



Finanziato  
dall'Unione europea



## DigiSkiPasS – Digital Skills Passport for Senior

*2023-1-BE01-KA210-ADU-000153530*

[www.digiskipass.com](http://www.digiskipass.com)





Finanziato  
dall'Unione europea

# SOCIAL NETWORKS





## INTRODUZIONE AI SOCIAL NETWORKS

I **social network** sono piattaforme online che permettono agli utenti di connettersi, condividere informazioni e interagire tra loro. Sono diventati una parte integrante della vita quotidiana di molte persone, con oltre 4,6 miliardi di utenti attivi in tutto il mondo.



### Storia:



Il primo social network, SixDegrees, è stato lanciato nel 1997.

La crescita esponenziale dei social network è iniziata dal 2003, con siti come Friendster, MySpace e Facebook.

Oggi, i social network più popolari includono Facebook, Instagram, Twitter, TikTok e LinkedIn.



## Caratteristiche:

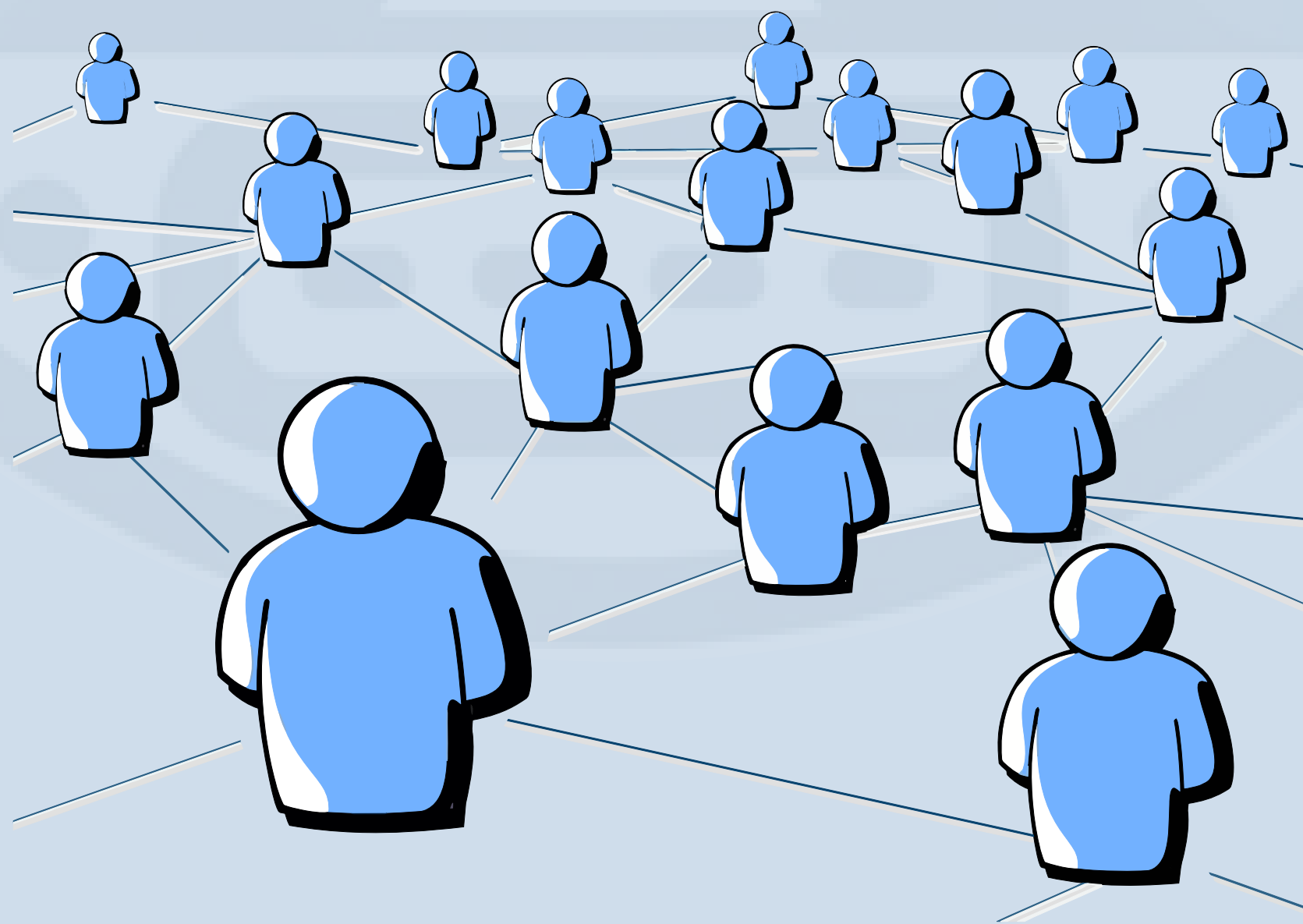


- Creare un profilo personale
- Connettersi con amici e familiari
- Condividere contenuti (foto, video, testi, link)
- Interagire con altri utenti (commenti, mi piace, messaggi)
- Unirsi a gruppi e comunità
- Seguire influencer e marchi

## Tipi di social network:



- Social network generici: Facebook, Instagram, Twitter
- Social network professionali: LinkedIn
- Social network per la condivisione di contenuti: YouTube, Pinterest
- Social network di messaggistica: WhatsApp, Telegram

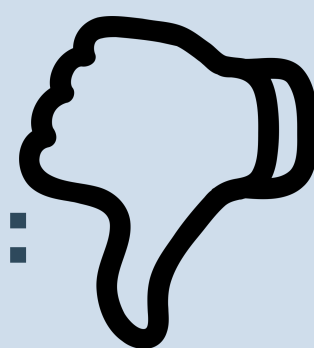






### Vantaggi:

- Rimanere in contatto con amici e familiari
- Conoscere nuove persone
- Condividere interessi e passioni
- Promuovere la propria attività o professione
- Acquisire nuove informazioni
- Essere informati su eventi e notizie



### Aspetti negativi:

- Dipendenza e assuefazione
- Cyberbullismo e molestie online
- Discorsi d'odio e notizie false
- Preoccupazioni per la privacy e la sicurezza
- Perdita di tempo e produttività

Il termine "social network" è nato ufficialmente nel 2003, e la sua traduzione letterale è "rete sociale". In generale, possiamo dire che un social network è una rete che permette agli individui di connettersi tra loro per vari scopi.





Un social network, infatti, mira a permettere agli utenti di comunicare tra loro e offre la possibilità di stabilire relazioni a lunga distanza in modo semplice e immediato. Così si crea una rete di persone connesse tra loro attraverso relazioni parentali, di amicizia o di lavoro, ma anche persone che non hanno una connessione reale ma possono comunque essere sempre in contatto in qualsiasi momento del giorno o della notte.

## COSA VENGONO UTILIZZATI I SOCIAL NETWORK?

Oggi i social network sono stati trasformati da semplici strumenti di connessione e condivisione in veri e propri aggregatori di utenti, spinti principalmente da:

- Desiderio di socializzare
- Necessità di trovare informazioni
- Desiderio di intrattenimento
- Scopi lavorativi

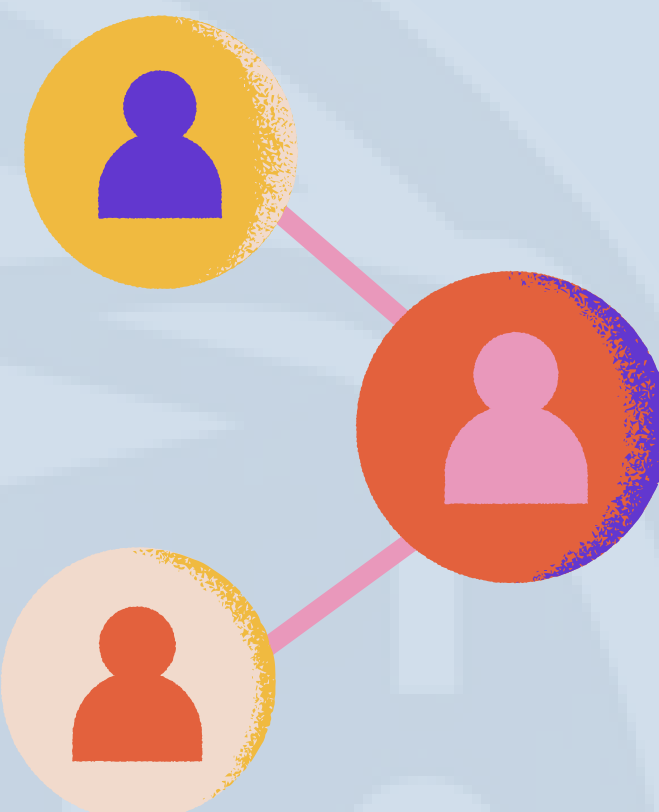
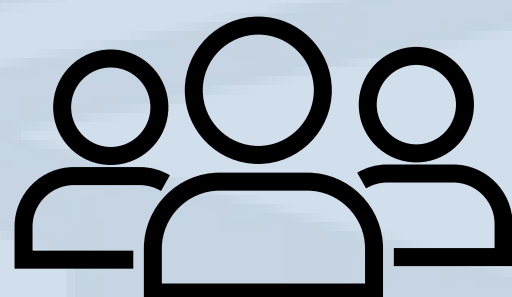


They allow us to expand our network of acquaintances, publish updates on topics we cover, share photos and videos, follow our favorite characters who often become so-called Influencers thanks to these social networks, comment on news and, last but not least, promote our business.





Questo perché nel corso degli anni le aziende si sono rese conto delle opportunità rappresentate da questi social network e hanno quindi iniziato a utilizzarli come vetrine (e non solo) per promuovere la loro immagine, prodotti e servizi.



## COME FUNZIONANO I SOCIAL NETWORK?

Ora che abbiamo chiarito cos'è un social network e a cosa servono, cerchiamo di capire come funzionano.

Questo è un argomento complesso, poiché la funzionalità di ogni piattaforma è legata alle specifiche caratteristiche che sostengono la piattaforma stessa, e qui ci limiteremo a una spiegazione generale.

Per unirsi a questi social network, la prima cosa da fare è visitare il loro sito web dal computer o scaricare l'applicazione sul proprio smartphone. La maggior parte delle piattaforme (se non tutte) offre la possibilità di iscriversi gratuitamente e creare un profilo inserendo nome, cognome e indirizzo email personale.







Successivamente arricchiamo il profilo creato con tutte le informazioni rilevanti per noi: i nostri interessi, hobby, studi, esperienza lavorativa, eccetera. In altre parole, tutti i dati che riteniamo utili e che, in un certo senso, desideriamo rendere pubblici.

Una volta creato il profilo utente, tutto ciò che dobbiamo fare è connetterci con altri utenti. Possiamo iniziare ad aggiungere i nostri amici, gli amici degli amici, gli utenti suggeriti dalla piattaforma stessa, basandoci sulle informazioni che abbiamo fornito durante la registrazione, eccetera, fino a entrare in contatto con un utente che può provenire da un'altra parte del mondo e che, probabilmente, non incontreremo mai di persona.

Ora non ci resta che cominciare ad utilizzare la piattaforma, condividendo contenuti testuali, immagini, video, link ad altri siti, audio... Insomma, qualsiasi tipo di contenuto multimediale supportato dal social network che stiamo utilizzando, ricordandoci sempre di rispettare le regole che abbiamo accettato durante la registrazione e in generale di utilizzare queste piattaforme in modo civile. Essere online talvolta può darci un senso di impunità che ci fa fare cose che non faremmo in una situazione normale; ricordiamo che siamo responsabili di ciò che pubblichiamo anche dal punto di vista legale e possiamo essere segnalati per comportamenti scorretti o, peggio ancora, illegali.







Finanziato  
dall'Unione europea

## Conclusione:

I social network possono essere strumenti utili e divertenti per connettersi con le persone e condividere informazioni. Tuttavia, è importante essere consapevoli dei potenziali rischi e usarli responsabilmente.

## COME UTILIZZARE I SOCIAL NETWORK PER RIMANERE IN CONTATTO CON FAMILIARI E AMICI



**Condividere aggiornamenti sulla mia vita:** Posso pubblicare foto, video e testi per raccontare ai miei familiari e amici cosa sto facendo, cosa mi interessa e quali sono le mie esperienze.

**Commentare e interagire con i loro post:** Posso lasciare commenti, mettere mi piace e reagire ai post dei miei familiari e amici per mostrare il mio sostegno e interesse nelle loro vite.

**Inviare messaggi privati:** Posso utilizzare la messaggistica privata per chattare con i miei familiari e amici in modo più personale e diretto.





**Unisciti a gruppi e chat familiari:** Posso unirmi a gruppi e chat familiari sui social network per rimanere in contatto con tutti i membri della famiglia contemporaneamente.

**Organizzare eventi virtuali:** Posso utilizzare i social network per organizzare eventi virtuali come videochiamate di gruppo, giochi online o serate cinematografiche.

**Condividere interessi e passioni:** Posso unirmi a gruppi online e comunità che condividono i miei interessi e hobby per connettermi con persone con cui posso conversare e interagire.

**Inviare auguri e messaggi speciali:** Posso utilizzare i social network per inviare auguri di compleanno, anniversario o altri messaggi speciali ai miei familiari e amici.

**Offrire aiuto e supporto:** Posso utilizzare i social network per offrire aiuto e supporto ai miei familiari e amici nei momenti di bisogno.

**Cercare nuovi modi per connettersi:** Posso essere creativo e cercare nuovi modi per connettermi con la mia famiglia e i miei amici, come utilizzare videochiamate a tema o creare album fotografici online condivisi.

*I social network possono essere uno strumento prezioso per rimanere in contatto con i propri cari, anche se vivono lontano. Utilizzandoli in modo consapevole e creativo, possiamo rafforzare le nostre relazioni e creare un senso più profondo di connessione con le persone che amiamo.*





## UTILIZZO CONSAPEVOLE DEI SOCIAL NETWORK



Social networks can be a valuable resource for I social network possono essere una risorsa preziosa per connettersi con le persone, condividere informazioni e imparare cose nuove. Tuttavia, è importante utilizzarli in modo consapevole e responsabile per evitare potenziali rischi.

**Ecco alcuni consigli per un uso consapevole dei social network:**

### 1. Imposta la tua privacy:



- Rendi private le tue informazioni personali.
- Limita chi può vedere i tuoi post e le tue foto.
- Non condividere mai informazioni sensibili come password o dettagli bancari.

### 2. Sii consapevole di ciò che condividi:

- Pensa prima di pubblicare qualsiasi cosa.
- Non pubblicare mai contenuti offensivi o illegali.
- Evita di condividere le informazioni private di altre persone.







### 3. Fai attenzione alle fake news:

- Verifica sempre le fonti delle informazioni che leggi online.
- Non condividere notizie senza verificarle.
- Segui solo fonti di notizie affidabili.

### 4. Gestisci il tuo tempo:



- Imposta limiti di tempo per l'uso dei social network.
- Prendi pause regolari per evitare di diventare dipendente.
- Utilizza app di monitoraggio del tempo per aiutarti a gestire il tempo trascorso online.

### 5. Sii cauto con le persone che conosci online:

- Non fidarti mai di qualcuno che non conosci di persona.
- Non condividere mai informazioni personali con persone che conosci online.
- Fai attenzione alle truffe e al cyberbullismo.

### 6. Segnala contenuti inappropriati:

- Se vedi qualcosa di offensivo o illegale, segnalalo al social network.
- Contribuisce a creare un ambiente online sicuro e positivo.

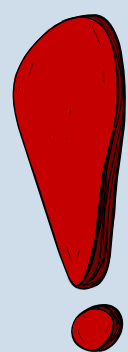






## 7. Prenditi una pausa dai social network:

- Se ti senti stressato o ansioso, prenditi una pausa dai social network.
- Dedica il tuo tempo ad altre attività che ti piacciono.
- Trova il tuo equilibrio nella vita offline.



### Ricorda

- I social network sono uno strumento, non una necessità.
- La tua vita offline è più importante della tua vita online.
- Usa i social network in modo consapevole e responsabile per proteggerti dai rischi.

I social network possono essere un ottimo modo per rimanere in contatto con amici e familiari, conoscere nuove persone, condividere interessi e passioni e sentirsi parte di una comunità.

*Ecco alcuni consigli per le persone che utilizzano i social network:*

- Scegli un social network che si adatti alle tue esigenze e ai tuoi interessi.
- Inizia lentamente e impara le basi del social network scelto.
- Condividi solo le informazioni che ti senti a tuo agio a condividere.
- Fai attenzione alle truffe e al cyberbullismo.
- Proteggi la tua privacy e sicurezza.

I social network possono essere un ottimo modo per le persone di rimanere attive, connesse e socializzate.



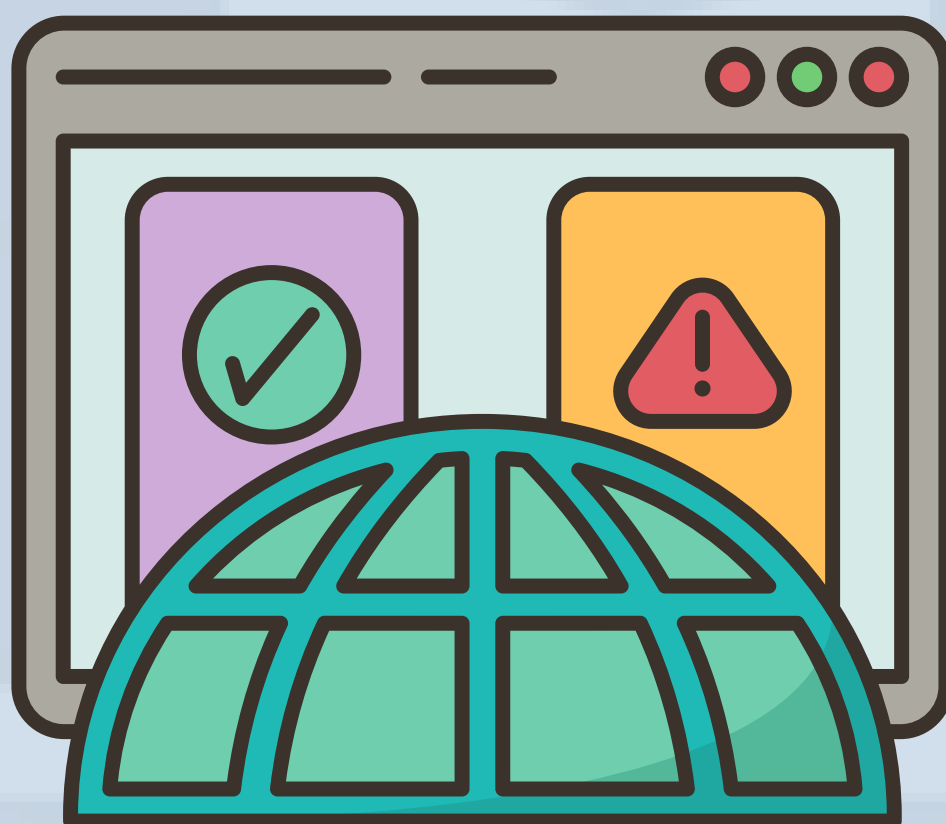


## CREA E MODIFICA DOCUMENTI IN MOVIMENTO

### Preoccupazioni sull'uso dei social network:

**Disinformazione e fake news:** La diffusione di informazioni false o fuorvianti può avere un impatto negativo sulla società e sulla vita delle persone.

**Cyberbullismo e molestie online:** Comportamenti abusivi e intimidatori possono causare danni psicologici e sociali.



**Dipendenza e uso eccessivo:** L'uso eccessivo dei social network può portare a problemi di salute mentale e fisica, come ansia, depressione e disturbi del sonno.

**Preoccupazioni sulla privacy e la sicurezza:** Condividere informazioni personali online può aumentare il rischio di furto di identità, truffe e stalking informatico.

**Polarizzazione e disaccordo:** Le camere dell'eco online possono amplificare le divisioni e l'odio tra persone con opinioni diverse.





## COME PROTEGGERSI DAI RISCHI

**Essere consapevoli dei rischi:** È importante essere consapevoli dei potenziali pericoli associati all'uso dei social network.

**Proteggere la privacy:** Limitare le informazioni personali che condividi online e utilizzare impostazioni di privacy rigorose.

**Essere critici riguardo alle informazioni:** Verificare le fonti di notizie e informazioni prima di condividerle.

**Gestire il tempo online:** Impostare limiti di tempo per l'uso dei social network e prendersi delle pause regolari.

**Segnalare contenuti inappropriati:** Segnalare casi di cyberbullismo, disinformazione e altri contenuti dannosi alle autorità competenti.

**Coltivare relazioni offline:** Mantenere una vita sociale attiva offline per contrastare l'isolamento e la dipendenza dai social network.

**Promuovere un uso positivo dei social network:** Condividere contenuti positivi e costruttivi, essere rispettosi verso gli altri e utilizzare i social network per creare connessioni positive.

**L'uso consapevole e responsabile dei social network è essenziale per proteggersi dai rischi e sfruttare al massimo le opportunità che offrono.**







## QUALI SONO I SOCIAL NETWORKS PIÙ UTILIZZATI?

Ci sono diversi social network, ognuno con un scopo e funzioni diverse. Queste peculiarità li rendono adatti a tutti, poiché possiamo trovare quelli che meglio soddisfano le nostre esigenze.

**Ecco una lista dei social network più utilizzati in Italia e nel mondo:**



### INSTAGRAM

È stato acquistato nel 2012 da Mark Zuckerberg, il padre di Facebook. Si tratta di un social network dove puoi condividere e cercare immagini, diventare creativo grazie a Reels, connetterti con i tuoi influencer e creatori preferiti, scoprire nuovi prodotti in tendenza e molto altro ancora. Se stai cercando nuovi posti da visitare o ristoranti dove mangiare, assicurati di attivare il tuo profilo su questa piattaforma. Inoltre, circa il 40% dei giovani utilizza Instagram (e TikTok) come motore di ricerca.





Finanziato  
dall'Unione europea



## TIK TOK

La piattaforma cinese TikTok, particolarmente popolare tra i giovani, conta circa 1,2 miliardi di utenti attivi mensili (dati aggiornati al 2022). TikTok è un canale dove puoi esprimere la tua creatività creando brevi video accompagnati da brani musicali di tendenza. Ciò che lo rende speciale è che è un'applicazione focalizzata sull'intrattenimento puro. Ma non è tutto, un altro punto forte è che offre opportunità di partecipazione attiva con veri e propri challenge tra utenti e aziende. Questo permette di incrementare e mantenere il proprio seguito creando una vera comunità di fan.



## LINKEDIN

Una piattaforma di social networking orientata al business. È estremamente utile per incontrare clienti, contattare venditori, assumere nuovi dipendenti (ad esempio per cercare lavoro) e si rivela una fonte inesauribile di informazioni e notizie specifiche del tuo settore industriale. Se hai bisogno di una piattaforma di social network focalizzata sul business per espandere la tua rete e fare progressi nella tua carriera, LinkedIn ha tutto ciò di cui hai bisogno.





Finanziato  
dall'Unione europea



## YOUTUBE

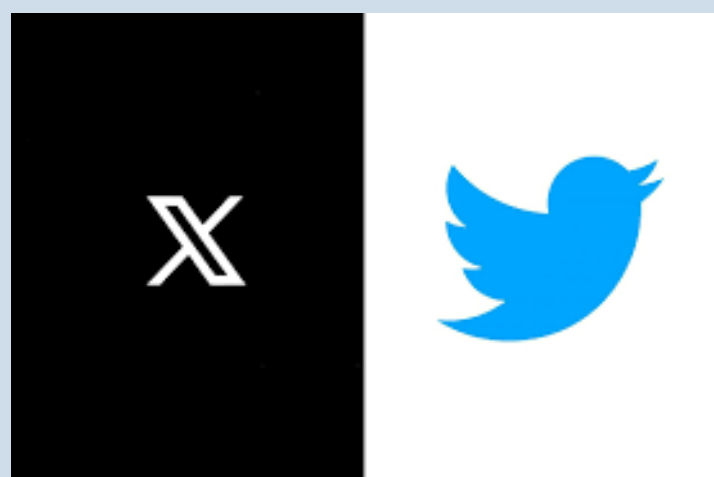
Definito come il "secondo motore di ricerca più grande al mondo", YouTube conta oltre 2,5 miliardi di utenti nel mondo (aggiornato al 2022) e miliardi di video. Su YouTube è possibile trovare praticamente tutto: recensioni di prodotti, video musicali, tutorial e video informativi su qualsiasi argomento o settore. Gli utenti che navigano su YouTube non solo possono trovare ciò che cercano, ma anche condividere, commentare ed esprimere apprezzamento per i contenuti specifici.



## WHATSAPP

WhatsApp è utilizzato da circa 2 miliardi di utenti ed è l'applicazione di messaggistica più popolare al mondo. Da una piattaforma semplice per l'invio di messaggi completamente gratuiti (richiede solo una connessione internet), si è evoluto in un canale di comunicazione a 360 gradi. È possibile scambiare istantaneamente non solo messaggi di testo, ma anche video, immagini e file audio. Grazie alla versione business, è possibile effettuare chiamate vocali e video (singole o di gruppo), creare liste di trasmissione e utilizzarlo per attività commerciali.





## X (TWITTER)

Non è chiaro quale direzione prenderà la piattaforma dopo l'acquisizione da parte di Elon Musk. Per lungo tempo, è stato certo che Twitter fosse il social network più semplice di tutti. Questo canale si concentra principalmente su contenuti testuali informativi (tweet), consentendo uno scambio rapido di idee e opinioni tra utenti, celebrità e aziende. Ad esempio, vuoi commentare i tuoi programmi televisivi preferiti o partecipare a discussioni che ti interessano particolarmente? Twitter è il posto giusto.



## PINTEREST

Sebbene ancora poco utilizzato come vero e proprio social network in Italia, Pinterest è una sorta di bacheca virtuale dove puoi fissare immagini e pensieri creativi che altri possono vedere, salvare e condividere. Questa piattaforma, molto popolare tra le donne, non è solo una fonte di ispirazione, ma anche un canale da considerare per chi ama il fai-da-te e vuole rimanere aggiornato sulle ultime tendenze.

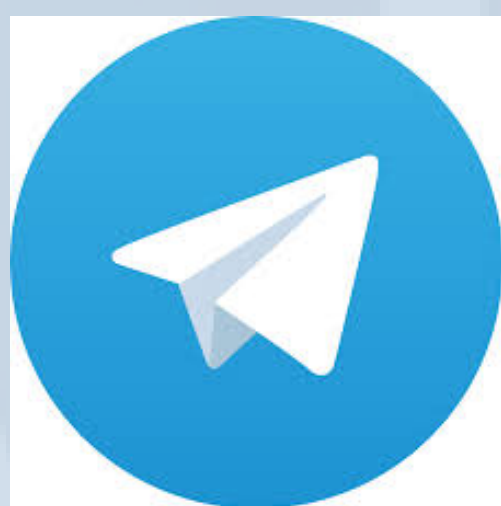






## SNAPTCHAT

Questa applicazione molto attraente (soprattutto per i giovani) consente agli utenti di condividere video, foto, giochi e messaggi tra loro. La caratteristica più importante di questo social network è che il contenuto può essere diffuso in un breve periodo di tempo, come ad esempio 24 ore. Fornisce anche la possibilità di creare chat di gruppo per parlare con gli amici e inviare messaggi privati. Se stai cercando un modo divertente e "cool" per rimanere in contatto con i tuoi amici, scarica SnapChat.



## TELEGRAM

L'alternativa perfetta a WhatsApp. Per chi non lo conoscesse, Telegram consente di inviare messaggi e note vocali proprio come qualsiasi altra app, ma a un livello superiore perché i messaggi non solo sono crittografati ma possono anche autodistruggersi, garantendo una sicurezza elevata. Disponibile per iOS, Android, Windows Phone, Windows NT, macOS e Linux, Telegram ha così tante funzionalità che è difficile elencarle tutte. Oltre ai messaggi, puoi inviare tutti i tipi di file e utilizzare GIF, adesivi ed emoji.







Finanziato  
dall'Unione europea

Puoi utilizzare bot, canali e gruppi. Puoi anche chiamare i tuoi contatti o organizzare una trasmissione live. In breve, Telegram è una delle app di messaggistica più complete e ricche di funzionalità disponibili.



## QUORA

Basato su un sistema di "domande e risposte", Quora è una piattaforma dove gli utenti possono rispondere a domande specifiche riguardanti le loro conoscenze e passioni. Quando ti registri, il tuo profilo viene creato accuratamente in modo che ti vengano poste domande adatte ai tuoi interessi. Il vantaggio di questo social network è che rispondendo dettagliatamente a una domanda, gli utenti che trovano la risposta utile hanno l'opportunità di votare, il che aumenta la credibilità dell'autore della risposta e permette al rispondente di diventare un influencer o esperto nel proprio campo.



## MEETUPS

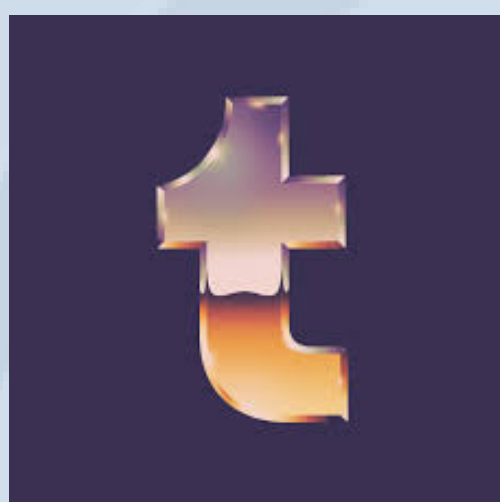
Come suggerisce il nome, Meetup è una piattaforma eccellente per organizzare gruppi locali basati su interessi specifici.





Finanziato  
dall'Unione europea

Ci sono gruppi per quasi tutto, dalla musica agli hobby, e le riunioni sono quasi sempre aperte ai principianti. Questo è ottimo per imparare di più su un argomento specifico mentre si fa nuove amicizie.



## TUMBLR

Tumblr è una piattaforma di blogging e microblogging che ti permette di creare il tuo blog dove puoi scrivere articoli e pubblicare foto, video, musica e link. Gli utenti possono non solo creare i propri spazi, ma anche visualizzare gli spazi degli altri membri. La natura veloce di Tumblr lo rende un social network ideale per meme, GIF animate o contenuti virali.



## FACEBOOK

Questo è il re dei social network con oltre 2,2 miliardi di utenti attivi mensili; è la piattaforma dove hai più possibilità di trovare e connetterti con amici, parenti, colleghi e utenti che condividono interessi simili ai tuoi.





Finanziato  
dall'Unione europea

È iniziato come uno spazio sociale per gli studenti di Harvard, ma nel corso degli anni è diventato non solo un luogo di ritrovo in cui le persone possono condividere foto, collegamenti, video e pensieri, ma anche un luogo in cui gli utenti possono interagire tra loro, conoscere celebrità e aziende e acquistare i loro prodotti. fino a diventare un vero e proprio motore di ricerca.

