

Manifesto: Decalogo per l'Educazione Digitale in Famiglia e a Scuola (deliberato in Consiglio di Istituto il 25 novembre 2025)

Di seguito presentiamo il **Manifesto in 10 punti** del Patto Educativo Digitale – un decalogo di principi e impegni rivolti a genitori, studenti, educatori e comunità. Questo manifesto riassume le azioni chiave da mettere in pratica per assicurare ai nostri figli **una crescita digitale sana, sicura e consapevole**. L'auspicio è che famiglie, scuole e istituzioni possano sottoscrivere e diffondere questi principi, lavorando insieme come “*comunità educante*” per il bene delle nuove generazioni.

1. **Adulti come modelli positivi:** Noi genitori e insegnanti ci impegniamo per primi a usare la tecnologia in modo **moderato, responsabile e appropriato**, sapendo che i bambini imparano osservandoci. Eviteremo l'iperconnessione e daremo valore al tempo **offline** di qualità (dialogo, gioco, lettura), offrendo ai giovani l'esempio di un uso bilanciato degli strumenti digitali.
2. **Regole chiare e condivise:** Stabiliremo **regole precise** sull'uso di smartphone, tablet, TV e videogiochi, coinvolgendo i figli nella definizione di orari, limiti e spazi della casa “liberi da schermi”. Tutti gli adulti di riferimento (in famiglia e a scuola) faranno fronte comune nel far rispettare queste regole, in modo coerente e senza contraddizioni.
3. **Nessuno smartphone personale prima della giusta età:** Rimandare il più possibile il **primo telefono personale** dei ragazzi. In concreto, è fortemente consigliato **evitare di dare uno smartphone con Internet ai bambini delle elementari e medie**; l'ideale sarebbe aspettare almeno i **13-14 anni** (indicativamente la fine della terza media) prima di consentire un dispositivo personale ai minorenni. Nel frattempo, se serve comunicare, utilizzeremo strumenti alternativi (telefoni semplificati, ecc.) che garantiscano sicurezza senza esposizione precoce alla Rete.
4. **Uso graduale e supervisionato della tecnologia:** Accompagneremo i nostri figli nell'uso del digitale con **gradualità**. All'inizio, l'accesso sarà limitato a brevi periodi quotidiani (es. pochi minuti al giorno o mezz'ora al massimo) e sempre sotto supervisione adulta. Con il crescere dell'età e

del senso di responsabilità, aumenteremo gradualmente l'autonomia digitale, pur mantenendo un **monitoraggio regolare** e momenti di confronto su ciò che fanno online.

5. **Ambienti digitali sicuri e adatti all'età:** Ci impegniamo a **rispettare le indicazioni d'età** su social, app, giochi e contenuti online. Eviteremo di anticipare l'ingresso dei minori nei **social network**: niente profili social prima dell'età consentita (13 anni minimo, e comunque con estrema cautela fino ai 16). Per i più piccoli (under 12) privilegeremo piattaforme chiuse e sicure, specifiche per bambini, e in generale **bloccheremo l'accesso a siti o servizi non adeguati** alla loro fascia d'età.
6. **Parental control e trasparenza:** Utilizzeremo **filtri, controlli parentali e password condivise** come strumenti di tutela, soprattutto per i bambini più giovani. Fino a 14 anni circa, i genitori avranno accesso agli account digitali dei figli (email, social, chat) e controlleranno periodicamente le attività online insieme a loro, spiegando l'importanza della sicurezza e della privacy. Progressivamente, man mano che i ragazzi maturano, allenteremo questi controlli per favorire la loro fiducia e autonomia, ma senza abdicare al nostro ruolo di guida.
7. **Tempo di qualità, non quantità:** Promuoveremo un uso **equilibrato** dello smartphone e dei media digitali, impostando limiti di tempo giornalieri adeguati all'età e assicurandoci che non sostituiscano le altre attività fondamentali. In particolare, eviteremo l'uso di schermi durante i **momenti relazionali importanti** (pasti in famiglia, prima di dormire, ecc.). Incoraggeremo i giovani a dedicarsi anche a **attività offline** – sport, lettura, hobby creativi, uscite all'aria aperta – così da ridurre l'attrattiva dello schermo e favorire uno sviluppo armonioso.
8. **Niente dispositivi come babysitter o consolazione:** Ci impegniamo a **non usare lo smartphone o il tablet come ciuccio digitale** per calmare i bambini o tenerli occupati. Invece di piazzare un video davanti a un bimbo agitato, offriremo ascolto, dialogo e alternative concrete (giocare insieme, uscire un momento, ecc.). I dispositivi non dovranno **sostituire la presenza emotiva dell'adulto**: ogni qual volta possibile, privilegeremo l'interazione umana diretta per confortare, educare o

intrattenere i nostri figli.

9. **Attenzione ai segnali di dipendenza o disagio:** Rimarremo vigili nell'osservare il rapporto dei ragazzi con la tecnologia, pronti a **cogliere segnali d'allarme** come isolamento eccessivo, ossessione per il telefono, sbalzi d'umore legati al tempo online, calo del rendimento scolastico, alterazioni del sonno, ecc.. In caso di comportamenti problematici, interverremo tempestivamente adottando strategie correttive (ad esempio riducendo l'esposizione, stabilendo nuove regole più rigide) e ricorrendo se necessario all'aiuto di professionisti (educatori, psicologi) per supportare il ragazzo nel ritrovare un equilibrio.
10. **Alleanza educativa tra famiglia, scuola e comunità:** Sosterremo e diffonderemo una **collaborazione stretta** tra tutti i soggetti coinvolti nell'educazione dei giovani – genitori, insegnanti, pediatri, istituzioni locali. Insieme, vogliamo costruire un “fronte comune” per guidare i ragazzi nel digitale. La **scuola**, in particolare, farà la sua parte integrando l'**educazione civica digitale** nei programmi (inclusi temi come sicurezza online, utilizzo consapevole dei social, rispetto della privacy e conoscenza delle nuove tecnologie come l'AI). Famiglia e scuola aggiorneranno il *Patto di Corresponsabilità* includendo questi principi digitali, e si impegneranno a confrontarsi regolarmente sull'andamento dell'educazione digitale dei ragazzi. Solo **unendo le forze** e comunicando in modo coerente potremo davvero garantire ai nostri figli una crescita sana nell'era digitale.

Fonti: Le indicazioni qui raccolte sono basate su raccomandazioni di **società pediatriche**, linee guida di progetti come il *Patto Educativo Digitale* di Milano, decalogi elaborati da comunità educative, nonché contributi di esperti in ambito pedagogico e psicologico. Tutti i dati e i consigli sono stati verificati con ricerche aggiornate al 2025, come citato nel testo. Questo manifesto vuole essere uno strumento pratico e accessibile (utilizzabile anche sul sito web scolastico) per aiutare **le famiglie italiane** a navigare con successo la sfida dell'educazione digitale, creando insieme un ambiente sicuro e positivo in cui i nostri bambini e ragazzi possano crescere e **fiorire nell'era digitale**.

Patto Educativo Digitale – Manifesto per un Uso Consapevole della Tecnologia

Il Patto Educativo Digitale dell'IC Lozzo Atestino vuole aiutare famiglie e scuola a guidare i ragazzi verso un uso sano della tecnologia.

Introduzione

L'uso di smartphone e dispositivi digitali è ormai parte integrante della vita dei bambini e degli adolescenti. In Italia, circa **un bambino su tre tra i 6 e i 10 anni** usa lo smartphone **tutti i giorni**, percentuale quasi raddoppiata rispetto a pochi anni fa. Tra i preadolescenti (11-13 anni) oltre il **62% ha già un account social**, nonostante la legge italiana vieti l'uso autonomo delle piattaforme digitali sotto i 14 anni (e i social media fissino a 13 l'età minima). Questi dati indicano una **tendenza preoccupante**: bambini sempre più piccoli connessi quotidianamente, spesso **senza sufficienti strumenti per navigare in sicurezza**. Tale scenario solleva allarme tra pediatri, educatori e famiglie, preoccupati per i **rischi legati a un uso precoce e incontrollato** dello smartphone: dipendenza, isolamento sociale, disturbi del sonno, esposizione a contenuti inappropriati, cyberbullismo, ecc. Di fronte a queste sfide, è fondamentale fornire a genitori e insegnanti indicazioni chiare per promuovere un uso **equilibrato e consapevole** della tecnologia fin dall'infanzia.

In risposta a quella che viene definita una vera **“emergenza” di iperconnessione** giovanile, diverse iniziative in Italia stanno convergendo verso la creazione di **linee guida condivise**. Questo *Patto Educativo Digitale* nasce proprio per aiutare le famiglie a orientarsi: offre suggerimenti pratici sull'utilizzo di smartphone, social network e strumenti di **parental control**, promuovendo **buone pratiche digitali**. Il documento culmina in un **Manifesto in dieci punti** – un decalogo di principi essenziali – che genitori, studenti e scuole possono sottoscrivere per impegnarsi insieme nella tutela del benessere digitale dei più giovani.

Verso un “Patto Digitale” tra Scuola e Famiglia

Un punto chiave dell'approccio proposto è la costruzione di un vero e proprio **patto educativo digitale** tra scuola e famiglia. In varie città italiane (Torino, Milano, Udine, Bergamo, ecc.) comunità di genitori e docenti hanno già dato vita a patti digitali locali, stabilendo regole condivise per l'uso della tecnologia

a casa e a scuola. Ad oggi **oltre 35 patti** sono stati avviati in 12 regioni, segno di un crescente movimento collettivo. L'idea di fondo è semplice: **adulti di riferimento coesi e coerenti** tra loro. Quando genitori ed educatori adottano **regole unitarie** e concordano sui limiti e le modalità d'uso degli schermi, i ragazzi ricevono un messaggio educativo chiaro e meno contraddittorio. Al contrario, se a casa vigono certe regole ma a scuola (o nelle altre famiglie) tutto è permesso, o viceversa, i divieti diventano inefficaci e fonte di conflitto.

Il *Patto Digitale* implica dunque **condivisione di responsabilità**: la scuola si impegna a collaborare con le famiglie nel guidare gli studenti nel mondo online, mentre i genitori si sostengono a vicenda rispettando linee guida comuni. Ad esempio, alcune comunità scolastiche decidono insieme **quando è opportuno consegnare il primo smartphone ai figli**, quali contenuti e app consentire e con quali limiti di tempo. Si tratta di scelte che gli adulti prendono collegialmente, preparando così i ragazzi a una graduale **autonomia digitale** sotto supervisione. Un patto condiviso aiuta anche a resistere alle pressioni sociali: se “tutti i compagni” hanno il telefonino, è difficile per un singolo genitore opporsi; ma se esiste un accordo comune di **ritardare** l'età dello smartphone personale, questa diventa una norma socialmente accettata. In sintesi, il patto educativo digitale crea un **fronte unito** di genitori, insegnanti e comunità locale, con l'obiettivo di **proteggere la salute digitale** dei giovani e promuovere un ambiente educativo coerente.

Il Ruolo degli Adulti: Consapevolezza, Esempio e Formazione

Alla base di un'educazione digitale efficace c'è la **consapevolezza degli adulti**. Genitori e docenti devono per primi comprendere rischi e opportunità del digitale, aggiornandosi e formando le proprie competenze. Spesso, infatti, *“gli adulti stessi non sono utenti così competenti o consapevoli e talvolta non forniscono un buon esempio”* ai più piccoli. È fondamentale che mamme e papà **si informino** sul funzionamento di Internet, social network, videogiochi e meccanismi (es. la “ricerca di like” che alimenta l'uso compulsivo dei social) per poter guidare i figli con cognizione di causa. In Italia, pediatri e psicologi sottolineano da tempo che la **buona educazione digitale discende dagli adulti**: i bambini imparano osservando, quindi **i genitori devono mostrare un uso moderato e responsabile** dei dispositivi, evitando loro stessi l'iperconnessione e dando valore al tempo di qualità “offline”. In altre parole, mamme e papà

devono “*rappresentare un valido modello da seguire*”, limitando l’uso dello smartphone durante i momenti familiari e dedicandosi all’ascolto attivo dei figli.

Un buon rapporto genitore-figlio, fatto di **dialogo aperto e fiducia**, è la migliore prevenzione contro i pericoli online. Parlare con i ragazzi di ciò che vedono su Internet, interessarsi ai loro giochi e social network, e spiegare loro con esempi concreti come **proteggere la propria privacy online** sono passi essenziali. Le regole funzionano meglio se accompagnate dalla comprensione del *perché* esistono: ad esempio, spiegare che non si posta una foto personale per tutelare la propria sicurezza e quella della famiglia, o che la sera si spegne il telefono perché il sonno è fondamentale per la salute. Questo approccio educativo richiede tempo e pazienza, ma aiuta i giovani a sviluppare **pensiero critico e autodisciplina** nel mondo digitale.

Anche la **scuola** ha un ruolo cruciale. Essa non deve solo imporre divieti (come il recente bando degli smartphone in classe fino alla terza media), ma anche offrire una vera **educazione al digitale**. È importante integrare nel curriculum scolastico momenti formativi su temi come la **cittadinanza digitale, la sicurezza online, la privacy, l’uso consapevole dei social media e persino le nuove sfide dell’intelligenza artificiale**. Già l’Unione Europea e il Ministero dell’Istruzione sottolineano l’importanza di sviluppare le competenze digitali dei più giovani, e la scuola dovrebbe avere un ruolo chiave in questo percorso. Ciò significa insegnare ai ragazzi *come* funziona il mondo online (es. far capire le dinamiche commerciali dietro alle piattaforme, come vengono raccolti e usati i loro dati personali, come riconoscere notizie false), ma anche educarli a gestire aspetti pratici: dai **corretti tempi di utilizzo degli schermi** per non danneggiare postura e vista, al rispetto della **netiquette** e al riconoscimento dei comportamenti scorretti in Rete. Importante è anche l’**educazione affettiva e civica digitale**: affrontare temi come il rispetto dell’altro online, il consenso nell’era dei social (ad esempio, spiegare perché è sbagliato condividere immagini intime senza permesso) e l’inclusione. Diverse voci autorevoli evidenziano che introducendo a scuola percorsi obbligatori di educazione all’affettività e alla sessualità (anche in relazione all’online) si possono prevenire fenomeni come cyberbullismo, hate speech e violenza di genere sul web⁴. In breve, famiglia e scuola devono **allearsi** per fornire ai ragazzi sia **regole chiare** sia gli strumenti culturali per navigare la dimensione digitale in modo sicuro.

Da questa alleanza nasce anche l'esigenza di **coerenza educativa**: regole e indicazioni condivise e rispettate da tutti gli attori coinvolti. Se le istituzioni (scuole, pediatri, associazioni) diffondono gli stessi messaggi e linee guida, i giovani li percepiranno come **norme sociali** e non solo fissazioni del singolo genitore. Ad esempio, se più scuole di una città aderiscono a un patto digitale che sconsiglia lo smartphone prima dei 13-14 anni, sarà più facile per ogni famiglia attenersi a questa linea senza sentirsi "sola". In quest'ottica, sono auspicabili iniziative comunitarie: **incontri formativi per genitori** (serate con esperti, cineforum, letture consigliate, laboratori pratici), campagne di sensibilizzazione locali e nazionali, nonché il coinvolgimento dei pediatri di base nel ribadire ai genitori le raccomandazioni su tempi e modi di utilizzo degli schermi. Tutto ciò contribuisce a creare una **"comunità educante" coesa**, dove famiglia, scuola, sanità e altri soggetti lavorano insieme per il benessere digitale delle nuove generazioni.

Consigli Pratici per un Uso Sicuro dello Smartphone e dei Social

Passiamo ora ad alcuni suggerimenti concreti che questo Patto educativo propone ai genitori, da adattare alle diverse fasce d'età. Tali consigli sono in linea con le **linee guida pediatriche e istituzionali** esistenti in materia, oltre che con i risultati di ricerche recenti sullo sviluppo psico-neurologico dei ragazzi.

- **Niente dispositivi personali in età prescolare:** Gli esperti sono concordi nel raccomandare **zero schermi sotto i 2 anni**, evitando di esporre i bambini piccolissimi a smartphone o tablet. Nei primi anni di vita è molto più utile incoraggiare attività **sensoriali, gioco fisico, interazione umana**, fondamentali per lo sviluppo cognitivo e socio-emotivo. Anche tra i 2 e i 5 anni, il tempo davanti a schermi andrebbe **limitato a massimo 1 ora al giorno**, sempre con la presenza attiva di un adulto. Per i bambini di scuola dell'infanzia e primaria (fino a ~8 anni) la **Società Italiana di Pediatria** suggerisce un tetto di **2 ore al giorno** di utilizzo ricreativo degli schermi. Oltre queste soglie, diversi studi evidenziano rischi per lo sviluppo del linguaggio, dell'attenzione e per la salute (problemi di vista, sedentarietà, ecc). In ogni caso, è **sconsigliato usare i dispositivi come "baby-sitter"** elettronica: offrire uno schermo per calmare o distrarre il bambino può sembrare efficace sul momento, ma alla lunga *"impedisce lo sviluppo della sua capacità di gestire le emozioni e la noia"*,

privandolo di preziose occasioni di apprendimento nella vita reale.

- **Ritardare il più possibile lo smartphone personale:** Nel contesto attuale molti ragazzi ricevono il primo telefonino intorno alla prima media, ma è importante chiedersi **se un bambino di 10-11 anni abbia davvero bisogno di uno smartphone personale con accesso illimitato a Internet**. Le evidenze scientifiche più recenti indicano che **possedere uno smartphone alle elementari o medie è potenzialmente dannoso** per il corretto sviluppo neurologico, con conseguenze negative su salute mentale, capacità relazionali e rendimento scolastico. Per questo **“il possesso di uno smartphone con connessione libera è fortemente sconsigliato sia alle elementari che alle medie”**. Molti pedagogisti suggeriscono di **aspettare almeno i 13-14 anni** (fine scuola media) prima di dare uno smartphone personale ai figli. Anche alcune proposte di legge in Parlamento mirano a vietare telefoni ai <14 anni e profili social ai <16. L'ideale, secondo vari esperti, sarebbe **consegnare il primo smartphone solo durante le scuole superiori** (indicativamente, **seconda media o oltre** come compromesso minimo). Nel frattempo, se serve reperibilità per i ragazzini, si possono usare **dispositivi alternativi** (come telefoni semplici senza Internet, smartwatch con funzioni di chiamata, ecc.) che consentano di comunicare in caso di necessità ma **senza accesso incontrollato alla rete**.
- **Utilizzo graduale e supervisionato:** Anche quando si decide che è arrivato il momento di introdurre lo smartphone, è bene farlo **per gradi**. Ad esempio, diverse comunità di genitori adottano un **periodo di prova** in cui il ragazzo può usare il telefono per un tempo limitato (es. **max 30 minuti al giorno** inizialmente) e solo in determinate fasce orarie, aumentando poi gradualmente l'autonomia man mano che dimostra responsabilità. Questo approccio insegna ai giovani a **dosare il tempo online** e a non sviluppare una dipendenza immediata dal dispositivo. È importante coinvolgere i figli nella definizione delle regole, spiegando che si tratta di tutelare la loro salute e il loro equilibrio. Ad esempio, potreste concordare insieme orari e luoghi “tech-free” in casa (niente telefono durante i compiti o dopo una certa ora serale). Porre limiti chiari ma condivisi aiuta i ragazzi ad accettarli più facilmente. Naturalmente, le **app di parental control** possono dare una mano: oggi esistono strumenti

per impostare limiti di utilizzo giornalieri, bloccare certi contenuti o ricevere report dell'attività online. L'uso di questi **filtri e limitazioni di tempo è fortemente raccomandato** dagli specialisti, specie nelle fasi iniziali dell'autonomia digitale.

- **Regole di base per un uso sano:** Alcune *buone abitudini* andrebbero seguite da tutta la famiglia per evitare gli effetti negativi dell'eccesso di schermo. Ad esempio, **niente schermi durante i pasti e prima di dormire**: il momento della cena è dedicato alla conversazione in famiglia, e l'ora che precede il sonno va riservata a attività rilassanti (lettura, dialogo) anziché alla stimolazione luminosa dello schermo. Studi clinici confermano che l'uso dello smartphone a letto può disturbare il ciclo del sonno e ridurre la qualità del riposo. Stabilite quindi una “**zona franca**” digitale la sera (es. niente telefono dopo le 21) e magari adottate una *regola familiare* per cui tutti lasciano i dispositivi fuori dalla camera da letto di notte. Inoltre, è consigliabile evitare tablet/telefonino **al mattino prima di andare a scuola**, perché possono distrarre e agire come una “droga digitale” riducendo la concentrazione in classe. Gli esperti suggeriscono anche di **non superare le ~2 ore complessive al giorno** di svago sugli schermi per bambini e preadolescenti. Se vostro figlio già utilizza molto lo smartphone, aiutatelo a **fare pause frequenti** (ad esempio la regola 20-20-20: ogni 20 minuti di utilizzo, fare 20 secondi di pausa guardando qualcosa a 20 piedi – circa 6 metri – di distanza, per rilassare la vista) e incoraggiatelo a prendersi **giornate “disintossicanti” senza tecnologia** da riempire con sport, uscire con gli amici, hobby creativi. Ricordate: **la vita reale e attiva va sempre privilegiata** rispetto a quella virtuale. È importante bilanciare il tempo sedentario passato sullo schermo con attività motorie e sociali dal vivo; un eccesso di schermo infatti può contribuire a sovrappeso, problemi posturali, calo del rendimento scolastico e persino sintomi di dipendenza.
- **Supervisione e dialogo costante:** Fino alla prima adolescenza, è necessario che l'uso di Internet avvenga **sotto supervisione adulta**. Ciò non significa spiare di nascosto, bensì **affiancare** i giovani online in modo trasparente e educativo. Per i bambini delle elementari, ogni navigazione web andrebbe fatta *insieme a un genitore*, scegliendo siti e contenuti adatti. Anche quando iniziano a voler esplorare da soli,

conviene posizionare il computer o effettuare le attività online in uno spazio comune della casa, dove l'adulto può dare un'occhiata. Un genitore **attento e partecipe** dovrebbe sapere quali app, giochi e piattaforme utilizza il figlio, ed essere pronto a intervenire per **bloccare contatti con sconosciuti** o segnalare comportamenti pericolosi (ad esempio, disattivare subito una chat di gioco se spunta un adulto estraneo). Fino ai 13-14 anni è opportuno che mamma e papà **conoscano le password** dei dispositivi e profili del figlio, concordando con lui/lei che effettueranno controlli periodici di chat, cronologia e app installate. Questa **trasparenza degli account** dei minori non va vista come una violazione della privacy, ma come una misura temporanea di tutela: il genitore agisce come "tutore" digitale finché il ragazzo non avrà sviluppato sufficiente maturità e senso critico. È bene comunque coinvolgere il giovane in questi controlli (ad esempio sfogliando insieme la cronologia web e discutendo di ciò che ha visto) anziché farlo di nascosto, così da **educarlo gradualmente all'auto-disciplina** e al contempo rispettare la sua dignità. Va ricordato anche che **la legge già pone confini chiari**: in Italia i minori di 14 anni non possono accedere *autonomamente* a servizi online che richiedono il trattamento di dati personali (social network, iscrizioni online), quindi i genitori dovrebbero far rispettare tali limiti di età, evitando ad esempio di aprire account social "ufficiali" ai figli sotto soglia. Se proprio desiderano usare piattaforme simili, esistono versioni *per bambini* o modalità con profili genitore-figlio che si possono valutare.

- **Segnali di allarme e intervento:** È importante che gli adulti sappiano riconoscere eventuali **campanelli di allarme** di un rapporto malsano con la tecnologia. Ad esempio, se un ragazzo **diventa ossessionato** dal telefono, mostrandosi agitato o aggressivo quando viene privato del dispositivo, o se tende a isolarsi sempre più dalle attività reali per restare online, potrebbe essere indicativo di un principio di **dipendenza**. Altri segnali includono disturbi del sonno marcati, calo improvviso nel rendimento scolastico, abbandono di hobby prima apprezzati, o cambiamenti d'umore legati all'uso del dispositivo. In presenza di questi fenomeni, non esitate a **consultare uno specialista** (psicologo, neuropsichiatra infantile) per una valutazione: affrontare precocemente queste problematiche è fondamentale. In ogni caso, **non demonizzate la**

tecnologia in sé di fronte ai ragazzi: fate capire loro che smartphone, social, videogiochi non sono “il male assoluto”, ma vanno usati con moderazione e intelligenza. Demonizzare può essere controproducente (rischia di chiudere il dialogo e spingere i giovani a cercare spazi digitali nascosti); meglio adottare un atteggiamento fermo *ma aperto al confronto*, spiegando i motivi delle regole e magari cercando insieme soluzioni (es. “vedo che fai fatica a spegnere la console, come possiamo organizzare meglio il tempo di gioco?”). Del resto, come nota Save the Children, *“i divieti da soli rischiano di rivelarsi inefficaci e addirittura controproducenti”* se non sono accompagnati da educazione e dialogo. L’obiettivo ultimo è aiutare i ragazzi a sviluppare **autocontrollo** e un **rapporto equilibrato** col mondo digitale, in modo che da grandi sappiano gestirlo in autonomia.