

# MEDIA DIGITALI: ACCOMPAGNARE INVECE DI VIETARE



Smartphone e tablet fanno ormai parte della realtà quotidiana di bambini e giovani. Oltre a offrire molte opportunità, però, i media digitali nascondono anche rischi. È quindi importante che gli adolescenti imparino a utilizzare in modo critico e responsabile questi mezzi per potersi muovere in modo sicuro nel mondo digitale. In questo processo i genitori rivestono un'importante funzione di accompagnamento. Cosa bisogna tenere presente in particolare?

## ACCOMPAGNARE – DIALOGARE – DARE IL BUON ESEMPIO



### È meglio accompagnarne che vietare.

Nel mondo digitale, i bambini e i giovani hanno bisogno di essere accompagnati dai genitori. Parlate con i vostri figli delle loro esperienze con i media digitali.

### Un dialogo aperto è più efficace di un filtro.

Parlate con i vostri figli di sessualità e di violenza, adeguando il discorso alla loro età. Pur essendo utile, un filtro famiglia non può mai garantire una protezione totale.

### I giovani hanno bisogno di modelli dotati di competenze mediali.

Nell'utilizzo dei media le persone che fungono da modello per i bambini e i giovani. Verificare quindi le vostre abitudini mediali.

### Equilibrio tra attività nel tempo libero con e senza i media.

Coltivate attività ricreative senza i media digitali.

## CONCORDARE REGOLE – CONTROLLARNE IL RISPETTO



### Concordate dei limiti per il tempo davanti agli schermi.

Decidete assieme ai vostri figli quanto tempo al giorno o alla settimana possono trascorrere davanti allo schermo. Ponete dei limiti ben chiari e badate che gli accordi siano rispettati.

### La TV, il PC e le console non vanno messi nella camera dei bambini.

È più appropriato collocare gli apparecchi in una stanza comune e tenere sott'occhio gli smartphone e i tablet.

### Controllate attentamente con chi chattano i vostri figli.

Se incontrano delle persone conosciute in Internet, i bambini e i giovani dovrebbero sempre essere accompagnati da una persona adulta e darsi appuntamento in un luogo pubblico.

### Prudenza con i dati personali in rete.

Spiegate ai vostri figli non comunicare dati personali come cognome, indirizzo, età e numero di telefono prima di averne parlato con voi.

## EVITARE I CONTENUTI VIETATI, RISPETTARE LE LEGGI E I LIMITI DI ETÀ



### Controllate le indicazioni sui limiti di età.

Dei film (giovanimedia.ch), dei videogiochi e dei giochi online (pegi.ch).

### Informate i giovani sul divieto di contenuti violenti e pornografici.

Le rappresentazioni di atti di cruda violenza e la pedopornografia sono vietati. Per questo motivo occorre pruden-

za anche quando un minore realizza e condivide immagini erotiche di sé. È inoltre perseguibile chi rende accessibili contenuti pornografici a minori di 16 anni.



Guida «Competenze mediali – Consigli per un utilizzo sicuro dei media digitali» disponibile gratuitamente: [www.giovanimedia.ch](http://www.giovanimedia.ch)