A B C D E

F G H I J

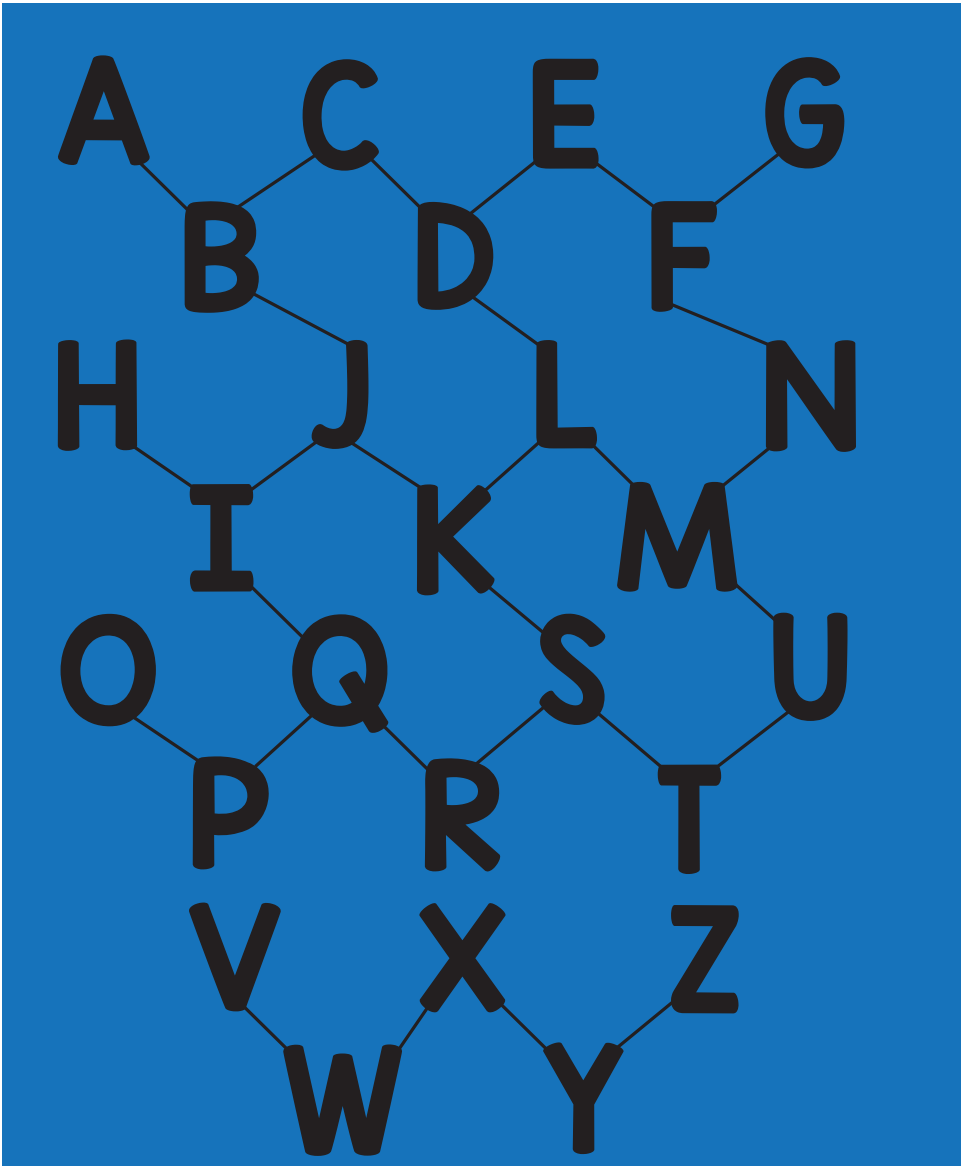
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

K L M N O

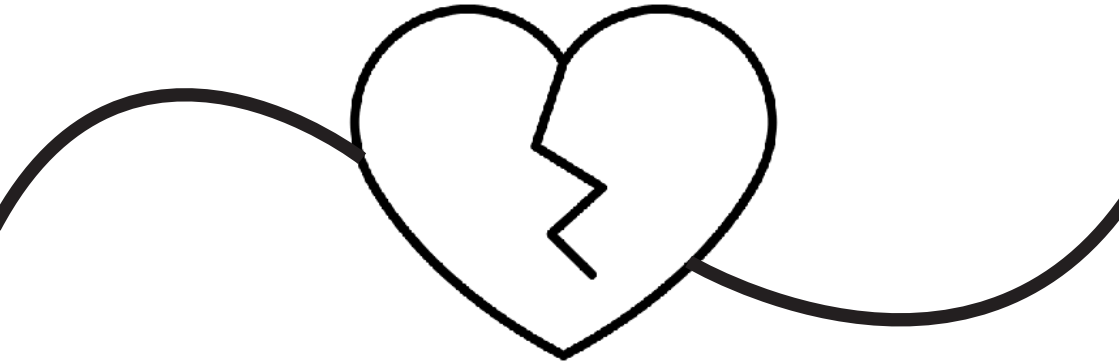
P Q R S T

U V W X Y Z

MANIFESTO GENERALE



ANSIA DA LIKE

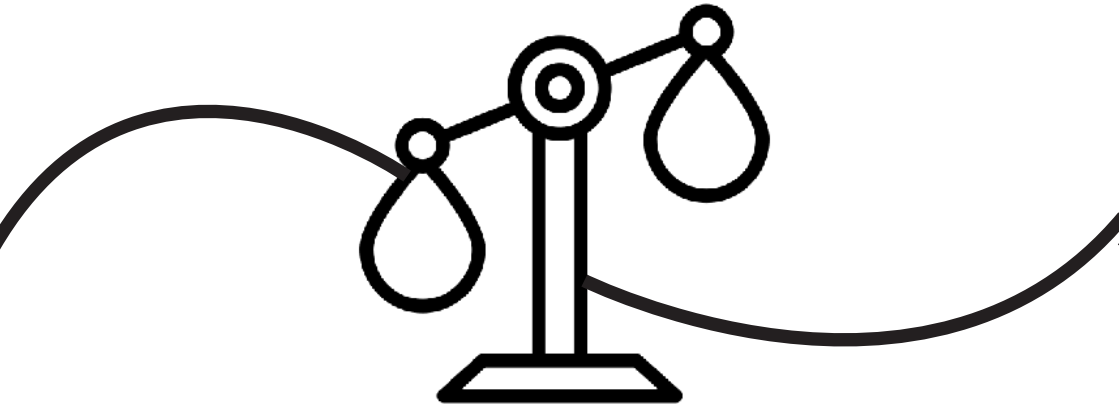


Ogni like, commento o condivisione attiva nel cervello il sistema di ricompensa, rilasciando dopamina, lo stesso neurotrasmettitore coinvolto nei meccanismi di dipendenza.

Questo ciclo di gratificazione immediata crea un legame diretto tra autostima e consenso virtuale, portando molti utenti a sviluppare un'ansia legata al numero di interazioni ricevute.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

BODY SHAMING



Il body shaming è una pratica di bullismo che consiste nel deridere o umiliare una persona per il suo aspetto fisico, sia di persona che online.

Si basa sul far vergognare qualcuno per caratteristiche fisiche che non rientrano nei canoni estetici considerati "normali", come peso, altezza, presenza di peli, acne, colore dei capelli e altro ancora.

CYBERBULLISMO

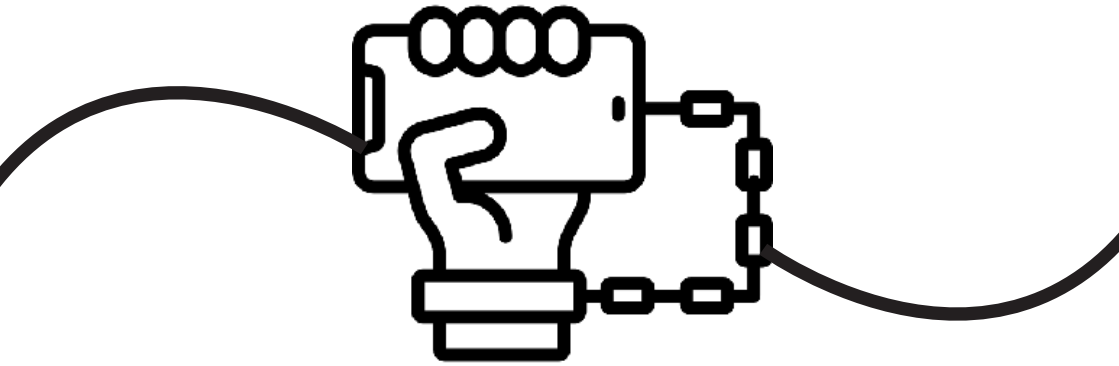


Il cyberbullismo è una forma di bullismo che avviene attraverso i mezzi digitali, come social network, messaggistica istantanea, chat e siti web, e si manifesta con atti di aggressione, molestia, ricatto, ingiuria o diffamazione.

A differenza del bullismo tradizionale, può essere pervasivo (la vittima viene raggiunta ovunque), anonimo e non ha limiti spazio-temporali, poiché può colpire la vittima 24 ore su 24, 7 giorni su 7, anche quando è a casa.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

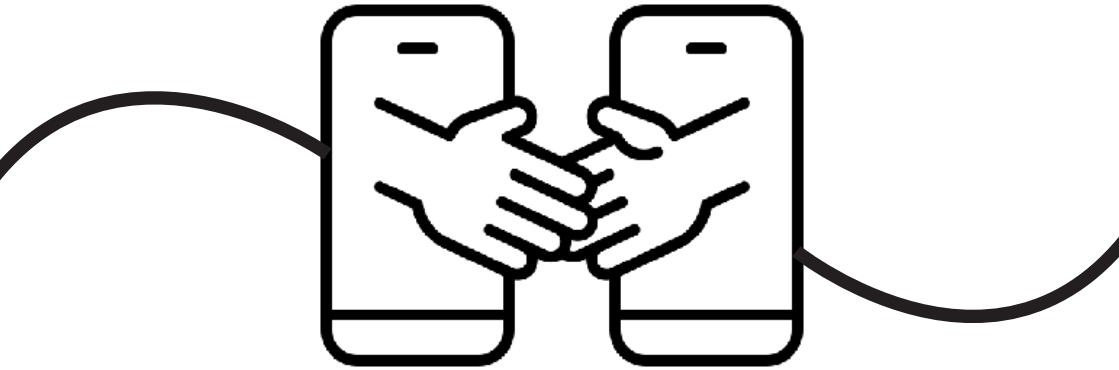
DIPENDENZA DIGITALE



La dipendenza digitale è un uso eccessivo e incontrollato di Internet e delle tecnologie correlate, come social network, videogiochi, shopping online e altro ancora, che interferisce con la vita quotidiana e le relazioni.

Si manifesta con sintomi come ansia, irritabilità, depressione, isolamento sociale, e difficoltà a controllare il proprio tempo online.

EMPATIA ONLINE



L'empatia online, nota anche come empatia digitale, è la capacità di comprendere e condividere i sentimenti e le emozioni degli altri attraverso i canali digitali.

Implica l'adattamento delle tecniche empatiche tradizionali al contesto virtuale, focalizzandosi sull'ascolto attivo e sulla comunicazione consapevole per creare connessioni significative, nonostante la mancanza di interazioni faccia a faccia.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

FAKE NEWS

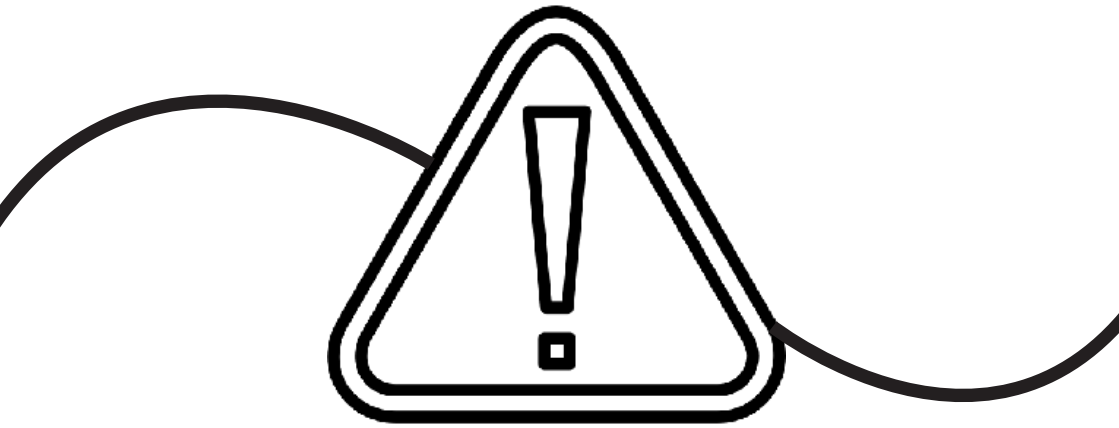


Le fake news note come bufale, notizie false, sono delle informazioni false che possono essere divulgate attraverso qualsiasi media allo scopo di produrre misinformazione o disinformazione.

Esempi di fake news possono essere pubblicazioni con informazioni inventate o ingannevoli pubblicate con l'intento di disinformare, di creare scandalo con mezzi di informazione o di attirare clic su Internet.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

GROOMING

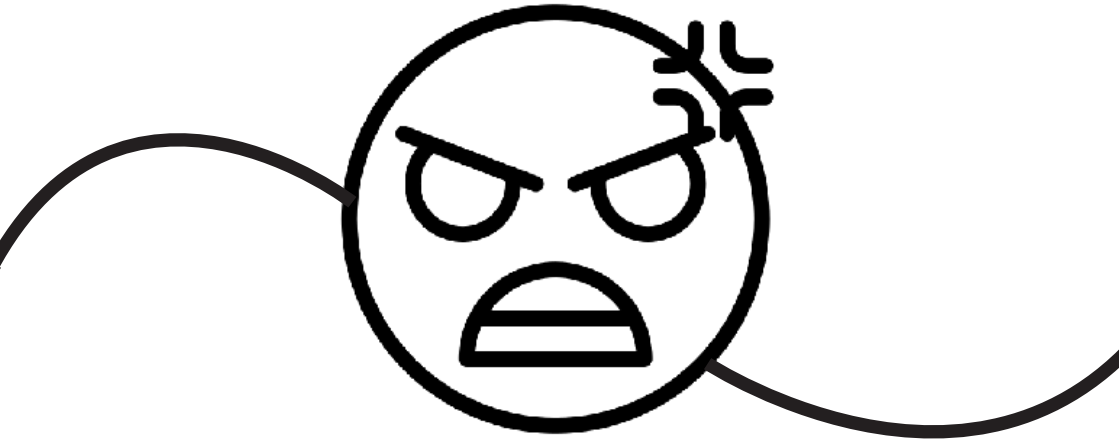


Il grooming online (o semplicemente "grooming") è un reato che consiste nell'adescamento di minori su Internet da parte di una persona adulta che agisce con scopi sessuali.

In inglese "to groom" significa "prendersi cura". Qui il contesto ha un significato negativo, con azioni manipolative e psicologiche per costruire un buon rapporto con la vittima, superare le resistenze emotive e arrivare a una relazione intima o sessuale.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

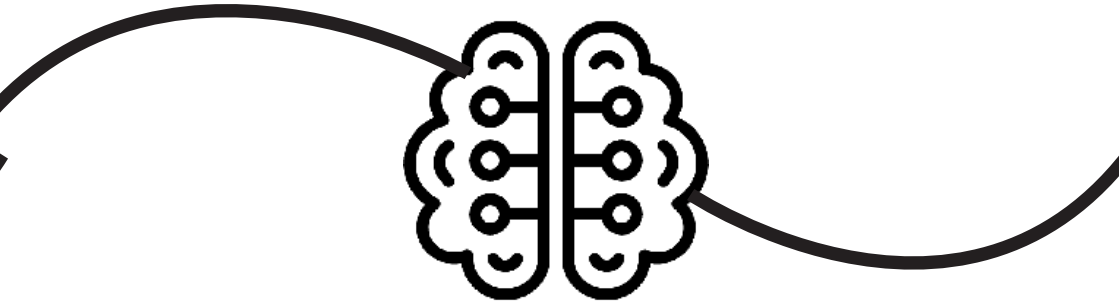
HATE SPEECH



L'hate speech (dall'inglese, traducibile come "discorso d'odio" o "linguaggio d'odio") si riferisce a qualsiasi forma di comunicazione, orale, scritta o comportamentale (come immagini, meme, video), che diffonde, incita, promuove o giustifica l'odio, la discriminazione o la violenza nei confronti di una persona o di un gruppo di persone.

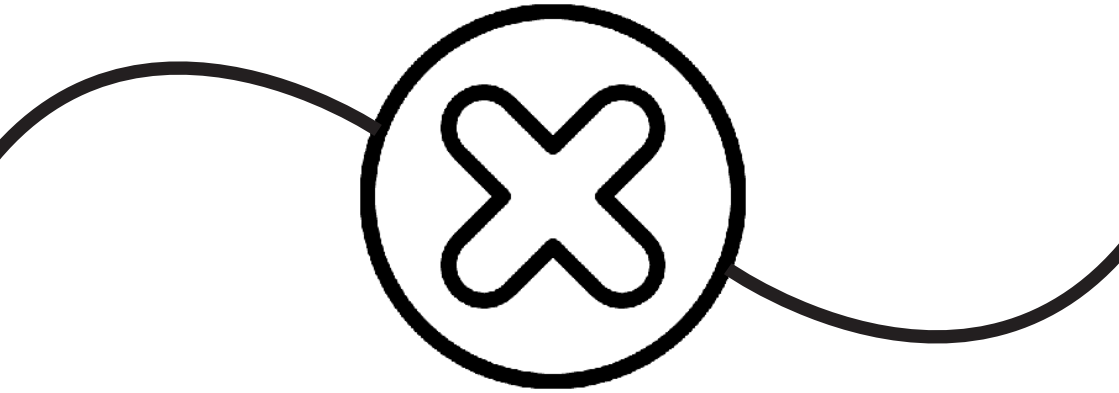
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

INTELLIGENZA ARTIFICIALE POSITIVA



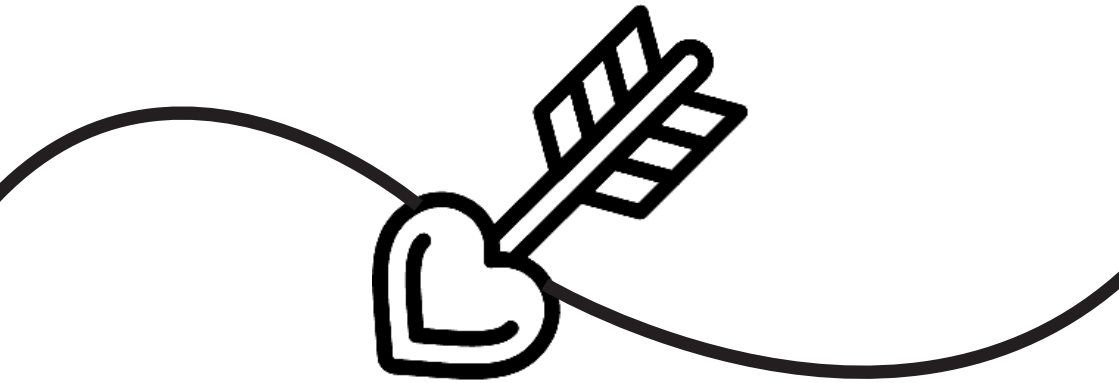
L'IA positiva nei bambini è quella che supporta lo sviluppo e il benessere, favorendo apprendimento, inclusione e creatività, mentre l'IA negativa emerge dall'uso eccessivo, non supervisionato o non critico, con rischi per empatia, socialità, pensiero critico e sicurezza digitale. La chiave educativa è integrare l'IA consapevolmente, bilanciando opportunità e limiti.

JITTER



Il jitter è una misura critica della stabilità temporale nella trasmissione dei dati, e la sua gestione è essenziale per garantire comunicazioni affidabili e di alta qualità, soprattutto in reti VoIP, streaming multimediale e sistemi critici real-time. Elevati livelli di jitter possono causare errori di trasmissione e degradare prestazioni di rete, audio e video digitale.

KARMICO ONLINE

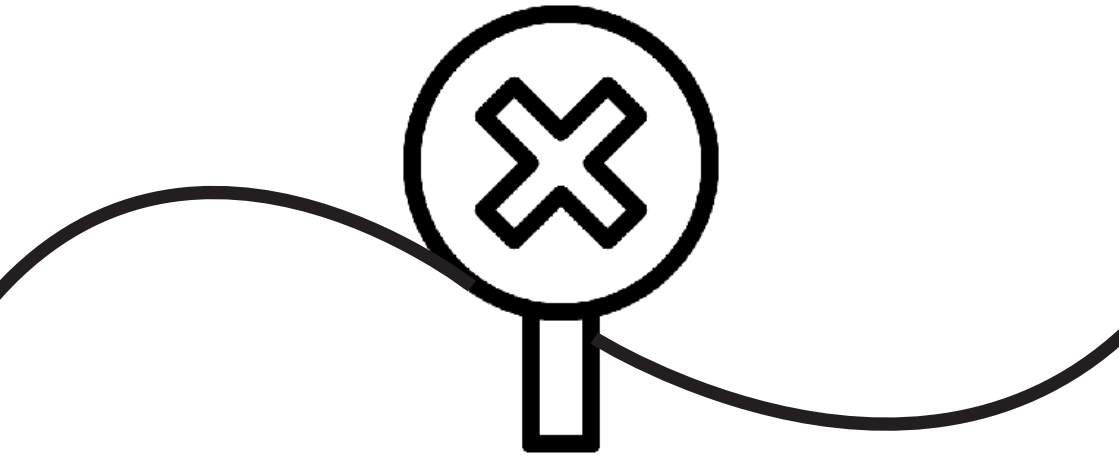


Il karmico online è un legame intenso e spesso complesso tra due persone, considerato il risultato di esperienze passate. Si distingue per attrazione immediata, forte emozionalità, schemi ripetitivi e una sensazione di familiarità

L'obiettivo di questi legami non è la comodità o la stabilità a lungo termine, ma insegnare lezioni importanti, favorire la crescita personale e risolvere ferite emotive passate.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

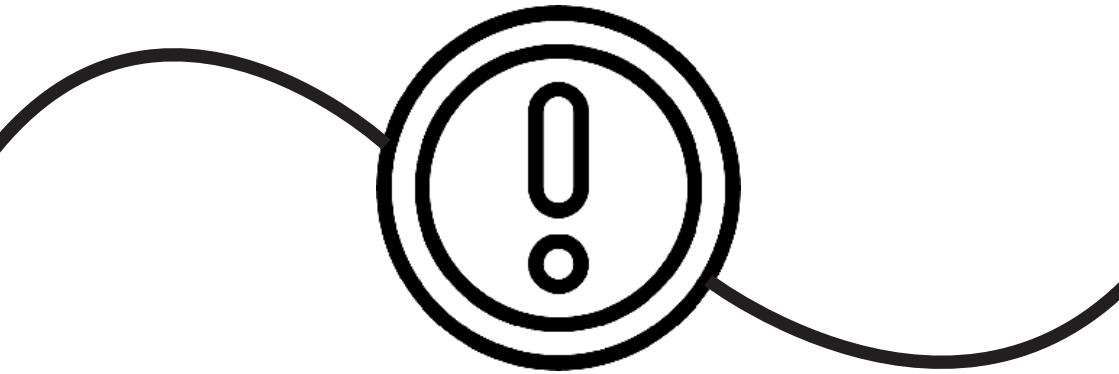
LIMITI ONLINE



Il mancato rispetto dei limiti sui social può esporre i giovani a gravi rischi morali e sociali, che influiscono su salute mentale, reputazione e rapporti interpersonali. L'educazione digitale, la supervisione e lo sviluppo di competenze critiche e relazionali costituiscono strumenti essenziali per proteggere gli adolescenti e promuovere un uso responsabile e sicuro dei social media.

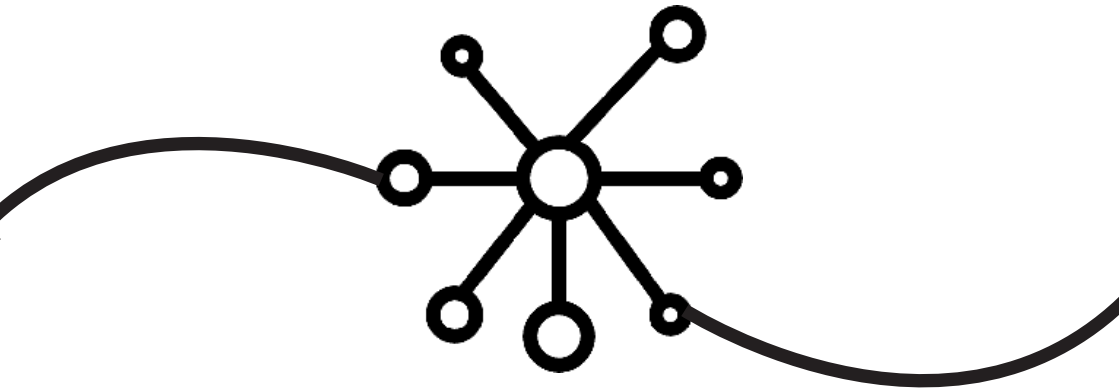
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MISINFORMAZIONE



La misinformazione si riferisce ad informazioni false o imprecise condivise senza l'intenzione di ingannare, mentre la disinformazione indica contenuti deliberatamente falsi creati per manipolare l'opinione pubblica o generare confusione. Sui social media, queste informazioni si diffondono rapidamente attraverso condivisioni, like e commenti, amplificate dagli algoritmi e dalle reti sociali.

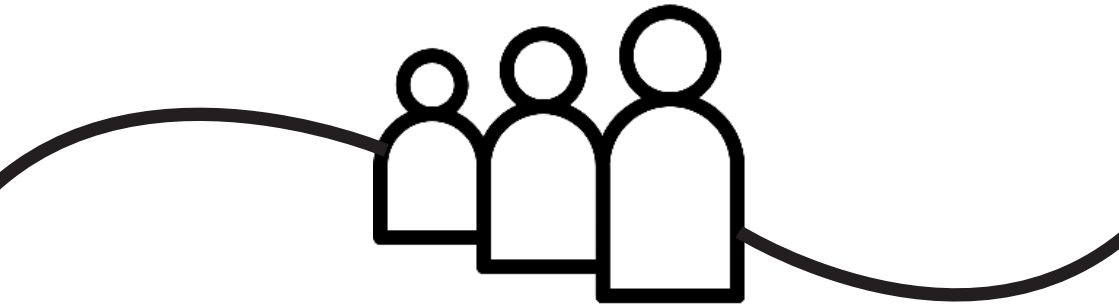
NATIVI DIGITALI



I nativi digitali usano i social media come estensione naturale della loro vita, integrando scoperta, socializzazione, espressione e attivismo. Il loro approccio è dinamico e orientato alla creazione di contenuti autentici, con una chiara attenzione a valori sociali. Allo stesso tempo, l'uso costante espone a rischi per la salute mentale e richiede strumenti educativi per uno sviluppo equilibrato, responsabile e consapevole.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

OMBRE DIGITALI



Le ombre digitali rappresentano una traccia permanente delle nostre attività online e richiedono consapevolezza e gestione per proteggere la privacy, la sicurezza e la reputazione personale nei social media e su Internet in generale.

Ogni nostra azione online contribuisce a creare un profilo digitale che può essere utilizzato da aziende, governi, cybercriminali o terze parti per analizzare interessi, abitudini e comportamenti.

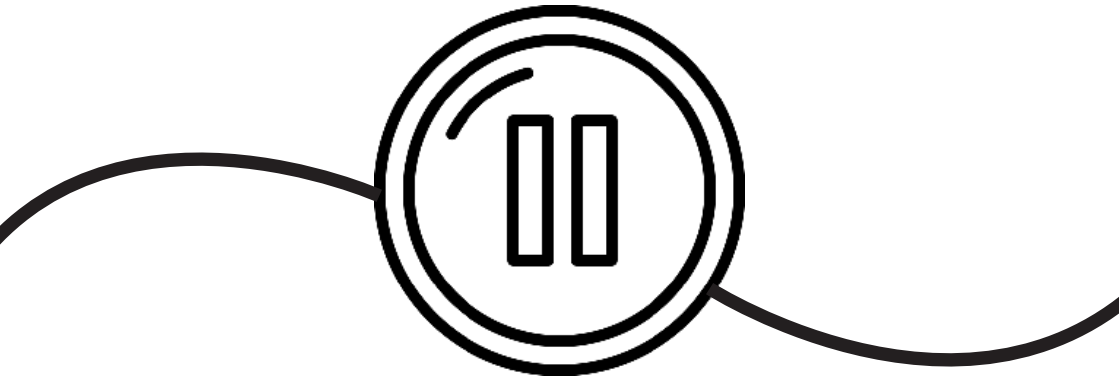
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

PRIVACY



La relazione tra privacy social e giovani bidirezionale: da un lato, i social offrono opportunità di socializzazione, apprendimento e sviluppo personale; dall'altro, l'esposizione a dati, contenuti e algoritmi comporta rischi significativi per la privacy e il benessere psicologico. Il bilancio ottimale si ottiene attraverso consapevolezza, educazione digitale, regolamentazione normativa e configurazioni di sicurezza personalizzate.

QUIETE DIGITALE



La quiete digitale, è una pausa consapevole dall'uso di dispositivi elettronici, social network e altre tecnologie, volta a tutelare il benessere mentale, la concentrazione e le relazioni autentiche dei giovani.

La mancata osservanza di queste pause può avere diverse ripercussioni fisiche, psicologiche e sociali, analizzabili in dettaglio.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

REALTÀ DISTORTA

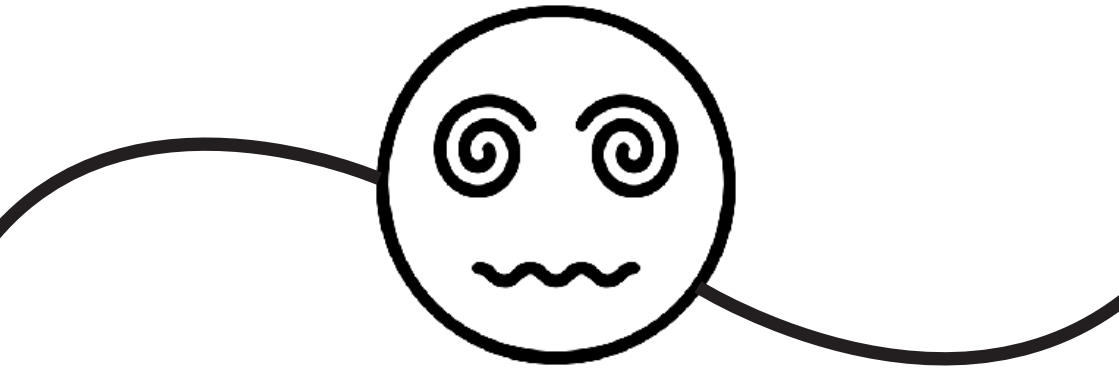


La realtà distorta nei contesti digitali è il risultato di un'interazione complessa tra tecnologia, psicologia e socializzazione: i giovani rischiano di confrontarsi con mondi filtrati e idealizzati, alterando la loro percezione di sé e degli altrI.

La chiave per affrontarlo risiede nell'educazione digitale, mediazione familiare e scolastica, nello sviluppo di competenze emotive e critiche che permettano di capire la differenza tra il reale e il virtuale.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

SOVRASTIMOLAZIONE

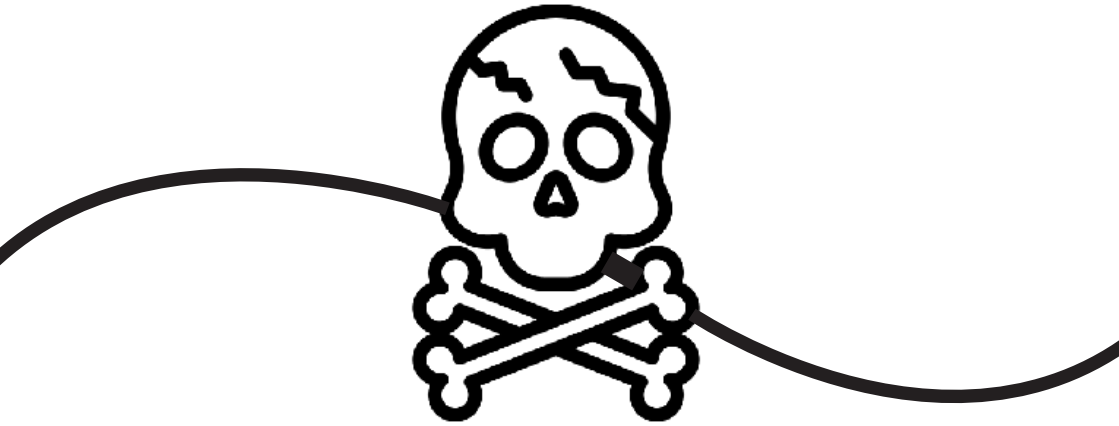


La sovrastimolazione sui social è un fenomeno psicologico e neuroscientifico legato all'esposizione continua e frammentata a flussi di informazioni digitali, notifiche, post, video e contenuti emozionali.

Il Popcorn Brain, è una condizione dove il cervello, molto stimolato sviluppa un funzionamento superficiale e iper-responsivo, con difficoltà a mantenere attenzione prolungata, memorizzazione dei dettagli e regolazione emotiva.

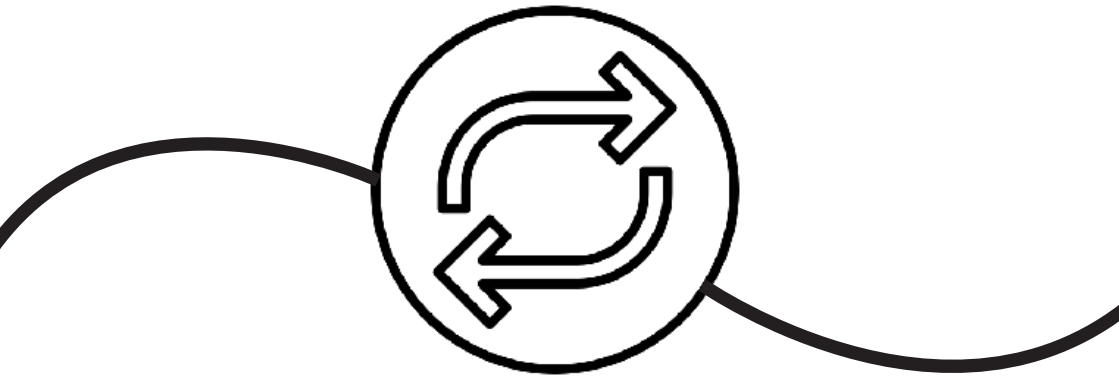
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

TOSSICITÀ



La tossicità dei social per i giovani emerge quando l'utilizzo non è regolato o consapevole, portando a effetti negativi sulla salute mentale, fisica e sociale. La prevenzione richiede un approccio combinato di educazione, regolazione del tempo online, attività reali e supporto adulto per sviluppare un uso sano e protetto delle piattaforme digitali.

UNIFORMITÀ DIGITALE



L'uniformità digitale è un fenomeno complesso che riflette la pressione sociale e culturale dei social media sulla vita dei giovani. Favorisce connessione e espressione, ma può compromettere autostima, autenticità e salute mentale, richiedendo interventi educativi e strategie di media literacy per un uso equilibrato e consapevole delle tecnologie digitali.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

VIRALITÀ



La viralità indica la capacità di un contenuto di diffondersi rapidamente e moltiplicarsi attraverso le condivisioni tra gli utenti delle piattaforme social.

Non tutti i post diventano virali; alcuni riescono ad attrarre attenzione e coinvolgimento molto più di altri, creando effetto "a valanga" online e offline.

WHATCH OUT!

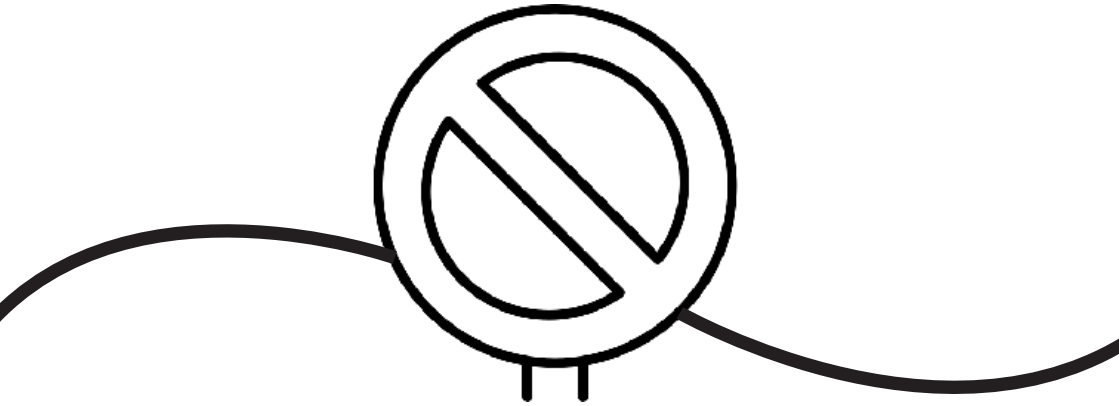


I social media offrono opportunità di relazione e apprendimento, ma il loro uso non controllato può esporre i giovani a rischi psicologici, comportamentali e fisici.

La prevenzione si basa su dialogo, educazione, regole chiare e supporto professionale quando necessario.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

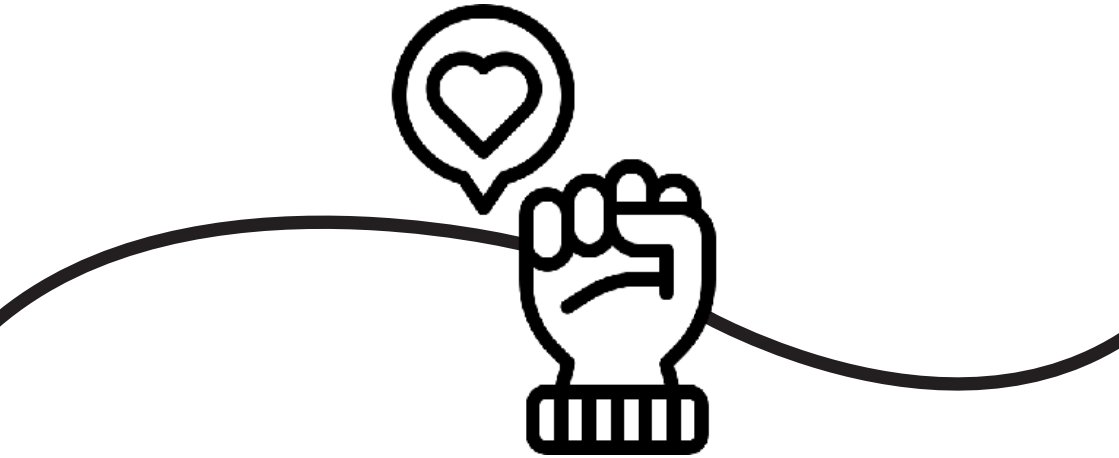
XENOFOBIA ONLINE



La xenofobia è una forma di paura e avversione verso ciò che è percepito come “straniero” o “diverso” e si manifesta anche nel mondo digitale con conseguenze serie sulla società e sugli individui, rendendo fondamentale un’azione consapevole e corale per contrastarla efficacemente.

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

YOU MATTER

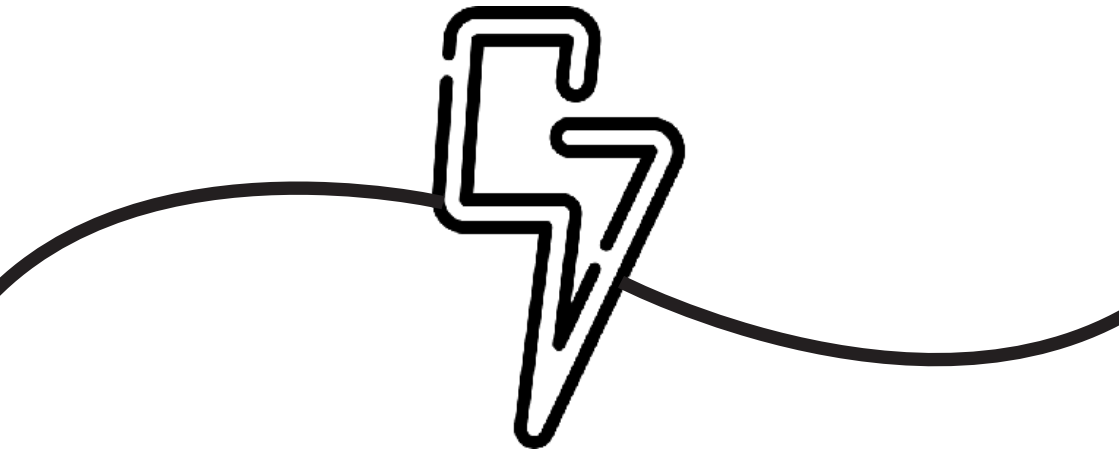


"Nel mare infinito dei social, è facile sentirsi solo un numero. Ricorda però che la tua prospettiva, la tua creatività e le tue esperienze sono insostituibili.

Condividere chi sei veramente è il tuo vero potere.". TU CONTI!

Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

ZAPPING



Lo zapping sui social media rappresenta una naturale estensione delle abitudini cognitive moderne: è un metodo veloce di esplorare e connettersi, ma richiede consapevolezza per evitare conseguenze sulla concentrazione, sull'autostima e sull' apprendimento critico. A livello educativo, è utile andare verso un uso equilibrato, alternando momenti di consumo veloce e momenti di approfondimento reale, favorendo consapevolezza digitale e pensiero critico.

MOCKUP


INTELLIGENZA ARTIFICIALE POSITIVA
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

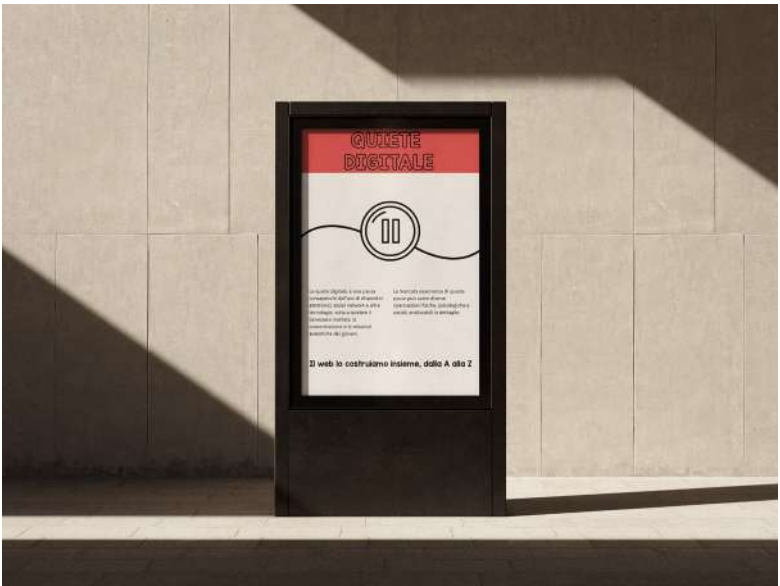

PRIVACY
La relazione tra privacy social e giovani bidirezionale: da un lato, i social offrono opportunità di socializzazione, apprendimento e sviluppo personale; dall'altro, l'esposizione a dati, contenuti e algoritmi comporta rischi significativi.
per la privacy e il benessere psicologico. Il bilancio ottimale si ottiene attraverso consapevolezza, educazione digitale, regolamentazione normativa e configurazioni di sicurezza personalizzate.
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


REALTA DISTORTA
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


KARMICO ONLINE
Il karmico online è un legame intenso e spesso complesso tra due persone, considerato il risultato di esperienze passate. Si distingue per attrazione immediata, forte emozionalità, schemi ripetitivi e una sensazione di familiarità
L'obiettivo di questi legami non è la comodità o la stabilità a lungo termine, ma insegnare lezioni importanti, favorire la crescita personale e risolvere ferite emotive passate.
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


HATE SPEECH
che diffonde, incita, promuove o giustifica l'odio, la discriminazione o la violenza nei confronti di una persona o di un gruppo di persone.
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


QUIETE DIGITALE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


GROOMING
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


DIPENDENZA DIGITALE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A


ANSIA DA LIKE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


MISINFORMAZIONE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


EMPATIA ONLINE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


BODY SHAMING
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


OMBRE DIGITALI
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


FAKE NEWS
NEWS
FAKE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


CYBERBULLISMO
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


LIMITI ONLINE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


JITTER
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


XENOFOBIA ONLINE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


WHATCH OUT!
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla


UNIFORMITÀ DIGITALE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z
TOSSICITÀ
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z
SOVRASTIMOLAZIONE
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z

MOCKUP


YOU MATTER
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


VIRALITÀ
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z


ZAPPING
Il web lo costruiamo insieme, dalla A alla Z