

# Essere Cittadini Digitali...

...in **5**  
mosse

**Guida pratica  
per studenti**

# Che cosa significa essere Cittadini

Per vivere al meglio il mondo della Rete è importante conoscere i propri diritti e i propri doveri. Quelle “regole di comportamento” che, come nel mondo reale, vi permettono di essere:

➡ **Più consapevoli** di come vengono usate e dove vanno a finire tutte le informazioni su di voi che postate, e che effetto hanno sugli altri le vostre parole, immagini, commenti.

➡ **Più sicuri**, per non cadere nelle trappole di chi usa la rete per ingannarvi, usarvi violenza, mettervi in situazioni di difficoltà o pericolo.

➡ **Più liberi** di vivere le amicizie e le esperienze che fate online senza pericoli o danni per voi e per gli altri.

## Proteggi la tua identità

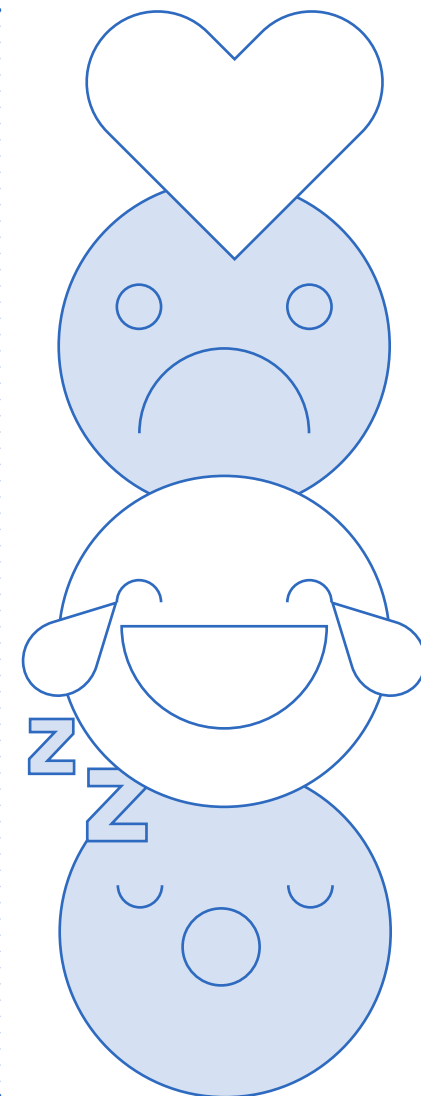
**I tuoi dati personali sono quelle informazioni che ti identificano, che permettono agli altri di riconoscerti nella tua identità, ovvero per chi sei veramente.**

**Ogni tuo post, ogni tua foto o video, ogni informazione che metti su un social, o in una chat, o in un messaggio di WhatsApp, restano per sempre, e non sei tu che li controlli.**

### CHE COSA FARE

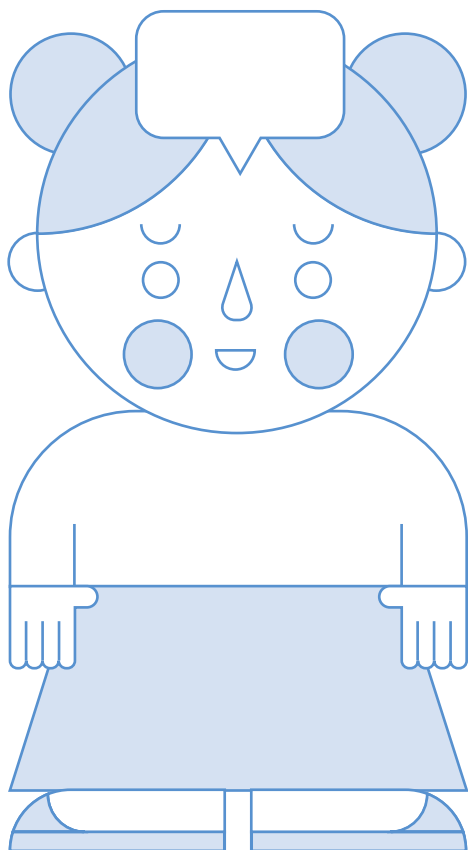
Quando stai per condividere qualcosa della tua sfera privata, chiediti se anche in un altro momento della tua vita avrai piacere a continuare a condividere quel contenuto. Se la risposta è negativa, fermati e non postare.

Quando stai per compiere un'azione in Rete, anche solo un like a un post o una battuta che in quel momento ti pare spiritosa, chiediti sempre se quell'azione ti rispecchia e se vuoi che ne rimanga traccia.



2

## Usa un linguaggio appropriato



Ricordati che, anche se è un mondo virtuale, dall'altra parte ci sono sempre persone reali, spesso tuoi coetanei. Un'offesa, una parola cattiva o violenta, possono fare molto male o innescare situazioni di bullismo verso qualcuno che magari neanche conosci.

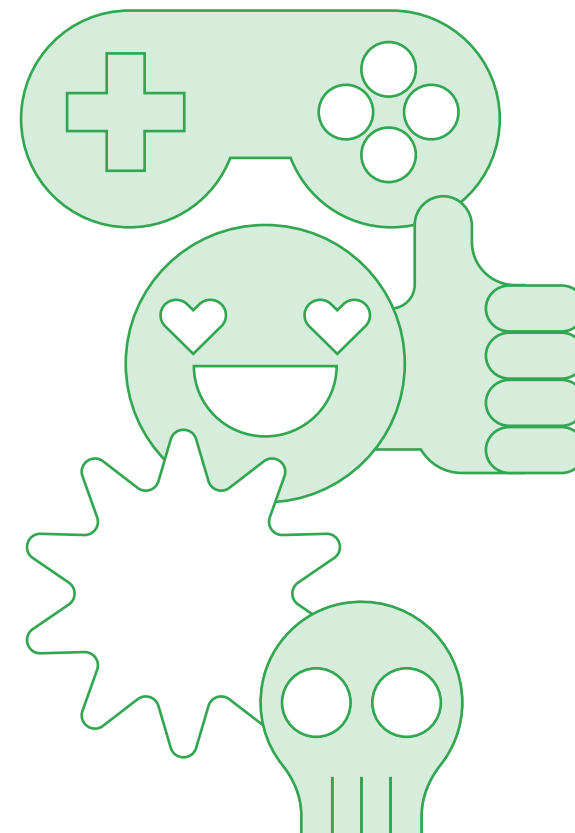
### CHE COSA FARE

Non postare offese o parole violente, non incitare altri a prendere in giro qualcuno per un difetto o un problema.

Non postare condividere con gruppi di amici immagini o frasi che possano essere offensive. Se vedi frasi o immagini di questo tipo, avvisa sempre un adulto.

3

## Gioca nel modo giusto



I videogiochi sono divertenti, e forse non lo sai ma - se usati correttamente - allenano il tuo cervello a essere più veloce e la tua memoria a funzionare meglio. I giochi online, però, presentano anche dei pericoli, che è meglio conoscere per... divertirti senza problemi.

### CHE COSA FARE

Non dare tuoi dati personali o sulla tua posizione a sconosciuti.

Se ti vengono chiesti, a inizio gioco, i dati della carta di credito, confrontati prima con un adulto.

Stabilisci prima di iniziare quanto durerà la tua sessione di gioco. Trascorso quel tempo, spegni!

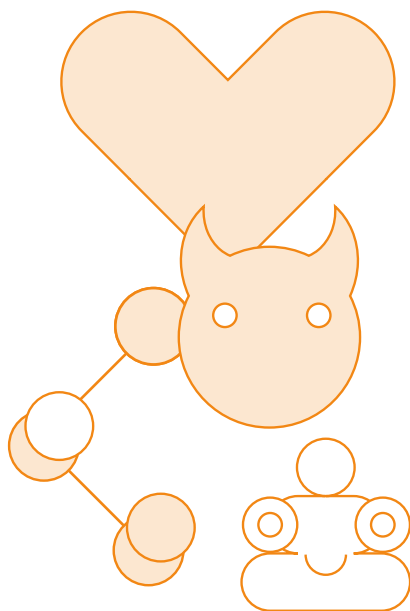
## 4 Difendi la tua affettività

Il sexting è la pratica di condividere testi, video o immagini più o meno sessualmente espliciti attraverso i canali digitali. Se da un lato fare sexting ti permette di esplorare l'area della sessualità, dell'affettività e del rapporto con il tuo corpo, ci sono però molti rischi: potresti essere ricattato per non veder la tua immagine o i tuoi messaggi diffusi online, oppure dall'altra parte dello schermo potrebbe esserci una persona diversa da quella che avevi immaginato.

### CHE COSA FARE

Anche se ti fidi della persona a cui mandi le tue foto intime, perché siete insieme o perché vi conoscete da tempo, devi sapere che le situazioni possono cambiare e che, ad esempio, se la vostra relazione dovesse finire e non foste più in buoni rapporti, quel materiale potrebbe diventare oggetto di ricatto a tuo danno.

Potrebbe anche capitare che il destinatario delle tue foto o dei tuoi messaggi decida di condividerli con altri senza dirtelo. Proteggi quindi sempre la tua sfera intima!



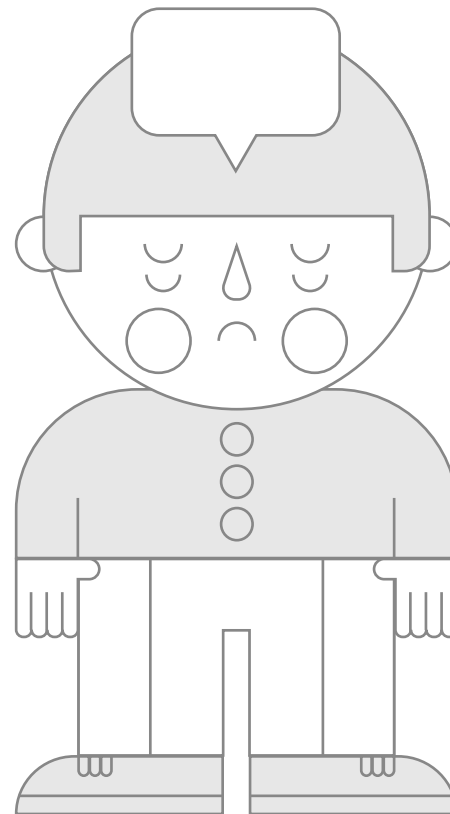
## 5 Non farti ingannare dalle fake news

Le fake news sono false notizie diffuse nel web, a volte per disattenzione o poca informazione di chi le scrive, a volte invece appositamente per trasmettere informazioni sbagliate e condizionare così il tuo pensiero e il tuo giudizio su un fatto, su una persona, su una situazione.

### CHE COSA FARE

Molto spesso le notizie false che incontri in rete o sui social ti spingono a costruire una visione della realtà su dati non veritieri, mettendoti in una condizione di confusione o ansia. Quando incontri una notizia che ti provoca questa sensazione, confrontati sempre con un adulto, parlate di quel fatto o di quella notizia, per avere un altro punto di vista e metterla in un contesto differente.

Non seguire, neanche per divertimento, profili social o chat di gruppo che postano e diffondono notizie false. Quando "sei dentro", infatti, è difficile distinguere che cosa è "fake".





## **Per qualsiasi dubbio, incertezza, paura chiama Telefono Azzurro!**

**Alla nostra linea d'ascolto al numero 1.96.96, o attraverso la nostra chat su [azzurro.it](https://azzurro.it), una persona esperta di cui ti puoi fidare, che conosce bene problemi e bisogni dei ragazzi è sempre disponibile ad ascoltarti e a darti un supporto.**

**Ci siamo ogni giorno, 24 ore su 24, pronti ad ascoltarti senza giudicarti, ma cercando insieme a te la soluzione migliore ai tuoi dubbi e ai tuoi problemi.**

### **CHI SIAMO**

#### **TELEFONO AZZURRO**

**Dal 1987, Telefono Azzurro ascolta ogni giorno bambini e adolescenti e offre risposte concrete alle loro richieste di aiuto. Con le sue attività ogni giorno sostiene le loro potenzialità di crescita e li tutela da abusi e violenze che possono pregiudicarne il benessere e il percorso di crescita.**

#### **GOOGLE.ORG**

**Avviata nel 2005, è la fondazione filantropica di Google attiva accanto alle realtà non profit di tutto il mondo in diversi ambiti, dall'educazione all'inclusione alle situazioni di emergenza umanitaria. Ogni anno destina oltre 100 milioni di dollari per il sostegno a progetti benefici.**