



Valeria Frigerio
PEDAGOGISTA

Sbrogliare la rete:

Crescere al tempo degli
smartphone



I.C. COMO LAGO
4 marzo 2026

PROSPETTIVA:

- Gestione di uno smartphone personale a partire dai 13 anni;
- Avvicinamento graduale: tra controllo e autonomia.

Dagli autori di *L'età dello tsunami*

Alberto Pellai
Barbara Tamborini



Sai davvero quando è il momento giusto per dare lo smartphone ai tuoi figli?

DeAGOSTINI

Crescere
“onlife”

“Onlife”

- E' un neologismo coniato dal filosofo italiano Luciano Floridi (2014).
- Giocando con i termini online e life egli vuole intendere che viviamo quindi in un contesto ibrido.
- Impossibilità di distinguere nettamente quando siamo online o offline: siamo nell'**ibridazione onlife**.
- ... **e i bambini e le bambine crescono in contesti onlife.**

- Per spiegare il concetto, lo studioso utilizza una metafora, quella delle mangrovie.



- Esse crescono in un clima dove il fiume (di acqua dolce) incontra il mare (di acqua salata).
- In questo contesto non possiamo riconoscere se l'acqua sia dolce o salata, perché si tratta di una terza tipologia, l'acqua salmastra.

https://www.generazioniconnesse.it/_file/documenti/ECD/ECD-2022/pillole/Onlife-internet.docx.pdf

Grandi novità: eliminazione di tempo e spazio

- Sparisce la **dimensione corporea** (il mio corpo e quello dell'altro).
- Si può essere **in più luoghi** contemporaneamente.

Una mutazione antropologica in atto

Le nuove tecnologie della comunicazione cambiano:

- il modo di comunicare.
- il modo di costruire le relazioni con gli altri.
- la nostra identità.

Costruire la propria identità: una premessa

- Il percorso/processo di costruzione della propria identità riguarda tutti gli individui.
- La propria identità si costruisce anche per tentativi ed errori.



Comunicazione e linguaggio

Elementi della comunicazione “faccia a faccia”

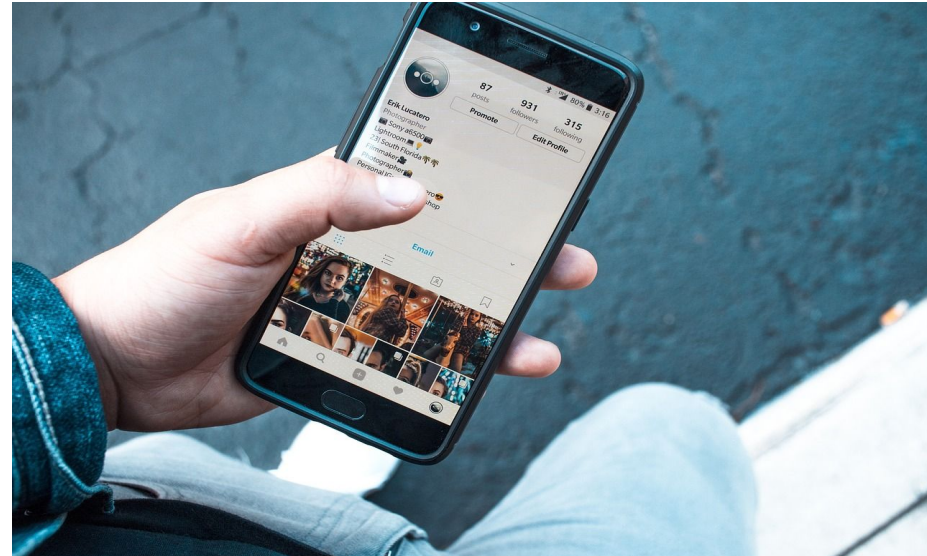


ELEMENTI DELLA
COMUNICAZIONE *FACCIA
A FACCIA*:

- verbale
- non verbale
- paraverbale

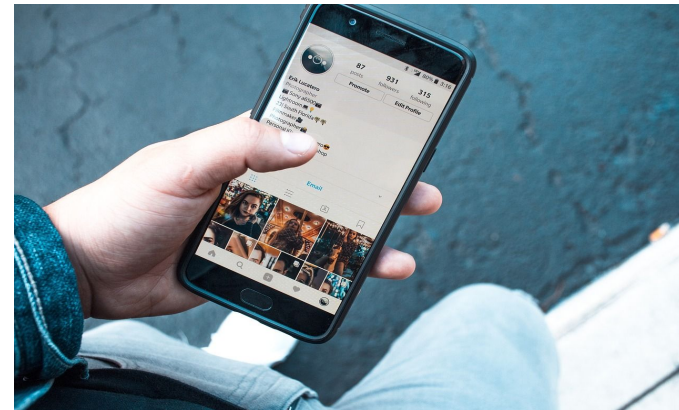
La comunicazione mediata da dispositivi, invece ...

- **Necessità di grandissime competenze linguistiche.**
- Il pericolo di fraintendimenti è altissimo.



Rischio di fraintendimenti per ...

- mancanza di confini spazio-temporali.
- assenza di comunicazione non-verbale e paraverbale.
- impossibilità di osservare gli effetti della comunicazione sull'interlocutore.
- fraintendimenti sull'uso di codici iconici.
- uso specifico della lingua (es. abbreviazioni, neologismi).
- anonimato.



1° nodo al fazzoletto

COMPETENZE
COMUNICATIVE
(parlare/ scrivere e ascoltare)



Due - fra i tanti! - grandi pericoli

- Il cyberbullismo
- Il linguaggio d' odio



Cyberbullismo

- E' l'utilizzo **ripetuto e organizzato** di **strumenti informatici e/o ambienti virtuali** per minacciare, diffamare o isolare una o più persone che **non riescono a difendersi**.

- si caratterizza per:
 - ripetitività nel tempo
 - intenzionalità

(Fedeli, Munaro, 2019)



I ruoli nelle dinamiche di bullismo

- Il bullo
- la vittima
- gli aiutanti e sostenitori del bullo
- gli spettatori
- i difensori della vittima



Immagine tratta da:
<https://www.youtube.com/@sicurinretechannel>

Gli spettatori e la fatica di “prendere posizione”

Molti bambini e ragazzi non “prendono una posizione”, davanti a situazioni di prevaricazione per due motivi (Maiolo, 2019):

- “NON SONO UNA SPIA!”: bisogno di essere ritenuti affidabili dal gruppo (**disimpegno morale**).
- “MA ERA UNO SCHERZO..”: difficoltà a immedesimarsi nelle sofferenze delle vittime (**competenza empatica**).



perché ciascuno si fa credere



Mio figlio
tra **BULLISMO** e
CYBERBULLISMO

vittima, bullo
o complice?



**GIUSEPPE
MAIOLA**

GIUNTI EDU

Linguaggio d'odio

- Con “**discorso di incitamento all'odio**” si intende l'insieme di tutte “le forme di espressione miranti a **diffondere, fomentare, promuovere o giustificare l'odio razziale, la xenofobia, l'antisemitismo o altre forme di odio** fondate sull'intolleranza, sulla discriminazione e sull'ostilità nei confronti delle minoranze”.



(Essere cittadini digitali,
a cura di telefono Azzurro, 2022)

Con “forme di espressione” si intende parole, immagini, video e ogni altra attività online.

(Essere cittadini digitali, a cura di telefono Azzurro, 2022)

CARATTERISTICHE:

- Intenzionalità
- Anonimato
- Idea di impunità
- Disimpegno morale

2° nodo al fazzoletto

COMPETENZA EMPATICA



**Condivisione,
privacy e digital
reputation**

Oversharing

E' l'abitudine di condividere tutto ciò che capita, in modo eccessivo, senza riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni (vetrinizzazione sociale).

CARATTERISTICHE:

- impulsività
- condivisione di contenuti non attendibili
- condivisione di contenuti privati
- condivisione di contenuti altrui

La “Piramide dei Bisogni” di *Abraham H. Maslow*



<https://quadernidelascaletta.it/rubriche/su-innovazione-e-piramidi/>

La "piramide COSMA" di Luca De Felice (2007)

I Nuovi Bisogni dei consumatori della Digital Age



Sharenting

- Il termine deriva dalla crasi fra “parenting” e “sharing”.
- Indica l’uso dei social network da parte dei genitori per condividere immagini, video e informazioni dei propri figli.

(Essere cittadini digitali, a cura di telefono Azzurro, 2022, pag.64- 65)



SAGGI OLTRE

Gianluigi Bonanomi

Sharenting

Genitori e rischi
della sovraesposizione
dei figli online



CARATTERISTICHE:

- mancanza di consenso da parte dei bambini piccoli
- possibili sentimenti di frustrazione e imbarazzo nei più grandi
- possibilità di utilizzo improprio delle immagini
- possibilità di ricavare informazioni “indirette” dalle immagini

(Essere cittadini digitali, a cura di telefono Azzurro, 2022, pag.64- 65)

Condivisione, privacy e digital reputation

- Azioni spesso inconsapevoli incidono sulla privacy di bambini e adolescenti.
- Esse possono avere conseguenze sulla reputazione online e offline, anche a lungo termine.



Identità digitale e reputazione online

La reputazione online è definita da:

- ciò che si effettua online
- come vengono percepiti dagli altri, poiché queste azioni “influenzano l’idea che gli altri si fanno di noi”

(Essere cittadini digitali, a cura di telefono Azzurro, 2022, pag.34)

3°nodo al fazzoletto

ESEMPIO E COERENZA
per educare all'EMPATIA



**Educare
all'uso del digitale**

nodi al fazzoletto

- COMPETENZA COMUNICATIVA
- COMPETENZA EMPATICA
- ESEMPIO E COERENZA



Ambiti di intervento preventivo

- utilizzo consapevole dei mezzi tecnologici.
- Competenze comunicative e di ascolto.
- educare all'empatia: capire e sentire, in parte, ciò che prova l'altro.
- educare alla tolleranza, al rispetto e alla solidarietà.
- Agire contro il “disimpegno morale”.

Essere Genitori nell'Era Digitale

Guida Pratica

Educazione Digitale: una Guida perché?

- Perché questa guida?
- In cosa può essermi utile?
- Non da solo/a
- Da dove iniziare
- Tra "controllo" e "autonomia"



Genitori 5-8 anni

- Cosa?
Primi approcci alla rete
- Come?
Suggerimenti utili
- Cosa puoi dire loro

Genitori 9-11 anni

- Cosa?
Esperienze/esplorazioni
negli ambienti digitali
- Cosa può succedere
- Come?
Suggerimenti utili

Genitori 12-14 anni

- Cosa?
Relazioni ed esperienze
online
- Cosa può succedere
- Come?
Suggerimenti utili

Il ruolo della scuola

- Educazione Digitale
- L'alleanza
scuola - famiglia

Tra controllo e autonomia

- **Conoscenza** e grado di **autonomia** in dialogo costante.
- **Regole** (temporanee)
- **Monitoraggio** degli **ambienti digitali** frequentati

Tra “controllo” o “autonomia”

- Le conoscenze e il grado di autonomia che figli e figlie possono avere nell'uso delle tecnologie digitali non sono automatici ma richiedono la tua verifica e un dialogo costante.
- Non avere paura di stabilire regole (temporanee) anche sulla condivisione delle attività e sui tempi di utilizzo. Usato in maniera diversa a seconda dell'età, il parental control è uno strumento alleato.
- Informati e condividi gli ambienti digitali che possono frequentare a seconda dell'età e della maturità.

5 - 8 anni: Primi approcci alla rete

GENITORI DI BAMBINI/E DI 5/8 ANNI

Come? Suggerimenti utili

Punti chiave per l'educazione digitale

- ✓ **Presenza costante**
Accompagna tuo/a figlio/a nell'utilizzo della rete e dei dispositivi per offrirgli supporto, chiarire i dubbi e cogliere le opportunità.
- ✓ **Scelta consapevole**
Solo tu puoi sapere e decidere se e quando introdurre un'attività online nella routine di tuo/a figlio/a, una scelta attenta che ti aiuta anche a definire delle regole sin dall'inizio.
- ✓ **Regole**
Stabilisci delle regole chiare, su tempi e modi di utilizzo che siano coerenti con l'utilizzo in casa da parte degli adulti della rete e dei dispositivi.
- ✓ **Esempio**
Se "chiedi" un uso consapevole e bilanciato a tuo/a figlio/a sii il primo a mostrare cosa significa!
- ✓ **Dialogo**
Parla con tuo figlio/a delle esperienze in rete, raccontate i video più belli visti da tutta la famiglia ad esempio. Tuo/o figlio/a deve sapere, in ogni momento, che la rete è un'esperienza di tutti e se ne può parlare sempre soprattutto quando si vive una situazione di disagio o preoccupazione.



GENITORI DI BAMBINI/E DI 5/8 ANNI

Cosa puoi dire loro

- ✓ Nella rete non si è mai anonimi.
- ✓ I dati personali in rete restano per sempre, non si può controllare la loro diffusione e il loro utilizzo da parte di altri.
- ✓ Come genitore sono sempre al tuo fianco, parlami se vivi un disagio in rete per un contenuto o per richieste.
- ✓ Proteggiamo insieme il tuo account, la tua identità digitale è reale!
- ✓ Non tutto quello che si vede online è vero: immagini, video possono essere modificati o falsi.



9- 11 anni: esperienze ed esplorazioni degli ambienti digitali

GENITORI DI BAMBINI/E DI 9/11 ANNI



Sicurezza

È importante accompagnare i figli nelle prime impostazioni degli account che utilizzano per le diverse esperienze in rete o per i dispositivi, in particolare quelle legate a: utilizzo dei dati da parte della piattaforma, protezione con password o eventuale autenticazione a due fattori, gestione delle modalità di contatto o commento da parte di altri utenti, le modalità per gli acquisti e le impostazioni per la gestione esclusiva dei genitori.



Regole

Devono essere spiegate in modo chiaro e adattate al contesto che si vuole regolare, ad esempio la durata di una partita di un videogioco. Le regole generali sull'utilizzo di dispositivi devono, in parte, riflettere l'uso che ne fanno i genitori in famiglia ad esempio "se ho sempre lo smartphone in mano, non posso pretendere regole troppo stringenti sul suo utilizzo da parte di mio figlio/a". Le regole devono, sempre, prevedere le responsabilità che figli e figlie devono avere prima di utilizzare un servizio della rete come, ad esempio, conoscere le regole di condotta in un videogioco multiplayer o le regole di condivisione di un social.



GENITORI DI BAMBINI/E DI 9/11 ANNI



Protezione

Tutte le applicazioni e i dispositivi sono provvisti di strumenti per la segnalazione e il supporto. I nostri figli devono conoscerli, da subito, e sapere quando e come utilizzarli. Ogni piattaforma ha uno spazio dedicato ai genitori con informazioni centrali per il benessere dei nostri figli che devono essere condivise con loro.



Età e contenuti

Lo strumento riconosciuto a livello internazionale del PEGI ti fornisce l'età adatta per il gioco e, soprattutto, ti descrive, attraverso i suoi simboli, le tipologie di contenuti che bambine e bambini incontreranno nel gioco (violenza, droga etc.).



Supervisione

Nessuno strumento di gestione e controllo può sostituire la tua presenza e supervisione. Ad esempio, la tua supervisione delle chat, spiegata in modo chiaro, rafforza la moderazione del gruppo stesso promuovendo un comportamento responsabile nel linguaggio e nei contenuti condivisi.



11- 14 anni: relazioni ed esperienze online

GENITORI DI BAMBINI/E DI 12/14 ANNI

Come? Suggerimenti utili

✓ Chat, social media e relazioni

- I social media hanno termini e condizioni d'uso, linee guida della community, impostazioni di privacy per gli utenti minorenni e centri per la sicurezza: esplorateli insieme.
- Iscriversi senza falsare l'età anagrafica: questo consente loro di beneficiare di contenuti, funzioni e attenzioni più adatti alla loro fascia di età.
- Impostate insieme le scelte di privacy di app e profili e assicuratevi che sappiano come bloccare e segnalare contatti indesiderati o inappropriati, oltre a incoraggiare a parlarvi se hanno dubbi o problemi online.
- Parla di consenso nel condividere dati propri e altrui (informazioni, contenuti, immagini), anche in una chat privata e di confini tra ciò che deve rimanere privato o intimo.
- Supporta la gestione dell'identità online, agli inizi della loro vita social, sempre cercando di non risultare invadente, e informando sulla reputazione online.

✓ Benessere digitale

- Limita il tempo online e invita a fare pause: attiva le funzioni relative al tempo di utilizzo (di singole app e/o del dispositivo) e filtri sui contenuti.
- Allontana, spegni o imposta la "modalità aereo" durante le ore notturne: evita effetti negativi sul ciclo sonno-veglia (no, usare la sveglia dello smartphone non è una buona scusa).

GENITORI DI BAMBINI/E DI 12/14 ANNI

- Spiega che è normale sentirsi esclusi a volte, anche online, e che non ci perdiamo nulla di importante se non controlliamo sempre ogni notifica.
- Le vite vissute online non rappresentano sempre la realtà o sono solo una parte di essa.
- Promuovi le interazioni positive: incoraggia tuo figlio/a a seguire profili che promuovono messaggi positivi e a evitare contenuti che possono causare stress o ansia.

✓ Comunicazione, informazione, studio

- A scuola possono chiedere aiuto ai docenti per riuscire a riconoscere le fonti attendibili, ma anche tu puoi aiutarli nel capire l'affidabilità di ciò che leggono.
- Leggere con attenzione e non credere a tutto: esistono notizie false (spesso con titoli shock, foto e video alterati) che possono convincere di una realtà completamente diversa.
- Invita a non condividere compulsivamente qualsiasi link: si rischia di far diventare virale ciò che non dovrebbe, contribuendo a diffondere qualcosa di falso, dannoso o nocivo.
- Online può essere più difficile avere percezione delle conseguenze delle proprie azioni, ad esempio condividere contenuti che possono sembrare divertenti, ma che in realtà feriscono amici o altre persone.
- Incoraggia l'espressione di sé e la creatività anche online, chiedendo sempre il permesso prima di utilizzare contenuti altrui o che riguardano anche altre persone.



- **App di controllo parentale:**
limitazioni del tempo di navigazione, accesso ad app ...

Sono uno strumento,
ma non possono
essere l'unico
strumento.

<https://www.minorionline.com/guida-minori-online/come-proteggere/>

“Regole!”

- 1) tempi
- 2) contenuti
- 3) sicurezza



“Regole!” / i tempi

- definizione dei **tempi di utilizzo** dello *smartphone* (quando si usa e per quanto tempo).



- **regole chiare per la sera e durante lo studio**
- lo smartphone deve essere spento e collocato in un **posto preciso**, anche per evitare la pratica del *vamping* (navigazione notturna).

“Regole!” / i contenuti

- Scelta condivisa dei contenuti (giochi, app..).
- Divieto di utilizzo per insulti e minacce (nemmeno per scherzo!).



Rappresentazioni di violenza



Linguaggio volgare



Paura: il gioco può spaventare i bambini



Nudità o comportamenti e riferimenti sessuali



Presenza di gioco d'azzardo



Descrizioni o riferimenti all'uso di droga



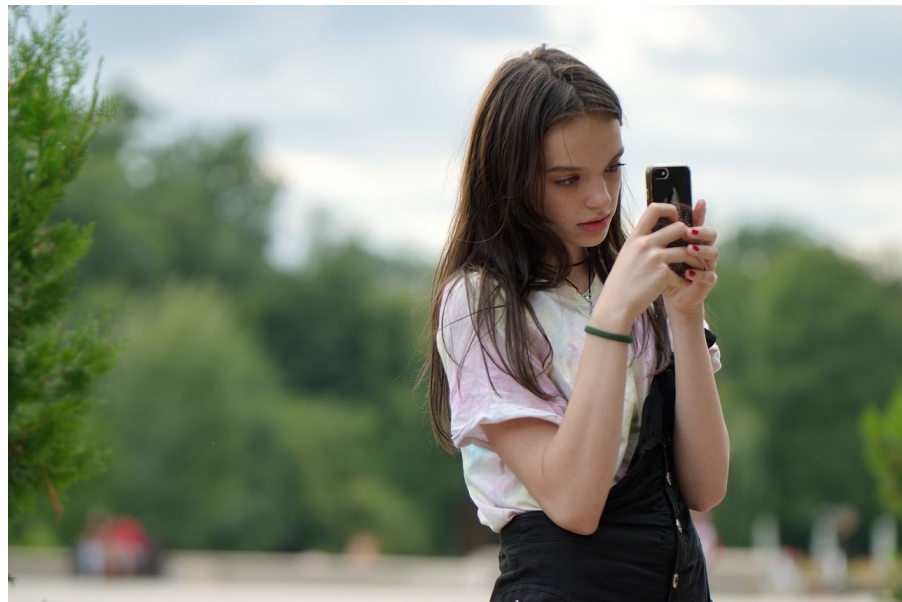
Rappresentazioni di discriminazione



Segnala la possibilità di acquisti all'interno del gioco

“Regole!” / sicurezza

- Divieto di condividere foto e numeri di telefono di altre persone, senza il loro consenso.
- Divieto di condividere foto intime e private.



Alleanze educative fra adulti

- Urgenza di un'alleanza fra tutte le figure adulte che gravitano intorno ai bambini e ai ragazzi.



Strumenti

https://www.pepita.it/mr_upload/2021/02/guida-minori-online-bassa.pdf

SIAMO **ENTUSIASTI**
DI REGALARTI QUESTO
SMARTPHONE
CHE POTRAI UTILIZZARE
PER **STUDIO** E PER
DIVERTIMENTO
MA CI SONO ALCUNE
REGOLE DA SEGUIRE

Sapremo sempre **PASSWORD E CODICI DI ACCESSO**

LIMITI DI TEMPO

Puoi usare questo smartphone _____ ore al giorno per attività non scolastiche.

RESTRIZIONI DI LUOGO

Non utilizzare lo smartphone in queste situazioni o luoghi senza autorizzazione: _____

APP

Non puoi scaricare app o giochi senza averci chiesto prima il permesso.

COMPORTEMENTO ONLINE-OFFLINE

Impegnati a trattare le altre persone con rispetto. Non insultare e non diffondere contenuti lesivi o irrispettosi. Non contattare o incontrare di persona nessuno dei contatti avuti in Rete, se non dopo averne parlato con noi.

SE **ACCETTI**
QUESTE REGOLE

NOI
PROMETTIAMO
DI

NON REAGIRE IN MODO ECCESSIVO

Se navigando in rete ti imbatti in qualcosa che ti mette a disagio, vogliamo saperlo per poterti aiutare. Promettiamo di essere accoglienti e non giudicanti.

IMPARARE COSE NUOVE

Vogliamo conoscere app, giochi e siti che visiti in modo da poterne parlare. Ci impegniamo a mantenerci informati ed aggiornati in modo da poter trascorrere del tempo online insieme.

ESSERE RESPONSABILI

Ci impegniamo ad essere prima di tutto noi l'esempio su come ci si comporta online e sui tempi e le modalità di utilizzo dei device. Rivaluteremo le regole in base alla tua crescita e al tuo comportamento.

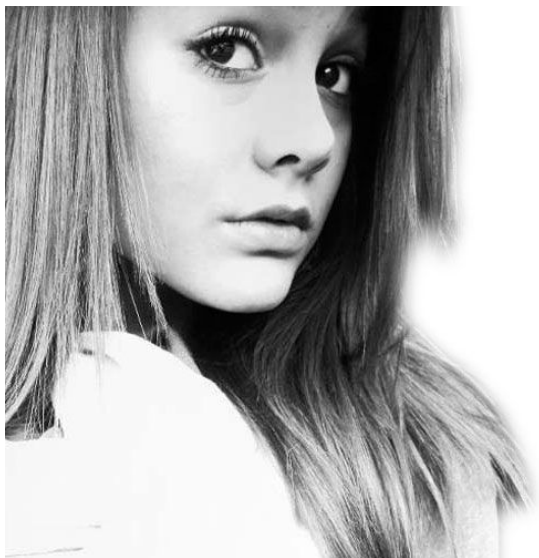
Firma del figlio

Firma dei genitori



pepita
L'ESSENZA DELL'EDUCARE

“Le parole fanno più male delle botte. Ciò che è accaduto a me non deve più succedere a nessuno”



**FONDAZIONE
CAROLINA**

FELICI DI NAVIGARE

<https://www.fondazionecarolina.org/2021>

Per saperne di più ...

<https://www.minorionline.com/>

<https://www.fondazionecarolina.org/2021/>

<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/educazione-digitale-e-la-guida-con-consigli-genitori-e-adulti>

<https://cittadinodigitale.azzurro.it/>



Dagli autori di *L'età dello tsunami*

Alberto Pellai
Barbara Tamborini

**VIETATO
AI MINORI DI
14
ANNI**



Sai davvero quando è il momento giusto per dare lo smartphone ai tuoi figli?

D'AGOSTINI

Guide pratiche



<https://www.savethechildren.it/cosa-facciamo/campagne/educazione-digitale#guida>



https://www.pepita.it/mr_upload/2021/02/guida-minori-online-bassa.pdf

**Domande, dubbi,
considerazioni?**

Nota:

Dove non altrimenti specificato, le immagini sono tratte da <https://pixabay.com/it/>

Grazie per l'attenzione!

Valeria Frigerio
PEDAGOGISTA