

## Lista di controllo:

# QUAL È L'ETÀ GIUSTA PER POSSEDERE UN PROPRIO SMARTPHONE?

Il primo smartphone è spesso causa di discussioni. La seguente lista di controllo vi aiuterà, con informazioni di base e consigli utili, a decidere se è arrivato il momento giusto per dare un proprio smartphone ai vostri figli.

### Buono a sapersi

La questione se permettere ai figli di possedere un proprio dispositivo è spesso legata alla loro età o al livello scolastico. Tuttavia, prima di ricevere il loro primo smartphone, bambini e giovani hanno già fatto diverse esperienze mediali. Per questo motivo sono determinanti, oltre all'età, anche lo stato di sviluppo e le competenze mediali.

Potete pensare all'educazione ai media come all'educazione stradale: un'introduzione graduale e accompagnata alle regole più importanti fino a raggiungere un utilizzo competente e autonomo. È fondamentale valutare attentamente se i vostri figli sono in grado di assumersi le responsabilità necessarie e se dispongono delle conoscenze, delle competenze e delle capacità necessarie per usare uno smartphone.

Vale la pena di prendersi il tempo per ponderare quali siano le esigenze legate all'utilizzo del primo smartphone e discuterne con loro. Possedere un proprio dispositivo significa assumersi una maggiore responsabilità personale, in termini di costi ma anche di utilizzo.

### Consigli per i genitori

- Parlate insieme ai vostri figli della sfera privata, della protezione dei dati e di quando è importante rivolgersi a una persona fidata. Essi dovrebbero conoscere i rischi e sapere che in caso di problemi non saranno giudicati o puniti, ma potranno contare sul vostro aiuto.
- Configurate con i vostri figli le impostazioni dello smartphone relative a sfera privata e sicurezza.
- Fissate con i vostri figli delle regole per l'utilizzo del cellulare. Tenete presente che dovrete adattare o rinegoziarle in funzione della loro età. Stabilite insieme ai figli più piccoli il tempo massimo consentito davanti allo schermo. Per quelli più grandi è più adeguato concordare tempi senza schermi.



- Decidete con i vostri figli quali app installare sul cellulare ed esploratele insieme.
- Assicuratevi che consumino contenuti adatti alla loro età e alla loro maturità e configurate impostazioni per la protezione dei minori sullo smartphone.
- Di regola, è meglio iniziare gradualmente, ad esempio con uno smartphone senza rete mobile che può essere utilizzato solo a casa con la rete Wi-Fi. In seguito, passo dopo passo, potrete dare ai vostri figli maggiori responsabilità.
- Discutete con i vostri figli se e come contribuire alle spese di acquisto del cellulare e alle spese correnti.
- Una volta che tutto è fatto e i vostri figli possiedono un proprio smartphone, mantenete aperto il dialogo con loro anche dopo aver concordato le regole e configurato le impostazioni insieme. Dite loro che possono continuare a chiedervi aiuto e consigli in qualsiasi momento.



# LISTA DI CONTROLLO

- Abbiamo parlato in famiglia dell'**utilizzo** dello smartphone.
- Abbiamo discusso in famiglia e stabilito ciò che è importante per noi nell'utilizzo dei media digitali.
- Ci siamo accordati sulle **spese di acquisto** del dispositivo, sulle **spese mensili** e sulla gestione degli acquisti in-app.
- Abbiamo concordato insieme ai nostri figli le **regole per l'uso del cellulare** e discusso delle conseguenze se queste non verranno rispettate.
- Abbiamo discusso e stabilito insieme ai nostri figli le **restrizioni sul tempo trascorso davanti allo schermo**.
- Siamo consapevoli che anche i bambini e i giovani hanno **diritto alla sfera privata** e non manipoliamo gli smartphone dei nostri figli a loro insaputa.
- I nostri figli conoscono la **differenza tra pubblico e privato** e abbiamo discusso insieme quali informazioni, foto o video possono essere messi in rete e quali è meglio rimangano privati
- I nostri figli sanno dove e come configurare le **impostazioni** per la visibilità, la sfera privata o la protezione dei dati e come bloccare e segnalare i contatti indesiderati.
- Abbiamo discusso insieme delle **raccomandazioni sull'età** e, quando necessario, abbiamo configurato le impostazioni per la protezione dei minori.
- Abbiamo spiegato ai nostri figli come verificare i **contenuti dubbi** e riconoscere la pubblicità.
- I nostri figli sanno che le **leggi** si applicano anche su Internet e che in Svizzera la maggiore età dal punto di vista penale è fissata a dieci anni.
- Abbiamo discusso con i nostri figli del **ciberbullismo** e del **comportamento rispettoso** su Internet.
- I nostri figli sanno che su Internet possono incontrare persone con cattive intenzioni e che devono essere prudenti quando hanno **contatti con estranei**. Prima di condividere dati privati con qualcuno, ne discutono con noi. Sono anche consapevoli che non permettiamo loro di incontrare persone conosciute in rete a nostra insaputa.
- In caso di incontri o esperienze spiacevoli in rete, i nostri figli sanno che possono contare su di noi in qualsiasi momento. Conoscono le possibilità, i servizi per le segnalazioni e le persone fidate a cui possono rivolgersi e dove **ottenere aiuto**.