BUSSOLA DIGITALE

DRONE - Manuale per Genitori

Funded by
the European Union

Questo manuale è stato redatto nel 2025 nell'ambito del progetto DRONE finanziato dall'UE. È stato revisionato e preparato per la pubblicazione digitale nel 2026. Per la prima versione delle traduzioni è stato utilizzato DeepL Translator Pro; nessun altro strumento di intelligenza artificiale è stato utilizzato nella creazione dei contenuti del manuale e degli altri manuali di questa serie di tre volumi.

Il libro è stato progettato e impaginato per la distribuzione in formato PDF utilizzando Adobe Creative Cloud, con particolare attenzione alla leggibilità sullo schermo e alla lettura digitale di testi lunghi.

Prima edizione digitale (PDF) pubblicata nel 2026.

© 2026 Eszter Salamon, Aristidis Protopsaltis

Editor: Judit Horgas

Design: Emanuele Bertolani



CC BY-NC-SA 4.0

Creative Commons Attribution: Non commerciale - Condividi allo stesso modo 4.0 Internazionale. Questa licenza richiede che i riutilizzatori attribuiscano il merito al creatore. Consente ai riutilizzatori di distribuire, remixare, adattare e sviluppare il materiale in qualsiasi mezzo o formato, solo per scopi non commerciali.

- BY: Il credito deve essere attribuito a te, il creatore.
- NC: È consentito solo l'uso non commerciale della tua opera.
- SA: Se remixate, trasformate o sviluppate il materiale, dovete distribuire i vostri contributi con la stessa licenza dell'originale.

Per uso non commerciale si intende un uso non destinato principalmente o finalizzato al conseguimento di un vantaggio commerciale o di un compenso monetario.

È possibile condividere e adattare questo materiale per scopi non commerciali, purché venga citata la fonte, vengano indicate le modifiche apportate e qualsiasi opera derivata sia distribuita con la stessa licenza.

Una copia della licenza è disponibile all'indirizzo:

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

ISBN: [ISBN, if applicable]

Formato file: PDF

Pubblicato da Parents International, membro del consorzio DRONE Project

I manuali DRONE sono pensati per essere utilizzati da genitori o tutori, insegnanti, dirigenti scolastici e formatori. Il loro scopo principale è quello di promuovere l'alfabetizzazione digitale e contrastare la disinformazione. I manuali sono flessibili e possono essere adattati a vari contesti e alle esigenze individuali. Per alcuni utenti, costituiscono un'introduzione accessibile ai fondamenti dell'alfabetizzazione digitale e della disinformazione, presentando concetti e pratiche essenziali in un linguaggio semplice. Per altri, i manuali offrono una guida pratica su come integrare i temi dell'alfabetizzazione digitale e della disinformazione nelle attività didattiche rivolte ai giovani, sia in contesti scolastici formali che in ambienti educativi non formali. Inoltre, i manuali sono risorse preziose per chi progetta programmi o corsi di alfabetizzazione digitale e disinformazione per altri educatori o formatori. Nelle scuole e in contesti educativi formali simili, si raccomanda di coordinarsi con i responsabili della protezione dei dati dell'istituzione quando si utilizzano questi manuali.

INDICE

Capitolo 1 - Alfabetizzazione dell'informazione.....19

Capitolo 2 - Misinformazione, disinformazione e notizie false.....31

Capitolo 3 - Sviluppo della resilienza.....41

Capitolo 4 - Risoluzione dei problemi.....53

Capitolo 5 - Pensiero critico.....65

Capitolo 6 - Bullismo e cyberbullismo.....73

Capitolo 7 - Sicurezza informatica.....87

Capitolo 8 - Costruire alleanze.....97

Checklists.....105

Guida agli strumenti.....109

Allegati.....127

Questo manuale è una guida pratica per aiutare i vostri figli nel mondo digitale di oggi. È stato creato per aiutarvi ad acquisire sicurezza, riconoscere i rischi e rafforzare le abitudini e le conversazioni che aiutano i bambini a rimanere al sicuro, informati ed emotivamente resilienti online.

Non è necessario essere esperti di tecnologia. Questo manuale è redatto in un linguaggio chiaro e accessibile e si basa su situazioni di vita reale che le famiglie affrontano ogni giorno.

Come ottenere il massimo

1. **Iniziate da voi stessi**

Le vostre abitudini digitali influenzano quelle dei vostri figli. Usate le domande di riflessione e le checklist per capire i vostri punti di forza e le aree in cui potete migliorare.

2. **Intervenite quando necessario**

Ad esempio, se i vostri figli stanno affrontando delle difficoltà online, iniziate dai capitoli sul bullismo o sulla resilienza; se siete confusi riguardo a un'affermazione virale che vi hanno riportato a casa, andate direttamente ai capitoli sulla disinformazione e sul pensiero critico.

Ogni capitolo è indipendente. Iniziate dal punto che vi interessa di più:

- Se i vostri figli stanno lottando con un'affermazione virale: andate a Disinformazione e Pensiero critico
- Se stanno affrontando un conflitto online: leggete Bullismo e cyberbullismo
- Se si sentono sopraffatti o ansiosi: esplorate la resilienza

3. **Svolgete le attività insieme**

Molti esercizi e spunti di conversazione sono pensati per l'apprendimento condiviso. Esplorateli insieme ai vostri figli in modo da poter imparare fianco a fianco, non come "esperti", ma come compagni di apprendimento.

4. **Adottate un approccio pratico**

Provate le checklist, le soluzioni ai problemi e i passaggi "quando le cose vanno male". Sono pensati per famiglie reali con pressioni reali e tempo limitato.

5. **Entrate in contatto e create legami**

Utilizzate ciò che imparate per avviare conversazioni con insegnanti o altri genitori. Alleanze più forti aiutano a proteggere i bambini in modo molto più efficace rispetto agli sforzi isolati.

6. **Ritornate spesso su questi argomenti**

La tecnologia cambia rapidamente, così come le abitudini digitali dei bambini. Rileggete il manuale quando sorgono nuove questioni o domande.

Questo manuale è un compagno per la vita familiare quotidiana. Non si tratta di perfezione. Si tratta di sostegno, curiosità, comunicazione e resilienza. Usatelo per costruire un ambiente digitale più sicuro ed equilibrato a casa, che aiuti i vostri figli a diventare cittadini digitali sicuri di sé, critici ed

emotivamente stabili.

Se volete approfondire

Esplorate i moduli corrispondenti del corso online DRONE o cercate opportunità di formazione in presenza. Questi completano il manuale con ulteriori esempi e apprendimento guidato.

Accedete al sito web DRONE qui: https://mydroneproject.eu/

COME UTILIZZARE QUESTO MANUALE

Le risorse DRONE — una raccolta di moduli formativi e tre manuali — sono state progettate come una serie completa e interconnessa di strumenti a supporto dell'alfabetizzazione digitale, della resilienza, del comportamento responsabile online e della prevenzione dei danni digitali nell'intera comunità scolastica. Ciascuna risorsa svolge un ruolo diverso, ma insieme forniscono un sistema di supporto a 360 gradi che coinvolge studenti, famiglie, insegnanti e gruppi dirigenti. Lo scopo di questa raccolta di risorse è semplice ma potente: costruire una comunità di apprendimento digitalmente sicura, criticamente consapevole ed emotivamente resiliente.

È possibile utilizzare le risorse singolarmente o come sistema integrato, a seconda delle proprie esigenze. Ogni risorsa, dai capitoli completi alle brevi guide, rappresenta un passo avanti verso tale obiettivo.

Cosa è incluso?

1. Tre manuali completi

Ogni manuale è pensato per un pubblico diverso:

- Manuale DRONE per genitori
- Manuale DRONE per insegnanti
- Manuale DRONE per dirigenti scolastici

Sebbene la struttura sia comune, ogni libro include casi di studio, strategie e responsabilità specifici per il pubblico di riferimento. I genitori si concentrano sulle pratiche domestiche; gli insegnanti si concentrano sulla pedagogia; i dirigenti scolastici si concentrano sulle politiche e sui sistemi scolastici nel loro complesso.

2. Moduli di formazione per insegnanti, dirigenti scolastici e genitori

Ogni modulo formativo è disponibile in tre diversi formati. È stata sviluppata una versione online per l'apprendimento autonomo e sono disponibili risorse scaricabili per organizzare una sessione di formazione in presenza o online sincrona.

Ciascuno dei tre gruppi target può scegliere tra diversi moduli formativi che possono essere utilizzati indipendentemente dagli altri moduli sui seguenti argomenti:

- Alfabetizzazione dell'informazione
- Misinformazione, disinformazione e notizie false
- Sviluppo della resilienza
- Risoluzione dei problemi
- Pensiero critico
- Bullismo e cyberbullismo
- Sicurezza informatica
- Costruzione di alleanze

Come si incastrano i pezzi

Genitori

- Per una comprensione completa, iniziate dal Manuale per i genitori.
- Utilizzate la Guida rapida alla sicurezza informatica, il Kit di strumenti contro il bullismo e la Guida alla conversazione per un supporto quotidiano.
- Esplorate gli elenchi di letture per sviluppare una consapevolezza digitale a lungo termine a casa.
- Se desiderate approfondire l'argomento e non avete mai seguito una formazione su questo tema, consultate il modulo di formazione pertinente per saperne di più.
- Se ritenete che gli insegnanti debbano approfondire le loro conoscenze, consigliate loro le risorse didattiche.

Insegnanti

- Iniziate con il Manuale per insegnanti per sviluppare le vostre competenze digitali.
- Tenete la Guida di riferimento rapido per insegnanti nella vostra classe o nella sala professori.
- Utilizzate gli strumenti rivolti agli studenti (Guida alla sopravvivenza digitale, ecc.) durante le lezioni o le sessioni di formazione.
- Fate riferimento ai casi di studio e ai toolkit durante gli incidenti che coinvolgono disinformazione, bullismo o conflitti online.
- Se desiderate approfondire l'argomento e non avete mai seguito una formazione su un determinato tema, consultate il modulo di formazione pertinente per saperne di più.
- Se ritenete che i genitori dei vostri studenti abbiano bisogno di maggiore supporto, consigliate loro le risorse per i genitori.

Dirigenti scolastici

- Utilizzate il Manuale per i dirigenti scolastici per definire le politiche, la valutazione dei rischi e la cultura digitale.
- Condividete le guide rapide con il personale e i genitori per creare una comprensione condivisa del fenomeno.
- Utilizzate gli strumenti per supportare la formazione del personale e il coinvolgimento della comunità.
- Fate riferimento agli elenchi di letture, alle sintesi delle ricerche e alle risorse per gli insegnanti quando progettate il CPD a livello scolastico.
- Se desiderate approfondire un argomento e non avete mai seguito una formazione su di esso, consultate il modulo di formazione pertinente per saperne di più.
- Se ritenete che i genitori dei vostri studenti abbiano bisogno di maggiore supporto, consigliate loro le risorse per i genitori.

DOVE TROVARE LE INFORMAZIONI IN QUESTO MANUALE

Trovate il vostro percorso in questo manuale (cliccate per accedere alla sezione desiderata)

COSA MI SERVE IN QUESTO MOMENTO?

PERCORSO 1

Sviluppare competenze digitali come genitore o tutore

- **CAPITOLO 1** Alfabetizzazione dell' informazione (pp. 19-30)
- **CAPITOLO 2** Misinformazione, Disinformazione e notizie false (pp. 31-40)

PERCORSO 2

Sostenere il benessere e la capacità di reazione dei miei figli

- **CAPITOLO 3** Costruire la resilienza (pp. 41-52)
- **CAPITOLO 4** Problem-solving (pp. 53-63)

PERCORSO 3

Gestire rischi e incidenti concreti

- **CAPITOLO 4** Problem-solving (pp. 53-63)
- **CAPITOLO 6** Bullismo e cyberbullismo (pp. 73-86)

PERCORSO 4

Lavorare con scuole, politiche, e alleanze

- **CAPITOLO 5** Pensiero critico (pp. 65-72)
- **CAPITOLO 8** Costruire alleanze (pp. 97-104)

GUIDE AGLI STRUMENTI (pp. 109-126)

ALLEGATI (pp. 127 - 153)

INTRODUZIONE: PANORAMICA SULL'ALFABETIZZAZIONE DIGITALE E LA DISINFORMAZIONE

Perché l'alfabetizzazione digitale dei genitori e dei tutori è importante

L'alfabetizzazione digitale dei genitori e dei tutori svolge un ruolo fondamentale nel plasmare il modo in cui i bambini comprendono e navigano nel mondo digitale. La capacità di guidare, modellare e discutere efficacemente i comportamenti online dipende in gran parte dalle proprie competenze e consapevolezza. Sviluppando competenze digitali, i genitori possono adottare un approccio proattivo che non solo riduce i potenziali rischi di danno, ma rafforza anche la fiducia e la comunicazione aperta con i propri figli.

Perché l'alfabetizzazione digitale è importante per bambini e adolescenti

L'alfabetizzazione digitale è essenziale per bambini e adolescenti perché il loro benessere, il loro apprendimento e il loro sviluppo sono ormai profondamente legati alle esperienze online. Senza le competenze necessarie per navigare nel mondo digitale in modo critico e sicuro, diventano vulnerabili e possono credere a false affermazioni sulla salute, subire cyberbullismo, cadere vittime di truffe o essere esposti in modo eccessivo a comunità online dannose.

Il ruolo dei genitori e dei tutori (dalla ricerca DRONE)

Il progetto DRONE sottolinea tre ruoli per genitori e tutori:

1. **Mentore**: imparare insieme e incoraggiare il pensiero critico
2. **Modello**: dimostrare un comportamento online sicuro e ponderato
3. **Protezione:** mettere in atto misure di sicurezza e intervenire quando necessario

L'alfabetizzazione digitale è più di un insieme di competenze tecniche. Nella sua essenza, è la capacità di utilizzare strumenti e piattaforme digitali in modo efficace, responsabile e critico. Ciò include attività quotidiane come la ricerca di informazioni, la comunicazione online o l'utilizzo di app, ma si estende anche a competenze più profonde: valutare l'affidabilità delle informazioni, riconoscere i contenuti manipolatori, proteggere la propria privacy e adottare un comportamento rispettoso online.

Nell'era digitale odierna, le informazioni viaggiano più velocemente che mai. Un singolo post, video o meme può raggiungere milioni di persone in poche ore, indipendentemente dal fatto che sia vero o falso. Questa realtà rende l'alfabetizzazione digitale non solo utile, ma essenziale. Essere alfabetizzati digitalmente significa molto più che saper usare uno smartphone o navigare in Internet; significa sviluppare un acuto senso di giudizio su cosa credere, condividere o ignorare.

Oltre alle opportunità offerte dal mondo digitale, dobbiamo anche affrontare sfide concrete. La disinformazione, la misinformazione e le fake news colpiscono sia gli adulti che i bambini. Questi termini sono spesso usati in modo intercambiabile, ma non sono la stessa cosa:

- La misinformazione è costituita da informazioni false condivise senza intenzioni malevole. Ad esempio, un parente potrebbe condividere un "consiglio" sulla salute sui social media, ritenendolo utile, anche se non è basato su prove scientifiche.
- La disinformazione è un'informazione falsa o fuorviante diffusa deliberatamente per causare danni o ottenere vantaggi politici, finanziari o sociali. Ciò include teorie cospirative, video manipolati o campagne di propaganda.
- Le fake news sono un'etichetta popolare ma a volte fuorviante, che spesso si riferisce a storie inventate presentate come articoli di cronaca legittimi.

Tutte queste cose possono fuorviare, confondere o manipolare, a volte con gravi conseguenze. Per i giovani, che stanno ancora imparando a valutare il mondo che li circonda, i rischi sono ancora maggiori.

In qualità di genitori o tutori, la vostra alfabetizzazione digitale gioca un ruolo fondamentale. I bambini imparano non solo da ciò che diciamo loro, ma anche da ciò che vedono fare. Quando vi fermate prima di condividere un articolo, fate domande sulle fonti online o date l'esempio di una comunicazione online rispettosa, state insegnando ai vostri figli molto più che delle semplici regole: state fornendo loro competenze che serviranno per tutta la vita per orientarsi in un panorama digitale sempre più complesso.

Perché l'alfabetizzazione digitale è importante per genitori e tutori

I genitori e i tutori sono spesso la prima linea di difesa nell'aiutare i bambini a navigare negli spazi online. Le vostre conoscenze, i vostri atteggiamenti e le vostre abitudini influenzano direttamente il modo in cui i vostri figli interpretano il mondo digitale.

Rafforzare la vostra alfabetizzazione digitale significa essere meglio preparati a:

- Riconoscere rischi e opportunità: che si tratti di comprendere come le piattaforme di gioco raccolgono i dati, riconoscere le truffe o aiutare i vostri figli a utilizzare le risorse online per l'apprendimento, la vostra consapevolezza dà il tono per un utilizzo sicuro e produttivo.
- Sostenere la resilienza e le capacità critiche: i bambini affrontano una serie di esperienze online positive e negative. La vostra guida può aiutarli a sviluppare la forza necessaria per affrontare sfide come il cyberbullismo o l'esposizione a contenuti dannosi, nonché le capacità critiche per individuare le informazioni errate.
- Rispondere in modo costruttivo quando le cose vanno male: nessun sistema è perfetto. Gli errori capitano e i bambini a volte si imbattono in contenuti dannosi o fuorvianti. La differenza sta nel modo in cui gli adulti reagiscono: con calma, empatia e misure concrete.

Esempio: l'influenza dei genitori

Consideriamo due scenari. Nel primo, un adolescente condivide un video complottista sui rischi per la salute. Il genitore lo liquida con durezza, dicendo: "Sono sciocchezze, non essere stupido". Il giovane si sente in imbarazzo e si ritira, ma potrebbe continuare a credere al video in privato.

Nel secondo scenario, il genitore dice: "Quel video è interessante, ma controlliamolo insieme. Chi l'ha realizzato? Possiamo trovare un'altra fonte? Perché pensi che sia stato realizzato?". Questo approccio valorizza la curiosità del bambino guidandolo al tempo stesso a pensare in modo critico. Nel tempo, il secondo approccio rafforza la fiducia e la sicurezza.

Perché l'alfabetizzazione digitale è importante per bambini e adolescenti

I bambini e gli adolescenti sono nativi digitali, ma ciò non significa che abbiano competenze digitali. Sono molto abili nell'utilizzare le app, creare contenuti e partecipare alle comunità digitali, ma potrebbero non avere il giudizio necessario per valutare cosa sia sicuro, affidabile o etico.

Gli ambienti digitali influenzano quasi ogni aspetto della loro vita:

- **Istruzione**: piattaforme online, libri di testo digitali e aule virtuali sono ormai parte integrante della scuola.
- **Amicizie**: i social media e le app di messaggistica sono fondamentali per il modo in cui i giovani entrano in contatto e mantengono le relazioni.
- **Tempo libero**: giochi, video e piattaforme di streaming sono le loro principali fonti di intrattenimento.
- **Identità**: gli spazi online influenzano sempre più il modo in cui i giovani vedono se stessi e gli altri.

Senza una solida alfabetizzazione digitale, i bambini possono essere vulnerabili a:

- Credere a informazioni false o manipolatorie.
- Comportamenti online non sicuri, come la condivisione eccessiva di dati personali.
- Diventare vittime (o autori) di cyberbullismo.
- Essere bersaglio di sfruttamento o truffe online.
- Provare ansia, bassa autostima o altri effetti negativi derivanti dal confronto e dalla pressione digitale.



LA SFIDA VIRALE

Un gruppo di adolescenti si imbatte in una "sfida" virale online che incoraggia comportamenti rischiosi. Alcuni credono che sia divertente e innocua, altri sono incerti, ma nessuno controlla da dove provenga. Un bambino con competenze digitali si fermerebbe a riflettere e si chiederebbe: chi l'ha creata? Cosa potrebbe succedere se la provassi? È sicura? Con la guida dei genitori, i bambini possono imparare ad applicare istintivamente queste domande critiche, riducendo la possibilità di danni.

IL RUOLO DEI GENITORI E DEI TUTORI: APPROFONDIMENTI DALLA RICERCA DRONE

Il progetto DRONE sottolinea che i genitori e chi si prende cura dei bambini non sono solo supervisori delle loro attività online. Sono mentori, modelli di riferimento e compagni di apprendimento. I bambini non traggono beneficio dalla sola sorveglianza; hanno bisogno di conversazioni aperte, esplorazione condivisa e sostegno emotivo.

Secondo i risultati del progetto DRONE, i ruoli genitoriali efficaci includono:

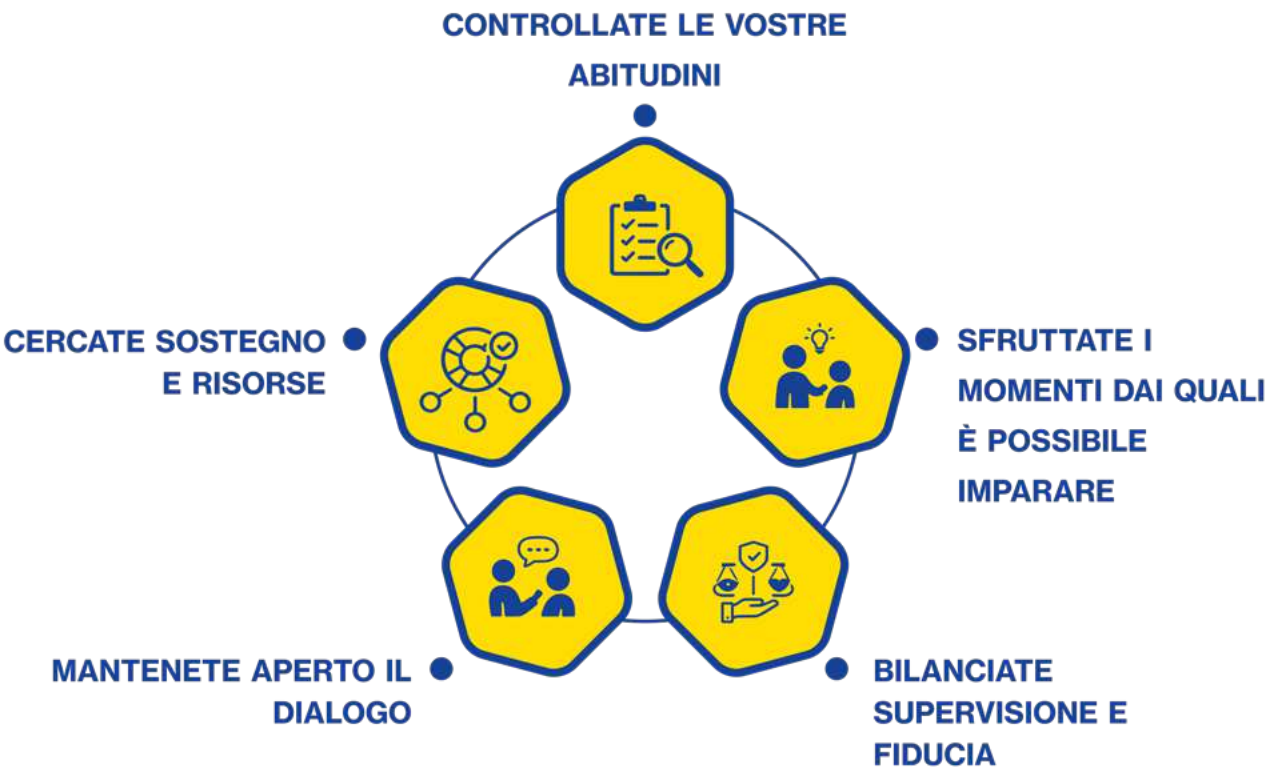
- Imparare insieme ai propri figli: non è necessario essere esperti. Ammettere "non lo so, scopriamolo insieme" è un esempio di sana curiosità e umiltà.
- Educatori principali: gli studenti hanno riferito che attualmente ricevono poco sostegno a scuola nello sviluppo delle loro competenze digitali, quindi è necessario colmare questa lacuna o sapere a chi rivolgersi per chiedere aiuto.
- Incoraggiare conversazioni aperte: fate in modo che i vostri figli si sentano sicuri nel parlare delle loro esperienze online, anche quelle negative, senza timore di punizioni.
- Fornire supporto emotivo e pratico: aiutate i bambini a elaborare i sentimenti relativi alle esperienze online, che si tratti del dolore dell'esclusione da una chat di gruppo o della confusione derivante dall'incontro con contenuti dannosi.
- Creare un ambiente digitale sicuro a casa: stabilite dei limiti adeguati all'età, come limiti di tempo per l'uso dei dispositivi elettronici, cene senza dispositivi o account familiari condivisi, ma combinate le regole con la guida e il ragionamento.

Mentori, non controllori

Sebbene molti genitori facciano affidamento su app o controlli di monitoraggio, le ricerche dimostrano che l'educazione è più efficace della sola sorveglianza. Il monitoraggio può talvolta ritorcersi contro, portando a segretezza e sfiducia. Al contrario, quando i bambini vedono i genitori dare l'esempio di un approccio critico ai media e incoraggiare il dialogo, interiorizzano tali comportamenti.

Misure pratiche per genitori e tutori

- Controllate le vostre abitudini: state dando l'esempio del comportamento che volete che i vostri figli imparino? Ad esempio, verificate i fatti prima di condividerli? Mantenete un tono rispettoso nei dibattiti online?
- Sfruttate i momenti didattici: quando nelle notizie o sui social media circolano informazioni errate, sfruttate l'occasione per discutere su come valutarle.
- Bilanciate la supervisione con la fiducia: i bambini più piccoli hanno bisogno di un monitoraggio più attento, ma man mano che crescono, passate al mentoring e al sostegno dell'indipendenza.
- Mantenete vive le conversazioni: piuttosto che un unico "discorso sulla sicurezza online", rendete la vita digitale una parte regolare delle discussioni familiari.
- Cercate sostegno e risorse: non siete soli. Le scuole, le organizzazioni comunitarie e iniziative come DRONE forniscono strumenti, workshop e risorse.





UN APPROCCIO FAMILIARE

Un genitore ha notato che il proprio figlio undicenne trascorreva ore a guardare video su una piattaforma. Alcuni video erano innocui intrattenimenti, ma altri promuovevano opinioni estreme. Invece di vietare l'uso della piattaforma, il genitore ha guardato alcuni video con il figlio e gli ha chiesto: "Cosa ne pensi dell'opinione di questa persona? Come facciamo a sapere se è vera?" Insieme hanno cercato altre fonti e hanno confrontato i diversi punti di vista. Col tempo, il bambino ha iniziato a mettere in pausa i video per porre domande, sviluppando abitudini più sane.

CAPITOLO 1

ALFABETIZZAZIONE DELL'INFORMAZIONE

CHE COS'È L'ALFABETIZZAZIONE DELL'INFORMAZIONE?

L'alfabetizzazione dell'informazione è la capacità di trovare, valutare e utilizzare le informazioni in modo efficace. In termini semplici, si tratta di porre le domande giuste:

- Chi l'ha scritto?
- Perché è stato pubblicato?
- Posso fidarmi?
- Quali prove lo dimostrano?

Nell'era digitale, bambini e adulti sono esposti ogni giorno a enormi quantità di informazioni. Alcune sono accurate e utili, ma molte sono parziali, incomplete, fuorvianti o addirittura deliberatamente false. Senza solide competenze di alfabetizzazione dell'informazione, è facile sentirsi sopraffatti, fuorviati o addirittura manipolati.

Essere competenti nell'uso delle informazioni non significa memorizzare fatti. Significa invece imparare ad affrontare le informazioni in modo critico, valutandone l'affidabilità, confrontando fonti diverse e decidendo come utilizzarle al meglio. Per i genitori, questa competenza è particolarmente importante perché determina il modo in cui guidano la comprensione del mondo da parte dei propri figli.

SVILUPPARE LE VOSTRE COMPETENZE COME GENITORI O TUTORI

In qualità di genitori o tutori, siete un modello di riferimento per le abitudini digitali dei vostri figli. Quando dimostrate di verificare le fonti, mettere in discussione le affermazioni o ammettere quando non sapete qualcosa, insegnate ai vostri figli abitudini preziose che porteranno con sé nell'età adulta.

Ecco alcuni modi pratici per rafforzare la vostra alfabetizzazione dell'informazione:

1. Esercitatevi a verificare le notizie

Prima di condividere un articolo, un video o un meme, prendetevi un momento per verificare:

- La fonte è affidabile?
- Le informazioni possono essere verificate in almeno altri due luoghi affidabili?
- Il titolo corrisponde al contenuto dell'articolo o è stato pensato per suscitare emozioni?

Strumenti come Google Reverse Image Search, Snopes o Full Fact possono aiutarvi a identificare immagini manipolate o a sfatare miti comuni.

2. Utilizzate fonti affidabili per le informazioni sulla genitorialità

Quando si tratta di salute, istruzione o genitorialità, le informazioni errate sono molto diffuse online. I blog o i post sui social media spesso condividono "consigli" che potrebbero essere non verificati o dannosi. Utilizzate invece fonti affidabili come i servizi sanitari nazionali, i ministeri dell'istruzione o organizzazioni consolidate che si occupano di sviluppo infantile.

3. Date l'esempio con comportamenti online sani

I bambini osservano il comportamento dei genitori online. Se vi fermate per mettere in discussione un articolo o per spiegare perché non condividete un determinato post, state mostrando loro come gestire le informazioni in modo responsabile.

Esempio:

I vostri figli vi vedono leggere un titolo che recita: "Il cioccolato cura lo stress all'istante!". Invece di riderci sopra o condividerlo, potreste dire: "Sembra interessante, ma vediamo se gli scienziati sono d'accordo. Controlliamo su un sito medico". Questo piccolo gesto dimostra come pensare in modo critico senza reprimere la curiosità.

SOSTENERE L'ALFABETIZZAZIONE DELL'INFORMAZIONE DEI VOSTRI FIGLI

Bambini e adolescenti crescono in un mondo in cui il sovraccarico di informazioni è la norma. La loro capacità di distinguere tra verità e falsità dipende spesso dalla guida che ricevono a casa.

Ecco alcune strategie che potete utilizzare:

1. Incoraggiate la curiosità attraverso le domande

Quando i vostri figli vi raccontano qualcosa di sorprendente che hanno trovato online, rispondete con curiosità, non con giudizio. Chiedete loro:

- Dove l'hai sentito?
- Pensi che chi l'ha scritto conosca bene l'argomento?
- Perché pensi che l'abbia pubblicato?

Questo trasforma le conversazioni in opportunità di apprendimento.

2. Insegnate semplici strategie di valutazione

I bambini non hanno bisogno di complesse teorie sui media per iniziare. Possono cominciare con semplici passaggi:

- Controlla la data di un post: è recente o obsoleto?
- Cerca il nome dell'autore: ha esperienza in materia?
- Confrontalo con un'altra fonte: la storia appare anche altrove?

3. Condividete le attività insieme

L'alfabetizzazione dell'informazione può essere praticata in famiglia. Ad esempio:

- Confrontate i titoli di diversi organi di informazione sullo stesso evento. Discutete su come la formulazione delle parole cambi la percezione.
- Giocate a "verità o bugia" presentando brevi storie (alcune vere, altre false) e decidete insieme quali sono vere e quali false, spiegando il perché.
- Esplorate insieme i siti web di fact-checking e osservate come spiegano le affermazioni false.



UNA SERATA DEDICATA ALLE NOTIZIE IN FAMIGLIA

Una famiglia ha instaurato l’abitudine settimanale di consultare insieme tre diversi siti web di notizie. Ogni persona sceglie una notizia e la famiglia confronta il modo in cui ogni testata la presenta. Col tempo, i bambini hanno acquisito maggiore sicurezza nell’individuare i pregiudizi e nel porre domande critiche sulle notizie che incontravano sui social media.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Nonostante i vostri migliori sforzi, i bambini a volte possono credere o condividere informazioni false o dannose. Questo è un aspetto naturale dell'apprendimento: proprio come i bambini commettono errori in matematica o ortografia, così commettono errori anche nel valutare le informazioni. La chiave sta nel modo in cui reagite.

Segnali di allarme di scarsa alfabetizzazione dell'informazione nei bambini

- Ripetere affermazioni estreme o false senza porre domande.
- Condivisione di contenuti dannosi o fuorvianti online.
- Esprimere confusione su ciò che è vero o affidabile.
- Mostrare disagio emotivo dopo aver incontrato informazioni contrastanti.

Come reagire

1. Mantenete la calma ed evitate di incolpare

Reagire con rabbia o derisione può rendere i bambini difensivi e meno propensi a condividere in futuro. Ringraziateli invece per aver condiviso, anche se il contenuto è sbagliato.

2. Mostrate loro come verificare insieme i fatti

Sedetevi e analizzate insieme l'affermazione. Sfruttate questa occasione per esercitare il pensiero critico piuttosto che per punirli.

3. Incoraggiate la riflessione

Ponete domande come:

- Cosa ti ha portato a crederci inizialmente?
- Come ti senti ora che lo abbiamo controllato insieme?
- Cosa potremmo fare diversamente la prossima volta?

4. Contattate gli insegnanti se necessario

Se il problema si aggrava, ad esempio se i vostri figli stanno diffondendo informazioni errate o sono vittime di bullismo a causa di affermazioni false, coinvolgete gli insegnanti. Le scuole spesso dispongono di risorse o programmi didattici a sostegno dell'alfabetizzazione mediatica e i vostri figli potrebbero trarre beneficio da un rafforzamento in classe.

COME RISPONDERE ALLA SCARSA COMPETENZA DELL'INFORMAZIONE NEI BAMBINI

- MANTENETE LA CALMA ED EVITATE LE ACCUSE
- INCORAGGIATE LA RIFLESSIONE



- MOSTRATE AI VOSTRI FIGLI COME VERIFICARE LE INFORMAZIONI INSIEME
- CONTATTATE GLI INSEGNANTI SE NECESSARIO



CASO DI STUDIO 1: L'AFFERMAZIONE VIRALE SULLA SALUTE

Un ragazzo di 13 anni condivide un video in cui si sostiene che bere un tè speciale cura tutte le malattie. Il genitore nota che il figlio ripete l'affermazione agli amici. Invece di ignorarla, il genitore chiede: "Da dove pensi che provenga questa idea? Dovremmo verificare cosa ne pensano i medici?". Insieme, cercano siti web affidabili sulla salute e scoprono che l'affermazione è falsa. Il ragazzo si sente coinvolto nel processo e impara a verificare le informazioni sulla salute.

CASO DI STUDIO 2: DISINFORMAZIONE POLITICA

Una ragazza di 15 anni inizia a condividere online contenuti politici estremi, convinta che siano veritieri. Il genitore riconosce che tali contenuti sono di parte e fuorvianti, ma evita il confronto. Invece, guardano insieme un video, poi il genitore chiede: "Chi pensi che tragga vantaggio dal fatto che noi crediamo a questo? C'è un altro lato della medaglia?". Col tempo, la ragazza sviluppa una prospettiva più equilibrata, imparando che non tutto ciò che si trova online è neutrale.

CASO DI STUDIO 3: CONFUSIONE IN CLASSE

Una bambina di 11 anni discute con i compagni di classe su una notizia letta online e si sente in imbarazzo quando gli altri la correggono. A casa, il genitore aiuta la bambina a cercare insieme l'affermazione e le mostra come utilizzare i siti web di verifica dei fatti. Successivamente, il genitore contatta l'insegnante per suggerire una discussione con tutta la classe sulla valutazione delle informazioni. L'incidente diventa un'opportunità di apprendimento condiviso invece che una fonte di vergogna.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Lista di controllo per l'alfabetizzazione dell'informazione

- Mi fermo a riflettere prima di condividere contenuti online?
- Ho verificato chi li ha creati e perché?
- Posso verificarlo in almeno altre due fonti?
- Sto dando l'esempio ai miei figli?

Spunti di conversazione con i bambini

- Interessante, dove l'hai sentito?
- Pensi che la persona che l'ha pubblicato sia esperta in materia?
- Possiamo controllare insieme un'altra fonte?
- Perché pensi che qualcuno voglia farci credere questo?

Sfida per la famiglia

Una volta alla settimana, scegliete un titolo sorprendente e verificatelo insieme. Datevi un punteggio in base alla rapidità con cui riuscite a decidere se è vero o falso. Rendete l'attività divertente, non un test.

CONCLUSIONE

L'alfabetizzazione dell'informazione è una competenza fondamentale nell'era digitale. Per i genitori e chi si prende cura dei bambini, sviluppare le proprie competenze è il primo passo: non si può insegnare ciò che non si pratica. Verificando i fatti, ponendo domande e dando l'esempio di comportamenti digitali sani, creerete un potente modello per i vostri figli.

Sostenere l'alfabetizzazione dell'informazione nei vostri figli non significa limitare la loro curiosità, ma guidarla. Incoraggiate le domande, esplorate insieme a loro le informazioni e dimostrate loro che essere riflessivi è più importante che avere ragione al primo tentativo. Quando le cose vanno male, affrontate la situazione con calma e curiosità e risolvete il problema insieme a loro. Gli errori sono opportunità di crescita. Con il vostro sostegno, i vostri figli potranno sviluppare la resilienza e le competenze necessarie per navigare nel mondo digitale in modo sicuro, responsabile e con fiducia.

Sviluppare le vostre competenze

- Utilizzate siti web di verifica dei fatti come Snopes (https://www.snopes.com/), EU vs Disinfo (https://fullfact.org/) o Full Fact (https://euvsdisinfo.eu/).
- Esercitatevi a confrontare la stessa notizia su più fonti.
- Riflettete sulle vostre abitudini: condividete contenuti prima di controllarli?

Sostenere i vostri figli

- Create una routine familiare che preveda la lettura collettiva dei titoli delle notizie.
- Chiedete ai vostri figli di spiegare dove hanno trovato le informazioni.
- Lodate la curiosità e premiate il sano scetticismo.

Quando le cose vanno male

Se i vostri figli hanno costantemente difficoltà a distinguere le fonti affidabili:

- Correggete delicatamente le informazioni errate senza ridicolizzarli.
- Condividete esempi di fonti credibili in un linguaggio semplice.
- Coinvolgete gli insegnanti nel rafforzare i compiti di ricerca.

Letture consigliate:

- "Media and Information Literacy Curriculum for Teachers" (UNESCO). [1]
- "EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries". [2]

1. https://www.unesco.org/en/articles/media-and-information-literacy-curriculum-teachers
2. https://www.eukidsonline.ch/files/Eu-kids-online-2020-international-report.pdf

Nella conversazione quotidiana, l'espressione "fake news" è spesso usata come termine generico per indicare qualsiasi informazione falsa o fuorviante presente online. Tuttavia, quando si aiutano bambini e adolescenti a comprendere il mondo digitale, è importante distinguere tra misinformazione, disinformazione e fake news.

- **Misinformazione**: informazioni false o inaccurate condivise senza l'intento di nuocere. Esempio: un membro della famiglia condivide un post sui social media su una "cura miracolosa" perché crede sinceramente che possa aiutare gli altri.
- **Disinformazione**: false informazioni create e diffuse deliberatamente per ingannare o causare danni. Esempio: una notizia inventata su un'elezione volta a fuorviare gli elettori.
- **Fake news**: etichetta popolare utilizzata per indicare storie inventate o manipolate presentate sotto forma di articoli o reportage giornalistici.

Comprendere queste distinzioni è importante perché l'intento e l'impatto sono diversi. La misinformazione può diffondersi accidentalmente, mentre la disinformazione è spesso pianificata con cura per manipolare l'opinione pubblica, guadagnare denaro attraverso i clic o creare divisioni.

I bambini sono particolarmente vulnerabili perché stanno ancora imparando a interpretare il mondo. Potrebbero non comprendere ancora come gli algoritmi amplifichino i contenuti estremi o come i creatori di contenuti online possano trarre profitto dalle visualizzazioni, indipendentemente dalla loro accuratezza.

CAPITOLO 2

MISINFORMAZIONE, DISINFORMAZIONE E FAKE NEWS

SVILUPPARE LE PROPRIE COMPETENZE COME GENITORE O TUTORE

Prima di poter insegnare ai vostri figli a individuare i contenuti fuorvianti, dovete essere sicuri di saperli riconoscere. Molti adulti hanno difficoltà in questo senso, ed è normale. La buona notizia è che esistono misure pratiche che potete adottare per rafforzare le vostre capacità.

1. Imparate a riconoscere i segni comuni della disinformazione

I contenuti fuorvianti presentano spesso dei “segnali di allarme” riconoscibili:

- Titoli sensazionali o scioccanti pensati per attirare l’attenzione.
- Linguaggio emotivo che gioca sulla paura, la rabbia o l’indignazione.
- Mancanza di un autore o di un’organizzazione credibile.
- Assenza di prove o riferimenti a sostegno.
- Affermazioni che compaiono solo in un unico luogo o sono condivise solo sui social media.

2. Mettete in pratica ciò che insegnate

Provate a verificare la veridicità della prossima notizia sorprendente che trovate online. Utilizzate strumenti come:

- Snopes (verifica generale dei fatti).
- Full Fact (Regno Unito) o servizi regionali simili.
- EUvsDisinfo (campagne di disinformazione europee).
- Ricerca immagini inversa di Google (per individuare foto riutilizzate o alterate).

Più vi esercitate, più questa abitudine diventerà automatica e più vi sembrerà naturale trasmettere questo processo ai vostri figli.

3. Riflettete sui vostri pregiudizi

Siamo tutti più propensi a credere alle informazioni che corrispondono alle nostre opinioni preesistenti. Essere consapevoli di questo vi aiuta ad affrontare i contenuti online con umiltà e curiosità, che è esattamente l’atteggiamento che volete trasmettere ai vostri figli.

AIUTATE I VOSTRI FIGLI A INDIVIDUARE I CONTENUTI FUORVIANTI

1. Create una cultura della curiosità

Invece di dire ai vostri figli “è sbagliato” o “non credete a tutto ciò che trovate online”, ponete loro domande che incoraggino il pensiero critico:

- Chi ha creato questo contenuto?
- Perché pensi che sia stato pubblicato?
- Cosa ne dicono altri siti?
- Come ti fa sentire?

Questo non solo sviluppa le capacità analitiche, ma rafforza anche la fiducia: i vostri figli vi vedono come un partner nell’apprendimento piuttosto che come un giudice.

2. Insegnate a “fare una pausa prima di condividere”

Molti giovani condividono contenuti istantaneamente senza riflettere. Incoraggiate questa semplice regola: Fermatevi. Controllate. Poi condividete. Anche una pausa di 30 secondi per riflettere o verificare può impedire la diffusione di informazioni false.

3. Utilizzate esempi tratti dalla vita reale

I bambini imparano meglio attraverso la pratica. Scegliete un esempio di disinformazione virale (come un mito sulla salute, una foto ritoccata o un meme fuorviante) e analizzatelo insieme a loro:

- Confrontatelo con fonti di informazione affidabili.
- Cercate l’immagine per vedere se è stata utilizzata in precedenza.
- Discutete su cosa potrebbe accadere se le persone ci credessero e agissero di conseguenza.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

A volte i bambini cadono vittime della disinformazione o addirittura la diffondono essi stessi. Questo non è un segno di fallimento, ma una fase naturale dell'apprendimento. Tuttavia, potrebbe essere necessario correggere le informazioni errate o la disinformazione riportate a casa da scuola e diffuse dagli insegnanti. L'obiettivo non è quello di prevenire tutti gli errori, ma di aiutare i bambini a imparare da essi in modo sicuro.

Segnali di allarme

- I vostri figli ripetono affermazioni estreme o improbabili come se fossero fatti reali.
- Condividono contenuti fuorvianti sui social media senza verificarli.
- Sostengono con forza un'idea ma non sono in grado di spiegarne l'origine.
- Diventano ansiosi o spaventati dopo aver consumato contenuti allarmanti.

Come reagire

1. Mantenete la calma

Evitate di rimproverare o deridere. I bambini che si sentono umiliati potrebbero chiudersi in se stessi e continuare a credere alle false affermazioni in privato.

2. Indagate insieme

Sedetevi ed esaminate il contenuto passo dopo passo. Chiedetevi: "Vediamo da dove proviene questa informazione. Possiamo trovare un'altra fonte?" Valutate attentamente se parlarne anche con gli insegnanti, nel caso in cui l'informazione sembri provenire da loro.

3. Evidenziate l'impatto nel mondo reale

Spiegate come la disinformazione possa causare danni, dallo spreco di denaro per prodotti contraffatti a conseguenze gravi come rischi per la salute o pregiudizi.

4. Incoraggiate la riflessione

Chiedete: "Cosa ti ha portato a crederci inizialmente? Come potremmo verificarlo la prossima volta?" Questo aiuta i vostri figli a sviluppare consapevolezza senza temere di essere "scoperti".

5. Cercate aiuto se necessario

Se i vostri figli sono profondamente coinvolti in gruppi online estremisti o dannosi, contattate i loro insegnanti o consulenti scolastici. Le scuole possono affrontare la disinformazione all'interno del programma scolastico e offrire una guida.

COME RISPONDERE ALLA MISINFORMAZIONE O ALLA DISINFORMAZIONE NEI VOSTRI FIGLI





CASO DI STUDIO 1: LA VOCE SULLA CELEBRITÀ

Un bambino di 12 anni insiste che la sua celebrità preferita è morta, dopo aver visto diversi post sui social media. Il genitore resiste alla tentazione di ignorarlo e invece controlla i siti web di notizie ufficiali insieme al bambino. Scoprono che la notizia è falsa, creata per scherzo. Il genitore spiega perché le persone diffondono tali voci, spesso per attirare l'attenzione o ottenere clic. Il bambino impara a non fidarsi delle affermazioni virali senza prima verificarle.

CASO DI STUDIO 2: IL FALSO CONSIGLIO SULLA SALUTE

Un adolescente condivide con gli amici un video su una "cura naturale", sostenendo che possa sostituire le cure mediche. Il genitore riconosce il pericolo e si siede con calma con il ragazzo. Insieme, cercano siti affidabili dedicati alla salute e scoprono che l'affermazione è falsa e rischiosa. Il ragazzo si sente rispettato durante il processo e diventa più cauto nei confronti dei contenuti relativi alla salute in futuro.

CASO DI STUDIO 3: IL MEME POLITICO

Un quindicenne inizia a ripubblicare meme politici che esagerano o distorcono i fatti. Anziché affrontarlo, il genitore gli chiede: "Chi pensi che li abbia creati? Cosa vogliono farci credere?". Questo dà il via a una conversazione sulla propaganda e la persuasione. Il giovane inizia a riconoscere la differenza tra fatti, opinioni e tattiche manipolatorie.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Segnali di allarme rapidi per contenuti fuorvianti

- Titoli in maiuscolo o sensazionalistici.
- Appelli emotivi (“Questo ti sconvolgerà!”).
- Nessun autore o organizzazione chiaramente identificati.
- Grammatica o struttura scadenti.
- Argomentazione unilaterale senza fonti.
- Urgenza di condividere rapidamente (“Non lasciate che venga cancellato!”).

Spunti di conversazione con i bambini

- Perché pensi che le persone inventino storie online e cerchino di far credere agli altri che siano vere?
- Cosa potrebbe succedere se qualcuno ci credesse?
- Dovremmo verificare questa informazione altrove?
- Cosa faresti se un amico ti mandasse questa notizia?

Routine familiare di verifica dei fatti

- Una volta alla settimana, scegliete insieme un contenuto online.
- Verificatelo utilizzando almeno due strumenti di verifica dei fatti.
- Valutate voi stessi quanto velocemente riuscite a scoprire se è vero.
- Celebrate il processo, non solo la “risposta giusta”.

CONCLUSIONE

La misinformazione, la disinformazione e le fake news sono tra le sfide più grandi dell'era digitale. Ma non sono imbattibili. Con le giuste competenze, le famiglie possono affrontare queste sfide con sicurezza.

Per i genitori e chi si prende cura dei bambini, il primo passo è sviluppare le proprie competenze: imparare a riconoscere i segnali di allarme, verificare i fatti e riflettere sulle proprie abitudini online. Da lì, potete guidare i vostri figli attraverso domande, curiosità ed esplorazione condivisa.

Quando si verificano degli errori, questi dovrebbero essere considerati come occasioni di apprendimento, non come fallimenti. Ogni falsa affermazione smontata insieme è un passo verso un pensiero critico più forte. Ogni conversazione aperta rafforza la resilienza contro la manipolazione.

Il progetto DRONE ci ricorda che i genitori e gli educatori non sono osservatori passivi, ma mentori attivi nel percorso digitale. Imparando insieme ai vostri figli, li preparate non solo a sopravvivere, ma anche a prosperare in un mondo in cui verità e menzogne spesso competono per attirare l'attenzione.

Comprendere le differenze

- **Misinformazione**: informazioni errate condivise senza intenzioni dannose.
- **Disinformazione**: informazioni false create per manipolare o ingannare.
- **Fake news**: un sottotipo, spesso sensazionalistico, che imita il giornalismo.

Costruire la vostra consapevolezza

- Imparate a riconoscere i segnali emotivi: titoli esagerati, lettere maiuscole, inviti urgenti all'azione.
- Verificate se il contenuto è satirico o parodistico.
- Fate attenzione all'amplificazione algoritmica: spesso i contenuti vengono mostrati per provocare reazioni forti.

Come aiutare i vostri figli

- Giocate a "trova il falso" utilizzando esempi di titoli falsi.
- Incoraggiateli a verificare le immagini (ricerca per immagini su Google).
- Insegnate loro a chiedersi: chi trae vantaggio dal fatto che io ci creda?

Quando le cose vanno male

Se i vostri figli iniziano a credere alle teorie del complotto o a diffondere affermazioni false:

- Evitate il confronto diretto: ponete domande che stimolino l'auto-riflessione.
- Fornite fonti affidabili adatte al loro livello (ad esempio, siti web sulla salute pensati per i giovani).
- Chiedete consiglio se le convinzioni influenzano negativamente le relazioni o il rendimento scolastico.

Letture consigliate

Wardle, C. & Derakhshan, H. (2017). Disordine informativo. Relazione del Consiglio d'Europa.

(https://edoc.coe.int/en/module/ec_addformat/download?cle=5905aa3361a00b7d9356fa6cf222396d&k=986230e363ed790f7583165280237884)

CAPITOLO 3

COSTRUIRE LA RESILIENZA

CHE COS'È LA RESILIENZA NELL'ERA DIGITALE?

La resilienza è la capacità di affrontare le sfide, riprendersi dalle battute d'arresto e adattarsi ai cambiamenti. Nel mondo digitale, la resilienza ha una dimensione aggiuntiva: aiutare bambini e adolescenti a gestire gli alti e bassi della vita online.

Internet può essere uno spazio meraviglioso per l'apprendimento, la connessione e la creatività. Tuttavia, può anche esporre i giovani al cyberbullismo, all'esclusione, a contenuti dannosi o alla pressione di soddisfare standard irrealistici. La resilienza non significa evitare completamente queste sfide, perché ciò è impossibile. Si tratta piuttosto di fornire ai bambini le competenze e la forza emotiva necessarie per affrontare le difficoltà senza lasciarsi sopraffare.

Per i genitori e chi si prende cura dei bambini, la resilienza significa anche sostenere emotivamente i propri figli, creare spazi sicuri per la discussione e dare l'esempio con strategie di coping sane.

Perché la resilienza è importante per bambini e adolescenti

I bambini e i giovani trascorrono gran parte della loro vita online. Negli spazi digitali stringono amicizie, esplorano la propria identità, acquisiscono nuove competenze e incontrano nuove idee. Queste esperienze sono spesso positive, ma le sfide sono inevitabili.

I fattori di stress online più comuni includono:

- Cyberbullismo o esclusione dai gruppi online.
- Esposizione a immagini angoscianti o contenuti dannosi.
- Confronto con le vite "perfette" mostrate sui social media.
- Pressione a essere costantemente disponibili e reattivi.
- Sovraccarico dovuto all'eccesso di informazioni.

Senza resilienza, queste sfide possono portare a:

- Ansia e bassa autostima.
- Allontanamento dalle amicizie o dalle attività.
- Difficoltà di concentrazione a scuola.
- Comportamenti rischiosi online.

La resilienza agisce come fattore protettivo, riducendo la probabilità che le esperienze negative causino danni a lungo termine.

SVILUPPARE LA PROPRIA RESILIENZA COME GENITORI O TUTORI

Prima di poter aiutare i vostri figli, è utile rafforzare la vostra resilienza digitale. I bambini spesso imitano il modo in cui gli adulti reagiscono allo stress, quindi le vostre strategie di coping sono importanti.

1. Riconoscete il vostro stress digitale

Anche i genitori devono affrontare pressioni digitali: e-mail di lavoro a tutte le ore, notizie preoccupanti o la pressione di apparire "perfetti" online. Prendetevi del tempo per notare come questi fattori influenzano il vostro umore e il vostro comportamento.

2. Date l'esempio di una sana gestione dello stress

Mostrate ai vostri figli come reagire con calma alle sfide digitali:

- Se un messaggio vi turba, spiegate che vi prenderete una pausa prima di rispondere.
- Se vi sentite ansiosi per una notizia, dite che controllerete una fonte affidabile e poi fate un passo indietro.
- Se siete frustrati dalla tecnologia, mostrate pazienza invece di rabbia.

3. Create abitudini familiari che favoriscano l'equilibrio

Semplici routine come pasti senza dispositivi elettronici, tempo trascorso insieme all'aperto o ore concordate in cui "spegnere tutto" dimostrano che la vita digitale dovrebbe essere parte di uno stile di vita equilibrato, non dominarlo.

SOSTENERE LA RESILIENZA DEI VOSTRI FIGLI

1. Create uno spazio sicuro per le conversazioni

Fate capire chiaramente ai vostri figli che possono parlare delle loro esperienze online senza temere punizioni. Ad esempio, se dovessero imbattersi in contenuti dannosi, dovrebbero sentirsi sicuri che li ascolterete e li aiuterete, senza confiscare immediatamente i loro dispositivi.

2. Insegnate la consapevolezza emotiva

Aiutate i vostri figli a riconoscere come le esperienze online influenzano i loro sentimenti:

- Come vi sentite quando vedete tante foto perfette delle vacanze?
- Quali emozioni provate quando qualcuno ignora i vostri messaggi?

Dare un nome alle emozioni è il primo passo per gestirle.

3. Incoraggiate strategie di coping salutari

- Prenditi una pausa dagli schermi quando ti senti sopraffatto.
- Parla con un adulto o un amico di fiducia.
- Impegnati in hobby offline per bilanciare il tempo trascorso davanti allo schermo.
- Utilizza tecniche di rilassamento come la respirazione profonda.

4. Costruite comunità online positive

Incoraggiate i vostri figli a partecipare a spazi digitali che promuovono la creatività, la gentilezza e l'apprendimento. Far parte di comunità solidali può rafforzare la resilienza nei confronti delle esperienze negative.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Anche con il vostro sostegno, i vostri figli potrebbero trovarsi ad affrontare serie difficoltà nel mondo digitale. Il modo in cui reagite può fare una grande differenza.

Segnali di allarme di una resilienza in difficoltà

- Ritiro dalla vita sociale online e offline.
- Cambiamenti improvvisi di umore dopo attività online.
- Riluttanza a utilizzare dispositivi che prima piacevano.
- Ossessione per contenuti negativi o conflitti online.
- Sintomi fisici come disturbi del sonno o mal di testa.

Come reagire

1. Mantenete la calma e ascoltate: create uno spazio in cui i vostri figli possano condividere ciò che è successo. Evitate di giudicare immediatamente o di risolvere il problema; iniziate ascoltando.

2. Convalidate i loro sentimenti: dite cose come: “Sembra davvero difficile” o “Capisco perché vi sentite turbati”. La convalida aiuta i vostri figli a sentirsi compresi e meno soli.

3. Risolvete il problema insieme: chiedete: “Cosa ti aiuterebbe a sentirti meglio? Vuoi segnalarlo? Dovremmo prenderci una pausa insieme?” La collaborazione rafforza l’empowerment.

4. Coinvolgete le reti di supporto: se necessario, coinvolgete insegnanti, consulenti scolastici o organizzazioni di supporto. Molte scuole ora dispongono di procedure chiare per affrontare il bullismo online o il disagio.

5. Cercate un aiuto professionale se necessario. Se i vostri figli mostrano segni di ansia prolungata, depressione o pensieri autolesionistici, cercate un supporto professionale da un medico di base, un consulente o uno specialista della salute mentale.

COME REAGIRE SE I VOSTRI FIGLI HANNO DIFFICOLTÀ A ESSERE RESILIENTI





CASO DI STUDIO 1: ESCLUSIONE DA UNA CHAT DI GRUPPO

Un ragazzo di 12 anni viene rimosso da un gruppo WhatsApp della classe senza alcuna spiegazione. Si sente umiliato e isolato. Il genitore lo ascolta con calma e lo rassicura dicendogli che i suoi sentimenti sono legittimi. Insieme, parlano delle dinamiche dei gruppi online e riflettono su quali amici potrebbero sostenerlo offline. Il genitore contatta anche l'insegnante con discrezione per monitorare le dinamiche sociali della classe.

CASO DI STUDIO 2: ESPOSIZIONE A CONTENUTI INQUIETANTI

Un adolescente vede accidentalmente immagini violente condivise dai coetanei. Diventa introverso e ansioso. Invece di vietargli l'uso del telefono, il genitore lo incoraggia a discutere apertamente di ciò che ha visto e del perché lo ha turbato. Insieme rivedono le impostazioni sulla privacy e gli strumenti di segnalazione, poi bilanciano il tempo trascorso davanti allo schermo con attività offline rilassanti. Col tempo, l'adolescente si sente più in controllo e meno spaventato.

CASO DI STUDIO 3: PRESSIONE DEI SOCIAL MEDIA

Una ragazza di 14 anni si confronta costantemente con gli influencer sui social media, il che la porta ad avere una bassa autostima. Il genitore avvia una conversazione:
"Pensi che queste immagini mostrino la vita reale? Cosa potrebbe essere stato modificato?" e incoraggia la ragazza a seguire modelli di comportamento positivi e a prendersi delle pause quando i post suscitano sentimenti negativi. Gradualmente, la ragazza diventa più selettiva nel suo ambiente online.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Abitudini di resilienza familiare

- Cene senza dispositivi elettronici.
- Un'attività quotidiana offline da svolgere insieme (passeggiata, gioco, lettura).
- Incoraggiare a "fermarsi e riflettere" prima di rispondere a contenuti sconvolgenti.
- Controlli regolari: "Come ti senti riguardo alle attività online questa settimana?"

Spunti di conversazione

- Qual è stata la cosa migliore che ti è successa online questa settimana?
- Qual è la cosa più difficile?
- Chi ti fa sentire bene con te stesso online?
- Quando ti senti turbato online, cosa ti aiuta a calmarti?

Checklist delle strategie di coping per bambini

- Prenditi una breve pausa dallo schermo.
- Parla con un genitore, un insegnante o un amico.
- Usa le funzioni "segnala" o "blocca".
- Scrivi o disegna i tuoi sentimenti.
- Fai qualcosa di rilassante offline (musica, disegno, sport).

La Roadmap della resilienza

Aiutare le famiglie ad affrontare, superare e diventare più forti nell'era digitale.

Fase 1: Consapevolezza

Obiettivo: riconoscere che le sfide online sono normali e che la resilienza può essere appresa.

- Parlate apertamente delle esperienze positive e negative vissute online.
- Condividete i vostri esempi di errori e di recupero (ad esempio, cadere vittima di un'e-mail truffaldina, sentirsi turbati dai social media).
- Insegnate ai bambini che le battute d'arresto fanno parte dell'apprendimento e non sono segni di fallimento.

Segnali di allarme:

- Il bambino dice “Sono stupido” o “Non ce la faccio”.
- Il bambino evita gli spazi digitali dopo una singola esperienza negativa.

Checklist:

- Parlo dei miei alti e bassi nel mondo digitale. ☐
- I miei figli sanno che gli errori online non sono la fine del mondo. ☐
- Discutiamo sia dei rischi che delle opportunità legati alla navigazione in rete. ☐

Fase 2: Capacità di affrontare le difficoltà

Obiettivo: fornire ai bambini gli strumenti per gestire lo stress e le emozioni negative quando le cose vanno male online. Strumenti pratici:

- La pausa in 5 fasi: fermarsi – respirare – pensare – scegliere – agire.
- Incoraggiate le “pause digitali” (camminare, fare stretching, fare qualcosa offline).
- Insegnate strategie di radicamento: nomina 5 cose che vedi, 4 che avverti, 3 che senti.
- Gioco di ruolo: “Cosa faresti se qualcuno pubblicasse qualcosa di cattivo?”

Segnali di allarme:

- Esplosioni emotive dopo l’uso di Internet.
- Riluttanza a condividere ciò che accade online.
- Allontanamento dagli amici o dalle attività.

Checklist:

- I miei figli sono in grado di citare almeno una tecnica di coping.
- Ci esercitiamo a “prendere una pausa” quando le cose diventano troppo opprimenti. ☐
- Incoraggio risposte calme invece di reazioni rapide online. ☐

☐

Fase 3: Reti di supporto

Obiettivo: assicurarsi che i bambini sappiano di non essere soli e di potersi rivolgere a persone di fiducia.

Azioni per i genitori:

- Identificate gli adulti affidabili (genitori, insegnanti, parenti) con cui i vostri figli possono parlare.
- Normalizzate la richiesta di aiuto: “Anche gli adulti a volte hanno bisogno di aiuto online”.
- Entrate in contatto con altri genitori per condividere strategie e coordinare approcci.

Segnali di allarme:

- I bambini nascondono la loro attività online e si rifiutano di parlare dei loro problemi.
- I bambini credono che nessuno possa capirli o aiutarli.

Checklist:

- I miei figli sono in grado di nominare almeno 2 adulti di fiducia a cui potrebbero rivolgersi. ☐
- Abbiamo regolari “controlli digitali” (chiacchierate informali sulla vita online). ☐
- Io stesso chiedo consigli, così che i miei figli capiscano che è una cosa normale. ☐

Fase 4: Recupero

Obiettivo: passare dalla crisi alla guarigione dopo un incidente (bullismo, hacking, esposizione a contenuti dannosi).

Passaggi per i genitori:

1.Mantenete la calma: evitate di incolpare o farvi prendere dal panico.

2.Convalidate: “Capisco che questo ti abbia davvero turbato”.

3.Agite insieme: bloccate/segnalate gli account, reimpostate le password o contattate la scuola, se necessario.

4.Ricostruite la fiducia: incoraggiate attività online positive (progetti creativi, giochi sicuri).

Segnali di allarme:

- Angoscia persistente molto tempo dopo l’incidente.
- Ritiro totale dalla vita online.
- Calo dei voti, del sonno o delle amicizie.

Checklist:

- Mi concentro sulle soluzioni, non sulle punizioni. ☐
- Agiamo insieme per risolvere i problemi. ☐
- Aiuto i miei figli a tornare a un uso positivo dei dispositivi digitali. ☐

Fase 5: Crescita

Obiettivo: trasformare le sfide in esperienze di apprendimento che sviluppino una resilienza a lungo termine

Strategie:

- Riflettete insieme: “Cosa abbiamo imparato da questa esperienza?”
- Incoraggiate i vostri figli ad aiutare le altre persone con le loro esperienze.
- Festeggiate le piccole vittorie (segnalare una truffa, bloccare un bullo, resistere alla pressione di condividere qualcosa).

Segnali di allarme:

- I bambini continuano a vedersi come una “vittima” senza riconoscere la propria crescita.
- Evitano di riflettere o negano di imparare dalle esperienze.

Checklist:

- Parliamo di ciò che abbiamo imparato dalle sfide digitali. ☐
- I miei figli hanno condiviso le loro competenze o i loro consigli con qualcun altro. ☐
- Celebriamo la resilienza, non solo il successo. ☐

Accordo di resilienza familiare

Scrivete e affiggete i principi fondamentali di resilienza della vostra famiglia:

1. Parliamo apertamente delle esperienze online.
2. Ci prendiamo delle pause quando le cose diventano troppo opprimenti.
3. Chiediamo sempre aiuto se ne abbiamo bisogno.
4. Agiamo insieme per risolvere i problemi.
5. Consideriamo gli errori come opportunità di apprendimento.

Guida rapida alla “Resilienza in azione”

- Quando sei turbato: fermati, respira, parla, agisci.
- Quando sei incerto: chiedi, controlla, verifica.
- Quando le cose vanno male: non incolpare nessuno, risolvi insieme agli altri.
- Quando ti sei ripreso: rifletti e condividi ciò che hai imparato.

CONCLUSIONE

La resilienza non significa proteggere i bambini da tutte le esperienze negative. Significa invece aiutarli a sviluppare le competenze, la fiducia e la forza emotiva necessarie per affrontare le sfide. In qualità di genitori o tutori, svolgete un ruolo fondamentale in questo processo: dando l'esempio con risposte calme, creando spazi aperti al dialogo e fornendo ai vostri figli strategie pratiche. Quando si verificano delle battute d'arresto, trattatele come opportunità di crescita, non come fallimenti. Il progetto DRONE sottolinea che la resilienza è un percorso condiviso. I bambini, i genitori, le scuole e le comunità contribuiscono tutti a costruire ambienti digitali più forti e sicuri. Concentrandovi sulla resilienza, non solo aiutate i vostri figli ad affrontare le difficoltà online, ma fornite loro anche strumenti che saranno utili per tutta la vita.

Perché è importante

I bambini esposti a esperienze negative online – derisione, esclusione, contenuti inquietanti – hanno bisogno di strumenti emotivi per affrontarle. La resilienza non significa evitare tutti i rischi, ma gestirli in modo costruttivo.

Sostenere la resilienza

- Incoraggiate pause quotidiane dallo schermo e attività fisica.
- Promuovete conversazioni aperte in famiglia sulla vita online.
- Condividete le vostre esperienze di errori e recupero online.

Per il benessere mentale dei vostri figli

- Insegnate il "primo soccorso digitale": fermarsi, respirare, parlare, segnalare e riprendersi.
- Incoraggiate una distanza critica: "Non tutto ciò che accade online riguarda voi".
- Sostenete le reti di pari: gli amici possono essere fattori protettivi.

Quando le cose vanno male

Fate attenzione a sintomi quali isolamento, ansia o controllo ossessivo di Internet. I passaggi da seguire includono:

- Ascoltare senza giudicare.
- Contattare insegnanti o consulenti.
- Ricorrere a risorse professionali se il disagio aumenta.

Letture consigliate:

- Livingstone, S. & Byrne, J. (2018). Parenting in the Digital Age.
- Common Sense Media: "Digital Well-Being" guides. (https://www.commonsensemedia.org/digital-well-being)

CAPITOLO 4

PROBLEM-SOLVING

CHE COS'È LA RISOLUZIONE DEI PROBLEMI NELL'ERA DIGITALE?

La risoluzione dei problemi è la capacità di riconoscere le sfide, generare soluzioni e prendere decisioni ponderate ed efficaci. Nel mondo digitale, la risoluzione dei problemi non consiste solo nel riparare un'app danneggiata o capire come funziona un nuovo dispositivo. Si tratta piuttosto di rispondere a questioni complesse come:

- Bambini che ricevono messaggi offensivi in una chat di gruppo.
- Essere bloccati in modo da non potere accedere a un account.
- Decidere se fidarsi di un sito web che richiede informazioni personali.
- Gestire i conflitti nei giochi online.

Queste situazioni possono essere fonte di confusione e stress sia per i bambini che per i genitori. Una spiccata capacità di risolvere i problemi aiuta le famiglie ad affrontare le sfide digitali con calma e in modo costruttivo, invece di reagire con panico o evitamento.

Perché la risoluzione dei problemi è importante per genitori e tutori

Bambini e adolescenti stanno ancora imparando a prendere decisioni e a gestire situazioni impreviste. In qualità di genitori o tutori, le vostre capacità di risoluzione dei problemi influenzano il modo in cui i vostri figli imparano a gestire i loro problemi. Se reagite a una sfida digitale con rabbia o paura, potrebbero imitare la vostra reazione. Se date l'esempio con analisi calme e scelte ponderate, saranno più propensi a sviluppare essi stessi queste abitudini.

In pratica, questo significa:

- Prima di tutto, preparatevi: imparate i passaggi per risolvere efficacemente i problemi, così vi sentirete sicuri quando si presenteranno difficoltà digitali.
- Guidate i vostri figli: insegnate loro un processo che possono utilizzare quando si presentano delle difficoltà.
- Sosteneteli senza sostituirvi a loro: incoraggiate la loro indipendenza pur rimanendo disponibili ad aiutarli quando necessario.

SVILUPPARE LE PROPRIE CAPACITÀ DI RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

1. **Fermatevi prima di reagire**

I problemi digitali possono suscitare forti emozioni. Prima di agire, prendetevi un momento per respirare e valutare la situazione. Chiedetevi: cosa sta succedendo realmente? Cosa dobbiamo sapere prima di rispondere?

2. **Scomponete il problema**

Definite chiaramente il problema. Ad esempio: invece di "i miei figli non sono sicuri online," pensate: "I miei figli stanno ricevendo messaggi anonimi e dannosi su Instagram." Scomporre il problema in dettagli specifici rende più facile affrontarlo.

3. **Generate delle opzioni**

Fate un brainstorming delle possibili soluzioni senza giudicarle immediatamente. Ad esempio: bloccare il mittente, segnalare l'account, modificare le impostazioni sulla privacy, parlare con la scuola o sostenere emotivamente vostro figlio.

4. **Valutate i pro e i contro**

Considerate i possibili esiti di ciascuna opzione. Bloccare l'utente potrebbe risolvere il problema immediato, ma non affronta l'impatto emotivo. Segnalare l'utente potrebbe richiedere più tempo, ma aiuta a prevenire danni futuri.

5. **Agite e riflettete**

Scegliete l'opzione migliore, agite e poi riflettete: ha funzionato? Cosa potremmo fare diversamente la prossima volta?

Mettendo in pratica questi passaggi, potrete guidare i vostri figli quando si presenteranno delle difficoltà.

AIUTARE I VOSTRI FIGLI A RISOLVERE I PROBLEMI

1. Insegnate un semplice schema

Non è necessario offrire ai bambini una lezione sulla teoria del processo decisionale. Piuttosto, introducete un processo semplice e facile da ricordare, come:

FERMATI – PENSA – SCEGLI – VERIFICA

- FERMATI: Fermati prima di reagire.
- PENSA: cosa sta succedendo realmente? Quali sono le opzioni?
- SCEGLI: Scegli l'opzione migliore.
- VERIFICA: Ha funzionato? Devo riprovare?

2. Esercitatevi con piccoli problemi

Aiutate i vostri figli a esercitarsi nella risoluzione dei problemi nelle situazioni digitali quotidiane:

- Hai dimenticato una password? Collaborate per reimpostarla.
- Non sei sicuro di scaricare una nuova app? Esaminamo insieme le autorizzazioni e le recensioni.
- Non sei sicuro se un messaggio sia uno scherzo o cosa significhi? Simula le possibili risposte.

3. Incoraggiate l'indipendenza

Man mano che i bambini crescono, resistete alla tentazione di risolvere immediatamente ogni problema. Ponete invece domande guida:

- Qual è secondo te il modo migliore per gestire questa situazione?
- Quali sono i rischi e i vantaggi di questa scelta?
- Come potresti evitare che ciò si ripeta?

4. Fornite sostegno emotivo

La risoluzione dei problemi non è solo una questione tecnica. I problemi digitali hanno spesso conseguenze emotive. Validate i sentimenti dei vostri figli prima di passare alle soluzioni pratiche.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Non tutti i problemi possono essere risolti facilmente. A volte le situazioni degenerano nonostante i vostri migliori sforzi.

Segnali di allarme di problemi digitali in escalation

- Bullismo ripetuto o in peggioramento nonostante il blocco/la segnalazione.
- Bambini ossessionati da un conflitto online.
- Rischi finanziari, come acquisti all'interno dei giochi o truffe.
- Disturbi emotivi legati a problemi digitali.

Come reagire

1. Rassicurate i vostri figli

Fate loro capire che tutti i problemi hanno una soluzione, anche se ci vuole tempo.

2. Cercate un supporto esterno

Contattate insegnanti, personale scolastico o moderatori della piattaforma online se il problema è al di fuori del vostro controllo.

3. Imparate dall'esperienza

Chiedetevi: cosa ha funzionato? Cosa non ha funzionato? Cosa potremmo provare la prossima volta? Questo trasforma le battute d'arresto in un prezioso insegnamento.

4. Affrontate l'impatto emotivo

Se i vostri figli sono ansiosi, si vergognano o sono introversi, concentratevi sul loro benessere prima di adottare le soluzioni tecniche.

COME RISPONDERE QUANDO I VOSTRI FIGLI AFFRONTANO PROBLEMI DIGITALI PIÙ GRAVI

- RASSICURATE I VOSTRI FIGLI
- CERCATE SOSTEGNO ESTERNO
- IMPARATE DALL'ESPERIENZA
- AFFRONTATE L'IMPATTO EMOTIVO





CASO DI STUDIO 1: IL CONFLITTO NEL GIOCO

Un bambino di 10 anni litiga animatamente durante un gioco online, finendo per essere insultato ed escluso dalla squadra. Il bambino è devastato. Invece di vietare il gioco, i genitori lo guidano nella risoluzione dei problemi:

• Stop: fai una pausa dal gioco.
• Rifletti: cosa è successo? (Un disaccordo sulla strategia si è inasprito.)
• Scegli: chiedi scusa in privato e suggerisci un nuovo gioco con altri amici.
• Verifica: la situazione è migliorata? (Sì, il bambino ha ricominciato a giocare con un altro gruppo).

Il bambino impara che i conflitti digitali possono essere gestiti con scelte calme.

CASO DI STUDIO 2: L'E-MAIL SOSPETTA

Un adolescente riceve un'e-mail in cui si afferma che ha vinto un premio e gli vengono richiesti i suoi dati personali. Entusiasta, la mostra ai suoi genitori. Invece di rimproverarlo, i genitori lo guidano nella valutazione:

- Chi l'ha inviata? L'indirizzo e-mail è autentico?
- Perché qualcuno dovrebbe regalare denaro a degli sconosciuti?
- Cosa succede se clicchiamo sul link?

Insieme, identificano la truffa. Il ragazzo è orgoglioso di averla individuata e diventa più cauto con le e-mail.

CASO DI STUDIO 3: IL DILEMMA DEI SOCIAL MEDIA

Un quattordicenne si sente sotto pressione per entrare a far parte di un gruppo privato in cui i coetanei condividono contenuti che sembrano poco gentili. Non sapendo cosa fare, chiede consiglio a un genitore. Invece di decidere al posto suo, il genitore chiede:

- Quali sono i rischi di partecipare?
- Come ti sentiresti se fossi tu quello preso in giro?
- Quali altre opzioni hai?

L'adolescente decide di non partecipare e spiega agli amici che non si sente a proprio agio. Acquisisce sicurezza nel prendere decisioni basate sui propri valori.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Checklist di Problem-Solving

- Ho fatto una pausa prima di reagire? ☐
- Ho definito chiaramente il problema? ☐
- Ho considerato almeno due opzioni? ☐
- Ho pensato ai rischi e ai benefici? ☐
- Ho riflettuto dopo? ☐

Scenari ipotetici in famiglia

Una volta alla settimana, discutete insieme di uno scenario ipotetico digitale:

- Cosa succederebbe se qualcuno che non conosci ti chiedesse informazioni personali?
- E se un amico di gioco iniziasse a comportarsi in modo cattivo?
- E se vedessi qualcosa di sconvolgente online?

Discutete o simulate le possibili risposte.

Incoraggiare l'indipendenza

- Utilizzate domande guida invece di dare risposte immediate.
- Riconoscete lo sforzo e il buon senso, anche se i risultati non sono perfetti.
- Ricordate ai vostri figli che gli errori fanno parte dell'apprendimento.

Definire, Esplorare, Agire, Riflettere (DEAR) - un approccio strutturato alla risoluzione dei problemi

- Definire: identificate il vero problema alla base dei sintomi.
- Esplorare: raccogliete idee su possibili soluzioni e valutatele.
- Agire: scegliete e pianificate una soluzione realistica.
- Riflettere: rivedete il procedimento, imparate e migliorate.

CONCLUSIONE

Il problem-solving è una delle competenze più importanti che i vostri figli possono sviluppare nell'era digitale. Li aiuta ad affrontare le sfide con sicurezza, creatività e resilienza.

Come genitori o tutori, il vostro ruolo è:

1. Rafforzare le vostre capacità di risoluzione dei problemi in modo da poter dare l'esempio con risposte calme e ponderate.
2. Guidare i vostri figli insegnando loro semplici schemi che possano ricordare e applicare.
3. Sostenerli senza sostituirvi a loro, incoraggiando l'indipendenza e la riflessione.

Quando i problemi si aggravano, trattateli come opportunità di apprendimento e crescita. L'obiettivo non è proteggere i vostri figli da ogni difficoltà, ma aiutarli a sviluppare gli strumenti necessari per affrontare le sfide digitali nel corso della loro vita.

Per i genitori

La risoluzione dei problemi digitali significa risolvere problemi tecnici, ma anche gestire situazioni complesse (ad esempio, violazioni della privacy).

Per i bambini

Le capacità di risoluzione dei problemi includono decidere se rispondere a un messaggio, come risolvere i conflitti tra coetanei online o come gestire il tempo tra le diverse app.

Come fornire supporto

- Esercitatevi con degli scenari: "Cosa faresti se qualcuno condividesse una tua foto senza il tuo permesso?"
- Incoraggiate i bambini a riflettere sulle opzioni e sui risultati.
- Ribadite che chiedere aiuto fa parte della risoluzione dei problemi.

Quando le cose vanno male

Se un problema digitale diventa insormontabile:

- Suddividetelo in passaggi più piccoli.
- Coinvolgete i vostri figli nella soluzione.
- Se necessario, chiedete aiuto a un tecnico o a un professionista.

Letture consigliate

- Gee, J.P. (2017). Teaching, Learning, Literacy in Our High-Risk High-Tech World. [3]

3 https://www.researchgate.net/publication/344569053_Teaching_learning_literacy_in_our_high-risk_high-tech_world_A_framework_for_becoming_human_2017_By_J_P_Gee_Teachers_College_Press_184_pages_ISBN_978-0-8077-5860-1

CAPITOLO 5

PENSIERO CRITICO

Sviluppare le proprie capacità di pensiero critico

1. Prendete atto dei vostri preconcetti

Tutti noi abbiamo dei pregiudizi che influenzano il modo in cui interpretiamo le informazioni. Chiedetevi: ci credo perché corrisponde alla mia opinione o perché è supportato da prove?

2. Esercitatevi ogni giorno a porre domande

Quando leggete un articolo, vedete un meme o sentite una voce, provate a chiedervi:

- Chi l'ha detto?
- Con quali prove?
- Cosa potrebbe guadagnarci se io ci credessi?
- Quali voci mancano?

3. Accettate l'incertezza

Il pensiero critico non significa avere tutte le risposte. A volte la risposta migliore è: "Non lo so ancora. Cerchiamo di capirlo insieme". Mostrando curiosità e apertura mentale, dimostrerete ai vostri figli che l'incertezza è normale.

Sostenere il pensiero critico dei vostri figli

1. Incoraggiate le domande

Accogliete con favore la curiosità dei vostri figli, anche se le loro domande sono impegnative. Invece di dare risposte immediate, esplorate insieme. Ad esempio:

- È un'affermazione interessante. Dove potremmo verificare se è vera?
- Perché pensi che qualcuno possa pubblicare una cosa del genere?

2. Usate esempi tratti dalla vita reale

Usate notizie, pubblicità o post sui social media come materiale di esercitazione. Discutete insieme:

- Si tratta di un fatto o di un'opinione?
- Come ci fa sentire questo contenuto?
- Chi trae vantaggio dal fatto che noi ci crediamo?

3. Promuovete un dibattito rispettoso

Incoraggiate i vostri figli a esprimere le proprie opinioni e ad ascoltare quelle degli altri. Insegnate loro che dissentire in modo rispettoso è un punto di forza, non una debolezza.

4. Insegnate il "pensiero lento"

I bambini spesso scorrono rapidamente i contenuti e reagiscono all'istante. Incoraggiateli a rallentare. Anche una breve pausa prima di mettere "mi piace", condividere o commentare offre spazio per riflettere.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

A volte i bambini hanno difficoltà con il pensiero critico. Potrebbero:

- Credere alle teorie del complotto.
- Accettare stereotipi o affermazioni dannose senza metterli in discussione.
- Discutere con veemenza senza prove.
- Resistere a prendere in considerazione altri punti di vista.

Segnali di allarme

- Ripetizione frequente di affermazioni estreme.
- Respingere le prove senza approfondirle.
- Assumere un atteggiamento difensivo quando si viene contestati.
- Diffondere contenuti dannosi senza verificarli.

Come reagire

1. Mantenete la calma

Evitate di ridicolizzare o umiliare. Piuttosto, ponete domande aperte.

2. Esplorate insieme

Invece di dire “È sbagliato”, dite: “Vediamo cosa dicono altre fonti. Come possiamo verificarlo?”.

3. Date un esempio di umiltà

Ammettete quando non sapete qualcosa. Questo dimostra che il mettere in discussione e l’apprendimento sono processi continui.

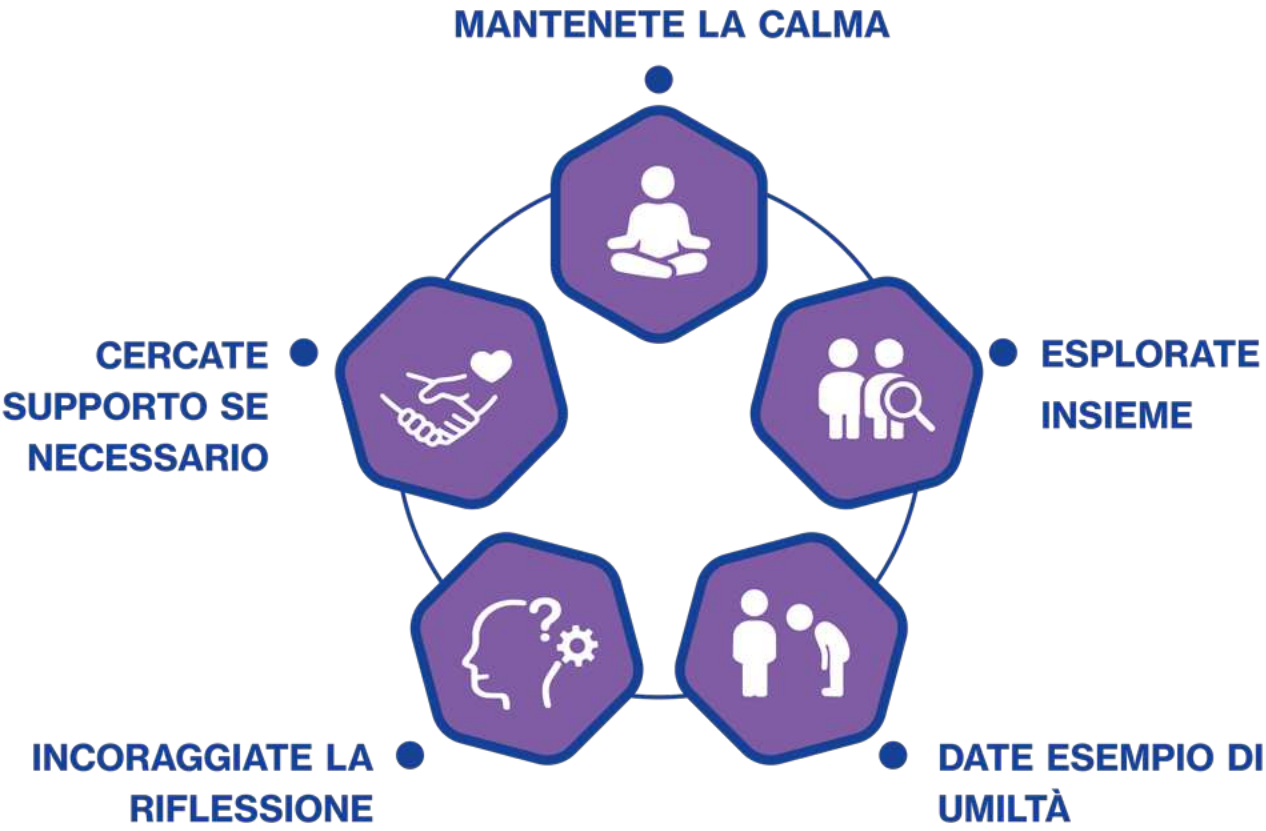
4. Incoraggiate la riflessione

Chiedete: “Cosa ti ha fatto ritenere credibile questa cosa? Cosa ti convincerebbe del contrario?”

5. Cercate aiuto se necessario

Se i vostri figli sono attratti da ideologie dannose o gruppi online, chiedete consiglio a un professionista o parlate con i vostri insegnanti. Le scuole potrebbero essere in grado di integrare il pensiero critico nelle discussioni in classe.

COME RISPONDERE SE I VOSTRI FIGLI HANNO DIFFICOLTÀ CON IL PENSIERO CRITICO





CASO DI STUDIO 1: IL VIDEO VIRALE

Una ragazza di 13 anni sostiene che un video virale dimostri una tesi azzardata sulla salute. Il genitore non la liquida immediatamente, ma dice invece:
"Controlliamo da dove proviene questo video. Chi l'ha realizzato? Cosa ne pensano gli esperti?". Insieme scoprono che il video è stato estrapolato dal contesto. La ragazza impara che le immagini possono essere potenti ma fuorvianti.

CASO DI STUDIO 2: LO STEREOTIPO

Un bambino di 11 anni ripete uno stereotipo dannoso sentito online. Invece di rimproverarlo, il genitore gli chiede: "Da dove pensi che provenga questa idea? Si applica a tutti? Come ti sentiresti se qualcuno dicesse questo di te?" Il bambino comincia a capire che gli stereotipi sono ingiusti e semplicistici.

CASO DI STUDIO 3: IL DIBATTITO A SCUOLA

Un adolescente torna a casa dopo un acceso dibattito con i compagni di classe sul cambiamento climatico. È frustrato dal fatto che alcuni coetanei neghino le prove scientifiche. Il genitore lo aiuta a mettere in pratica le tecniche di dibattito rispettoso: riconoscere i sentimenti degli altri, presentare le prove in modo chiaro e sapere quando smettere di discutere. Questo aumenta la sua sicurezza e la sua resilienza nelle discussioni future. Il genitore contatta anche l'insegnante di classe e suggerisce di implementare esercizi in classe che promuovano la cultura del dibattito.

Strumenti pratici per i genitori

Suggerimenti quotidiani per il pensiero critico

- Si tratta di un fatto, di un'opinione o di un tentativo di persuasione?
- Quali sono le prove?
- Chi ci guadagna se ci credo?
- Quali informazioni potrebbero mancare?
- Come mi fa sentire e perché?

Idee per la discussione in famiglia

- Confrontate due articoli di cronaca sullo stesso evento. Quali sono le somiglianze? Quali sono le differenze?
- Guardate un video su YouTube e discutete: fatti, opinioni o intrattenimento?
- Esaminate una pubblicità: in che modo cerca di persuaderci?

Abitudini di pensiero critico da modellare

- Ammettete quando non sapete qualcosa.
- Condividete ad alta voce il processo mentale: "Non sono sicuro di questa affermazione. Controlliamo un'altra fonte".
- Mostrate apertura al cambiamento di opinione quando emergono nuove prove.

Conclusione

Il pensiero critico è uno degli strumenti più potenti che i genitori possono trasmettere ai figli nell'era digitale. Li aiuta a:

- Mettere in discussione le informazioni piuttosto che accettarle ciecamente.
- Riconoscere la persuasione e la manipolazione.
- Interagire in modo rispettoso con punti di vista diversi.
- Sviluppare indipendenza e fiducia nel processo decisionale.

Per i genitori e chi si prende cura dei bambini, il percorso inizia con il rafforzamento delle proprie abitudini di pensiero critico. Dimostrando curiosità, apertura mentale e umiltà, si crea un ambiente familiare in cui le domande sono ben accette e l'apprendimento è condiviso.

Quando sorgono delle difficoltà, trattatele come opportunità di apprendimento. Ogni dibattito, stereotipo o mito virale è un'occasione per mettere in pratica l'arte del pensiero critico.

Il progetto DRONE sottolinea che genitori e tutori non sono solo supervisori dell'uso del digitale, ma anche mentori attivi. Coltivando insieme il pensiero critico, aiutate i vostri figli a diventare cittadini digitali informati, riflessivi e resilienti.

Sostenete i vostri figli

- Chiedete loro: "Quali prove lo dimostrano?"
- Confrontate le notizie da diverse prospettive.
- Utilizzate i dibattiti per esercitarvi a dissentire in modo rispettoso.

Quando le cose vanno male

- Se i vostri figli hanno difficoltà con idee estreme o manipolative:
- Rimanete curiosi: chiedete, non fate lezioni.
- Condividete risorse adeguate all'età che presentano prove equilibrate.
- Collaborate con gli insegnanti per incoraggiare l'impegno critico in tutte le materie.

Lettura consigliata:

- Paul, R. & Elder, L. (2019). Critical Thinking: Tools for Taking Charge of Your Learning and Your Life. (https://dn790004.ca.archive.org/0/items/critical-thinking-tools-for-taking-charge-of-your-professional-life-2e/Critical%20Thinking%20-%20Tools%20for%20Taking%20Charge%20of%20Your%20Professional%20Life%202e.pdf)

CAPITOLO 6

BULLISMO E CYBERBULLISMO

COMPRENDERE IL BULLISMO IN TUTTE LE SUE FORME

Il bullismo è un comportamento ripetuto e intenzionale volto a causare danno, angoscia o umiliazione a un'altra persona. Nell'era digitale, ciò può avvenire sia di persona che online (cyberbullismo).

Sebbene i media spesso mettano in evidenza casi di bullismo tra pari, i dati dimostrano che altre forme di bullismo sono spesso più comuni e più dannose:

- Il bullismo da parte di insegnanti nei confronti dei loro studenti, in cui figure autoritarie ricorrono a umiliazioni, sarcasmo, minacce o trattamenti ingiusti.
- Bullismo da parte di membri della famiglia, compresi fratelli, cugini o persino genitori che ricorrono a comportamenti denigratori, controllanti o umilianti.
- Il bullismo tra pari, sebbene reale, è spesso meno frequente di quanto si pensi, ma merita comunque attenzione.

È importante riconoscere queste realtà perché spesso i bambini sono riluttanti a denunciare episodi di bullismo quando questi provengono da adulti di cui dovrebbero fidarsi o da familiari stretti.

PERCHÉ IL BULLISMO DA PARTE DEGLI ADULTI È COSÌ DANNOSO

1. Bullismo da parte di insegnanti o personale scolastico

I bambini guardano agli insegnanti come figure di riferimento per la sicurezza, la guida e l'apprendimento. Quando gli insegnanti usano la loro autorità per sminuire, intimidire o punire ingiustamente, l'impatto può essere profondo:

- Perdita di fiducia nella scuola come luogo sicuro.
- Danno duraturo all'autostima e alla motivazione.
- Paura di parlare o fare domande.

Alcuni esempi:

- Deridere pubblicamente gli errori di uno studente.
- Prendere di mira un bambino per criticarlo costantemente.
- Ignorare il bullismo da parte dei coetanei come forma di punizione.

2. Bullismo da parte dei familiari

Il bullismo in famiglia viene spesso minimizzato o liquidato come "presa in giro" o "disciplina". Tuttavia, comportamenti ripetuti di umiliazione, confronto o controllo sono dannosi:

- Critiche costanti ("Perché non puoi essere come tuo fratello?").
- Usare la vergogna come punizione ("Sei inutile, non piacerai a nessuno").
- Esclusione dalle attività familiari.

Il bullismo familiare è particolarmente doloroso perché i bambini spesso non possono sfuggirgli e possono sentirsi in colpa per provare risentimento verso coloro che dovrebbero amare.

3. Bullismo tra pari (anche online)

Il bullismo tra pari esiste, in particolare negli spazi digitali dove l'anonimato dà ai bambini un senso di potere. Le forme includono:

- Commenti offensivi nelle chat di gruppo.
- Esclusione da giochi o gruppi online.
- Diffusione di voci sui social media.

Sebbene meno comune del bullismo perpetrato dagli adulti, il bullismo tra pari può comunque causare vero e proprio disagio e richiede un'attenzione particolare.

Il cyberbullismo nel contesto

Il cyberbullismo amplifica l'impatto del bullismo perché:

- Può verificarsi in qualsiasi momento, senza lasciare alcuno spazio sicuro.
- Messaggi o immagini offensive possono essere condivisi ampiamente e rapidamente.
- Le vittime potrebbero non sapere chi sia il bullo (soprattutto con gli account anonimi).
- Le tracce digitali lo rendono permanente, anche quando i post vengono cancellati.

Il cyberbullismo può essere perpetrato dai coetanei, ma può anche verificarsi attraverso l'uso improprio delle piattaforme digitali da parte degli adulti (ad esempio, insegnanti che umiliano gli studenti nei gruppi WhatsApp della classe o genitori che svergognano pubblicamente i figli online).

Riconoscere i segnali

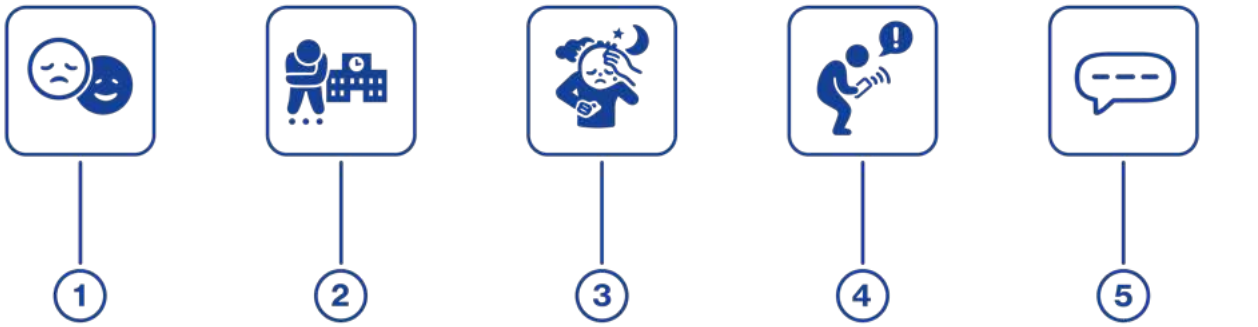
Segnali che indicano che i vostri figli potrebbero essere vittime di bullismo (da parte di adulti o coetanei):

- Cambiamenti improvvisi di umore dopo la scuola o le riunioni di famiglia.
- Riluttanza a frequentare la scuola o partecipare a eventi familiari.
- Mal di testa, mal di stomaco o disturbi del sonno inspiegabili.
- Allontanamento dai dispositivi digitali o, al contrario, controllo costante degli stessi.
- Ripetere affermazioni negative dette da altri ("Sono stupido", "Non piaccio a nessuno").

Segni di cyberbullismo:

- Ansia quando si ricevono notifiche.
- Cancellare o nascondere rapidamente gli schermi quando entrate nella stanza.
- Cambiamenti improvvisi nell'attività online (ad esempio, cancellazione di account).
- Sofferenza emotiva dopo essere stati online.

SEGNALI CHE INDICANO CHE I VOSTRI FIGLI POTREBBERO ESSERE VITTIME DI BULLISMO



1. CAMBIAMENTI D'UMORE
2. RILUTTANZA A FREQUENTARE LA SCUOLA O EVENTI FAMILIARI
3. DOLORI INSPIEGABILI, PROBLEMI LEGATI AL SONNO
4. EVITARE, O CONTROLLARE COSTANTEMENTE, I DISPOSITIVI DIGITALI
5. RIPETIZIONE DI AFFERMAZIONI NEGATIVE

SOSTENERE I VOSTRI FIGLI

1. Ascoltate senza giudicare

I bambini sono spesso riluttanti a denunciare episodi di bullismo, specialmente quando questi provengono da insegnanti o familiari. Rassicurateli: “Puoi dirmi qualsiasi cosa. Ti ascolterò e troveremo una soluzione insieme”.

2. Validate la loro esperienza

Evitate di minimizzare. Invece di dire “Non può essere così grave”, provate a dire: “Vedo che questo ti sta facendo soffrire. Grazie per avermelo detto”.

3. Date loro potere con delle opzioni

Chiedete: “Cosa ti farebbe sentire più al sicuro? Cosa dovremmo fare adesso?”. Le opzioni potrebbero includere parlare con la scuola, bloccare gli account o cercare un supporto professionale.

4. Mostrate loro dei limiti rispettosi

Mostrate ai vostri figli che nessuno, nemmeno un insegnante o un familiare, ha il diritto di umiliarli. Rafforzate l’idea che il rispetto deve essere reciproco.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Bullismo da parte di insegnanti o personale scolastico

Documentate gli incidenti: annotate date, orari e comportamenti. Se possibile, salvate i messaggi digitali.

1. Comunicate con attenzione: contattate la direzione scolastica con calma ma con fermezza, utilizzando prove concrete.

2. Se necessario, passate a livelli superiori: se la scuola non interviene, rivolgetevi alle autorità scolastiche o ai servizi di mediazione.

3. Sostenete la fiducia dei vostri figli: ricordate loro che il trattamento scorretto è dovuto al comportamento dell'insegnante, non al loro valore.

Bullismo da parte dei familiari

Affrontate la questione in modo diretto ma con calma: se è sicuro farlo, parlate con il familiare del danno causato.

1. Stabilite dei limiti: limitate i contatti se il bullismo continua.

2. Proteggete la sicurezza emotiva: date priorità al benessere dei vostri figli rispetto alla pressione familiare di "mantenere la pace".

Cyberbullismo tra coetanei

Fermatevi prima di reagire: non rimuovete immediatamente i dispositivi, perché potrebbe sembrare una punizione.

1. Utilizzate gli strumenti a vostra disposizione: bloccare, silenziare o segnalare gli account.

2. Coinvolgete la scuola solo se l'episodio è avvenuto a scuola: la maggior parte delle scuole ha politiche anti-bullismo, ma i genitori devono assicurarsi che il problema non si aggravi chiedendo loro di intervenire.

3. Concentratevi sul recupero: incoraggiate esperienze positive online e offline per ricostruire l'autostima.



CASO DI STUDIO 1: UMILIAZIONE DA PARTE DI UN INSEGNANTE

Una bambina di 9 anni viene regolarmente presa in giro da un insegnante perché "è sempre lenta". La bambina diventa ansiosa e si rifiuta di andare a scuola. Il genitore documenta gli episodi, incontra il preside e chiede che in classe vengano adottate pratiche rispettose. L'insegnante riceve sostegno e supervisione e l'ansia della bambina diminuisce.

CASO DI STUDIO 2: CRITICHE IN FAMIGLIA

Uno zio definisce costantemente un adolescente "pigro" e "inutile" durante le riunioni di famiglia o nella chat di famiglia. L'adolescente si chiude socialmente. Il genitore interviene, spiega che tali commenti sono dannosi e stabilisce un limite: lo zio non può parlare in quel modo all'adolescente. La dinamica familiare cambia e l'adolescente si sente protetto.

CASO DI STUDIO 3: ESCLUSIONE DALLA CHAT DI GRUPPO

Un bambino di 12 anni viene escluso dalla chat di gruppo della classe e circolano messaggi crudeli. Invece di vietargli l'uso del telefono, il genitore lo ascolta, lo aiuta a bloccare la chat e contatta la scuola con discrezione. La scuola facilita le conversazioni riparative. Il bambino impara che l'esclusione non definisce il suo valore.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Checklist dei segnali di allarme del bullismo

- I miei figli esprimono timore per la scuola o gli eventi familiari. ☐
- Sembrano ansiosi o turbati dopo essere stati online. ☐
- Si allontanano dagli amici o dalle attività. ☐
- Usano un linguaggio auto-colpevolizzante. ☐
- Si rifiutano di parlare di esperienze che chiaramente li turbano. ☐

Piano d'azione dei genitori

- Ascoltate prima, senza giudicare.
- Validate i loro sentimenti.
- Documentate chiaramente gli incidenti.
- Identificate adulti affidabili (a scuola o nella rete di conoscenze).
- Agite (riunioni scolastiche, regole a casa, strumenti di segnalazione).
- Sostenete il recupero emotivo con incoraggiamento e attività positive.

Spunti di conversazione in famiglia

- Qualcuno ti ha mai fatto sentire piccolo o in imbarazzo di proposito?
- Come si fa a distinguere tra prendere in giro e bullismo?
- Cosa dovresti fare se un insegnante o un adulto ti trattasse ingiustamente?
- Come posso aiutarti se dovesse succedere di nuovo qualcosa del genere?

Kit di strumenti per i genitori: come reagire al bullismo

Il bullismo può provenire da molte direzioni: non solo dai coetanei, ma anche da insegnanti e persino dai membri della famiglia. Questo kit di strumenti vi fornisce misure concrete per sostenere i vostri figli e agire.

Principi generali

- Mantenete la calma: la vostra reazione insegna ai vostri figli come reagire.
- Ascoltate senza giudicare: lasciate che i vostri figli si esprimano con parole loro.

- Rassicurateli: ricordate loro che il bullismo non è mai colpa loro.
- Documentate: scrivete cosa è successo, quando e chi è stato coinvolto.
- Agite: prendete provvedimenti adeguati alla situazione, invece di ignorarla.

1. Se i vostri figli sono vittime di bullismo da parte di un insegnante

Segnali di allarme

- Paura della scuola o di una classe in particolare.
- Frequenti mal di pancia o mal di testa nei giorni di scuola.
- Segnalazioni di umiliazioni, trattamenti ingiusti o insulti da parte del personale.

Misure da adottare

1. Ascoltare e validare

- Credete ai vostri figli
- Evitate di liquidare il comportamento come “insegnamento severo”.

2. Documentare gli incidenti

- Annotate date, orari, testimoni e ciò che è stato detto o fatto.

3. Parlate con i vostri figli dei risultati desiderati

- Vogliono che il bullismo finisca in modo discreto?
- Desiderano un cambio di insegnante o delle scuse?

4. Procedere per gradi

- Per prima cosa: organizzate un incontro con l’insegnante.
- Se il problema non viene risolto: contattate il preside.
- Se il problema persiste: rivolgetevi al consiglio scolastico o all’autorità scolastica.

5. Fornire sostegno emotivo

- Ricordate ai vostri figli che le figure autoritarie non hanno sempre ragione.
- Offrite sostegno psicologico se necessario.

Checklist

- Ho documentato gli incidenti in modo dettagliato. ☐
- Ho parlato con calma con i miei figli di come desiderano che mi comporti. ☐
- Conosco la politica della scuola in materia di reclami. ☐
- Sono pronto a intensificare le misure se necessario. ☐

2. Se i vostri figli sono vittime di bullismo da parte di un membro della famiglia

Segnali di allarme

- Riluttanza a visitare o interagire con determinati parenti.
- Cambiamenti improvvisi di umore dopo le riunioni familiari.
- Essere oggetto di critiche costanti, derisioni o esclusione.

Misure da adottare

1. Riconoscere il problema

- Non giustificate comportamenti dannosi come “scherzi di famiglia”.

2. Creare confini sicuri

- Limitate o controllate i contatti con il parente.
- Stabilite regole chiare: il rispetto non è negoziabile.

3. Affrontare direttamente la questione se è sicuro farlo

- Parlate con il familiare del suo comportamento.
- Utilizzate frasi in prima persona (ad esempio: “Non posso permetterti di parlare in questo modo a mio figlio”).

4. Proteggere il benessere dei vostri figli

- Date la priorità alla sicurezza rispetto all’armonia familiare.
- Se necessario, interrompete ogni contatto.

5. Cercare un sostegno esterno

- Consulenza familiare.
- Servizi di protezione dei minori in caso di comportamenti abusivi.

Checklist

- Ho ascoltato i miei figli e ho validato i loro sentimenti. ☐
- Ho stabilito dei limiti chiari con i parenti. ☐
- Ho valutato se continuare a mantenere i contatti sia salutare. ☐
- Ho cercato un aiuto professionale se il bullismo è diventato violento. ☐

3. Se i vostri figli sono vittime di bullismo da parte di un coetaneo

Segnali di allarme

- Rifiuto delle attività sociali.
- Improvviso calo dei voti scolastici.
- Riluttanza a utilizzare dispositivi elettronici (in caso di cyberbullismo) o controllo costante.

Misure da adottare

1. Ascoltare e sostenere
- Dite ai vostri figli: “Hai fatto bene a dirmelo”.

2. Documentare gli incidenti
- Salvate screenshot, messaggi o testimonianze.

3. Aiutare i vostri figli a reagire in modo sicuro
- Incoraggiate il blocco e la segnalazione, non la vendetta.
- Esercitatevi a rispondere in modo assertivo ma sicuro.

4. Contattare la scuola
- Condividete la documentazione con il personale.
- Chiedete che venga applicata la politica anti-bullismo.

5. Monitorare la salute emotiva
- Prestate attenzione a sintomi quali isolamento, depressione o ansia.
- Se necessario, richiedete un sostegno psicologico.

Checklist

- Ho conservato le prove del bullismo. ☐
- Ho insegnato ai miei figli come reagire in modo sicuro. ☐
- È successo a scuola? Se sì, ho contattato la scuola per affrontare il problema. ☐
- Ho controllato regolarmente il benessere di mio figlio. ☐

4. Quando cercare aiuto immediato

- I vostri figli parlano di autolesionismo o suicidio, oppure mostrano segni di autolesionismo (ad esempio tagli).
- Il bullismo include abusi fisici.
- La scuola o l’ambiente familiare ignorano o nascondono il problema.

Chi contattare

- Specialisti della salute mentale o amici di cui vi fidate.
- Servizi di protezione dell'infanzia.
- Linee di assistenza nazionali (Childline, Kids Helpline, ecc.).
- Linee telefoniche di emergenza per la salute mentale.

Spunti di conversazione con i vostri figli

- "Cosa ti ha fatto sentire bene oggi? E cosa ti ha turbato?"
- "Se qualcuno è scortese, come ti fa sentire? Cosa vorresti che facessi?"
- "Ricorda, nulla di ciò che mi dirai ti metterà nei guai. Sono qui per aiutarti."

CONCLUSIONE

Il bullismo nell'era digitale è un problema serio, ma non sempre si manifesta dove i genitori si aspettano. Sebbene il bullismo tra coetanei esista, le fonti più comuni e dannose sono spesso gli insegnanti, il personale scolastico e i membri della famiglia. Queste situazioni sono più difficili da affrontare per i bambini perché coinvolgono figure autoritarie o persone care.

Come genitori o tutori, il vostro ruolo è:

1. Riconoscere tutte le forme di bullismo, non solo quelle tra pari.
2. Creare spazi sicuri in cui i vostri figli sappiano che li ascolterete e li proteggerete.
3. Dare l'esempio in materia di limiti e difesa dei diritti, dimostrando che anche gli adulti possono essere ritenuti responsabili di comportamenti scorretti.
4. Sostenere il recupero, non solo affrontando gli incidenti, ma ricostruendo la fiducia e la sicurezza dei vostri figli.

La ricerca DRONE sottolinea che la resilienza e la sicurezza crescono nelle famiglie in cui si praticano il dialogo aperto, la convalida e la difesa coerente. Riconoscendo l'intera gamma di bullismo e stando al fianco dei vostri figli, li aiuterete non solo a sopravvivere a esperienze difficili, ma anche a crescere con la fiducia di essere apprezzati e protetti.

Sostenere i vostri figli

- Costruite la fiducia: rassicurateli che possono dirvi tutto senza essere puniti.
- Insegnate loro a bloccare, segnalare e conservare le prove.
- Ribadite il messaggio: "Non è colpa tua".

Quando le cose vanno male

- Vittima: documentate, informate la scuola, sostenete il recupero emotivo.
- Autore: affrontate il comportamento, stabilite dei limiti e incoraggiate l'empatia.

Letture consigliate:

- Hinduja, S. & Patchin, J.W. (2019). Cyberbullying: Identification, Prevention, and Response. (https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2019.pdf)
- StopBullying.gov resources for parents. (https://www.stopbullying.gov/blog/tags/parents)

CAPITOLO 7

CYBERSECURITY

CHE COS'È LA SICUREZZA INFORMATICA NELLA VITA QUOTIDIANA?

La sicurezza informatica significa proteggere noi stessi, le nostre famiglie e i nostri dispositivi dalle minacce digitali. Queste minacce vanno da quelle più evidenti (come virus informatici o truffe) a quelle più subdole ma altrettanto pericolose (come la condivisione eccessiva di dati personali online).

Per bambini e adolescenti, la sicurezza informatica non è un problema informatico astratto, ma fa parte della vita quotidiana. Si collegano a piattaforme di apprendimento online, scaricano app, giocano, chattano con gli amici e condividono foto. Ogni attività comporta potenziali rischi se non vengono adottate misure di sicurezza.

Per i genitori e i tutori, garantire la sicurezza informatica a casa non è solo una questione di tecnologia. Si tratta di abitudini, consapevolezza e conversazioni che rendono le scelte sicure una seconda natura.

Perché la sicurezza informatica è importante per genitori e tutori

I bambini sono bersagli appetibili

I bambini potrebbero non rendersi conto di quanto siano preziose le loro informazioni personali. L'identità rubata a un bambino può essere utilizzata in modo improprio per commettere frodi per anni prima di essere scoperta.

1. I rischi quotidiani sembrano innocui

Azioni semplici come cliccare su un link in una chat di gioco, scaricare un'app gratuita o inserire un indirizzo e-mail in un quiz possono esporre i dati.

2. L'impatto emotivo delle violazioni

Se l'account di un bambino viene hackerato o vengono divulgati contenuti imbarazzanti, il danno non è solo tecnico, ma anche emotivo. Potrebbero provare vergogna, ansia o paura di chiedere aiuto.

3. I genitori come modelli di riferimento

I bambini imitano il comportamento degli adulti online. Se i genitori riutilizzano le password, ignorano gli aggiornamenti o condividono troppe informazioni, i bambini tenderanno a fare lo stesso.

Sviluppare le proprie abitudini di sicurezza informatica

Prima di insegnarle ai vostri figli, è importante mettere in pratica abitudini sicure. Questo rafforza la fiducia e la credibilità.

Rafforzare la sicurezza delle password

1. Utilizzate password complesse e uniche (una combinazione di lettere, numeri e simboli).

- Prendete in considerazione l'uso di un gestore di password per ricordarle in modo sicuro.
- Evitate di riutilizzare la stessa password su più account.

2. Attivate l'autenticazione a due fattori (2FA)

- Aggiungete un ulteriore livello di sicurezza ove possibile (ad esempio, un codice inviato al vostro telefono).

3. Aggiornate dispositivi e app

- Gli aggiornamenti software spesso includono patch di sicurezza. Rimandandoli, i dispositivi rimangono esposti a rischi.

4. Fate attenzione ai link e ai download

- Prima di cliccare, passate il mouse sui link per vedere dove portano. Scaricate le app solo dagli store ufficiali.

5. Eseguite il backup dei dati importanti

- Utilizzate il cloud storage o unità esterne per proteggere le preziose foto e i documenti di famiglia.

Insegnare la sicurezza informatica ai vostri figli

Iniziate con regole semplici

1. Spiegate con un linguaggio semplice:

- Le password sono come gli spazzolini da denti: non condividerle e cambiale regolarmente.
- Non cliccare mai su un link inviato da qualcuno che non conosci.
- Pensa prima di pubblicare qualcosa: una volta online, è difficile cancellarlo.

2. Rendetelo comprensibile

I bambini capiscono meglio con gli esempi:

- Daresti la chiave di casa tua a uno sconosciuto? Allora non condividere la tua password.
- Mangeresti del cibo se non sapessi da dove proviene? Allora non scaricare file sconosciuti.

3. Scenari di gioco di ruolo:

Esercitatevi:

- Cosa fare se un messaggio richiede informazioni personali.
- Come rispondere se uno sconosciuto vuole fare una videochiamata.
- Cosa dire se un compagno di classe fa pressione per ottenere una password.

4. Incoraggiare l'apertura

Dite ai vostri figli: "Se qualcosa va storto, dimmelo subito. Non sarai punito. Lo risolveremo insieme". La paura di perdere i privilegi relativi al dispositivo spesso impedisce ai bambini di chiedere aiuto.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Anche con le precauzioni, possono verificarsi dei problemi.

Incidenti comuni e risposte

1. Account hackerato

- Cambiate immediatamente la password.
- Uscite da tutti i dispositivi.
- Attivate l'autenticazione a due fattori (2FA).
- Contattate la piattaforma per ricevere assistenza.

2. Dispositivo infettato da malware

- Disconnettetelo dal Wi-Fi.
- Eseguite il software antivirus.
- Se necessario, ripristinate il dispositivo da un backup.

3. Condivisione inappropriata

- Sostenete emotivamente i vostri figli.
- Richiedete la rimozione delle immagini private condivise dalle piattaforme.
- Discutete le impostazioni sulla privacy e le scelte per il futuro.

4. Truffe finanziarie

- Cancellate le carte o i conti utilizzati.
- Segnalate la frode alla vostra banca.
- Insegnate ai vostri figli a riconoscere i segnali di allarme (offerte che sembrano "troppo belle per essere vere").



CASO DI STUDIO 1: LA PASSWORD CONDIVISA

Una ragazza di 12 anni condivide la password del proprio account di streaming con un amico. L'amico la passa ad altri e improvvisamente degli estranei iniziano a usarla. Il genitore approfitta dell'occasione per insegnare alla propria figlia una lezione: insieme reimpostano la password e parlano del perché condividere le password, anche con gli amici, può portare a situazioni fuori controllo.

CASO DI STUDIO 2: IL LINK SOSPETTO

Un bambino di 10 anni clicca su un link in una chat di gioco e il dispositivo rallenta. Il genitore non si fa prendere dal panico, ma spiega che i link possono nascondere software dannosi. Esegue un software antivirus, reimposta le password e si esercita a riconoscere i link sicuri da quelli non sicuri.

CASO DI STUDIO 3: LA FOTO IMBARAZZANTE

Un adolescente pubblica una foto stupida che viene condivisa al di fuori della sua cerchia di amici. Il ragazzo si sente umiliato. Invece di rimproverarlo, il genitore lo ascolta, riconosce i suoi sentimenti e discute con lui dell'impronta digitale. Insieme, modificano le impostazioni sulla privacy e parlano dell'importanza di riflettere prima di pubblicare qualcosa.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Checklist per la cybersecurity della famiglia

- Password forti e uniche per tutti gli account.
- Autenticazione a due fattori attivata.
- Dispositivi e app aggiornati regolarmente.
- Software antivirus installato.
- Backup effettuati regolarmente.
- Regole concordate per il download e il clic sui link.
- Politica familiare aperta per la segnalazione di problemi.

Spunti di conversazione

- Come scegli le tue password?
- Cosa faresti se ricevessi uno strano messaggio online?
- Sai cosa succede quando clicchi su “Accetta i cookie”?
- Cosa ti farebbe sentire sicuro nel dirmi se qualcosa va storto?

Accordi familiari

Scrivete le regole concordate, ad esempio:

- Le password sono private.
- Gli aggiornamenti vengono effettuati immediatamente.
- Se qualcosa va storto, ne parliamo prima, senza dare la colpa a nessuno.

Guida rapida alla sicurezza informatica per i genitori

Misure quotidiane per garantire la sicurezza della vostra famiglia online:

Segnali di allarme da tenere d’occhio

- Pop-up improvvisi che richiedono informazioni personali o pagamenti.
- Offerte “troppo belle per essere vere” (telefoni gratuiti, sconti enormi, premi).

- Link sconosciuti in e-mail, SMS o chat di giochi.
- App che richiedono l'accesso ai contatti, alla fotocamera o alla posizione senza motivo.
- I vostri figli nascondono rapidamente lo schermo quando entrate nella stanza.
- Addebiti strani sui conti bancari o sugli app store.
- Account che mostrano accessi da luoghi sconosciuti.

Cosa fare in materia di cybersecurity

- Utilizzate password complesse e uniche (prendete in considerazione l'uso di un gestore di password).
- Attivate l'autenticazione a due fattori (2FA) su tutti gli account principali.
- Aggiornate regolarmente dispositivi e app: gli aggiornamenti spesso risolvono le falle di sicurezza.
- Eseguite il backup dei dati importanti (foto, compiti, documenti).
- Discutete apertamente degli errori commessi online: senza biasimo, risolvete insieme.
- Controllate le impostazioni sulla privacy sui social media e nei giochi.
- Siate un modello di riferimento: mettete in pratica le abitudini che volete che vostro figlio segua.

Cosa non fare in materia di Cybersecurity

- Non riutilizzate la stessa password per più account.
- Non cliccate su link o scaricate file da fonti sconosciute.
- Non condividete troppe informazioni personali (compleanni, indirizzi, dettagli scolastici).
- Non ignorate i segni di disagio emotivo dopo l'uso di Internet.
- Non date per scontato che le "app educative" o le piattaforme scolastiche siano sempre sicure.
- Non punite i bambini che vi informano di qualcosa: questo scoraggia l'onestà.

Consigli a misura di bambino (spiegare con un linguaggio semplice)

- Le password sono come gli spazzolini da denti: non condividerle e cambiale spesso.
- I link possono essere trappole: se non conosci il mittente, non cliccare.
- Pensa prima di pubblicare: una volta online, può diffondersi all'infinito.
- Gli aggiornamenti sono una protezione: proteggono il tuo dispositivo dalle nuove minacce.
- Avvisami immediatamente se qualcosa online ti sembra strano, spaventoso o imbarazzante.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Misure di risposta rapida

1. Mantenete la calma e rassicurate i vostri figli.
2. Cambiate le password e disconnettete l'account compromesso da tutti i dispositivi.
3. Attivate l'autenticazione a due fattori (2FA) se non è già impostata.
4. Eseguite una scansione del dispositivo con un antivirus o un software di sicurezza.
5. Documentate ciò che è successo (screenshot, date, messaggi).
6. Contattate l'assistenza della piattaforma per segnalare o recuperare gli account.
7. Se necessario, chiedete aiuto alla scuola, alla banca o alla polizia.

Checklist per la Cybersecurity di famiglia

- Password complesse e uniche su tutti gli account. ☐
- Autenticazione a due fattori attivata. ☐
- Dispositivi aggiornati nell'ultima settimana. ☐
- Regole familiari concordate per download e link. ☐
- Backup regolari effettuati. ☐
- Politica di "non colpevolizzazione": i problemi vengono condivisi, non nascosti. ☐

Spunti di conversazione per i genitori

- "Qual è il messaggio più divertente/strano che hai visto online?"
- "Come scegli le tue password?"
- "Se qualcuno che non conosci ti chiedesse le tue informazioni, cosa faresti?"
- "Qual è la regola online che ritieni più importante?"

Costruire la Resilienza attraverso la Cybersecurity

La sicurezza informatica non riguarda solo la prevenzione, ma anche la resilienza. I bambini devono sapere che gli errori possono capitare e che possono essere corretti. Invece di

concentrarsi solo sul “non commettere mai errori”, concentratevi su:

- Recupero: come agire se qualcosa va storto.
- Apprendimento: cosa possiamo fare diversamente la prossima volta.
- Fiducia: sapere di essere sostenuti, non vergognati.

COME REAGIRE SE I VOSTRI FIGLI AFFRONTANO UN PROBLEMA DI CYBERSECURITY

1. MANTENETE LA CALMA E RASSICURATE I VOSTRI FIGLI
2. CAMBIATE LA PASSWORD E DISCONNETTETE TUTTI GLI DISPOSITIVI
3. ATTIVATE L’AUTENTICAZIONE A DUE FATTORI
4. ESEGUITE UNA SCANSIONE CON L’ANTIVIRUS O UN PROGRAMMA DI SICUREZZA
5. DOCUMENTATE CIÒ CHE STA ACCADENDO
6. CONTATTATE IL SERVIZIO DI SUPPORTO DELLA PIATTAFORMA
7. CERCATE AIUTO SE NECESSARIO

CONCLUSIONE

La sicurezza informatica può sembrare un argomento tecnico, ma per le famiglie si tratta principalmente di abitudini quotidiane e conversazioni aperte. Rafforzando le vostre competenze e dando l'esempio con comportamenti sicuri, mostrerete ai vostri figli come:

- Proteggere le proprie informazioni.
- Evitare le trappole digitali più comuni.
- Reagire con calma quando sorgono dei problemi.
- Recuperare dagli errori senza vergognarsi.

La ricerca DRONE sottolinea che i genitori e i tutori sono mentori digitali oltre che protettori. Non è necessario essere esperti di informatica per insegnare la sicurezza informatica. Ciò che conta di più sono la curiosità, la coerenza e la fiducia.

Quando le famiglie parlano apertamente della sicurezza digitale, i bambini crescono sicuri di loro stessi, consapevoli e resilienti. La sicurezza informatica diventa meno una questione di paura delle minacce e più una questione di sviluppo di competenze per una vita digitale sicura e consapevole.

Pratiche basilari per la famiglia

- Aggiornate software e antivirus.
- Stabilite una politica familiare relativa alle password.
- Discutete della condivisione sicura: "Pensa prima di pubblicare".

Insegnare ai bambini

- Spiegate cos'è il phishing con esempi semplici.
- Mostrate come utilizzare le impostazioni sulla privacy.
- Incoraggiate abitudini online sicure, come disconnettersi dai dispositivi condivisi.

Quando qualcosa va storto:

- Modificate tutte le password compromesse.
- Contattate i fornitori di servizi.
- Presentate denuncia in caso di fuga di dati sensibili.

Letture consigliate:

- National Cyber Security Centre (NCSC, UK) guidance for parents. (https://www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/you-your-family)
- European Union Agency for Cybersecurity (ENISA) family resources. (https://www.enisa.europa.eu/audience/citizens)

CAPITOLO 8

COSTRUIRE ALLEANZE

PERCHÉ LE ALLEANZE SONO IMPORTANTI NEL MONDO DIGITALE

I genitori e chi si prende cura dei bambini non li crescono da soli. Ogni interazione digitale a cui i vostri figli partecipano – a scuola, sui social media, tramite app, giochi o piattaforme di apprendimento – coinvolge relazioni con istituzioni, aziende e comunità.

Costruire alleanze significa collaborare con scuole, insegnanti, altri genitori e organizzazioni di fiducia per garantire che gli ambienti digitali dei bambini siano sicuri, etici e di supporto. Significa anche rimanere cauti nei confronti di aziende o piattaforme la cui motivazione principale potrebbe essere il profitto, non il benessere dei vostri figli.

La ricerca DRONE mostra che molti genitori si sentono impotenti nella sfera digitale, soprattutto quando i contratti, le politiche e le tecnologie sembrano complessi. Tuttavia, le alleanze, se costruite con attenzione, danno alle famiglie una voce più forte nella protezione dei bambini e nella definizione di pratiche digitali migliori.

VALUTARE LE RELAZIONI DIGITALI CON LE AZIENDE

1. Leggere le clausole scritte in piccolo

Le app, i giochi e le piattaforme di apprendimento spesso richiedono l'accettazione dei termini e delle condizioni. Questi sono solitamente lunghi e complicati, ma cercate di individuare:

- Quali dati vengono raccolti?
- I dati vengono condivisi con terze parti?
- Ci sono pubblicità o acquisti in-app rivolti ai bambini?
- Esiste un modo chiaro per rinunciare o cancellare i dati?

2. Segnali di allarme per i genitori

- App gratuite che richiedono molte informazioni personali.
- Piattaforme che non spiegano chiaramente le impostazioni sulla privacy.
- Giochi che spingono i bambini a spendere soldi per progredire.

3. Domande da porre alle scuole riguardo alla tecnologia usata nel contesto dell'educazione

Le scuole spesso adottano piattaforme digitali senza informare adeguatamente le famiglie. I genitori possono chiedere:

- Chi è il proprietario dei dati raccolti sui miei figli?
- Quali misure di protezione sono in atto contro l'uso improprio?
- La scuola ha valutato i rischi e i benefici?
- Posso escludere i miei figli da determinate piattaforme se ho dei dubbi?

PROMUOVERE LE GIUSTE RELAZIONI DIGITALI CON LE SCUOLE

1. Comunicazione con insegnanti e dirigenti scolastici

Le alleanze solide nascono da un dialogo aperto. Invece di dare per scontato che gli insegnanti abbiano tutte le risposte in materia di sicurezza digitale, affrontate le conversazioni come se fossero delle collaborazioni. Chiedete:

- Come viene insegnata l'alfabetizzazione digitale in classe?
- Quali misure sono in atto per contrastare il cyberbullismo?
- Come affrontate la disinformazione nei progetti scolastici?

2. Collaborare con altri genitori

Creare alleanze informali con altri genitori aiuta a condividere strategie e monitorare le tendenze. Ad esempio:

- Stabilite aspettative condivise per le chat di gruppo online.
- Sostenetevi a vicenda nell'affrontare la scuola riguardo alle preoccupazioni relative al digitale.
- Condividete risorse verificate quando circolano informazioni errate nei gruppi di genitori.

3. Promuovere politiche più severe

I genitori hanno il potere di incoraggiare le scuole ad adottare:

- Politiche chiare contro il bullismo e le molestie che includano insegnanti come potenziali autori.
- Regole trasparenti sulla condivisione dei dati con aziende esterne.
- Programmi scolastici che includano alfabetizzazione digitale, sicurezza informatica e resilienza.

QUANDO LE COSE VANNO MALE

Anche con le alleanze, i genitori possono trovarsi in conflitto con scuole, aziende o piattaforme. È fondamentale riconoscere quando le relazioni diventano dannose.

Esempio 1: Pressioni da parte delle scuole e dell'industria

Una scuola potrebbe collaborare con un'azienda tecnologica che offre servizi "gratuiti" in cambio dei dati degli studenti. Se i genitori notano pubblicità mirate o un uso improprio dei dati, possono sollevare collettivamente la questione con la direzione della scuola o rivolgersi alle autorità scolastiche.

Esempio 2: aziende che sfruttano le famiglie

Un'app commercializzata come "educativa" potrebbe invece bombardare i bambini di pubblicità. I genitori possono esaminare le app insieme in gruppi di genitori, sollevare le loro preoccupazioni presso gli organismi di tutela dei consumatori e richiedere standard più sicuri.

Esempio 3: Inazione della scuola nei confronti del bullismo

Se il bullo è un insegnante o un membro del personale, i genitori potrebbero sentirsi impotenti. In questi casi è essenziale stringere alleanze: portare collettivamente le proprie preoccupazioni all'attenzione dei consigli scolastici, dei sindacati o dei servizi di mediazione garantisce che la voce dei bambini venga ascoltata.



CASO DI STUDIO 1: L'ACCORDO NASCOSTO SUI DATI

I genitori di una comunità scoprono che il nuovo sistema online per i compiti a casa della loro scuola condivide i dati degli studenti con gli inserzionisti. Individualmente, i genitori si sentivano incapaci di opporsi. Insieme, hanno formato un gruppo, hanno studiato i diritti sui dati e hanno fatto pressione sul consiglio scolastico. La piattaforma è stata sostituita con un'alternativa più sicura.

CASO DI STUDIO 2: LA PRESSIONE DEI GIOCHI

Un gioco per dispositivi mobili molto popolare tra i bambini di 10 anni incoraggiava acquisti costanti all'interno dell'app. I genitori hanno notato che i bambini si sentivano spinti a spendere. Condividendo le loro esperienze in un gruppo WhatsApp dedicato ai genitori, hanno concordato regole domestiche coerenti e hanno inviato una lettera congiunta allo sviluppatore. Alla fine, le autorità di tutela dei consumatori hanno avviato un'indagine.

CASO DI STUDIO 3: BULLISMO DA PARTE DEGLI INSEGNANTI IGNORATO

Un gruppo di genitori si è reso conto che diversi bambini venivano sminuiti dallo stesso insegnante nel gruppo online della classe.
Le lamentele presentate individualmente sono state respinte.
Collettivamente, i genitori hanno portato le prove al consiglio scolastico e hanno richiesto una revisione esterna. Questa alleanza non solo ha sostenuto i bambini, ma ha anche portato alla formazione del personale su un comportamento rispettoso.

STRUMENTI PRATICI PER I GENITORI

Checklist: valutazione dei contratti digitali e delle piattaforme

- Quali dati vengono raccolti sui miei figli? ☐
- Sono necessari per il funzionamento della piattaforma? ☐
- Posso vedere, scaricare o cancellare i dati dei miei figli? ☐
- L'azienda è trasparente riguardo agli annunci pubblicitari o agli acquisti? ☐
- La scuola ha stipulato un contratto chiaro con l'azienda? ☐

Checklist: Alleanze per una scuola sana

- La scuola insegna l'alfabetizzazione digitale come parte del programma scolastico? ☐
- I genitori sono coinvolti nelle discussioni sulle politiche digitali? ☐
- Esistono politiche anti-bullismo chiare, che includono la responsabilità del personale? ☐
- La scuola rivede regolarmente le partnership esterne? ☐

Spunti di conversazione per la famiglia

- Quali sono le app che ti piacciono di più? Sai quali informazioni raccolgono?
- Ti senti mai sotto pressione a spendere soldi online?
- Se vedessi un insegnante o un adulto comportarsi in modo ingiusto in un post o di persona, come vorresti che ti aiutassi?
- Cosa potremmo fare insieme se ritenessimo che una scuola o un'azienda non ti stiano proteggendo?

Costruire una cultura di sensibilizzazione digitale

Le alleanze non servono solo a risolvere i problemi, ma anche a costruire una cultura proattiva di difesa dei diritti. I genitori e i tutori possono:

- Entrare a far parte o formare comitati per la sicurezza digitale nelle scuole.
- Collaborare con ONG, gruppi di genitori o organizzazioni di difesa dei diritti.
- Condividere risorse e conoscenze con altre famiglie.
- Incoraggiare i bambini a esprimersi, sapendo che gli adulti li sosterranno.

CONCLUSIONE

Costruire alleanze significa riconoscere che i genitori e chi si prende cura dei bambini non sono impotenti nel mondo digitale. Sebbene le aziende, le piattaforme e le scuole abbiano una certa influenza, le famiglie possono costruire una forza collettiva:

- Valutando criticamente i contratti e i servizi digitali.
- Collaborando con insegnanti e altri genitori per garantire pratiche sicure ed etiche.
- Denunciando pubblicamente i casi in cui le aziende o le scuole sfruttano la fiducia dei bambini.
- Dimostrando ai bambini che la difesa dei propri diritti fa parte della cittadinanza digitale.

La ricerca DRONE sottolinea che la sicurezza e la resilienza digitale non sono compiti individuali, ma sforzi collettivi. Stringendo alleanze – all'interno delle famiglie, delle scuole e delle comunità – i genitori e gli assistenti creano ambienti digitali più sicuri e trasparenti.

Il vostro ruolo non è solo quello di proteggere i vostri figli, ma anche di plasmare i sistemi che li circondano. Quando i genitori si uniscono, possono responsabilizzare le aziende, rafforzare le scuole e creare culture digitali in cui i bambini sono apprezzati e rispettati.

Alleanze con le aziende

- Siate cauti con le app "gratuite" che scambiano i dati degli utenti.
- Leggete i contratti con occhio critico, cercando le clausole relative alla condivisione dei dati.

Alleanze con le scuole

- Chiedete come vengono selezionate e monitorate le piattaforme.
- Promuovete politiche di sicurezza digitale e trasparenza.
- Create gruppi di genitori per condividere preoccupazioni e buone pratiche.

Quando le cose vanno male

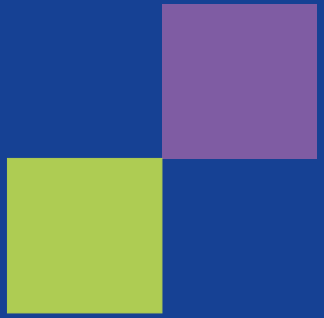
- Sollevate le vostre preoccupazioni collettivamente con altri genitori.
- Contattate le autorità di regolamentazione o le associazioni dei consumatori se sospettate uno sfruttamento.

Letture consigliate:

- Commissione europea (2022). Nuova strategia dell'UE per proteggere e responsabilizzare i bambini nel mondo online (2022).[4]

4 https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_22_2825

CHECKLIST



Checklist 1: Le 5 domande da porre ai vostri figli sui contenuti online

1. Chi ha creato questo contenuto? ☐
2. Perché pensi che sia stato pubblicato? ☐
3. Possiamo trovare le stesse informazioni in un'altra fonte affidabile? ☐
4. Come ti fa sentire questo contenuto? ☐
5. Lo condivideresti con i tuoi amici? Perché sì o perché no? ☐

Checklist 2: Cosa fare se i vostri figli sono vittime di cyberbullismo

1. Prima di tutto, ascoltate: mantenete la calma e date ai vostri figli lo spazio per parlare. ☐
2. Documentate: salvate screenshot dei messaggi o dei post. ☐
3. Bloccate e segnalate: utilizzate gli strumenti di sicurezza della piattaforma. ☐
4. Informate il personale scolastico – insegnanti e amministratori devono essere informati. ☐
5. Fornite sostegno emotivo – Rassicurate i vostri figli che non è colpa loro. ☐
6. Cercate aiuto professionale se il bullismo si aggrava. ☐

Checklist 3: Abitudini sicure di Cybersecurity per le famiglie

- Utilizzate password complesse e uniche per ogni account. ☐
- Attivate l'autenticazione a due fattori. ☐
- Mantenete aggiornati software e app. ☐
- Parlate apertamente di phishing e truffe. ☐
- Limitate le informazioni personali condivise pubblicamente. ☐
- Controllate regolarmente insieme le impostazioni sulla privacy dei vostri figli. ☐

Checklist 4: Sviluppare la resilienza emotiva online

- Incoraggiate pause quotidiane dagli schermi. ☐
- Date l'esempio reagendo con calma alle situazioni stressanti online. ☐
- Insegnate ai vostri figli a parlare dei propri sentimenti. ☐
- Mantenete costanti le routine familiari. ☐
- Promuovete hobby offline e amicizie faccia a faccia. ☐
- Ricordate ai vostri figli che è giusto allontanarsi dalla negatività. ☐

Individuare le fake news

Segnali di allarme di contenuti fuorvianti:

- Titoli sensazionali o scioccanti.
- Mancanza di un autore o di una fonte chiari.
- Informazioni senza data o obsolete.
- Presentazione di un solo lato della storia.
- Grammatica, ortografia o impaginazione scadenti.
- Linguaggio emotivo progettato per provocare rabbia o paura.

Cosa fare

- Fermatevi prima di condividere.
- Verificate con un'altra fonte affidabile.
- Chiedetevi: si tratta di un fatto o di un'opinione?



Contratti digitali e scuole

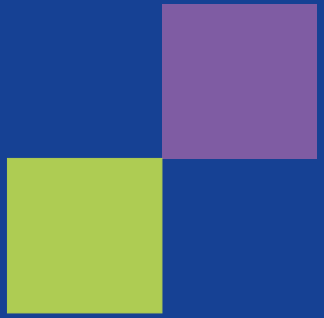
Prima di accettare un servizio digitale per i vostri figli:

- Leggete i termini di servizio (concentratevi sulla condivisione dei dati).
- Chiedetevi: questa app raccoglie più dati del necessario?
- Verificate se la scuola ha esaminato le pratiche sulla privacy della piattaforma.
- Discutete delle vostre preoccupazioni con altri genitori.
- Conservate una copia di tutti gli accordi o le autorizzazioni firmati.



STRUMENTI

PER GENITORI E TUTORI



STRUMENTO 1: PORRE LE DOMANDE GIUSTE SUI CONTENUTI ONLINE

Perché è importante

I bambini spesso accettano le informazioni online per buone. Insegnare loro a porre domande li aiuta a diventare utenti critici e riflessivi dei media.

Guida passo passo

1. Partite dalla curiosità: presentatela come un'attività comune, non come un test.
2. Utilizzate domande aperte: incoraggiate i vostri figli a riflettere piuttosto che a dare risposte sì/no.
3. Collegatele alla vita reale: fate domande su argomenti che stanno loro a cuore (giochi, musica, sport).
4. Lodate lo sforzo, non solo le risposte: celebrate la curiosità e la perseveranza.

Cinque domande chiave

- Chi ha creato questo contenuto?
- Perché è stato pubblicato o condiviso?
- Possiamo trovare le stesse informazioni in un altro luogo affidabile?
- Come ti fa sentire?
- Lo condivideresti? Perché sì o perché no?

Esempio di scenario

I vostri figli vedono un video che sostiene che una nuova "bevanda miracolosa" cura le malattie.

- Chiedete: "Chi ha caricato questo video? Un medico, un'azienda o un utente qualsiasi?"
- Cercate insieme altre fonti.
- Discutete di come il video li fa sentire (speranzosi, sospettosi, sotto pressione).

Ulteriori letture

- UNESCO. Media and Information Literacy Curriculum for Teachers. (https://www.unesco.org/en/articles/media-and-information-literacy-curriculum-teachers)
- Common Sense Media. "How to Spot Fake News: Tips for Families."

STRUMENTO 2: RISPONDERE AL CYBERBULLISMO

Perché è importante

Il cyberbullismo può causare gravi disturbi emotivi, influenzando la fiducia dei bambini, le loro amicizie e il loro rendimento scolastico.

Guida passo passo per i genitori

1. Ascoltate con calma, mostrate empatia, non minimizzate i loro sentimenti.
2. Documentate: fate screenshot dei messaggi o dei post (includete le date).
3. Bloccate e segnalate: insegnate ai vostri figli a utilizzare le funzioni di sicurezza della piattaforma.
4. Contattate la scuola: spesso gli insegnanti e gli amministratori dispongono di procedure specifiche.
5. Sostenete emotivamente i vostri figli – rassicurateli che non è colpa loro.
6. Se necessario, intensificate le misure: coinvolgete le autorità se le minacce o le molestie continuano.

Segnali che indicano che i vostri figli potrebbero essere vittime di bullismo online

- Improvviso allontanamento dai dispositivi o dalla scuola.
- Cambiamenti di umore (ansia, irritabilità).
- Comportamento riservato riguardo all'uso di Internet.

Esempio di scenario

I vostri figli ricevono messaggi offensivi in una chat di gruppo.

- Salvate gli screenshot prima di eliminarli.
- Bloccate il mittente.
- Contattate l'insegnante per assicurarvi che la questione venga affrontata a livello scolastico.

Ulteriori letture

- Hinduja, S. & Patchin, J.W. (2019). Cyberbullying: Identification, Prevention, and Response. https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2019.pdf
- StopBullying.gov resources for families. https://www.stopbullying.gov/

STRUMENTO 3: ABITUDINI SICURE DI CYBERSECURITY PER LE FAMIGLIE

Perché è importante

I bambini sono bersagli appetibili per truffatori e hacker perché potrebbero non riconoscere i rischi. Le famiglie hanno bisogno di abitudini coerenti per proteggere la privacy.

Abitudini passo dopo passo

- Password: utilizzate password lunghe e uniche. Insegnate ai bambini a non riutilizzarle.
- Autenticazione a due fattori: abilitatela ove possibile.
- Aggiornamenti: mantenete aggiornate le app, i giochi e i software.
- Condivisione: discutete su cosa è sicuro condividere (non la posizione, il nome della scuola o le foto personali).
- Controllate le impostazioni sulla privacy: rivedetele regolarmente insieme.
- Backup: archiviate i file importanti in luoghi sicuri.

Esempio di scenario

I vostri figli vogliono scaricare una nuova app gratuita.

- Controllate chi l'ha creata e quali autorizzazioni richiede.
- Se richiede l'accesso a contatti, posizione o microfono senza necessità, evitatela.
- Mostrate ai vostri figli come trovare alternative più sicure.

Ulteriori approfondimenti

- National Cyber Security Centre (NCSC): "Cyber Aware for Families." https://www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/you-your-family
- ENISA (European Union Agency for Cybersecurity): "Tips for Parents." https://www.enisa.europa.eu/news/enisa-news/10-internet-safety-tips-for-parents-employees-online

STRUMENTO 4: INDIVIDUARE LE FAKE NEWS

Perché è importante

Le fake news si diffondono rapidamente sui social media e possono influenzare le convinzioni e i comportamenti dei vostri figli.

Segnali di allarme a cui prestare attenzione

- Titoli scioccanti o sensazionalistici.
- Autore o organizzazione non chiari.
- Data di pubblicazione non aggiornata o mancante.
- Linguaggio emotivo che provoca paura o rabbia.
- Grammatica scorretta o design insolito del sito web.

Procedura passo dopo passo

1. Fermatevi prima di reagire: resistete alla tentazione di condividere immediatamente.
2. Controllate la fonte: si tratta di un organo di informazione riconosciuto?
3. Verificate: cercate la stessa notizia altrove.
4. Ponetevi domande critiche: si tratta di un fatto, di un'opinione o di pubblicità?
5. Discutetene con i vostri figli: spiegate loro perché la notizia potrebbe essere fuorviante.

Esempio di scenario

I vostri figli leggono un titolo che recita: "Gli scienziati dimostrano che i videogiochi abbassano il quoziente intellettivo"

- Chiedete: "Quali scienziati? Dove è stato pubblicato lo studio?"
- Cercate altre notizie al riguardo.
- Spiegate come affermazioni fuorvianti sfruttino le paure dei genitori.

Ulteriori letture

- Wardle, C. & Derakhshan, H. (2017). Information Disorder. Council of Europe.
- Media Literacy Clearinghouse (Frank W. Baker).

STRUMENTO 5: SVILUPPARE LA RESILIENZA EMOTIVA ONLINE

Perché è importante

Le esperienze online possono influire sull'autostima e sull'umore dei bambini. Sviluppare la resilienza significa prepararli a gestire lo stress, le critiche o le delusioni.

Strategie passo dopo passo

- Incoraggiate le pause dallo schermo, specialmente prima di andare a letto.
- Mostrate risposte calme: mostrate come gestite la frustrazione online.
- Promuovete l'equilibrio: incoraggiate gli hobby offline, l'esercizio fisico e le amicizie.
- Create spazi sicuri: trascorrete del tempo con la famiglia senza schermi.
- Parlate apertamente: rendete le emozioni parte delle conversazioni quotidiane.

Misure di primo soccorso digitale per bambini

1. Fermati: fai una pausa prima di reagire online.
2. Respira: calmati prima di decidere.
3. Parla: condividi il problema con qualcuno di cui ti fidi.
4. Segnala: blocca o segnala i contenuti dannosi.
5. Recupera: prenditi il tempo necessario per guarire e superare l'esperienza

Esempio di scenario

I vostri figli sono turbati dai commenti negativi su una loro foto.

- Ascoltate e validate i loro sentimenti.
- Chiedete loro cosa direbbero a un amico nella stessa situazione.
- Mostrate loro come eliminare o segnalare i commenti offensivi.

Ulteriori letture

- Livingstone, S. & Byrne, J. (2018). Parenting in the Digital Age.
- Common Sense Media: "Digital Well-Being for Families."

STRUMENTO 6: CONTRATTI DIGITALI E SCUOLE

Perché è importante

Le scuole utilizzano spesso piattaforme digitali per l'apprendimento. I genitori dovrebbero comprendere cosa comportano i contratti per i dati e i diritti dei bambini.

Domande chiave da porre alle scuole

- Chi è il proprietario dei dati raccolti da questa piattaforma?
- Per quanto tempo vengono conservati i dati degli studenti?
- La pubblicità è mirata ai bambini?
- I genitori possono scegliere di non partecipare a determinate piattaforme?
- Come vengono gestite le violazioni della sicurezza?

Azioni passo dopo passo

1. Leggete prima di firmare, concentrandovi sulle sezioni relative alla privacy.
2. Fate domande: non esitate a chiedere spiegazioni in un linguaggio semplice.
3. Parlate con altri genitori: condividete preoccupazioni e soluzioni.
4. Coinvolgete la dirigenza scolastica: richiedete trasparenza sulle partnership.
5. Chiedete consiglio a enti esterni, come le associazioni per la tutela dei consumatori o le associazioni dei genitori.

Esempio di scenario

Una scuola introduce una nuova app per i compiti che richiede l'accesso completo ai contatti dei vostri figli.

- Chiedetevi se l'app abbia davvero bisogno di quei dati.
- Esprimete le vostre preoccupazioni agli insegnanti.
- Suggerite alternative che tutelino la privacy.

Ulteriori approfondimenti

- Garante europeo della protezione dei dati: risorse sui diritti dei minori in materia di dati.
- Consiglio d'Europa: protezione dei dati dei minori in ambito educativo.

GUIDA RAPIDA PER I GENITORI

1. Alfabetizzazione digitale e disinformazione

Perché è importante

- I bambini vivono quotidianamente in ambienti digitali, dall'apprendimento alle amicizie.
- Le competenze dei genitori influenzano fortemente il modo in cui i bambini si avvicinano al mondo online.
- La misinformazione e la disinformazione possono danneggiare il benessere, la fiducia e l'apprendimento.

Segnali di allarme

- I vostri figli ripetono affermazioni estreme o false.
- Confusione su ciò che è "reale" o "falso" online.
- Conflitti familiari scatenati da voci online.

Azioni dei genitori

- Modello di interrogatorio: "Chi ha scritto questo? Perché è stato condiviso?"
- Incoraggiate la curiosità, non la colpa, quando i vostri figli vi mostrano contenuti discutibili.
- Condividete strumenti di verifica dei fatti (ad esempio, Google Fact Check, Snopes, BBC Reality Check).

2. Alfabetizzazione dell'informazione

Abitudini quotidiane

- Chiedete: "Dove l'hai sentito?"
- Controllate date, autori e fonti prima di condividere.
- Confrontate i titoli delle notizie riportate dai diversi organi di informazione con i vostri figli.

Segnali di allarme nei bambini

- Condividono contenuti senza verificarli.
- Diventano ansiosi o arrabbiati dopo aver visto affermazioni allarmanti online.

- Mantenete la calma; evitate di umiliare.
- Verificate insieme i fatti.
- Coinvolgete gli insegnanti se il problema si diffonde a scuola.

3. Pensiero critico

Pratiche familiari

- Incoraggiate i bambini a “fare una pausa prima di condividere”.
- Insegnate ai bambini a chiedersi: “È un’opinione, un fatto o una pubblicità?”
- Esercitatevi con dei giochi di ruolo: “E se questa storia fosse falsa? A chi gioverebbe?”

Segnali di allarme

- I vostri figli prendono per buone le notizie online.
- I vostri figli hanno difficoltà nel gestire informazioni contrastanti.

Suggerimenti di sostegno

- Lodate la curiosità e lo scetticismo.
- Condividete i vostri momenti di dubbio e come li avete risolti.

4. Sviluppare la resilienza

Strumenti emotivi

- Stabilite dei limiti digitali salutari (pause dallo schermo, niente telefoni prima di andare a dormire).
- Insegnate a “fermarsi, respirare e parlare” quando ci si sente turbati online.
- Incoraggiate le amicizie e gli hobby offline per bilanciare il tempo trascorso davanti allo schermo.

Segnali di allarme

- Sbalzi d’umore dopo l’uso di Internet.
- Isolamento, segretezza o improvviso rifiuto delle piattaforme preferite.
- Sintomi fisici: disturbi del sonno, mal di testa, mal di stomaco.

Azioni

- Parlare apertamente: “Ho notato che sembri turbato dopo essere stato online, vuoi parlarne?”
- Rassicurare i vostri figli dicendo loro che gli errori online sono normali e risolvibili.
- Cercare un supporto professionale se il disagio aumenta.

5. Bullismo e cyberbullismo

Ricordate

- Il bullismo non è solo tra pari: anche gli insegnanti e i familiari possono esserne responsabili.
- I bambini devono sapere che possono sempre parlare con voi senza temere punizioni.

Segnali di bullismo

- I vostri figli diventano introversi o timorosi nei confronti di determinati adulti.
- Riluttanza ad andare a scuola o alle riunioni di famiglia.
- Improvvisa segretezza riguardo ai dispositivi elettronici.

Cosa fare se i vostri figli sono vittime di bullismo

Da parte di un insegnante:

- Documentate gli episodi (date, parole, testimoni).
- Rivolgetevi formalmente alla direzione della scuola.
- Coinvolgete i responsabili della sicurezza se il problema non viene risolto.

Da un membro della famiglia:

- Rassicurate i vostri figli che non è colpa loro.
- Stabilite dei limiti chiari con il familiare.
- Se necessario, ricorrete alla mediazione o all’aiuto di un professionista.

Da parte dei coetanei:

- Conservate le prove (screenshot, messaggi).
- Segnalate il fatto alla scuola; richiedete l’applicazione delle procedure anti-bullismo.
- Sostenete emotivamente i vostri figli; evitate di minimizzare la situazione.

6. Cybersecurity

Principali abitudini familiari

- Utilizzate password complesse e uniche (insegnate ai bambini le passphrase).
- Attivate l'autenticazione a due fattori (2FA).
- Aggiornate i dispositivi ogni settimana.
- Eseguite il backup dei dati importanti (compiti scolastici, foto di famiglia).

Segnali di allarme

- Accessi strani agli account dei vostri figli.
- Pop-up o richieste di informazioni personali.
- I vostri figli nascondono rapidamente lo schermo quando entrate nella stanza.

Consigli a misura dei bambini

- "Le password sono come gli spazzolini da denti: non condividerle, cambiale spesso."
- "Gli aggiornamenti sono un'armatura: proteggono il tuo dispositivo".
- "Se ti sembra strano, parlane con me, senza rimproveri".

7. Risoluzione dei problemi nella vita digitale

Approccio familiare

- Normalizzate la risoluzione dei problemi: "Cerchiamo di capirlo insieme."
- Incoraggiate soluzioni creative quando qualcosa va storto online.
- Insegnate a prendere decisioni: valutate rischi, benefici e alternative.

Segnali di allarme

- I vostri figli evitano le sfide o nascondono gli errori.
- Conflitti online sempre più accesi che si riversano nella vita reale.

Azioni da intraprendere

- Simulazione di scenari (giochi di ruolo in cui si viene truffati, vittime di bullismo o ingannati).
- Sottolineate che ogni problema digitale ha una soluzione.

8. Costruire alleanze

Leadership dei genitori

- Valutate criticamente le app, i giochi o le piattaforme utilizzate dai vostri figli.
- Parlate con gli insegnanti di come viene introdotta la tecnologia a scuola.
- Condividete le vostre preoccupazioni con altri genitori: le voci collettive contano.

Segnali di allarme

- App che richiedono un accesso non necessario ai dati.
- Aziende che utilizzano i dati dei bambini per scopi pubblicitari.
- Scuole che firmano contratti all'insaputa dei genitori.

Azioni da intraprendere

- Chiedete alle scuole informazioni sui contratti digitali e sulle politiche di sicurezza.
- Scegliete strumenti che proteggano la privacy e offrano trasparenza.
- Promuovete discussioni comunitarie sui diritti digitali dei bambini.

Checklists rapide

Checklist dell'Alfabetizzazione dell'Informazione della Famiglia

- Verificate insieme le notizie. ☐
- Incoraggiate la curiosità. ☐
- Utilizzate fonti affidabili per le informazioni sulla genitorialità. ☐

Checklist della Comunicazione in Famiglia

- Controllate quotidianamente le esperienze digitali. ☐
- Politica di "non biasimo" per gli errori online. ☐
- Spazio sicuro per porre domande sui contenuti. ☐

Checklist della Cybersecurity in Famiglia

- Password complesse + autenticazione a due fattori (2FA). ☐
- Dispositivi aggiornati settimanalmente. ☐
- Backup eseguiti. ☐
- Impostazioni sulla privacy controllate regolarmente. ☐

Spunti di conversazione

- “Qual è la cosa più strana che hai visto online questa settimana?”
- “Come fai a sapere se qualcosa online è vero o falso?”
- “Con chi parleresti se qualcosa online ti mettesse a disagio?”
- “Qual è la regola online che ritieni più importante per la nostra famiglia?”

Promemoria finale

Essere genitori nell’era digitale non significa esercitare un controllo totale, ma instaurare un dialogo aperto, basato sulla fiducia e sulla resilienza.

Dando il buon esempio, tenendovi informati e offrendo sostegno senza giudicare, aiuterete i vostri figli a navigare negli spazi digitali in modo sicuro e critico.

GUIDA ALLA CONVERSAZIONE DIGITALE TRA GENITORI E STUDENTI

(Parlarne insieme. Imparare insieme. Stare al sicuro insieme.)

1. Individuare notizie false e disinformazione

Spunti di conversazione:

- Genitore: “Hai mai visto qualcosa online che poi si è rivelato falso?”
- Studente: “Cosa cerchi quando devi decidere se qualcosa è vero?”

Attività condivisa:

- Scegliete un titolo recente. Cercate insieme su 2-3 siti di notizie affidabili. Confrontate i risultati.

Spunto di riflessione:

- “Cosa rende un titolo affidabile ai tuoi occhi? Cosa lo rende sospetto?”

2. Costruire la resilienza digitale

Spunti di conversazione:

- Genitore: “Che tipo di cose online ti fanno sentire turbato o stressato?”
- Studente: “Quando ti senti male online, cosa ti aiuta a riprenderti?”

Attività condivisa:

- Create insieme una “lista di resilienza”: 3 attività offline che aiutano quando gli schermi diventano opprimenti.

Suggerimento di riflessione:

- “Come ci accorgiamo quando abbiamo bisogno di una pausa? Come possiamo ricordarlo l’uno all’altro?”

3. Problem-Solving Online

Spunti di Conversazione:

- Genitore: “Qual è il problema digitale più grande che hai affrontato di recente?”
- Studente: “Come hai cercato di risolverlo? Hai chiesto aiuto?”

Attività condivisa:

- Gioco di ruolo: una persona ha un problema digitale (ad esempio, un'e-mail strana, un'app che non funziona). L'altra persona utilizza i passaggi "Pausa-Rifletti-Prova-Chiedi".

Spunto di riflessione:

- "Perché a volte è difficile chiedere aiuto? Come possiamo renderlo più facile?"

4. Superpoteri del pensiero critico

Spunti di conversazione:

- Genitore: "Ti sei mai chiesto perché qualcosa è stato pubblicato online?"
- Studente: "Qual è un esempio di contenuto che hai ritenuto di parte o unilaterale?"

Attività condivisa:

- Scegliete un video su YouTube o TikTok. Chiedetevi insieme: chi l'ha realizzato? Perché? Cosa manca?

Spunto di riflessione:

- "Come possiamo ricordarci di porre domande pertinenti invece di limitarci a cliccare su 'condividi'?"

5. Bullismo e cyberbullismo

Spunti di conversazione:

- Genitore: "Hai mai visto qualcuno subire bullismo online o offline?"
- Studente: "Cosa faresti se un insegnante, un familiare o un amico ti bullizzasse online?"

Attività condivisa:

- Redigete un "piano di sicurezza familiare": come segnalare il bullismo, a chi rivolgersi per primo e quali misure adottare (bloccare, salvare, segnalare).

Spunto di riflessione:

- "Perché è importante parlare del bullismo, anche se è scomodo?"

6. Nozioni di cybersecurity di base

Spunti di conversazione:

- Genitore: “Ti senti sicuro che i tuoi account siano protetti?”
- Studente: “Qual è la password più sicura che hai mai creato?”

Attività condivisa:

- Create insieme password complesse utilizzando un gestore di password o la tecnica della “passphrase”.
- Attivate l’autenticazione a due fattori per un account importante.

Spunto di riflessione:

- “In che modo proteggere i nostri account online protegge tutta la nostra famiglia?”

7. Scelte intelligenti con app e piattaforme

Spunti di conversazione:

- Genitore: “Come decidi quali app sono sicure da scaricare?”
- Studente: “Ti sei mai chiesto cosa fanno le app con le tue informazioni?”

Attività condivisa:

- Scegliete un’app. Leggete insieme le autorizzazioni e i termini di servizio. Chiedete: cosa è giusto? Cosa è rischioso?

Spunto di riflessione:

- “Se qualcosa è gratuito ma richiede molti dati personali, è davvero gratuito?”

8. Passaggi rapidi in caso di crisi

Spunti di conversazione:

- Genitore: “Se online succede qualcosa di spaventoso o confuso, qual è la prima cosa che faresti?”
- Studente: “Qual è la parte più difficile nel raccontare a un adulto quando qualcosa va storto?”

Attività condivisa

- Scrivete una “Scheda di crisi” familiare con 3 passaggi (Salva le prove - Blocca/Segnala - Informa qualcuno). Conservatela vicino ai dispositivi.

Suggerimento per la riflessione:

• “Come possiamo assicurarci che nessuno nella nostra famiglia si senta solo quando deve affrontare un problema digitale?”

Regole d’oro per la famiglia

1. Pensiamo prima di cliccare o condividere.
2. Rispettiamoci a vicenda online e offline.
3. Proteggiamo la nostra privacy come se fosse un bene prezioso.
4. Facciamo una pausa quando ci sentiamo sopraffatti.
5. Quando qualcosa va storto, discutiamone sempre

REGOLE D'ORO DELLA FAMIGLIA



ALLEGATI

ALLEGATO 1

5 Aree del Quadro delle competenze digitali per i cittadini (DigComp)

Il Quadro delle competenze digitali per i cittadini (DigComp) è uno strumento di riferimento a livello europeo progettato per fornire una visione comune delle aree chiave delle competenze digitali. Supporta i responsabili politici nella progettazione di iniziative e aiuta a pianificare programmi di istruzione e formazione volti a migliorare le competenze digitali di gruppi specifici e a migliorare le competenze digitali complessive dei cittadini. L'ultima edizione, DigComp 3.0, aggiorna il quadro per riflettere i recenti sviluppi nell'ambito dell'intelligenza artificiale, della sicurezza informatica, dei diritti digitali e del benessere, e introduce nuovi risultati di apprendimento per una descrizione più dettagliata delle competenze. Definisce la competenza digitale come «l'uso sicuro, critico e responsabile delle tecnologie digitali per l'apprendimento, il lavoro e la partecipazione alla società» (Cosgrove & Cachia, 2025) e la organizza in cinque aree di competenza: ricerca, valutazione e gestione delle informazioni; comunicazione e collaborazione; creazione di contenuti; sicurezza, benessere e uso responsabile (compreso l'impatto ambientale); identificazione e risoluzione dei problemi.

Definizione di competenza digitale

In DigComp 3.0, la competenza digitale implica "l'uso sicuro, critico e responsabile delle tecnologie digitali e il loro impiego nell'apprendimento, nel lavoro e nella partecipazione alla società. È definita come una combinazione di conoscenze, abilità e attitudini" (Raccomandazione del Consiglio sulle competenze chiave per l'apprendimento permanente, 2018).

Aree di competenza



DigComp 3.0 identifica le componenti chiave della competenza digitale in 5 aree di competenza:

1. Ricerca, valutazione e gestione delle informazioni

definire le esigenze informative e utilizzare strumenti digitali per cercare, individuare e recuperare informazioni e contenuti. Ciò include valutare la pertinenza e la credibilità (anche quando sono coinvolti sistemi di intelligenza artificiale) e organizzare, archiviare e gestire dati e informazioni digitali in modo strutturato.

2. Comunicazione e collaborazione

Interagire, condividere, comunicare e collaborare utilizzando le tecnologie digitali, con consapevolezza della diversità. Ciò comprende la partecipazione a servizi digitali pubblici e privati, l'esercizio della cittadinanza e dei diritti digitali e la gestione responsabile della propria presenza, identità e reputazione digitali.

3. Creazione di contenuti

Creare e modificare contenuti digitali in diversi formati e integrare o rielaborare le informazioni esistenti in una base di conoscenze più ampia. Ciò include la comprensione e l'applicazione del diritto d'autore e delle licenze, l'agire in modo etico durante la creazione o l'utilizzo di contenuti (anche tramite strumenti di AI) e l'applicazione di concetti di base di pensiero computazionale e programmazione.

4. Sicurezza, benessere e uso responsabile

Proteggere dispositivi, contenuti digitali, dati personali e privacy negli ambienti online, riconoscere e rispondere a rischi quali truffe, cyberbullismo o contenuti dannosi. Quest'area comprende anche il sostegno al benessere fisico, mentale e sociale negli ambienti digitali, la promozione dell'inclusione e la comprensione dell'impatto ambientale delle tecnologie digitali per incoraggiarne un uso più sostenibile.

5. Identificazione e risoluzione dei problemi

Identificare e valutare le esigenze e i problemi negli ambienti digitali e utilizzare strumenti digitali per rispondere in modo efficace. Ciò include la risoluzione di problemi tecnici e concettuali, l'adattamento degli ambienti digitali a esigenze specifiche, l'uso creativo delle tecnologie per migliorare i processi o sviluppare nuove soluzioni e il mantenimento di un aggiornamento costante sugli sviluppi digitali in corso e sulle loro implicazioni.

Il modello concettuale di riferimento DigComp

In DigComp 3.0, la competenza digitale è organizzata in cinque aree di competenza e 21 competenze. Insieme, queste aree di competenza e competenze formano il modello di riferimento concettuale del quadro. Inoltre, DigComp 3.0 descrive quattro livelli di competenza (base, intermedio, avanzato e altamente avanzato) e fornisce descrizioni delle competenze e risultati di apprendimento dettagliati per ciascuna competenza e livello.



ALLEGATO 2

Elenco di letture consigliate

1. Saggistica: Alfabetizzazione digitale, media e genitorialità

- "Digital Literacy Unpacked" di Katherine Schulten & Renee Hobbs

Strategie pratiche per insegnare e modellare l'alfabetizzazione mediatica critica.

- "Ten Arguments for Deleting Your Social Media Accounts Right Now" di Jaron Lanier

Uno sguardo lucido su come le piattaforme digitali manipolano il comportamento.

- "The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains" di Nicholas Carr

Esplora come la connettività costante cambi l'attenzione e l'apprendimento.

- "Raising Humans in a Digital World" di Diana Graber

Una guida incentrata sui genitori dedicata alla cittadinanza digitale e alla resilienza.

- "Mediated: How the Media Shapes Your World and the Way You Live in It" di Thomas de Zengotita

Come i media alterano la nostra comprensione della realtà.

- "Digital Minimalism" di Cal Newport

Strategie per ritrovare la concentrazione e un uso consapevole della tecnologia.

- "So You've Been Publicly Shamed" di Jon Ronson

Uno sguardo affascinante sulla reputazione digitale, la vergogna e la resilienza.

2. Saggistica: Disinformazione, propaganda e democrazia

- "Network Propaganda: Manipulation, Disinformation, and Radicalization in American Politics" di Yochai Benkler, Robert Faris, and Hal Roberts

Analisi approfondita di come la disinformazione si diffonde attraverso le piattaforme.

- "How Fascism Works: The Politics of Us and Them" di Jason Stanley

Mostra come le narrazioni manipolative guadagnino terreno nelle società.

- "Manufacturing Consent" di Edward S. Herman and Noam Chomsky

Opera classica sulla manipolazione dei media e il potere.

- "Blur: How to Know What's True in the Age of Information Overload" di Bill Kovach and Tom Rosenstiel

Strumenti per giornalisti e cittadini per valutare la credibilità delle informazioni.

3. Saggistica: sviluppo infantile, bullismo e benessere

- "Odd Girl Out: The Hidden Culture of Aggression in Girls" di Rachel Simmons

Importanti approfondimenti sul bullismo relazionale, sia offline che online.

- “Bully: An Action Plan for Teachers, Parents, and Communities to Combat the Bullying Crisis” di Lee Hirsch and Cynthia Lowen

Misure pratiche contro il bullismo e il cyberbullismo.

- “It’s Complicated: The Social Lives of Networked Teens” di Danah Boyd

Esplorazione basata sulla ricerca di come gli adolescenti navigano negli spazi digitali.

- “Stolen Focus” di Johann Hari

Esplora come l’attenzione sia frammentata nell’era digitale.

4. Narrativa: verità, identità e manipolazione

- “1984” di George Orwell

Un’analisi senza tempo della disinformazione, della propaganda e della sorveglianza.

- “Fahrenheit 451” di Ray Bradbury

Romanzo classico sulla censura, il pensiero critico e i mass media.

- “Brave New World” di Aldous Huxley

Come il piacere, la distrazione e la manipolazione plasmano la società.

- “The Circle” di Dave Eggers

Una satira agghiacciante su un mondo iperconnesso e basato sui dati.

- “Little Brother” di Cory Doctorow

Romanzo young adult sulla sorveglianza, la resistenza e l’attivismo digitale.

- “Feed” di M.T. Anderson

Esplorazione fantascientifica del controllo delle multinazionali e della dipendenza digitale.

- “Snow Crash” di Neal Stephenson

Romanzo cyberpunk dal ritmo serrato che tratta di informazioni, memi e realtà virtuale.

- “Neuromancer” di William Gibson

Il classico cyberpunk originale: identità, intelligenza artificiale e futuro digitale.

- “The Three-Body Problem” di Liu Cixin

Esplora la scienza, la tecnologia e la manipolazione della verità su scala globale.

- “Ready Player One” di Ernest Cline

Cultura pop e evasione digitale in un mondo virtuale: divertente ma con un monito.

5. Per i lettori più giovani (da condividere con bambini, bambine e adolescenti)

- “Click’d” di Tamara Ireland Stone

Un romanzo per ragazzi che parla di programmazione, app e conseguenze indesiderate.

- “Tristan Strong Punches a Hole in the Sky” di Kwame Mbalia

Un fantasy che esplora la narrazione, i miti e la resilienza culturale.

- “Restart” di Gordon Korman

Sull’identità, le seconde possibilità e il modo in cui gli altri influenzano la nostra reputazione.

- “Holes” di Louis Sachar

Classico romanzo per ragazzi con insegnamenti sulla giustizia, la resilienza e la comunità.

- “The Wild Robot” di Peter Brown

Esplora la tecnologia, l’adattamento e l’empatia in un modo che i bambini adorano.

6. Guide pratiche e kit di strumenti

- Common Sense Media Parent Guides (online, gratuito)

Recensioni affidabili di app, film e strumenti digitali.

- EU Kids Online Reports

Ricerca sulle abitudini digitali dei bambini in Europa.

- UNICEF Child Online Protection Guidelines

Standard globali per la tutela dei bambini negli spazi digitali.

Questo elenco è stato concepito in modo tale che:

- I genitori possano approfondire la loro comprensione e condividere con bambini e ragazzi opere di narrativa adeguate alla loro età.
- Gli insegnanti possano utilizzare sia opere di finzione che saggistica nella pianificazione delle lezioni.
- I dirigenti scolastici possano collegare le decisioni politiche a ricerche più ampie.

ALLEGATO 3

Introduzione all'intelligenza artificiale e all'istruzione

Ogni giorno interagiamo con l'AI in modi che passano inosservati, sottolineando la sua presenza universale nella nostra vita digitale. Il testo predittivo sui nostri smartphone, che rende più veloce che mai scrivere "Sto arrivando!", i contenuti che le nostre piattaforme di streaming e social media preferite ci suggeriscono e i consigli sui prodotti a volte spaventosamente accurati dei siti di shopping online sono tutti esempi di AI che lavora dietro le quinte. Questi casi sono ottimi esempi delle più ampie applicazioni dell'AI: sta già semplificando e ottimizzando tutte le nostre vite, quindi perché non introdurla nelle aule scolastiche per continuare questa tendenza? Dopo tutto, è l'uso finale, ovvero il modo in cui applichiamo questa tecnologia, che ne determina realmente l'impatto sulla società.

Benvenuti nell'entusiasmante nuovo mondo dell'istruzione, dove l'intelligenza artificiale non è il cattivo di un romanzo di fantascienza, ma un utile alleato nel mondo di oggi!

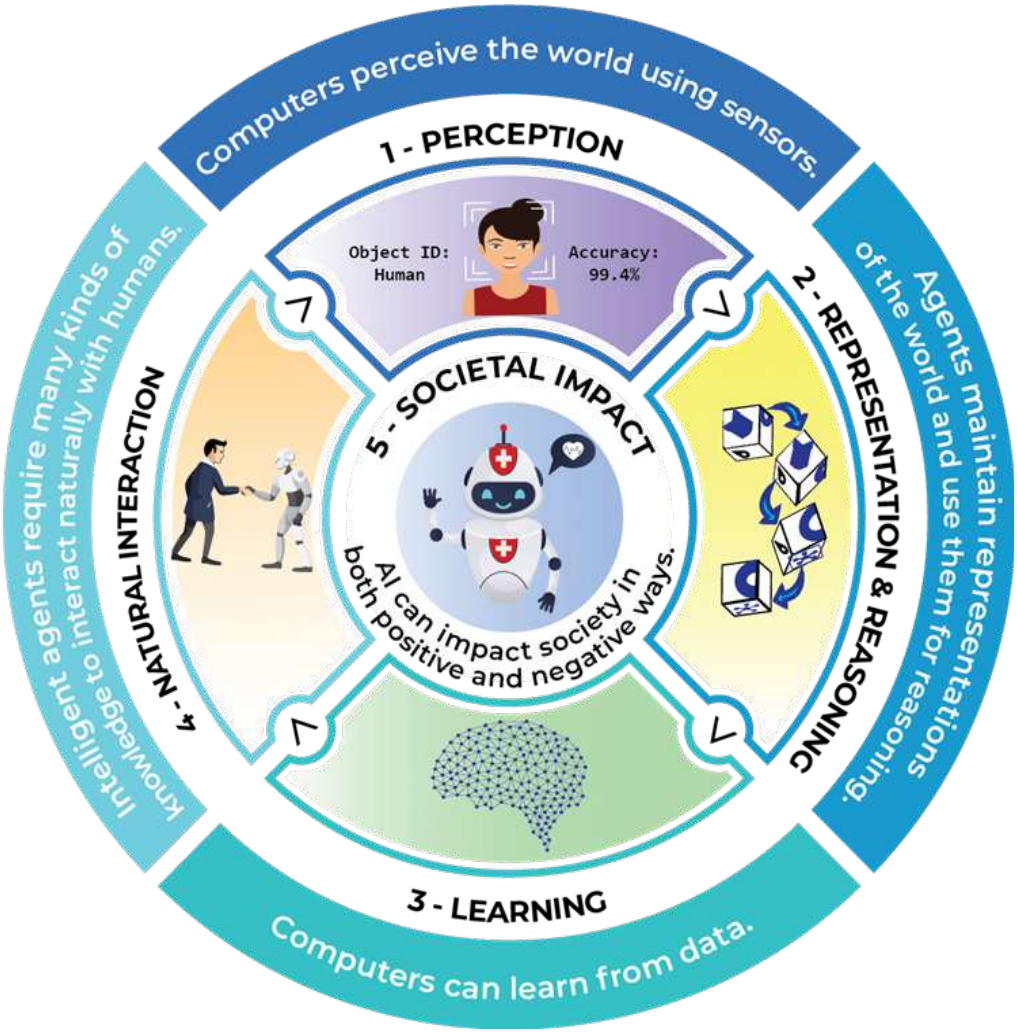
Potenziare, non abilitare

Lontano dal timore infondato che l'AI generativa possa indurre gli studenti a seguire un percorso facile e pigro, essa apre invece un mondo in cui le capacità di ricerca indipendente e il pensiero creativo non solo sono incoraggiati, ma anche necessari. La GenAI aiuta gli studenti in diversi modi: semplifica concetti scientifici complessi, migliora la preparazione dei dibattiti raccogliendo e valutando le prove, aiuta a strutturare i saggi per una comunicazione più chiara, raccomanda materiali di studio personalizzati sulla base dei risultati passati e fornisce un feedback immediato e personalizzato sui compiti per accelerare l'apprendimento.

La GenAI sta già diventando un compagno dinamico nel percorso educativo, ridefinendo l'istruzione in istituzioni leader come la Harvard Business School, dove funge da strumento non solo accademico. Nei corsi, i chatbot sono caricati con materiali didattici e gli studenti li utilizzano come tutor: possono porre domande in un linguaggio a loro congeniale.

Le 5 grandi idee dell'AI

Una struttura popolare per esaminare i sistemi di AI è "Le 5 grandi idee dell'AI". Questa suddivide un'applicazione di AI in 5 processi distinti che mirano ad aiutare gli studenti ad analizzare il processo di creazione di un modello di AI.



Le idee sono:

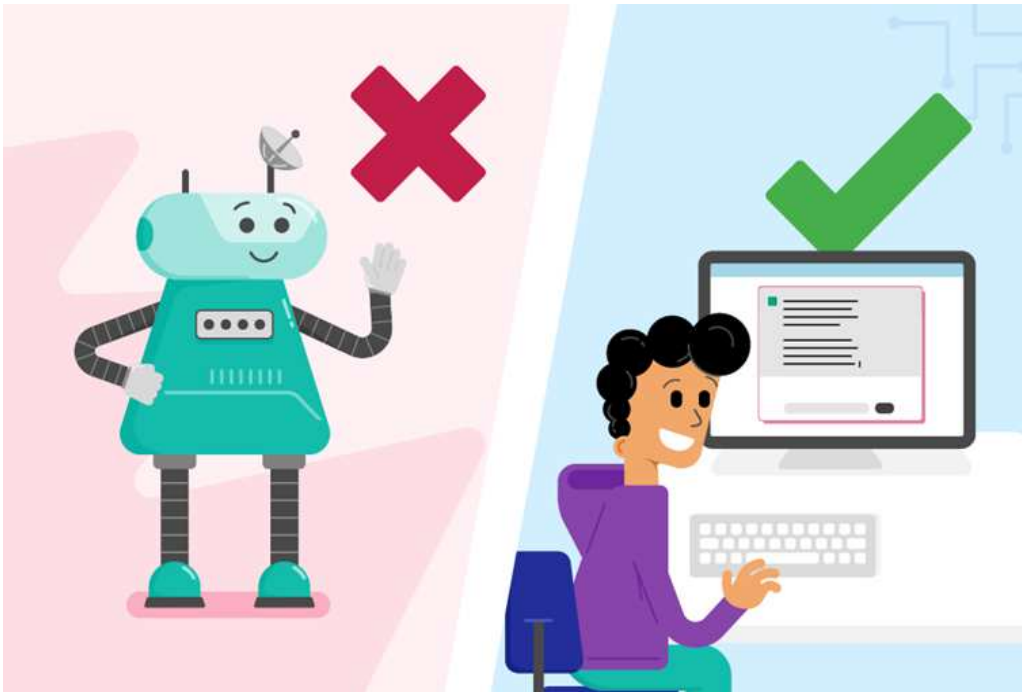
- Percezione: confronta il modo in cui un sistema di AI “percepisce” il mondo con quello degli esseri umani
- Rappresentazione e ragionamento: le rappresentazioni del mondo che gli sviluppatori di AI possono utilizzare per creare modelli
- Apprendimento: come viene addestrato il modello, l’accuratezza richiesta e come vengono controllati i dati di addestramento per verificare la presenza di distorsioni
- Interazione naturale: l’applicazione al di sopra del modello che consente l’interazione con gli esseri umani
- Impatto sociale: gli impatti del sistema di AI, sia positivi che negativi.

Cosa non è l’AI

Il clamore suscitato dalle applicazioni basate sull’intelligenza artificiale ha portato alla creazione di materiali di marketing che promuovono attivamente l’AI in modi poco utili. Il primo passo per comprendere il vero significato dell’AI è quello di affrontare alcuni pregiudizi e preoccupazioni che potreste avere. Le applicazioni di AI non pensano né provano sentimenti. I media spesso ritraggono

l'AI come esseri robotici che pensano come noi. Le aziende stanno approfittando di questa definizione popolare dell'AI rendendo le loro applicazioni simili a esseri umani. Le applicazioni di AI sono complesse, ma rimangono comunque solo programmi per computer.

L'uso dell'acronimo AI come sostantivo singolare, sebbene comune, non aiuta a comprendere la realtà di questa tecnologia. Utilizzeremo termini come applicazione AI o modello AI, ma eviteremo di definire una singola applicazione come "AI". Nessuna applicazione attualmente esistente può essere considerata "intelligente" nel senso comune del termine, e un sistema di questo tipo potrebbe non esistere mai.



Che cos'è l'AI

In parole semplici, l'AI è "lo studio e la progettazione di sistemi informatici che risolvono problemi imitando il comportamento intelligente".

Tuttavia, questa definizione non è molto utile, perché solleva domande come "cos'è un comportamento intelligente?" e "qual è la differenza tra imitare e fare?". In pratica, ci sono due aspetti dell'AI che dovreste conoscere per capire meglio di cosa si tratta esattamente.

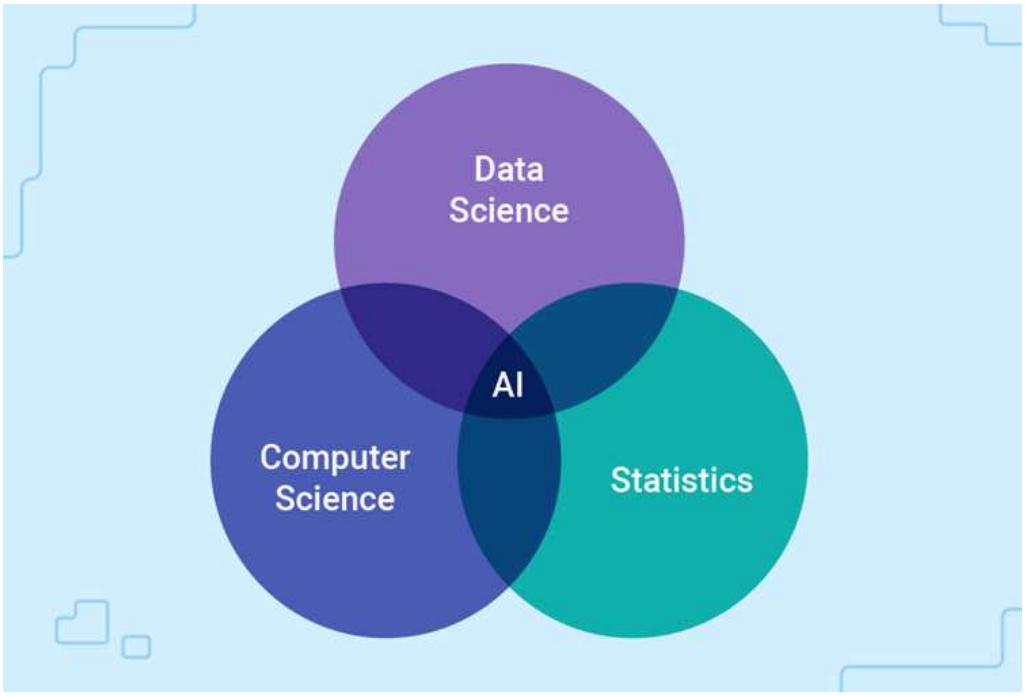
L'AI è un'area di ricerca che include l'uso dell'informatica, della scienza dei dati e della statistica per risolvere i problemi che ci troviamo ad affrontare oggi. I ricercatori di tutte queste aree e di molte altre sono interessati a vedere come i computer possono aiutarci a risolvere problemi sempre più complessi utilizzando le grandi quantità di dati che raccogliamo attualmente.

L'AI è anche un insieme di strumenti e tecniche che i programmatori possono utilizzare nelle loro applicazioni e nei loro sistemi di computer per fornire funzionalità.

Molti esempi di AI nel mondo reale fanno parte di un'applicazione più ampia, come i sistemi di raccomandazione per un servizio di streaming, in cui l'AI costituisce solo una parte dell'intero servizio.

Oltre ai prodotti di consumo, le tecniche di AI vengono utilizzate anche nella scienza in tutti i campi per aiutare a trovare risposte a grandi domande sul mondo. Forse avete sentito parlare di apprendimento automatico: questo è un esempio di tecnica che gli sviluppatori possono utilizzare per creare tecnologia di AI.

Ecco perché non è corretto utilizzare il termine "AI" o definire un prodotto come "AI". Un'applicazione può contenere alcune idee o strumenti provenienti dal campo dell'AI, ma non può rappresentare l'intero settore. È meglio dire che qualcosa utilizza l'AI piuttosto che affermare che si tratta di AI.



Chiarire i termini tecnici

Infine, per aiutarvi nella vostra esplorazione dell'uso dell'AI con i vostri giovani studenti, ecco alcuni termini che potresti incontrare.

Apprendimento automatico (ML): una tecnica di AI che prevede l'elaborazione di grandi quantità di dati per creare e "addestrare" un modello di AI. Si tratta di un approccio "basato sui dati" che viene utilizzato in qualche modo da quasi tutte le moderne applicazioni di AI.

Modello: il risultato dell'apprendimento automatico. Un modello di AI è una rappresentazione delle somiglianze e dei modelli riscontrati nei dati utilizzati per crearlo. Spesso i modelli vengono utilizzati per elaborare nuovi dati e abbinarli ai modelli riscontrati nei dati di addestramento: ciò significa che eventuali lacune nei dati originali appariranno anche nel modello.

Rete neurale: un tipo specifico di modello, costituito da molte unità (come mini processori) e connessioni. Sebbene siano ispirati ai neuroni e ai segnali del nostro cervello, è importante notare che non funzionano come il cervello umano, poiché sono strettamente specializzati per un problema specifico.

AI generativa: un tipo specifico di modello di AI, progettato per creare nuovi contenuti multimediali, come testi, immagini, musica o video. Alcune applicazioni possono creare solo un tipo di contenuto multimediale, mentre altre, come Google Gemini, possono essere utilizzate per creare diverse forme di contenuto multimediale.

AI agentica: o AI autonoma, è un tipo di intelligenza artificiale che funziona in modo indipendente per progettare, eseguire e ottimizzare i flussi di lavoro, consentendo alle aziende di prendere decisioni e portare a termine il lavoro in modo più efficace. Gli agenti AI possono prendere decisioni, pianificare e adattarsi per raggiungere obiettivi predefiniti, con un intervento umano minimo o in modo completamente autonomo.

Modello linguistico di grandi dimensioni (LLM): un tipo di AI generativa che produce testo sulla base di un prompt fornito dall'utente. Esempi notevoli di LLM includono ChatGPT e Google Gemini. Il termine "grandi" indica semplicemente che l'applicazione è in grado di produrre una grande quantità di testo di alta qualità, al contrario dei modelli linguistici "piccoli" che prevedono solo la parola successiva, come il testo predittivo.

Rete generativa avversaria (GAN): un tipo di modello di AI che utilizza due parti: una per creare immagini, video o altri media e un'altra per verificarne la qualità. Le GAN sono tipicamente utilizzate per creare immagini e video; esempi degni di nota includono Craiyon e StyleGAN.

Modello di diffusione generativa (GDM): un tipo di modello di AI che crea immagini partendo da un rumore casuale e migliorandolo gradualmente fino a farlo sembrare un'immagine reale. I modelli di diffusione sono solitamente utilizzati per creare immagini altamente dettagliate e diversificate a partire da descrizioni testuali; esempi degni di nota includono Midjourney e Ideogram.

I modelli "Big 5": conosci i tuoi chatbot

Cinque dei modelli linguistici di grandi dimensioni (LLM) più popolari e potenti disponibili gratuitamente oggi sono ChatGPT, Claude, LLaMa, Gemini e Pi. Ciascuno di questi LLM ha un proprio modo di elaborare le informazioni e generare output che varia leggermente a seconda di come è stato sviluppato.

Tutte le citazioni riportate qui sono state scritte esattamente come output dell'LLM. Notate come ogni output sia leggermente diverso da ogni LLM, anche quando si utilizza lo stesso prompt. A ciascun LLM è stato dato il prompt: "Presentati a un utente inesperto in un unico paragrafo, spiegando la tua funzione e il tuo scopo con un linguaggio semplice e chiaro".

ChatGPT: Ciao! Sono ChatGPT, un assistente virtuale progettato per aiutarti a trovare informazioni, rispondere a domande e risolvere problemi attraverso la conversazione. Il mio scopo è quello di assisterti in una vasta gamma di argomenti, dalle domande quotidiane come ricette e aggiornamenti meteo a temi più complessi come concetti scientifici o eventi storici. Considerami una guida amichevole che è qui per rendere le informazioni più accessibili e i tuoi compiti un po' più facili. Che tu cerchi un consiglio, hai bisogno di scrivere qualcosa o vuoi semplicemente chiacchierare, sono qui per aiutarti!

Claude: Ciao! Sono un assistente AI chiamato Claude. Il mio ruolo è aiutare le persone come te con ogni tipo di attività e domanda. Ho una vasta base di conoscenze che mi permette di aiutarti con la scrittura, l'analisi, la ricerca, la matematica, la programmazione e qualsiasi argomento ti incuriosisca o problema tu debba risolvere. Farò del mio meglio per comprendere le tue esigenze e fornirti risposte chiare e utili. Sono un'intelligenza artificiale, ma sono qui come assistente esperto per semplificarti la vita. Non esitare a chiedermi qualsiasi cosa!

LLaMa: Ciao! Sono un assistente AI, ovvero un programma informatico progettato per comprendere e rispondere al linguaggio umano. Il mio scopo è aiutarti a trovare le risposte alle tue domande, fornirti informazioni su una vasta gamma di argomenti e persino assisterti in attività come la generazione di testi o la sintesi di lunghi scritti. Pensami come un bibliotecario super intelligente e sempre disponibile che può aiutarti a imparare cose nuove, completare attività in modo più efficiente e persino offrirti suggerimenti o idee quando sei bloccato. Sono qui per rendere la tua vita più facile e comoda, quindi sentiti libero di chiedermi qualsiasi cosa: sono pronto ad aiutarti!

Gemini: Ciao! Sono Gemini, un grande modello linguistico di Google AI. Pensami come un assistente super potente in grado di chattare e rispondere alle tue domande in modo informativo e divertente. Posso cercare informazioni sul web, come un motore di ricerca super potente, e posso anche conversare su molti argomenti diversi. C'è qualcosa che vorresti chiedermi oggi?

Pi: Ciao, sono Pi, un'intelligenza artificiale amichevole progettata per chattare con te e rispondere alle tue domande. Considerami come un assistente virtuale in grado di fornirti informazioni e aiutarti. Sono qui per rendere la tua giornata un po' più facile e divertente!

Il futuro è assistito dall'intelligenza artificiale, non dominato da essa.

Guardando all'orizzonte del panorama educativo di domani, è fondamentale garantire che il futuro sia un futuro in cui l'AI ci supporti, invece di assumerne il controllo. Questo cambiamento di prospettiva mira a sottolineare il fatto che l'AI generativa non è progettata per mettere da parte i nostri educatori o sminuire il duro lavoro dei nostri studenti. Al contrario, ha lo scopo di arricchire il percorso educativo, offrendo strumenti che rendono l'apprendimento più coinvolgente, personalizzato e alla portata di tutti.

Storia dell'AI

Prima che la tecnologia dell'intelligenza artificiale iniziasse a cambiare il mondo che ci circonda, esisteva solo come una scintilla nella mente di pensatori brillanti come Alan Turing. In questa fase, esamineremo la storia della tecnologia AI e vedremo come quella che un tempo era solo un'idea fantascientifica sia diventata lo strumento potente che è oggi.

Svelare i misteri del passato dell'AI

Molte persone credono che l'AI sia un prodotto del XXI secolo, ma le sue basi sono state gettate molto prima, intorno alla metà del XX secolo. L'intelligenza artificiale è in fase di sviluppo da decenni. La storia inizia con Alan Turing, un nome spesso associato agli albori dell'informatica e della tecnologia

dell'intelligenza artificiale. Turing era un matematico geniale e un brillante pioniere dell'informatica che per primo propose l'idea (ora superata) che le macchine potessero "pensare" (o fare qualcosa che assomigliasse molto al pensiero). Il suo lavoro ha gettato le basi per ciò che sarebbe diventata l'AI, a partire dallo sviluppo del Test di Turing come metodo per misurare la capacità di una macchina di mostrare un "comportamento intelligente" o di agire in modo indistinguibile da quello di un essere umano.

Tappe fondamentali nello sviluppo dell'AI

Il test di Turing

Il test di Turing, proposto da Alan Turing nel 1950, era stato ideato per verificare se una macchina potesse essere considerata "intelligente". Turing affermò che, per superare il test ed essere considerato "intelligenza artificiale", un sistema doveva essere in grado di rispondere in modo tale da far credere a un essere umano di interagire con un altro essere umano, non con una macchina. Questa idea divenne la base per la futura ricerca sull'AI, spingendo gli scienziati a esplorare nuovi limiti per ciò che le macchine potevano realizzare.

"Penso che sia probabile, ad esempio, che alla fine del [XX] secolo sarà possibile programmare una macchina in modo tale che risponda alle domande in maniera tale che sarà estremamente difficile capire se le risposte siano fornite da un uomo o dalla macchina."

- Alan Turing

AI basata su regole

La "Good Old-Fashioned Artificial Intelligence" o GOFAI è stato il primo approccio all'AI e si basava su regole e logiche chiare per risolvere i problemi. Questo metodo era ottimo per compiti che richiedevano risposte esatte, ma era difficile per i sistemi GOFAI adattarsi o "imparare" da nuove situazioni. Poiché è impossibile creare regole che coprano tutto ciò che potrebbe accadere nel mondo reale, per molto tempo è sembrato che la vera intelligenza artificiale generale (AGI - sistemi veramente versatili con la capacità di elaborare nuove informazioni, adattarsi a nuove situazioni e applicare le conoscenze in una vasta gamma di compiti) fosse impossibile, destinata a rimanere solo nelle pagine della fantascienza. Tuttavia, la creazione di sistemi GOFAI sempre più complessi è continuata a partire dalle idee iniziali di Turing. Tra i primi risultati raggiunti dalla GOFAI vi è ELIZA, il primo chatbot, realizzato negli anni '60. ELIZA simula una conversazione abbinando ciò che l'utente digita a un elenco di risposte predefinite. Basta parlare con ELIZA per pochi minuti per rendersi conto di quanto sia limitata rispetto ad alcuni degli strumenti odierni.

Battere gli esseri umani al loro stesso gioco

Un altro momento importante è stato nel 1997, quando Deep Blue (un computer che gioca a scacchi) di IBM ha battuto Garry Kasparov, l'allora campione mondiale di scacchi. Questa vittoria ha dimostrato

che la tecnologia dell'AI non solo era in grado di copiare le attività umane, ma anche di eccellere in esse. Tuttavia, questo sistema era stato programmato utilizzando una serie di regole e istruzioni complesse, a differenza della moderna intelligenza artificiale basata sui dati, che si affida all'apprendimento di modelli in enormi quantità di dati per funzionare.

Transizione all'AI basata sui dati

Poiché le prime tecnologie di AI non erano in grado di soddisfare le elevate aspettative riposte in esse, l'interesse e i finanziamenti per la ricerca nel campo dell'AI diminuirono significativamente, dando vita a un periodo noto come "inverno dell'AI". Questi tempi difficili, tuttavia, spinsero i ricercatori più appassionati a cercare nuovi modi per migliorare l'AI, portando a importanti progressi nelle tecniche basate sui dati. Queste scoperte fornirono nuove speranze, dimostrando che l'AI poteva superare alcuni dei suoi precedenti limiti e suscitando un rinnovato interesse e nuovi investimenti nel settore.

L'ascesa di Internet, i miglioramenti nella potenza di elaborazione e l'esplosione dei dati disponibili hanno segnato una svolta per la tecnologia AI, che è passata dai sistemi GOFAI basati su regole a quelli guidati dai dati. Questa transizione ha permesso ai ricercatori di addestrare i modelli di AI su grandi quantità di informazioni disponibili e di migliorarli nel tempo con un input umano minimo. La capacità di elaborare grandi quantità di dati ha cambiato la tecnologia AI, consentendole di svolgere compiti come l'elaborazione del linguaggio umano, la previsione della parola successiva in una frase o la raccomandazione di prodotti online.

Le reti neurali (grandi gruppi collegati di computer che elaborano dati in modo congiunto), ispirate al cervello umano, hanno determinato un significativo salto di qualità nella capacità della tecnologia AI di elaborare informazioni molto più complesse come immagini, audio e video. Lo sviluppo del deep learning, che utilizza complessi livelli di queste reti neurali che lavorano insieme, ha spinto queste capacità ancora oltre. Questi progressi sono stati fondamentali, consentendo alla tecnologia AI di eccellere in settori quali l'identificazione di oggetti nelle immagini e l'elaborazione del linguaggio parlato, aprendo la strada alle sofisticate applicazioni AI che vediamo oggi.

L'AI in classe

La tecnologia AI ha fatto passi da gigante, passando dai sistemi di conversazione di base a strumenti avanzati di generazione di testi e immagini, che ora sono fondamentali per trasformare l'istruzione. Questi strumenti non servono solo a semplificare le attività o a sostituire lo sforzo umano, ma possono aiutare gli educatori a fornire contenuti personalizzati che si adattano allo stile di apprendimento di ogni singolo studente. Ad esempio, i generatori di testo possono creare attività di valutazione formativa personalizzate per gli studenti, offrire esperienze di apprendimento personalizzate che si adattano alle esigenze individuali o simulare conversazioni coinvolgenti con rappresentazioni accurate di personaggi storici o di fantasia. I possibili utilizzi di questi nuovi strumenti sono limitati solo dalla creatività e dall'ingegno dell'utente.

Tuttavia, l'uso di questi strumenti avanzati di AI nelle aule comporta anche delle sfide di cui dovresti essere consapevole. È importante verificare l'accuratezza delle informazioni fornite dai sistemi di AI e

considerare gli aspetti etici del loro utilizzo e sviluppo. Gli educatori devono utilizzare questi strumenti con saggezza, assicurandosi che supportino, ma non sostituiscano, gli elementi umani essenziali dell'istruzione, come la comprensione, il giudizio etico e il pensiero critico. In qualità di educatori, dobbiamo trovare un equilibrio che massimizzi i vantaggi di queste potenti tecnologie di AI riducendo al contempo eventuali rischi.

Questo significativo sviluppo degli strumenti di AI ci porta a una discussione più approfondita sul loro ruolo nell'istruzione odierna. Come possiamo integrare queste tecnologie in modo da sostenere i principi dell'istruzione e sfruttare al contempo il potere della tecnologia?

Il quadro SEAME

Il quadro SEAME comprende 4 livelli che diventano sempre più specifici e tecnici (meno astratti) ad ogni fase. È importante notare che i livelli non sono elencati in ordine di importanza o rilevanza: essi discendono dagli impatti esterni della tecnologia AI verso una comprensione più specifica della creazione, dello sviluppo e delle operazioni interne di tale tecnologia.

Livello	Esempi di concetti e competenze
Considerazioni sociali ed etiche (livello SE)	Conosce il concetto di distorsione nell'apprendimento automatico (ML), comprende che l'intelligenza artificiale (AI) non è magica e che le macchine non sono autodeterminate.
Applicazioni (livello A)	Conosce alcuni sistemi che includono componenti di intelligenza artificiale, è in grado di progettare un'applicazione che include il riconoscimento delle immagini tramite ML.
Modelli (livello M)	È in grado di esplorare un modello ML creato da qualcun altro, comprende il processo di selezione e pulizia dei dati necessari per addestrare un modello ML semplice.
Motori (livello E)	È in grado di spiegare come un albero decisionale possa essere utilizzato per classificare gli elementi, è in grado di spiegare in termini semplici come funziona un neurone in relazione all'apprendimento del ML.

Aspetti sociali ed etici

Il livello sociale ed etico (SE) riguarda l'impatto dei sistemi di AI sulla vita quotidiana e le implicazioni etiche per la società in generale. Gli studenti dovrebbero prendere in considerazione questioni quali la privacy o i pregiudizi, l'impatto delle tecnologie di AI sull'occupazione, la disinformazione e i potenziali vantaggi delle applicazioni di AI a questo livello. Le attività o le discussioni incentrate su questo livello non dovrebbero richiedere particolari conoscenze tecniche né da parte vostra né da parte dei vostri studenti.

Applicazione

Il livello di applicazione A riguarda l'uso di applicazioni e strumenti di AI. Le applicazioni chatbot come Gemini di Google o ChatGPT di OpenAI sono esempi di applicazioni di AI che utilizzano un modello linguistico di grandi dimensioni (LLM) per generare risposte. Le applicazioni sono costruite "sopra" i modelli ML utilizzando codice, per rendere il modello più accessibile e utilizzabile. L'insegnamento

a questo livello riguarda l'uso e l'impatto dell'applicazione e non richiede di comprendere come funzionano specifici sistemi di AI o come addestrare modelli ML.

Modello

A livello di modello (M), si trattano i modelli sottostanti utilizzati dalle applicazioni di AI e ML. Ciò include la comprensione dei diversi modi in cui i modelli ML possono essere addestrati, nonché i processi coinvolti nell'addestramento e nel test dei modelli ML. Per approfondire realmente i materiali a questo livello è utile avere maggiori conoscenze tecniche, ma la comprensione dei dati utilizzati (grazie alla propria esperienza in materia) è un ottimo punto di partenza.

Engine

Il livello "E" (Engine) riguarda gli algoritmi e i metodi (denominati "engine") utilizzati per creare modelli di apprendimento automatico. Ad esempio, questo livello comprenderebbe i complessi processi tecnici utilizzati per creare effettivamente i modelli stessi, al di là della raccolta dei dati e del loro addestramento.

Utilizzo del framework SEAME

Quando vi preparate a tenere una lezione sull'AI o a studiare una particolare applicazione dell'AI, potete utilizzare questo quadro di riferimento per aiutarvi a pianificare, pensando a quali livelli includere. Ci sono tantissime cose interessanti da imparare a ogni livello. Il quadro di riferimento vi consente di progettare un percorso di apprendimento progressivo per i vostri studenti. Ad esempio, non ha senso passare direttamente al livello del motore se non hanno alcuna idea di cosa faccia un'applicazione di AI. Potete prendere decisioni pedagogiche in base all'età dei vostri studenti, alla loro precedente esperienza con le tecnologie di AI e al vostro livello di familiarità con la particolare tecnologia che desiderate studiare.

Per gli studenti più giovani, esplorare le implicazioni sociali ed etiche di strumenti come ChatGPT non richiede una comprensione approfondita del funzionamento del modello: una panoramica di alto livello dello strumento consentirà loro di riflettere in modo critico su come potrebbe influire sul mondo che li circonda.

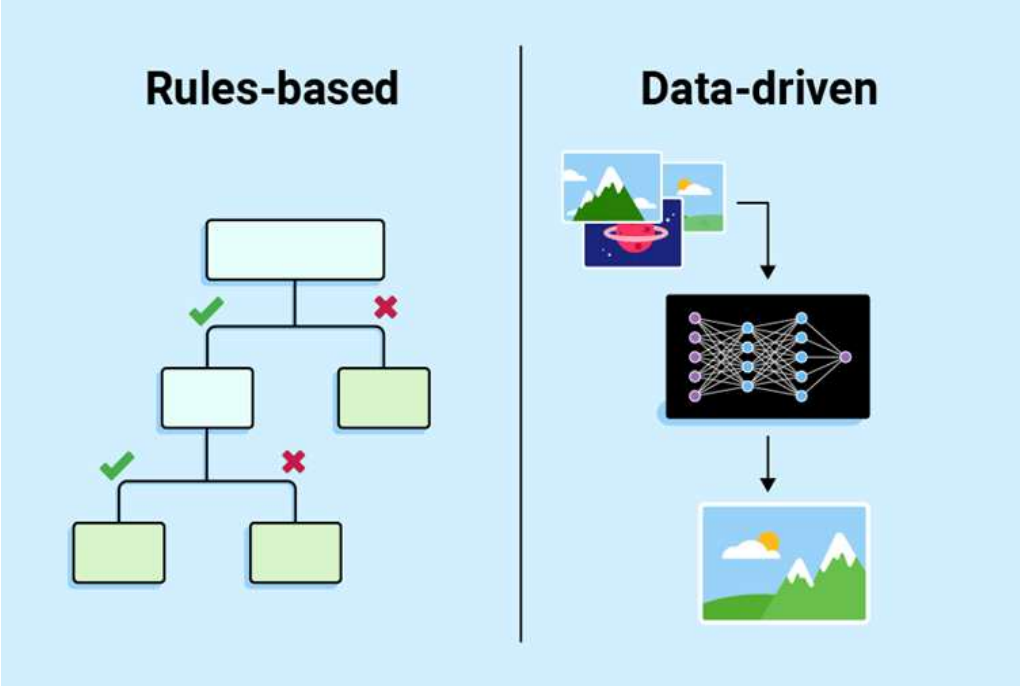
Potreste avere una particolare applicazione di AI che desiderate esplorare, come l'utilizzo di un generatore di immagini per realizzare un poster su un argomento storico. In questo caso, gli studenti non hanno bisogno di sapere come gli sviluppatori hanno creato il generatore di immagini. Devono solo esplorare i modi per stimolare e interrogare l'applicazione per creare qualcosa.

Sistemi basati su regole

La programmazione tradizionale prevede che un programmatore scriva con cura righe di codice, creando le regole esatte che un software utilizza durante l'esecuzione. Ad eccezione di bug occasionali, tutte le funzionalità e i risultati sono stati scelti e progettati con cura dal programmatore

(o dai programmatori) originale.

Questo approccio ci ha fornito una tecnologia straordinaria per molti anni, ma quando si affrontano problemi complessi questo tipo di programmazione presenta dei limiti. Sono possibili solo le funzionalità e i risultati che il programmatore è in grado di progettare e scrivere nel codice.



Come abbiamo visto all'inizio di questa settimana, anche alcune applicazioni di AI note come "buona vecchia AI" o GOFAI hanno funzionato su questo modello. Deep Blue, il sistema di AI che ha battuto i campioni mondiali di scacchi, è stato costruito su regole chiaramente programmate abbinate a un'enorme potenza di elaborazione.

L'apprendimento automatico ha creato un nuovo modello per l'ingegneria del software: un approccio basato sui dati. Questo approccio consente alle applicazioni di produrre risultati che nessun programmatore avrebbe potuto immaginare in anticipo e ha ampliato notevolmente la gamma di problemi che l'AI può aiutare a risolvere.

Apprendimento automatico

Per creare un'applicazione di apprendimento automatico, la prima cosa di cui avete bisogno sono i dati, e in grande quantità. La società è diventata estremamente abile nella raccolta di dati, quindi non c'è carenza di materiale su cui i programmatori possano lavorare. Una volta identificato un problema, il primo passo è rappresentarlo con i dati. A volte questi dati esistono già, altre volte vengono raccolti da molte fonti.

Il passo successivo è utilizzare l'apprendimento automatico per "addestrare" un modello sui dati: diversi tipi di apprendimento automatico utilizzano approcci diversi per l'addestramento.

L'apprendimento supervisionato prevede l'etichettatura dei dati di addestramento: indichiamo al modello esattamente quale risultato ci aspettiamo da ciascuna parte dei dati di addestramento. Ad

esempio, un'applicazione creata per riconoscere gli animali dalle immagini utilizzerebbe immagini di addestramento con l'animale corretto già etichettato. Questo tipo di apprendimento è chiamato supervisionato perché è necessario indicare al modello esattamente cosa ci si aspetta da esso. Il modello può quindi essere utilizzato su nuovi dati e prevederà un risultato corrispondente a una delle etichette utilizzate per addestrarlo.

L'apprendimento non supervisionato è un altro approccio che non prevede l'etichettatura dei dati: il modello viene invece addestrato elaborando i dati di addestramento e individuando le somiglianze tra elementi diversi. Il modello prevederà gruppi di dati sulla base di tali somiglianze. Si tratta di un ottimo modo per organizzare e comprendere grandi set di dati per trovare modelli o modi di trattare nuovi dati sulla base delle somiglianze con questi gruppi.

L'apprendimento per rinforzo è un metodo di addestramento di un modello basato su tentativi ed errori. Lo sviluppatore stabilisce i parametri in base ai quali il modello riceverà dei premi. Il modello riceve continuamente dati di addestramento come input e prevede gli output per massimizzare tali premi. È così che vengono addestrati molti modelli di AI generativa, che producono contenuti multimediali e vengono premiati per la loro alta qualità e per gli output convincenti.

Questo è ciò che significa essere guidati dai dati piuttosto che utilizzare regole prestabilite; i modelli di apprendimento automatico elaborano i dati e producono risultati basati su tale addestramento. Ciò significa che i modelli ML possono produrre risultati che vanno oltre ciò che un programmatore umano avrebbe potuto immaginare e possono tenere conto di piccoli ma importanti dettagli e sfumature nei dati che un programmatore umano potrebbe non individuare. Questo "addestramento" basato sui dati è l' "apprendimento" nel termine "apprendimento automatico": è importante non confondere questo tipo di apprendimento con quello umano.

È importante sottolineare che tutti i risultati dei modelli di apprendimento automatico sono previsioni. Questi sistemi utilizzano statistiche per produrre il risultato più probabile, ma esiste sempre un certo grado di incertezza sulla correttezza del risultato.

Problemi che l'apprendimento automatico non può superare

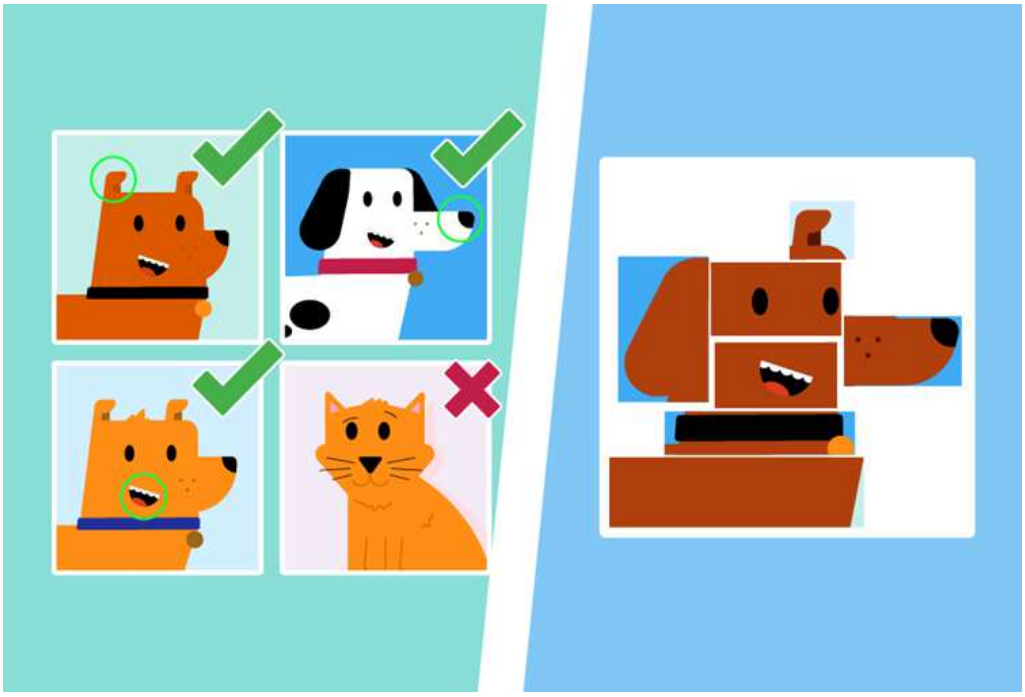
L'apprendimento automatico è ben lungi dall'essere un sistema perfetto. Esistono alcune sfide particolarmente complesse per gli sviluppatori di apprendimento automatico.

Un modello di apprendimento automatico non può produrre risultati che vanno oltre i dati di addestramento, quindi tutti i modelli hanno un ambito di utilità limitato. Se un modello è stato addestrato per riconoscere le malattie cardiache, non può riconoscere altre patologie. La ricerca di modelli più generali è in corso, ma la quantità di addestramento e la potenza di elaborazione sono limitanti.

In termini generali, il pregiudizio si riferisce a un atteggiamento favorevole o sfavorevole nei confronti di una cosa, una persona o un gruppo rispetto a un altro, solitamente in modo considerato ingiusto.

La distorsione dei dati causerà una distorsione nei risultati di un modello di apprendimento

automatico. Se i dati di addestramento utilizzati per creare un modello rappresentano in modo eccessivo un gruppo di persone o contengono lacune, anche i risultati del modello presenteranno la stessa distorsione complessiva. Nella creazione e nell'addestramento dei modelli, è necessario



prestare molta attenzione per identificare e correggere le distorsioni.

AI predittiva vs AI generativa

AI predittiva: alla ricerca di modelli

I modelli predittivi di AI funzionano analizzando i dati esistenti per identificare modelli ricorrenti e utilizzandoli per fare previsioni su nuovi dati. Si pensi ai suggerimenti di YouTube, che si basano sulle abitudini di visualizzazione passate, o alle auto a guida autonoma che rilevano gli ostacoli e selezionano le azioni (frenata, sterzata) sulla base dei dati di addestramento precedenti.

Altri esempi di AI predittiva nella vita quotidiana includono le app di navigazione che analizzano numerosi percorsi per prevedere quello più veloce in base alle condizioni del traffico attuale, o servizi di shopping come Amazon ed eBay che consigliano prodotti imparando le preferenze degli acquirenti nel tempo. Ogni esempio mostra come l'AI predittiva fornisca suggerimenti per aiutare le persone a prendere decisioni.

AI generativa: la macchina che crea

L'AI generativa amplia le capacità dell'intelligenza artificiale elaborando i dati di addestramento per generare contenuti nuovi e originali. A differenza dell'AI predittiva che formula previsioni sulla base di dati noti, l'AI generativa è in grado di creare nuovi artefatti digitali quali testi, immagini o musica che imitano lo stile e le caratteristiche dei dati di addestramento, ma sono creazioni completamente

nuove. Questa capacità la rende uno strumento davvero interessante per l'istruzione, dove può essere utilizzata per simulare scenari complessi di risoluzione di problemi o fornire agli studenti esperienze di apprendimento uniche e interattive.

Ad esempio, in classe, l'AI generativa può creare dialoghi realistici per l'apprendimento delle lingue o produrre supporti visivi dettagliati che aiutano gli studenti a visualizzare eventi storici o concetti scientifici. Inoltre, la capacità dell'AI generativa di produrre risultati vari e complessi a partire da una serie di parametri consente agli educatori di fornire materiali didattici personalizzati e suggerimenti che si adattano alle esigenze di ogni studente, favorendo un'esperienza educativa più inclusiva ed efficace.

Perché è importante?

Comprendere la differenza tra AI predittiva e generativa è fondamentale per voi come educatori, perché influisce direttamente sul modo in cui puoi sfruttare queste tecnologie per migliorare il vostro insegnamento e arricchire le esperienze di apprendimento dei vostri studenti. Essere in grado di discutere questi argomenti e utilizzare le tecnologie con sicurezza e autorevolezza con i vostri studenti aumenta la vostra credibilità e arricchisce le discussioni in classe. Cogliere il potenziale creativo dell'AI generativa vi consente di portare contenuti innovativi in classe, stimolando la creatività e il pensiero critico tra i vostri studenti. Riconoscere queste capacità vi consente di prendere decisioni informate sull'integrazione degli strumenti di AI nelle vostre lezioni, assicurando che queste tecnologie completino i vostri metodi di insegnamento anziché complicarli. Questa consapevolezza vi consente di mantenere un approccio equilibrato all'uso dell'AI in classe, in cui la tecnologia funge da sistema di supporto che migliora l'interazione e il coinvolgimento, anziché sostituire gli elementi umani fondamentali dell'istruzione. Integrando efficacemente l'AI, potete trasformare la vostre classe in un ambiente di apprendimento dinamico che prepara gli studenti a un futuro digitale, garantendo al contempo un uso responsabile ed etico della tecnologia.

Sviluppo delle competenze per un mondo guidato dall'AI

L'intelligenza artificiale sta diventando fondamentale in molti ambiti lavorativi, rendendo cruciale lo sviluppo di competenze chiave essenziali per il successo in un'economia guidata dall'AI. Queste competenze aiutano le persone non solo a utilizzare efficacemente la tecnologia AI, ma anche a riflettere attentamente su come viene applicata e sulle implicazioni che potrebbe avere.

- Pensiero critico: molto importante per valutare attentamente ciò che produce l'AI e prendere decisioni intelligenti sulla base di queste informazioni.
- Risoluzione dei problemi: imparare a scomporre i problemi e risolverli passo dopo passo è fondamentale per utilizzare i sistemi di AI per soddisfare varie esigenze.
- Creatività: consente lo sviluppo di nuovi utilizzi degli strumenti di AI in diversi ambiti e sfide.
- Comunicazione efficace: lavorare con strumenti di AI generativa richiede chiarezza e concisione nella comunicazione per ottenere i risultati desiderati.

Anche le competenze tecniche stanno diventando essenziali in molti campi. Abilità come la programmazione e l'analisi dei dati non sono più appannaggio esclusivo degli esperti IT. Conoscere le basi della programmazione e sapere come analizzare i dati può consentirvi di lavorare in modo efficace con gli strumenti di AI e migliorarne l'utilizzo.

- Programmazione: fornisce gli strumenti per creare e modificare modelli di AI o per comprendere il funzionamento di questi sistemi.
- Analisi dei dati: importante per comprendere le grandi quantità di dati con cui lavora l'AI e garantire che le applicazioni di AI siano accurate e affidabili.

Considerazioni etiche nell'AI

Man mano che l'AI diventa una parte sempre più comune della nostra vita e del nostro lavoro, porta con sé importanti considerazioni etiche che dobbiamo affrontare. Queste includono questioni quali la privacy dei dati, l'equità nelle decisioni dell'AI (nota come distorsione algoritmica) e la creazione e l'uso etico delle soluzioni di AI.

- Divario digitale: immaginate una situazione in cui alcune persone dispongono degli smartphone più recenti e di una connessione Internet veloce, mentre altre non hanno nemmeno un computer di base. Nel mondo dell'AI, ciò significa che le persone con una tecnologia migliore possono utilizzare l'AI per trovare lavoro, apprendere nuove competenze o ottenere consigli sulla salute, mentre quelle che ne sono prive rimangono indietro.
- Pregiudizi: a volte, i sistemi di AI possono acquisire preferenze ingiuste, come favorire un gruppo di persone rispetto a un altro, solo a causa dei dati su cui sono stati addestrati. È come se un sistema fosse addestrato su libri vecchi che contengono idee obsolete su chi può svolgere determinati lavori: in tal caso, potrebbe suggerire erroneamente lavori basati su queste idee obsolete.
- Privacy: con i sistemi di AI si parla molto di privacy perché questi sistemi hanno bisogno di molti dati per essere addestrati a fare previsioni. Ciò può significare raccogliere dettagli su ciò che fate online, dove andate e persino con chi parlate. Le persone si preoccupano di chi può vedere queste informazioni e di cosa può farne.
- Perdita di posti di lavoro: man mano che la tecnologia migliora nell'esecuzione di determinati compiti, esiste la possibilità che possa sostituire i lavoratori umani. Ad esempio, alcune fabbriche ora utilizzano robot per svolgere compiti che prima venivano svolti dalle persone. Sebbene l'AI possa contribuire alla creazione di nuovi tipi di posti di lavoro, il timore è che questi posti di lavoro potrebbero non arrivare abbastanza rapidamente o potrebbero richiedere competenze che non tutti possiedono.
- Processo decisionale basato sull'AI: il processo decisionale basato sull'AI consiste nell'utilizzare l'AI per prendere decisioni, ad esempio chi debba ottenere un prestito o quale trattamento debba ricevere un paziente. Ciò può rendere le cose più efficienti e aiutare a gestire rapidamente grandi quantità di dati, ma significa anche che a volte le decisioni vengono prese senza una spiegazione chiara, il che può creare confusione o essere ingiusto se l'AI non viene controllata attentamente.

Linee guida per un uso etico delle applicazioni di AI

Le applicazioni etiche dell'AI dovrebbero basarsi su quattro pilastri principali: equità, responsabilità, trasparenza e privacy:

- **Equità:** i sistemi di AI dovrebbero essere progettati in modo da evitare pregiudizi ingiusti che potrebbero danneggiare gli utenti. Gli sviluppatori devono impegnarsi a creare modelli che trattino tutti i gruppi di utenti in modo equo. Gli utenti dovrebbero assicurarsi di non utilizzare un'applicazione di AI in modi non previsti: il processo di test utilizzato dagli sviluppatori è fondamentale per identificare risultati ingiusti.
- **Responsabilità:** tutte le parti interessate, dagli utenti agli sviluppatori, devono assumersi la responsabilità dell'uso di un sistema di AI, lavorando per massimizzare i benefici e mitigare i rischi.
- **Trasparenza:** gli sviluppatori dovrebbero impegnarsi per garantire che i sistemi di AI siano spiegati e documentati in modo chiaro. Un utente dovrebbe essere in grado di scoprire da dove provengono i dati di addestramento, gli usi previsti per un sistema e quanto sia accurato tale sistema. In qualità di utenti, dovremmo essere trasparenti nell'uso degli strumenti di AI, in modo che chiunque ne sia influenzato possa segnalare risultati ingiusti agli sviluppatori.
- **Privacy:** la protezione dei dati degli utenti è fondamentale. I sistemi di AI devono essere progettati per salvaguardare le informazioni personali e utilizzarle solo nei modi esplicitamente concordati dagli utenti.

Privacy dei dati

Non è sempre chiaro in che modo i dati di addestramento influenzeranno il risultato di un modello, né se questo verrà replicato esattamente nel risultato finale. Gli sviluppatori hanno l'obbligo legale ed etico di proteggere i dati degli utenti, sia durante l'addestramento che in seguito.

Anche gli utenti devono assicurarsi di adottare misure volte a ridurre eventuali rischi per la privacy dei dati. Quando forniamo dati ai modelli di AI, dobbiamo essere consapevoli che alcuni sviluppatori potrebbero utilizzarli per addestrare e migliorare i propri sistemi. È fondamentale non fornire informazioni personali ai modelli di AI generativa. Gli utenti devono responsabilizzare gli sviluppatori di AI affinché rendano i loro termini e condizioni facilmente comprensibili; ciò include fornire modalità chiare per rinunciare alla raccolta dei dati al fine di proteggere la privacy.

Utilizzo etico dell'AI

I giovani che state educando stanno crescendo in un mondo che sarà plasmato dagli strumenti di AI; ciò comporta la responsabilità di utilizzare questi strumenti in modo etico.

La produzione di contenuti multimediali di alta qualità è diventata più facile, quindi le questioni relative al consenso sono fondamentali quando si utilizzano immagini o video di altre persone. Ai giovani dovrebbe essere insegnato a chiedere esplicitamente il consenso prima di utilizzare

generatori di immagini o video per realizzare filmati, anche se si tratta di amici.

Devono anche assicurarsi che sia necessario il loro consenso per accedere alle loro immagini. È fin troppo facile che l'immagine di un giovane venga presa da foto e video sue disponibili pubblicamente. I giovani devono rivedere le loro impostazioni di sicurezza per garantire che solo le persone che conoscono possano accedere alle loro immagini e ai loro video.

Le applicazioni di AI sono strumenti: è il modo in cui le si utilizza che determina l'impatto sulle persone che ci circondano. Rendere responsabili gli sviluppatori di AI non significa che tutta la responsabilità ricada su di noi. Le applicazioni di AI non possono causare danni senza che qualcuno le utilizzi. Proprio come ribadiamo le istruzioni di sicurezza prima di utilizzare sostanze chimiche nei laboratori scientifici, le questioni etiche dovrebbero sempre accompagnare le lezioni sugli strumenti di AI.

Affrontare le paure e le sfide legate all'istruzione

Superare la paura degli imbrogli potenziati dall'AI

Sfida: esiste una preoccupazione comune che gli studenti possano utilizzare gli strumenti di AI per aggirare i percorsi di apprendimento tradizionali, ricorrendo alla tecnologia per completare i compiti in modo non etico.

Opportunità: questa sfida rappresenta un'occasione unica per reinventare il modo in cui valutiamo la comprensione e la creatività degli studenti. Invece dei tradizionali test e saggi, prendete in considerazione l'assegnazione di progetti che richiedono un tocco personale, come saggi video, podcast e presentazioni dal vivo. Questi formati non solo rendono difficile imbrogliare, ma incoraggiano anche gli studenti a utilizzare l'AI come strumento per ricercare e migliorare le proprie idee originali, piuttosto che sostituirle.

Esempio: pensate a una lezione di storia in cui agli studenti viene assegnato il compito di creare un documentario su un evento storico utilizzando strumenti di AI per raccogliere informazioni e creare sceneggiature iniziali, ma poi devono personalizzare la loro narrazione, criticare le loro fonti e presentare il loro punto di vista unico. Questo metodo valuta il pensiero critico, la creatività e la capacità di interagire con la tecnologia in modo etico ed efficace.

Affrontare le preoccupazioni relative alla sostituzione degli educatori da parte dell'AI

Sfida: i media stanno sollevando preoccupazioni sul fatto che l'AI possa rendere superfluo il ruolo degli educatori, temendo un futuro in cui la tecnologia superi il tocco umano, essenziale nell'insegnamento.

Opportunità: piuttosto che considerare l'AI come un concorrente, essa dovrebbe essere vista

come un complemento al processo di insegnamento. Le applicazioni di AI possono aiutare in compiti che richiedono molto tempo, come la creazione di quiz e la generazione di materiali didattici diversificati, consentendo agli educatori una maggiore libertà di concentrarsi su ciò che conta davvero: interagire con gli studenti, fornire feedback personalizzati e sviluppare strategie didattiche innovative.

Esempio: gli insegnanti della King Ecgbert School dimostrano come gli strumenti di AI possano personalizzare i materiali didattici, ad esempio creando immagini precise per le lezioni di lingua. Più in generale, un rapporto del Ministero dell'Istruzione britannico rivela che molti educatori utilizzano l'AI per ridurre i compiti amministrativi come la valutazione, liberando più tempo per l'insegnamento interattivo.

Incoraggiare un uso responsabile dell'AI tra gli studenti

Sfida: c'è il rischio che gli studenti diventino eccessivamente dipendenti dall'AI, utilizzandola come un sostegno piuttosto che come uno strumento, il che potrebbe potenzialmente compromettere il loro processo di apprendimento.

Opportunità: questo è un momento eccellente per insegnare l'alfabetizzazione digitale e l'etica. Gli educatori possono progettare attività in cui gli strumenti di AI sono utilizzati come punto di partenza per compiti che richiedono comunque un contributo significativo da parte degli studenti e un pensiero critico per essere completati. Ciò incoraggia gli studenti a interagire con l'AI in modo critico, riconoscendone i limiti e imparando ad apprezzare le proprie intuizioni e i propri contributi.

Esempio: potreste organizzare una lezione in cui gli studenti utilizzano l'AI per generare una bozza di un progetto di ricerca, ma poi devono valutare il lavoro dell'applicazione AI, identificare eventuali pregiudizi o errori e perfezionare il prodotto finale con la loro analisi. Questo non solo insegna loro le capacità e i limiti della tecnologia, ma migliora anche le loro capacità analitiche.

Trasformare le sfide in opportunità

Mentre affrontiamo queste sfide, l'attenzione non dovrebbe concentrarsi su ciò che l'AI può sostituire, ma su come può arricchire e ampliare l'esperienza educativa. Spostando la nostra prospettiva dalla paura all'opportunità, possiamo garantire che l'AI funga da ponte verso ambienti di apprendimento più innovativi, coinvolgenti e personalizzati.

Fonti: HP AI Teacher Academy, Teach Teens Computing: corso "Comprendere l'AI per gli educatori" della Raspberry Pi Foundation (open source)

ALLEGATO 4

Glossario

1. AI – intelligenza artificiale: il campo della tecnologia incentrato sulla creazione di sistemi informatici in grado di svolgere compiti che normalmente richiedono l'intelligenza umana, come la comprensione del linguaggio, il riconoscimento di modelli, la risoluzione di problemi o il processo decisionale.

2. Immagine generata dall'AI: un'immagine creata o modificata dall'intelligenza artificiale, in genere utilizzando modelli di apprendimento automatico che producono immagini da descrizioni testuali o altri dati di input.

3. Pregiudizio: preferenza o pregiudizio ingiusto o sbilanciato che influenza il giudizio, le decisioni o i risultati, spesso senza che se ne sia consapevoli.

4. Clickbait: contenuto online, solitamente titoli o miniature, progettato per attirare l'attenzione e invogliare gli utenti a cliccare, spesso utilizzando affermazioni sensazionali, fuorvianti o esagerate.

5. Clickjacking: indurre gli utenti a cliccare su contenuti dannosi.

6. Cybersecurity: protezione di computer, reti e dati dalle minacce digitali.

7. Privacy dei dati: protezione delle informazioni personali e degli studenti.

8. Protezione dei dati: Conservazione delle informazioni in conformità con le leggi sulla privacy.

9. Deepfake – Media sintetici: solitamente video, immagini o audio – creati o modificati utilizzando l'intelligenza artificiale per imitare in modo convincente l'aspetto o la voce di una persona reale.

10. Impronta digitale: La scia di informazioni che lasci online.

11. Doxing: L'atto di rivelare pubblicamente online informazioni private o identificative di qualcuno senza il suo consenso, spesso con intenti dannosi.

12. Educatore: chiunque sostenga l'apprendimento e lo sviluppo, non solo gli insegnanti, ma anche i genitori, gli allenatori, i capi scout, i mentori e altri adulti che guidano, insegnano o influenzano i giovani.

13. Crittografia: trasformazione dei dati in un codice per impedire l'accesso non autorizzato.

14. Notizie false: informazioni false o fuorvianti presentate come notizie legittime, spesso create per influenzare le opinioni, ingannare il pubblico o generare clic.

15. Firewall: Un sistema che blocca gli accessi non autorizzati.

16. Gaslighting: una forma di manipolazione psicologica in cui qualcuno induce un'altra persona a dubitare della propria memoria, percezione o sanità mentale al fine di ottenere il controllo o evitare di assumersi responsabilità.

17. GDPR: Regolamento generale sulla protezione dei dati – una legge dell'Unione Europea che

stabilisce le regole su come le organizzazioni raccolgono, utilizzano, archiviano e proteggono i dati personali delle persone, conferendo agli individui diritti forti sulle proprie informazioni.

18. AI generativa: Un tipo di intelligenza artificiale in grado di creare nuovi contenuti, come testi, immagini, audio o codici, sulla base di modelli appresi dai dati.

19. Adescamento: il processo attraverso il quale una persona instaura un rapporto di fiducia con un minore o una persona vulnerabile, spesso online, con l'intento di sfruttarla o danneggiarla, in genere per scopi sessuali o altri tipi di abuso.

20. Incident Response: Misure adottate per gestire e riprendersi da un attacco informatico.

21. LLM (Large Language Model): un tipo di sistema di intelligenza artificiale addestrato su enormi quantità di dati testuali per comprendere e generare un linguaggio simile a quello umano, consentendogli di rispondere a domande, scrivere contenuti e partecipare a conversazioni.

22. Malware: software dannoso come virus o ransomware.

23. Manipolazione: L'atto di influenzare o controllare i pensieri, le emozioni o le azioni di qualcuno in modo ingannevole o sleale, spesso a scopo di lucro personale.

24. Manipolazione: l'atto di influenzare o controllare qualcuno o qualcosa in modo ingannevole, sleale o nascosto, solitamente per servire i propri interessi a scapito degli altri.

25. Misinformazione: informazioni false condivise senza intenzioni malevole. Ad esempio, un parente potrebbe condividere un "consiglio" sulla salute sui social media, ritenendolo utile, anche se non è basato su prove concrete.

26. Disinformazione: informazioni false o fuorvianti diffuse deliberatamente per causare danni o ottenere vantaggi politici, finanziari o sociali. Ciò include teorie cospirative, video manipolati o campagne di propaganda.

27. Genitore: qualsiasi figura di riferimento primaria responsabile del benessere e dello sviluppo di un bambino, inclusi genitori biologici, adottivi e affidatari, nonché tutori, patrigni, matrigne e altri adulti che assumono un ruolo genitoriale nella vita di un bambino.

28. Igiene delle password: buone pratiche per la creazione e la gestione di password complesse.

29. Patch/Aggiornamento software: Aggiornamento del software per risolvere problemi di sicurezza.

30. Phishing: Indurre le persone a rivelare informazioni private tramite comunicazioni false.

31. Post-verità: Situazione in cui il richiamo emotivo e le convinzioni personali hanno più influenza sull'opinione pubblica rispetto ai fatti oggettivi, rendendo la verità meno centrale nella formazione delle opinioni e delle decisioni.

32. AI predittiva: Intelligenza artificiale progettata per analizzare i dati e prevedere risultati o comportamenti futuri, come tendenze, rischi o azioni degli utenti.

33. Ransomware: malware che blocca i file e richiede un pagamento.

34. Navigazione sicura: Evitare siti web e download pericolosi.

35. Dirigente scolastico: Chiunque ricopra un ruolo di leadership in una scuola, come presidi, direttori, vicepresidi, capi dipartimento o coordinatori, responsabile di guidare la visione, le politiche e l'ambiente generale della scuola.

36. Ingegneria sociale: Manipolare le persone per ottenere informazioni riservate.

37. Spam: Messaggi digitali indesiderati, spesso contenenti truffe o malware.

38. Spyware: software che raccoglie segretamente le informazioni dell'utente.

39. Autenticazione a due fattori (2FA): Richiede due tipi di verifica per effettuare l'accesso.

40. VPN (Virtual Private Network): Una connessione Internet sicura che protegge i tuoi dati.

41. Approccio scolastico globale: Una strategia in cui tutti i membri della scuola – studenti, insegnanti, personale, dirigenti, famiglie e la comunità in generale – collaborano per promuovere un obiettivo comune, come il benessere, la sicurezza o il miglioramento dell'apprendimento. Integra politiche, pratiche e cultura in tutta la scuola.

42. Attacco zero-day: Un attacco informatico che sfrutta una vulnerabilità appena scoperta.

The DRONE Consortium

	HOU	HELLENIC OPEN UNIVERSITY	https://www.eap.gr/en/shu/
	CMT	C.M.T. PROOPTIKI CONSULTING MANAGEMENT TRAINING EPE	https://cmtprooptiki.gr
	ELTE	EOTVOS LORAND TUDOMANYEGYETEM	https://www.elte.hu/en/
	ESHA	EUROPEAN SCHOOL HEADS ASSOCIATION	http://www.esha.org/
	CPI	PAIDAGOGIKO INSTITOUTO KYPROU	https://www.pi.ac.cy/pi/
	IPA	STICHTING INTERNATIONAL PARENTS ALLIANCE	https://parentsinternational.org/
	UNIC	EDEX - EDUCATIONAL EXCELLENCE CORPORATION LIMITED	https://www.unic.ac.cy/
	POLITO	POLITECNICO DI TORINO	https://www.polito.it/

Associated Partner

	LUVNU	LESYA UKRAINKA VOLYN NATIONAL UNIVERSITY	https://vnu.edu.ua/en

Disclaimer

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

