



A volte ci lamentiamo che i bambini al giorno d'oggi danno troppa importanza ai vari i-phone, i-pad, lettori mp3... che non sanno ascoltare, conversare, giocare, che smanettano un telefonino prima ancora di saper salire e scendere le scale o allacciarsi il giubbotto. Ma in fondo i bambini imparano dal mondo che li circonda!

Vi propongo un esperimento: domani provate a contare in un'ora in cui siete fuori casa, quante persone vedete con il cellulare in mano.

- Smartphone, computer, tablet, internet, social network, facebook... croce e delizia di tutti i genitori. Come comportarsi quindi? Quando avvicinare i piccoli alla tecnologia e come?
- **Secondo alcuni studi che risalgono al 2007 (non ce ne sono di più recenti), il 42% dei bambini di sei anni e il 52% di quelli di sette aveva accesso a Internet. Sicuramente la percentuale è salita, e di molto, fino ad ora.**

# Connettività ubiqua

*"Il cellulare? Lo tengo sempre vicino, non vado mai fuori senza" (M.,18).*

*"Capita anche questo, alle due di notte suona il telefono: rispondo. Non viene mai spento" (F., 23).*

*"Una volta ci si dava appuntamento davanti a un bar alle otto. Adesso ti scrivi: come stai, come non stai, io sono qua, tu sei là, cioè ci si scambia messaggi solo per capire dove incontrarsi. Non basta dirsi: ci troviamo al cinema alle otto. Cioè, in linea di massima sì, però ... Sono davanti al pop-corn, sono davanti alla cassa... Restare senza telefono è panico! Non siamo più abituati a stare senza..." (F., 24).*

Alcuni parlano già dei bambini definendoli dei “mutanti”. In realtà, vedremo, che a leggere bene i risultati delle ricerche scientifiche, più che usare un linguaggio cinematografico da fantascienza, dovremmo concentrare la nostra attenzione sugli aspetti di questo cambiamento, per valorizzarne quelli positivi e neutralizzare i negativi.

Se gli aspetti sociali di questo fenomeno s'intrecciano con quelli biologici, neurologici e psicologici, la questione diventa davvero complicata e seria e, dunque, non possiamo più permetterci di rimanere disinformati né di soprassedere.

Come sta cambiando, dunque, il modo di vedere la realtà dei ragazzi?

Diversi ricercatori si sono interrogati sulla costruzione delle funzioni cerebrali in seguito alle sollecitazioni sensoriali, emozionali e culturali che derivano dall'esposizione agli schermi digitali.

I ricercatori si sono posti queste domande: • Quali sono i rischi di dipendenza o di regressione mentale ed emotiva in un bambino di fronte allo schermo digitale? • Qual è il ruolo dei tablet interattivi nell'apprendimento e nella trasmissione dei saperi? • Quale impatto ha l'uso di schermi digitali sulle relazioni adulto-bambino? • Videogiochi e social network possono essere di beneficio per gli adolescenti? • Come regolare l'accesso alle schermate senza vietarlo?



Per rispondere, hanno attinto ai dati forniti da varie discipline: neurobiologia, psicologia, scienze cognitive, psichiatria, medicina.

Sembrerebbe che l'uso di schermi digitali produca effetti sia positivi sia negativi. Tra gli effetti positivi c'è lo stimolo all'atteggiamento deduttivo. Vale a dire che il bambino impara a dedurre i concetti, dalle immagini, attraverso un ragionamento logico. Partendo da una premessa, giunge a conclusioni razionali, ovvero sviluppa la capacità di stabilire correlazioni e perfino di

Tra gli effetti negativi, invece, c'è una mortificazione del ragionamento di tipo induttivo, ovvero quello che poggia sulla capacità di osservare fatti e informazioni per formulare ipotesi. Basilari, per il ragionamento induttivo, sono l'osservazione, la capacità di ricerca e di esplorazione, nonché l'inventiva personale. Se il ragionamento induttivo non viene allenato, la mente del bambino acquisisce unicamente competenze razionali.

- I vostri bambini, che voi lo vogliate o no, usano internet a casa vostra o in quella di genitori più digitali; **cercate di fare in modo di navigare con loro il più possibile e di dargli indicazioni e consigli.** Condividete una parte importante della loro vita e siccome sono piccoli l'educazione ai media comincia in casa. Non abbiate paura di dire dei no secchi in presenza di contenuti brutti o violenti, è il duro mestiere di genitore.

- Fate uno sforzo e ripetetevi sempre che un bimbo che tiene accesa la televisione, gioca con il computer e parla allo smartphone, che tiene tra la spalla e l'orecchio, non è da portare urgentemente dal medico: **sta solo esercitando la sua intelligenza digitale.**

- **Condividete i vostri strumenti informatici con i bambini**, e state con loro mentre li usano anche se hanno un anno e mezzo. Non è detto che li rompano, anzi li rispettano molto perché voi li avete sempre in mano e voi siete mamma e papà. Inoltre se rompete il computer o il cellulare, o li perdete, vi vedono così disperati che non vogliono certo che la scena si ripeta per colpa loro, non sono ancora adolescenti arrabbiati!

- Provate a pensare che comprare ai vostri figli uno smartphone anche se sono piccoli può essere simile a regalargli un libro. Non è il cordone ombelicale che li lega a voi, ma uno strumento di relazione e studio. Lo so è difficile, ma **è connesso a internet e contiene tutti i libri, tutta la scienza e tutte le opere d'arte del mondo.**

- **Attivate sempre il parental control o un'App** che ne svolga la funzione sui vostri apparecchi digitali, smartphone, notebook o tablet. Servirà da filtro e barriera verso i contenuti meno adatti ai piccoli

- Diffidate di ogni eccessiva demonizzazione o lode della tecnologia: **né i neuroscienziati né gli scienziati della formazione possono a oggi valutare in maniera nemmeno probabilistica l'efficacia delle tecnologie digitali sugli apprendimenti.**



- **Ricordatevi di stare attenti alle vostre navigazioni su internet:** la cronologia del browser deve sempre essere cancellata dopo l'uso da parte dei genitori, altrimenti può succedere che siate voi a dare consigli sconvenienti ai vostri figli.

- Perdete un'oretta ad analizzare le regole della privacy di YouTube, di Facebook e dei mondi virtuali di gioco dei vostri figli. Li metterete al sicuro da alcune difficoltà potenziali e imparerete qualcosa sul modo di salvaguardare la loro e la vostra privacy. **Così siate cauti nel postare foto di vostro figlio o di vostra figlia online senza essere ben consapevoli delle policy di privacy del social network** sul quale operate. Potrebbero cessare di diventare vostre ed essere disponibili anche per usi commerciali.

- Non commettete l'errore di vietare ai vostri figli la presenza sui social network e poi di farvi trovare a chattare sul messenger di Facebook e su WhatsApp. **L'esempio è la migliore educazione**

- **Non cercate di competere con i vostri bambini nell'uso dei device digitali:** dai cinque anni in su vi batteranno sempre ai videogiochi e saranno più bravi di voi. Ricordatevi però che anche se non sapete maneggiare la tecnologia come i vostri figli siete più saggi e prudenti: aiutateli a sceverare il grano dal loglio.

# Filo di Arianna tra online e offline

*"Generalmente, chi ha tanti amici, poi li ritrova su Facebook, non è che gli*

*amici su Facebook sono persone che non ha mai visto ..... Nel senso: i miei*

*amici su Facebook io li conosco tutti, li ho visti di persona più di una volta e*

*anche molto più di una volta" (M., 18).*

Ecco, dunque, alcune buone pratiche dell'educazione.

Prima dei 2 anni: - gli studi dimostrano che gli schermi non interattivi (televisore e lettori DVD) non producono alcun effetto positivo, ma possono avere effetti molto negativi; - i tablet visivi e tattili possono essere utili per lo sviluppo senso-motorio dei bambini piccoli, anche se si corre il rischio di allontanarli dalle altre attività motorie necessarie per questa età.

Tra 2 e 6 anni: - fino a 3 anni l'esposizione dei bambini alla televisione, senza la presenza di adulti che interagiscono con loro, è da evitare; - a partire da 3 anni è utile proporre giochi simbolici sul genere del "facciamo finta che", per far comprendere al bambino la differenza tra reale e virtuale; - a partire dai 4 anni il computer e il tablet possono essere saltuariamente usati in famiglia come strumenti di acquisizione di conoscenze insieme al bambino o come svago.

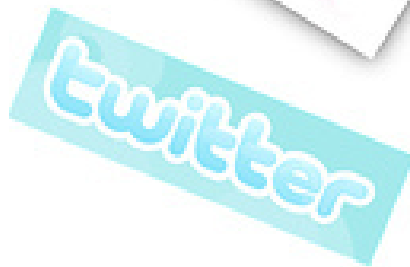
Da 6 a 12 anni: - la scuola primaria è il luogo ideale dove iniziare una educazione sistematica all'uso degli schermi digitali; - è essenziale insegnare al bambino ad autoregolarsi davanti allo schermo; - in famiglia la logica del controllo e della verifica dei genitori non è sufficiente. Quello che serve è un clima di fiducia tra genitori e figli.



Dopo i 12 anni (adolescenza): - gli schermi digitale hanno un potere enorme sullo sviluppo della modalità ipotetico-deduttiva del cervello, ma un uso esclusivo ed eccessivo di internet può creare un pensiero “zapping”, ovvero troppo fluido e superficiale, e inoltre riduce la memoria e la capacità di sintesi personale e di interiorizzazione; - la maturazione cerebrale non è ancora completa e dunque è fondamentale il controllo dei genitori sui tempi di esposizione agli schermi digitali .

10 regole per accompagnare bambini e ragazzi nel mondo digitale: 1. Gestire piuttosto che vietare 2. Gli schermi hanno bisogno di buoni modelli 3. Gli schermi non sono babysitter 4.

Televisione, computer e console di gioco non hanno nulla a che fare nella camera dei bambini 5. Attenzione ai dati privati sul web 6. Prestare attenzione alle raccomandazioni età 7. Stabilire insieme



*La colpa di Facebook è che cancella ogni colpa, è una zona franca dove tutto è permesso. E' uno strumento potente che permette comunicazione, condivisione, cultura e vicinanza tra le persona, ma che in mano a gente senza "cultura di facebook" diventa uno strumento gretto... ..Quando i bambini saranno in grado di attraversare da si la strada di una grande città, allora saranno in gradi di navigare da soli. In entrambi i casi nessuna madre può eliminare il pericolo... dobbiamo imparare a conviverci, e nel frattempo insegnare loro perché è neccesari attraversare la strada. Prenderli per mano. attraversare tante e tante*

Se parliamo di social network abbiamo sicuramente a che fare con qualcosa di molto vicino ai ragazzi di oggi; il problema è capire se gli aspetti positivi delle interazioni che avvengono attraverso questi mezzi prevalgano sugli aspetti negativi, e se siano fondati gli allarmi sui pericoli che rappresentano per la personalità e per la salute.

Si fa presto ad elencare gli aspetti positivi, che non sono di poco conto: ampliare la propria gamma di conoscenze in tempi rapidi o chattare con un conoscente che magari non si incontrano da molto tempo sono opportunità che non occorre farsi sfuggire. Così come la possibilità di ricordarsi di eventi o appuntamenti importanti, come i compleanni.

# Significato di amicizia all'interno dei sn

Facebook e gli altri Network sociali “funzionano” mascherando le personali ansie, preoccupazioni, sbalzi d'umore e il proprio senso di disistima e di solitudine.

In tal modo le richieste di nuove amicizie risultano quasi un riempimento, una conferma e/o un rafforzamento del proprio ego.

Si parla di amicizia data e di amicizia richiesta, ma le amicizie che si creano sui Social Network non sono reali e spesso le due persone non si sono mai conosciute veramente e magari non si conosceranno mai nel futuro.

Significato di amicizia  
all'interno dei sn

**CONTATTO**

Significato di amicizia  
all'interno dei sn

**AMICIZIA**



## *Cosa possono fare i genitori?*

Controllare ciò che gli adolescenti fanno in Rete non è facile. Ogni giorno nascono nuovi social network e applicazioni e le mode digitali sono davvero volatili. Soprattutto quelle dei ragazzi.

**«Ma per i genitori fare attenzione all'educazione digitale dei figli è ormai imprescindibile».**

## **Quali accorgimenti «tecnici» possono aiutare a limitare i rischi legati all'uso di computer e smartphone da parte degli adolescenti?**

Provate le applicazioni e i social network che i ragazzi usano di più. Tenete il computer di casa in sala o in un ambiente comune in modo da poterlo usare insieme. Per quanto riguarda il telefonino, invece, non proibitelo trasformandolo in una trasgressione ma limitatene l'uso. Utilizzate i filtri e le impostazioni di protezione del vostro computer.

## **I nostri comportamenti possono influenzare quelli dei ragazzi?**

Date il buon esempio, cercando di non farvi vedere sempre con lo smartphone in mano o attaccati al laptop. Non demonizzate social network e device, non servirebbe a niente se non ad allontanarvi dai vostri figli. Piuttosto cercate di dare il buon esempio usandoli in maniera consapevole e nel rispetto della privacy vostra e dei vostri figli.

## **Quali sono i possibili segnali di allarme a cui prestare attenzione?**

Se vostro figlio trascorre troppe ore al telefono e al computer potrebbe esserci qualcosa che non va. Occhio anche all'isolamento. Non voler andare a scuola e non voler più vedere nessuno è uno dei primi campanelli di allarme delle vittime di cyberbullismo.

**Quale il consiglio più importante da seguire per proteggere i ragazzi dalla Rete? E quale il più disatteso?** Il consiglio più importante è certamente quello di **dare delle regole di orario e di tempo continuativo da passare online**, visto che in questo “luogo virtuale” si perde la cognizione del tempo e i ragazzi pensano che tutto sia lecito, dunque stabilire tempi e orari per navigare permette loro di avere dei limiti.

Altro consiglio fondamentale, ma purtroppo difficile da mettere in pratica e di conseguenza il più disatteso, è quello di posizionare il pc in una zona di passaggio come il soggiorno o la cucina ma non in camera dei ragazzi, soprattutto se la connessione è perenne.

*“Navigare a vista, senza bussola è soprattutto per i ragazzi un grande rischio”.*