

# **AMBASCIATORI DI SICUREZZA INFORMATICA & EDUCAZIONE DIGITALE CONSAPEVOLE**

***Il Patentino Digitale: navigare il futuro online con  
consapevolezza e responsabilità!***

***PROGETTO FORMATIVO***

***PER LE SCUOLE SECONDARIE  
DI PRIMO E SECONDO GRADO***

***Anno scolastico 2025-2026***

# Moduli 1 – 9

© [2025] [Associazione protezione diritti e libertà privacy APS].  
Tutti i diritti di traduzione, riproduzione e adattamento, totale o parziale, con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.  
Ogni utilizzo non autorizzato del presente documento costituisce violazione del diritto d'autore (L. 22 aprile 1941, n. 633 e successive modifiche)



Associazione  
Protezione Diritti e Libertà  
Privacy APS

# Utilizzo Responsabile dei Social Media

- Modulo 7 – Patentino Digitale Durata: 2 ore

# Obiettivi del modulo

- Usare i social in modo consapevole
- Riconoscere rischi psicologici e relazionali
- Conoscere le regole di comportamento (netiquette)
- Proteggere privacy e reputazione digitale
- Gestire in modo sano interazioni e tempo online

# Perché serve responsabilità nei social

- I social influenzano:
- identità
- emozioni
- relazioni
- reputazione
- Contenuti e comportamenti rimangono online
- I social amplificano tutto: opportunità e rischi
- “Se lo pubblici... resta.”

# Netiquette: il linguaggio digitale

- Regole base:
- pensa prima di inviare
- evita aggressività e sarcasmo
- usa toni rispettosi
- non scrivere in MAIUSCOLO
- non rispondere impulsivamente
- evita le “guerre di commenti”

# Effetti psicologici dei social

- Positivi:
- creatività
- connessione
- espressione personale
- Negativi:
- confronti continui
- ansia da prestazione
- FOMO (paura di essere esclusi)
- dipendenza da like
- procrastinazione del sonno



Associazione  
Protezione Diritti e Libertà  
Privacy APS

# Comportamenti a rischio

- Oversharing (condividere troppo)
- Post impulsivi
- Screenshot di chat private
- Challenge pericolose
- Foto o video imbarazzanti
- Confronti tossici
- Flirt con sconosciuti
- Dipendenza da notifiche



# **Pubblicare con consapevolezza**

- Domande da porsi:
- Mi rappresenta davvero?
- Potrei pentirmene domani?
- Se lo vedessero prof, genitori, selezionatori?
- Sto tutelando la mia privacy?
- Sto rispettando la privacy degli altri?

# Cosa **NON** pubblicare mai

- Foto intime o a rischio
- Foto/video di terzi senza consenso
- Dati personali (indirizzo, scuola, routine)
- Contenuti violenti o discriminatori
- Screenshot di chat altrui
- Live da luoghi sensibili (scuola, casa)

# Privacy e sicurezza nei social

- Impostazioni consigliate:
- account privato
- approvazione tag
- limitazione DM
- controllo commenti
- disattivare geolocalizzazione
- gestione liste amici
- filtro per contenuti sensibili

# Attenzione agli sconosciuti

- Regole fondamentali:
- non accettare richieste da sconosciuti
- non inviare foto personali
- niente videochiamate non richieste
- non condividere routine e luoghi
- non fidarsi di “profili troppo perfetti”

# Influencer e pubblicità nascosta

- Cose da sapere:
- molti contenuti sono sponsorizzati
- spesso la pubblicità non è dichiarata
- le vite mostrate sono selezionate
- i filtri creano aspettative irrealistiche
- Rischi:
- insoddisfazione corporea
- acquisti compulsivi
- paragoni nocivi

# Come funzionano gli algoritmi dei social

- Gli algoritmi scelgono cosa vedi in base a:
- like
- tempo sui contenuti
- profili e hashtag seguiti
- ciò che condividono i tuoi simili
- Conseguenze:
- contenuti ripetitivi
- poche opinioni diverse
- dipendenza emotiva
- visione distorta della realtà

# Regole per i gruppi e le chat

- niente screenshot senza consenso
- non diffondere audio o foto private
- evitare discussioni infinite
- rispettare orari e silenzio
- non fare esclusioni o prese in giro
- evitare spam e catene

# Relazioni online sane

- Caratteristiche:
- rispetto
- consenso
- confini chiari
- dialogo sincero
- niente pressioni emotive
- niente gelosia digitale
- Segnali di pericolo:
- richieste di foto
- manipolazioni (“se mi ami...”)
- controllo degli accessi
- messaggi ossessivi





Associazione  
Protezione Diritti e Libertà  
Privacy APS

# Reputazione digitale

- La reputazione si costruisce con:
- post
- commenti
- foto
- tag
- gruppi seguiti
- comportamenti
- Importante per:
- scuola
- università
- lavoro
- relazioni

# Laboratorio 1: Revisione del profilo social

- Gli studenti analizzano:
- foto profilo
- bio
- post pubblici
- tag
- storie
- impostazioni privacy
- Domanda chiave:
- “Questo profilo racconta la persona che voglio essere?”

# Laboratorio 2: Carta dello Studente Digitale

- Gli studenti creano:
- 10 regole personali di buon uso dei social
- limiti sugli orari e sulle notifiche
- strategie anti-FOMO
- comportamenti da evitare
- criteri di pubblicazione responsabile

# Le 5 regole d'oro dei social

- Pensa prima di pubblicare
- Proteggi la privacy tua e altrui
- Evita contenuti impulsivi
- Non entrare in discussioni tossiche
- Cura la tua reputazione digitale

# Obiettivi raggiunti

- Alla fine del modulo lo studente:
- usa i social in modo consapevole
- conosce rischi e opportunità
- tutela la propria privacy
- gestisce le emozioni digitali
- sa mantenere relazioni online sane
- migliora la qualità del proprio profilo digitale

# Conclusione

- “Sui social non conta solo ciò che pubblichi.
- Conta ciò che scegli di NON pubblicare.”



Associazione  
Protezione Diritti e Libertà  
Privacy APS

• ***Grazie per l'attenzione!***