

DECALOGO DIGITALE ©

10 consigli per usarlo al meglio



1

Caro genitore, l'esempio del mondo adulto è la prima regola da tenere presente: tu, per tuo figlio/a, sei il modello da cui apprendere. Ricorda però che non esistono genitori perfetti: **è già molto essere genitori sufficientemente buoni.**

Nei primi tre anni il tuo bambino/a è già competente: la natura l'ha provvisto/a del necessario e non ha bisogno di dispositivi digitali per apprendere, crescere e giocare; ha bisogno, invece, di **sperimentare attraverso l'uso dei 5 sensi come ad esempio l'utilizzo delle mani**, ottimo veicolo per esplorare il mondo che lo circonda.

2



3

Dai 3 ai 6 anni è necessario che tu come genitore "protegga" tuo figlio/a fissando regole chiare e condivise con tutti gli altri adulti di riferimento, riguardo l'eventuale uso degli strumenti digitali (vale sempre il punto 2). **Gli schermi non vanno considerati come un baby sitter.**

Dai 6 ai 9 anni continua a essere fondamentale che tu e gli altri adulti di riferimento scegliate regole chiare e condivise per l'uso del digitale come, ad esempio, i games. E' importante limitare il tempo e i luoghi di utilizzo secondo l'età e sempre con la vostra supervisione. Occorre spiegare che su internet **tutto quello che si fa può diventare di dominio pubblico, quello che si mette resta e tutto quello che si legge non è sempre vero.**

4



5

Dai 9 ai 12 anni (oltre a far tesoro del punto 4) continua a essere fondamentale monitorare la loro attività sia online, sia con gli schermi digitali, accompagnarli e condividere con loro i contenuti visti. Puoi iniziare a considerare lo smartphone come un regalo dopo i 12 anni (o anche più in là). Leggi e spiega **il manifesto della comunicazione non ostile** (QR code).



Dopo i 12 anni tuo figlio/a può iniziare a navigare con delle regole precise e sempre con la tua supervisione. Continua a rimanere importante fissare tempi e limiti. Parla con lui/lei dei rischi che si possono correre in internet e sui social e non sottovalutare possibili sintomi di malessere. **Importante: la notte si dorme!**

6



AAA

7

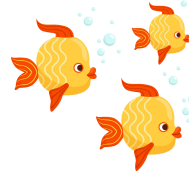
Ricorda che l'educazione al digitale e all'uso degli schermi va fatto sempre secondo le regole delle **tre A: Accompagnamento, Alternanza, Autoregolazione**, in base all'età di tuo figlio/a (QR code).





Considera che il virtuale e il reale non sono mondi separati, ma spesso si sovrappongono e si influenzano a vicenda: siamo tutti “**onlife**” (QRCode).

8



9

La tua azione educativa risulta più efficace se utilizzi la “**pedagogia del contratto**”, rendendola visibile attraverso un patto con tuo figlio/a: appendi in casa un accordo sottoscritto da tutti i componenti della famiglia (QR code).



La tecnologia (digitale e non) non è né buona né cattiva: dipende dall'utilizzo che ne fai. Usala e falla usare ai tuoi figli con **responsabilità, creatività e consapevolezza**, cogliendone non solo i rischi, ma anche le opportunità. Al termine della giornata spegnete i dispositivi... è importante riposare!

10



Riepilogando...

1

Al risveglio e a tavola dedica tempo a te stesso e a ciò che mangi. Lascia lo smartphone in un'altra stanza e spegni la televisione. Alla sera proteggi il sonno con un coprifuoco digitale. In compagnia ascolta gli altri non usando i devices. Inserisci momenti giornalieri di “stacco” dai dispositivi e rispettalì. Abituati a monitorare il tempo che trascorri in compagnia dei devices (te lo hanno mai fatto notare?)... e se esageri ASCOLTA e FERMATI. Resta in contatto con te stesso.

2

Accompagna tuo figlio/a ad esplorare il mondo giocando con lui, leggendo storie, utilizzando i sensi. È importante scardinare la falsa convinzione che, quanto più precoce è l'utilizzo dei devices, tanto più il bambino diventa intelligente. Montessori parla di Bambino Assorbente, poiché in questa fascia di età assorbe tutto e lo fa senza scegliere. Va da sé che errate abitudini educative rappresentino la base per futuri apprendimenti scorretti e limitanti.

3

Questa è l'età del gioco e delle prime relazioni: facilita gli incontri con i primi amici, valorizza e proteggi il tempo condiviso, privilegiando attività manuali e motorie.

4

Proteggi questa tappa evolutiva proponendo a tuo figlio attività ricreative, possibilmente all'aperto, sportive e di gruppo.

5

Alla Prima Comunione, per esempio, non è necessario ricevere il primo smartphone: allena il tuo sguardo per osservare tuo figlio e scoprire i suoi interessi.

6

Lui sta crescendo... ma tu sei sempre il suo genitore: conserva e proteggi il tuo ruolo educativo perché lui ne ha ancora bisogno.

7

Le neuroscienze ci dicono che il bambino prima degli 11 anni non ha la maturità per muoversi nel mondo digitale in autonomia (A. Pellai, A. Oliverio).

8

Il piacere del mondo online può diventare un rischio nel momento in cui si costruisce un'identità scollegata dalla realtà.

9

Sei chiamato a posizionarti e ad assumere le responsabilità del tuo ruolo genitoriale, seguendo l'età di tuo figlio, senza farti condizionare e/o contaminare dalle mode.

10

Se vuoi formare il tuo bambino devi prima formarti tu: diventa consapevole dei rischi e delle opportunità. Condividi con altri adulti il tuo pensiero e costruisci alleanze educative.

Documento a cura dei pedagogisti ANPE

Patrizia Baldrighi; Giorgio Benedetti; Cinzia Leone; Riccardo Magnani; Sonia Marengo; Claudio Pesci; Lara Sciacaluga.