Il primo telefono di tuo figlio: una guida completa

Con la Dott.ssa Beurkens, psicologa infantile

Regalare a tuo figlio il suo primo telefono è un passo importante verso l'indipendenza. Prendi questa decisione con serenità e consapevolezza grazie alla nostra guida, che ti aiuterà a orientarti tra strumenti, consigli e buone pratiche per affrontare questo nuovo percorso, insieme.

In questa guida troverai:

- Cosa considerare prima di affidargli un telefono
- Una checklist per capire se è pronto
- Suggerimenti e strumenti per rendere il telefono più sicuro e adatto all'età
- Spunti di conversazione per mantenere un dialogo aperto e costante

Qustodio by AURA

Prendere la decisione

Un telefono può connettere un ragazzo con i genitori — e con il mondo.
Ma comporta anche nuove responsabilità. Il segreto sta tutto nello scegliere il momento giusto e l'approccio più adatto.

Step 1: parlare dei lati positivi e negativi del possedere un telefono

Chiediti se tuo figlio è pronto tanto per la libertà quanto per la responsabilità che comporta avere un telefono.

Come famiglia, valutate insieme gli aspetti negativi e come prepararvi ad affrontarli.

- ✅ Indipendenza
- ✅ Sicurezza
- ✅ Connessione
- ✅ Opportunità di apprendimento
- ❌ Distrazione
- ❌ Costi
- ❌ Esposizione a rischi
- ❌ Difficoltà nella gestione del tempo davanti allo schermo

Step 2: valutare se il ragazzo è pronto

Responsabilità:
Si prende cura delle sue cose?

Privacy:
Sa cosa è sicuro condividere online e cosa no?

Limiti:
Riesce a gestire la pressione dei coetanei e le interazioni negative?

Autocontrollo:
Riesce a rispettare i limiti di tempo davanti allo schermo?

Competenze digitali:
Sa come bloccare o segnalare contenuti o comportamenti inappropriati?

Collaborazione:
È disposto ad accettare guida e supervisione?

Qustodio by AURA

Configurare il telefono insieme

Una volta presa la decisione come famiglia, è il momento di configurare il primo telefono di tuo figlio, mantenendo la sicurezza e le regole come priorità.

Step 3: rendere positivo il primo approccio al telefono

- Stabilisci regole chiare su quando e come può essere usato il telefono
- Parla regolarmente di ciò che tuo figlio fa online e delle sue esperienze
- Create insieme momenti in cui gli schermi non sono ammessi, ad esempio durante i pasti o prima di andare a dormire (vale per tutti!)
- Incoraggia un buon equilibrio tra tempo online e attività offline
- Dai il buon esempio con abitudini sane nell'uso del telefono
- Mantieni il dialogo aperto e partecipa attivamente
- Imposta controlli parentali per rendere il dispositivo adatto all'età: limita il tempo d'uso, blocca contenuti inappropriati e guida il ragazzo verso abitudini digitali più consapevoli

Spunti di conversazione utili per incentivare la riflessione nei ragazzi

> Ti viene in mente una situazione in cui dovevi concentrarti ma qualcosa di più divertente ti distraeva? Come l'hai gestita?

> Quali regole o strategie potremmo stabilire insieme per assicurarci che tutti in famiglia usiamo i telefoni in modo sano ed equilibrato?

> Gli smartphone possono far perdere facilmente la concentrazione. Come farai a mantenere l'attenzione su ciò che conta davvero, come la scuola o il tempo trascorso in famiglia e con gli amici?

> Pensa a come ti prendi cura delle tue cose. Ti senti abbastanza responsabile per gestire un oggetto di valore come uno smartphone?

> Come ti sentiresti se perdessi o danneggiassi il telefono? Cosa faresti in quella situazione?

Qustodio by AURA