FONDAZIONE
PATTI
DIGITALI

MANIFESTO DELL'EDUCAZIONE DIGITALE DI COMUNITÀ

Negli ultimi decenni, il processo di digitalizzazione ha aumentato la complessità del compito educativo dei genitori. Internet, i social media, gli smartphone e per ultima l'intelligenza artificiale generativa determinano una condizione di "connessione permanente" che per tutti implica scelte che riguardano tempi, luoghi, modalità e contenuti dell'utilizzo delle tecnologie. **Per ciò che riguarda i minori, l'ingresso in questa condizione è sempre più accelerato e i genitori manifestano una percezione sempre più diffusa di impreparazione**, sia dal punto di vista tecnico sia da quello delle scelte educative.
Il momento della consegna dello smartphone è, simbolicamente e nella pratica, quello dove emergono maggiormente queste problematiche. Spesso i genitori concedono uno smartphone ai propri figli preadolescenti per non farli sentire diversi. Inoltre, la **forte pressione sociale e commerciale** contribuisce a generare l'impressione che non ci sia modo di prevedere un ingresso nel mondo digitale più lento e pensato. Ci sono poi questioni delicate come la protezione dei figli quando sono fuori casa, l'inclusione nel gruppo dei pari e l'autonomia nello svolgimento di alcune operazioni quotidiane, spesso legate alla scuola, questioni che ad oggi sembrano poter essere risolte solo con la concessione di una connessione libera e permanente.

Alcune rilevazioni mettono in luce che in larga maggioranza le famiglie ritengono che l'arrivo di smartphone e social nelle mani dei minori andrebbe posticipato, per consentire un adeguato accompagnamento all'uso dello strumento, ma non riescono nei fatti a realizzare questo proposito.[1] Tale posizione è suffragata dalla **ricerca scientifica e dai pronunciamenti delle associazioni pediatriche di tutto il mondo**, oltre che dalle norme europee e italiane (si veda il paragrafo "Le motivazioni" alla fine del documento).
Sarebbe perciò auspicabile - nel caso dello smartphone come più in generale nell'educazione digitale - che questo tipo di scelte fosse gestito in modo condiviso tra genitori della stessa classe, gruppo (ad es. sport, oratorio, scout), territorio. Questa azione collettiva permette di fare insieme scelte che la maggioranza considera opportune ma che i singoli non hanno la forza di fare da soli.
La **pandemia legata al COVID-19** ha aumentato il tempo trascorso dai bambini davanti agli schermi, sia quello relativo alle attività scolastiche da remoto sia quello nel tempo libero. Durante i lockdown, il doppio carico di lavoro determinato dallo smart working e dalla presenza in casa dei bambini ha infatti spinto i genitori a ricorrere sempre più di frequente al digitale

come strumento di "conciliazione". Questo ha reso, da un lato, più urgente una presa di consapevolezza da parte delle famiglie; dall'altro ha acuito **la sensazione che un'educazione digitale vada pensata insieme, in modo coordinato tra famiglie**.
Si è pensato così a un **patto di corresponsabilità** per l'educazione digitale che parta dalle famiglie ma si apra alla cooperazione con altri soggetti coinvolti nell'educazione dei giovani, come istituti scolastici, società sportive, oratori, pubbliche amministrazioni. Siamo coscienti che l'educazione digitale non si esaurisce nella gestione di singole scelte, in particolare l'arrivo dello smartphone, ma consideriamo questo un momento particolarmente significativo, sia a livello sostanziale che simbolico, nella socializzazione e nell'introduzione al digitale. Per questo motivo, il nostro lavoro è partito da qui, per poi allargarsi nel tempo.

I CINQUE PRINCIPI DELL'EDUCAZIONE DIGITALE DI COMUNITÀ

1 **SI ALLA TECNOLOGIA, NEI TEMPI GIUSTI** Per sviluppare un utilizzo positivo e consapevole dei media digitali occorrono tre elementi principali:

a) l'educazione ai media,
b) la guida e il controllo genitoriale,
c) un ambiente educativo coerente nel quale gli adulti di riferimento siano d'accordo su alcune regole comuni.

Spesso nel discorso pubblico tutta l'attenzione viene posta sulla prima condizione, come se i bambini opportunamente formati potessero gestire la propria vita online a qualsiasi età. **L'educazione è fondamentale ma non basta** perché i bambini e le bambine di età troppo precoci non hanno dal punto di vista cognitivo ed emotivo né la capacità di comprensione, né l'esperienza per gestire autonomamente processi complessi come quelli che avvengono su internet. **La crescita dei bambini segue delle ben precise fasi di sviluppo**. Pertanto, **l'introduzione delle nuove tecnologie deve tenere conto** e rispettare queste fasi, per non interferire negativamente con la crescita sana ed equilibrata del/la bambino/a o del ragazzo/a. Da qui deriva la necessità di **porre dei limiti e ritardare l'accesso al primo smartphone** (inteso come strumento che permette una navigazione libera e autonoma) idealmente fino ai 14 anni, o al termine della terza secondaria di primo grado. Da altri Paesi arrivano peraltro indicazioni che vanno nella stessa direzione, invitando a innalzare ulteriormente la soglia d'accesso al digitale autonomo. Nel rapporto *Enfants et Ecrans*, commissionato a un gruppo di esperti dal presidente francese Emmanuel Macron e pubblicato nell'aprile 2024, ad esempio, il consiglio è ritardare l'accesso ai social media fino ai 15 anni.

2 **PREPARARE L'AUTONOMIA DIGITALE** Non si tratta solo di posticipare o vietare l'uso di device o applicazioni, ma di **predisporre azioni e percorsi che abbiano l'obiettivo di sviluppare l'autonomia digitale dei nostri figli**. Le nuove tecnologie digitali sono un'opportunità e sono parte imprescindibile della vita dei ragazzi e delle nostre comunità. La promozione delle competenze digitali è fondamentale e va iniziata prima che i bambini siano autonomi con un loro dispositivo connesso alla rete. Come? Promuovendo un **utilizzo attivo e creativo delle tecnologie disponibili nelle case**, come i pc, i tablet o lo smartphone dei genitori (ad es. registrare suoni, produrre video insieme alla famiglia, progettare le vacanze insieme, comunicare con familiari lontani, giocare e divertirsi) e quindi stimolando un utilizzo condiviso, fatto insieme. Ma anche allenandosi a farne a meno,

per non sviluppare “dipendenza”, offrendo alternative significative, quindi incoraggiando bambini e ragazzi a trascorrere più tempo libero con i coetanei, sperimentare la natura, lo sport e l’avventura nella realtà fisica intorno a loro, senza dover cercare tutto questo solo nei mondi virtuali. **L’autonomia digitale si può preparare fin da piccoli anche senza l’utilizzo di dispositivi tecnologici**, promuovendo la capacità di orientarsi e di svolgere semplici compiti nel mondo fisico, la pianificazione del tempo, la posticipazione delle gratificazioni, il senso critico – che si stimola soprattutto attraverso la lettura - e la consapevolezza di sé, che consentiranno poi, a tempo debito, un uso responsabile della tecnologia.

3 **REGOLE CHIARE E DIALOGO** Nell’ambito delle nuove tecnologie i ragazzi hanno bisogno di **poche regole, ma chiare e coerenti** per diventarne utilizzatori responsabili ed equilibrati. Attendere il momento giusto per accedere alla tecnologia desiderata fa parte di queste regole, ed è fondamentale per crescere. **Affinché le regole siano efficaci e aiutino i bambini ad allenarsi nell’autoregolazione, è necessario che siano accompagnate da un costante dialogo per spiegarle**. Al contempo occorre dare ascolto alle necessità dei bambini, e stimolare l’adozione di strategie personali per rispettarle. Un dialogo senza tabù e pregiudizi è una risorsa fondamentale per poter realmente proteggere i bambini nell’ambito del digitale, e al tempo stesso rimanere aggiornati approfittando della loro curiosità e velocità di apprendimento.

4 **ADULTI INFORMATI E DISPOSTI A CAMBIARE ABITUDINI** In questo contesto, i genitori devono avere un ruolo centrale in quanto **spetta a loro la prima responsabilità nel dare ai figli regole chiare sull’età di accesso e sulle modalità di utilizzo dei dispositivi**. Agli adulti tocca il compito di formarsi: conoscere i rischi e le responsabilità legali, informarsi su app, giochi e ambienti digitali dove i ragazzi passano il loro tempo, conoscere le età consigliate per i diversi contenuti e applicazioni e discutere insieme i possibili rischi, i diritti e i doveri che si hanno in rete. Ma **gli adulti sono chiamati anche a rivedere le proprie abitudini digitali** (smartphone a tavola? per addormentarsi?) per costituire esempi credibili ai loro occhi e per aumentare il proprio benessere digitale. L’esempio personale è il primo strumento per guidare i giovani all’uso corretto e rispettoso delle nuove tecnologie. In fin dei conti, il compito educativo degli adulti può essere una opportunità per ricalibrare innanzitutto il proprio approccio con la connessione permanente.

5 **SERVE UNA COMUNITÀ!** Sia l’educazione ai media che la supervisione genitoriale sono azioni molto più efficaci se portate avanti in modo coordinato da una comunità. In questo contesto l’impegno delle singole famiglie non è sufficiente: l’esperienza ha mostrato che solo una comunità unita (genitori, scuole, pediatri, istituzioni, oratori, scout, società sportive, cooperative sociali e altri contesti educativi e di vita comune), che fa squadra attorno alle famiglie, può sperare di avere successo nella diffusione di strategie efficaci per l’educazione all’uso delle nuove tecnologie. Quando i ragazzi ricevono messaggi incoerenti dal mondo degli adulti rimangono invece disorientati e possono approfittarne per sfruttare la situazione per un loro vantaggio di breve termine. Ad esempio, l’età alla quale - in una classe - i ragazzi cominciano ad avere in mano uno smartphone personale è una decisione delle singole famiglie ma ha importanti ricadute per tutto il gruppo. **Le alleanze sono fondamentali per guidare i ragazzi**, ma al tempo stesso sono faticose perché richiedono impegno, disponibilità a scendere a compromessi, ad accogliere il punto di vista degli altri adulti per trovare un terreno comune. **Creare alleanze è una sfida, in particolare in questi tempi, ma se il benessere dei ragazzi viene messo al primo posto, allora è possibile ed è forse il regalo più prezioso che faremo loro**.

I PUNTI NODALI DI UN PATTO SUL TERRITORIO

Per guidare insieme l'educazione digitale dei nostri figli, proponiamo di stipulare a livello locale dei "Patti di comunità per l'educazione digitale". Un patto risponde solitamente a quattro questioni sulle quali il gruppo decide insieme. Successivamente, la sottoscrizione viene proposta a tutte le famiglie che desiderano sperimentarli insieme al gruppo proponente. I quattro punti nodali di un patto sono i seguenti:

1. **ASPETTARE I 14 ANNI (O LA FINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO)** per consentire l'uso di uno smartphone in autonomia e in generale decidere insieme il momento in cui dare accesso a specifiche pratiche digitali e contenuti in linea con l'età in cui i bambini fanno esperienza di specifiche pratiche digitali, quali contenuti sono adatti per la loro età e quali strumenti consegnare (ad es. l'età di arrivo dello smartphone personale connesso in rete, preferibilmente al termine della classe terza della scuola secondaria di primo grado);

2. **PARTECIPARE A MOMENTI DI EDUCAZIONE DIGITALE** organizzando incontri di approfondimento e scambio di esperienze, sulla base delle necessità espresse dal gruppo e attingendo alle competenze presenti . Tali incontri possono coinvolgere esperti in diversi campi del digitale e, laddove possibile, includere anche i figli.

3. **REGOLARE L'UTILIZZO DEI DISPOSITIVI DIGITALI** sottoscrivendo accordi con i nostri figli che - insieme a loro - ci impegneremo a rispettare e verificare periodicamente. In particolare:

   1. decidere i luoghi (niente schermi a tavola, in camera da letto, nelle uscite e nei momenti conviviali in famiglia);

   2. decidere i tempi (momenti della giornata in cui si usano gli schermi, e un orario serale in cui spegnere i dispositivi);

   3. decidere i contenuti (rispettare lo standard PEGI e le indicazioni di età sia dei programmi sia dei social media);

4. **PROMUOVERE UN UTILIZZO CREATIVO E CONDIVISO** utilizzando le potenzialità degli strumenti digitali non solo per fruire passivamente dei contenuti, ma per crearli insieme ai nostri figli, imparando insieme e anche divertendosi.

5. **DECIDERE INSIEME ALCUNI IMPEGNI CHE I GENITORI SI DEVONO ASSUMERE** riguardo all'utilizzo dello smartphone. Stabilire un approccio più sano alla tecnologia è una questione che interessa l'intera famiglia. Anche i genitori devono fare la loro parte.

LE MOTIVAZIONI

COSA DICE LA RICERCA SCIENTIFICA

La **ricerca** ha messo in luce l'esistenza di **associazioni negative tra l'uso precoce e prolungato degli schermi e problematiche di tipo cognitivo ed emotivo**. In particolare nelle aree dell'acquisizione del linguaggio[2] e della gestione dell'attenzione [3]. Nel primo ambito si è verificata una maggiore difficoltà ad apprendere nuove parole: il tempo dedicato allo schermo va a sostituire quello della relazione adulto-bambino, necessaria per l'acquisizione di nuovi vocaboli, che non avviene invece, nei primissimi anni di vita, attraverso l'interazione solitaria con uno schermo. Per quanto riguarda l'attenzione si è evidenziato un impatto sulle **capacità di concentrazione**, in alcuni casi arrivando anche a ipotizzare un influsso del tempo schermo su comportamenti legati alla sindrome ADHD. È confermato poi da più parti un impatto negativo sulla **qualità del sonno**,[4] riscontrabile a tutte le età.

Un numero crescente di studi degli ultimi anni sta evidenziando inoltre un aumento rilevante dei casi di **miopia** (oggi si stima che il 30-35% dei ragazzi sia miope, e secondo l'OMS il problema riguarderà il 50% della popolazione mondiale entro il 2050).[5] Tra le motivazioni c'è l'utilizzo di schermi a distanza ravvicinata rispetto agli occhi e la diminuzione delle attività all'aria aperta che favoriscono la visione da lontano e il corretto **funzionamento della vista**.
La precocità di arrivo dello smartphone si associa anche a **minori performance scolastiche, minori competenze digitali** e minore benessere nel lungo periodo. [6]
Di recente sono stati realizzati diversi studi che hanno messo in evidenza impatti negativi dell'uso dello smartphone e in particolare dei social media, nelle fasi della preadolescenza e adolescenza. Nel giugno del 2023 il Surgeon General, la massima autorità di salute pubblica statunitense, ha pubblicato un rapporto che mette in guardia contro i possibili rischi dell'uso dei social media per la **salute mentale** dei giovani: *Social Media and Youth Mental Health*[7], e tra l'altro invita i genitori a unirsi per fronteggiare questa sfida. Il rapporto raccoglie diverse ricerche e rileva come non ci siano ancora sufficienti evidenze che l'uso dei social media sia innocuo per i ragazzi, suggerendo di adottare un principio di cautela e moderazione al riguardo.

Un'ampia analisi della correlazione tra utilizzo dei social e insorgere di **ansia e depressione** nel periodo dell'adolescenza è fornita dai due studiosi Jonathan Haidt e Jean Twenge[8] che individuano un nesso diretto tra i due fenomeni. Non tutti i ricercatori sono d'accordo con questa conclusione, ma anche gli studi più cauti rilevano un collegamento almeno in alcune fasce d'età. Una delle ricerche più estese e autorevoli[9], uscita nel 2022, pur mettendo in discussione una relazione di causalità generale tra uso dei social media e disagio mentale, mette in evidenza come ci sia un **impatto negativo in alcune fasce d'età specifiche** (11-13 anni nelle femmine, 14-15 nei maschi, e 19 anni per entrambi). Dalle ricerche emerge inoltre che i problemi di adescamenti on-line, cyberbullismo e nuove dipendenze digitali si concentrano e/o prendono avvio proprio nella preadolescenza. Recenti studi in campi che spaziano dall'economia alla medicina confermano i sospetti che una parte di **causalità** negativa sia effettivamente presente nel rapporto tra uso intensivo degli ambienti digitali e benessere dei minori.[10]
Un elemento di particolare preoccupazione è rappresentato dalle cosiddette **"addictive design features"**, cioè le caratteristiche del design delle piattaforme che ci tengono incollati allo schermo. Tali funzionalità sono elementi progettati per catturare e mantenere l'attenzione dell'utente il più a lungo possibile: le notifiche e le gratificazioni intermittenti, i "mi piace", lo scorrimento infinito dei feed (infinite scroll), l'autoplay e i suggerimenti algoritmici, le tecniche di gamification e la personalizzazione continua che espone a contenuti sempre più

mirati, creando un **loop di gratificazione** personalizzato. Queste caratteristiche spingono ad un **uso compulsivo**[11] e sono particolarmente problematiche per i minori.[12]

COSA DICONO LE ASSOCIAZIONI DEI PEDIATRI

L'organizzazione pediatrica statunitense (AAP, American Association of Pediatrics) e quella italiana (SIP, Società italiana di pediatria) hanno evidenziato i rischi per l'esposizione agli schermi precoce e per l'esposizione prolungata per bambini/e e adolescenti, individuandoli in **patologie fisiologiche** (cardiovascolari, posturali, visive, uditive, dietetiche-alimentari, del sonno); in patologie concernenti il ritardo dello sviluppo del linguaggio e la compromissione dello sviluppo **neuro-cognitivo** (attenzione e memoria) con ricadute sulle capacità di apprendimento (problemi scolastici); sono compromesse anche le **capacità sociali** (relazione con caregiver, relazione con pari, comportamenti aggressivi e oppositivi); infine sono lese l'autonomia (dipendenze) e **l'autostima** (depressione).
Su questa base vengono date anche alcune indicazioni per evitare l'uso *precoce;* le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Salute indicano: "zero minuti di **tempo schermo**" (TV, tablet, smartphone, console, etc...) al giorno nei primi 24 mesi. Tra i 24-36 mesi: "non è consigliato alcun tempo schermo, ma comunque non più di un'ora al giorno, meglio di meno". In età prescolare l'attività sedentaria complessiva (di cui il tempo schermo ne è una parte) non deve superare un'ora al giorno, con adulti al fianco. In un documento pubblicato nel novembre 2025 La Società Italiana di Pediatria, sulla base di un ampio lavoro di revisione della letteratura, dava alcune indicazioni sulle età minime di utilizzo dei dispositivi, indicando i 13 anni come età minima per l'uso dello smartphone in autonomia.
Sull'uso *intensivo e prolungato*, per bambine/i e adolescenti in età scolare, al di là dei minutaggi (non più di due ore al giorno), tutte le dichiarazioni di pediatri evidenziano l'importanza della **qualità del tempo schermo** in famiglia: si sconsiglia il tempo schermo durante i pranzi, prima di andare a scuola, un'ora prima di dormire. Si sconsiglia ai genitori di usare dispositivi mentre interagiscono con i figli e di lasciare che in cameretta abbiano libero accesso ai dispositivi. Si consiglia di scegliere i contenuti evitando quelli violenti e veloci. Si consiglia di stabilire regole insieme sull'uso in famiglia salvaguardando **momenti senza schermi** e spegnendo gli schermi quando non si guardano.

COSA DICE LA LEGGE

La **legge italiana** prende chiaramente posizione sul tema della **gradualità** nell'accesso agli ambienti digitali. L'adeguamento italiano del famoso GDPR, la normativa europea sulla privacy, indica i 14 anni come età minima per l'accesso autonomo (anche la creazione di un account personale) alle piattaforme, ad es. quelle dei social media[13]. Questa stessa età è usata come limite minimo anche nella recente normativa sull'uso della intelligenza artificiale generativa.[14] Sul fronte europeo è da segnanalre lo EU KIds Act, un regolamento proposto da Ursula Von Der Leyen nell'ottobre del 2026, che indica come età minima i 15 anni per l'accesso autonomo ai social media.
Nota Il testo del provvedimento è repeirbile a questo link https://commission.europa.eu/news-and-media/news/eu-kids-act-helping-children-navigate-safer-online-world-2026-09-17_en
L'Autorità per le Garanzie nelle comunicazioni (**AGCOM**), dal novembre 2023, ha reso obbligatorio un filtro pre-impostato dei contenuti su tutte le SIM intestate a minori.
Si ricorda, inoltre, che i figli sono responsabili penalmente dei propri atti dai 14 anni, ma i genitori mantengono la responsabilità civile per i figli fino a 18 anni, e per questo motivo hanno il dovere di fare tutto il possibile per impedire il compimento di atti illeciti e la dimostrazione dell'assolvimento di tale obbligo è necessaria per evitare una propria responsabilità risarcitoria. I genitori, secondo alcune sentenze, sono tenuti per esempio a **controllare le chat del figlio**, anche se contenute nel suo smartphone personale, al fine di evitare illeciti.

Note

1 Gui, M., Respi, C., Sironi, G., Ercolanoni, S. & Fiore, B. (2024). *Report dell'indagine su genitori, figli/e e docenti. Patto Educativo Digitale della città di Milano*, ISBN 979-12-210-6450-6, https://www.partecipami.it/infodiscs/index/66

2 Si veda il seguente studio: Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2020). *Associations between screen use and child language skills: a systematic review and meta-analysis*, JAMA pediatrics, 174(7), 665-675.

3 Uno studio di Eirich, McArthur, Anhorn et al. (2022) relativo a età pari o inferiore a dodici anni, ha analizzato i dati di 87 ricerche, in base alle quali il tempo schermo (tra cui televisione e videogiochi) avrebbe un impatto sui problemi di attenzione (Eirich, R., McArthur, B. A., Anhorn, C., McGuinness, C., Christakis, D. A., & Madigan, S. (2022). *Association of screen time with internalizing and externalizing behavior problems in children 12 years or younger: a systematic review and meta-analysis*. JAMA psychiatry, 79(5), 393-405.) Una ricerca di Nikkelen et al. 2014 ha individuato correlazioni negative tra uso degli schermi e comportamenti correlati all'ADHD56 nei bambini e negli adolescenti (Nikkelen, S. W., Valkenburg, P. M., Huizinga, M., & Bushman, B. J. (2014). *Media use and ADHD-related behaviors in children and adolescents: A meta-analysis*, Developmental psychology, 50(9), 2228).

4 So Yeon Kim et al. *The relationship between smartphone overuse and sleep in younger children: a prospective cohort study*, Journal of clinical sleep medicine, luglio 2020, https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7954067/

5 J. Foreman et al. *Association between digital smart device use and myopia: a systematic review and meta-analysis*, The Lancet Digital Health, dicembre 2021, https://www.thelancet.com/journals/landig/article/PIIS2589-7500(21)00135-7/fulltext Si veda anche l'inchiesta del Wall Street Journal *Screens, Lack of Sun Are Causing an Epidemic of Myopia*, 26 agosto 2023 https://www.wsj.com/tech/personal-tech/our-eyes-really-are-getting-worse-heres-how-to-save-your-kids-vision-de16d592

6 Si tratta di risultati confermati anche da una ricerca più recente, sempre dell'Università Bicocca: Tiziano Gerosa, Marco Gui, *Earlier smartphone acquisition negatively impacts language proficiency, but only for heavy media users. Results from a longitudinal quasi-experimental study*, Social Science Research, Agosto 2023 https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0049089X23000704?via%3Dihub. Un'altra ricerca più recente, Eyes Up, del Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale dell'Università Milano-Bicocca con il sostegno di Fondazione Cariplo giunge a conclusioni simili, https://www.benesseredigitale.eu/i-progetti/eyes-up/. Gui, M., Respi, C., Abbiati, G., Paladini, C., Ercolanoni, S., Milzani, F., Pirola, T., Vezzoli G., *Longitudinal effect of early social media use on standardized learning outcomes during school career,* Nature Human Behaviour volume 10, pages 1953–1965 (2026). Reperibile a questo link https://www.nature.com/articles/s41562-026-02522-4#auth-Marco-Gui-Aff1

7 Il rapporto è reperibile a questo indirizzo https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html

8 L'analisi di Haidt e Twenge è consultabile a questo indirizzo https://jonathanhaidt.com/social-media/

9 Lo studio è di Amy Orben, Andrew K. Przybylski, Sarah-Jayne Blakemore & Rogier A. Kievit
Windows of developmental sensitivity to social media
https://www.nature.com/articles/s41467-022-29296-3

10 Twenge, J. M. (2025). *International Declines in Academic Performance and Increases in Loneliness Are Linked to Electronic Devices*, Journal of Adolescence; Santos, J. P. L., Soehner, A. M., Biernesser, C. L., Ladouceur, C. D., & Versace, A. (2025). *Role of Sleep and White Matter in the Link Between Screen Time and Depression in Childhood and Early Adolescence*, JAMA pediatrics; Donati, D., Durante, R., Sobbrio, F., & Zejcirovic, D. (2025). *Lost in the net? broadband internet and youth mental health*, Journal of Health Economics, 103017.

11 Montag, C., Lachmann, B., Herrlich, M., & Zweig, K. (2019). *Addictive features of social media/messenger platforms and freemium games against the background of psychological and economic theories*, International journal of environmental research and public health, 16(14), 2612; Mujica, A. L., Crowell, C. R., Villano, M. A., & Uddin, K. M. (2022). *Addiction by design: Some dimensions and challenges of excessive social media use*, Medical Research Archives, 10(2); Flayelle, M., Brevers, D., King, D. L., Maurage, P., Perales, J. C., & Billieux, J. (2023). *A taxonomy of technology design features that promote potentially addictive online behaviours*, Nature Reviews Psychology, 2(3), 136-150.

12 De, D., El Jamal, M., Aydemir, E., & Khera, A. (2025), *Social media algorithms and teen addiction: neurophysiological impact and ethical considerations*, Cureus, 17(1).

13 Decreto Legislativo 10 agosto 2018 n. 101, recante disposizioni per l'adeguamento della normativa nazionale alle disposizioni del Regolamento UE 2016/679 'GDPR'

14 Legge 23 settembre 2025, n. 132, Disposizioni e deleghe al Governo in materia di intelligenza artificiale. (25G00143)