

Questo vademecum è stato creato dal progetto "Scommetti sulla Prevenzione" di Tecum Azienda speciale Servizi alla Persona, realizzato da Spazio Giovani impresa sociale e finanziato da ATS Insubria, all'interno delle azioni di prevenzione del Piano di contrasto al GAP (gioco d'azzardo patologico).

I suggerimenti che contiene sono stati selezionati e messi a fuoco insieme ad un gruppo di genitori che ha lavorato con noi, con l'obiettivo di aiutare tutti ad avere più presenti alcuni aspetti fondamentali del rapporto e del confronto tra ragazzi e genitori.

Una attenzione particolare è stata riservata al rapporto con gli strumenti digitali e alle dinamiche di gioco d'azzardo, che a volte vengono inserite in alcuni videogiochi, costituendo un possibile avvicinamento a questo tipo di comportamenti.

Un ringraziamento speciale a tutti i partecipanti, all'associazione Tempo Pieno per l'aiuto nel coinvolgimento dei genitori, al Comune di Inverigo per aver messo a disposizione gli spazi e pubblicizzato l'iniziativa.



GENITORI IN DIALOGO

**suggerimenti e attenzioni per un
rapporto più sereno tra genitori e
adolescenti al tempo dei dispositivi digitali**

"Scommetti sulla Prevenzione" è un progetto di:



Finanziato da:



**una iniziativa del progetto
Scommetti Sulla Prevenzione**

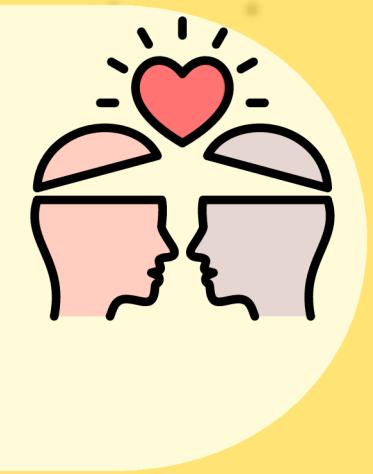


I NOSTRI SUGGERIMENTI

per un buon rapporto tra genitori e adolescenti
al tempo dei dispositivi elettronici

dì di NO usando l'EMPATIA

Impegnati a **capire il punto di vista** e l'opinione di tuo figlio anche quando esprimi il tuo dissenso - **senza farlo sentire giudicato**, riuscendo comunque a rimanere fermo sulle tue posizioni.



Il tuo NO ha tante motivazioni: non lasciarlo sospeso, cerca di sostenere il tuo no in modo fermo ma **riempiendolo di significato**.

accogli PASSIONI e INTERESSEI

Ogni persona è unica e **l'unicità ci identifica**:



rispetta l'unicità dei tuoi figli, non contrastare il loro essere unici, **accogli tutto ciò che arriva dai figli con interesse e condivisione**.



cerca il lato POSITIVO del digitale

Sfrutta il tempo di utilizzo dei dispositivi digitali come **momento di condivisione familiare** e non di isolamento.

Il digitale **se usato bene** è uno strumento utile, semplifica la conoscenza delle cose aiutando ad avere tutto a portata di mano, ma può anche portare i ragazzi ad isolarsi.
Non è tutto sbagliato e non è tutto giusto.

spiega COME TI SENTI, non PUNTARE IL DITO

Entra in sintonia con i figli **anche durante le discussioni**: fagli capire cosa provi in reazione ai loro comportamenti, **spiega come ti sei sentito**.



Apri un canale di comunicazione invece di chiuderlo urlando. Parla di come ti fanno stare, **senza farli sentire giudicati**.

la COERENZA fa la DIFFERENZA



Ricorda sempre che gli adulti sono **modelli di comportamento** per i ragazzi.

E' inutile fare prediche o stabilire regole rigide sull'uso dei dispositivi, se poi noi non **le rispettiamo per primi**: ad esempio no cellulari durante il pranzo / la cena!

SCEGLI il gioco, riconosci l'AZZARDO

Condividi **la scelta e la tipologia di videogiochi** con i figli, monitora il tempo di gioco, e ricorda che puoi **giocare anche tu con loro**.

Fai attenzione ai giochi che contengono modalità che **assomigliano al gioco d'azzardo** e che potrebbero abituare i ragazzi a questo tipo di comportamenti.



(ricorda: il gioco d'azzardo è vietato ai minori di 18 anni)