e articoli per scopi commerciali - Siate consapevoli che a volte i post e gli articoli per scopi commerciali possono contenere informazioni fuorvianti al fine di aumentare l'engagement del pubblico o incrementare le vendite.

Perché la gente crea fake news?

Alcune delle ragioni più comuni per le quali la gente crea fake news sono:

• Influenzare le azioni e le scelte di qualcuno, per esempio convincere qualcuno a sostenere o opporsi a una causa o a un candidato politico.

• Per indurre le persone a cliccare su siti in modo che gli siano mostrate le pubblicità e possano acquistare un prodotto.

• Alcune persone creano fake news solo per divertimento.

• A volte si tratta solo di un errore, ma chi le pubblica o le dice ha l'obbligo di correggerle.

Tuttavia, lo scopo principale è fare soldi.

PRINCIPALI TIPI DI DISINFORMAZIONE:

• Contenuto inventato: contenuto completamente falso.

• Contenuto manipolato: distorsione di informazioni o immagini veritiere, per esempio un titolo che viene reso più sensazionalistico, spesso reso popolare tramite il 'clickbait'.

• Contenuto impostore: imitazione di fonti originali, per esempio usando il marchio di un'agenzia di stampa affermata.

• Contenuto fuorviante: uso fuorviante delle informazioni, per esempio presentando un commento come un fatto.

• Falso contesto di collegamento: il contenuto corrisponde alla realtà dei fatti, ma viene condiviso con false informazioni contestuali, per esempio quando un titolo di un articolo non riflette il contenuto.

• Satira e parodia: presentare storie umoristiche ma false come se fossero vere. Anche se di solito non vengono classificate come fake news, questo può involontariamente ingannare i lettori.

La differenza tra fatti e opinioni

Le notizie di qualità devono essere basate su fatti, su informazioni indiscutibili. È importante come genitore essere in grado di distinguere i fatti dalle opinioni quando si leggono o si guardano le notizie, e poi insegnare ai propri figli a fare lo stesso.

Fatti: Si riferiscono a qualcosa di vero o reale, che è supportato da prove e possono essere quindi verificati o smentiti. Un fatto è basato sull'osservazione o sulla ricerca e presenta la realtà oggettiva, un evento o un'informazione, basata cose accadute realmente.

Opinioni: Sono l'interpretazione individuale e soggettiva dei fatti. L'interpretazione di un fatto o di un evento da un punto di vista soggettivo può dargli significati completamente diversi a seconda di chi lo presenta o interpreta. Questo accade anche a giornalisti seri e stimati.

Un'opinione si basa su una supposizione, un punto di vista personale o un sentimento. È quindi un'affermazione soggettiva, la percezione che si ha di qualcosa.

Verificare un'opinione non è possibile.

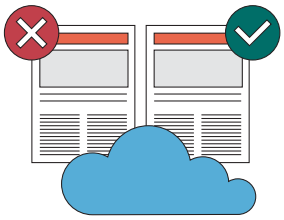
Ci sono molti modi diversi, interessanti e divertenti per richiamare l'attenzione dei bambini sull'argomento e per rendere l'insegnamento e la formazione un gioco per tutta la famiglia.

Potete fare dei giochi online appositi insieme ai vostri figli:

www.roomrecess.com/mobile/FactAndOpinion/play.html
www.brainpop.com/english/writing/factandopinion/quiz/
www.wordwall.net/resource/48813/english/quiz-fact-or-opinion
www.educationquizzes.com/ks2/english/fact-and-opinion/

Come riconoscere le fake news?

Ci sono diversi modi per riconoscere le fake news. È consigliabile concentrarsi consapevolmente, per una settimana, su ogni informazione che vi attrae e di valutarla seguendo questi criteri:



• **Analizzare la fonte, -** controllate sempre attentamente la fonte dell'informazione: dove è stata pubblicata (sito web, media), chi è il proprietario di quel media, qual è la sua missione e le informazioni di contatto.

• **Leggi il contenuto,** spesso i titoli sono formulati per guadagnare più click.
Leggilo per intero in modo critico.
• **Controlla l'autore,** fai una ricerca sull'autore. È una persona reale?
Quali altri lavori/articoli/servizi ha pubblicato? Puoi fidarti di lei/lui?
• **Controlla l'autenticità,** è uno scherzo o una parodia?
Se l'informazione è troppo incredibile, potrebbe essere solo uno scherzo.
• **Tieni conto delle tue convinzioni** sull'argomento.
Potrebbero influenzare il tuo giudizio?
• **Controlla attentamente le foto e i video,** l'origine delle foto e dei video può essere trovata tramite una ricerca inversa.

Non lasciate che le fake news vi impediscano di godere delle informazioni che leggete online. Non bisogna dubitare di tutto ciò che leggete, è sufficiente sviluppare un pensiero critico ed essere consapevole del modo in cui le informazioni vi possono influenzare. Scegliete le vostre fonti con attenzione, tenendo a mente che le fake news esistono, e quindi bisogna controllare le informazioni prima di condividerle o farsi un'opinione definitiva. Potete controllare le notizie su siti come

https://www.Snopes.com
http://www.Factcheck.org

Le fake news fanno sempre leva sulle nostre emozioni
Ogni qual volta si provano forti emozioni leggendo/guardando qualcosa online, si consiglia di porsi le seguenti domande:

- **Quali emozioni sto provando dopo aver visto l'articolo?**
- **Perché provo proprio queste emozioni?**
- **In che modo le mie emozioni influenzano il mio pensiero?**
- **Quale parte della notizia provoca queste emozioni?**

Ulteriori informazioni sulle emozioni primarie al seguente sito web:
https://www.paulekman.com/universal-emotions/

Insegnate ai vostri figli a saper riconoscere le proprie emozioni e a prestare attenzione ai propri sentimenti. Non è mai troppo presto o troppo tardi per iniziare ad esplorare l'intelligenza

emotiva e a capire come le notizie e le informazioni sui media provocano le nostre emozioni. Quando i bambini capiranno perché e come i media possono influenzarli, saranno in grado di riconoscere quali informazioni li hanno fatti sentire in quel modo e potranno valutarle razionalmente. Mentre guardate la TV o navigate su internet con vostro figlio, fategli notare le pubblicità che fanno leva sulle emozioni e discutetene apertamente.

Insegnare ai nostri figli il tema della disinformazione

Il mondo digitale circonda noi e i nostri figli quotidianamente e, oltre ad essere utile e necessario, può essere travolgente e persino pericoloso. I bambini devono essere in grado di capire e valutare le informazioni che trovano, così da poterle usare in modo sicuro ed efficace. L'educazione ai media non consiste solo nel sapere come usare i diversi dispositivi o aggiornare le app, significa capire le informazioni e usarle in modo appropriato. Le fake news possono condizionare notevolmente l'autostima di qualsiasi bambino! Per esempio, quando i bambini o i genitori scoprono di aver condiviso storie o post fraudolenti senza controllarli, spesso si sentono stupidi. Questo può nuocere alla propria autostima, ci si sente ridicoli agli occhi degli altri e a volte può portare a seri problemi psicologici.

Ci sono vari modi in cui potete insegnare ai vostri figli il modo in cui bisogna valutare le informazioni. A seconda della loro età potete fare diversi giochi, analizzare insieme diversi tipi di notizie, annunci commerciali, post, immagini, video. È importante educarli, parlare insieme delle loro emozioni, mostrargli e spiegargli come le informazioni che incontrano suscitano in loro emozioni e reazioni.

Insegnare ai vostri figli a porsi domande sulle informazioni che leggono o guardano svilupperà il loro pensiero critico e creerà in loro l'abitudine di controllare e valutare le informazioni prima di crederci e/o condividerle. Anche il vostro comportamento online gioca un ruolo molto importante: quello che leggete, quello che condividete, quello a cui credete.

Potete giocare ad appositi giochi online insieme ai vostri figli. Ecco alcuni suggerimenti:

- Spiegate ai vostri figli cosa sono le fake news. Riparlate con calma in ogni situazione appropriata della differenza tra notizie vere e false.
- Condividete tutto quello che sapete sulle fake news con i vostri figli in base alla loro età. Chiedete loro di applicare le nuove conoscenze a una notizia importante per loro.
- In seguito, discutete con loro i risultati, le loro impressioni e le lezioni apprese.
- Potete fare un gioco con i vostri figli in cui entrambi dovete scrivere un articolo su una

notizia o un evento storico da due prospettive opposte. L'idea è di spingerli a vedere lo stesso insieme di fatti da almeno due angolazioni diverse.

• Indicate le pubblicità o le storie sponsorizzate che si fingono notizie sui social o nei siti web di notizie e chiedete ai bambini di analizzarle.

• Leggete i post su social come Facebook, Twitter, Instagram, TikTok e guardate i video insieme ai vostri figli. Giocate con loro facendo domande. Potete dire a vostro figlio di giocare a fare il detective.

Esempi di domande:

• Dove hai visto la storia/foto? Quanti like/condivisioni ha?

• Chi l'ha pubblicata? Lo conosci? Cosa sai di lui/lei?

• Chi altro sta ripostando la storia?

• Prova a risalire alla fonte originale della storia

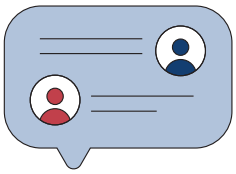
• Mostra ai tuoi figli delle foto ingannevoli e spiega loro come distinguere se una foto è reale, manipolata per uno scopo o è uno scherzo.

• Puoi fargli vedere come funziona un software di fotoritocco facile e gratuito per mostrare quanto sia facile manipolare una foto.

• Puoi realizzare dei collage di foto, usare i filtri delle app e trasformarli in un gioco.

Fonte:

https://www.nationalgeographic.com/family/article/teaching-kids-about-fake-news-and-photos



Riferimenti

https://www.mindtools.com/pages/article/fake-news.htm

https://www.factcheck.org/2016/11/how-to-spot-fake-news/

https://www.connectsafely.org/fakenews/

https://www.bbc.co.uk/newsround/38906931

https://www.whatsapp.com/

https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news

Capitolo 2.1.5

DIPENDENZA DA INTERNET NEI BAMBINI

Il concetto di dipendenza da internet

Il concetto di dipendenza è stato introdotto, per indicare un bisogno patologico, nel 1961 da un comitato di esperti dell'OMS, che descrive il concetto come quella condizione psichica e talvolta anche fisica, derivante dall'interazione tra un organismo vivente e una sostanza tossica e caratterizzata da risposte comportamentali e altre reazioni, che comprendono sempre un bisogno compulsivo di assumere la sostanza in modo continuativo o periodico, allo scopo di provare i suoi effetti psichici (impatto sulla psiche) e/o evitare il malessere dato dalla sua privazione.

Uno dei benefici indiscutibili di internet è la varietà dell'offerta. Se non vengono stabiliti dei meccanismi di controllo, i bambini e gli adolescenti non sono sempre in grado di resistere ai tanti stimoli online. L'uso delle nuove tecnologie fa parte della vita dei giovani nel mondo moderno. Incuriositi da ciò che trovano online, i bambini si divertono molto con i giochi che offrono ricompense che incentivano la loro permanenza nel gioco. Se il loro mondo non offre altre attività soddisfacenti, raggiungere un computer portatile o un tablet sarà la soluzione più semplice di tutte. Quando vengono privati dell'accesso a internet o ai dispositivi mobili, i giovani iniziano a soffrire della cosiddetta sindrome da astinenza. Con il progredire della dipendenza, gli utenti del web passeranno sempre più tempo online, cercando ulteriori stimoli, perché ciò il web gli ha offerto prima non sarà più soddisfacente. Ripetere queste attività ogni giorno può condurre a un uso problematico dei dispositivi digitali.

La presenza di regole chiare sull'uso degli smartphone è fondamentale, perché questo tipo di dispositivo può essere raggiunto in qualsiasi momento. I genitori raramente introducono regole per un uso responsabile del cellulare; non vengono nemmeno seguite le norme d'educazione quando si usa il cellulare negli spazi pubblici.

Ci sono 5 tipi di dipendenza da internet[1] :

Dipendenza dalle relazioni virtuali: Dipendenza dalle relazioni virtuali: consiste nella compulsione ad instaurare relazioni nei siti di chat. Si parla anche di dipendenza emotiva;

---

[1] Dipendenza da internet, https://www.addictioncenter.com/drugs/internet-addiction/

una relazione molto intima si sviluppa tra due persone: la persona affetta da dipendenza e chi glielo permette. La dipendenza dalle relazioni virtuali è associata all'incapacità di stabilire relazioni offline.

Dipendenza dal sesso virtuale: uso compulsivo di siti web pornografici, chat erotiche non controllate, acquisto di contenuti pornografici. Questa categoria comprende perversioni sessuali: pedofilia, esibizionismo estremo e altre perversioni legate al mondo virtuale. L'anonimato, il diritto all'oblio e la praticità sono tutti fattori che favoriscono questa forma di dipendenza.

Comportamenti compulsivi online: attività come scommettere, giocare o fare shopping compulsivamente online, possono comprendere elementi di competizione e rischio, entrambi potenzialmente entusiasmanti per gli utenti.

Sovraccarico di informazioni: necessità continua di raccogliere informazioni online. Vengono ricercate informazioni/dati sempre più approfonditi con lo scopo di prendere decisioni migliori, e quindi ottenere un maggiore prestigio sociale. In realtà, il fenomeno genera un sovraccarico di informazioni che ne impedisce l'uso. L'entusiasmo dell'utente è collegato all'attività di ricerca in quanto tale.

Dipendenza da computer o da videogiochi: qualsiasi attività associata all'impulso di usare il computer o giocare (anche offline). Il disturbo si presenta più frequentemente con i giochi per computer, anche in solitario.

Altri fenomeni

FOMO sta per l'espressione inglese Fear of Missing Out e cioè la paura di essere tagliati fuori da qualcosa di interessante quando si è offline: la paura che gli amici si stiano divertendo senza di te, e la preoccupazione che ci si possa dimenticare di una festa o un appuntamento; il bisogno compulsivo di controllare incessantemente i conoscenti per sapere cosa sta succedendo. La FOMO implica anche il bisogno di mettere la propria vita costantemente in mostra, in particolare gli aspetti positivi. Per questo motivo lo smartphone deve essere sempre disponibile: "ho bisogno di controllare cosa sta succedendo nella vita dei miei amici, e/o far sapere loro cosa sto facendo". Anche se la FOMO può colpire tutti gli utenti, gli adolescenti sono particolarmente vulnerabili: tenersi in contatto con i propri compagni soddisfa il loro bisogno di appartenenza (a un gruppo), e gli smartphone

lo permettono. I bisogni essenziali di sviluppo dei giovani includono l'essere parte di un gruppo di amici e farsi accettare da loro[2].

FOBO sta per l'espressione inglese Fear Of Being Offline, e cioè paura di un mondo senza notifiche, senza la possibilità di controllare i messaggi, senza accesso ai propri dati. È anche l'ansia di non avere accesso a internet, che si collega alle attività volte a prevenire la disconnessione dal web (per esempio, prevenire lo spegnimento del dispositivo portando sempre con sé un power bank).

JOBO sta per l'espressione inglese Joy of Being Offline, è l'opposto della FOBO, comporta il processo cosciente di porre dei limiti alle proprie attività online. Queste restrizioni sono applicate con l'intento di produrre un senso di benessere fisico e mentale. I limiti al tempo trascorso online sono stabiliti per ridurre lo stress e godere del tempo lontano dai dispositivi mobili.

L'uso di Internet offre benefici irregolari: non si sa mai quanto tempo si impiegherà a ricevere un nuovo messaggio, trovare un meme divertente o salire di livello in un gioco per computer. Lunghi periodi di navigazione sul web possono essere legati a una scarsa capacità di gestire lo stress, e/o alla tendenza a sfuggire a problemi, confronti, difficoltà in famiglia o alla necessità di entrare in un ambiente nuovo e potenzialmente ostile.

Le ragioni della dipendenza da internet di solito sono:

- Scarse capacità di fare conoscenze.
- Bassa autostima.
- Incapacità di gestire i problemi (si cerca l'oblio nel mondo virtuale).
- Mancanza di legami tra genitori e figli.
- Problemi di apprendimento a scuola (causati per esempio da deficit di attenzione, iperattività, sbalzi d'umore).
- Famiglie disfunzionali (scarsa autorità dei genitori, "i bambini comandano").
- Scarsa capacità di gestire le emozioni difficili.
- Rifiuto da parte del gruppo di amici.
- Solitudine.

---

[2] „FOMO i nadużywanie nowych technologii - poradnik dla rodziców" (FOMO and New Technologies Abuse – a Handbook for Parents), Marta Witkowska, NASK National Research Institute, Warsaw 2019, p. 10.

I problemi di dipendenza da Internet non saranno risolti in nessuno dei casi sopra menzionati, a meno che non si affrontino profondi problemi strutturali. La dipendenza da Internet è associata ai seguenti problemi: depressione, introversione, nevrotizzazione, ipersensibilità, timidezza; dipendenze coesistenti; bassa autostima, scarso senso di autonomia; strategie negative di gestione dello stress. Inoltre, come dimostrato dagli studi, l'uso eccessivo di internet può essere accompagnato da isolamento sociale, ansia, depressione, pensieri suicidi e propensione a una maggiore aggressività[3].

CONSEGUENZE

hanno pervaso tutti gli ambiti della vita familiare, ed è per questo che vale la pena conoscere meglio le conseguenze dell'uso compulsivo del web[4]:

Conseguenze fisiologiche e fisiche – dipendono dal tipo di dispositivo utilizzato. L'uso del computer fisso può provocare, per esempio, problemi alla colonna vertebrale, l'uso del computer portatile o del tablet problemi di postura. L'uso eccessivo di smartphone porta a problemi di vista. Inoltre, l'uso eccessivo di qualsiasi dispositivo mobile può provocare disturbi alimentari o del sonno. I bambini sono particolarmente vulnerabili all'uso eccessivo dello smartphone, poiché il sistema immunitario dei minori raggiunge il pieno sviluppo solo all'età di vent'anni.

Conseguenze psicologiche – l'uso eccessivo delle nuove tecnologie da parte degli adolescenti può portare a disturbi mentali, come la depressione o l'aggressività, soprattutto in circostanze di accesso limitato o nullo ai dispositivi mobili. L'uso eccessivo del web può provocare:

• Offuscamento dei confini tra mondo reale e virtuale (frequente evasione nel mondo online),

• Auto-isolamento da amici e famiglia, evitando il contatto personale, problemi nel fare amicizia offline,

• Provare un senso di sicurezza solo quando si usa un computer/smartphone,

• Anomalie del ritmo circadiano (pasti irregolari e/o sonno irregolare) che possono causare irritabilità, irascibilità e/o conseguenze psichiche,

---

[3] „Nadużywanie internetu przez młodzież – wyniki badania EU NET ADB" (Excess Internet Use by Young People – EU NET ADB study results), Katarzyna Makaruk, Szymon Wójcik, http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.desklight-909e7238-34aa-478e-bb9f-dcf91d983439/c/Makaruk_K_Wojcik_S_2013_Naduzywanie_internetu_przez_mlodziez.pdf [consultato: October 27th 2020].

[4] Uzależnienia technologiczne wśród dzieci i młodzieży, Ewa Krzyżak-Szymańska, Oficyna Wydawnicza „Impuls", Cracow 2018, pp. 91-98.

• Alterazione dei legami emotivi con la famiglia e gli amici,
• Riduzione della capacità di attenzione,
• Pensieri e/o tentativi di suicidio.

Conseguenze morali – dipendono dai contenuti web consultati (pornografia, descrizioni dell'uso di droghe, istruzioni per la produzione di esplosivi, siti di sette religiose ecc.) I bambini sono anche particolarmente esposti alla pedofilia online. Aperti e curiosi verso il mondo, possono entrare in contatto con persone inappropriate, che abusano dell'immaturità infantile.

Conseguenze sociali – va da sé che passare una grande quantità di tempo sui dispositivi mobili influisce sulle relazioni con la famiglia e gli amici. Il contatto personale è gradualmente sostituito dall'interazione online; di conseguenza, le famiglie passano meno o nessun tempo libero insieme. Avvengono frequentemente anche **litigi e disaccordi** sull'uso eccessivo dei dispositivi digitali. A scuola, i bambini possono isolarsi dai coetanei, trascurare i doveri degli studenti, infrangere le regole della scuola, saltare le lezioni ed entrare in conflitto con gli insegnanti o gli altri alunni. Anche la comunicazione tra amici può essere limitata, a meno che non si sposti online.

Conseguenze intellettuali - comprendono quanto segue:
• Fiducia priva di senso critico nella capacità dei dispositivi mobili e nelle che si trovano informazioni online,
• Interesse compromesso per l'apprendimento,
• Shock informativo (il sovraccarico di informazioni impedisce al cervello di impegnarsi in una selezione razionale; il bambino assorbe più messaggi, anche se inutili).

Conseguenze finanziarie – possono riguardare gli acquisti online, l'uso di applicazioni a pagamento e/o giochi per computer, o anche il gioco d'azzardo online. Le conseguenze finanziarie riguardano il comportamento dei genitori, se vengono richiesti dei prestiti per costosi dispositivi mobili per il bambino. Le conseguenze a lungo termine possono comprendere il costo del trattamento e/o della psicoterapia a seguito di una diagnosi di dipendenza da internet.

Prevenzione

I bambini e i giovani sono circondati da strumenti digitali che utilizzano per comunicare, da applicazioni che facilitano le attività e altre soluzioni innovative che migliorano la vita in

generale. Ecco perché è così importante non perdere mai di vista le relazioni interpersonali, in particolare i legami genitori-figli. I solidi legami familiari sono essenziali per prevenire la dipendenza da internet. L'importanza del tempo condiviso da genitori e figli senza l'uso di dispositivi digitali è altrettanto importante.

Parlare con i propri figli

Questa è una conversazione molto importante, per la quale vale la pena prepararsi; servirà come prova che il genitore si preoccupa del comportamento del bambino e si rende conto della sua presenza e dei suoi problemi. Parlare francamente al proprio figlio delle ragioni della nostra preoccupazione è una buona idea; bisogna tuttavia essere preparati al rifiuto. Comunicare le conseguenze della dipendenza è consigliabile, così come essere preparati al fatto che il bambino possa affermare di non avere nessun problema e di non vedere la necessità di alcun cambiamento. L'intera famiglia può rivelarsi bisognosa di assistenza specialistica. Indipendentemente dalle circostanze o dalle conseguenze, il bambino deve essere sostenuto, ma gli si deve permettere di subire le conseguenze del suo comportamento; la disapprovazione deve essere rivolta al comportamento piuttosto che al bambino stesso. Durante questa conversazione, l'adulto deve sforzarsi di essere rigoroso e preciso; con ogni probabilità, il bambino cercherà di mantenere il controllo e/o di giustificare la situazione. È questo il modo in cui reagisce chiunque sia affetto da dipendenza. L'adulto deve essere coerente quando introduce nuove regole. Un bambino che rispetta tutti i principi stabiliti merita una lode. Bisogna preparare una serie di nuove attività da svolgere al posto di quelle online. Con ogni probabilità, altre famiglie possono soffrire di problemi simili: può essere utile unirsi a un gruppo di sostegno e/o cercare il supporto di persone che possano comprendere la situazione.

Tecniche di intervento

Se i genitori/tutori se ne accorgono in tempo e godono della fiducia del bambino, il problema sarà più facile da risolvere. Si possono offrire al bambino nuove attività per limitare l'uso della tecnologia; tuttavia, avrà bisogno di più attenzioni; il tempo che normalmente passerebbe al computer deve essere riempito con altre attività. Isolare il bambino dalle nuove tecnologie non è sufficiente se le sue abitudini di attività online si sono radicate. Il tempo deve essere speso bene, per evitare che si annoi. Se si vuole aiutare il bambino, tutta la famiglia deve essere d'accordo. Se invece i sintomi della dipendenza persistono da diversi anni, i tentativi dei genitori di risolvere il problema possono rivelarsi inefficaci, soprattutto se i legami con il bambino sono deboli.

Può essere utile consultare uno specialista; la dipendenza può nascondere altri problemi: il bambino magari si sta rifugiando nel mondo virtuale per sfuggire allo stress o ad altre problematiche riscontrate nella vita reale. Possono svilupparsi disturbi coesistenti: problemi di interazione con i pari; di apprendimento; incapacità di parlare dei problemi, di chiedere aiuto o di condividere i sentimenti.

Un appuntamento con uno specialista sarà vantaggioso solo se il bambino mostra la volontà di volerlo fare. La resistenza alle prime sedute è naturale, ma, se un bambino persiste nel rifiutare categoricamente l'assistenza del terapeuta, obbligarlo a continuare sarà inutile. In questi casi, è consigliabile che i genitori stessi vedano un terapeuta, descrivano la situazione e seguano le istruzioni relative ai cambiamenti da apportare nella vita familiare. Se anche questa mossa dovesse rivelarsi inefficace, potrebbe essere utile rivolgersi a un funzionario del servizio di protezione dell'infanzia per chiedere consigli su ulteriori cambiamenti in famiglia.

Capitolo 2.2
OPPORTUNITÀ

Il mondo digitale è uno spazio virtuale immenso che offre infinite possibilità per trovare e condividere informazioni, giocare, partecipare a eventi online o ibridi, guardare o produrre video e film, ascoltare podcast, musica, notizie, trasmissioni e molto altro. È il luogo in cui avvengono attività di svago, scambio sociale, scientifico e politico e fornisce tantissime preziose opportunità che possono essere esplorate anche da bambini e ragazzi. A causa dell'enorme quantità e del costante cambiamento del panorama digitale è impossibile stilare una lista di siti web o strumenti digitali consigliati. Abbiamo quindi deciso di concentrarci su tre argomenti specifici che riteniamo siano i più importanti e sono abbastanza generali da essere validi anche in vari contesti nazionali, regionali e locali:

- **Creazione di contenuti digitali.**
- **Apprendimento online.**
- **Media nella comunicazione e nei viaggi.**

Il primo ha, secondo noi, una particolare importanza perché è spesso trascurato o sottovalutato dai genitori. I bambini e i giovani lo "fanno" quasi tutto il tempo, ogni volta che pubblicano un messaggio, caricano una foto o un commento ecc. però molto spesso tutto

questo non viene percepito come “creazione di contenuti digitali”. Ci sono comunque molte possibilità e anche alcune linee guida che dovrebbero essere prese in considerazione.

L’importanza dei punti due e tre è aumentata enormemente con la crisi del COVID19 e le conseguenti chiusure delle scuole e ha portato questi aspetti all’attenzione di tutti. Anche se si spera che riusciremo a sconfiggere la pandemia al più presto, l’apprendimento misto farà parte della “nuova normalità”, le videoconferenze, i webinar e gli eventi ibridi sono nuovi formati che non scompariranno e molto probabilmente si svilupperanno nuovi canali di comunicazione.

Capitolo 2.2.1
CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI

Introduzione

La creazione di contenuti digitali permette una libertà di espressione mai vista prima, grazie al fatto che chiunque può accedere ai dispositivi connessi a Internet con facilità. Basta un semplice smartphone (o un tablet, un portatile, un computer fisso...) per accedere alle infinite applicazioni che permettono di diventare soggetti attivi della rete, rendendo pubblici i propri pensieri, desideri e abilità.

Questa opportunità di partecipare alla vita pubblica, però, può avere dei risvolti negativi e trasformarsi in una minaccia se l’utilizzo della tecnologia e delle sue applicazioni avviene in modo scorretto, se si ignorano le regole di prudenza e netiquette che ogni utente della rete dovrebbe seguire ogni volta che mette le mani sulla tastiera. Spesso non ce ne rendiamo conto, ma ogni volta che pubblichiamo una foto delle nostre vacanze su Instagram, o commentiamo un post su Facebook, diventiamo autori, creatori di contenuti digitali. Ciascuno di questi contenuti può essere letto, salvato e commentato da una moltitudine di persone, probabilmente molte più di quanto immaginiamo.

Per questo motivo, è essenziale che tutte le famiglie, e ciascuno dei suoi membri, siano educati ai media, sviluppino la capacità di gestire i dispositivi elettronici e conoscano il loro potenziale positivo e negativo, sia dal punto di vista della fruizione passiva di contenuti pubblicati da altri, sia da quello della sempre più facile, a volte quasi inconsapevole,

creazione autonoma di contenuti, che il resto del mondo può vedere, commentare, gradire ma anche attaccare e utilizzare per denigrare l'autore. Anche in questo contesto, educare gli adulti ha un duplice obiettivo: creare conoscenza in una fascia di popolazione che è sempre più responsabile in prima persona della creazione di contenuti digitali, e fare in modo che questi adulti, in quanto genitori di figli in età scolare, possano essere un modello di comportamento online, insegnando ai bambini le regole di buona condotta e tenendo d'occhio in modo informato le loro attività online che generano contenuti digitali, che li espongono inconsapevolmente ai pericoli già analizzati come cyberbullismo, hate speech e fake news.

Come creare contenuti digitali

La creazione di contenuti digitali è un argomento molto vasto, e possiamo dire che è nato insieme a Internet, quando le aziende commerciali si sono rese conto che il web poteva essere un mezzo straordinario per promuovere i loro business, e che, per rendere il marketing efficace sarebbe stato necessario creare contenuti attraenti.

Ma quando si parla di creazione di contenuti digitali nell'ambito di un percorso formativo di educazione ai media, dobbiamo volgere lo sguardo a diversi aspetti di questo tema, concentrandoci su quel tipo specifico di contenuti che ogni cittadino può creare quando è online:

- L'uso di videogiochi online popolari, che in questi ultimi anni hanno catturato l'attenzione di giovani e meno giovani, genitori compresi.
- La comprensione, l'uso e l'interazione con i social media.

I figli di genitori in grado di gestire le app per creare contenuti digitali, sapranno di avere qualcuno con cui condividere queste attività, affrontando argomenti intelligenti e spingendo la loro creatività in una direzione positiva. Questo è il motivo per cui i genitori devono avere una buona conoscenza del funzionamento delle app e dei videogiochi più popolari utilizzati per creare e modificare contenuti digitali: i bambini non sono consapevoli della grande quantità di informazioni che danno a persone sconosciute quando interagiscono con altri giocatori di ogni parte del mondo, e il problema principale è che anche molti genitori non lo sono.

Verso la fine del 2018, l'UNESCO ha introdotto le cinque leggi dell'educazione ai media e dell'informazione (MIL), "regole di comportamento" che rappresentano un manifesto di ciò che adulti e bambini devono sapere per utilizzare consapevolmente internet, partecipando

attivamente con i propri contenuti. Queste regole sono fondamentali, valide per chiunque e in qualsiasi circostanza, e l'obiettivo di questa guida è quello di contestualizzarne il significato, per capire come devono essere applicate per monitorare correttamente la creazione di contenuti digitali da parte dei giovani.

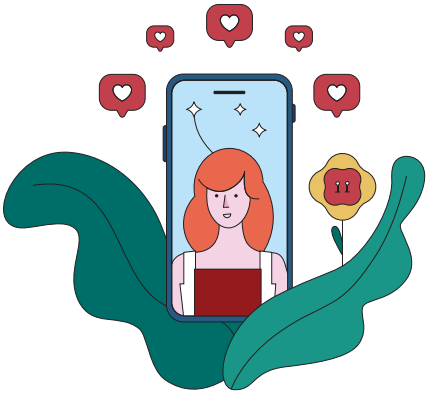
Giochi online

La principale tipologia di attività online in cui i bambini (e gli adulti) di solito creano e pubblicano contenuti digitali è offerta dai videogiochi. Dal punto di vista educativo, giocare online (non a tutti i giochi, ma a una gran parte) è un'attività positiva, in grado di potenziare competenze importanti per il giocatore. È importante però riflettere sulle azioni che chiunque può compiere quando gioca online, perché esiste un legame tra i contenuti che i ragazzi creano online mentre giocano e il rischio di sfociare in crimini informatici come il cyberbullismo e l'hate speech, che abbiamo già analizzato in questa guida. Ci sono alcuni strumenti che i bulli e gli haters usano nei videogiochi per contattare le vittime e i seguaci, e bisogna sempre prestare attenzione ai giochi preferiti dai vostri figli. In particolare, l'analisi dei singoli videogiochi e delle chat interne, spesso utilizzate da bulli e haters, può aiutare a scoprire quali sono i giochi più popolari e potenzialmente "pericolosi" del momento. Giochi diversi possono rappresentare rischi e opportunità differenti, e fanno riflettere sul tipo di contenuti che in media i bambini possono creare in base alla loro età.

Social Media

iPiù o meno lo stesso discorso vale per il secondo mezzo utilizzato dai giovani per la creazione di contenuti digitali, ovvero i social media. I genitori devono monitorare il loro uso e le possibili conseguenze di un metodo inappropriato di creazione di contenuti, essendo consapevoli che le caratteristiche e il design dei social cambia frequentemente e permette sempre nuove attività. Condividere i contenuti solo con persone fidate e solo quando si è sicuri di ciò che si sta pubblicando, stimolare il dialogo, limitare il tempo trascorso online e discutere dei contenuti inappropriati, possono essere accorgimenti che fanno parte delle regole di comportamento derivanti dalle cinque leggi dell'UNESCO, e possono servire ai genitori anche in qualità utenti. Ma ricordate che rafforzare la vostra educazione ai media è un obiettivo importante per sviluppare nuove ed efficaci competenze per accompagnare, proteggere e far crescere i vostri figli senza alcun problema o pericolo nel mondo digitale. Tuttavia, sarebbe sbagliato e fuorviante concentrarsi solo sui possibili rischi associati alla creazione di contenuti digitali. Cerchiamo di essere positivi e pensare soprattutto alle straordinarie possibilità di espressione che Internet ha offerto e attraverso le quali ha

incoraggiato ogni singola persona, di ogni età, a esprimere le proprie opinioni e in generale a esprimersi e sviluppare il pensiero critico.



Il ruolo della scuola per i bambini

I giovani non sono solo parte di una famiglia, ma sono anche e soprattutto alunni/studenti, e la vantaggiosa disponibilità di dispositivi digitali per tutti ha davvero rivoluzionato l'approccio degli studenti alla creazione di contenuti richiesti dalla loro formazione scolastica. Prima gli insegnanti assegnavano "ricerche" da svolgere a casa su un argomento scolastico o su un'esperienza maturata. Era un'attività che serviva ad ampliare e approfondire l'argomento trattato in classe, a invitare gli studenti a osservarlo da altri punti di vista, confrontando diverse fonti e sviluppando capacità di analisi, costruzione e sintesi dei contenuti. Le fonti erano per lo più libri o enciclopedie possedute dalla propria famiglia, o che si trovano in biblioteca. Si sottolinea che la creazione di contenuti digitali è un'attività che riguarda sia gli studenti, quando devono realizzare fascicoli, saggi, ricerche, lavori di gruppo o veri e propri compiti, sia gli insegnanti quando preparano materiali e lezioni personalizzate o adattate a un contesto specifico. Pertanto, gli attuali strumenti e tecnologie digitali modificano e ridefiniscono le attività di "ricerca", documentazione, organizzazione e, in generale, di creazione di contenuti. È vero che i bambini sotto una certa età non possono avere un account personale, e quindi nemmeno usare applicazioni di ricerca sul web. Ma non è detto che l'account da utilizzare debba essere proprio quello del bambino. Anzi, questo limite potrebbe diventare una formidabile opportunità per coinvolgere le famiglie nella vita scolastica dei propri figli e rendere anche i genitori cittadini digitali responsabili e consapevoli. Da diversi anni in molti paesi europei sono state introdotte esperienze di classi digitali, anche nella scuola primaria. Sotto la responsabilità dei genitori, ad ogni studente viene assegnato un dispositivo (ad esempio un tablet) e un account che permette l'accesso a Internet. Le attività didattiche svolte

utilizzando quell'account possono essere visualizzate e controllate in qualsiasi momento non solo dagli insegnanti ma anche dai genitori e, perché no, prevedono, se necessario, anche la loro partecipazione. Agendo in questo modo, i giovani alunni vengono educati e formati all'uso consapevole, responsabile e intelligente delle risorse digitali, per cui i rischi (solitamente percepiti, soprattutto dalle famiglie) si trasformano in opportunità.

Contenuto digitale e approccio familiare

D'altra parte, come sappiamo, la necessità di organizzare documenti, foto, video, registrazioni audio, e di scriverli, produrli e archiviarli non è esclusiva del mondo scolastico. Genitori e figli creano contenuti digitali anche nel loro tempo libero, giocando online, tenendosi in contatto con altre persone e in generale utilizzando le infinite possibilità offerte dai social media. È questo il momento in cui i genitori devono essere in grado di stabilire delle regole, dare il buon esempio e insegnare ai propri figli a interagire positivamente con la rete per creare contenuti digitali efficaci e utili. Il fine ultimo della creazione di contenuti digitali dovrebbe essere infatti, a seconda delle circostanze, quello di saper intrattenere, educare, persuadere o convincere il proprio pubblico. Per far sì che questo avvenga bisogna prima scegliere i canali di comunicazione più appropriati, imparando a sfruttare le loro funzionalità e potenzialità. Se si conoscono le regole, si rispettano e si propongono contenuti che possono interessare ai potenziali destinatari, si va nella giusta direzione, perché questo è il corretto approccio alle moderne tecnologie interattive, per rendere i media un'opportunità e non un rischio!

Riferimenti: https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17482798.2019.1701056?scroll=top&needAccess=true

https://www.futurelearn.com/info/courses/teaching-computing-stem/0/steps/14861

https://www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/Tips-for-Parents-Digital-Age.aspx

https://www.jstor.org/stable/1602693

https://www.commonsensemedia.org/blog/new-strategies-to-get-kids-to-create-media-not-just-consume-it

https://nomadlife101.com/how-to-become-a-content-creator/

https://web.archive.org/web/20140112224849/http://www.pewinternet.org/Reports/2004/Content-Creation-Online/2-Content-Creation-Online/1-The-material-people-contribute-to-the-online-world.aspx

https://www.icmontignoso.edu.it/SITO/eipass/Creazione_contenuti_digitali.pdf

https://4books.com/it/approfondimento/creare-contenuti-digitali-impeccabili-istruzioni-per-l-uso

https://www.savethechildren.it/blog-notizie/competenze-digitali-quali-sono-perche-servono-ai-piu-giovani

Capitolo 2.2.2
DIDATTICA ONLINE

La didattica online esiste da un po' di tempo, soprattutto nell'istruzione superiore e degli adulti, ma si è maggiormente sviluppata in seguito alla pandemia COVID19 e la conseguente chiusura delle scuole nella maggior parte dei paesi nel 2020 e 2021, diventando improvvisamente una realtà per molti insegnanti e studenti, per lo più senza preparazione e senza un'alternativa.

Anche se le scuole stanno tornando o stanno pianificando di tornare di nuovo all'insegnamento in presenza, tutti i paesi prevedono di sfruttare l'opportunità e non solo continuare, ma spingere ancora di più il processo di digitalizzazione. Nel settore dell'istruzione formale questo comporta un maggiore uso delle tecnologie digitali soprattutto per l'apprendimento misto, un mix tra esperienze online e offline. L'esperienza forzata online durante la crisi sanitaria del 2020/21 ha comunque portato alla luce una serie di problemi che devono essere risolti per introdurre con successo queste nuove attività.

Se il governo del vostro paese, le autorità locali e/o la scuola di vostro figlio pianifica qualsiasi forma di apprendimento misto, ibrido o online, i seguenti requisiti tecnici dovrebbero essere considerati in anticipo:

• **Una buona connessione (larghezza di banda sufficiente) sia scuola che a casa:** assicurarsi che tutti gli alunni (e gli insegnanti) abbiano la possibilità di accedere alla stessa piattaforma di apprendimento o ad altre risorse nello stesso momento, senza perdere la connessione internet e sostenere le famiglie che hanno difficoltà a fornire una connessione internet stabile ai propri figli. Lo stesso vale per gli edifici scolastici, in cui spesso solo un numero ridotto di alunni può essere online contemporaneamente senza causare problemi di connessione.

• **Un numero sufficiente di dispositivi ben funzionanti:** molte famiglie non erano sufficientemente attrezzate durante la pandemia per riuscire a svolgere lo smart working dei genitori e la didattica online dei propri figli allo stesso tempo, ad esempio i bambini dovevano seguire le lezioni e/o svolgere i compiti su uno smartphone oppure aspettare il proprio turno per utilizzare un altro dispositivo digitale. In molte scuole si presenta lo stesso problema, per esempio hanno a disposizione solo una "aula informatica" che possa a garantire un dispositivo per ogni persona di una classe.

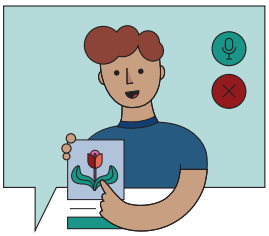
• **Attrezzature e software obsoleti:** poiché lo sviluppo in questo settore è estremamente veloce, le vecchie versioni di alcuni software non supportano i documenti inviati o che si possono scaricare soltanto utilizzando una versione più recente. I dispositivi più vecchi potrebbero non supportare l'installazione di programmi più recenti. Questa problematica può essere in parte affrontata utilizzando software opensource, ma gli insegnanti devono essere consapevoli del problema per trovare delle soluzioni.

Insieme alla vostra associazione dei genitori/rappresentanti dei genitori considerate le seguenti sfide e puntate a migliorare la situazione:

• **Un'adeguata formazione iniziale, così come lo sviluppo professionale continuo (CPD) per gli insegnanti, i dirigenti scolastici e il personale di supporto all'istruzione** è fondamentale per fornire a tutti le conoscenze e le competenze necessarie per essere in grado di implementare qualsiasi tipo di insegnamento online o misto. La pandemia ha mostrato chiaramente i bisogni in questo campo e sono stati avviati vari progetti per colmare queste lacune tra cui i corsi MOOC (Massive Open Online Courses) e le attività di educazione tra pari. Una formazione più organizzata deve ancora essere stabilita in molti paesi.

• **Poco coinvolgimento dei genitori:** la chiusura delle scuole ha reso ancora più ovvia l'importanza del ruolo dei genitori nell'istruzione e anche i problemi che stanno affrontando riguardo al supporto di cui i loro figli hanno bisogno. È quindi fondamentale coinvolgere anche le famiglie quando si stabiliscono nuovi programmi/progetti per capire meglio le loro possibilità ma anche i loro bisogni e aiutarle a superare eventuali difficoltà.

• **Insufficiente cooperazione e convenzioni su strumenti adeguati:** l'uso di piattaforme e canali di comunicazione diversi ha reso difficile per alunni e genitori seguire sempre le istruzioni e le indicazioni della scuola o dei vari insegnanti. Usare un numero limitato di strumenti (preferibilmente la stessa piattaforma di apprendimento per tutta la scuola) rende l'orientamento più facile per tutti e permette anche agli insegnanti di sapere cosa stanno facendo e cosa chiedono i colleghi.



Ecco una lista degli strumenti più comuni:

- MS Teams
- Google classroom
- Khan Academy
- Kahoot
- Schoology
- Moodle
- Class Dojo
- Bloomz
- Buncee
- 3P Learning
- Seesaw
- Slack
- Wooclap
- Sutori
- Zoom
- Webex
- WizIQ
- Adobe Capitavate
- Elucidat
- Blackboard Learn

Queste piattaforme di apprendimento permettono di svolgere video-lezioni dal vivo (insegnamento sincrono), inviare video o materiali registrati (insegnamento asincrono), lavorare in gruppo (sale break virtuali), permettono inoltre agli alunni di interagire tra di loro o con l'insegnante (utilizzando il microfono o la chat), di scaricare e salvare istruzioni, esercizi ed esempi e di caricare di compiti, soluzioni di esercizi, testi, video clip ecc.

Nella maggior parte dei casi sarà la scuola a scegliere quale piattaforma utilizzare. Come genitori dovreste comunque, preferibilmente insieme ad altri genitori o ai rappresentanti ufficiali dei genitori, chiedere delle istruzioni, specialmente se non avete familiarità con lo strumento utilizzato. Lo stesso vale per qualsiasi altro programma usato nella o dalla scuola che i bambini dovrebbero essere in grado di gestire.

Oltre alle riunioni serali a scuola, l'educazione tra pari può essere organizzata in modo informale con altri genitori e dovreste anche prevedere del tempo per esplorare nuovi programmi e le opportunità che offrono insieme ai vostri figli, non solo per scoprire come funzionano le cose, ma anche per scoprire e discutere con loro le eventuali insidie (vedi le altre parti di questo capitolo 2.1) e per dar sì che il loro comportamento sia rispettoso su Internet.

Oltre all'offerta della scuola, potete anche trovare ottimi materiali di apprendimento online che possono essere usati in aggiunta a casa per:

- Approfondire le conoscenze di vostro figlio su qualsiasi argomento a cui è interessato in modo specifico (per esempio dinosauri, vulcani, animali domestici ecc.)
- Sostenere lo studio di vostro figlio in qualsiasi materia scolastica
- Aiutare il bambino nelle presentazioni
- Preparare test, esami e/o gare
- Imparare e praticare nuove abilità e competenze (per esempio imparare una nuova lingua, giocare a scacchi ecc.)
- Stimolare l'interesse di vostro figlio per questioni importanti (ad esempio, il cambiamento climatico, la protezione dell'ambiente, la parità di genere ecc.)

Per essere in grado di utlizzare queste grandi opportunità in modo sicuro, conoscere i possibili pericoli, come spiegato nel capitolo 2.1, e i modi per proteggersi da essi (vedi capitolo 3.1) è molto importante per evitare situazioni spiacevoli e di imbattersi in contenuti indesiderati. Scegliere in base all'età è altrettanto importante, per evitare di spronare troppo o troppo poco il bambino.

Risorse per letture di approfondimento:

https://onlinelearningconsortium.org/

Capitolo 2.2.3
MEDIA NELLA COMUNICAZIONE E NEI VIAGGI

Parlando di educazione ai media, di solito sottolineiamo tutti gli aspetti negativi e pericolosi dei media sui bambini, le famiglie e le relazioni. Tuttavia, dovremmo ricordare che i nuovi media ci danno anche modo di rafforzare effettivamente le relazioni familiari e la comunicazione, se usati in modo saggio.

I media nella comunicazione

Un esempio importante di uso positivo dei media è la possibilità di comunicare online con parenti o amici che vivono lontano. Varie applicazioni come Skype, Viber, WhatsApp, Zoom, Google Meet o semplici videochiamate su smartphone ci danno la possibilità di rimanere in contatto, vederci e parlare. L'aspetto visivo della comunicazione è particolarmente importante per i bambini che difficilmente riescono a concentrarsi a parlare al telefono senza vedere l'interlocutore. Le videochiamate possono diventare un momento importante nella routine quotidiana delle famiglie, soprattutto se ci sono membri della famiglia o amici che vivono o lavorano lontano, il che è abbastanza comune al giorno d'oggi. A causa della pandemia, negli ultimi anni ancora più famiglie hanno avuto problemi a organizzare incontri di persona. Tali circostanze possono essere distruttive per le relazioni familiari e le amicizie.

I vantaggi della comunicazione online con parenti e/o amici:

• Permette di vedere altri membri della famiglia/amici; il contatto visivo è fondamentale soprattutto per i bambini per costruire una relazione, per esempio con i nonni che vivono in un'altra città;
• Mostra ai bambini che le relazioni con la famiglia o gli amici sono importanti e che bisogna mantenerle; i bambini piccoli possono effettivamente conoscere i loro parenti grazie alla comunicazione online, così da non si sentirsi in imbarazzo quando li incontrano di persona;
• Offrono ai membri più anziani della famiglia, per esempio i nonni, la possibilità di vedere come i loro giovani parenti crescono e cambiano (il che accade molto rapidamente); alcuni nonni sono motivati a imparare a usare i nuovi media per poter vedere i loro nipoti, il che è anche un effetto positivo in termini di apprendimento intergenerazionale e sviluppo personale;
• In tempi di pandemia può diventare uno strumento essenziale per stare insieme nei momenti importanti (vacanze, compleanni ecc.) se le altre opzioni per passare del tempo insieme sono limitate. Ovviamente, la comunicazione online con parenti e/o amici ha anche alcuni limiti e svantaggi che dovrebbero essere presi in considerazione:
• È una soluzione temporanea per mantenere le relazioni; se non incontriamo mai i nostri interlocutori di persona, dopo qualche tempo diventano "virtuali" e distanti, le comunicazioni possono diventare artificiali e imposte e si possono avere problemi nel trovare argomenti per le conversazioni. Gli incontri faccia a faccia sono molto importanti per mantenere qualsiasi tipo di relazione a lungo termine.
• Le riunioni online non dovrebbero durare troppo. La durata ideale sarebbe di 10-15 minuti, altrimenti rischiano di diventare un rituale lungo e noioso dal quale i bambini vorrebbero solo fuggire. La conversazione non dovrebbe continuare se non si è più tutti concentrati e

realmente interessati. È anche importante non superare il tempo raccomandato di utilizzo dei dispositivi (vedi capitolo 1.3)

• Mantenere il contatto visivo durante la conversazione è un'importante abilità sociale, che può diventare problematica nelle videochiamate, perché le telecamere sono spesso posizionate sopra lo schermo su cui vediamo l'interlocutore. È importante tenerlo a mente soprattutto quando stiamo parlando in videochiamata con i bambini più piccoli[1].

• Quando si tratta di giovani, i limiti e i pericoli sono diversi:

• Bisogna assicurarsi che i bambini capiscano che le videochiamate si usano per parlare con parenti o amici; videochiamare un estraneo può essere pericoloso per molte ragioni diverse (vedi capitolo 2.1);

• La pandemia di COVID-19 ha mostrato che alcuni bambini si abituano talmente tanto alla comunicazione online che tendono a rimanere in chat con gli amici anche quando c'è un'alternativa. Dovremmo quindi incoraggiarli a fare uno sforzo e organizzare incontri di persona. Le interazioni reali con altre persone sono cruciali per lo sviluppo di sane relazioni sociali.

I media nei viaggi

Un altro esempio di uso positivo dei media sono i giochi e le applicazioni che permettono di passare del tempo insieme in famiglia non solo davanti a uno schermo, ma anche viaggiando. Ci sono molte possibilità. Quelle presentate qui sotto possono servire da ispirazione.

Geocaching

Il geocaching è un'attività ricreativa da svolgere all'aperto, in cui i partecipanti usano un ricevitore GPS (Global Positioning System) o un dispositivo mobile e altre tecniche di navigazione per nascondere e cercare contenitori, chiamati "geocache" o "cache", in luoghi specifici segnati da coordinate in tutto il mondo. Una cache è solitamente un piccolo contenitore impermeabile contenente un "logbook", ossia un piccolo blocco note, e talvolta una penna o una matita. Il giocatore (o geocacher) firma il logbook con il suo nome in codice e la data, per dimostrare che ha trovato quella cache. Dopo aver firmato il logbook, la cache deve essere riposizionata esattamente dove è stata trovata. Contenitori di plastica più grandi (Tupperware o simili) o bidoni possono anches contenere oggetti da scambiare, come giocattoli o gadget vario tipo, di solito di valore più affettivo che finanziario. Il geocaching

---

[1] Elisabeth McClure and Rachel Barr, Building Family Relationships from a Distance: Supporting Connections with Babies and Toddlers Using Video and Video Chat, p. 236-240;

condivide molti aspetti del benchmarking, trigpointing, orienteering, caccia al tesoro, letterboxing, waymarking e Munzee[2].

È un progetto globale con più di 3 milioni di "cache" in tutto il mondo. Per giocare, bisogna installare un'app (Geocaching.com, c.geo o altro) che mostra una mappa con le "cache" e permette di cercarle sul territorio. Alcuni richiedono la risoluzione di puzzle aggiuntivi o l'esecuzione di compiti speciali. Si possono anche creare le proprie "cache". Gli utenti possono raccogliere punti per i badge, incontrarsi in eventi speciali ecc. C'è una grande community di geocacher in tutto il mondo. Può essere un'ottima idea per incoraggiare i bambini e i ragazzi a viaggiare e scoprire nuovi posti insieme alla famiglia, usando gli smartphone.

Questing (letterboxing)

Il questing è un tipo di letterboxing che si è sviluppato negli Stati Uniti, poi in Polonia e in altri paesi. Le letterbox sono anche un tipo di "geocache", quindi possono essere trovate ovunque. Il questing è un gioco da fare all'interno di una community o in un luogo geografico. Coniato originariamente negli Stati Uniti, è simile al concetto di letterboxing, in cui degli indizi portano a scatole sigillate da trovare in una specie di caccia al tesoro[3].

Il letterboxing è un hobby all'aperto che combina elementi di orienteering, arte e risoluzione di puzzle. I giocatori nascondono piccole scatole, resistenti alle intemperie, in luoghi accessibili al pubblico (come i parchi) e distribuiscono indizi per trovare la scatola in cataloghi stampati, su uno dei numerosi siti web o tramite passaparola. Le singole letterbox contengono un taccuino e un timbro di gomma, preferibilmente intagliato a mano o personalizzato; chi trova la letterbox lo userà per apporre un timbro sul proprio taccuino personale, e apporrà il proprio timbro personale sul "libro dei visitatori" o "logbook" della letterbox, come prova di averla trovata e per farlo sapere agli altri giocatori che la troveranno. Molti letterboxer tengono attentamente il conto delle letterbox che hanno trovato.

Ci sono numerosi siti web e applicazioni che permettono di scoprire luoghi e territori in cui si trovano le quest/letterbox. L'idea è particolarmente sviluppata in Polonia, dove ci sono diversi siti web e app con missioni da svolgere. Il più grande programma polacco con più di 550 missioni si chiama "Questy - Wyprawy Odkrywców" (Missioni - Spedizioni dell'esploratore)

---

[2] https://en.wikipedia.org/wiki/Geocaching

[3] https://en.wikipedia.org/wiki/Letterboxing_(hobby)#Questing

con un sito web www.questy.org.pl e un'app gratuita "Questy - Wyprawy Odkrywców". Alcune missioni sono disponibili in più di una lingua (inglese, tedesco, ucraino, slovacco).

Giochi online

Giocare online insieme è una buona occasione per mantenere i contatti e capire meglio il mondo dei vostri figli, ma queste attività devono essere accompagnate dalle necessarie precauzioni:

1) rispettare i limiti di età;
2) rispettare le regole sul tempo di utilizzo dei dispositivi ed evitare la dipendenza da internet (vedi capitolo 2.1.5);
3) assicurarsi che gli estranei non possano entrare nel gioco (vedi capitolo 3.1 sulla sicurezza e privacy online).

Suggerimenti pratici:

• Usate la comunicazione online (viedochiamate) per restare in contatto con parenti e amici quando incontrarsi di persona per qualche motivo non è possibile.

• Quando organizzate le videochiamate con i membri più anziani della famiglia (per esempio i nonni) preparateli se non hanno familiarità con gli strumenti che intendete usare (aiutateli con l'istallazione, date istruzioni chiare su come usare il software, spiegate dov'è la videocamera, il microfono ecc.)

• Se organizzate videochiamate con bambini piccoli, pianificatele per un tempo limitato in cui possano concentrarsi sull'interlocutore e fate attenzione ai problemi di contatto visivo causati dal posizionamento della telecamera.

• Cercate applicazioni e giochi che vi permettano di godere del tempo in famiglia e di dimostrare sia ai bambini che a voi stessi che i nuovi media possono essere interessanti, utili e divertenti!

Risorse per letture di approfondimento:

Dal manuale multimediale di ParentNets, capitolo sui giochi online:

http://handbook.parentnets.com/article/en/5a-diagnosis/index.html

McClure, Elisabeth and Barr, Rachel: Building Family Relationships from a Distance: Supporting Connections with Babies and Toddlers Using Video and Video Chat, p. 236-240;

https://www.academia.edu/31177487/Building_Family_Relationships_from_a_Distance_Supporting_Connections_with_Babies_and_Toddlers_Using_Video_and_Video_Chat

CAPITOLO 3

Misure di prevenzione

Capitolo 3.1

SICUREZZA INFORMATICA

Cos'è la sicurezza informatica

Internet è presente in tutti gli aspetti della nostra vita, rendendo più facile comunicare, vendere, intrattenere, imparare e socializzare. Ci offre infinite opportunità, ma può anche rivelarsi altamente rischioso sia per le nostre finanze che per la nostra vita privata, ed è per questo che la sicurezza informatica è particolarmente importante al giorno d'oggi. La sicurezza informatica è definita come "l'insieme di procedure volte a difendere computer, server, dispositivi mobili, sistemi informatici, reti e dati da attacchi pericolosi. Viene anche chiamata cybersecurity o sicurezza delle informazioni elettroniche".

L'importanza di mantenere sicuri i vostri account

Per comunicare, interagire, imparare e divertirci su Internet, abbiamo tutti bisogno di creare account su diverse piattaforme che memorizzano i nostri dati e ci permettono di partecipare a queste attività. A volte potremmo anche usare lo stesso account (di solito l'account Google), il che significa che la nostra password è comune a tutte queste piattaforme.

Cosa possono fare i genitori per mantenere sicuri gli account?

Per garantire che gli account della tua famiglia e i tuoi account personali siano al sicuro, **devi impedire a chiunque di accedere ai tuoi dispositivi**. È possibile impostare un codice PIN o una password sulla schermata di blocco del dispositivo che impedirà ai vostri figli e ad altre persone di accedere.

CONSIGLI PER CREARE UNA PASSWORD SICURA:

- Deve essere facile da ricordare, ma evita di usare informazioni personali come nomi o compleanni.
- Usa un mix di lettere maiuscole, lettere minuscole, simboli e numeri.
- Creala lunga
- Non riutilizzare la password
- S@stit^uici le le++ere c0n sYmb0li e n^m3ri c@$ì

GUARDA QUESTO VIDEO

per ulteriori consigli su come creare una password sicura:

RBC Cyber Security - Powerful Passwords:

https://www.youtube.com/watch?v=IhlXtBNNuKs

CONSIGLIO EXTRA: assicuratevi di ricordare anche ai vostri figli di creare password sicure. Questo aiuterà a minimizzare il rischio che altri gli mandino messaggi falsi o imbarazzanti e li proteggerà da attacchi pericolosi. Informate i vostri figli sul tipo di informazioni che dovrebbero tenere private (indirizzo di casa, nomi di scuola, password ecc.) Incoraggiateli a venire da voi se gli utenti online chiedono informazioni di questo tipo.

Virus e malware

In totale ci sono cinque diversi tipi di virus e malware che possono mettere a rischio i tuoi dispositivi: Virus, Worm, Trojan Horse, Spyware e Adware.

• **Adware:** software pubblicitario (pop-up pubblicitari). Il più delle volte raccoglie dati e informazioni per indirizzarti a pubblicità personalizzate.

• **Spyware:** un malware che spia il tuo computer raccogliendo informazioni personali, spesso finanziarie, e passa le informazioni a terzi. Può essere scaricato tramite finestre pop-up o aprendo un'e-mail e un allegato.

• **Trojan Horse:** Un software maligno finge di essere altro per nascondere il suo vero scopo. È la tipologia più comune di malware che nasconde la sua vera funzione e spesso si finge un software affidabile. Molti virus Trojan sfruttano la vulnerabilità dei sistemi di protezione delle vittime per infiltrarsi in essi, utilizzando tecniche di ingegneria social.

• **Virus:** un tipo di software maligno che ottiene l'accesso al nostro sistema nascondendosi in file scaricati o in dispositivi di archiviazione portatili, come le pendrive. Una volta entrati nel sistema, iniziano a diffondersi. Il loro scopo è quello di alterare, corrompere o distruggere i file e causare malfunzionamenti del sistema.

• **Worms**: un worm non ha bisogno di insediarsi in un sistema ed è in grado di diffondersi tramite una rete e qualsiasi sistema collegato ad essa, senza l'azione dell'utente. I worm possono essere trasmessi tramite la vulnerabilità del software o come allegati in e-mail di spam o messaggi istantanei (IM). I worm possono modificare e cancellare file, e possono anche installare altri software pericolosi in un computer.

COME PROTEGGERE I PROPRI DISPOSITIVI DA VIRUS E MALWARE:

• Installare un software antivirus anti-malware

• Utilizzare una scansione antivirus online

• Aggiornare regolarmente il sistema operativo

• Scegliere password sicure e tenerle al sicuro

• Controllare regolarmente gli estratti conto bancari

• Non aprire file che non conosci

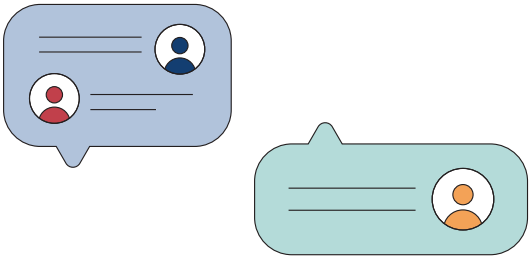
• Eseguire il backup dei file

Cosa dovete insegnare ai vostri figli?

• A creare password sicure

• A saper riconoscere gli attacchi pericolosi: file, finestre pop-up, messaggi e non cliccarci mai sopra

• A controllare se c'è qualcosa di diverso quando si naviga e a controllare i propri file sul computer



Risorse per letture di approfondimento:

ESET (2018). 'Adware'. Disponibile su:

https://www.eset.com/uk/types-of-cyber-threats/adware/#:~:text=Adware%20(or%20advertising%20software)%20is,installing%20viruses%20and%2For%20spyware.

FORESITE (2016). 'What is Crimeware?'. Disponibile su:

https://foresite.com/what-is-crimeware-2/

Google (2020). 'Helping kids be safe, confident explorers of the online world'. Disponibile su:

https://beinternetawesome.withgoogle.com/en_us/

Norton (2019). 'What is a computer worm, and how does it work?'. Disponibile su:

https://us.norton.com/internetsecurity-malware-what-is-a-computer-worm.html

Kaspersky (2020). 'What is Cyber-Security?'. Disponibile su:

https://www.kaspersky.com/resource-center/definitions/what-is-cyber-security

AD BLOCKER

Cos'è un ad blocker?

Un ad blocker è uno strumento che blocca gli annunci mentre stiamo navigando. Gli ad blocker possono essere utilizzati su diversi dispositivi, come computer fissi, portatili, smartphone o tablet. Ci permettono di navigare su Internet e trovare il contenuto di cui abbiamo bisogno, senza i fastidiosi banner pubblicitari.

Perché gli ad blocker sono importanti per la sicurezza dei vostri figli?

• Le aziende cercano sempre nuovi modi per attirare l'attenzione dei bambini tramite la pubblicità, questo comporta un'esposizione continua a ciò che vedono e consumano online.

• A volte queste pubblicità sono in realtà degli attacchi informatici che acquistano spazio pubblicitario sui siti web e alla fine danneggiano il tuo dispositivo e i tuoi dati.

• Il blocco degli annunci pubblicitari permette di garantire una navigazione sicura e proteggere il proprio dispositivo da utenti malintenzionati.

• Gli Ad blocker possono aiutare ad avere una navigazione più veloce, evitando i contenuti che non si desidera visualizzare. Con il blocco del codice applicativo, di testo e immagini degli annunci, il vostro browser sarà più sicuro.

• Il blocco degli annunci pubblicitari può rendere i siti web che voi e i vostri figli consultate più veloci. Gli ad blocker fanno anche in modo che i vostri dati siano protetti.

MODI PER INSTALLARE GLI AD BLOCKER

• Installa un plugin o un add-on per il browser che stai usando.

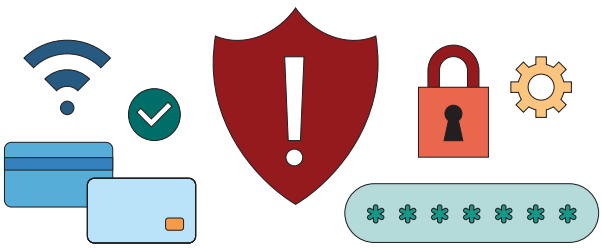
Esempio: AdBlock https://getadblock.com/

• Un modo semplice per bloccare gli annunci è quello di aprire il tuo browser > toccare Impostazioni sul lato destro >

Impostazioni del sito > Pop-up > toccare disabilita i pop-up sul sito web

• Utilizzare un browser con un blocco degli annunci pubblicitari incorporato come Opera o Brave

• Utilizzare un blocco degli annunci pubblicitari indipendente come AdFender o AdGuard



I rischi che corri utilizzando reti Wi-Fi pubbliche

Quando usiamo Internet, di solito lo facciamo utilizzando la nostra rete domestica o i nostri dati mobili, entrambe reti private e quindi abbastanza sicure. Tuttavia, occasionalmente accediamo a internet da altre fonti, magari in un bar, ristorante, aeroporto o hotel. Questi luoghi mettono a disposizione dei propri clienti l'accesso gratuito a internet tramite reti Wi-Fi pubbliche. L'accesso a queste reti non è così controllato, è molto facile per la gente rubare i dati. Gli hacker sono consapevoli di questo, e il più delle volte ne approfittano per compiere vari tipi di attacchi informatici e rubare dati o installare malware sul nostro dispositivo.

Spiegate a vostro figlio che usare un Wi-Fi pubblico non è sicuro

La maggior parte dei bambini e degli adolescenti, quando usa un dispositivo, pensa solo a collegarsi e attivare il Wi-Fi, senza interrogarsi sul tipo di rete che userà. Quindi, è fondamentale che i genitori comprendano i rischi legati all'uso delle reti pubbliche e che di conseguenza lo spieghino ai propri figli.

CONSIGLI PER I GENITORI:

• Cliccate sempre sull'opzione dimentica o annulla memorizzazione della rete quando vi connettete a una nuova rete Wi-Fi per evitare che la connessione subisca rallentamenti.

• Disattivate la condivisione di file perché gli hacker potrebbero essere in grado di accedere a qualsiasi file sul vostro dispositivo.

• Non scrivete o comunicate nessuna delle vostre informazioni sensibili come l'indirizzo di casa, informazioni governative e dati bancari.

• Usate le reti virtuali private (VPN) perché non raccolgono o registrano nessuna informazione. Potete impostare una VNP cliccando su Impostazioni > Rete e Internet > Avanzate > VPN.

• Ricordate ai vostri figli che è importante fare attenzione quando si utilizzano reti pubbliche, così come lo è mantenere private le password e non interagire con gli sconosciuti.

• Assicuratevi che l'accesso a Internet avvenga tramite reti domestiche o dati mobili che sono fonti private e sicure.

• Avvertite i vostri figli che saranno esposti agli hacker che possono rubare i loro dati se accedono a una rete Wi-Fi pubblica.

• Insegnate ai vostri figli a utilizzare i siti HTTPS perché si tratta di una crittografia che impedisce ad altre persone di spiare le loro attività.

CONSIGLI SU COME MANTENERE SICURI I VOSTRI DISPOSITIVI

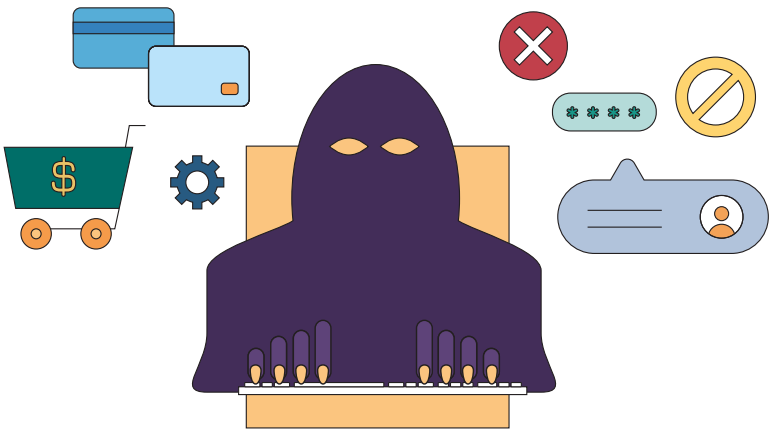
- Bloccate lo schermo.
- Spegnete il Bluetooth e il Wi-Fi quando non li usate.
- Non ricaricate il vostro telefono in luoghi pubblici perché possono esserci prese compromesse e potreste trasmettere dati.
- Usate app di protezione delle chiamate come Burner per bloccare le chiamate indesiderate.

PHISHING

Il phishing è una minaccia che proviene da e-mail, messaggi o chiamate. Il malintenzionato si spaccia per un ente o una persona affidabile e cerca di convincere la vittima a divulgare informazioni personali, come dettagli bancari, password o numeri di carte di credito/debito.

I vostri figli devono imparare a non aprire gli allegati di e-mail pericolose. Questi allegati sono progettati per attaccare il dispositivo della vittima appena vengono aperti. Le e-mail pericolose di solito arrivano come messaggi di spam con allegati.

Usa le informazioni qui sotto per insegnare ai tuoi figli a stare alla larga dal Phishing.



Segnali che possono aiutare a identificare le truffe di phishing:

• Attività sospette o tentativi di accesso alla tua e-mail.

• E-mail o messaggi che affermano che c'è un problema con il tuo account o con le tue informazioni di pagamento.

• E-mail che ti chiedono di confermare alcune informazioni personali.

• E-mail che allegano una fattura falsa.

• Se ti viene chiesto di cliccare su un link per effettuare un pagamento.

• E-mail che offrono un coupon per prodotti gratuiti.

• I truffatori di solito usano indirizzi e-mail con nomi di organizzazioni affidabili ma che non sembrano autentiche, come ad esempio facebook@access-58.com. Un'e-mail genuina avrebbe semplicemente il nome dell'organizzazione nel nome di dominio.

• Indirizzi e-mail con nomi di dominio scritti male.

• Il testo contiene errori d'ortografia e grammatica e un linguaggio mediocre. Quando creano messaggi di phishing, i truffatori spesso usano un correttore ortografico o una macchina di traduzione, che darà loro tutte le parole giuste ma non necessariamente nel contesto appropriato.

Risorse per letture di approfondimento

Aisch, G. (2015, Oct. 1). 'The Cost of Mobile Ads on 50 News Websites'.

https://www.nytimes.com/interactive/2015/10/01/business/cost-of-mobile-ads.html

Kaspersky, Smartphone Security. Retrieved from:

https://www.kaspersky.com/resource-center/threats/smartphones

Norton LifeLock. The risks of public Wi-Fi.Estratto da:

https://us.norton.com/internetsecurity-privacy-risks-of-public-wi-fi.html#:~:text=What%20is%20public%20Wi%2DFi,to%20them%20without%20thinking%20twice.

Taylor, S. (2019, September 23). 10 ways to make your phone safe, according to the experts. Estratto da:

https://www.businessinsider.com/how-to-make-phone-safe-security-tips-2019-9

Torres, G. (2017, April 18). What's an Ad Blocker (and Should You Get One)?. Estratto da:

https://www.avg.com/en/signal/5-reasons-you-should-use-an-adblocker

Van der Kleut, J. Public Wi-Fi security: Why public Wi-Fi is vulnerable to attack. Estratto da:

https://us.norton.com/internetsecurity-wifi-public-wi-fi-security-101-what-makes-public-wi-fi-vulnerable-to-attack-and-how-to-stay-safe.html

SICUREZZA DEI FILE

La tecnologia di condivisione dei file è un modo semplice per trasferire contenuti online. La condivisione one-to-one potrebbe mettere a rischio le informazioni personali. Si rischia di condividere informazioni con persone sconosciute o in modo non sicuro. È importante verificare la fonte del mittente prima di aprire un file che è stato condiviso con voi.

I vostri figli potrebbero ascoltare musica, guardare video/film/serie, giocare online usando siti web di cui non siete a conoscenza. La condivisione di file potrebbe avvenire durante queste attività da altre fonti senza che il bambino ne sia a conoscenza e, alla fine, questi incidenti potrebbero mettere a rischio la sicurezza e portare a un uso improprio dei dati personali.

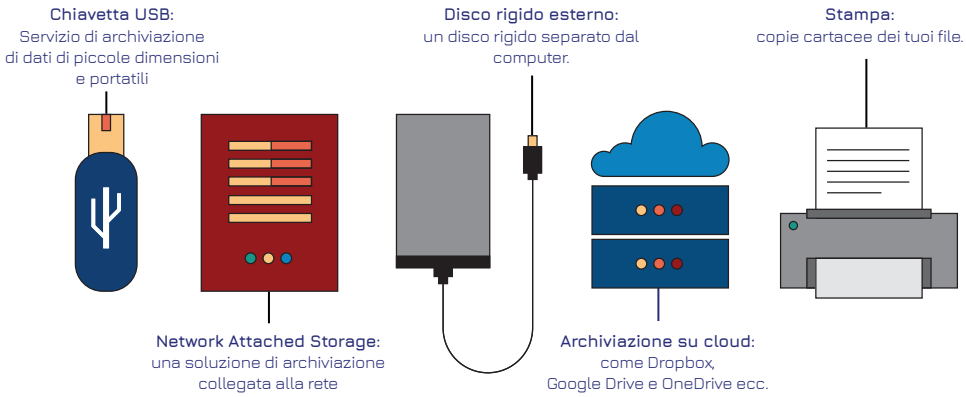
TEACH YOUR CHILDREN TO:

- Check the sender address
- ONLY download files they recognize
- Understand illegal or pirated content
- Understand the purpose of a legit antivirus network

L'importanza del backup dei dati

Il backup è una misura preventiva che crea una copia dei nostri dati su un altro dispositivo o su un cloud per garantire la perdita minima di quei dati, nel caso in cui un particolare dispositivo venga compromesso in qualche modo. Ci sono molti pericoli per i nostri dati e gli attacchi informatici sono solo uno di questi. La naturale usura dei dispositivi nel tempo è un altro fattore che può causare la perdita di dati. Potremmo anche perdere il nostro dispositivo, potrebbe rompersi o essere rubato.

MODI PER FARE IL BACKUP DEI DATI



CONSIGLI PER SPIEGARE A VOSTRO FIGLIO COSA SONO I DATI:

• Parlare di quali informazioni dovrebbero tenere private: l'indirizzo di casa, le password o la scuola che frequentano. Incoraggiateli a venire da voi se gli utenti online chiedono informazioni di questo tipo.

• Usate tecniche di narrazione.

• Usate metafore come le seguenti:

1. "Immagina una scatola di giocattoli gigante, piena fino all'orlo di mattoncini lego, blocchi duplo e dei tuoi personaggi preferiti. Sembra bellissimo, vero? Potresti costruire qualsiasi cosa, castelli, fortezze, camion dei pompieri e persino navi pirata. Ma con una scatola così grande e migliaia di mattoncini tutti mescolati, potrebbe essere molto difficile trovare i pezzi giusti".

2. "I big data sono molto simili a quella scatola di giocattoli. Una grande accozzaglia di numeri e parole. Questo li rende molto difficili da leggere e capire senza un grande aiuto" (Amy- JO Crowley, 2014).

CONSIGLI PER GENITORI PER TRANSAZIONI ONLINE SICURE:

• Monitorate l'attività dei vostri figli.

• Assicuratevi che la vostra carta di credito sia in un posto sicuro, non raggiungibile dai vostri figli.

• Evitate di condividere le informazioni con altri, anche con membri della famiglia e amici.

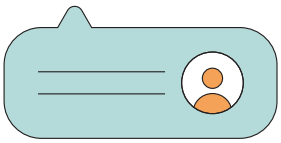
• Limitate le spese online.

• Se vostro figlio usa una carta di credito su una pagina web ricordategli di creare password sicure e di usare siti web sicuri e autentici che iniziano con: HTTPS/

ULTERIORI CONSIGLI PER I GENITORI SULLA SICUREZZA INFORMATICA:

1. Parlate dei pericoli di Internet con vostro figlio fin dalla tenera età.
2. Guardate video e leggete storie insieme per imparare a riconoscere disinformazione, virus e attacchi online..
3. Gestire le emozioni concentrandosi sulla debolezza delle argomentazioni. Date spazio e l'opportunità ai vostri figli di parlare dei loro sentimenti e preoccupazioni.
4. Siate una buona figura di riferimento che i vostri figli possano imitare. Siate scettici sulla vostra attività e comportamento online.
5. Mettete in discussione i media: quando leggete una storia verificate insieme le informazioni usando gli strumenti digitali.
6. Insegnate ai vostri figli il valore della privacy.

7. Spiegate ai vostri la funzione della pubblicità e assicuratevi che la capiscano ne riconoscano i pericoli.
8. Limitate il tempo trascorso online. I bambini devono trascorrere 1 ora al giorno (massimo) online per evitare conseguenze negative sul loro sviluppo.
9. Incoraggiate i vostri figli ad impegnarsi in attività offline come suonare uno strumento, un gioco da tavolo, dipingere e così via.
10. Aiutate i bambini a sviluppare il proprio pensiero critico durante un gioco. Provate a chiedere a vostro figlio "cosa pensi che succederà dopo?", "proviamo a indovinare".
11. Incoraggiateli a pensare in modi nuovi e diversi per spronarli a risolvere problemi con creatività. Fate domande come "Quali altre idee potremmo provare?", "Troviamo un'altra soluzione?" Non intervenite e giudicate le loro idee.
12. Guardate altri video, ad esempio video divertenti di bambini, e parlate dei pericoli che si corrono quando si pubblicano video di questo tipo online. Perché la loro immagine deve essere protetta?
13. Guardate un'immagine e ponetevi le seguenti domande:
    - Chi? Chi ha postato l'immagine? Sono persone affidabili? Quali altri contenuti pubblicano di solito? Hanno un particolare punto di vista?
    - Cosa hanno detto dell'immagine? L'immagine potrebbe essere stata modificata?
    - Perché? Perché l'hanno pubblicata? Come volevano farti sentire, o cosa volevano che tu facessi?



Risorse per letture di approfondimento

AVAST (2018). 'How to create a strong password'. Disponibile su:

https://blog.avast.com/strong-password-ideas

CBR (2014). '13 Ways to explain big data to a five-year old'. Disponibile su:

https://www.cbronline.com/analytics/13-ways-to-explain-big-data-to-a-five-year-old-4315589/

Consolidated Technologies, Inc. (2018) '10 Common Causes of Data Loss). Disponibile su:

https://consoltech.com/blog/10-common-causes-of-data-loss/

The World ( ). 'The Diceware Passphrase Home Page'. DIsponibile su:

https://theworld.com/~reinhold/diceware.html

Norton (2020). 'How to stay safe when file sharing online. Available at:

https://us.norton.com/internetsecurity-how-to-how-to-stay-safe-when-file-sharing-online.html

Capitolo 3.2

PRIVACY ONLINE[1]

La sicurezza informatica e la privacy online vanno di pari passo e spesso si sovrappongono; quindi, non è così facile fare una chiara distinzione. Come regola generale la sicurezza informatica è un insieme di misure in cui proteggiamo i nostri dispositivi da attacchi esterni e usiamo un software per impedire ad altri di entrare, molto simile a una protezione antifurto nel mondo reale, mentre la privacy online riguarda molto ciò che condividiamo volontariamente in rete e con chi e come questi dati vengono poi utilizzati.

In Europa il GDPR (General Data Protection Regulation: https://gdpr-info.eu/) è stato istituito per aiutare le persone a proteggere i propri dati. Il GDPR comprende 99 articoli tra cui:

- L'obbligo per le aziende di dirvi quali dati possiedono su di voi e di cancellarli su richiesta.
- L'obbligo per le aziende di chiedere chiaramente il vostro consenso prima di raccogliere qualsiasi dato e di darvi la possibilità di scegliere quali dati vi sta bene condividere e per quale scopo.
- Regole severe per le aziende su come gestire e conservare le informazioni dei clienti, specialmente per quanto riguarda le terze parti. Per esempio: la vostra banca non è autorizzata a condividere le vostre informazioni finanziarie con terzi.

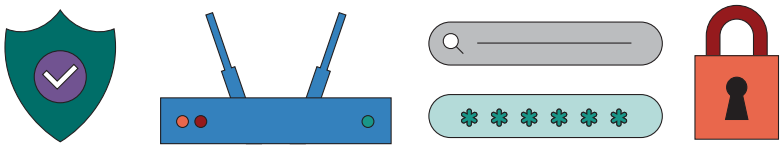
Tuttavia, diamo spesso il consenso alla condivisione di informazioni quando visitiamo siti web o usiamo app. È quasi impossibile usare un browser senza acconsentire a certe condizioni, ad esempio permettendo la raccolta di dati. Lo stesso vale per i proprietari di siti web che chiedono il consenso all'utilizzo dei cookie che permetteranno loro di tracciare il comportamento online degli utenti.
I più comuni problemi di privacy su internet sono:

- Tracciamento degli utenti da parte dei motori di ricerca
- Cookie utilizzati per il tracciamento online
- Raccolta di dati da parte di app
- Raccolta di dati sui social media
- Furto d'identità

[1] https://clario.co/blog/what-is-online-privacy/

Impostazioni sulla Privacy

Ci sono impostazioni sulla privacy incluse in qualsiasi telefono cellulare, tablet e/o PC/ notebook e/o nei browser che possono essere attivate:



• **Funzione DNT**

DNT sta per "do not track" (non tenere traccia) e puoi attivarla sui tuoi browser online.
Se la attivi (su Chrome, Firefox o un altro browser), stai dicendo ai siti web e ai partner terzi che non vuoi essere tracciato.

• **Estensioni del browser che bloccano i cookie**

Queste possono aiutare a ridurre il tracciamento online e la raccolta di informazioni tramite terze parti..

• **Disattivare il tracciamento delle app**

Per evitare che le app abbiano accesso a molte informazioni su di te, puoi andare nelle impostazioni della tua app (all'interno dell'app o nelle impostazioni del tuo telefono) e disattivare l'autorizzazione al tracciamento delle attività, inclusa la posizione.

• **Navigazione privata o modalità in incognito**

Attivando questa opzione puoi evitare che venga memorizzata la tua cronologia online.

CONSIGLI: I seguenti consigli sono utili anche per evitare spiacevoli sorprese:

• ESAMINARE ATTENTAMENTE LE POLITICHE SULLA PRIVACY

Molte persone cliccano semplicemente su "Accetto" gli accordi con gli utenti e le politiche sulla privacy senza leggerle. Come nella vita reale firmare un contratto senza leggerlo non è consigliabile, sarebbe opportuno controllare meglio qualsiasi accordo online prima di accettare. Questo può essere abbastanza impegnativo perché molti di questi documenti sembrano infiniti con decine di pagine. È comunque consigliabile controllare che tipo di

informazioni il sito web o l'app chiede ai suoi utenti e se si è a proprio agio nel condividere queste informazioni.

• USARE LA VPN PER ACCEDERE A INTERNET

VPN sta per virtual private network e sposta la tua attività online all'interno di un tunnel virtuale criptato. In questo modo, puoi mantenere il tuo indirizzo IP e la tua posizione segreti ai siti che visiti e ti aiuta anche a proteggerti dagli hacker.

• CAMBIARE I MOTORI DI RICERCA

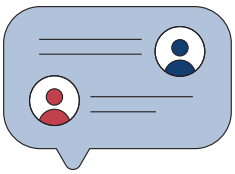
Usare sempre lo stesso motore di ricerca può dargli la possibilità di raccogliere e collegare molti dati su di voi. Puoi optare per diversi motori di ricerca per evitare questo problema, ecco alcuni suggerimenti:

- DuckDuckGo.com
- Qwant.com
- LexiQuo: extractsearch.de
- Disconnect Search: search.disconnect.me
- Startpage.com
- Ecosia.org

• FARE ATTENZIONE A CIÒ CHE SI CLICCA ONLINE

Il phishing è un metodo molto comune per indurti a condividere informazioni sensibili e/o effettuare pagamenti sui conti dei truffatori. Non aprire nessun link sospetto online, nei messaggi o negli allegati delle e-mail. Anche alcuni annunci possono contenere minacce di phishing.

Per maggiori informazioni e video e giochi educativi per coinvolgere i vostri bambini visitare questo link: https://www.lse.ac.uk/my-privacy-uk/for-parents
Ecco un kit di strumenti per i giovani: https://www.lse.ac.uk/my-privacy-uk
Questi opuscoli ti danno consigli su argomenti specifici ordinati per gruppi di età:
https://www.internetmatters.org/resources/esafety-leaflets-resources/



PRIVACY E IMPRONTA DIGITALE

Cos'è l'impronta digitale?

La nostra impronta digitale è costituita da parti di dati che ci lasciamo dietro mentre navighiamo su Internet. Allo stesso modo in cui la sabbia mantiene la forma delle nostre impronte dopo che ce ne siamo andati, Internet conserva le tracce della nostra attività online.

TUTTO quello che facciamo online viene registrato: i siti che visitiamo, le cose che compriamo, i video che guardiamo, dove paghiamo le bollette, dove lavoriamo, con chi chattiamo, chi sono i nostri amici e familiari, le cose che cerchiamo, i "mi piace" che mettiamo e i commenti che facciamo; tutto questo viene registrato sui server, e si chiama Impronta Digitale.

"Quello che metti online, ci resta per sempre"

In che modo la mia impronta digitale può essere usata contro di me?

La nostra presenza e il nostro comportamento online contano molto al giorno d'oggi. La gente tende a credere che le azioni online di una persona siano rappresentative di quello che è. Questo è il motivo per cui dobbiamo essere estremamente attenti al modo in cui ci presentiamo online. In particolare, i genitori devono preparare e consigliare i loro figli fin dalla tenera età sulle conseguenze che la loro impronta digitale può avere sul proprio futuro.

È risaputo che i datori di lavoro e le istituzioni accademiche effettuano controlli approfonditi sul background dei candidati. Questo comprende il controllo dei profili personali dei candidati sui social media. Avere un'immagine positiva sui social media viene preso sul serio dalle istituzioni e dalle organizzazioni. Quindi, non è una novità che le persone spesso perdano opportunità accademiche o professionali a causa di post inappropriati trovati sui loro social media.

Inoltre, è importante proteggere la nostra impronta digitale a scopo di frode. Le nostre informazioni digitali possono essere rubate e utilizzate per scopi illegali, in quanto i criminali spesso vanno a caccia di informazioni personali delle persone e ottengono l'accesso ai loro account di social media, carte di credito ecc.

In generale, dovremmo sempre tenere a mente che il nostro comportamento online è permanente e che ogni attività online che intraprendiamo può essere facilmente rintracciata se qualcuno la cerca.

CONSIGLI SU COME TUTELARE LA PROPRIA IMPRONTA DIGITALE E IDENTITÀ ONLINE

• Assicurati di pubblicare foto e storie che siano ben pensate, rappresentative e non offensive per te stesso o per gli altri. Evita testi o immagini controverse o inappropriate.

• Esci dal tuo account ogni volta che lasci una piattaforma di social media e cancella i vecchi account.

• Gestisci gli account dei social media con attenzione: evita di rivelare informazioni personali come numeri di carte di credito, foto o numeri di passaporto/carta d'identità, data di nascita, foto dei tuoi figli o della tua casa, informazioni sull'indirizzo, nomi utente o password.

• Regola le impostazioni della privacy sugli account dei social media: limita i tuoi post per farli vedere solo agli amici.

• Condividere informazioni false: evita di condividere il tuo nome e le tue informazioni personali con persone che non conosci online.

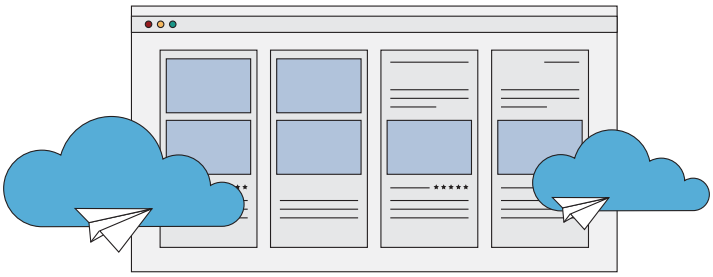
• Aggiornare regolarmente il software perché migliora le prestazioni e rende i dispositivi più sicuri.

• Evita di usare reti Wi-Fi e porte di ricarica pubbliche.

• Utilizza la modalità in incognito.

• Crea password sicure e assicurati di ricordarle. Non permettere mai ai browser di ricordare le tue password così da essere protetto nel caso in cui dovessi perdere il cellulare o se qualcun altro dovesse usare il tuo computer o tablet.

"Sii consapevole delle conseguenze delle tue attività online e di come possono influenzare tua vita personale e professionale"

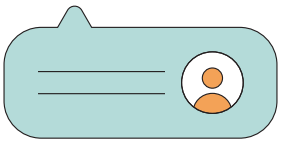


Gli algoritmi di apprendimento automatico possono analizzare le vostre foto, e nel tempo riconoscere i vostri figli, anche quando invecchiano. Quindi, ogni volta che pubblicate un video/immagine/storia di vostro figlio pensate a come potrebbe influenzarli in futuro.

CONSIGLIATE AI VOSTRI FIGLI DI:

- Comunicare in modo appropriato usando il giusto linguaggio online.
- Rispettate gli altri e dissentire educatamente. Evitare di entrare in discussioni negative.
- Evitare di parlare con gli sconosciuti.
- NON scaricare o copiare cose senza permesso.
- Difendere le persone che sono vittime di bullismo da parte di altri utenti online.
- Segnalare un comportamento scorretto
- Pensare prima di mandare messaggi, postare, condividere.
- Mantenere i propri profili social privati.

CONSIGLIO EXTRA: potete aiutare i vostri figli a completare questo modulo, in modo che riconoscano la loro impronta digitale: https://healthpoweredkids.org/wp-content/uploads/2016/11/229415-HPK-boundaries-lesson_horizontal_FINAL.pdf



Risorse per letture di approfondimento

Common Sense (2019) "Young Children and Digital Footprints". DIsponibile su: https://d1e2bohyu2u2w9.cloudfront.net/education/sites/default/files/education-resources/annotated_conversation_case10_-_young_children_digital_footprints.pdf

Internet Society (2020) "Your digital footprint matters". Disponibile su: https://www.internetsociety.org/tutorials/your-digital-footprint-matters/

Teach Thought Staff (2019) "12 Tips for students to manage their digital footprints". Disponibile su: https://www.teachthought.com/the-future-of-learning/11-tips-for-students-tomanage-their-digital-footprints/

Tech Terms (2020) "Digital Footprint". Disponibile su: https://techterms.com/definition/digital_footprint#:~:text=A%20digital%20footprint%20is%20a,trail%20you%20unintentionally%20leave%20online.

Capitolo 3.3

STRUMENTI DI PARENTAL CONTROL

Dato che internet è stato usato in modo eccessivo dai bambini di qualsiasi fascia d'età fino ad oggi, i genitori devono assumere un ruolo attivo, non solo nel guidare i propri figli su come usarlo, ma anche nell'utilizzare strumenti per prevenire eventuali rischi e pericoli. I parental control agiscono come misura preventiva e filtrano il web al fine di ottenere un uso sicuro di Internet e impedire ai bambini di imbattersi accidentalmente a contenuti indesiderati o proibiti .

In particolare, i parental control possono bloccare l'accesso a siti web inappropriati e possono essere attivati scegliendo le impostazioni appropriate sul router, utilizzando i parental control integrati nel tuo sistema operativo o installando un software di terze parti. Potete proteggere tutti i dispositivi della vostra rete domestica. Ci sono diverse soluzioni a seconda del tipo di dispositivo collegato.

https://www.howtogeek.com/167545/4-ways-to-set-up-parental-controls-on-your-home-network/

Esistono diverse opzioni:

- Impostazioni di rete sul tuo router.
- Software incorporato ai tuoi dispositivi.
- Software di terze parti.

ASPETTI TECNICI:

LISTE NERE E BIANCHE

Il Parental Control vi aiuterà quindi a proteggere vostro figlio da contenuti online inappropriati, cyber-bullismo, cyber-attacchi, truffe e trappole dei social media, disinformazione o conoscenze indesiderate. Puoi farlo bloccando siti web o categorie di contenuti, impostando liste bianche e nere a cui tuo figlio può accedere (o non accedere, rispettivamente) e limitando i download per mantenere i tuoi dispositivi sicuri.

La lista nera è un modo per bloccare i contenuti e impedire l'accesso ai siti web specificamente indicati in questa lista. È possibile impostare il software in modo da bloccare l'accesso a determinate categorie di contenuti inappropriati o offensivi, come "pornografia" e "razzismo" in base alle parole chiave selezionate. NOTA: Pur agendo in questo modo NON è possibile sbarazzarsi di tutti i contenuti inappropriati su centinaia di milioni di siti web.

Le liste bianche sono strumenti di controllo che funzionano in modo opposto, in altre parole, consentono l'accesso solo a una lista specifica di siti web. Invece di creare una lunga lista di siti inappropriati, è sufficiente creare una lista di siti affidabili, selezionando esattamente il contenuto a cui vostro figlio potrà accedere.

PUBBLICITÀ

Gran parte dei contenuti che si trovano gratuitamente online sono accompagnati da materiale pubblicitario, e questo accade maggiormente sui siti web popolari tra i giovani. Se molto aggressivo, questo materiale può plasmare il comportamento dei vostri figli come consumatori e renderli dipendenti da qualsiasi forma di consumismo. Per affrontare questo problema molto comune, è consigliabile installare un software che possa bloccare o nascondere gli annunci, come AdBlock (che esiste sia in versione gratuita che premium).

ACQUISTI ONLINE

Un'altra questione su cui dovreste prestare attenzione è quella degli acquisti online. Di solito i bambini non sono in grado di fare acquisti da soli: tuttavia, potrebbero accedere ad alcuni siti web in cui i tuoi dati di pagamento sono già registrati. Molto comuni sono gli acquisti accidentali sul Play Store di Google: il Parental Control può essere impostato anche qui per bloccare le transazioni non autorizzate.

Risorse avanzate a pagamento

- **Net Nanny:** controlla l'attività del computer e del telefono di tuo figlio.
- **SPIN Safe Browser:** blocca la pornografia ecc. e filtra le immagini sui motori di ricerca.
- **Mobicip Safe Browser:** filtro internet basato su cloud per il parental control.
- **KidSecured:** controlla i messaggi o le chiamate in uscita e in entrata per monitorare i rischi di cyberbullismo.

LIMITARE I DOWNLOAD

I truffatori online e gli hacker sono problemi comuni su Internet. I bambini possono essere tentati di cliccare su un pulsante suggestivo per scaricare app e programmi che sembrano affidabili e che promettono divertimento, ma che in realtà sono malware e virus.

I parental control permettono di limitare i download da fonti non affidabili o sospette. È necessario controllare ciò che i vostri figli possono o non possono scaricare in modo che i vostri sistemi siano protetti da malware e virus. Scopri di più sui consigli per la sicurezza online qui:

https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/

COME INTRODURRE STRUMENTI DI PARENTAL CONTROL SUI SISTEMI OPERATIVI

Windows 7

Se sul vostro computer è installato Windows 7, potete utilizzare il suo parental control integrato. In questo modo è possibile controllare quanto tempo un account utente può accedere al computer e quali programmi può utilizzare. Questo può essere utile se i tuoi figli hanno account utente separati sul tuo computer.

Le istruzioni complete qui:

https://www.howtogeek.com/howto/10524/how-to-use-parental-controls-in-windows-7/

Windows 10

La maggior parte dei dispositivi oggi usa Windows 10, che ha un parental control integrato. Combina limiti di tempo e controlli di accesso ai programmi con il filtro web di Family Safety. È possibile gestire le impostazioni a proprio piacimento e visualizzare i resoconti dal sito web di Family Safety. Quando create un nuovo account utente, spuntate la casella "Is this a child's account?" in questo modo verrà trattato come account per bambini e potrà essere gestito dal sito web di Family Safety online.

SOFTWARE DI TERZE PARTI

Molte suite di sicurezza Internet sono dotate di parental control integrati. Se hai installato uno di questi software sul tuo computer, controlla se possiede un parental integrato.

Ci sono molte soluzioni gratuite per filtrare il web. Per esempio, Norton offre un'applicazione gratuita di parental control https://family.norton.com/web/

Ricorda che i parental control non bloccano solo contenuti inappropriati e possono occasionalmente bloccare qualcosa di buono.

Aspetti interpersonali: Gli strumenti di parental control funzionano per i bambini di qualsiasi fascia d'età, ma specialmente per quelli che hanno appena iniziato a usare Internet e non hanno molta familiarità col web. Si dovrebbe trovare il tempo per spiegare i possibili pericoli di Internet e come come ci si deve proteggere. Siate consapevoli che qualcosa di "proibito" può

risultare ancora più interessante. Quindi, per non risultare iperprotettivi, è molto importante stabilire dei limiti senza pressioni, costruire la fiducia e far sapere loro che possono contare su di voi e condividere le loro preoccupazioni.

CONSIGLI: Può essere impostato sul vostro router il filtro famiglia, che vi permetterà di filtrare il web per tutti i dispositivi in rete. Alcuni router hanno parental control integrati, potete trovare le istruzioni nei rispettivi manuali. Se il vostro router non possiede i parental control, puoi impostarli tramite OpenDNS.

WEB BROWSERS

È possibile impostare il controllo parentale sulla maggior parte dei browser che vostro figlio potrebbe utilizzare. Ecco alcuni esempi dei browser più popolari: Internet Explorer, Google Chrome e Firefox. Disponibili su Android e IOS.

AVERE ACCESSO AL DISPOSITIVO DI VOSTRO FIGLIO: CONDIVISIONE FAMILIARE

Potete avere accesso al dispositivo di vostro figlio abilitando la funzione Family Sharing sia su Android che su iOS. Questa soluzione aiuta i genitori a tenere sotto controllo le esperienze dei propri figli e bloccare l'accesso a cose per cui potrebbero non essere pronti.

Conclusioni

Secondo la Scuola di economia e scienze politiche di Londra[1], i genitori possono sostenere la sicurezza su internet dei loro figli condividendo un'esperienza positiva dell'uso di internet, informandoli e consigliandoli sui possibili rischi o pericoli che si nascondono sul web. Per costruire la fiducia ma anche per monitorare l'uso di internet dei propri figli, è necessario avere partecipare attivamente e svolgere insieme una serie di attività interattive.

Nessun software di parental control è perfetto. Per questo motivo, è importante che i genitori aiutino i bambini a capire i rischi in cui possono incorrere online in una discussione aperta e

---

[1] How can parents support children's internet safety(Isero).pdf

corretta. Bisogna anche ricordare che una mediazione restrittiva riduce i rischi online, ma riduce anche le opportunità e le abilità online di vostro figlio.

Il filtro famiglia può aiutarvi a monitorare i vostri figli senza privarli della possibilità di giocare, connettersi con gli amici, trovare informazioni ecc. Insieme, potete utilizzare internet in modo sicuro e informato, specialmente grazie ad attività con aspetti divertenti e informativi.

Le attività possono variare e si rivolgono sia ai genitori che ai bambini. È importante che queste attività siano introdotte e indirizzate ad entrambe le parti. In questo modo, si creerà una maggiore conoscenza su come funziona Internet, come se ne può trarre vantaggio e su come si può rispondere alle domande che i vostri figli potrebbero porvi. Allo stesso tempo, i bambini si divertiranno ad esplorare Internet e saranno protetti da situazioni che possono avere un impatto negativo su di loro fisicamente o mentalmente (bullismo, materiale illegale ecc.).

È possibile accedere a queste attività da qualsiasi dispositivo digitale (computer portatile, telefono cellulare, tablet, computer fisso) che abbia una connessione Internet. L'obiettivo principale è che non solo mostriate interesse per le attività di vostro figlio, ma che le guidiate in modo più divertente.

I quiz sono un buon esempio che si può usare per partecipare ad attività che consentono di "imparare facendo" e allo stesso tempo divertirsi con i propri figli. Sono utili per mettere alla prova e testare le conoscenze acquisite in precedenza e dare alcune nuove informazioni su diversi argomenti. Alcuni esempi sono:

• ESERCITARSI CON VOSTRO FIGLIO:

Quando siete a casa trovate del tempo libero per sedervi comodi con i vostri figli e fate un quiz su come potrebbero reagire a diversi tipi di situazioni legate al web, e vi aiuteranno a capire come loro le potrebbero gestire. Se prendono una decisione considerata inappropriata, assicuratevi di spiegare loro con calma come e perché dovrebbero riconsiderarla. Dopo aver finito il quiz, potete parlarne e condividere tutti i vostri pensieri.

Ecco i quiz per svolgere questa attività:

https://www.saferinternet.org.uk/safer-internet-day/safer-internet-day-2017-quiz-8-13-year-olds

• PRACTICE IN YOUR OWN HOME WITH THE FOLLOWING QUIZZES:

It is important, before educating your children about the Internet and how to use it in a safe

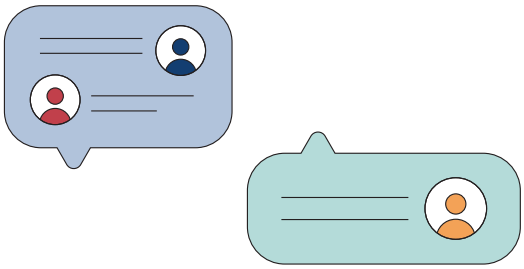
way, to first educate yourself. Knowing in depth what you are talking about will give you enough confidence so your children can rely on you in answering questions that they might have or even better for advising them on how to deal with specific situations, for example hate speech, unfiltered comments on their social platforms. Make sure to use these quizzes as a way to improve your digital knowledge and skills. The quizzes for this activity are:

1. https://www.proprofs.com/quiz-school/topic/internet-safety
2. https://pumpic.com/security/child-internet-safety-quiz/
3. https://www.npr.org/sections/ed/2018/01/29/579555277/what-kind-of-screen-time-parent-are-you-take-this-quiz-and-find-out?t=1595407623147

• IMPARARE DAI VIDEO DI YOUTUBE

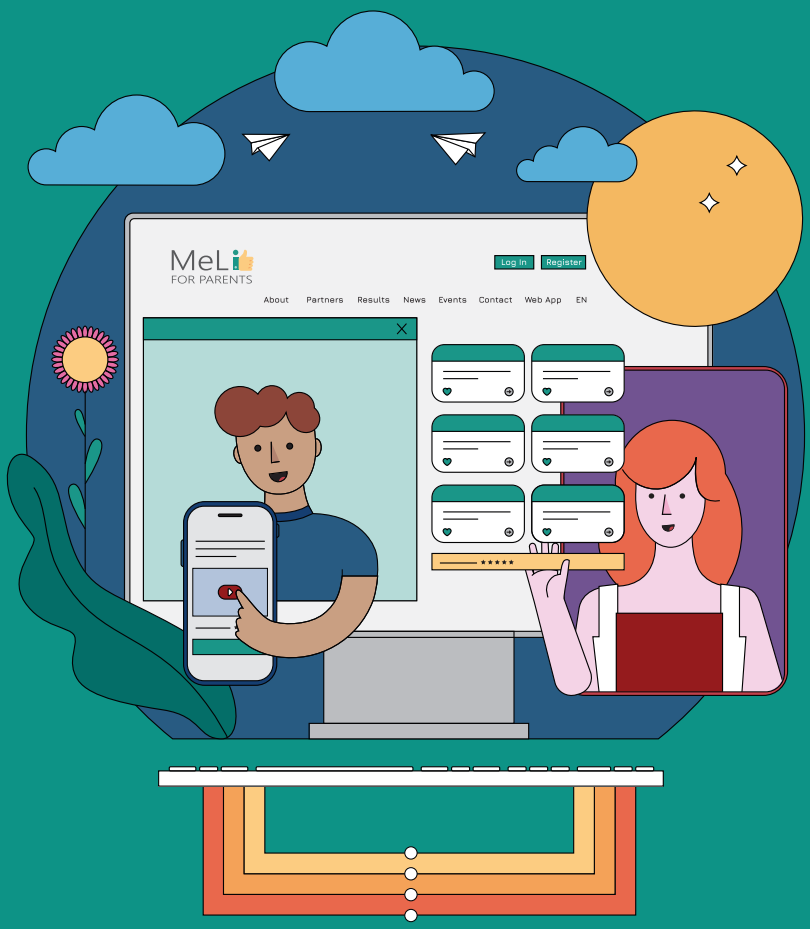
YouTube è una piattaforma online con una quantità smisurata di video, compresi quelli informativi che possono spiegare cosa sono i parental control e in quali modi possono essere utili. Potete anche guardare i video con vostro figlio, in modo che entrambi possiate essere informarvi bene sulla sicurezza su Internet. Ecco i video per questa attività:

1. https://www.youtube.com/watch?v=BIB3avfTo4I
2. https://www.youtube.com/watch?v=HxySrSbSY7o
3. https://www.youtube.com/watch?v=X9Htg8V3eik
4. https://www.youtube.com/watch?v=XMa1XKGRae8



CAPITOLO 4

Come usare la Webb App


MeLi
FOR PARENTS
Log in
Register
About
Partners
Results
News
Events
Contact
Web App
EN
*****

Capitolo 4

COME USARE LA WEB APP

L'app di MeLi for Parents punta a presentare ai genitori il tema dell'educazione ai media. L'applicazione include diverse attività sotto forma di testo, video e quiz a cui è possibile accedere per migliorare le competenze e conoscenze su argomenti importanti per l'educazione ai media, come privacy e sicurezza online, cyberbullismo ecc.

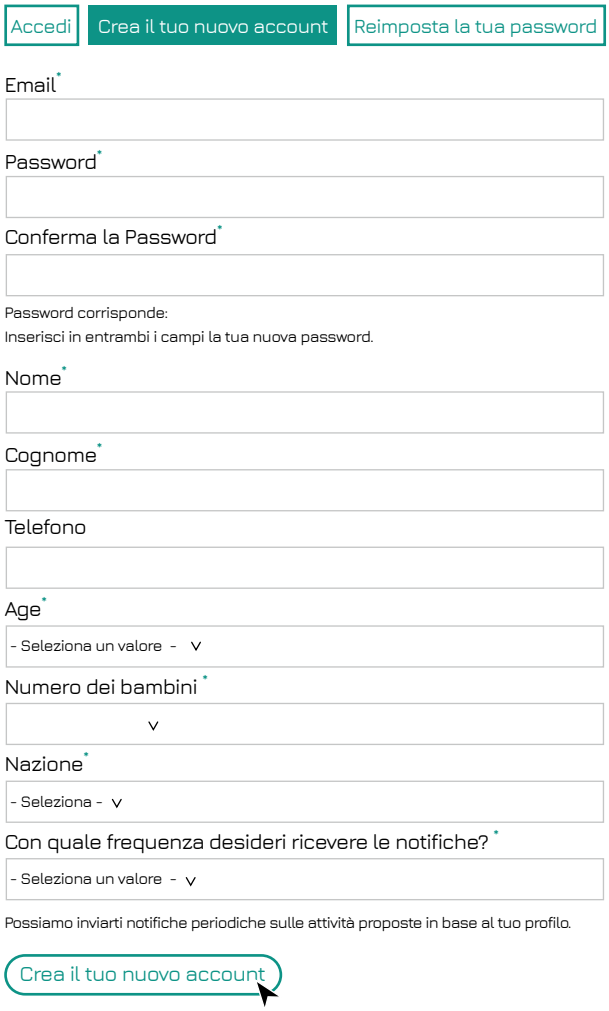
Per accedere all'app, il primo passo è quello di visitare il sito web del progetto:

www.meli4parents.eu

Bisogna poi creare un nuovo account, cliccando su "Registrati" in alto a destra.

Per creare un account, è necessario compilare il modulo di registrazione, inserendo e-mail, nome, cognome, età, numero di figli e paese di provenienza. L'applicazione invia notifiche tramite SMS o via e-mail agli utenti con una cadenza specifica, suggerendo diverse attività

da svolgere. Durante la fase di registrazione è possibile indicare la frequenza con cui si desidera ricevere queste notifiche. Se non vuoi ricevere notifiche, devi rispondere “mai” alla relativa domanda. Puoi ricevere le notifiche due volte a settimana, una volta a settimana o una volta al mese. Se vuoi ricevere le notifiche via SMS devi indicare il tuo numero di telefono nel campo corrispondente.



Se la creazione del nuovo account va a buon fine, riceverai un’e-mail con le istruzioni per la verifica dell’account e un link che ti indirizzerà all’applicazione.

Dopo aver creato l'account, per accedere all'applicazione, ti basterà cliccare su "Accedi". Quando accedi o ti registri, vedrai l'opzione "Applicazione web" nel menu del sito.

All'interno della web app, vedrai in alto una breve introduzione e alcune linee guida per il suo utilizzo.

Benvenuti sulla Web App ML4P!

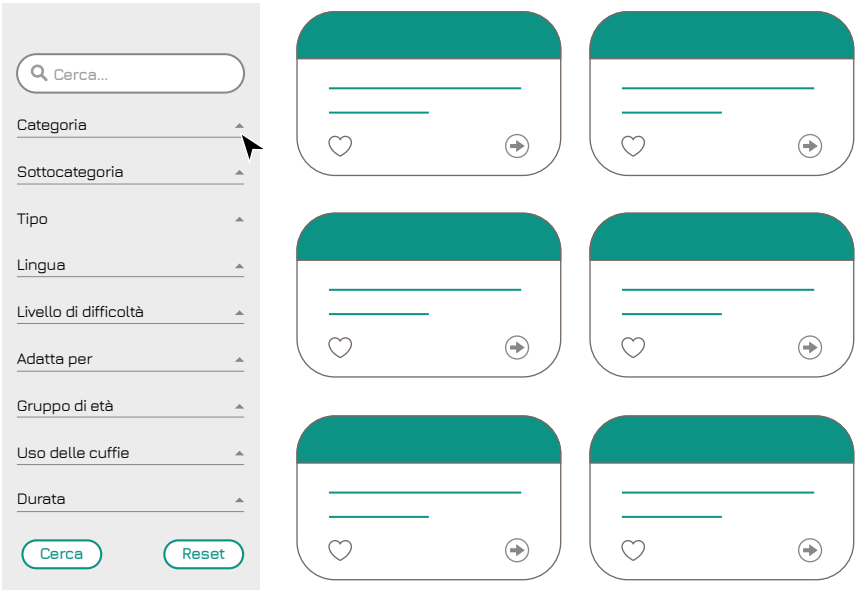
L'applicazione contiene diverse attività sull'educazione ai media e offre una grande varietà di categorie e argomenti, personalizzati in base alle tue esigenze personali. Puoi usare i filtri sulla sinistra per trovare le attività più adatte a te e alla tua famiglia.

I filtri ti permettono di scegliere la categoria e la sottocategoria dell'attività, il tipo di attività, la lingua, il livello di difficoltà, la durata dell'attività e le preferenze audio. Puoi anche usare i filtri per trovare un'attività che può essere completata da te o da tutta la tua famiglia. Dipende tutto da te!

Puoi segnare un'attività come completata cliccando sul relativo pulsante in cima ad ogni attività. Puoi anche salvare le tue attività preferite cliccando sull'icona del cuore. Sia le attività completate che quelle preferite saranno disponibili sul tuo profilo.

Il tuo feedback è prezioso per noi, quindi aiutaci a migliorare le attività valutandole.
Buon divertimento!

Sono disponibili che permettono di scegliere la categoria e la sottocategoria dell'attività, il tipo di attività, la lingua, il livello di difficoltà, la durata dell'attività e le preferenze audio. Puoi anche usare i filtri per trovare un'attività che può essere completata da te o da tutta la tua famiglia.



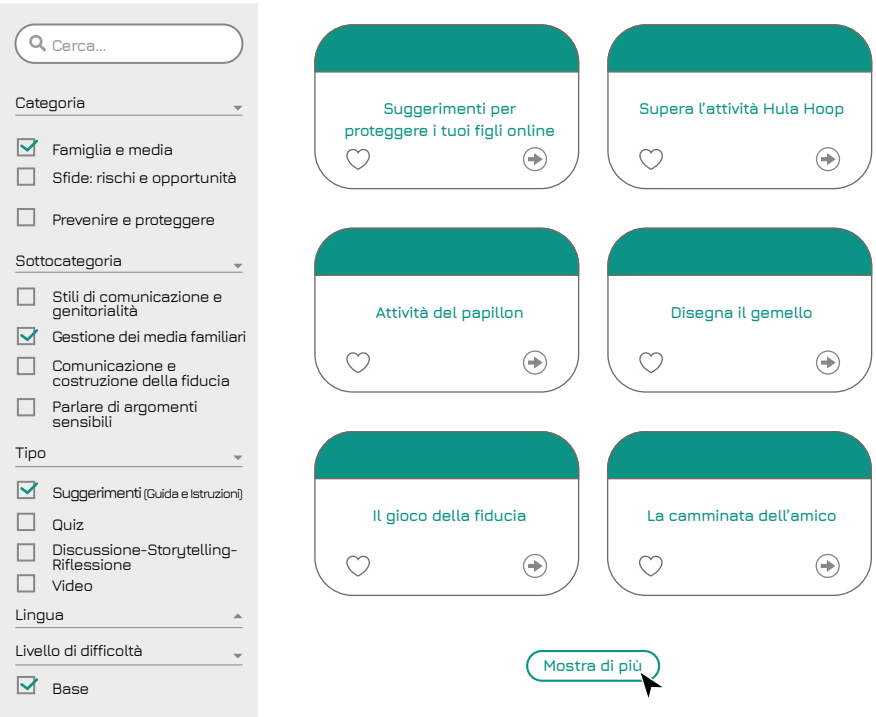
Nella sezione delle categorie puoi scegliere tra i seguenti argomenti: "Famiglia e media", "Sfide: cambiamenti e opportunità" e "Prevenire e proteggere". A seconda delle categorie scelte, appaiono sottocategorie specifiche. Per la categoria "Famiglia e media" appaiono le seguenti sottocategorie: "Comunicazione e stili genitoriali", "Gestione dei media in famiglia" e "Comunicazione e costruzione della fiducia". Nella categoria "Sfide: cambiamenti e opportunità" appaiono le seguenti sottocategorie: "Applicazioni popolari tra i bambini", "Dipendenza da Internet", "Cyberbullismo e odio online", "Disinformazione: Distinguere le notizie false sui media tradizionali e digitali", "Figure di riferimento e stereotipi" e "Creazione di contenuti digitali". Sotto la categoria "Prevenire e proteggere" sono disponibili le seguenti sottocategorie: "Sicurezza online", "Strumenti di parental control", "Privacy online" e "Privacy e impronta digitale".

Ci sono quattro diversi tipi di attività: 1. Suggerimenti (guida e istruzioni), 2. Quiz, 3. Discussione-Storytelling-Riflessione, 4. Video. Tutte le attività sono disponibili in lingue: Inglese, Greco,

Bulgaro, Italiano, Polacco e Francese. Sono anche suddivisi secondo i diversi livelli di difficoltà: Base, Intermedio, Avanzato.

I genitori possono scegliere le attività in base all'età dei bambini. Le varie fasce d'età sono suddivise in questo modo: "Infanzia (fino a 7 anni)", "Giovani adolescenti (8-12 anni)", "Adolescenti (13-18 anni)". Sono anche suddivise in base alla loro durata. Le categorie sono sotto i filtri di durata sono: "Meno di 5 minuti", "5-15 minuti", "15-30 minuti" e "più di 30 minuti".

Una volta scelti i filtri, appariranno le attività di vostra preferenza. Potete anche utilizzare la funzionalità di ricerca che si trova sopra i filtri per trovare gli argomenti che vi interessano. Per entrare nelle attività cliccate sul titolo dell'attività o sull'icona della freccia.



Tutte le attività comprendono un titolo e informazioni sulla categoria, la sottocategoria, il tipo di attività, il gruppo target a cui è rivolta, le opzioni audio, la durata e il livello di difficoltà. Molte attività comportano anche immagini e riferimenti, in cui si possono trovare i link da cui deriva l'attività specifica.

CONSIGLI (Guida e istruzioni)

Segna l'attività come completata

Segna l'attività come preferita

Cerca...

Categoria: Famiglia e media

Sottocategoria: Stili di comunicazione e genitorialità

Tipo: Suggerimenti
(Guida e istruzioni)

Lingua: Inglese

Adatto per: Genitori

Uso delle cuffie: No

Durata: Meno di 5 minuti

Livello di difficoltà: Base

***** Valuta questa attività Torna alle attività

DISCUSSIONE-RACCONTO-RIFLESSIONE

Segna l'attività come completata

Segna l'attività come preferita

Cerca...

Categoria: Famiglia e media

Sottocategoria: Famiglia e gestione e dei media

Tipo: Discussione-Racconto-Riflessione

Lingua: Inglese

Adatto per: Tutta la famiglia

Gruppo di età: Infanzia (sotto i 7 anni), Giovani adolescenti (8-12 anni), Adolescenti (13-18 anni)

Uso delle cuffie: No

Durata: 15-30 minuti

Livello di difficoltà: Base

Riferimento

***** Valuta questa attività Torna alle attività

VIDEO

Segna l'attività come completata

Segna l'attività come preferita

Cerca...

Categoria: Famiglia e Media

Sottocategoria: Stili di comunicazione e genitorialità

Tipo: Video

Lingua: Inglese

Adatto per: Genitori

Uso delle cuffie: No

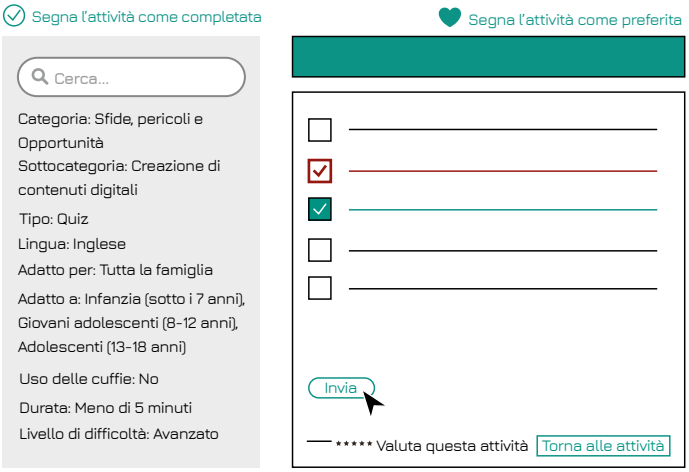
Durata: Meno di 5 minuti

Livello di difficoltà: Base

***** Valuta questa attività Torna alle attività

Esempi di diversi tipi di attività:

QUIZ



Esempi di diversi tipi di attività:

All'interno del quiz sarà indicato se permette una sola risposta corretta o più di una. Dopo aver controllato la risposta, clicca su "Invia", e la risposta corretta sarà indicata in verde. Se hai selezionato una risposta sbagliata, sarà indicata in rosso. Indipendentemente dalla risposta che hai dato, il feedback apparirà dopo aver inviato la risposta, fornendo ulteriori informazioni sulla risposta corretta.

Se avete completato un'attività, o volete tornare alla pagina delle attività, cliccate sul pulsante "Torna alle attività" in basso. Avete inoltre la possibilità di valutare un'attività cliccando su una delle stelle su "Valuta questa attività". Potete anche vedere quanti utenti hanno valutato quell'attività e qual è il suo punteggio complessivo.

Se vi piace un'attività, potete segnarla come preferita cliccando su "Segna attività come preferita" nella parte superiore dell'attività, o cliccando sull'icona del cuore nella pagina delle attività. Una volta completata l'attività, potete spuntare l'apposito pulsante in cima all'attività e segnarla come completata. Dopo aver fatto questo, quando tornerete alla pagina delle attività, vedrete una spunta sulla casella dell'attività.

Tutte le tue attività preferite e completate si trovano nel tuo profilo ("Il mio account") e puoi accedervi facilmente in qualsiasi momento cliccando sul loro link.

Nome: **********
Cognome: **********
Età: 26-35
Numero di figli: 0
Nazione: Grecia
Con quale frequenza desideri ricevere le notifiche? una volta a settimana
Dove vuoi ricevere le notifiche: E-mail

Attività preferite
- Cos'è un Open DNS
- Creare una presentazione e parlare di privacy
- Presentare il mondo virtuale ai tuoi figli
- Il Safer Internet Day

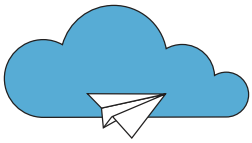
Attività completate
- Cos'è un Open DNS
- Creare una presentazione e parlare di privacy
- Presentare il mondo virtuale ai tuoi figli

Puoi anche cambiare le informazioni del tuo profilo modificando le informazioni fornite al momento della registrazione e aggiungendo un'immagine che apparirà nella parte superiore del tuo profilo. Per fare questo, puoi cliccare sul pulsante "Modifica" in alto.

Visualizza Modifica

Nome: **********
Cognome: **********
Età: 26-35
Numero di figli: 0
Nazione: Grecia

Per qualsiasi domanda o dubbio sull'app puoi sempre contattarci inviandoci un messaggio utilizzando il form di contatto sul nostro sito web.



CAPITOLO 5

Unisciti alla Community

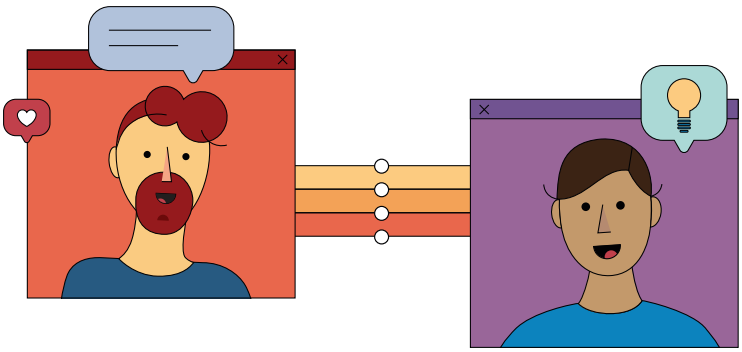
Capitolo 5

UNISCITI ALLA COMMUNITY

L'esperienza ha dimostrato che un settore come quello della digitalizzazione, già difficile da esplorare in tutti i suoi aspetti per i genitori stessi, lo è ancora di più per e con i loro figli quando possono contare solo sulle proprie conoscenze e risorse.

Questo è il motivo per cui nell'ambito di questo progetto il consorzio non solo fornisce materiali di formazione, una WebApp e questa Guida per i genitori, ma i vari partner hanno anche istituito gruppi Facebook nelle loro lingue di origine che vi invitiamo a utilizzare come piattaforme per lo scambio reciproco. Potrete fare domande o rispondere alle domande di qualcun altro, condividere esperienze o suggerimenti o chiedere consigli su un argomento specifico. I gruppi Facebook saranno monitorati dal rispettivo partner responsabile, ma non è prevista alcuna comunicazione unilaterale. Al contrario, dato che questo è un campo in costante e rapido sviluppo, è assolutamente cruciale per tutti contribuire a sviluppare le nuove conoscenze, necessarie per sostenere meglio i bambini e i giovani e affrontare le sfide poste dai nuovi giochi, app e programmi online. Oltre a questo, anche i bambini crescono e si sviluppano, quindi i genitori hanno a che fare con un target in continua evoluzione da entrambe le parti e l'apprendimento e il confronto tra pari si è dimostrato davvero utile in questi casi.

Vale anche per un altro strumento che è stato creato per aiutare i genitori a rimanere in contatto e a confrontarsi: una piattaforma Moodle che ospiterà un forum nazionale per ogni lingua e che potete trovare su https://e-trainingcentre.gr/. Per potervi accedere è necessaria la registrazione



GRUPPI FACEBOOK

Ecco le indicazioni per i gruppi di Facebook, ciascuno nella propria lingua madre: Inglese, Bulgaro, Greco, Italiano, Polacco e Francese.

MEDIALITERACY4PARENTS - Gruppo Facebook Inglese

https://www.facebook.com/groups/1807674396288319

МЕДИЙНА ГРАМОТНОСТ ЗА РОДИТЕЛИ - Gruppo Facebook Bulgaro

www.facebook.com/groups/meli4parentsbg/

ΓΟΝΈΙΣ ΣΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΉ ΕΠΟΧΉ - Gruppo Facebook Greco

https://www.facebook.com/groups/414579093374223

PARLIAMO DI MEDIA LITERACY - Gruppo Facebook Italiano

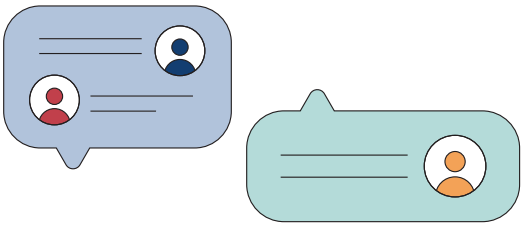
www.facebook.com/groups/404365157940832/

MELI EDUKACJA MEDIALNA DLA RODZICÓW - Gruppo Facebook Polacco

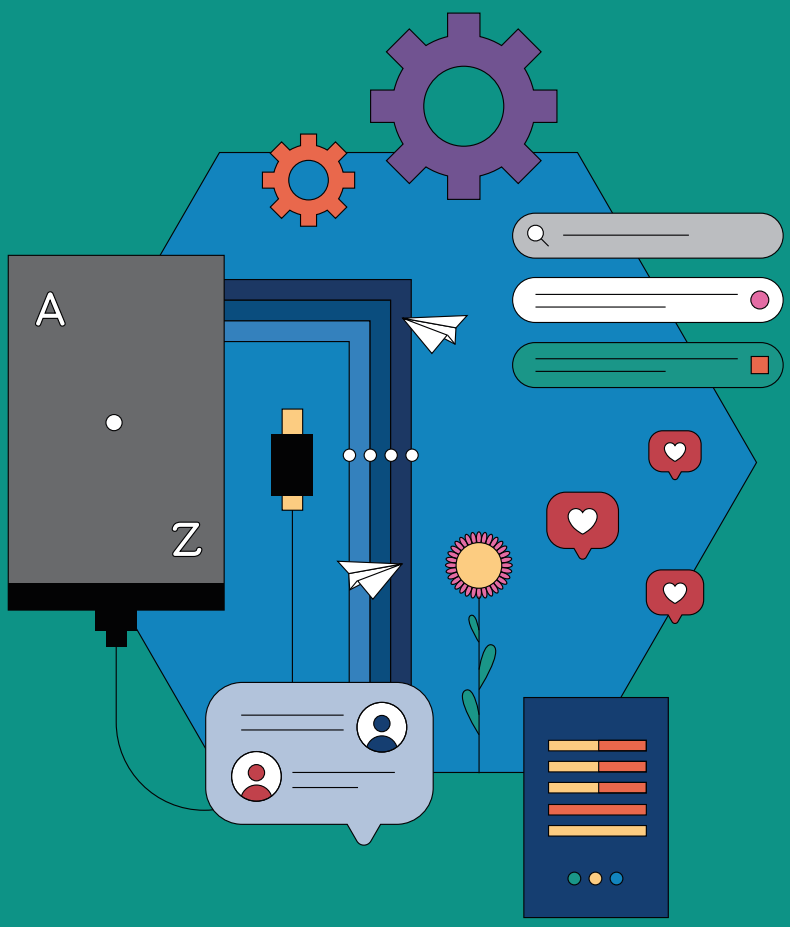
www.facebook.com/groups/edukacjamedialnarodzicow/

ÉDUCATION AUX MÉDIAS POUR PARENTS - Gruppo Facebook Francese

https://www.facebook.com/groups/276149740960651



Glossario


A
Z

A

AD BLOCKER: Uno strumento che blocca gli annunci durante la navigazione. Gli Ad blocker possono essere utilizzati su diversi dispositivi, come computer fissi, portatili, smartphone o tablet. Ci permettono di navigare su internet e trovare il contenuto di cui abbiamo bisogno, senza i fastidiosi banner pubbliciari.

C

CYBERBULLISMO: È inteso come bullismo tramite le tecnologie digitali. Può avvenire sui social media, piattaforme di messaggistica, piattaforme di gioco e telefoni cellulari. È caratterizzato da un comportamento ripetuto volto a spaventare, irritare o far vergognare coloro che sono presi di mira. Gli esempi comprendono:

- Diffondere bugie o pubblicare foto imbarazzanti di qualcuno sui social media.
- Inviare messaggi offensivi o minacce tramite piattaforme di messaggistica.
- Impersonare qualcuno e inviare messaggi meschini ad altri per suo conto.

CYBER SECURITY: The practice of defending computers, servers, mobile devices, electronic systems, networks, and data from malicious attacks. It is also known as information technology security or electronic information security.

DIPENDENZA: La dipendenza da Internet (IAD) è caratterizzata da preoccupazioni, impulsi o comportamenti eccessivamente o scarsamente controllati relativi all'uso del computer e all'accesso a Internet provocano la compromissione delle funzioni dell'individuo in vari ambiti della vita o a un disagio per un lungo periodo di tempo. Si può anche trovare l'espressione "uso patologico di Internet" o "uso compulsivo di Internet" e diversi disturbi correlati come per esempio la dipendenza da gioco online, la dipendenza da pornografia, il disturbo da dipendenza da comunicazione, la dipendenza da realtà virtuale e la dipendenza da streaming video che possono tutti derivare da un uso eccessivo di Internet.

D

DISINFORMAZIONE: La disinformazione è intesa come un'informazione palesemente falsa o fuorviante che viene creata, presentata e diffusa per un guadagno economico o per ingannare intenzionalmente il pubblico, producendo effetti nocivi.

E

EDUCAZIONE AI MEDIA: Espressione che comprende tutte le capacità tecniche, cognitive, sociali, civiche e creative che permettono ai cittadini di accedere ai media, di averne una comprensione critica e di interagire con essi (definizione

usata/fornita dalla Commissione europea) e cioè la capacità o le abilità di analizzare criticamente per accuratezza, credibilità o prova di parzialità il contenuto creato e consumato nei vari media, compresi radio e televisione, Internet e i social media.

F

FOBO: L'abbreviazione dell'espressione inglese Fear Of Being Offline, si riferisce all'ansia di perdere qualcosa di importante se non si è costantemente collegati. È una sorta di ansia da separazione che si prova se non si ha il telefono con sé, il panico che provi quando ti rendi conto che non c'è una buona connessione WIFI o la voglia di controllare i tuoi vari account di social media o le e-mail tutto il tempo.

FOMO: La Fear Of Missing Out va ancora oltre e si riferisce alla paura che qualcun altro possa sfruttare l'opportunità (di un lavoro, di un incontro ecc.) al proprio posto se non si risponde immediatamente a un'offerta, una proposta o un suggerimento.

G

GIOCO ONLINE: Si riferisce al gioco su una qualsiasi rete informatica, più spesso Internet. I giochi online possono variare da semplici giochi basati sul testo a giochi che incorporano una grafica complessa e mondi virtuali popolati da molti giocatori contemporaneamente. Si distinguono dai videogiochi e dai giochi per computer in quanto sono normalmente indipendenti dalla piattaforma, basandosi esclusivamente su tecnologie lato client. Normalmente tutto ciò che serve per giocare ai giochi online è un browser web e il "plug-in" appropriato.

GROOMING: L'espressione inglese grooming indica l'attività criminale di fare amicizia e stabilire una relazione emotiva con un minore (a volte anche con la sua famiglia) per guadagnare la fiducia del giovane per poi abusarne sessualmente, online o offline. Il grooming è stato anche segnalato per aver attirato i minori in varie attività illecite come il traffico di minorenni, la prostituzione infantile, il traffico di cybersesso o la produzione di pornografia infantile.

H

HATE SPEECH: È definito dal Cambridge Dictionary come "un discorso pubblico che esprime odio o incoraggia la violenza verso una persona o un gruppo, in base alla sua razza, religione, sesso o orientamento sessuale"

J

JOBO: Significa Joy Of Being Offline e si riferisce alla "ri-scoperta della gioia di svolgere altre attività che non siano collegate a un dispositivo digitale o a una connessione internet, un atteggiamento estremamente importante per prevenire la dipendenza e altre spiacevoli conseguenze dell'uso costante di internet.

M

MISINFORMATION: Diffusione involontaria di informazioni sbagliate.

MEDIA: Il termine "media" (di solito usato con un verbo plurale) si riferisce ai mezzi di comunicazione, come radio e televisione, giornali, riviste e Internet, che raggiungono o influenzano ampiamente le persone: i media stanno attirando su di loro tutta la nostra attenzione.

P

PRIVACY ONLINE: È il livello di protezione della privacy che un individuo ha quando naviga sul web. Si riferisce alla quantità di sicurezza online dei dati personali e finanziari, le comunicazioni, le preferenze e l'uso di queste impostazioni da parte dei singoli utenti.

S

SCOMMESSE ONLINE: Attività di gioco d'azzardo effettuate su internet, come il poker virtuale, i casinò e le scommesse sportive.

SICUREZZA ONLINE: La pratica di difendere computer, server, dispositivi mobili, sistemi elettronici, reti e dati da attacchi maligni. È anche conosciuta come sicurezza informatica o sicurezza delle informazioni elettroniche.

SOCIAL MEDIA: Siti web e altri mezzi di comunicazione online utilizzati da grandi gruppi di persone per condividere informazioni e intrattenere contatti sociali e professionali; esempi: Facebook, Twitter, LinkedIn, Instagram, Snapchat.

SCREENTIME: L'espressione ha diversi significati. In questa guida ci riferiamo al tempo trascorso da un individuo utilizzando qualsiasi tipo di dispositivo che abbia uno schermo (TV, telefono cellulare, tablet, computer).

SEXTING: La pratica di inviare messaggi sessualmente espliciti tra cui immagini digitali, fotografie, messaggi di testo, video ecc. tramite telefono cellulare o servizi di messaggeria su altri dispositivi elettronici.

SEXTORTION: Si tratta della pratica di estorcere denaro o favori sessuali a qualcuno, minacciandolo di rivelare prove della sua attività sessuale o immagini sessualmente esplicite.

SHARENTING: È composto dalle parole inglesi sharing e parenting e si riferisce alla pratica di postare foto e video della vita del proprio figlio sui social media, blog e altri siti web. I temi variano: più frequentemente, lo sharenting comporta la pubblicazione di foto di vita quotidiana, di vacanze o di viaggi. Inoltre, ci sono anche gruppi online di genitori interessati ad organizzare situazioni per far ridere il pubblico. In realtà, questo materiale può ridicolizzare e/o umiliare il bambino. In passato, le foto di famiglia venivano conservate su album che venivano sfogliati solo da un pubblico selezionato: Internet offre la possibilità di ampliare il pubblico, ma questo deve essere fatto con la massima attenzione, tenendo presente l'immagine futura del bambino e la sua reputazione online.

T

TRACCIAMENTO: Ha diversi significati, ma nel contesto di questa guida ci riferiamo all'atto o al processo di seguire qualcosa o qualcuno tramite mezzi digitali, per lo più attraverso strumenti che collegano il dispositivo digitale di un genitore a quello di suo figlio.

www.meli4parents.eu