

GUIDA PER LE FAMIGLIE

alla creazione di contenuti per adolescenti

common sense networks™ in collaborazione con  YouTube



CIAO FAMIGLIE

Gli adolescenti di oggi non guardano solo i video, ma sono anche creator di contenuti. Realizzare video consente agli adolescenti di esplorare i propri interessi, esprimersi, entrare in contatto con una community globale e, ovviamente, divertirsi.

Tuttavia, creare contenuti comporta delle sfide. Per quanto possa sembrare incredibile, gli adolescenti cercano l'appoggio, il supporto e la collaborazione di adulti fidati. Quindi, perché rifiutare? Guardate video insieme, dialogate e magari apparite anche in un video o due. Ma soprattutto, aiutateli ad avere il controllo delle loro vite digitali.

Questa guida è stata ideata a questo scopo durante tutte le fasi della creazione di contenuti: prima, durante e dopo. Vi invitiamo a consultarla insieme ai vostri figli adolescenti e seguire i consigli nel modo più adatto alla vostra famiglia.

Con la vostra collaborazione, ci auguriamo di rendere il mondo online degli adolescenti un po' più positivo, molto più sicuro e di gran lunga più divertente.



CONTENUTI

PRIMA DELLA CREAZIONE

- Alleanza: comprensione e sostegno 4
- Consapevolezza: motivazione, obiettivi, personaggio online 5
- Rischi da considerare: privacy 7
- Benessere sotto controllo: è la scelta giusta da fare ora? 8
- Conclusione: tutto pronto per la creazione? 9

DURANTE LA CREAZIONE

- Alleanza: offrire vicinanza 11
- Bravi cittadini digitali: empatia, inclusività, awareness 12
- Creazione: tendenze e challenge 13
- Rischi da considerare: privacy, autorizzazioni, disinformazione 15
- Benessere sotto controllo: fidarsi dell'istinto 16
- Conclusione: tutto pronto per il caricamento? 17

DOPO IL CARICAMENTO

- Alleanza: esaminare i risultati 19
- Preparazione: feedback e cyberbullismo 20
- Benessere sotto controllo: riordinare le idee e riflettere 22
- Conclusione: apprendere dalla creazione 23

CONCETTI PRINCIPALI

3

4

5

7

8

9

10

11

12

13

15

16

17

18

19

20

22

23

24



**PRIMA
DELLA
CREAZIONE**



ALLEANZA: COMPrensIONE E SOSTEGNO

Interessatevi ai processi di creazione dei contenuti dei vostri figli adolescenti.

Assicuratevi che sappiano che possono contare sul vostro sostegno mentre esplorano il mondo della creazione di contenuti:

- 1 Dimostratevi sinceramente interessati.**
Chiedete ai vostri figli quali sono i loro creator e contenuti preferiti o, meglio ancora, guardateli insieme.
- 2 Aiutateli nei momenti di difficoltà.**
Offrite la vostra vicinanza quando qualcosa va male. Ascoltateli e provate a capire le loro emozioni.
- 3 Divertitevi insieme.**
Godetevi la gioia, la spontaneità, la creatività e il legame che derivano dalla creazione di video.

In questo modo, gli adolescenti sanno che possono rivolgersi a voi quando si imbattono negli inevitabili alti e bassi della creazione di contenuti.

Quale aspetto dei video ti piace di più... il divertimento, l'apprendimento o qualcos'altro?

Che tipo di video vuoi creare?

Tu o i tuoi amici avete mai riscontrato dei problemi (come video strani o disgustosi)?

MI AIUTI A TROVARE UN CANALE CHE POTREBBE PIACERMI?



CONSAPEVOLEZZA: MOTIVAZIONE E OBIETTIVI

Perché creare? Concentratevi sulla giusta motivazione.

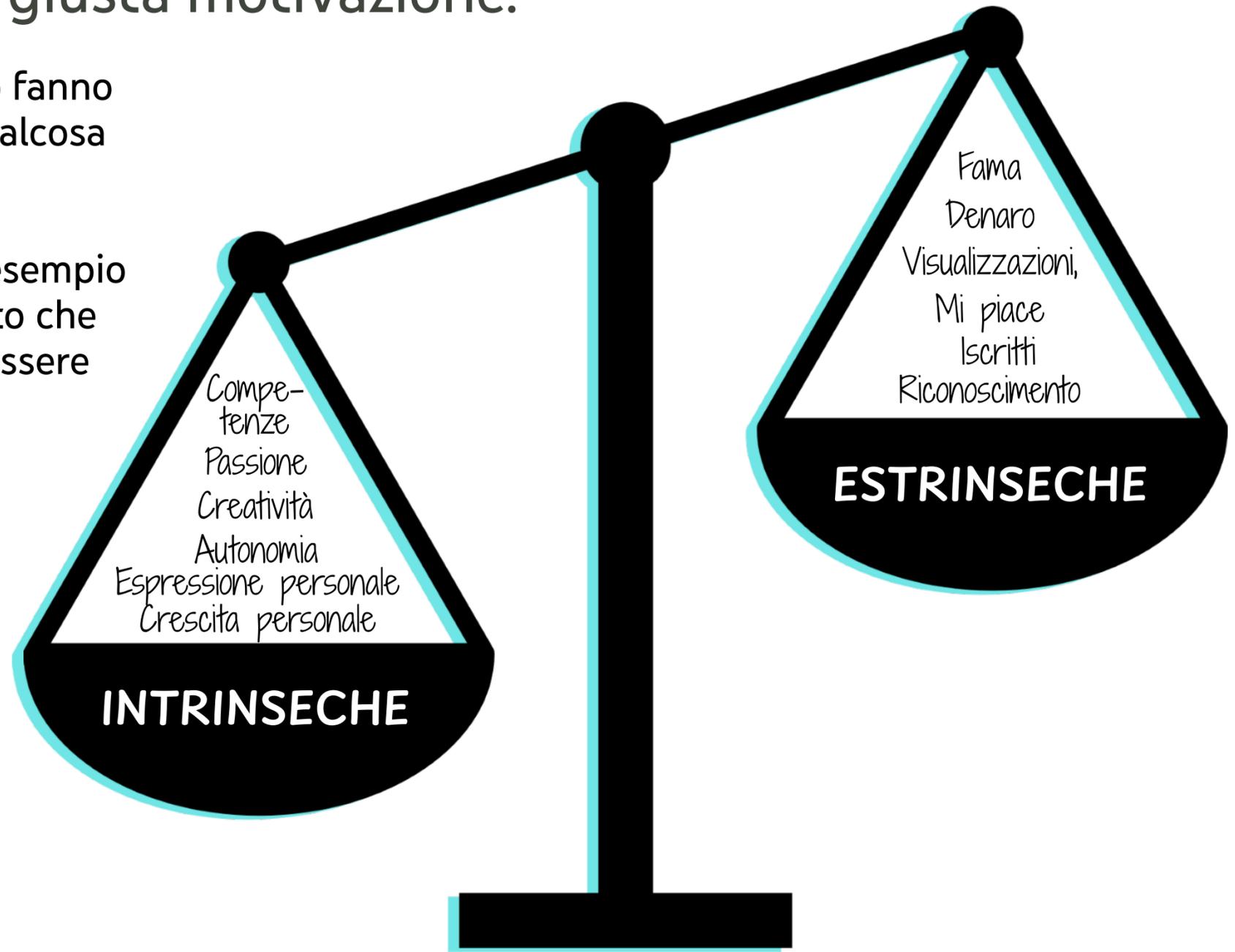
Conoscere i contenuti che creano e i motivi per cui lo fanno può aiutare gli adolescenti a divertirsi e realizzare qualcosa di cui andare fieri.

Aiutateli a capire le loro motivazioni intrinseche, ad esempio esprimere la propria creatività o personalità (piuttosto che ottenere visualizzazioni e Mi piace), per prepararli a essere soddisfatti a lungo termine nel mondo online.

COME VUOI SENTIRTI DOPO AVER CREATO UN VIDEO?

Quali argomenti ti appassionano?

Cosa speri di ottenere?



CONSAPEVOLEZZA: PERSONAGGIO ONLINE

Chi voglio essere online?

Incoraggiate i vostri figli a mostrare al mondo loro stessi e sviluppare una traccia digitale di cui andare fieri.

GLOSSARIO DEI CREATOR

Brand personale:

L'identità che si mostra deliberatamente alle altre persone.

La storia e la reputazione che si sviluppano.

Traccia digitale:

La scia di dati che lasciamo online, un registro di tutte le nostre azioni e informazioni.

ESEMPI PRATICI

Prendiamo un esempio di brand personale

Visitate gli account di social media di un personaggio o una celebrità che conoscete.

- Come si mostrano?
- Qualcosa vi stupisce? Avreste fatto diversamente?

Cercatevi su Google

Se la traccia digitale dei vostri figli non è ancora sufficiente, usate la vostra per iniziare una conversazione.

- Siete a vostro agio con tutti i risultati che trovate?
- Cosa vi inorgoglisce di più?
- Trovate qualcosa di imbarazzante?
- Cos'altro vorreste vedere?



RISCHI DA CONSIDERARE: PRIVACY

La privacy è una responsabilità e un diritto degli adolescenti.

Aiutate i **vostr**i figli a riconoscere i rischi della condivisione eccessiva, così non metteranno in pericolo loro stessi e altre persone.

Definite dei limiti

- Decidete quali informazioni sono sicure o meno da condividere.
- Chiedete il consenso delle persone interessate prima di taggarle o menzionarle.

Esaminate le impostazioni della privacy

- Evitate di condividere la posizione in tempo reale. Disattivate il tagging geografico.
- Aggiornate le impostazioni della privacy per controllare dove vengono visualizzati i video e chi può guardarli.

Controllate i dettagli

- Le informazioni private possono essere estrapolate dalle parole, dall'abbigliamento e dai luoghi visitati. Controllate ciò che vi circonda in cerca di elementi che possano rivelare informazioni personali.
- Provate a sfocare lo sfondo o usarne uno virtuale.

Ecco un elenco di controllo pratico e utile.



	SÌ	NO
Vogliamo dei "Sì" per queste opzioni:		
Ho controllato che non si vedano dettagli personali sullo sfondo?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho ricevuto il consenso di tutte le persone mostrate o menzionate?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sono a mio agio con l'idea che chiunque possa vedere questi contenuti?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vogliamo dei "No" per queste opzioni:		
Sto condividendo informazioni che dovrebbero rimanere private?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Le parole, le immagini o i vestiti che indosso possono essere usati per identificarmi offline?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
I contenuti rivelano la mia posizione attuale o i miei piani futuri?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Queste informazioni potrebbero essere usate per danneggiarmi?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Oltre la mia privacy, la condivisione dei contenuti potrebbe mettere a rischio quella di altre persone?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

BENESSERE SOTTO CONTROLLO

Creare contenuti è la scelta giusta in questo momento?

Aiutate i vostri figli a pensare al loro stato mentale, allo spazio sociale e alla gestione del tempo.

Stato

Comprendete in che modo i sentimenti e gli impulsi che provano possono influenzare le loro azioni ed emozioni.

IN CHE MODO LA CREAZIONE INFLUENZA IL TUO UMORE?

Credi che vorrai condividere questi contenuti anche domani?

Spazio

Riflettete sulla creazione di contenuti: è il miglior modo per esprimere ciò che pensano o sentono al momento?

Ti pentirai di aver condiviso questi contenuti qui?

Hai considerato l'idea di condividere contenuti solo con le persone che conosci?

Parlare con una persona amica ti farebbe sentire meglio rispetto al caricamento di contenuti?

Tempo

Trovate un equilibrio tra ciò che vogliono e devono fare: ci sono altre cose a cui dovrebbero dare la priorità?

La creazione occuperà tutto il resto della tua giornata?

Quanto tempo vuoi dedicare alla creazione?

CONCLUSIONE: TUTTO PRONTO PER LA CREAZIONE?

Prima che gli adolescenti inizino a creare, tenete a mente questi suggerimenti.

1 **Alleanza**

Assicuratevi che sappiano che possono contare sul vostro sostegno mentre esplorano il mondo della creazione di contenuti. Incoraggiateli a condividere il loro percorso con voi.

2 **Consapevolezza**

Preparateli ad essere soddisfatti nel lungo termine pensando a ciò che li rende felici piuttosto che all'ottenimento di visualizzazioni o Mi piace. Incoraggiateli a creare un personaggio online che metta in evidenza le loro passioni e che sono fieri di mostrare al mondo.

3 **Rischi da considerare**

Prestate attenzione all'eccessiva condivisione. Aiutateli a proteggere la loro privacy tracciando dei confini, esaminando le impostazioni della privacy per controllare chi vede i loro contenuti e limitando la condivisione dei loro dettagli personali.

4 **Benessere sotto controllo**

Aiutate i vostri figli a pensare al loro stato mentale, allo spazio sociale e alla gestione del tempo per capire se creare contenuti è la scelta giusta da fare ora.





**DURANTE LA
CREAZIONE**

ALLEANZA: OFFRIRE VICINANZA

Partecipate, incoraggiateli e create nuovi ricordi insieme.

Li avete aiutati durante la preparazione, ora è il momento di partecipare al processo di creazione e condivisione.

- 1 Creare insieme**
Divertitevi a creare contenuti con i vostri figli. Se sono d'accordo, aiutateli a realizzare il loro prossimo video per creare un'esperienza condivisa.
- 2 Offrire sostegno**
Anche se non vogliono che partecipiate a tutti i loro video, potete sempre offrire un aiuto o dare delle indicazioni. Offrite assistenza tecnica, aiutateli a fare brainstorming e a risolvere i problemi o fate semplicemente il tifo per loro.
- 3 Promuovere la creazione responsabile**
Durante il loro percorso, potrebbero aver bisogno di alcuni promemoria in merito alla loro traccia digitale, ai loro valori o alla loro sicurezza. Precisate che possono rivolgersi a voi.
- 4 Creare ricordi**
I contenuti non sono l'unica cosa che potete creare insieme. Divertirsi durante l'esplorazione del mondo online può rafforzare il vostro legame e creare ricordi duraturi.



BRAVI CITTADINI DIGITALI

Pensate ai potenziali effetti che i contenuti possono avere sulle altre persone.

Incoraggiate i vostri figli a contribuire allo sviluppo di una community online positiva.

Creare con empatia

Fateli immedesimare negli spettatori affinché possano creare contenuti rispettosi dei sentimenti, dei bisogni e delle difficoltà altrui.

Le mie parole o azioni potrebbero offendere o ferire?

Come potrebbero prenderla spettatori diversi con esperienze differenti?

Promuovere l'inclusività

I contenuti sono per tutti o potrebbero escludere qualcuno? Rifletteteci insieme. Evitate termini discriminatori o che esprimono giudizi.

I miei contenuti promuovono la gentilezza, l'accettazione e il rispetto?

Le mie parole o le immagini mostrate potrebbero incentivare uno stereotipo?

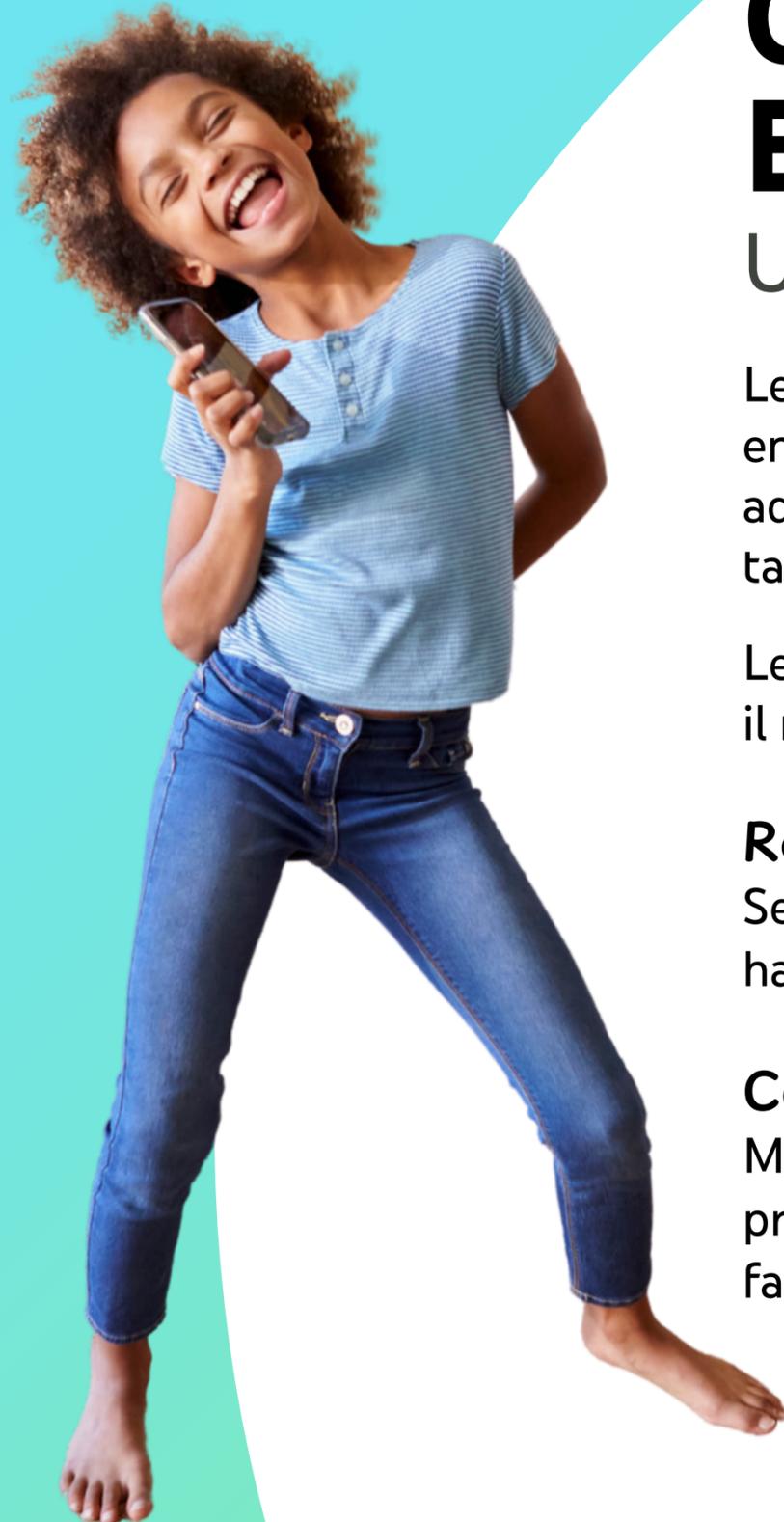
Essere consapevoli

Assicuratevi che sappiano (e ricordino) che i loro contenuti possono influenzare chiunque li vede, sia in positivo che in negativo.

I CONTENUTI POTREBBERO TURBARE EMOTIVAMENTE ALCUNE PERSONE? DEVO INSERIRE UN AVVERTIMENTO?

Sto adottando comportamenti o schemi mentali rischiosi o poco sani?

STO DANDO UN ESEMPIO NEGATIVO O POSITIVO?



CREAZIONE: TENDENZE E CHALLENGE

Unitevi al divertimento in modo responsabile e sicuro.

Le tendenze online sono diventate una parte essenziale della cultura adolescenziale e influenzano enormemente le loro vite digitali. Possono rappresentare un formato positivo e divertente che gli adolescenti possono usare per esprimersi creativamente, sentirsi parte di qualcosa e mostrare i loro talenti o punti di forza.

Le informazioni e la partecipazione attiva possono rafforzare il vostro legame e aiutarvi a capire il mondo digitale dei vostri figli, oltre a mantenerli al sicuro. Ecco alcuni consigli:

Restare sempre al corrente

Seguite gli account pertinenti e chiedete delle challenge a cui sono interessati i vostri figli o che hanno provato. Se temete che una challenge possa essere pericolosa, parlatene con loro.

Collaborare

Mettete da parte la timidezza. Non esiste modo migliore per comprendere l'hype che provare in prima persona. Partecipate con i vostri figli alle challenge che rispecchiano i valori della vostra famiglia e divertitevi.

Ma alcune challenge comportano dei rischi...

CREAZIONE: TENDENZE E CHALLENGE

Sapere quando iniziare o smettere è la vera sfida.

Il pensiero critico e il controllo degli impulsi degli adolescenti sono ancora in fase di sviluppo. Pertanto, valutare i rischi e le conseguenze non è sempre facile per loro. Quando si tratta di creare video di tendenze o challenge online, aiutateli a:

Pensare all'impatto

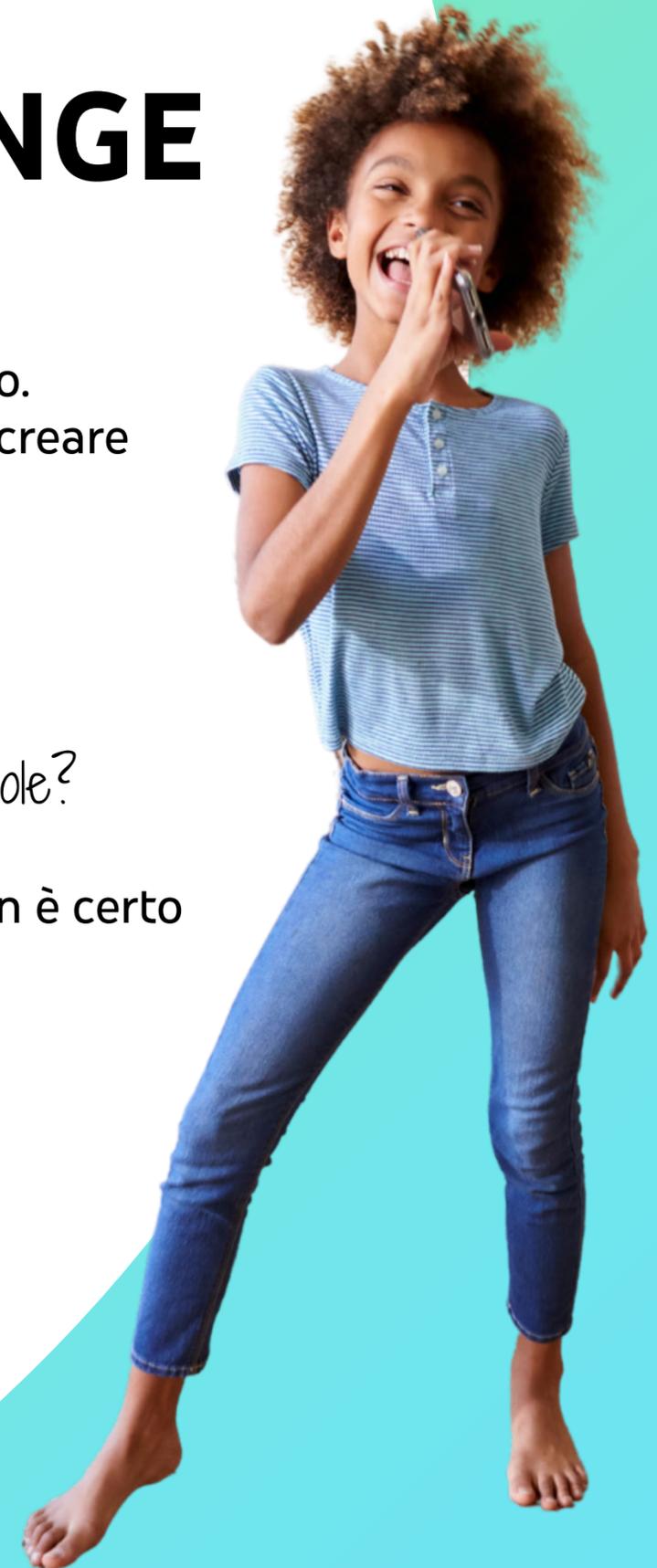
- **Prendere una pausa** e riflettere prima di partecipare a una challenge.
- **Valutare i rischi.** Le seguenti domande possono essere d'aiuto.
È una challenge sicura? Cosa potrebbe andare storto? Potrei farmi male? È contro le regole? È giusta? È vera?
- **Decidere.** Se la challenge è troppo rischiosa o pericolosa, è meglio lasciar perdere. Se non è certo che lo sia, è bene assicurarsene o rivolgersi a un adulto fidato.

Fare ricerche

Anche se alcune challenge comportano dei rischi, molte offrono un'esperienza positiva. Se non siete sicuri, cercate fonti attendibili per raccogliere maggiori informazioni.

Segnalare

Ricordate loro che possono contribuire a fermare la diffusione della disinformazione e del pericolo segnalando (e non creando o condividendo) le challenge dannose e le truffe.



RISCHI DA CONSIDERARE: PRIVACY, AUTORIZZAZIONI E DISINFORMAZIONE

Fate attenzione, seguite le regole e pensate in modo critico.

Privacy

Ricordate ai vostri figli di non condividere posizioni in tempo reale, informazioni personali che possono essere presenti sullo sfondo o sui vestiti e di non mostrare in video persone che non hanno dato il loro consenso.

Autorizzazioni

Le regole, le linee guida e le leggi esistono per proteggerci. Quando si tratta di usare musica, immagini o qualsiasi altro contenuto che i vostri figli non hanno creato, invitateli a prendere in considerazione le autorizzazioni di cui hanno bisogno o necessitano.

Disinformazione

Il pensiero critico necessario a distinguere i fatti dalla finzione non è ancora del tutto sviluppato negli adolescenti, che potrebbero tendere a credere o condividere maggiormente informazioni false. Spronateci a non prendere per buono tutto ciò che vedono o sentono.

- Esaminate le fonti. Date un'occhiata agli account e ai contenuti che caricano per assicurarvi che siano attendibili.
- Distinguate i fatti dalle opinioni. I fatti si possono dimostrare con le prove. Le opinioni sono pareri o sensazioni.
- Quando siete in dubbio, verificate. Usate gli strumenti di fact checking come Snopes e FactCheck.org.

È GRATIS?
POSSO USARLO?

Chi merita il
riconoscimento?

Sembra una notizia
scioccante o troppo
bella per essere vera?

Fraasi come "penso
che" ci fanno capire che
le informazioni si basano
sulle opinioni di una
persona.

BENESSERE SOTTO CONTROLLO: FIDARSI DELL'ISTINTO

Aiutate i vostri figli a percepire i loro sentimenti come indicatori, non distrazioni.

Nella creazione di contenuti, per gli adolescenti è semplice farsi prendere dal divertimento o persino dalle pressioni o dalle aspettative esterne. Incoraggiate i vostri figli a prendersi cura di se stessi ricordando loro che possono decidere liberamente.

Aiutateli a capire il loro livello di benessere e prestare ascolto ai loro sentimenti quando creano o si preparano a caricare contenuti.

Il malessere o il disagio possono essere campanelli d'allarme: è il momento di fermarsi e riflettere.



Segnali contrastanti

È normale che i vostri figli si sentano nervosi all'idea di esporsi. Aiutateli a capire se ciò che sentono è positivo o se qualcosa non va.

NEGATIVO

I sentimenti come la tristezza o la frustrazione sono indicatori che è ora di fermarsi e chiedere aiuto.

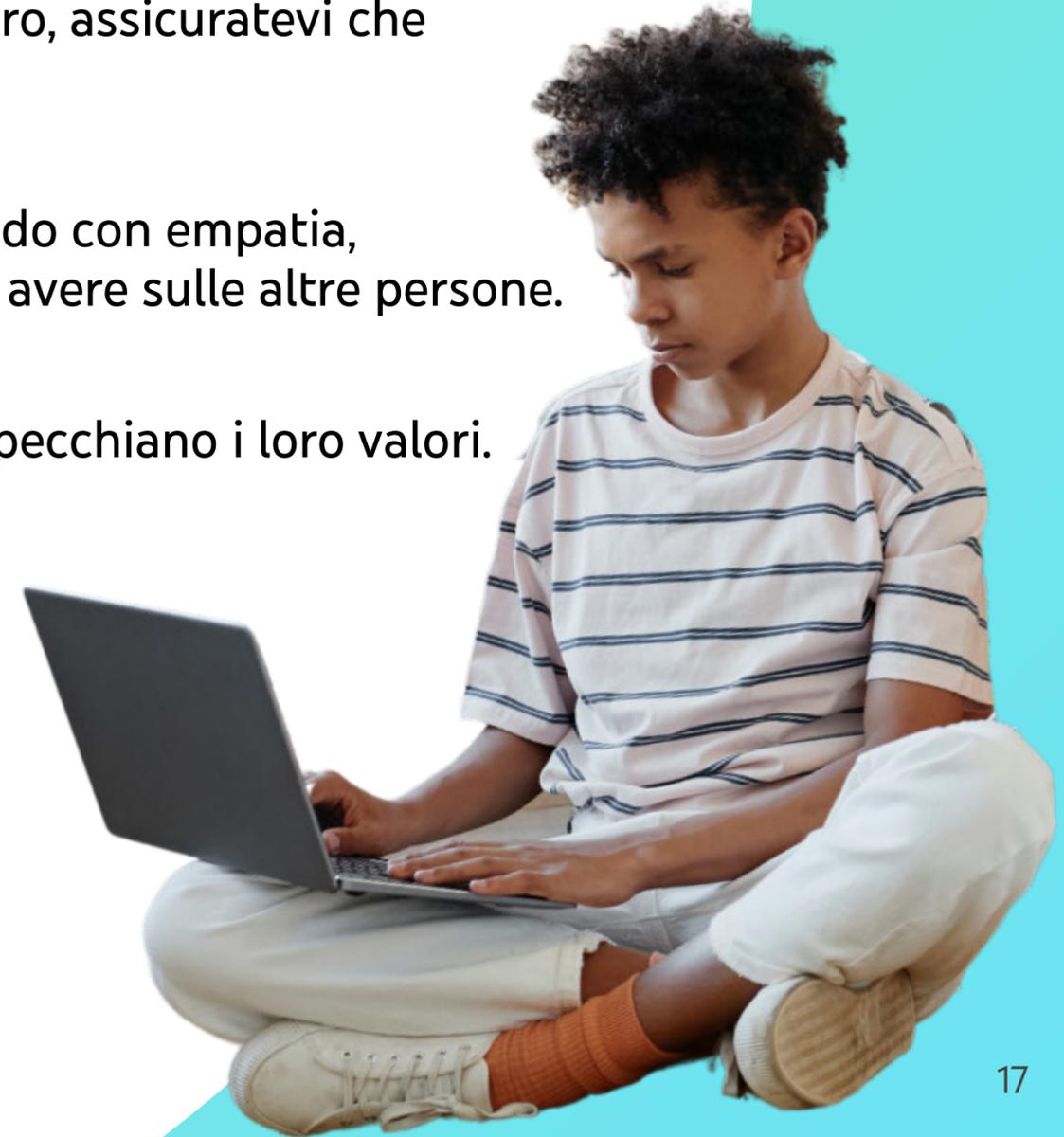
POSITIVO

I sentimenti come la gioia e l'entusiasmo sono possibili indicatori che sta andando tutto per il verso giusto.

CONCLUSIONE: TUTTO PRONTO PER IL CARICAMENTO?

Tenete a mente questi suggerimenti per il processo di creazione.

- 1 Alleanza**
Offrite la vostra vicinanza. Che stiate creando insieme o facciate il tifo per loro, assicuratevi che i vostri figli sappiano che potete offrire sostegno e indicazioni.
- 2 Bravi cittadini digitali**
Aiutateli a contribuire alla creazione di una community online positiva creando con empatia, promuovendo l'inclusività e riconoscendo gli effetti che i contenuti possono avere sulle altre persone.
- 3 Unitevi al divertimento con le tendenze e le challenge**
Spronatevi a mostrare le loro capacità prendendo parte alle tendenze che rispecchiano i loro valori. Se una tendenza sembra rischiosa, aiutateli a prendere la scelta giusta.
- 4 Rischi da considerare**
Incoraggiateli a creare in modo sicuro e responsabile proteggendo la loro privacy, esaminando le regole e le linee guida e prestando attenzione alla disinformazione.
- 5 Benessere sotto controllo**
Esortateli a fidarsi del loro istinto. Gli adolescenti sono padroni delle loro scelte e non devono caricare nulla di cui non si sentono sicuri.



**DOPO IL
CARICA
MENTO**



ALLEANZA: ESAMINARE I RISULTATI

I contenuti e la loro personalità sono online... cosa succede ora?

Non si può mai sapere come le persone reagiranno. Che il video dei vostri figli sia diventato virale o i sentimenti di una persona siano stati feriti, è fondamentale rimanere con i piedi per terra e dare la priorità al proprio benessere.

1 **Far parte della rete di sostegno**

Portate il discorso offline e spronatevi a parlare con le persone di cui si fidano, che si tratti di parlare dei loro sentimenti con voi, chiamare un amico o chiedere un aiuto professionale.

2 **Promuovere la cura di sé**

Assicuratevi che facciano delle pause per riprendere fiato. Se si sentono sopraffatti o scoraggiati, aiutateli a recuperare stabilità e rivolgere la loro attenzione verso altre attività utili a recuperare le forze.

3 **Festeggiare insieme**

Riconoscete i loro progressi, sia piccoli che grandi. Che si tratti di un caricamento che li ha fatti sentire bene, ha dato vita a un'interazione positiva o in cui hanno riposto se stessi, prendetevi del tempo per festeggiare.

4 **Imparare dall'esperienza**

Affrontate le sfide come opportunità per imparare, adattarsi e migliorare le capacità.



PREPARAZIONE: FEEDBACK

Esaminate la sezione dei commenti con fiducia.

Per gli adolescenti è importante sapere che le critiche sono una parte naturale e integrante del percorso di creazione di contenuti. Usate questi suggerimenti per aiutare i vostri figli a rispondere ai feedback in modi che promuovono la positività e il benessere.



@Rispondere_consapevolmente

Aiutateli a non perdere la determinazione e l'entusiasmo elaborando insieme le risposte.



@La_scelta_spetta_a_loro

Ricordate loro che possono scegliere se rispondere ai commenti (o attivarli).



@Promuovere_la_positività

Alimentate le conversazioni positive. Ricordate loro che possono delineare il tono delle interazioni positive usando i loro stessi commenti.



@Immaginare_la_persona

Gli adolescenti devono ricordare che c'è una vera persona dietro lo schermo, con sentimenti e circostanze di vita veri.



@Ignorare_i_troll

Incoraggiateli a eliminare o ignorare i commenti sgradevoli o i troll. Inoltre, gli strumenti della piattaforma possono essere utili a filtrare o disattivare i commenti (anche temporaneamente).



@Dare_priorità_alla_salute_mentale

Sproneteli a prendere delle pause o, ancora meglio, trascorretele insieme.



PREPARAZIONE: CYBERBULLISMO

Affrontate la negatività con forza e sostegno.

Il cyberbullismo è un comportamento online volto a turbare, molestare o ferire una vittima (persino sconosciuta). Con "digital drama" si intende più una divergenza tra persone simili. Entrambe sono situazioni negative del mondo online e possono avere impatti significativi sulla salute mentale. Esortate i vostri figli ad affrontare eventuali sfide.

Prevenzione

1 Aiutateli a riconoscere i segnali del cyberbullismo (come scrivere ingiurie, diffondere indiscrezioni, imbarazzare, minacciare o commettere stalking) ed evitare di imboccare il sentiero tortuoso del "digital drama" (come le discussioni e il gossip online). Assicuratevi che sappiano che comportamenti del genere non sono accettabili.

Segnalazione

2 Prendere una posizione o agire per proteggere se stessi e le altre persone promuove l'empatia e contribuisce allo sviluppo di una community online positiva. Incoraggiate i vostri figli a usare le funzionalità di blocco e segnalazione quando si imbattono in casi di cyberbullismo.

Sostegno

3 Essere vittime di bullismo è un'esperienza molto emotiva. Assicuratevi che sappiano che siete dalla loro parte e che possono fare affidamento su di voi. Promuovete strategie sane per affrontare le difficoltà, ad esempio fare una pausa, svolgere le attività preferite e passare del tempo con amici che li sostengono e con la famiglia.

BENESSERE SOTTO CONTROLLO: RIORDINARE LE IDEE E RIFLETTERE

Pensate a come si sentono, a cosa hanno imparato e gli obiettivi che vorrebbero raggiungere.



Aiutate i vostri figli a pensare alla creazione di contenuti come a un percorso di costante miglioramento e apprendimento.

CONCLUSIONE: APPRENDERE DALLA CREAZIONE

Tenete in considerazione i seguenti suggerimenti quando iniziano a condividere contenuti.

- 1 Alleanza**
Condividere richiede coraggio. Una volta pubblicati i contenuti, ricordate ai vostri figli che siete a loro disposizione per qualsiasi cosa accada dopo. Siate parte della loro rete di sostegno, promuovete l'amor proprio, festeggiate i traguardi e imparate dalle esperienze insieme.
- 2 Preparazione**
Affrontare le critiche può essere difficile. Incoraggiateli a usare la sezione dei commenti in modo da promuovere la positività e dare la priorità alla loro salute mentale.
- 3 Benessere sotto controllo**
Aiutateli a pensare alla creazione di contenuti come a un percorso. Una volta condivisi i contenuti, incoraggiateli a pensare a come si sentono, a cosa hanno imparato e ai loro obiettivi futuri.



CONCETTI PRINCIPALI

Esistono molti modi per affiancarli nel loro percorso. Di seguito è riportato un riepilogo finale.

PRIMA DELLA CREAZIONE

Stringete un'alleanza creativa con i vostri figli.

Prima che inizino, aiutateli a capire quali contenuti vogliono creare e alimentate la loro passione creativa mentre proteggete la loro privacy e il loro benessere.

DURANTE LA CREAZIONE

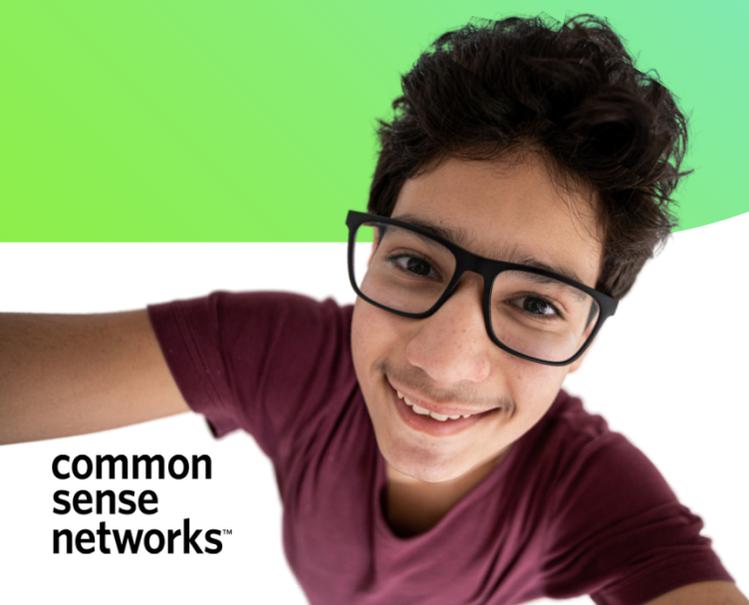
Siate il loro banco di prova.

Durante le fasi di creazione, offrite aiuto quando lo necessitano. Aiutateli a scegliere come vogliono unirsi al divertimento e comportarsi da cittadini digitali gentili e responsabili.

DOPO IL CARICAMENTO

Riflettete insieme.

Dopo la condivisione, festeggiate insieme, chiedete come si sentono, leggete i feedback e pensate ai contenuti futuri.



Prendersi del tempo per sostenere la creazione di contenuti degli adolescenti non si limita solo a creare video divertenti insieme. Si tratta anche di crescere **cittadini digitali sani, cauti e sicuri di sé.**

Abbiamo raggiunto la fine della guida. Speriamo che sia solo l'inizio di un percorso di creazione di contenuti positivo per i vostri figli.

common sense networks™ in collaborazione con  YouTube



FONTI

Anderson, M., Vogels, E. A., Perrin, A. e Rainie, L. (2022). *"Connection, Creativity and Drama: Teen Life on Social Media in 2022"*. Pew Research Center: <https://www.pewresearch.org/internet/2022/11/16/connection-creativity-and-drama-teen-life-on-social-media-in-2022/>

Anderson, M. e Jiang, J. (2018). *"Teens and their experiences on social media"*. Pew Research Center: <https://www.pewresearch.org/internet/2018/11/28/teens-and-their-experiences-on-social-media/>

Balleys, C., Millerand, F., Thoër, C. e Duque, N. (2020). "Searching for Oneself on YouTube: Teenage Peer Socialization and Social Recognition Processes". *Social Media + Society: 6*(2), 205630512090947. <https://doi.org/10.1177/2056305120909474>

Berger, J. e Milkman, K. L. (2012). "What makes online content viral?". *Journal of Marketing Research: 49*(2), 192–205. <https://doi.org/10.1509/jmr.10.0353>

Ceci, M. W. e Kumar, V. K. (2015). "A Correlational Study of Creativity, Happiness, Motivation, and Stress from Creative Pursuits". *Journal of Happiness Studies: 17*(2), 609–626. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9615-y>

Dweck, C. S. e Leggett, E. L. (1988). "A social-cognitive approach to motivation and personality". *Psychological Review: 95*(2), 256–273. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256>

"Evaluating information: The cornerstone of civic online reasoning". (2016). Stanford History Education Group: <https://stacks.stanford.edu/file/druid:fv751yt5934/SHEG%20Evaluating%20Information%20Online.pdf>

"How to Prevent Cyberbullying: A Guide for Parents, Caregivers, and Youth". (2021). StopBullying.gov: <https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/documents/Cyberbullying%20Guide%20Final%20508.pdf>

"Parent's Guide to Disinformation and Misinformation Online". (2022). The Digital Wellness Lab: <https://digitalwellnesslab.org/guides/parents-guide-to-disinformation-and-misinformation-online/>

Montes-Vozmediano, M., García-Jiménez, A. e Menor-Sendra, J. (2018). "Teen videos on YouTube: Features and digital vulnerabilities". *Comunicar: 26*(54), 61–69. <https://doi.org/10.3916/c54-2018-06>

FONTI

- Nesi, J., Mann, S. e Robb, M. B. (2023). *"Teens and mental health: How girls really feel about social media"*. Common Sense Media: https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/how-girls-really-feel-about-social-media-researchreport_web_final_2.pdf
- Pikó, B. (2023). "Adolescent Life Satisfaction: Association with Psychological, School-Related, Religious and Socially Supportive Factors". *Children (Basel)*: 10(7), 1176–1176. <https://doi.org/10.3390/children10071176>
- Robb, M. B. (2020). *"Teens and the news: The influencers, celebrities, and platforms they say matter most"*. Common Sense Media: https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/2020_teensandnews-fullreport_final-release-web.pdf
- Romer, D. (2010). "Adolescent risk taking, impulsivity, and brain development: Implications for prevention". *Developmental Psychobiology*: 52(3). <https://doi.org/10.1002/dev.20442>
- Smith, A. R., Steinberg, L., Strang, N. e Chein, J. (2015). "Age differences in the impact of peers on adolescents' and adults' neural response to reward". *Developmental Cognitive Neuroscience*: 11, 75–82. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2014.08.010>
- Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E. e Banich, M. (2009). "Age Differences in Future Orientation and Delay Discounting". *Child Development*: 80(1), 28–44. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01244.x>
- "Teen Brain: Behavior, Problem Solving, and Decision Making"*. (2017). The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, Facts for Families Guide: https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/The-Teen-Brain-Behavior-Problem-Solving-and-Decision-Making-095.aspx
- Vogels, E. A. (2022). *"Teens and Cyberbullying 2022"*. Pew Research Center: <https://www.pewresearch.org/internet/2022/12/15/teens-and-cyberbullying-2022/>
- Yeager, D. S., Romero, C., Paunesku, D., Hulleman, C. S., Schneider, B., Hinojosa, C., Lee, H. Y., O'Brien, J., Flint, K., Roberts, A., Trott, J., Greene, D., Walton, G. M. e Dweck, C. S. (2016). "Using design thinking to improve psychological interventions: The case of the growth mindset during the transition to high school". *Journal of Educational Psychology*: 108(3), 374–391. <https://doi.org/10.1037/edu0000098>