REALIZZATO CON IL SOSTEGNO DI

# PATTI DIGITALI

# Manuale e Regolamento pratico di utilizzo dei Device

## Casa Salesiana di Brescia

## Centro di Formazione Professionale

SALESIANI LOMBARDIA PER LA FORMAZIONE ED IL LAVORO - CNOS-FAP

**Sede Operativa di Brescia** - Via San Giovanni Bosco, 15 Tel (+39) 030.244050 Fax (+39) 030.2440582 www.cnosfap.lombardia.it

**Sede Legale -** Via Copernico, 9 - 20125 Milano Tel. (+39) 02.67.07.40.72 - Fax (+39) 02.67.07.21.71 www.cnosfap.lombardia.it

FONDAZIONE RICONOSCIUTA GIURIDICAMENTE DA REGIONE LOMBARDIA (DECRETO N. 301 Del 15/05/2019)
P. IVA e Codice Fiscale 10740820963

# I 5 PRINCIPI DELL'EDUCAZIONE DIGITALE DI COMUNITÀ

**1. Si alla tecnologia, nei tempi giusti** - Per sviluppare un utilizzo positivo e consapevole dei media digitali occorrono tre elementi principali: 1) l'educazione ai media, 2) la guida e il controllo genitoriale e 3) un ambiente educativo coerente (comunità educante) nel quale gli adulti di riferimento siano d'accordo su alcune regole comuni. Spesso nel discorso pubblico tutta l'attenzione viene posta sulla prima condizione, come se i ragazzi opportunamente formati potessero gestire la rete a qualsiasi età. L'educazione è fondamentale ma non basta perché i ragazzi di età troppo precoci non hanno dal punto di vista cognitivo ed emotivo la capacità di comprensione, né l'esperienza per gestire autonomamente processi complessi come quelli che avvengono su internet. La crescita dei ragazzi segue delle ben precise fasi di sviluppo. Pertanto, l'introduzione delle nuove tecnologie deve tenere conto e rispettare queste fasi, per non interferire negativamente con la crescita sana ed equilibrata.

**2. Preparare all'autonomia digitale** - Non si tratta solo di posticipare o vietare l'uso di device o applicazioni, ma di predisporre azioni e percorsi che hanno l'obiettivo di sviluppare l'autonomia digitale dei nostri figli. Le nuove tecnologie digitali sono un'opportunità e sono parte imprescindibile del futuro dei nostri figli e della nostra comunità. La promozione delle competenze digitali è fondamentale e va iniziata prima che i bambini siano autonomi con un loro dispositivo. Come? Promuovendo un utilizzo attivo e creativo delle tecnologie disponibili nelle case, come i pc, i tablet o lo smartphone dei genitori (ad es. registrare suoni, produrre video insieme alla famiglia, progettare le vacanze insieme, comunicare con familiari lontani, giocare e divertirsi) e quindi stimolando un utilizzo condiviso, fatto insieme. Ma anche allenandosi a farne a meno, per non sviluppare "dipendenza", offrendo alternative significative, quindi incoraggiando bambini e ragazzi a trascorrere più tempo libero con i coetanei, sperimentare la natura, lo sport e l'avventura nella realtà fisica intorno a loro, senza dover cercare tutto questo solo nei mondi virtuali.

**3. Regole chiare e dialogo** - Nell'ambito delle nuove tecnologie i ragazzi hanno bisogno di poche regole, ma chiare e coerenti per diventarne utilizzatori responsabili ed equilibrati. Anche imparare ad attendere il momento giusto per accedere alla tecnologia desiderata fa parte di queste regole, ed è fondamentale per crescere. Affinché le regole siano efficaci e aiutino i ragazzi ad allenarsi nell'autoregolazione, è necessario che siano accompagnate da un costante dialogo per spiegarle. Al contempo occorre dare ascolto ai bisogni e stimolare l'adozione di strategie personali per rispettarle. Un dialogo senza tabù e pregiudizi è una risorsa fondamentale per poter realmente proteggere i bambini nell'ambito del digitale, e al tempo stesso rimanere aggiornati approfittando della loro curiosità e velocità di apprendimento.

**4. Adulti informati e responsabili** - E' stato chiaro da subito che in questo contesto i genitori devono avere un ruolo centrale in quanto a loro spetta la prima responsabilità nel dare ai figli regole chiare sull'età di accesso e sulle modalità di utilizzo dei dispositivi. Agli adulti spetta il compito di formarsi: conoscere i rischi e le responsabilità legali, conoscere e informarsi su app, giochi e ambienti digitali dove i nostri figli passano del tempo, conoscere le età consigliate per i diversi contenuti e applicazioni e discutere insieme a loro i possibili rischi, i diritti e i doveri che si hanno in rete. Ma soprattutto rivedere le loro stesse abitudini digitali (smartphone a tavola? per addormentarsi?) per costituire esempi credibili ai loro occhi. L'esempio personale è il primo strumento per guidare i giovani all'uso corretto e rispettoso delle nuove tecnologie.

**5. Serve una comunità!** - Sia l'educazione ai media che la supervisione genitoriale sono azioni molto più efficaci se portate avanti in modo coordinato da una comunità. In questo contesto l'impegno delle singole famiglie non è sufficiente: l'esperienza ha mostrato che solo una comunità unita (genitori, scuole, pediatri, istituzioni, oratori, scout, società sportive, cooperative sociali e altri contesti educativi e di vita comune), che fa squadra attorno alle famiglie, può sperare di avere successo nella diffusione di strategie efficaci per l'educazione all'uso delle nuove tecnologie. Quando i ragazzi ricevono messaggi incoerenti dal mondo degli adulti rimangono invece disorientati e possono approfittarne per sfruttare la situazione per un loro vantaggio di breve termine. Ad esempio, l'età alla quale - in una classe - i ragazzi cominciano ad avere in mano uno smartphone personale è una decisione delle singole famiglie ma ha importanti ricadute per tutto il gruppo. Le alleanze sono fondamentali per guidare i ragazzi, ma al tempo stesso sono faticose perché richiedono impegno, disponibilità a scendere a compromessi, ad accogliere il punto di vista degli altri adulti per trovare un terreno comune. Creare alleanze è una sfida, in particolare in questi tempi, ma se il benessere dei ragazzi viene messo al primo posto, allora è possibile ed è forse il regalo più prezioso che faremo loro.

# I PUNTI NODALI DI UN PATTO DI COMUNITA'

Per guidare insieme l'educazione digitale dei nostri figli, proponiamo di stipulare a livello locale (d'istituto) dei "Patti di comunità per l'educazione digitale". Un patto risponde solitamente ad alcune questioni sulle quali il gruppo decide insieme. I punti nodali del nostro patto sono i seguenti:

**1. DECIDERE INSIEME IL MOMENTO** in cui i ragazzi fanno esperienza di specifiche pratiche digitali, quali contenuti sono adatti per la loro età e quali strumenti consegnare (ad es. l'età di arrivo dello smartphone personale connesso in rete, preferibilmente non prima della terza media);

**2. PARTECIPARE CON I FIGLI A MOMENTI DI EDUCAZIONE DIGITALE,** proporre ed organizzare incontri di approfondimento e di scambio di esperienze, anche coinvolgendo esperti con competenze diverse ovviamente partendo dalle proposte e dai bisogni che esprime ciascuno dei gruppi promotori, a livello locale.

**3. REGOLARE l'UTILIZZO DEI DISPOSITIVI DIGITALI,** sottoscrivendo accordi con i nostri figli che - insieme a loro - ci impegneremo a rispettare e verificare periodicamente. In particolare: decidere i luoghi (niente schermi a tavola, pranzo e cena - niente schermi in camera da letto, men che meno prima di dormire - niente schermi nelle uscite, con la famiglia e con la scuola); decidere i tempi (momenti della giornata in cui si usano gli schermi, e un tempo massimo dopo il quale si spegne); decidere i contenuti (rispettare lo standard PEGI e le indicazioni di età sia dei programmi sia dei social media).

**4. PROMUOVERE UN UTILIZZO CREATIVO E CONDIVISO,** utilizzando le potenzialità degli strumenti digitali non solo per fruire passivamente dei contenuti, ma per crearli insieme ai nostri figli, imparando insieme e anche divertendosi (ed esempio: condivido sul social comune di famiglia la nostra vacanza, producendo CON mio figlio il post da pubblicare).

**5. SMARTPHONE e ALTRI STRUMENTI DIGITALI TRASPARENTI FINO AI 16 ANNI,** le password dei dispositivi dovranno essere comunicate ai genitori, i quali effettueranno il monitoraggio periodico anche delle attività on-line: un servizio molto utile può essere "Google Family Link", che funziona su qualsiasi dispositivo, mentre un'applicazione interessante per il blocco dei dispositivi Apple in famiglia può essere "Apple Family".

**6. APP E SOCIAL IN REGOLA CON L'ETÀ,** no all'utilizzo autonomo di Social e Whatsapp prima dei 14 anni, in accordo con la legge, e verifica dei contenuti e dell'età adatta di App e giochi (ad es, con la classificazione PEGI https://pegi.info/it/node/59).

**7. RISPETTO DELLE REGOLE SCOLASTICHE**

A. La ripresa di immagini e video attraverso qualsiasi dispositivo elettronico, di persone e attività nell'ambito scolastico, e la diffusione di tali media costituiscono mancanza disciplinare molto grave, sanzionabile a norma di Legge. I Genitori sono invitati ad informare i propri figli/e anche

sulle implicazioni di natura penale in questa delicata materia. Si faccia riferimento alle "Linee di indirizzo ed indicazioni in materia di utilizzo di 'telefoni cellulari' e di altri dispositivi elettronici durante l'attività didattica, irrogazione di sanzioni disciplinari, dovere di vigilanza e di corresponsabilità dei genitori e dei docenti" emanate dal Ministero della Pubblica Istruzione con nota n. 30 del 15 marzo 2007.

B. Smartphone spento depositato in apposito contenitore in classe, chiuso a chiave, al mattino alle 8.00, fino a fine delle lezioni, ore 14.00 o 15.00.

C. No all'utilizzo del cellulare in pausa ricreazione, dedicando cosi questo tempo all'utilizzo dei bagni, del bar, a sgranchirsi, allo svago e alla relazione.

D. Si all'utilizzo del cellulare nella pausa ricreazione lunga del pranzo, durante i giorni di martedì e mercoledì per prime e seconde, ma con il forte consiglio di NON utilizzarlo a tavola mentre si mangia e di aderire alle attività di animazione e socializzazione proposte in cortile.

E. Durante le uscite didattiche/formative/spirituali: a seconda della tipologia delle attività proposte il dispositivo potrà essere utilizzato per vivere esperienze immersive legate all'attività proposta. In questo caso si fa un utilizzo che vede il dispositivo al servizio della persona e non la persona alle dipendenze del dispositivo (ad esempio, nel museo della BMW dove le descrizioni dei motori sono tramite QR Code, l'utilizzo sarà garantito…ma in altri tipi di museo, no).
In generale, ai responsabili dell'attività viene lasciata la responsabilità di gestione dell'utilizzo dei dispositivi. Viaggio: utilizzo consentito, supervisionato dal responsabile dell'attività.
Resto della giornata: momenti dedicati a decisione dei responsabili.
Pranzo e cena: utilizzo negato. Notte: utilizzo negato.

F. Utilizzo dell'iPad scolastico solo a richiesta del formatore: se non viene richiesto, deve rimanere nello zaino (educhiamo all'uso responsabile dello strumento, proprio come faremmo con un pennello, una matita, una chiave inglese o un cacciavite).

G. Severamente vietato l'utilizzo di app social sul proprio iPad durante le ore scolastiche. L'attuale programma "JAMF School" consentirà di bloccare e inibire, tutte le app non utili all'esperienza scolastica/lavorativa. La scelta insiste sul mantenere l'iPad come strumento strettamente lavorativo. Ciò non toglie che, anche senza l'utilizzo di tale controllo, al ragazzo sia espressamente vietato utilizzare queste applicazioni durante le ore di lezione o formazione. A richiesta della singola famiglia, sarà possibile avere anche altre app per esigenze familiari.

H. Se il ragazzo non rispetta il regolamento scolastico previsto per l'utilizzo di qualsiasi device, il formatore è tenuto al ritiro del dispositivo e la CCEP si riserva la decisione sul provvedimento, che può andare dal ritiro del dispositivo con consegna a fine giornata (al ragazzo o direttamente alla famiglia) oppure a provvedimenti più significativi come la sospensione con lavori utili.

# LE MOTIVAZIONI DELLE NOSTRE SCELTE

## Cosa dice la ricerca scientifica

La ricerca ha messo in luce l'esistenza di associazioni negative tra l'uso intensivo dello smartphone e dei social media e il benessere dei ragazzi. Le statistiche mostrano, inoltre, un progressivo abbassamento dell'età di arrivo dello smartphone, laddove già in prima media la grande maggioranza dei bambini ha a disposizione un dispositivo personale. Studi italiani e internazionali, però, concludono che la precocità di arrivo dello smartphone si associa a minori performance scolastiche, minori competenze digitali e minore benessere nel lungo periodo[1]. Dalle ricerche emerge inoltre che i problemi di adescamenti on-line, cyberbullismo e nuove dipendenze digitali si concentrano e/o prendono avvio nella preadolescenza.

## Cosa dice la legge italiana

La legge italiana indica i 14 anni come età minima per l'accesso autonomo (creazione di un account personale) alle piattaforme, ad es. quelle dei social media. I figli sono responsabili penalmente dei propri atti dai 14 anni, ma i genitori mantengono la responsabilità civile per i figli fino a 18 anni, e per questo motivo hanno il dovere di fare tutto il possibile per impedire il compimento di atti illeciti e la dimostrazione dell'assolvimento di tale obbligo è necessaria per evitare una propria responsabilità risarcitoria. Così, la giurisprudenza ha ritenuto che padre e madre sono tenuti per esempio a controllare le chat del figlio, anche se contenute nel suo smartphone personale, al fine di evitare illeciti.

## Cosa dicono le associazioni dei pediatri

L'organizzazione pediatrica statunitense (AAP, American Association of Pediatrics) e quella italiana (SIP, Società italiana di pediatria) hanno evidenziato i rischi per l'esposizione agli schermi precoce e per l'esposizione prolungata per bambini e adolescenti, individuandoli in patologie fisiologiche (cardiovascolari, posturali, visive, uditive, dietetiche-alimentari, del sonno); in patologie concernenti il ritardo dello sviluppo del linguaggio e la compromissione dello sviluppo neuro-cognitivo (attenzione e memoria) con ricadute sulle capacità di apprendimento (problemi scolastici); sono compromesse anche le capacità sociali (relazione con caregiver, relazione con pari, comportamenti aggressivi e oppositivi); infine sono lese l'autonomia (dipendenze) e l'autostima (depressione).

Su questa base vengono date anche alcune indicazioni per evitare l'uso precoce; le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Salute indicano: "zero minuti di tempo-schermo" (TV, tablet, smartphone, console, etc…) al giorno nei primi 24 mesi; tra i 24-36 mesi: "non è consigliato alcun

tempo-schermo, ma comunque non più di un'ora al giorno, meglio di meno"; in età prescolare l'attività sedentaria complessiva (di cui il tempo-schermo ne è una parte) non deve superare un'ora al giorno, con adulti al fianco.

Sull'uso intensivo e prolungato, per bambini e adolescenti in età scolare, al di là dei minutaggi (non più di due ore al giorno), tutte le dichiarazioni di pediatri evidenziano l'importanza della qualità del tempo-schermo in famiglia: si sconsiglia il tempo-schermo durante i pranzi, prima di andare a scuola, un'ora prima di dormire. Si sconsiglia ai genitori di usare dispositivi mentre interagiscono con i figli e si sconsiglia di lasciare che in camera abbiano libero accesso ai device. Si consiglia di scegliere i contenuti evitando quelli violenti e veloci. Si consiglia di stabilire regole insieme sull'uso in famiglia salvaguardando momenti senza schermi e spegnendo gli schermi quando non si guardano.

Il DSM-5 ("Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali") ha incluso la dipendenza patologica da videogiochi e la dipendenza per gioco d'azzardo patologico; in ambito psichiatrico vengono ravvisate sempre più nuove dipendenze legate a internet, come la nomophobia («no-mobile phobia», cioè la paura di rimanere fuori dalla rete di telefonia mobile) o di internet addiction, dipendenza patologica da internet. Infine moltissimi disturbi comportamentali antisociali come il sexting o fenomeni come il cyberbullismo sono associati ad un uso privo di regole dei device.

**Accompagnamento e verifica periodica dell'andamento del Patto**

- L'accompagnamento alle famiglie che sottoscrivono il Patto avviene attraverso incontri periodici con i promotori per rispondere alle domande, condividere le esperienze e confrontarsi su come sta andando l'applicazione delle regole.

- Il gruppo può anche decidere altre azioni da intraprendere come, ad esempio, il confronto con esperienze analoghe su diverse fasce di età o l'utilizzo di una sportello di ascolto, o ancora l'appoggio di specifiche associazioni di supporto alle famiglie in queste tematiche.

- Il Patto di Comunità può diventare nel tempo un punto di riferimento per il territorio.
  Le nuove famiglie che, nel corso degli anni, aderiscono possono ridefinire alcuni contenuti e poi stabilirne altri a mano a mano che i ragazzi crescono.

# APPROFONDIMENTI E DOMANDE FREQUENTI

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

**Quindi mi consigliate di dare a mio figlio un cellulare personale solo in seconda media?**
Non necessariamente: si può benissimo aspettare ancora, anzi ci sono molti benefici! Si consiglia tuttavia di non sottovalutare il rischio che i figli possano sentirsi isolati se in classe la maggioranza ne è dotata. Ci sono per fortuna diverse strategie per tutelare i figli nel momento in cui si decide di consegnare uno smartphone personale.

**Quanto dura e come funziona il "periodo di accompagnamento"?**
È un periodo in cui si utilizza lo smartphone insieme per assicurarsi che siano state apprese le regole di base per il suo utilizzo corretto. Può durare tre, sei mesi o anche più: dipende dall'età e dalla maturità del figlio. Come fare? Ad esempio all'inizio si usa lo smartphone sempre insieme, massimo mezz'ora al giorno, poi gradualmente si alternano momenti di utilizzo autonomo e momenti di uso condiviso fino ad arrivare ad un uso pienamente autonomo nel rispetto di orari e regole condivisi. Il genitore deve poter accedere sempre e comunque allo smartphone quando lo ritiene opportuno.

**Perché mio figlio deve aspettare 14 anni per usare da solo Whatsapp e i Social Network?**
È un requisito di legge dal 2018, a seguito del Regolamento europeo sulla Privacy. Riguarda Whatsapp e tutti i Social Network. Ad alcuni può sembrare eccessivo, ma ci sono molti motivi seri per rispettarlo, non solo dal punto di vista legale, ma anche del benessere psicologico dei minori. N.B.: la legge si riferisce all'utilizzo autonomo (apertura di account personali) da parte dei minori: è consentito quindi prima dei 14 anni l'utilizzo insieme ai genitori o con il loro stretto monitoraggio.

**Quindi devo "spiare" mio figlio? E il suo diritto alla privacy?**
Il rispetto della privacy dei figli è importante, ma viene dopo il dovere legale ed educativo di vigilanza e tutela. Nel caso specifico dell'accesso ad Internet, la privacy non può esistere: in rete si può essere autori o vittime di reati anche gravi. Per questo il genitore ha un dovere legale di vigilanza, in particolare fino ai 14 anni d'età del figlio, età entro la quale è responsabile legalmente al 100% dei suoi comportamenti.

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

**Non in camera la notte? Mio figlio insiste che lo usa solo come sveglia**
È vero: il cellulare come sveglia funziona benissimo. Ma tenuto in camera di notte comporta dei rischi seri sia per la salute che per la sicurezza digitale. Anche se spento, la tentazione di accenderlo in certi periodi può essere troppo forte. Meglio farsene una ragione e comprare una sveglia! Oppure, utilizzare le app già citate precedentemente che bloccano i social la notte, lasciando libero l’utilizzo della sveglia.

**Senza utilizzo del cellulare per tutte le ore scolastiche. Non è un po’ troppo?**
È dimostrato che i risultati finali (in termini di “performance") delle nuove figure lavorative sono sempre più scarsi ed anche le capacità come il Multitasking (attuare più azioni contemporaneamente) sono sempre più messe in discussione. Se il cellulare si dimostra uno strumento utile all’attività scolastica o lavorativa, sarà il formatore stesso a decretarne l’utilizzo. Viceversa, è solo un allenamento per i ragazzi a disabituarsi a guardarlo frequentemente durante le ore lavorative (spesso le aziende ci indicano che i tirocinanti, seppur bravi e educati, sono spesso distratti al cellulare!).

**Non sono pratico con la tecnologia. Mi aiutate ad applicare questo progetto?**
Assolutamente si! Confrontatevi con il vostro referente di settore su qualsiasi questione letta su questo documento. Un’applicazione condivisa è sempre la metodologia più vincente!