

Vi proponiamo la lettura del seguente articolo, condiviso durante la Conferenza Bullout organizzata da ATS nelle giornate 7/14 novembre a Milano, potete trovare altri approfondimenti nella sezione dedicata sul sito dell'Istituto <https://www.icsdavinci.edu.it/index.php/cyberbullismo>

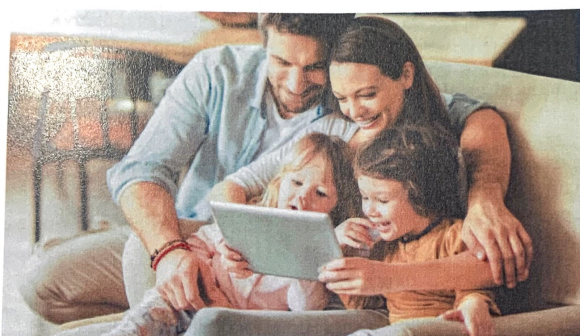
Premesso che il codice della Privacy italiano prevede che l'età minima per iscriversi a un social network sia di 14 anni, chi non li ha ancora compiuti può farlo solo previo consenso da parte dei genitori. Il Regolamento Europeo (GDPR) prevede una soglia minima di 16 anni.

Vi è tuttavia la possibilità per gli Stati membri di stabilire per legge un'età diversa, purché non inferiore a 13 anni. L'articolo 8 del GDPR prevede che le piattaforme si adoperino "in ogni modo ragionevole" e, per verificare che i genitori abbiano prestato il proprio consenso nei casi di iscrizione di bambini di età inferiore ai 13 anni, utilizza tutte le "tecnologie disponibili". Il problema è che di solito non viene eseguito alcun controllo, e il risultato è che sul web sono presenti con un proprio profilo social tantissimi bambini e ragazzi che non potrebbero in realtà avere accesso a queste piattaforme.

MEDIA & INTERNET

## Utilizzare i media in modo adeguato all'età

La questione dell'uso corretto dei media digitali nell'educazione quotidiana è un problema costante. Come linea guida per i genitori, lo psicoanalista Serge Tisseron ha adattato le sue regole 3-6-9-12 alle nuove circostanze. Le sue raccomandazioni in sintesi.



I media digitali fanno parte della nostra vita quotidiana e i bambini devono imparare come gestirli. Per i genitori ciò significa saperli accompagnare in questo processo di apprendimento. Anni fa, lo psicoanalista francese Serge Tisseron ha riconosciuto questa necessità e con le regole del 3-6-9-12, ha sviluppato per la prima volta raccomandazioni per

diverse fasce d'età. Sulla scia del rapido sviluppo dei media digitali, Serge Tisseron ha rielaborato alla fine del 2019 le sue raccomandazioni guida. Fondamentalmente, incoraggia i genitori ad accompagnare i bambini nella gestione dei media, ad introdurli nel mondo digitale e a sostenere il loro apprendimento. Nella sua nuova raccomandazione 3-6-9-12 prende le distanze dalle sue precedenti indicazioni sull'età da cui partire per l'utilizzo di schermi, console di gioco o di Internet. Ora si tratta piuttosto di promuovere la competenza mediatica dei bambini passo dopo passo.

### Le regole sull'uso dei media devono essere adeguate alla famiglia

Non c'è una regolamentazione generalmente valida sul tempo trascorso davanti allo schermo. I tempi consigliati forniscono un quadro di riferimento, ma questo non è sufficiente. È importante che l'educazione ai media si adatti alla famiglia e alle convinzioni dei genitori. È consigliabile stabilire poche ma chiare regole sull'uso dei media. Cercando e mantenendo valori e obiettivi, i genitori acquisiscono un **atteggiamento personale** che li aiuta ad agire con fiducia nei confronti dei loro figli.

I punti più importanti sono riassunti e divisi in quattro fasce d'età. Ulteriori informazioni sulla regola 3-6-9-12 sono disponibili sul sito [www.3-6-9-12.org](http://www.3-6-9-12.org).

### Le nuove regole del 3-6-9-12

BAMBINI PICCOLI FINO A TRE ANNI

BAMBINI DAI TRE AI SEI ANNI

BAMBINI DAI SEI AI NOVE ANNI

BAMBINI DAI NOVE AI DODICI ANNI

RAGAZZI A PARTIRE DAI DODICI ANNI

"L'importante è applicare i principi e i valori di sempre anche a questo ambito dell'educazione. Senza paura, perché le nuove tecnologie non possono essere evitate o ignorate: fanno parte della nostra vita e, ancor più, di quella dei nostri figli." (tratto dal libro "iRules" di J.Burley Hofmann)

Per proteggere i nostri bambini dai pericoli degli schermi e insegnare loro a guidarsi e proteggersi da soli

**Prima dei 3 anni: giochiamo, parliamo, smettiamo di guardare la TV.**

A questa età, il bambino costruisce la sua personalità e il suo cervello. Più tempo trascorre davanti agli schermi, meno ha per il gioco creativo, le attività interattive e altre esperienze cognitive sociali fondamentali. Abilità come condivisione, apprezzamento e rispetto per gli altri, che sono radicate nella prima infanzia, sono minacciate.

Il bambino deve acquisire a questa età le quattro basi della sua futura socializzazione: linguaggio, capacità motorie, capacità di attenzione e concentrazione e riconoscimento delle espressioni facciali.

Queste abilità non sono aiutate dagli schermi.

Queste abilità si sviluppano solo in una relazione viva e interattiva con un adulto o un altro bambino.

*Il nostro consiglio: non lasciare mai un bambino davanti a uno schermo o in una stanza con uno schermo acceso. Ma questo non ti impedisce di giocare di tanto in tanto usando un'app divertente, ma ovviamente è per un breve periodo di tempo e sempre in uso accompagnato.*

**Dai 3 ai 6 anni: limita gli schermi, condividili, parla in famiglia**

A questa età, il bambino rafforza le sue acquisizioni e inizia ad imparare l'autoregolazione. Ne fanno parte anche i limiti di tempo davanti allo schermo: da mezz'ora a 3 anni fino a un massimo di 1 ora al giorno a 6 anni. Lo schermo è un momento di condivisione con un genitore.

Non proiettare mai nella stanza, gli schermi devono essere in una sala comune. Dovremmo evitare di usarli anche **la sera** (i led interrompono i ritmi del sonno), **a tavola** o **per calmare il bambino**.

Lo slogan "no personal console prima dei 6 anni", lanciato nel 2008 nell'ambito della campagna "3-6-9-12", significa non offrire uno strumento digitale personale al bambino prima dei 6 anni, perché questo rende quasi impossibile controllarlo. Gli strumenti digitali devono essere adatti alle famiglie.

È anche importante impostare una fascia oraria giornaliera in cui il bambino si abitui ad associare gli schermi a una durata.

Infine, non dimentichiamo di incoraggiare le attività fisiche e la creazione manuale come piegare, tagliare, incollare, cucinare, fai da te...

*Il nostro consiglio: condividiamo il tempo passato davanti allo schermo con nostro figlio e parliamo con lui di ciò che vede e fa con lui.*



### **BAMBINI PICCOLI FINO A TRE ANNI**

Gli smartphone o i tablet devono essere utilizzati da bambini piccoli solo se accompagnati. I genitori non dovrebbero dare loro dispositivi digitali semplicemente in mano e dovrebbero limitare la durata dell'utilizzo e il contenuto. Se ci sono neonati e bambini piccoli nella stanza si consiglia di spegnere il televisore. I media digitali esercitano un'attrazione magica anche sui bambini piccoli. Gli effetti sonori e d'immagine, così come il ritmo solitamente veloce, spesso stimolano eccessivamente il sistema nervoso. I neonati e i bambini piccoli osservano esattamente come i genitori utilizzano gli strumenti digitali e l'importanza che attribuiscono a questi dispositivi. I genitori esercitano quindi una grande influenza sui figli e possono utilizzare il loro ruolo di figura di riferimento in modo positivo. Non appena i genitori spengono lo schermo, segnalano alla bambina, o al bambino, che sta ricevendo la loro attenzione e le loro cure.

Sebbene questi requisiti siano ovvi, non sempre si riesce ad applicarli nella realtà. A volte si ha il bisogno di avere un attimo di respiro e perciò si sfrutta l'effetto dei media. Ciò è comprensibile, eppure i genitori dovrebbero gestire l'uso di smartphone e tablet e utilizzarli nel modo più mirato possibile.

### **BAMBINI DAI TRE AI SEI ANNI**

I genitori dovrebbero limitare la durata del tempo allo schermo ai bambini in età prescolare. È anche importante selezionare i contenuti adatti e utilizzare i media digitali insieme. Attraverso regole chiare il bambino sa cosa gli è permesso fare e cosa no. Il principio di base è: niente schermo durante i pasti, prima di andare a dormire o per calmare la bambina o il bambino. Anche l'uso dei media digitali per premiare o punire non è consigliabile. Inoltre è meglio non usare questo genere di dispositivi come babysitter. La noia è un'esperienza importante e aiuta i bambini a ritrovare la calma. In questo momento di vuoto c'è tempo per sviluppare idee, essere attivi e diventare creativi.

Anche queste raccomandazioni sono intese come linee guida. È comprensibile che la vita quotidiana a volte funzioni in modo diverso. Ogni tanto i genitori sono contenti che i bambini siano impegnati per un momento e che loro possano finire qualcosa di importante in pace. Non c'è nulla da obiettare, se questo non diventa la regola. E i genitori dovrebbero sempre sapere con quali contenuti mediatici i bambini hanno a che fare quando sono da soli davanti allo schermo.

Ulteriori informazioni sono reperibili nell'articolo [Gestione dei media digitali in età prescolare](#).

### **BAMBINI DAI SEI AI NOVE ANNI**

Per utilizzare i media digitali in modo creativo, i bambini hanno bisogno di conoscere e comprendere i principi di Internet. In modo adeguato all'età della loro bambina, o del loro bambino, i genitori dovrebbero indicare i rischi e le opportunità dei media digitali. Ciò comprende che i bambini sappiano: i dati che si trovano in rete non possono mai essere completamente cancellati e sono resi pubblici. Inoltre non si dovrebbe credere a tutto ciò che si può vedere o leggere su Internet. Prestando attenzione a condividere dati personali, la bambina, il bambino, garantisce la propria privacy. C'è ancora bisogno di regole chiare, di una selezione di contenuti appropriati e di un equilibrio tra il tempo allo schermo e le attività senza media. I genitori dovrebbero limitare i tempi e i luoghi dell'accesso ai media digitali. Per esempio, il tablet, la televisione e il computer non devono stare nella cameretta dei bambini.

Più i bambini diventano grandi, più aumentano i margini di trattativa. Gestire qualcosa in modo equilibrato non significa che debba essere sempre uguale. Una domenica piovosa o il periodo delle vacanze può essere sicuramente organizzato in modo molto diverso dalla «normale» vita quotidiana.

### **BAMBINI DAI NOVE AI DODICI ANNI**

Con l'avanzare dell'età dei bambini, gli accordi vengono concordati e determinati insieme. Entrambe le parti presentano le proprie esigenze, valutano le esperienze acquisite e si cercano suggerimenti. Un atteggiamento aperto e rispettoso permette a genitori e figli di scoprire quali regole sono fattibili e accettabili. Tuttavia i genitori devono prendere alcune decisioni da soli. Ad esempio, se il bambino può o meno utilizzare Internet senza la loro presenza. Le discussioni con il bambino sostengono tali processi decisionali. Questo vale anche per la domanda su quando ha senso avere un cellulare proprio.

Non sempre le cose vanno bene quando i genitori decidono diversamente da come vorrebbero i figli. Occorrono spiegazioni sul perché certe cose non sono tollerate. È possibile che alcune decisioni non vengano comprese perché le esigenze sono diverse o le aspettative non vengono soddisfatte. Ciò richiede energia e non è sempre facile per i genitori sopportare il malcontento e rimanere fedeli ai principi educativi. Molto probabilmente gli accordi dovranno essere adattati di volta in volta.



## RAGAZZI A PARTIRE DAI DODICI ANNI

Ad un certo punto la ragazza, o il ragazzo, inizia a navigare in Internet da sola/o. Grazie a introduzioni, accordi comuni e confini chiari, i genitori aprono nuovi ambiti di apprendimento e di sperimentazione ai loro figli. Come in precedenza, sono ancora necessarie fasce orarie fisse e la disponibilità dei genitori. Anche se il ruolo di genitore è ora più di accompagnamento, le discussioni su download, plagio, pornografia, bullismo e molestie, rimangono importanti. E di notte Wi-Fi e cellulari dovrebbero essere spenti. Anche se è importante che i genitori rispettino la privacy dei propri figli, è altrettanto importante che il sonno notturno sia libero dai media.

I bambini e i giovani dovrebbero sempre continuare ad essere informati su pericoli quali Cyberbullismo, Cybergrooming, Sexting e le violazioni della legge. In questo modo imparano a comportarsi in modo appropriato e ad affrontare i problemi. Un rapporto di fiducia reciproca dà ai giovani la certezza che i loro genitori sono lì quando vogliono parlare di qualcosa o hanno bisogno di aiuto.

Anche se richiede pazienza e non è sempre facile, è utile che i genitori mostrino comprensione e apertura anche nelle situazioni difficili. Vale la pena prendersi il tempo per parlare. Anche se a volte non sembra, i giovani prendono dai loro genitori più di quanto credano. Eppure, i genitori degli adolescenti devono imparare ad accettare che il figlio o la figlia abbia sempre più spesso le proprie, e forse diverse, opinioni. Un dialogo costruttivo e «tranquillo» è un buon metodo, anche se a volte richiede un po' di pazienza.

### Ulteriori contenuti sul tema



#### Consigli utili per genitori sul tema dei videogiochi

A bambini e giovani piacciono i giochi elettronici, tuttavia ciò causa conflitti in famiglia.



#### Piacere invece di frustrazione nei confronti dei media digitali

Un atteggiamento aperto è d'aiuto per un approccio rilassato verso i media digitali in famiglia.



#### Utilizzare in modo ragionevole il tempo allo schermo

Informazioni sulla durata di utilizzo e altri criteri importanti per un uso equilibrato dei media...

<https://www.projuventute.ch/it/genitori/media-e-internet/regola-3-6-9-12>