

Premessa

Il digitale fa parte della quotidianità del XXI° secolo e la sua presenza capillare produce conseguenze di vario genere anche sull'infanzia e l'adolescenza. Come adulti e ancor più come genitori, ci sentiamo chiamati e siamo interessati e interessate ad avere un ruolo significativo nell'educazione dei giovani a un uso consapevole del web e dei dispositivi e a contribuire ad una rivoluzione culturale in questo senso, in parte già in atto, che veda le persone soggetti attivi nella vita digitale e non solo soggetti passivi o potenziali "acquirenti" del web.

Siamo consapevoli che la ricerca ha messo in luce l'esistenza di associazioni negative tra l'uso intensivo dello smartphone e dei social media e il benessere e la salute mentale dei preadolescenti. Le statistiche mostrano, inoltre, un progressivo abbassamento dell'età di arrivo dello smartphone: già in prima media la grande maggioranza dei/le bambini/e ha a disposizione un dispositivo personale. **Studi italiani e internazionali** concludono che la precocità di arrivo dello smartphone si associa a minori performance scolastiche, minori competenze digitali e minore benessere nel lungo periodo [1, 2, 3]. Dalle ricerche emerge inoltre che i problemi di adescamenti on-line, cyberbullismo e nuove dipendenze digitali si concentrano e/o prendono avvio nella preadolescenza.

Se la salute dei giovani è il primo dei nostri interessi, siamo consci che esistano anche conseguenze legali per usi illeciti o al di fuori della legalità degli strumenti digitali. Secondo la legislazione italiana, infatti, un minore può effettuare accesso autonomo alle piattaforme social e a molte app online **a partire dai 14 anni**, età dalla quale diventa anche responsabile penalmente dei propri atti. I genitori ne mantengono però la responsabilità civile fino al compimento dei 18 anni e per questo motivo hanno il dovere di fare tutto il possibile per impedire il compimento di atti illeciti. La dimostrazione dell'assolvimento di tale obbligo è necessaria per evitare una propria responsabilità risarcitoria. Così, la giurisprudenza ha ritenuto che padre e madre siano tenuti, per esempio, a controllare le chat del figlio, anche se contenute nel suo smartphone personale, al fine di evitare illeciti [4].

La sfida per un utilizzo più sano del digitale si vince soltanto insieme. Alcune esperienze lo confermano già in modo piuttosto chiaro. Si tratta allora di favorire l'incontro tra genitori, insegnanti e le molte altre figure educative con cui un ragazzo/a si trova a contatto in modo che possano individuare insieme poche semplici regole su cui sia possibile trovare un accordo, a cominciare dall'età giusta per cominciare a usare uno smartphone.

Ci impegniamo dunque ad essere adulti significativi e di esempio in tutti gli ambiti che abbiamo citato, con il nostro impegno personale e collettivo, anche nel dialogo con gli altri adulti di riferimento della comunità educante, sia essa quella familiare allargata, scolastica, sportiva o dell'associazionismo.

Per questo, decliniamo il **Patto digitale** in tre ambiti: "In famiglia", "Tra famiglie", "Con la scuola e le altre agenzie educative".



Il possesso dello Smartphone

1. Lo smartphone non è scontato. Né averlo né usarlo. Al pari dell'automobile, richiede si possa usare dopo una certa età e dopo un periodo di accompagnamento da parte di un adulto
2. Se possibile, attendere a consegnare uno smartphone personale connesso a Internet almeno fino alla **fine della terza media [5]**. Nel caso in cui sia necessario fornire prima un telefono a figli e figlie, privilegiare telefoni senza internet e, se possibile, senza telecamera. Riconsiderare l'utilizzo del telefono fisso anche per educare ragazzi/e ad una comunicazione "parlata" e non mediata da schermi
3. Se abbiamo già consegnato lo smartphone **possiamo comunque aderire al patto rispettando gli altri punti.**

In Famiglia

1. Riconoscere **che non è legale l'utilizzo di Whatsapp e di tutti i social network** fino ai 13 anni. Educare ed educarsi al rispetto dei limiti di età delle app.
2. **Limitare il numero e il tipo di app** installate nello smartphone, in particolare quelle legate al mondo dei video games, spesso collegate al tema degli acquisti in-app e a potenziali adescamenti online. Conoscere e rispettare lo standard PEGI ([Pan European Game Information](#)) per il mondo dei video games.
3. Concordare con figli e figlie un **limite di tempo giornaliero** di accesso allo smartphone e agli schermi per attività ludiche (ad es. un'ora al giorno). Per evitare la frustrazione, nel caso di videogioco, dare un limite legato al livello da raggiungere. Per l'uso scolastico, utilizzare una postazione **PC in luogo comune** e di passaggio della casa.
4. Regolamentare e rispettare l'uso **per tutta la famiglia nei tempi e luoghi condivisi**, evitandone l'uso a tavola, in bagno, camera da letto. Per la sveglia, privilegiare altri strumenti, come una sveglia tradizionale. Più in generale abituarsi ad una riflessione che si sintetizza con una domanda: **"è necessario utilizzare il dispositivo in questo momento?"**
5. Tentare, ove possibile e con buon senso, forme momenti di **disconnessione digitale** in orario serale e nel fine settimana e individuare un luogo fisico dove riporre i dispositivi, come una cestina all'ingresso di casa.
6. Dialogare sulla vita digitale, favorendo una **verifica dei contenuti delle chat dei figli** (legalmente, fino ai 18 anni). Accordarsi sul controllo delle chat come prerequisito per la consegna dello smartphone. Attivare il "parental control" dei dispositivi non solo per un monitoraggio delle attività online da parte dei minori, ma anche per un confronto dialogico sulle modalità e gli usi del web.
7. **Le foto** e lo smartphone: educare al concetto della **"privacy"**, propria e altrui, e del **consenso**. Ad esempio, non mettere foto proprie o di altre persone nello stato di WhatsApp, non condividere foto proprie o altri nelle chat. Sensibilizzare gli adulti al concetto dello sharenting e delle immagini condivise.

Tra famiglie

1. A partire dal **controllo delle chat dei figli** da parte dei genitori, segnalare reciprocamente e tempestivamente l'insorgere di dinamiche pericolose (bullismo, condivisione di foto inopportune, pornografia, ecc).



2. Proporre **alternative al digitale** per adulti e ragazzi. Favorire serate/pomeriggi per mamme, per papà, per i ragazzi, tra famiglie. Proprio come accade nel nostro quartiere, in tutto il mondo “tecnologico” stanno tornando di moda anche momenti sociali, come corsi di ceramica, gruppi di uncinetto o serate dedicate a giochi da tavolo e lettura [6].

Con la scuola e le altre agenzie educative

1. Sensibilizzare il personale docente e la scuola a limitare al minimo necessario l'uso di “class-room” per lo studio a casa.
2. Il **registro elettronico** plasma il rapporto tra scuola e famiglie, “sminuendo” il ruolo e la responsabilità dei ragazzi. Confermare lo strumento del **diario cartaceo** come riferimento unico dei compiti a casa. Accordarsi con la scuola affinché i voti siano registrati almeno 48 ore dopo per favorire la comunicazione e presa di coscienza da parte dei ragazzi.
3. Evitare l'accesso ai cellulari per i compiti e durante i compiti, affinché i ragazzi non ricorrano all'uso di **Intelligenza Artificiale per lo studio**.
4. Per le ricerche, privilegiare i libri e le enciclopedie. Confrontarsi con i/le docenti affinché si sottolinei l'importanza del patrimonio librario e bibliotecario scolastico e cittadino, al fine di insegnare ai ragazzi/e ad orientarsi nelle fonti di ricerca fisiche. Riteniamo utile anche una educazione alla ricerca consapevole e attendibile sui motori di ricerca.
5. In caso di lavori di gruppo scolastici, agevolare l'organizzazione in classe, ad esempio concedendo 5 minuti a fine lezione per fissare l'incontro, per favorire un'organizzazione ragionata e non “last minute” dei ragazzi/e e limitare il ricorso alle chat nei pomeriggi dopo scuola.
6. **Sensibilizzare gli educatori** dei gruppi sportivi, ricreativi, scout etc. ad un uso consapevole del materiale digitale, per evitare la pubblicazione di foto di minori nelle relative chat e sulle piattaforme social, consci che il materiale fotografico online può essere dato in pasto alle intelligenze artificiali, educate dai propri utenti alla trasformazione di foto generiche in foto erotiche, e spesso oggetto di futuri furti di identità.

3

Riferimenti bibliografici

- [1] Gui, M., Gerosa, M., Vitullo, A., & Losi, L. (2021). [L'età dello smartphone. Un'analisi dei predittori sociali dell'età di accesso al primo smartphone personale e delle sue possibili conseguenze nel tempo](#). Report del Centro di ricerca Benessere Digitale, Università di Milano-Bicocca.
- [2] Jaalouk, D., & Boumosleh, J. (2018). [Is smartphone addiction associated with a younger age at first use in university students?](#) Global Journal of Health Science, 10(2), 134.; Han, S. (2022).
- [3] [Impact of smartphones on students: How age at first use and duration of usage affect learning and academic progress](#). Technology in Society, 102002.
- [4] Trib. Caltanissetta, sent. dell'8.10.2019; Cass. sent. n. 19069 del 5.09.2006; Trib. Teramo, sent. del 16.01.2012; Trib. Milano sent. del 16.12.2009; Cass. civ. sez.III 28/09/09 n°18804, costituzione art. 30, art.147 c.c., Cass. civ. sez. III 19/02/2014, n° 3964). [https://www.laleggepertutti.it/380116 cosa-rischiano-i-genitori-che-non-controllano-il-Telefono-dei-figli](https://www.laleggepertutti.it/380116_cosa-rischiano-i-genitori-che-non-controllano-il-Telefono-dei-figli)
- [5] A. Pellai, “Vietato ai minori di 14 anni”.



[6] Internazionale, newsletter del 15.3.2026, “Alla riscoperta degli hobby analogici”.

