



Persa la connessione?

genitori-connessi.bz
eltern-medienfit.bz

**Consigli
pratici
per educare
al digitale**

1

Attenti all'acquisizione e all'utilizzo di media adeguati all'età

/10
Consigli pratici per educare al digitale

Aiutate i vostri figli ad utilizzare mezzi, apparecchiature ed offerte adeguati alla loro età. Andate insieme alla scoperta dei diversi media: informatevi su apps, siti web, giochi e video che siano consigliati per la loro fascia d'età.



I ragazzi si accorgono in fretta se gli adulti per primi fanno uso di apparecchi onnipresenti e oggetto di costante attenzione nella vita di tutti i giorni. Interrogatevi quindi sul vostro rapporto con i media. I vostri figli imparano molto da voi. La vostra condotta e le vostre abitudini influiscono sul comportamento dei vostri figli.

2

Date il buon esempio nel rapporto con i media

/10
Consigli pratici per educare al digitale



3

Interessatevi all'uso che i vostri figli fanno dei media

/10
Consigli pratici per educare al digitale

Esplorate apps, giochi e offerte online insieme ai vostri figli; questo vi aiuterà a capire meglio il loro rapporto con i media e ad accompagnarli nella loro "crescita digitale". Siate curiosi e aperti al dialogo, quando si tratta del mondo digitale frequentato dai vostri figli.



I ragazzi devono conoscere le diverse possibilità di organizzare il proprio tempo libero. In famiglia e con gli amici sostenete e favorite attività che non richiedano l'utilizzo di media, in modo che giochi, apps e internet non diventino per i vostri figli il mezzo privilegiato per contrastare la noia, i problemi e lo stress.

4

Cercate alternative che non prevedano l'uso dei media

/10
Consigli pratici per educare al digitale



5

Fissate dei limiti di tempo per l'utilizzo dei media

/10
Consigli pratici per educare al digitale

I mezzi digitali espongono i nostri sensi a stimoli costanti, a cui risulta difficile sottrarsi. Invitate i vostri figli a spegnere le apparecchiature e a prendersi delle pause. Non esiste una ricetta universale che determini quanto spesso e quanto a lungo i ragazzi debbano utilizzare i media: ogni ragazzo e ogni famiglia sono diversi. Cercate di osservare quale grado di utilizzo sia giusto per i vostri figli e per le vostre abitudini familiari e sia tale da lasciare ai vostri ragazzi tempo sufficiente per altre attività emozionanti e creative. La regola di fondo è che quanto più i ragazzi sono giovani, tanto più occorrono accompagnamento e regolamentazione da parte dei genitori.



6

Non lasciate soli i vostri figli nell'universo digitale



10

Consigli pratici per educare al digitale

Se i ragazzi utilizzano internet, si trovano di fronte ai contenuti più disparati, tra cui anche immagini pornografiche, video violenti o messaggi di odio. Inoltre i vostri figli potrebbero doversi confrontare con episodi di cyberbullismo, sia in qualità di vittime, sia essi stessi nel ruolo di "bulli digitali". Parlatene apertamente con loro e non lasciate- li soli.

7

Attenzione alla pubblicazione di dati personali in rete



10

Consigli pratici per educare al digitale

Spiegate ai vostri figli quali informazioni appartengono alla sfera privata e quali invece a quella pubblica. Foto imbarazzanti, dati personali e confidenze intime consegnati nelle mani sbagliate, possono diffondersi velocemente in rete e avere conseguenze spiacevoli. Attenzione: la raccolta, l'utilizzo e lo sfruttamento a proprio vantaggio dei dati forniti dagli utenti rientrano nelle normali pratiche commerciali di apps gratuite, social media e motori di ricerca.

10

Fatevi aiutare



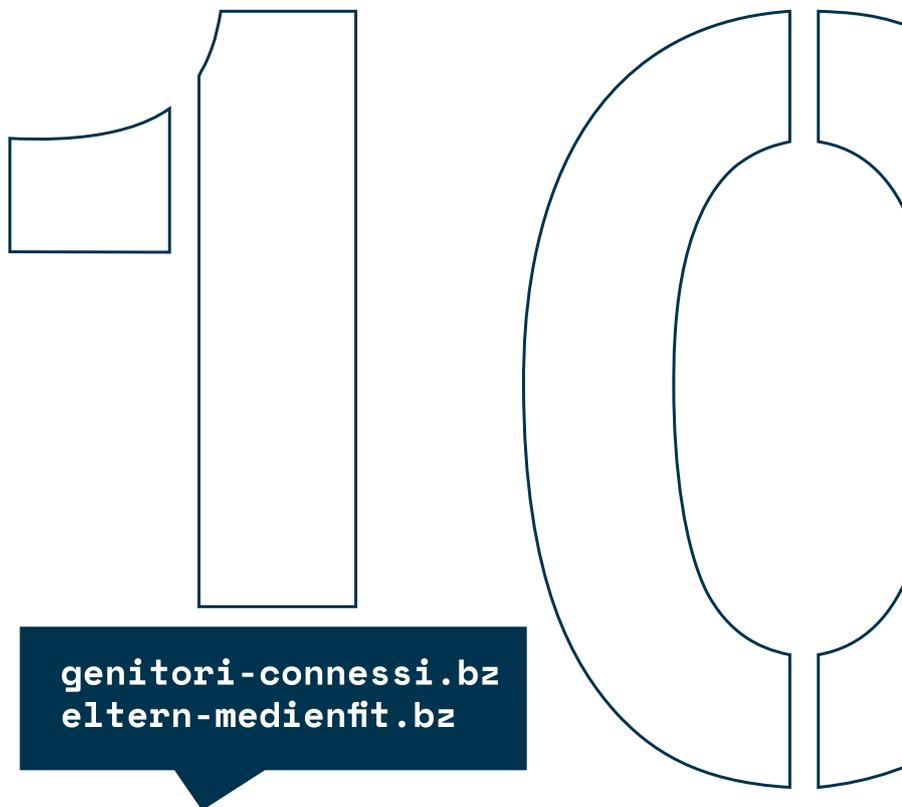
10

Consigli pratici per educare al digitale

I genitori non devono essere degli esperti per affiancare i propri figli nella loro "crescita digitale". Un interesse sincero e una certa curiosità per il mondo giovanile possono già fare molto. Ciononostante ci sono situazioni in cui anche i genitori possono aver bisogno di aiuto: vostro figlio o vostra figlia non si stacca dal video, si isola sempre più dal mondo circostante, non mostra alcun interesse ad attività alternative che non comportino l'uso di dispositivi digitali, trascura i contatti con i ragazzi della sua età o è oggetto di commenti astiosi, cyberbullismo o criminalità digitale? Su www.genitori-connessi.bz trovate i contatti per le diverse offerte di consulenza esistenti in Alto Adige.

I media digitali sono ormai una componente fissa della nostra quotidianità. Anche i bambini, oggi, si trovano a crescere in un mondo mediatico altamente variegato, con il quale entrano in contatto sempre più precocemente. In questo contesto, hanno bisogno di essere accompagnati da interlocutori fidati. Per i genitori è difficile tenere il passo con i cambiamenti repentini che caratterizzano l'universo digitale e si sentono spesso sopraffatti.

Genitori-connessi rappresenta un'offerta di sostegno per i genitori alle prese con l'uso di media digitali in famiglia. Qui trovate 10 consigli per sostenervi nell'educazione digitale dei vostri figli e per incoraggiarvi a fronteggiare utilizzo che essi fanno dei mezzi digitali. Questo opuscolo rimanda ad un sito web, sul quale potrete trovare informazioni più dettagliate sul progetto.



Avviato da



AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL
Familienagentur



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Agenzia per la famiglia

In collaborazione con



Polizia Postale e
delle Comunicazioni
Sezione di Bolzano

Consulta provinciale dei
genitori per le scuole delle
località ladine