



icsemba/2022-6.7

Numero di protocollo associato al documento come metadato (DPCM 3.12.2013, art. 20). Verificare l'oggetto della PEC o files allegati alla medesima. Data di registrazione inclusa nella segnatura di protocollo.

A TUTTE LE FAMIGLIE
(tramite REL)

e, p.c. Docenti SP e SSPG
Tecnico informatico

Oggetto: Smartphone e social media - Indicazioni per le famiglie

Smartphone e social media: un mondo in cui è facile perdersi

I ragazzi in età scolastica iniziano o già fanno uso di social media e smartphone come strumenti di comunicazione, studio e svago. Questi strumenti offrono potenzialità enormi, ma devono essere usati correttamente. È opportuno, che i genitori li conoscano e sappiano riconoscere alcuni aspetti negativi legati al loro uso e i possibili interventi per mitigare i problemi. Un errato uso di questi mezzi può portare i ragazzi a problemi come **dipendenza**, **disturbi del sonno** e dell'**attenzione**, danni alla **vista**.

Alcuni dei problemi che possono verificarsi

Attenzione - *Si ricorda che alcuni comportamenti illegittimi su social e smartphone possono dare origine ad azioni legali da parte delle persone danneggiate; in questo caso, poiché gli studenti sono minorenni, i genitori saranno chiamati a rispondere economicamente dei danni in sede civile.*

Cyberbullismo - Si tratta di azioni violente e intimidatorie esercitate da un singolo, o da un gruppo, su una vittima, perseguendola con messaggi, immagini e video offensivi inviati tramite smartphone o pubblicati sui siti web tramite Internet.

Esposizione a contenuti non appropriati - Tramite social e smartphone possono essere diffusi contenuti violenti, pornografici, o comunque non adatti alla fascia di età degli studenti.

Vamping - Trascorrere parte della notte svegli, anche fino alle prime ore del mattino, per socializzare, chattare e tenere contatti con gli altri utenti della rete. È associato a irritabilità e nervosismo, scarsa attenzione, scarso rendimento a scuola.

Grooming (adescamento) - Complesso fenomeno di manipolazione psicologica con cui gli adolescenti sono indotti progressivamente a stabilire un rapporto di "amicizia" o "affetto" con un estraneo (predatore). Quando il rapporto si è consolidato, il predatore progressivamente cerca di allontanare la vittima dai suoi reali affetti (genitori, amici) e inizia a rivolgere richieste pressanti, ad esempio di fotografie intime, minacciando altrimenti di interrompere la relazione. È fortemente legato al bisogno degli adolescenti di sentirsi amati e di stabilire relazioni affettive.

Dipendenza - L'ambiente virtuale (social, videogiochi) gradualmente assorbe completamente l'attenzione dei ragazzi, che sentono bisogno di dedicarvi una quantità di tempo sempre crescente.

Acquisti online e in-game. All'interno dei videogiochi sono sempre più diffusi acquisti (con denaro reale) di beni per aumentare le proprie possibilità di vincere o solo per estetica (upgrades, skins, loot boxes, ecc.). Si possono facilmente accumulare decine o centinaia di Euro di spesa senza quasi rendersene conto.



Diffusione di dati personali propri o altrui e violazioni della sfera della riservatezza personale.

I ragazzi possono diffondere più o meno consapevolmente informazioni personali proprie o di altri. Questo può provocare danni di immagine, economici e violazioni di privacy. Nei casi più gravi può costituire un reato. A questo si associa anche la diffusione di foto, video privati o inappropriati, ecc.

Rapporti con persone non adeguate. Su social, giochi online e altri ambienti virtuali è molto facile dissimulare la propria identità e fingere di essere altro rispetto a ciò che si è veramente. I ragazzi (e non solo) possono essere indotti ad avvicinarsi a persone che fingono di essere, ad esempio, loro coetanei, senza esserlo.

Per i genitori: tenere d'occhio i 10 campanelli di allarme

1. Aumento o perdita di peso
2. Mal di testa e mal di schiena
3. Disturbi visivi o problemi agli occhi
4. Modifiche nei ritmi del sonno
5. Scarsa igiene personale
6. Connessione online che sostituisce i rapporti dal vivo
7. Mancanza di interessi nelle attività della vita quotidiana e incapacità di parlare di cose diverse da quelle che si vedono in internet
8. Scarsi risultati scolastici
9. Sintomi da astinenza quando il dispositivo è inaccessibile
10. Controllo compulsivo delle informazioni online

Per i genitori: buone pratiche per prevenire i problemi

Lasciare a casa smartphone e smartwatch quando gli studenti sono a scuola: i ragazzi non hanno necessità di questi strumenti, che invece possono essere facilmente persi o danneggiati. La possibilità di contattare le famiglie è sempre garantita tramite il telefono della scuola.

Mantenere aperto il dialogo con i figli, senza demonizzare e drammatizzare. I ragazzi devono sentirsi tranquilli nel riferire al genitore problemi, comportamenti scorretti (anche propri), ecc.

Dare un esempio costruttivo e positivo di utilizzo di social e smartphone.

Porre regole e limitazioni all'uso di social e smartphone (fasce orarie, ore di utilizzo giornaliero, ecc.)

Conoscere i regolamenti e il funzionamento dei social in merito all'età di accesso. Se possibile, condividerne l'uso con i ragazzi.

Non fornire ai ragazzi credenziali per **mezzi di pagamento online** (carte di credito).

Utilizzare i **mezzi tecnici** per eliminare l'esposizione a contenuti non appropriati (filtri sui contenuti sulla rete di casa, *parental control*).

Per i genitori - Cosa fare se accade

- **Consigliate ai ragazzi di non reagire allo stesso livello, se provocati online**
- **Spiegate loro che è importante conservare le tracce di ciò che accade online**
- **Segnalate i contenuti e bloccate i contatti**
- **Ascoltate i vostri figli**

Per tutti - Sei in difficoltà? Ecco a chi rivolgerti

- **Docenti - Dirigente scolastico**
- **Carabinieri - Polizia Postale**



Possibili fonti di informazioni

<https://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo>

<https://www.dipendenze.com>

<https://www.cyberbullismo.com>

<https://www.generazioniconnesse.it>

f.to LA DIRIGENTE SCOLASTICA
dott.ssa Licia Campi

Questa nota, se trasmessa in forma cartacea, costituisce copia dell'originale informatico firmato digitalmente predisposto e conservato presso questa Amministrazione in conformità alle regole tecniche (artt. 3 bis e 71 D.Lgs. 82/05). La firma autografa è sostituita dall'indicazione a stampa del nominativo del responsabile (art. 3 D. Lgs. 39/1993).

