

GUIDA PER LE FAMIGLIE

alla creazione di contenuti per adolescenti

→ Consigli per gli adolescenti

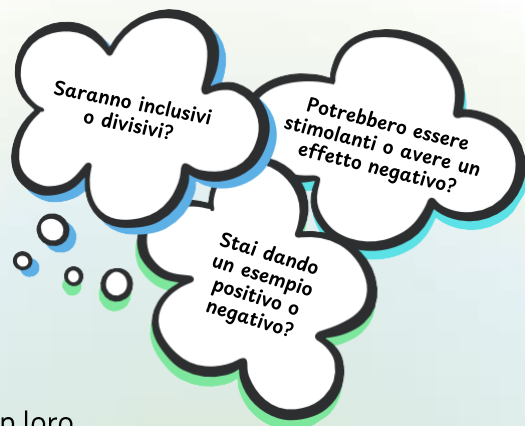
common sense networks™ in collaborazione con 

La creazione di contenuti è un ottimo modo per esprimere la propria creatività, condividere i propri pensieri e stabilire connessioni. Usa questi consigli per garantire sicurezza, positività e divertimento lungo tutto il processo creativo.

CERCA LA POSITIVITÀ, NON LA PERFEZIONE

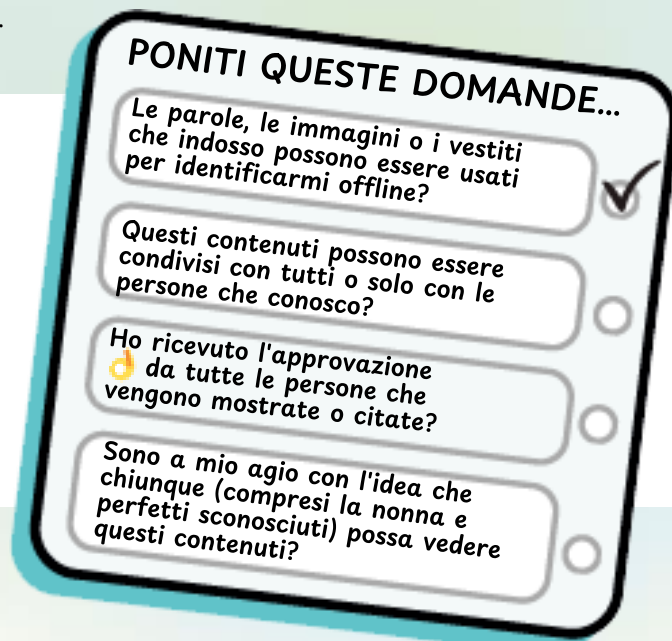
I tuoi contenuti avranno un impatto su di te e su chiunque li vedrà, quindi fa' in modo che questo impatto sia positivo. Pensa a come i tuoi video e i tuoi commenti faranno sentire te e i tuoi spettatori.

Si tratta di entrare in contatto con le persone, non di confrontarti con loro. Non concentrarti sul raggiungere la perfezione e ottenere visualizzazioni e Mi piace. Ricerca l'autenticità ed esprimi te per come sei.



PRESTA ATTENZIONE ALL'ECESSIVA CONDIVISIONE

Alcuni contenuti sono meno sicuri di altri. Poniti queste domande per proteggere te e gli altri dai rischi.



PENSA IN MODO CRITICO


Le tendenze e le challenge sono un modo divertente di mettere in mostra le tue abilità ed entrare in sintonia con gli altri. Tuttavia, alcune possono essere rischiose anche se non sempre appare ovvio. Prima di partecipare, segui questi tre passaggi:

FAI UNA PAUSA > VALUTA I RISCHI > PRENDI UNA DECISIONE

GUIDA PER LE FAMIGLIE

alla creazione di contenuti
per adolescenti

→ Consigli per
gli adolescenti

common sense networks™ in collaborazione con 




ASSUMI IL CONTROLLO DEI TUOI COMMENTI

I feedback e persino le critiche fanno naturalmente parte della creazione di contenuti. Prepara un piano per come risponderai (o non risponderai).



FIDATI DEL TUO ISTINTO

Sei tu ad avere il controllo delle tue scelte. Cerca di capire come ti senti durante il processo di creazione.

-  *Provi felicità o entusiasmo?* Allora probabilmente stai procedendo nel modo giusto.
-  *Provi nervosismo o non sei a tuo agio?* Prenditi una pausa e rifletti.
-  *Provi tristezza o frustrazione?* Potrebbe essere un segno che è il caso di fermarsi o chiedere aiuto.

PRENDITI CURA DI TE

Mentre crei, assicurati che il tuo benessere venga al primo posto...

TROVA ALLEATI

Affidati ad amici, familiari o altri adulti di cui ti fidi.

TROVA UN EQUILIBRIO

Trova il tempo per altre priorità o attività che ami.

RIORDINA LE IDEE E RIFLETTI

Qual è stata la parte migliore? Cosa cambierà la prossima volta?

...e chiaramente, ricordati di **DIVERTIRTI!** 