

Edizioni dell'Assemblea
182

Materiali

Edizioni dell'Assemblea

Edizioni dell'Assemblea

Gabriella Picerno

Bambini online

Educhiamoli ad una connessione responsabile

REGIONE TOSCANA



Consiglio Regionale

Maggio 2019

Edizioni dell'Assemblea

CIP (Cataloguing in Publication)

a cura della Biblioteca della Toscana Pietro Leopoldo

Bambini online : educiamoli ad una connessione responsabile / Gabriella Picerno ; [presentazione di Eugenio Giani ; prefazione di Marcella Fontani ; prelusione di Stefania De Luise]. – [Firenze] : Regione Toscana, 2019

1. Picerno, Gabriella 2. Giani, Eugenio 3. Fontani, Marcella

4. De Luise, Stefania

302.231083

Bambini – Rischi da Internet – Prevenzione - Guide

Volume in distribuzione gratuita

In copertina foto di bambini da <https://it.freepik.com/>

Consiglio regionale della Toscana

Settore “Rappresentanza e relazioni istituzionali ed esterne

Comunicazione, URP e Tipografia”

Progetto grafico e impaginazione: Daniele Russo

Pubblicazione realizzata dal Consiglio regionale della Toscana quale contributo ai sensi della l.r. 4/2009

Maggio 2019

ISBN 978-88-85617-36-0

Edizioni dell'Assemblea

Sommario

Presentazione	9
Prefazione	11
Prelusione	13
Introduzione - La rivoluzione tecnologica	15
Perché una bussola	17
Come è organizzata	17
La televisione	19
I segni della dipendenza	23
Con il sale in zucca!	24
Un consiglio al volo!	25
Onde su Onde	26
I videogiochi	29
L'allarme conclamato: abuso e condotte rischiose	30
Videogioco e salute	31
Il malessere psichico	31
Il malessere fisico	32
Aggressività e videogame	32
Effetti positivi	34
Con il sale in zucca!	36
Un consiglio al volo	36
Il cellulare	37
Piccoli semi di responsabilità	39
Sonno touch	40
Genitori e insegnanti troppo distratti ...dallo smartphone!	40
La dipendenza da cellulare	42
Abuso di short message	43
Con il sale in zucca!	44
Un consiglio al volo	44

Il tablet	45
I segnali di pericolo	47
Con il sale in zucca!	48
Nella ragnatela...di internet	49
I Social	51
I profili	52
Quando il mare diventa impetuoso: i rischi della rete	53
Sesso digitale	53
La pornografia in rete	54
Il sexting	55
Riflettere prima di postare	56
Il grooming: ovvero l'adescamento	57
Con il sale in zucca!	58
Cyberbullismo	58
Cyberpedofilia	62
Con il sale in zucca!	63
L'alfabetizzazione digitale	65
Proposte operative per naviganti digitali	69
Con il sale in zucca!	80
Navigare in acque sicure	80
Conclusioni - Attenzione a questi segnali...	81
Bibliografia	83
Sitografia	84
Appendice	85
Codice di autoregolamentazione TV e minori	85
Guida al Pan European Game Information (Pegi)	95
Legge 29 maggio 2017, n. 71. Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo	99
Ringraziamenti	105
Nota sull'autrice	106

A Beatrice

*Ai bambini, ai ragazzi
perché possano spiccare il volo*

Edizioni dell'Assemblea

Presentazione

Il bel volume di Gabriella Picerno *Bambini online. Educhiamoli ad una connessione responsabile* si presenta sotto forma di vero e proprio manuale, una tipologia di pubblicazione piuttosto rara per la nostra collana editoriale, ma che, per la valenza della materia trattata, accogliamo con grande piacere all'interno delle Edizioni dell'Assemblea. Approfondire oggi l'educazione alle molteplici forme sotto cui la tecnologia si presenta è diventato un aspetto cruciale della formazione. È chiaro poi che quando questa diviene parte integrante del vissuto dei nostri giovani sostanzialmente dalla loro nascita, gli strumenti della tecnologia, il web, i social ci pongono davanti ad opportunità ma anche rischi. È proprio questa doppia valenza che il volume affronta in modo approfondito, scorrevole, di facile comprensione e gradevole lettura. Un testo che l'Amministrazione di Rufina, sempre attenta alla protezione e valorizzazione del proprio territorio, ci ha sottoposto e che sarà un utilissimo strumento per gli studenti, gli insegnanti e le stesse famiglie.

Devo perciò ringraziare il sindaco Mauro Pinzani, il vicesindaco Vito Maida e l'assessore Stefania De Luise per l'impegno con cui hanno seguito questo progetto, Marcella Fontani Governatore della Misericordia di Rufina, e naturalmente Gabriella Picerno, che ha messo a disposizione la sua passione e la sua professionalità per un lavoro che può essere veramente uno strumento al servizio di un'educazione consapevole dei nostri figli.

Eugenio Giani

Presidente del Consiglio regionale della Toscana

Edizioni dell'Assemblea

Prefazione

Conosco Gabriella da oltre 20 anni, da quando insieme alla carissima Dr.ssa Susanna Berretti, che ci ha prematuramente lasciato, ebbe inizio il Centro di Documentazione il “Grillo Parlante” all’interno della nostra Confraternita in supporto e in collaborazione con le Istituzioni, a sostegno del personale docente, dei genitori e dei minori, organizzando negli anni incontri formativi, percorsi su vari argomenti, con professionalità e umanità.

La stima, la riconoscenza e l’apprezzamento nei suoi confronti, va ben oltre quello professionale, non discutibile ed eccellente, ha valenza nella sua persona semplice e comprensiva, nonostante i prestigiosi traguardi.

Sicura che anche questo “lavoro” sarà di supporto e stimolo nell’approfondimento di tematiche che coinvolgono tutti noi nello straordinario viaggio della vita.

Con stima, amicizia e affetto.

Marcella Fontani

Governatore della Misericordia di Rufina

Edizioni dell'Assemblea

Prelusione

Ho conosciuto la dott.ssa Picerno all'inizio della mia esperienza amministrativa e fin da subito ho potuto apprezzare il suo livello di competenza e conoscenza della pedagogia e psicologia infantile. Ho potuto verificare quanta attenzione, coinvolgimento e dedizione impiega nell'individuare modalità comunicative con i genitori e tematiche sensibili come quello trattato in questo volume: il rapporto con i nuovi mezzi di comunicazione e la rete.

Decidere di scrivere un libro su un tema così delicato come quello affrontato in questo volume, non è una scelta né un compito facile. Con l'avvento delle nuove tecnologie e di Internet, il mondo della comunicazione è completamente mutato. Da una parte abbiamo un mezzo di comunicazione che ha agevolato lo scambio di informazioni rendendole più veloci e flessibili, annullando le distanze geografiche e temporali; abbiamo a portata di un click tutte le informazioni di cui necessitiamo. Dall'altra parte però questo strumento può nascondere insidie e pericoli, spesso non riconosciuti che possono diventare pericolose trappole per chi vi si imbatte.

Perciò decidere di scrivere un manuale che affronti questo argomento da tutte le angolature è un atto di grande responsabilità ammirevole e coraggioso, nel tentativo di rendere più informati e consapevoli i genitori e gli adulti di riferimento nell'utilizzare gli strumenti informatici in modo costruttivo e sicuro. I nostri bambini e ragazzi, nativi digitali, usano la tecnologia con maggiore spontaneità e naturalezza, rispetto agli adulti, ma talvolta con scarsa consapevolezza che un uso eccessivo può facilmente trasformarsi in dipendenza.

Il pregio di questo manuale è quello di educarsi e educare ad un uso corretto del digitale, nei bambini, nei ragazzi, ma anche negli adulti coinvolti in prima persona in questa trasformazione della comunicazione. Saper utilizzare il digitale vuol dire prima di tutto sviluppare una capacità critica e di riflessione evitando così le distorsioni delle informazioni sempre più veloci e persuasive che guardano al tutto e subito e al numero di like ricevuti.

Il testo risulta una vera "bussola", come l'autrice l'ha definito, uno strumento di orientamento per genitori e adulti di riferimento o per chi è

sensibile a questo tema e alla formazione delle nuove generazioni, nel quale si possono trovare suggerimenti e strategie utili per gestire e accompagnare i nostri ragazzi ad un uso consapevole di uno strumento così utile ma anche così pericoloso se non usato con sapienza.

E' una lettura piacevole e diretta. Le pillole di “ Con il sale in zucca” sono utili consigli che possono davvero diventare un modo per ristabilire un contatto e una relazione con i nostri ragazzi che hanno un bisogno inespresso che è quello di essere ascoltati superando la logica del like.

Stefania De Luise
Assessore Comune di Rufina

Introduzione

La rivoluzione tecnologica

*“Ha sempre in mano il mio tablet, per fare i giochi,
allora ne ho comprato uno tutto per lui”
Roberto, papà di Lorenzo 4 anni*

Nelle società occidentali, in pochi decenni le abitudini e i saperi hanno subito importanti cambiamenti modificando le modalità di comunicazione, la cultura, al punto che la TV, il computer sono diventati strumenti di conoscenza. I nuovi media rappresentano un occhio privilegiato sul mondo e stanno assumendo un'importanza tale non solo sul lavoro, ma anche sulle abitudini e la cultura più in generale.

Dobbiamo constatare che il mondo dell'infanzia e dell'adolescenza è stato e sarà sempre il più profondamente influenzato anche dall'uso delle nuove tecnologie. I media vengono utilizzati soprattutto durante il tempo libero e rappresentano un canale attraverso il quale si acquisiscono informazioni, interagiscono con gli individui sui comportamenti, sulle emozioni e sui desideri.

Nelle nuove generazioni la TV continua ad essere richiesta, ma negli ultimi anni diversi dispositivi tecnologici, quali smartphone, tablet, computer, sono diventati non solo oggetto del desiderio, ma parte fondamentale del divertimento e della quotidianità di bambini e ragazzi. È giusto? È sbagliato?

Quante volte ci siamo fatti queste domande?

In effetti i fruitori molto attivi sono proprio i bambini e gli adolescenti che risultano sempre più abili ed esperti sull'utilizzo pratico e tecnico di questi nuovi strumenti, ma piuttosto deboli sull'impatto che essi possono avere da un punto di vista psicologico ed emotivo.

Proprio per questo hanno bisogno di una guida da parte degli adulti, che stia loro particolarmente vicino, che li sostenga nella consapevolezza emotiva, che faciliti un dialogo aperto e possa portare a sviluppare senso di responsabilità e una coscienza critica.

Gli adulti si trovano a gestire una sfida educativa che presenta una dualità: da una parte vorrebbero i figli competenti tecnologici tanto da usufruire dei vantaggi interattivi e di apprendimento di questi strumenti,

dall'altra si trovano di fronte ad una scarsa capacità di gestione delle nuove tecnologie e sul loro uso che portano con sé anche contenuti critici, diseducativi e possono creare dipendenza.

La tecnologia sta diventando parte integrante anche della didattica, pensiamo alla diffusione delle LIM all'interno delle classi e in alcune realtà anche la divulgazione dei libri di testo tramite e-book. La didattica diventa più innovativa e si allontana sempre più da quella tradizionale.

Il profondo passaggio quindi coinvolge anche la scuola e perciò è opportuno essere consapevoli delle proprie ansie e aspettative rispetto a questi strumenti come adulti e come educatori.

Le nuove tecnologie entrando in maniera decisiva e incisiva nella vita dei bambini e degli adolescenti richiedono un'attenzione significativa non solo dei genitori, ma anche degli educatori, insegnanti e tutti quegli adulti che a vario titolo si occupano di minori, svolgendo così una importante funzione educativa.

Le tecnologie digitali sono utili strumenti di formazione e divertimento nei bambini e nei ragazzi. Sono ritenute fonti di informazione fondamentali e facilitano la comunicazione a distanza.

Un utilizzo scorretto di questi mezzi e un'ampia letteratura ce lo conferma, può procurare danni alla salute psicofisica e interferire anche in modo significativo sulla vita di relazione e sugli apprendimenti.

E in particolare:

- fanno trascorrere anche molto tempo in ambienti chiusi;
- spesso i bambini assumono posizioni corporee errate;
- l'esposizione a periodi prolungati alle onde elettromagnetiche può causare malattie croniche;
- possono ostacolare o rendere difficile la concentrazione necessaria nello studio o in altre attività complesse che richiedono un'attenzione diversa;
- possono impedire lo sviluppo della creatività e delle capacità critiche;
- possono facilitare socializzazioni improprie, creando situazioni a rischio o pericolose;
- inducono alla dipendenza.

Non sempre gli adulti hanno consapevolezza dei rischi del cattivo uso del digitale e spesso fanno a gara perché il proprio figlio possa avere strumenti che altri ancora non hanno. A volte quest'atteggiamento è accompagnato

anche da frasi del tipo:

“Mio figlio di tre anni sa già usare il tablet meglio di me. È proprio intelligente”.

In realtà un uso scorretto o fin dalla più tenera età potrebbe incidere in modo negativo sulle capacità creative e sull'abilità di problem-solving dei bambini.

Perché una bussola

Questa guida vorrebbe fornire ai genitori e agli adulti in generale uno strumento non solo teorico, ma anche pratico su come orientarsi nel mondo tecnologico e fornire indicazioni educative su come educare i bambini e poi i ragazzi ad un uso corretto dei media.

In particolare questa bussola vorrebbe:

- comprendere meglio il motivo di tanta permanenza da parte dei minori sui nuovi strumenti tecnologici, quali: cellulari, tablet, TV, ecc..., e cosa rappresentano nella loro quotidianità;
- aiutare gli adulti a fare chiarezza in quanto spesso non hanno la stessa conoscenza dei loro figli sulle nuove tecnologie e ritengono che l'utilizzo dei nuovi strumenti multimediali rappresenti un pericolo e ignorano la valenza anche positiva di questi mezzi;
- fornire ai genitori che invece hanno una buona competenza tecnica nell'uso delle nuove tecnologie, perché la utilizzano quotidianamente per motivi di lavoro, un'occasione di riflessione per riuscire a dialogare con i figli su un uso consapevole e critico verso le nuove tecnologie;
- far riflettere quegli adulti che vorrebbero proibire ai figli tali strumenti, forti anche della convinzione personale che durante la loro gioventù tali strumenti non erano diffusi in modo così massiccio, ma che poi nella pratica educativa non riescono a mettere in atto tale proibizione in modo coerente;
- fornire spunti educativi che possono essere messi in atto in contesti diversi.

Come è organizzata

In questa guida:

- partendo da un'impostazione teorica divulgativa, ma corretta da un punto di vista scientifico vengono analizzate le motivazioni, le emozioni

che possono scaturire dall'utilizzo degli strumenti multimediali da parte dei giovani, in modo da capire meglio non solo lo scopo, ma anche da che cosa possono dipendere alcuni comportamenti pericolosi verso tali dispositivi;

- proviamo a capire come la tecnologia entra in relazione con noi adulti, cosa rappresentano per noi e come si inserisce nel rapporto con i nostri figli;

- alla fine di ogni argomento viene proposto un focus educativo (Con il sale in zucca!) utile agli adulti per seguire una possibile linea educativa coerente che faciliti nei figli autonomia di giudizi e senso di responsabilità verso i mezzimultimediali, regolando anche i tempi e i modi di utilizzo.

La televisione

Su questo mezzo di comunicazione molto si è scritto. Nel nostro Paese esiste un'amplessima letteratura in merito.

Statistiche recenti evidenziano che, rispetto agli adolescenti, i bambini rimangono più a lungo esposti al piccolo schermo, risulta infatti che i nostri piccoli guardano in media la televisione e gli spot pubblicitari per 4-5 ore al giorno e sin dalle prime ore della giornata.

La televisione è molto presente nella vita delle persone in generale e soprattutto dei bambini e dei ragazzi. Spesso è un "sottofondo" continuo all'interno della propria abitazione, quando per paura della solitudine, con la televisione accesa "sembra quasi che qualcuno sia in casa" e può dare l'impressione che in qualche modo si possa interagire con questo "qualcuno" che in realtà è al di là dello schermo.

In molte famiglie la TV è presente quasi in ogni stanza e sempre più spesso all'interno delle camere dei bambini anche molto piccoli, " perché aiuta a farli addormentare con più facilità". Così riferiscono alcuni genitori.

La televisione quindi è un oggetto molto familiare e spesso in passato era ritenuto quasi autorevole, quante volte abbiamo sentito dire la frase: "Lo hanno detto anche in televisione!", quasi per asserire che se una notizia si sente in TV allora vuol dire che ci possiamo fidare, che è vera.

Spesso viene accesa per rilassarsi dopo una giornata di lavoro: ci si siede sul divano e comodamente si cerca di allentare ogni tensione. Questo succede anche ai bambini: rientrano a casa e dopo aver lasciato la cartella vicino alla porta d'ingresso accendono la TV per guardare il loro cartone preferito. Più volte mentre guardano la TV fanno anche merenda. Non possiamo poi stupirci se non ricordano cosa hanno mangiato e in che quantità. Questo vale anche per noi adulti: presi dalle ultime notizie del Telegiornale ingurgitiamo cibo senza esserne pienamente consapevoli, l'immagine infatti, cattura molto di più la nostra attenzione.

Spesso al piccolo schermo facciamo assumere il ruolo di baby-sitter. Quante volte abbiamo sentito la frase: " Lo metto davanti alla TV, almeno io posso stirare o mettere la lavatrice".

Molti adulti non si preoccupano dei contenuti che i loro figli guardano in TV e ritengono questo mezzo molto più sicuro della navigazione su internet, non vi è interazione, ma solo ricezione passiva di informazioni

e quindi non è possibile fare cattivi incontri. La possibilità di un uso eccessivo di questo mezzo spesso è sottovalutata e a volte anche banalizzata, vi è quasi una concezione sull'innocuità del mezzo televisivo.

Tutto ciò è favorito anche dalla possibilità di sottoscrivere abbonamenti a programmi sempre più completi dove sicuramente i componenti di quella famiglia troveranno un programma che più li aggrada inducendo le persone a trascorrere sempre più il tempo di permanenza davanti allo schermo. Questa TV, dei nuovi canali, è ritenuta più di qualità con programmi scientifici, più controllati rispetto ai canali della TV tradizionali. Tale concezione fa abbassare la guardia dei genitori e iniziano a vigilare poco, si sentono lontani da responsabilità faticose e possono continuare a svolgere tranquillamente ciò che stavano facendo.

I bambini seduti davanti allo schermo non sempre guardano immagini dai contenuti a loro idonei. E noi adulti siamo i responsabili di ciò che facciamo vedere ai nostri figli e non le emittenti televisive. È per questo che il piccolo schermo dovrebbe essere un'opportunità di divertimento, conoscenza, gioco, ma non può sostituirsi al compito educativo dell'adulto.

Dobbiamo considerare che più aumenta l'offerta televisiva, è con la TV digitale questo è possibile, più potrebbe aumentare il tempo di permanenza davanti al piccolo schermo creando così situazioni di dipendenza o comunque di elevato coinvolgimento. Se un programma ci appassiona molto o interessa particolarmente ai nostri figli, siamo disponibili a registrarlo per non perderne neanche una puntata.

Oppure può succedere che concediamo ai nostri figli di guardare insieme a noi un programma che non sarebbe proprio adatto alla loro età, ma è l'unico momento che possiamo conciliare un nostro bisogno di stare insieme al nostro bambino che non vediamo da molte ore.

Le immagini presentate in TV sono improvvise e spesso possono essere violente anche in orari in cui si è a tavola (vedi telegiornale) o si guarda la TV in modo distratto, magari mentre si va da una stanza all'altra. Possono avere un impatto emotivo che varia molto a seconda dell'età dei figli. Nel bambino molto piccolo le conseguenze possono essere anche molto negative perché ancora non possiede gli strumenti necessari per poter elaborare in modo corretto le immagini cogliendo la diversità tra realtà e fantasia.

I segnali luminosi dello schermo sono molto più numerosi e rapidi rispetto a quelli che il cervello umano riesce a elaborare in un secondo, ecco perché ci troviamo ad essere o ad osservare i nostri figli come imbambolati

davanti alla TV, in uno stato di trance ipnotico.

Il cervello umano riesce a elaborare fino a 10 stimoli visivi al secondo, quelli che ci propone la TV sono molti di più e proprio questa rapidità di sequenza non ci fa rendere conto dei differenti impulsi luminosi. Il nostro occhio e il nostro cervello crea l'illusione di un'immagine reale in movimento. Studi scientifici hanno mostrato che esiste una correlazione diretta tra movimenti degli occhi e il pensiero. Quando gli occhi del bambino rimangono immobili il cervello si ferma perché troppo sollecitato da stimoli sonori e luminosi che tengono eccitati i sensi.

Uno studio effettuato dallo psicofisiologo Michael Myrtek ha mostrato come l'esposizione alla TV in tenera età possa attenuare la percezione di emozioni. Nei bambini molto piccoli si verifica una crescita cerebrale molto significativa, l'estensione complessiva del cervello si intensifica al punto che nel primo anno raddoppia di dimensione e raggiunge circa il 70% della grandezza del cervello adulto. Durante questo periodo il cervello del bambino è impegnato a costruire collegamenti strutturali e funzionali, a creare la neuro-architettura essenziale per sostenere la vita e l'apprendimento.

La tecnologia introdotta prima dei due anni potrebbe bloccare o danneggiare le esperienze sensoriali necessarie per uno sviluppo neurologico completo.

Per svilupparsi in tutte le aree, il cervello necessita di stimoli vari e non sempre ripetitivi, ha bisogno di interazioni naturali e il gioco.

Spesso i genitori non sanno come comportarsi con il figlio che fin da piccolo manifesta una forte curiosità verso la TV e in particolare verso programmi che diventano i preferiti e più volte gli unici a compensare la solitudine.

Una "compagnia virtuale", talvolta preferita in parte o in tutto a quella reale, che può produrre modelli di vita ormai sempre più considerati esempi da interiorizzare e imitare.

Davanti a questa eventualità è importante non assumere toni apocalittici o eccessivamente lassisti. Un utilizzo controllato e regolato di questo mezzo induce i bambini a farne un uso corretto e divertente, volendo anche creativo.

Alcuni studi sull'attività cerebrale durante la visione della TV evidenziano un aumento della fantasia con quasi un blocco delle capacità logiche, della comprensione e della creatività. Inoltre, tutte le associazioni mentali sarebbero trattenute, la coscienza sarebbe molto più manipolabile,

la capacità critica affievolita, così come la capacità di attenzione risulterebbe alterata e quindi il soggetto è molto influenzabile.

Questa condizione è presente sia nell'adulto che nel bambino e i pubblicitari ad esempio conoscono molto bene questi meccanismi tanto da creare spot capaci di indurre a comprare prodotti anche se non ne abbiamo bisogno. Quando guardiamo la TV il nostro cervello funziona poco, almeno al di sotto delle proprie possibilità.

Cosa accade:

- **Inibizione di coscienza:**

la coscienza inibita non fa da filtro alle informazioni ricevute e non riesce ad effettuare una valutazione corretta delle informazioni in entrata (ad es. su ciò che è giusto o sbagliato, vero o falso ecc). Nei bambini questa inibizione può avere effetti ancora più marcati.

- **Eccitazione sensoriale eccessiva:**

il cervello viene eccessivamente stimolato da impulsi troppo rapidi mantenendo i sensi troppo eccitati e a lungo e il cervello attenua le sue funzioni in quanto eccessivamente stimolato.

- **Meccanismi neuronali:**

tale funzione neuronale è alla base delle capacità attentive e del controllo degli impulsi nervosi, se viene danneggiata si crea un mal funzionamento. Alcuni studi scientifici sostengono che il cervello di un bambino di due anni crea circa due milioni di connessioni neuronali al secondo. La permanenza eccessiva alla TV rischia di limitare la produzione di tali connessioni.

- **Realtà e fantasia in confusione:**

nei bambini troppo piccoli, al di sotto dei tre anni, è facile che vi sia una confusione tra le immagini della TV e la vita reale in quanto ancora non possiede una maturità di pensiero tale da differenziare la realtà dalla fantasia, solo in seguito riesce ad acquisire una distanza critica tra finzione e mondo reale.

- **Capacità emotive difficili:**

trascorrere troppo tempo davanti allo schermo non favorisce una consapevolezza emotiva che si forma nel mondo reale quando il bambino "sente" le emozioni durante le interazioni con gli altri e non solo vedendole rappresentate attraverso le immagini.

Altri effetti...

Una esposizione prolungata alla TV potrebbe:

- aumentare gli stati di stress e di irritazione con una produzione importante di colesterolo a causa di dell'elevato numero di fotogrammi trasmessi al secondo dai televisori a LED, circa cento al secondo, contro i quattro dei vecchi apparecchi.
- La luminosità dello schermo può portare ad una diminuzione del sonno e a una difficoltà nell'addormentamento, in quanto è presente una diminuzione della melatonina, un ormone importante che induce al sonno.
- Intossicazione emozionale: si verifica quando le immagini o i contenuti presentati sono troppo gravosi a livello emozionale: violenza fisica, psicologica. Scene molto crude accompagnate da musiche dello stesso tenore. Scene dell'orrore, perversioni sessuali. Spesso la visione di queste scene può indurre in uno stato di allerta, di disgusto, con somatizzazioni fisiche quali nausea e urti di vomito. Talvolta questi stati emotivi perdurano anche la notte, con una qualità del sonno scarsa: agitazione, incubi, brutti sogni e un risveglio con stati di nervosismo.
- Aumenta il rischio di sovrappeso e obesità, con possibili conseguenze a breve e a lungo termine.
- Può influire sulla capacità di concentrazione e interferire con la qualità delle relazioni familiari e amicali.
- Può trasmettere valori non positivi quali l'aggressività, il consumismo, opinioni errate sul corpo femminile.
- Può indurre assuefazione verso atteggiamenti aggressivi e violenti.
- Alcuni programmi possono creare ansia, depressione, scarso controllo degli impulsi e della frustrazione.

Se utilizzata in modo appropriato arricchisce le conoscenze, lo studio, il divertimento, il linguaggio.

I segni della dipendenza

Ci sono indicatori qualitativi e quantitativi importanti per comprendere se l'uso del mezzo televisivo è eccessivo e rischia di sfociare in una vera e propria "dipendenza". I principali segni sono:

- trascorrere davanti alla televisione un tempo superiore alle 2-3 ore al giorno;
- provare una certa euforia durante la visione delle immagini televisive;
- mostrare una sorta di “crisi d’astinenza” con nervosismo e irritabilità nel momento in cui non sia possibile guardare la televisione;
- riduzione drastica delle attività di svago alternative alla visione della TV;
- rarefazione dei rapporti sociali;
- appiattimento delle capacità critiche nei confronti dei programmi televisivi;
- desiderio forte di acquistare prodotti pubblicizzati attraverso il mezzo televisivo;
- confusione tra la realtà e la finzione televisiva, con accettazione di quanto presentato in TV come realtà assoluta.

Con il sale in zucca!

Cosa fare:

- guardare la televisione insieme ai bambini per scegliere con loro i programmi e commentarli. Tutto ciò aiuta il dialogo, favorisce una visione più critica e meno passiva delle immagini. Davanti ad alcune scene e contenuti i bambini possono emozionarsi, fantasticare e identificarsi con alcuni personaggi o storie, pertanto è importante essere al loro fianco per poter chiarire dubbi, rispondere alle loro perplessità e domande.
 - Dare una regola chiara sul tempo di permanenza davanti alla TV in base anche all’età del bambino. Non oltrepassare mai le 2 ore al giorno.
 - Evitare la visione di telegiornali o programmi con contenuti di cronaca molto difficili e crudi.
 - Quando è possibile informatevi sui programmi di interesse dei vostri figli, tanto da comprenderne i contenuti, valutarne l’idoneità e rispettare i tempi per la visione dei programmi.
 - Prediligere programmi educativi (tipo documentari) dove il bambino possa acquisire informazioni che arricchiscono il suo bagaglio di conoscenze e nello stesso tempo lo incuriosiscono e lo divertono.
 - Cercate di coinvolgere i bambini in lavori manuali e creativi che stimolano la creatività e la fantasia.

Cosa evitare:

- non cenate davanti alla televisione. Questa abitudine piuttosto diffusa in realtà impedisce il dialogo in uno dei pochi momenti quando la famiglia è riunita. Inoltre distrae fortemente da ciò che sta ingerendo, creando così una situazione che generalmente porta ad assumere più cibo e ad avere una scarsa consapevolezza della quantità e del gusto ingerito.

- No all'uso della televisione durante lo svolgimento dei compiti. Questi ultimi richiedono attenzione e concentrazione.

- evitare la televisione nella cameretta dei piccoli: in questi casi diventa molto più difficile controllare l'uso che i vostri bambini fanno del piccolo schermo.

- Non attribuite alla televisione il ruolo di baby-sitter.

Un consiglio al volo!

Prestare molta attenzione a che distanza e in quale posizione i vostri bambini guardano la televisione. Guardarla da troppo vicino espone la persona allo “sparo” delle onde elettromagnetiche che, a lungo andare, possono causare rilevanti danni alla vista (deficit di visione e accomodamento della vista) e all'organismo (leucemia e linfomi). E ancora, stare seduti con gambe incrociate davanti alla televisione è un'abitudine che può causare un ristagno della regolare circolazione sanguigna.

Onde su Onde



Immagine da <https://it.freepik.com/>

Onde Cerebrali
Onde Alpha 8-13 Hz
Stato sognante, ricettività passiva.
Onde Beta 13-30 Hz
Memoria a breve termine attiva
mente e corpo in funzione.
Onde Delta 1/2-4 Hz
Intuizione, sonno, attività cerebrale.
Onde Gamma 30-100 Hz
Percezione, attenzione.
Onde Theta 4-8 Hz
Rilassamento profondo
subconscio, creatività.

All'interno del nostro cervello esiste una comunicazione tra i neuroni che è alla base delle nostre emozioni, pensieri, comportamenti. Le Onde cerebrali sono prodotte da impulsi elettrici sincronizzati da masse di neuroni comunicanti tra loro.

Il cervello umano lavora essenzialmente su quattro diverse frequenze: beta, alfa, theta e delta.

Le onde beta vengono prodotte quando si sta pensando e utilizzando le proprie facoltà superiori. Le delta sono associate al sonno e alla trance profonda. La luce intermittente della TV induce il cervello a sprofondare a un livello che sta tra le onde alfa e theta, quindi in uno stato di sonnolenza in cui il cervello è spento. Lo psicologo Thomas Mulholland ha scoperto che dopo trenta secondi davanti allo schermo il cervello inizia a produrre onde alfa che indicano passività, apatia. Queste onde sono associate a stati di coscienza sfuocati, alla meditazione e al sonno.

Onde Beta:

sono associate alle normali attività di veglia, quando siamo concentrati sugli stimoli esterni. Sono alla base delle nostre attività di sopravvivenza, di selezione e ordine degli stimoli che provengono dall'esterno. Mentre leggiamo produciamo onde beta che ci permettono di avere una reazione più veloce ai problemi.

Onde Theta:

sono proprie della mente impegnata in attività creative, di

immaginazione. In genere vengono prodotte durante gli stati meditativi profondi. Sono presenti anche nella fase REM del sonno quando si sogna. Mentre nell'attività di veglia sono il segno di intuizione, attitudine artistica, sensazioni extra sensoriali.

Onde Alfa:

sono associate a uno stato di coscienza vigile, ma rilassata. Una mente calma e concentrata e più predisposta alla soluzione dei problemi. Queste onde sono presenti nei momenti di introspezione o in quei momenti in cui occorre una forte concentrazione per raggiungere gli obiettivi (seduta di meditazione, di yoga).

Onde Delta:

associate al più profondo rilassamento psicofisico. Sono proprie della mente inconscia, del sonno senza sogni, dell'abbandono totale (autoguarigione).

Onde Gamma:

ad alta frequenza. Sono le più veloci tra le onde cerebrali e riguardano l'elaborazione e il collegamento simultaneo di informazioni provenienti da più aree del cervello. Un'attività ridotta di queste onde è stata associata a scarsa memoria e difficoltà di apprendimento.

Edizioni dell'Assemblea

I videogiochi

Con l'avvento delle nuove tecnologie, di internet, anche il gioco sta assumendo forme e significati diversi. Per il bambino il gioco è un'esperienza fondamentale che favorisce lo sviluppo affettivo, cognitivo e relazionale. Inoltre stimola la formazione della personalità, l'apprendimento di regole e la convivenza sociale, migliora l'immaginazione, la percezione sensoriale, la capacità di distinguere tra realtà e fantasia, la capacità di dialogare e di assumere altri ruoli.

Anche nell'adulto il gioco svolge funzioni insostituibili e si rivela come un'esigenza in tutto l'arco di vita, anche se con modalità ed espressioni diverse: scrittura, attività sportive, musicali, artistiche.

Nell'era tecnologica il gioco è spesso sostituito dal videogioco.

Non sempre gli adulti hanno familiarità con questi strumenti, molti li temono e si rendono conto che i loro figli sempre più piccoli hanno dimestichezza, abilità e soddisfano una serie di bisogni che in passato venivano invece soddisfatti da altre attività ludiche.

I video giochi possono stimolare alcune necessità:

- sfidare se stessi e gli altri
- ebbrezza di rischiare
- socializzare
- evitare la noia

Attraverso i video giochi i bambini familiarizzano presto e in modo divertente con la tecnologia e proprio tramite questa attività è possibile sviluppare alcune capacità di ragionamento, sono infatti caratterizzati da diversi livelli di complessità, con strategie di risoluzione dei problemi diversificate tra loro. Inoltre si impara a giocare attraverso l'osservazione diretta, per prove ed errori e utilizzando il ragionamento induttivo.

Per di più possono avere dei benefici sulla coordinazione oculo-manuale.

Vi sono anche genitori che gradiscono giocare con i video giochi, ne conoscono bene il funzionamento e spesso condividono con i figli questo interesse comune. Non sempre è facile trovare un equilibrio tra divertimento e responsabilità. Molte volte anche gli adulti si fanno prendere la mano e trascorrono molto tempo ai videogiochi. Soprattutto i giochi online, molto utilizzati anche dagli adulti pongono nuove sfide, ma anche nuove difficoltà legate soprattutto al tempo trascorso durante questa

attività che se diventa eccessiva impedisce di affrontare la quotidianità in modo realistico ed efficace.

L'allarme conclamato: abuso e condotte rischiose

L'uso protratto dei videogiochi facilmente porta ad un abuso, che nel tempo può avere i suoi effetti, le sue conseguenze in termini di dipendenza. L'uso eccessivo può essere correlato a comportamenti a rischio quali:

- sedentarietà e sovrappeso
- difficoltà scolastiche e scarsa concentrazione
- difficoltà nel sonno, nell'umore, nell'alimentazione
- tendenza a trascurare altri hobby
- tendenza all'isolamento e all'introversione, quando il videogioco si sostituisce ai rapporti sociali.

La dipendenza da videogiochi comporta fenomeni di tolleranza ed astinenza:

- **tolleranza:** il soggetto sente impellente di dover aumentare progressivamente il tempo di permanenza sui giochi per ottenere il livello di eccitazione desiderato;
- **astinenza:** il soggetto manifesta sintomi psico-fisici come irrequietezza, agitazione, difficoltà di concentrazione, disturbi del sonno e dell'umore, pensieri ossessivi riferiti ai videogiochi, quando è impossibilitato a giocare.

Le **principali conseguenze** dovute alla dipendenza da videogiochi possono riguardare:

- difficoltà scolastiche e lavorative (scarsa attenzione, concentrazione, difficoltà di apprendimento ecc...);
- compromissione dei rapporti sociali (isolamento, litigi per accaparrarsi i videogame, rapporti per lo più virtuali incentrati su giochi di ruolo, sulla comunicazione virtuale);
- sovrappeso dovuto alla vita sedentaria;
- disturbi del sonno, dell'alimentazione o dell'umore;
- problematiche psichiche di carattere dissociativo, riduzione della facoltà di critica o scollamento dalla realtà (le tante ore passate a giocare possono creare una frattura tra il mondo reale e quello virtuale, allo stesso modo, specie in adolescenza, si può compromettere il sano sviluppo dell'identità);

- problematiche legate all'astinenza quando il soggetto non può giocare (ricorrenti pensieri riferiti al gioco, irrequietezza, disforia ecc...);
- tendenza a compiere azioni "illegali" (per es. bullismo) o a mentire per procurarsi i soldi per i videogiochi;

- tendenza a trascurare altri interessi (sport, amicizie, hobby ecc..).

Al fine di controllare i rischi legati all'uso di videogiochi è possibile seguire alcune regole di comportamento che tengono sotto controllo questa tipologia di intrattenimento (Alonso-Fernandez. F., 1999):

- regola quantitativa: riguarda il **tempo impiegato nell'uso** del videogioco, al quale si consiglia di non rivolgere una pratica quotidiana stabile e comunque mai superiore ad un'ora circa al giorno. Nel caso dei bambini le regole sul tempo da dedicare ai giochi devono divenire abitudini supervisionate dagli adulti;

- Pause di gioco da effettuare ogni 10 minuti.

• Trascorrere solo una parte del tempo libero giocando ai videogame, lasciando spazio anche ad altre attività "reali" e "sociali", come lo sport e gli incontri con amici. In tal modo, si prevengono sia i problemi legati alla sedentarietà che l'isolamento sociale.

- Un campanello d'allarme significativo si verifica quando il soggetto rinuncia a svolgere le proprie attività quotidiane, quali mangiare, dormire, lavarsi, studiare per giocare con il videogame.

Occorre inoltre un'adeguata educazione degli adolescenti, sia verso il gioco, sia mirata alla differenziazione tra ciò che accade nel videogame e ciò che avviene nella realtà quotidiana. E' evidente che la realtà virtuale può offrire stimoli maggiori alle personalità più deboli, consente una facile identificazione con gli eroi virtuali dei videogame e permette di estraniarsi dalla noia, sentimento principe per molti adolescenti. Insegnare a distinguere tra queste due realtà significa dotare la persona degli strumenti necessari per sviluppare innanzitutto un senso di responsabilità ed evitare che egli si senta un estraneo nella propria quotidianità, misurando valori, emozioni e gratificazioni in relazione a questa sua attività ludica multimediale.

Videogioco e salute

Il malessere psichico

Anderson e Ford (1987) hanno condotto uno studio per verificare l'esistenza di una relazione tra il comportamento aggressivo messo in atto

dai bambini e ragazzi e l'uso di videogame, in particolare con contenuti violenti. E se il contenuto del video gioco potesse avere effetti differenti sui tratti di depressione, ostilità, ansia del giocatore.

Un aumento del livello di ostilità è stato rilevato sia nei giocatori con videogame dal contenuto violento e non. Così come l'ansia è presente in tutti e due i tipi di giocatori e cioè sia che utilizzano o che non utilizzano videogame con contenuto violento.

Mentre per quanto riguarda il tratto depressivo, si è visto che non ci sono particolari differenze tra i fruitori di contenuti violenti e non.

Quindi indipendentemente dal contenuto del gioco, il videogame comporterebbe un rischio di sviluppare problematiche ansiogene e di comportamenti ostili.

Il malessere fisico

Un impiego eccessivo dei videogame può predisporre una serie di problemi fisici, quali:

- crisi epilettiche nei soggetti predisposti
- stanchezza
- difficoltà nell'addormentamento
- bruciore agli occhi
- obesità infantile a causa della sedentarietà

Aggressività e videogame

«Il termine aggressività generalmente assume una connotazione negativa indicante un danno che viene apportato ad altri e/o a se stessi. In realtà è potenzialità che permette all'individuo di adattarsi all'ambiente e rappresenta un mezzo per andare oltre, per fare meglio, per fortificarsi e difendersi. Una certa dose di aggressività è indispensabile all'individuo per esplorare il mondo.» (G. Picerno in Dal dire al Fare). L'aggressività, può essere appresa per imitazione là dove determinati modelli sociali ne forniscano la legittimazione su cui l'individuo fonda un disimpegno morale che lo rende cognitivamente immune da sensi di colpa, rimorso o vergogna per ciò che fa; questo sarebbe vero non solo nella vita reale, ma anche nel mondo "virtuale" dei videogame.

Una ricerca condotta in collaborazione con alcune università italiane e straniere (Milano Bicocca, Genova, Val d'Aosta, Ohio e Amsterdam),

pubblicata sulla rivista *Social Psychological and Personality Science*, fa emergere l'associazione tra contenuti aggressivi o addirittura violenti di alcuni videogame e condotte di disimpegno morale nei giocatori, con tendenza a mentire e una ridotta capacità di autocontrollo, ovvero l'insieme di quei meccanismi cognitivi che allontanano la vergogna, i sentimenti di colpa nel momento in cui si violano le norme morali e sociali.

Questa caratteristica sarebbe incoraggiata dall'osservazione di modelli aggressivi presenti in alcuni videogame.

I risultati della ricerca concordano con la teoria socio-cognitiva dell'aggressività: comportamenti violenti possono essere appresi tramite l'osservazione di modelli sociali dove le condotte aggressive o antisociali sono messe in atto in modo ripetuto e costante tanto da incoraggiare chi le compie o chi vi assiste a perseguire quel tipo di comportamento.

In alcuni videogame vi è una esplicita istigazione ad uccidere, rompere in modo violento, far saltare in aria, per ottenere la vittoria. Non dimentichiamo che i primi video giochi furono ideati dal Pentagono come "War Games", giochi di guerra, per far superare ai militari la riserva iniziale ad uccidere un suo simile. Osservare in modo prolungato contesti aggressivi fa sì che anche il disimpegno morale interno si sviluppi al punto da poter giustificare anche le condotte aggressive e violente. Alcune particolari aree del cervello, quelle per il controllo delle emozioni e del comportamento aggressivo, sarebbero fortemente condizionate dalla visione e dall'interazione con immagini e videogame violenti tanto da disinibire i centri di controllo delle emozioni. In particolare i ricercatori dell'Ohio hanno evidenziato che l'aggressività si accumula nel tempo, proprio come il fumo: una sigaretta non provoca il cancro, ma tante sigarette ripetute nel tempo possono portare a sviluppare un tumore. Quindi dedicarsi costantemente a questo tipo di giochi con contenuti aggressivi e in giovane età potrebbe avere degli effetti negativi permanenti sulla personalità, da non sottovalutare. La regolarità dell'uso di questi giochi porterebbe anche ad un comportamento ostile e difensivo nei confronti degli altri dai quali ci si aspetta un comportamento bellicoso.

L'aggressività, quindi che sia appresa dalla vita reale, dalla TV o dai videogame, può diventare un modello di comportamento che sostiene meccanismi di disimpegno morale se:

- l'atteggiamento aggressivo viene presentato come uno strumento efficace che permette di raggiungere i propri scopi senza subire conseguenze e quindi rimanere impuniti;
- il comportamento aggressivo è rappresentato indipendentemente

dalle sue conseguenze negative ed è mostrato come giustificabile;

- se si verifica un meccanismo di identificazione con l'eroe del videogame;
- il giocatore, coinvolto nel gioco e in stato di eccitazione emozionale non riesce ad avere un atteggiamento distante e critico verso quel tipo di gioco.

Gli individui sarebbero spinti a giocare con un videogame per soddisfare tre pulsioni psichiche:

- il bisogno di competenza rispetto alle proprie azioni;
- il bisogno di libertà decisionale ed arbitrio nella scelta dello stesso.
- Sentirsi in connessione e relazione con gli altri

Alcuni studiosi hanno evidenziato anche una rabbia che si manifesta nel momento in cui i comandi di controllo diventano difficili da gestire, si innesca un meccanismo di frustrazione che se non opportunamente controllato può originare un forte senso di aggressività.

Effetti positivi

Sono presenti in letteratura diversi studi e ricerche che dimostrano quanto alcuni videogiochi possano avere un effetto benefico sulla mente e il ragionamento. Ad esempio in una università canadese di Saskatchewan, la ricerca della professoressa Mandryk ha portato alla luce l'effetto positivo di giocare ad un gioco d'azione su chi ha difficoltà a imparare a leggere. Oppure i giochi competitivi sembra che aiutino il giocatore a sopportare meglio la frustrazione e il fallimento.

La maggior parte della ricerca si riferisce a giochi d'azione che richiedono ai giocatori di muoversi rapidamente, tenere una quantità di informazioni in contemporanea nella mente e prendere decisioni in frazioni di secondo. Molti di queste ricerche si avvalgono di studi di correlazione e studi sperimentali. Negli studi correlazionali i giocatori di videogame sono confrontati in alcune prove percettive e cognitive con soggetti che non giocano a videogame. Molti risultati suggeriscono che il gioco sia implicato nelle migliori prestazioni, ma non lo dimostrano fino in fondo in quanto è possibile che le persone che scelgono di giocare con i videogiochi abbiano già capacità percettive e cognitive più elevate. Negli studi sperimentali tutti i giocatori inizialmente sono non giocatori e alcuni vengono invitati a giocare per alcune ore al giorno e per un certo numero di giorni con i videogame. I risultati mostrano che chi gioca ha prestazioni migliori nelle abilità cognitive di base, rispetto ai non giocatori.

Ecco alcuni effetti positivi che hanno evidenziato gli studi negli ultimi anni:

- **Prendere decisioni:** alcuni videogiochi presentano delle situazioni in cui il giocatore deve compiere delle scelte. In particolare nei giochi di ruolo, prendere una decisione richiede l'esame di tutta una serie di pro e contro dal momento che, una volta compiuta, questa potrà influenzare ampiamente il nostro futuro nel gioco e nella vita. Gli studi effettuati in merito parlano quindi dei benefici che si possono trarre esercitando la nostra mente e valutare le conseguenze delle nostre azioni future, proprio come facciamo con i personaggi dei videogiochi – nei quali comunque trasferiamo parte della nostra personalità facendo intraprendere loro dei percorsi che sentiamo più vicini alla nostra indole personale.

- **Miglioramento nelle attività lavorative:** molti studi evidenziano che alcuni videogiochi possono migliorare le prestazioni lavorative soprattutto in quelle professioni in cui sono richieste abilità di memoria, rapidità decisionale e buona coordinazione oculo-motoria. In particolare uno studio ha mostrato come i giocatori di videogame risultano migliori nell'abilità di far volare e atterrare aerei droni, tanto da essere bravi quanto i piloti addestrati (Mkinley et al., 2011).

Mentre uno studio di Rosser et al. del 2007 ha mostrato che chirurghi inesperti accaniti videogiocatori potevano raggiungere performance migliori dei colleghi più esperti.

- **Memoria e velocità di adattamento:** in genere in un video gioco vengono presentati un numero considerevole di stimoli, informazioni da assimilare e ricordare: simboli, barre, colori, oggetti nell'inventario, combinazioni di tasti. Ogni gioco, però, presenta una personale sistemazione e organizzazione di queste informazioni. Questo fa in modo che, quando un giocatore passa da un gioco all'altro, la sua mente si adatti in fretta e più velocemente di prima al nuovo linguaggio con cui viene a contatto, influenzandone di conseguenza le capacità mnemoniche e l'elasticità mentale.

- **Maggiore flessibilità mentale:** numerose ricerche hanno mostrato che i videogiochi d'azione possono migliorare la capacità delle persone di passare rapidamente e senza errori tra attività che richiedono più di una richiesta contemporaneamente.

(Anderson et al., 2010; Green et al, 2012; Colzato et al, 2014).

- **Miglioramento nell'attenzione spaziale:** i videogiochi d'azione sembra che possano migliorare le prestazioni nella capacità di individuare,

in modo rapido, uno stimolo bersaglio in un campo di distrattori. Tale test sembra essere un buon predittore sulle capacità di guida. (Green & Bavelier, 2012)

Con il sale in zucca!

- L'utilizzo dei videogiochi non deve avvenire prima dei tre anni.
- Non impedire del tutto di utilizzarli perché renderebbe i bambini tagliati fuori dalla tecnologia.
- L'uso quotidiano non dovrebbe superare i 60 minuti, meglio se suddivisi in due fasi da 30'.
- il tempo non utilizzabile non è cumulabile, se il giorno prima non è stato utilizzato il videogioco, il giorno successivo non potrà usarlo per un tempo maggiore comprensivo del tempo non utilizzato. Invece molte volte i bambini fanno questo tipo di richiesta e spesso gli adulti acconsentono di farli trattenere per un tempo maggiore dato che magari il giorno prima non ne avevano usufruito.
- È consigliabile utilizzare una sveglia da mettere vicino al bambino che suonerà quando termina il tempo a disposizione. Per evitare così quei fastidiosi tira e molla del tipo: “ancora due minuti”, “devo finire il gioco” e così via. Quando poi i due minuti si trasformano in quarti d'ora o mezz'ora. Questo atteggiamento crea discussioni a volte anche accese, tra genitori e figli senza poi giungere a risvolti positivi.
- Per poter accedere al videogioco il bambino deve chiedere il permesso all'adulto, non può avere un libero accesso.
- L'uso del videogioco deve essere consentito solo dopo aver portato a termine i propri doveri scolastici o di altra natura.
- Si può prevedere un tempo di uso maggiore, rispetto a quello previsto, ma questo deve essere sporadico e legato ad esempio ad un premio perché ha rispettato i tempi senza fare storie o discussioni inutili.
- Il videogioco non deve diventare strumento esclusivo di divertimento, ma essere alternato ad altri giochi di natura diversa.
- L'uso protratto dei videogiochi può arrecare danni alla salute.

Un consiglio al volo

Prima dell'acquisto:

il gioco deve essere educativo, creativo, divertente, basato sulla soluzione di problemi e non sull'aggressività.

Il cellulare

Con l'arrivo della Comunione, magicamente compare il cellulare come regalo ormai atteso, spesso promesso dagli adulti. Ed ecco che il sogno si avvera, la stragrande maggioranza dei bambini di 9 anni si trova tra le mani non un telefonino qualsiasi, ma l'ultima generazione dello smartphone, con le funzioni più disparate e vari giga di memoria per conservare foto, video e così via. Non stiamo parlando di adolescenti o adulti, ma di bambini che ancora frequentano la scuola primaria.

Il cellulare è diventato infatti un regalo molto ambito in varie ricorrenze, anche compleanni, ma sempre più spesso è il dono della Comunione o della Cresima. Spesso non è donato dai genitori ma da altri parenti molto vicini alla famiglia soprattutto nonni o zii che molte volte prendono questa iniziativa senza consultare i genitori e senza tener conto delle scelte educative da questi effettuate.

Spesso viene regalato un cellulare, costoso, con funzioni multimediali, inadeguate all'età dei bambini o dei ragazzi, con il quale è possibile collegarsi a Internet, o fare video.

Talvolta può essere un dono inaspettato che rende molto contenti i figli, ma un po' meno i genitori, che possono sentirsi in imbarazzo perché le loro scelte non sono state rispettate.

Potrebbe essere utile trovare l'occasione per parlare con i parenti sulle scelte educative, in modo da non trovarsi di nuovo in futuro a ricevere regali inaspettati troppo costosi, o potenzialmente pericolosi.

A livello rappresentativo il cellulare per i ragazzi può essere considerato come lo strumento che li fa entrare nell'adolescenza liberandosi almeno in parte del controllo della famiglia. Per i genitori, soprattutto quelli ansiosi e controllanti sapere che il proprio figlio è sempre raggiungibile li rende tranquilli. In realtà il controllo che si può fare con il cellulare è sempre relativo, un adolescente può dire di essere in un luogo anziché un altro...

A volte la mania di controllo degli adulti può diventare eccessiva tanto che i genitori chiamano troppo i figli durante la giornata e magari anche nelle ore di lezione, pur essendo vietato dalla legislazione scolastica.

Il cellulare sicuramente incide sulla vita familiare e sulle relazioni in quanto spesso i figli, interrompono i discorsi e le attività, si distraggono dagli impegni e spesso sono poco concentrati rispetto ai loro compiti da

svolgere.

Sta diventando uno strumento scontato non solo per noi adulti, ma anche per i bambini che non lo utilizzano soltanto per comunicare con gli amici, condividere pensieri e fissare momenti della propria vita. Ormai anche per loro è diventato uno strumento di relazione, tanto che molte volte preferiscono chattare anziché parlare a voce.

Spesso i genitori si trovano a cedere, perché le richieste dei figli diventano molto insistenti e molte volte tale insistenza è accompagnata da frasi del tipo: "Ce l'hanno tutti i miei compagni". Per molti genitori il cellulare è stato un'acquisizione dell'età adulta e rimane difficile pensare che il proprio figlio di neanche 10 anni possa maneggiare uno smartphone. Spesso i pensieri dei genitori vanno alla loro infanzia quando il cellulare non esisteva e si cerca di spiegare ai figli che in ugual modo riuscivano a comunicare con gli amici. Il telefono veniva usato ugualmente, era quello di casa e si trascorrevano anche ore soprattutto quando si era innamorati e i genitori brontolavano perché non potevano neanche fare una telefonata importante. Questa immagine sembra ormai preistoria, ma in realtà era quello che avveniva in quasi tutte le famiglie negli anni 80-90.

I genitori si trovano davanti ad un dilemma: decidere di accontentare il figlio per non renderlo troppo diverso dagli altri, oppure scegliere di seguire le proprie idee anche se sono in contrasto con la maggior parte dei genitori? Può essere utile tenere conto di cosa pensano gli altri, ma non è altrettanto ragionevole né proficuo decidere in un certo modo solo perché è la scelta della maggioranza. La richiesta del telefonino può far nascere in famiglia discussioni anche accese, ma che potrebbero trasformarsi in occasioni per riflettere su questi argomenti, e anche per condividere con i figli idee e convinzioni anche diverse dagli altri senza per questo sentirsi "fuori" dal gruppo di amici.

Come si può immaginare, quindi, con l'arrivo di questo strumento tecnologico potrebbero arrivare anche le discussioni, o si fanno più accese per alcuni motivi:

- scarsa consapevolezza dei rischi
- scarsa competenza tecnologica dei genitori
- mancanza di regole sull'utilizzo

Alcune riflessioni sui costi:

Ormai possedere un telefonino spesso è sentita come un'esigenza forte

da appagare, ma sia l'acquisto che l'utilizzo rappresentano dei costi che spesso le famiglie non sempre riescono a sostenere. È sempre più diffuso l'acquisto di cellulari di ultima generazione anche per bambini piccoli i quali di frequente non sono consapevoli del valore economico del cellulare che in molti casi viene rovinato o perso. C'è la corsa all'ultimo modello perché gli altri ce l'hanno e per sentirsi parte di un gruppo, tanto che dopo pochi mesi ne viene richiesto uno nuovo, l'ultimissimo tipo.

Pensiamo anche all'enfasi, a livello mediatico, che viene fatta rispetto ad un nuovo modello. Le case produttrici bombardano di messaggi pubblicitari sulle caratteristiche del "neonato tecnologico" e non ci stupiamo più se alcuni servizi giornalistici proiettano immagini di lunghe code ai centri commerciali che durano anche giorni per poter finalmente possedere l'ultimo modello di un cellulare famosissimo.

Il costo iniziale dell'oggetto viene abilmente aggirato dai ragazzi attraverso richieste ai nonni molte volte disponibili ad acquistare in tutto o in parte il cellulare.

Altra questione riguarda le ricariche telefoniche. Alcuni anni fa avevano un costo sostenuto, oggi costano sempre meno e ci vengono offerti sempre più minuti e soprattutto navigazione in internet.

Quante volte abbiamo visto offerte con minuti e navigazione senza limiti.

Non c'è dubbio che questo tipo di tariffa può essere utile per chi lavora ed utilizza molto il telefono per svolgere la propria attività. Ma i bambini e i ragazzi? Hanno bisogno di una tariffa del genere?

Questo tipo di profilo tariffario induce a trascorrere molto tempo al cellulare non tanto per conversare, perché i ragazzi dialogano poco per telefono, ma soprattutto per chattare sui vari social e quindi stare molto tempo connessi.

Quindi quando ci riferiamo ai costi non dobbiamo considerare solo quelli economici, ma anche quelli educativi. Oltre a far comprendere ai figli il valore economico, è fondamentale educarli anche ad un utilizzo consapevole e responsabile.

Piccoli semi di responsabilità

- aiutare i figli a riflettere in generale sulle risorse a nostra disposizione: fonti energetiche, naturali ed economiche. Dovremmo avere rispetto di tutte queste fonti che ci aiutano a vivere meglio. Anche il denaro se

giustamente utilizzato e non sprecato può aiutare nella nostra qualità di vita.

- Ragionare con i figli sul desiderio di conformismo sia degli adulti che dei ragazzi.
- Prevedere delle regole che riguardano i consumi, l'utilizzo e la manutenzione del telefonino.
- Invitare i figli a risparmiare del denaro per poter affrontare le spese personali. Tale modalità può essere utile per far capire loro la necessità di trovare un equilibrio tra le cose che vorrebbe acquistare e il denaro che ha a disposizione.

Sonno touch

Uno studio recente di Ben Carter e collaboratori del King College di Londra ha riguardato gli effetti dell'utilizzo dei dispositivi elettronici sul sonno. Lo studio durato circa quattro anni (dal 2011 al 2015) ha coinvolto 125 mila bambini e adolescenti, nella fascia d'età tra i 6 e 19 anni, di tutti i continenti.

I risultati hanno confermato che i ragazzi abituati ad utilizzare il cellulare prima di andare a dormire hanno una probabilità ridotta del 50% di riposare per nove ore rispetto ai coetanei che si svagano con altre attività.

La luce blu del device prolunga lo stato di veglia e riduce la produzione di melatonina. Inoltre sembra che anche lasciare tali dispositivi in modalità vibrazione, possa avere gli stessi effetti sul sonno, in quanto i led o i suoni di un messaggio possono essere eccessivamente stimolanti per un corretto riposo. Avere delle sane abitudini di sonno -veglia permette di prevenire alcuni scompensi dovuti ad una quantità di sonno inadeguata, quali: irritabilità, ansia, iperattività, sbalzi d'umore, problemi di memoria.

Genitori e insegnanti troppo distratti ...dallo smartphone!

Sempre più spesso i bambini lamentano una assenza degli adulti a causa di un interesse più frequente verso il cellulare. Molte volte si fa notare agli adolescenti che non devono usare il cellulare durante i pasti, ma succede di vedere gli adulti che lo fanno a casa e al ristorante. Avviene anche a scuola: spesso l'insegnante utilizza il telefono durante la lezione e anche con una certa frequenza e non sempre le chiamate sono così urgenti.

Per dare buone abitudini ai bambini, per primi noi adulti dobbiamo

dare l'esempio e riflettere anche su come il nostro comportamento possa far sentire i bambini.

Il cellulare rappresenta uno strumento con almeno tre funzioni psicologiche:

in primo luogo regola la distanza nelle relazioni e nel dialogo, in quanto è uno strumento che limita il contatto diretto con gli altri e protegge da un impatto emotivo diretto che sarebbe molto più coinvolgente nelle emozioni e nei sentimenti. Attraverso il cellulare anche una persona timida, magari per chat, riesce a comunicare emozioni che comunque risultano limitate a ciò che viene scritto. È assente infatti tutto il linguaggio corporeo che evidenzerebbe la vera natura dei sentimenti e delle eventuali insicurezze e ambiguità.

Paradossalmente però mentre cerchiamo una distanza possiamo attuare forme di controllo e di vicinanza verso gli altri, restando costantemente connessi, inviando messaggi continui, controllando gli accessi degli altri sui Social.

Questa modalità non riguarda solo i ragazzi, ma è ormai diventata una prassi comportamentale di molti adulti che non controllano solo i figli adolescenti, ma anche amici o colleghi.

È come se volessimo tenere gli altri al guinzaglio, un gancio non sempre visibile agli altri ma che in qualche modo placa le ansie, le curiosità a volte morbose di entrare nella vita dei nostri simili. In realtà l'ansia si placa solo inizialmente, poi diventa quasi un'ossessione della quale non si può fare a meno.

Gli adolescenti utilizzano il cellulare, non solo nella fase iniziale della conoscenza, ma anche successivamente certe insicurezze relazionali, vengono celate attraverso i messaggi. I soggetti un po' meno insicuri utilizzano i messaggi vocali che spesso vengono cancellati e riproposti se la voce poteva far trapelare delle emozioni troppo forti.

Il rischio in certi casi è quello di affidare al cellulare la gestione delle relazioni, aumentando le difficoltà di rapporto con gli altri, creando sempre più una distanza tra comunicazione reale vis a vis e dialogo virtuale-telefonico.

Un rischio spesso poco considerato riguarda il fatto di vivere relazioni con gli altri quasi esclusivamente mentali, proiettando desideri idealizzati attraverso la scrittura di pochi caratteri.

Tale frammentazione esclude completamente il corpo che nelle relazioni con gli altri è un mezzo molto importante di conoscenza.

Un'altra funzione importante del cellulare è che oggi spesso può rappresentare un mezzo per poter affrontare la solitudine, il senso di isolamento dagli altri, attribuendogli il ruolo di “antidepressivo” o ansiolitico, in quanto si ha l'impressione che l'altro sia sempre lì con noi, a portata di tasti.

Tale meccanismo porta a considerare questo strumento una vera parte di sé al quale non possiamo rinunciare e neanche si può pensare di spegnerlo o tenerlo lontano da noi in certi momenti della giornata. Questo vorrebbe dire, per qualcuno, non essere visibili agli altri, non averli sempre vicino.

Non vi è mai una separazione vera dagli altri, deve esserci una “fusione” con l'altro. Tale fusione spesso può generare una difficoltà a differenziare l'intimo e il condiviso che è un aspetto fondamentale per la costruzione dell'identità stabilendo così dei confini tra il sé e l'altro, necessari per avere relazioni sane.

Un'altra funzione che viene attribuita al telefonino riguarda la possibilità di poter dominare la realtà. Ormai i cellulari di ultima generazione sono dei veri e propri computer stracolmi di funzioni e applicazioni che danno un senso di onnipotenza, di poter tenere tutto sotto controllo, dalle previsioni meteo, al traffico sulla strada sconosciuta.

Soprattutto i ragazzi, ma anche gli adulti “tecnologizzati” possono abusare di queste funzioni, tanto da sviluppare una vera e propria dipendenza. In realtà nell'età giovanile si dovrebbe imparare a gestire i contatti sociali e a controllare gli impulsi e le emozioni.

Talvolta non si riesce a gestire il distacco, la distanza che non sono dimensioni da allontanare, ma possono diventare spazi del sé importanti per coltivare momenti di creatività e riflessione. I nostri ragazzi, ma anche gli adulti, non riescono a gestire il tempo dell'attesa della soddisfazione di un bisogno, ma l'azione spesso sostituisce il pensiero in modo anche frenetico, niente può essere atteso, ma tutto deve realizzarsi subito.

La dipendenza da cellulare

Questo tipo di problema colpisce principalmente i giovani, ma non solo. Sempre più adulti si trovano a non saper gestire l'uso del telefonino.

L'utilizzo quotidiano e costante del cellulare può portare ad un comportamento incontrollato verso questo strumento sia da un punto di vista qualitativo che quantitativo.

La quantità di contatti quando ammonta a più di 200 sia in entrata che

in uscita fa pensare ad un uso continuo di tale strumento. Anche lunghe conversazioni con pochi contatti e una consultazione continua delle App può portare ad un abuso.

Vi sono comunque alcuni comportamenti di dipendenza che dovremmo considerare con attenzione:

- Senso di stordimento, mal di testa, vertigini, dolore all'orecchio per eccessivo utilizzo del cellulare
- La maggior parte delle attività vengono svolte al telefono quasi in modo esclusivo (telefonate, foto, video...).
- Non si allontana dal telefono neanche per poco tempo e mostra un atteggiamento quasi di affetto verso l'oggetto.
- Il cellulare viene utilizzato come mezzo quasi esclusivo di contatto con gli altri, tanto da soddisfare i suoi bisogni affettivi.
- Ha manifestazioni di forte ansia o di panico se il telefono è scarico o non funzionante.
- Utilizza il cellulare come strumento di controllo nelle relazioni affettive.
- Non riesce a mantenere un'assenza di contatto con gli altri, deve essere sempre connesso o comunicare in continuazione.
- Tende ad usare più cellulari contemporaneamente.
- Anche di notte non riesce a spegnere il cellulare effettuando risvegli notturni per controllare l'arrivo di messaggi.
- Spesso l'abuso del cellulare può essere associato ad altre forme di dipendenza, quali shopping compulsivo, abuso di tabacco, dipendenza affettiva attraverso il controllo e contatto continuo, dipendenza da videogiochi presenti nel telefonino.

Abuso di short message

Sempre più frequentemente soprattutto tra i giovani si sta diffondendo l'uso di messaggi brevi con un linguaggio molto sintetico e con codici di abbreviazione. Tale modalità concilia la possibilità di un messaggio scritto che potenzialmente rimane e può essere riletto in qualsiasi momento e un modo di comunicare indirettamente senza mostrare emozioni.

Molti ragazzi hanno sviluppato un linguaggio eccessivamente sintetico tanto da non riuscire in altre occasioni ad articolare un discorso in modo più analitico e argomentato. Dove spesso non si mostrano sentimenti,

desideri perché le modalità riflessive sono poco utilizzate rispetto a quelle compulsive legate all'espressione immediata di azioni.

Con il sale in zucca!

Il cellulare è ormai uno strumento tecnologico del nostro tempo, il suo utilizzo con i bambini va regolato con molta attenzione.

- Evitare di dare in mano lo smartphone prima dei tre anni. Non deve diventare una modalità di intrattenimento per i bambini molto piccoli, mentre i genitori svolgono altre attività.

- Vietarne l'utilizzo fino agli 11/12 anni. Prima di questa età il cellulare è inutile, anche perché spesso i bambini che frequentano la scuola primaria trascorrono molte ore a scuola e in genere frequentano gli amici in presenza dei genitori o di altre figure adulte, la necessità di possedere un cellulare personale quindi non si pone.

- Quando il bambino va alle scuole medie spesso i ragazzi percorrono il tragitto scuola casa da soli e il cellulare può diventare uno strumento che dà una certa sicurezza ai genitori e ai figli stessi in caso di necessità.

- Educarli ad un utilizzo moderato è necessario, ma i primi dobbiamo essere noi adulti con l'esempio. Se siamo sempre al telefono anche quando non è necessario poi non possiamo pretendere di dare una regola coerente ai figli.

- Attivare i blocchi di controllo per l'accesso ad internet aiutando i ragazzi a navigare in tutta sicurezza.

- Con il cellulare l'accesso a internet risulta essere molto facilitato, tanto che non è infrequente imbattersi in siti inadeguati come quelli pornografici.

- L'utilizzo eccessivo delle chat può portare all'isolamento, in quanto manca uno scambio diretto con l'interlocutore ed è assente il linguaggio corporeo essenziale per comprendere le emozioni dell'altro.

Un consiglio al volo

- Concordare con i figli le modalità d'uso prima dell'acquisto (quando, dove, quanto, come);

- dialogare con gli altri familiari e parenti, in modo da limitare l'abitudine al "regalo della ricarica".

Il tablet

Diversamente dagli altri video, TV, videogiochi ecc, il tablet e le tecnologie touchscreen sembrano costituire una risorsa e offrire vantaggi educativi.

In realtà vi è un dibattito acceso in proposito che sicuramente coinvolgerà anche un pubblico di non specialisti e anche le associazioni professionali di psicologi, neuropsichiatri infantili, pedagogisti, pediatri saranno chiamati ad esprimere un parere e a dare linee guida in proposito.

Mentre abbiamo un'ampia letteratura su altri strumenti quali TV e Videogiochi, ancora non abbiamo studi approfonditi sul tablet e il suo utilizzo corretto.

Certamente i nuovi strumenti digitali rappresentano mondi affascinanti sia per gli adulti che per i bambini e il rischio di una solitudine tecnologica per i piccoli utilizzatori è un pericolo reale.

Allo stesso tempo non è più inusuale vedere adulti che mostrano con orgoglio i propri figli piccolissimi come abili fruitori del tablet. Tale utilizzo è sempre più concreto e reale ed è quindi necessario comprendere bene le migliori possibilità di impiego dato che al momento non vi sono pubblicazioni scientifiche tali da dare oggettività a tale dibattito.

In genere il tablet viene presentato in età piuttosto precoce, mentre invece a due anni sarebbe molto più utile fare esperienze tattili. Dopo i tre anni può essere utilizzato, ma in modo molto moderato e con il controllo degli adulti in quanto davanti allo schermo è facile perdere la cognizione del tempo e la fruizione il più delle volte è di tipo passivo e non sensoriale.

Quando viene concesso il tablet i genitori dovrebbero controllare i contenuti e l'accesso. Anche le App dovrebbero essere scelte dai genitori in modo da trasformare le modalità di utilizzo con momenti di scambio, confronto e dialogo.

L'importante è che questi nuovi strumenti non ne sostituiscano altri. I bambini hanno bisogno di ricevere stimolazioni diverse e su più canali. Ciò significa che si può imparare meglio un concetto ad esempio "gatto" vedendo molti gatti diversi invece che osservare lo stesso gatto molte volte e dallo stesso canale.

Un uso molto moderato alternato ad altre attività di gioco può arricchire le conoscenze del bambino e anche in alcuni casi il linguaggio.

I bambini sono molto attratti dal tablet che in genere contiene tante App, stimoli luminosi accattivanti, colori vivaci.

In una recente intervista pubblicata su Repubblica, il prof G. Riva ha evidenziato alcuni potenziali pro e contro dell'impiego dei nuovi dispositivi touchscreen da parte dei più piccoli: se da un lato migliora il processo di coordinamento dei movimenti e velocizza il processo decisionale, dall'altro l'utilizzo intuitivo riduce la capacità di mantenere l'attenzione su un compito a lungo.

Il tablet agli occhi dei bambini risulta uno strumento straordinario per disegnare, giocare e imparare ma probabilmente un foglio di carta con i pennarelli o le matite è molto meglio per sviluppare gli aspetti creativi. Il successo di questo strumento è dettato dal fatto che al suo interno ci sono molte applicazioni adatte a loro. Pensiamo che al momento sono più di quarantamila.

A volte succede che gli adulti danno i tablet ai loro figli per distrarli e tenerli occupati mentre loro continuano a svolgere la loro attività, un po' come succedeva con la TV.

L'uso frequente e non controllato delle nuove tecnologie potrebbe avere delle ripercussioni sulle capacità di socializzazione del bambino. E il tablet se utilizzato in modo distorto può facilitare l'isolamento e una minore capacità di comunicazione. Dobbiamo altresì considerare che contrariamente alla TV che è un mezzo passivo, il tablet può essere considerato uno strumento ricco di funzionalità attive.

Comunque ci sono anche segnali diversi che arrivano da alcuni dati di mercato incoraggianti riguardo alla letteratura per bambini. Nonostante la crisi editoriale in atto ormai da anni, alcune case editrici hanno puntato molto sulla narrativa per bambini in quanto alcuni dati mostrano che essi leggono molto di più degli adulti, tanto che questo settore dell'editoria ogni anno registra un incremento di vendite.

Molte ricerche hanno dimostrato che un incontro positivo precoce tra bambini e libri, che coinvolge tutti i sensi ha importanti implicazioni per lo sviluppo cognitivo, emotivo e sociale, oltre che per l'amore verso la lettura.

È quindi importante attuare un metodo che possa portare ad un incontro tra i libri e i media e i bambini e non ad uno scontro o ad un'antitesi che non è utile né efficace.

Non possiamo in ogni caso impedire l'uso delle nuove tecnologie, ma possiamo affiancare i nostri figli quando le utilizzano per proteggerli da immagini e soprattutto contenuti non sempre adeguati. Può essere

considerata l'occasione per imparare insieme divertendosi e il genitore può suggerire al figlio modalità più critiche verso le informazioni ricevute dalle applicazioni.

Stare con loro vuol dire anche dare una regola stabile sui tempi di utilizzo, senza dare il messaggio che può trascorrere del tempo sul tablet per calmarsi e tenersi occupato. Inoltre permette al genitore di aprirsi a nuove forme di apprendimento.

Al momento nessuna ricerca ha dimostrato in modo oggettivo e definitivo che il tablet possa rendere il bambino più intelligente o permettergli di imparare qualsiasi cosa in modo rapido ed efficace. Come nessuna prova abbiamo che possa condizionare negativamente lo sviluppo mentale dei minori o un danneggiamento dei circuiti neuronali.

I primi tablet sono apparsi sul mercato alcuni anni fa, un tempo troppo breve non sufficiente per raccogliere dati credibili e attendibili, proprio per tale ragione è prudente un uso moderato e controllato e alternato ad altre attività di gioco e di svago oltre che di apprendimento.

I segnali di pericolo

Ecco nove segnali da non sottovalutare. Un punto di partenza per capire se i bimbi sono troppo dipendenti dalla tecnologia e in caso chiedere un consiglio a uno specialista.

Uso incontrollato

Quanto è difficile per il bambino non utilizzare schermi multimediali?

Perdita di interesse

Verso altre attività in quanto solo i dispositivi elettronici lo motivano.

Preoccupazione

Solo verso l'utilizzo del tablet.

Conseguenze psicosociali

Quando l'uso del dispositivo impedisce le normali interazioni sociali

Problemi gravi dovuti all'uso

Divieti.

Il bambino diventa frustrato e mostra aggressività sia fisica che verbale se non può utilizzarlo.

Tolleranza

La quantità di tempo che desidera trascorrere con il tablet potrebbe aumentare nel corso del tempo in compagnia.

Inganno

Se li usa di nascosto

Evasione/Miglioramento dell'umore

Si verifica quando dopo una giornata pesante, solo il tablet o un altro dispositivo riescono a calmarlo.

Con il sale in zucca!

Negli anni Settanta la cattiva maestra divenne la TV, alla quale venne attribuito il ruolo di baby-sitter. Oggi ha perso un po' del suo fascino, perché i bambini sono molto più attratti dai nuovi dispositivi touchscreen. Primo fra tutti il tablet, strumento considerato fantastico. Vediamo come possiamo regolarizzare l'utilizzo:

- se il bambino mostra curiosità verso questo strumento spiegare l'utilizzo e affiancarlo, senza lasciarlo troppo autonomo e senza controllo.
- Scegliere contenuti adeguati, con app educative attraverso le quali il bambino possa sviluppare curiosità e conoscenza.
- L'accesso al web deve essere regolamentato con molta attenzione da parte dell'adulto, disattivando la connessione ad Internet nei bambini piccoli o quando sono soli.
- L'adulto deve porsi in modo da essere una guida presente e attiva in ogni fase esplorativa.
- I giochi online possono essere consentiti nei bambini alla fine della scuola primaria, ma solo con amici che conosce nella vita reale (compagni di classe, di sport, amici delle vacanze) senza entrare in comunità virtuali con sconosciuti.
- Non lasciare i bambini piccoli da soli davanti ai dispositivi tecnologici, quando l'età aumenta e il bambino frequenta la scuola secondaria di primo grado, l'adulto deve avere un ruolo di osservatore presente e meno invadente.
- Il tablet e la tecnologia in generale non deve essere dominante o peggio pervasiva, in qualche modo i vari interessi di gioco devono integrarsi e non contrapporsi.
- Può diventare uno strumento didattico se ben utilizzato, alcune applicazioni possono essere utili anche per uno sviluppo migliore della memoria.

Nella ragnatela...di internet

Generalmente gli adulti utilizzano internet per ragioni di lavoro, per cercare informazioni, ma anche per l'accesso alla posta elettronica. Meno facilmente per scaricare musica o film, ma negli ultimi tempi anche negli adulti è presente un impiego più mirato e frequente per i Social. È raro comunque che internet assuma la stessa centralità che ha nei ragazzi per i quali rappresenta un fattore importante per la costruzione della loro identità sociale e culturale.

La rete infatti, in modo veloce e con una soglia di coinvolgimento emotivo molto bassa, riesce a far condividere interessi anche tra persone molto lontane geograficamente. Con un passaggio continuo tra mondi reali e virtuali gli individui possono sperimentare varie identità, approfondire argomenti, temi e fenomeni in modo molto rapido.

Quindi di per sé vi sono aspetti positivi sull'utilizzo che andrebbero considerati, ma vi sono aspetti pericolosi che è opportuno osservare: un uso smodato crea il rischio concreto di isolamento dagli altri oltre alla possibilità di imbattersi in contenuti pericolosi, comportamenti inadeguati di cyberbullismo o adescamento. È quindi fondamentale conoscere bene queste possibilità e dialogare in modo aperto con i figli senza mostrare solo preoccupazioni o ansie in merito oppure avere soltanto atteggiamenti sanzionatori o punitivi.

Realisticamente, fermare la diffusione di Internet tra i giovani è praticamente impossibile: chi non ha la connessione si sente tagliato fuori. Risulta quindi più proficuo aiutare i ragazzi a conoscere la rete e ad utilizzarla in modo da trarne i maggiori benefici e ridurre al minimo i rischi.

Internet rappresenta un'ampia fonte di informazione e conoscenza: un'enciclopedia virtuale sempre disponibile per adulti e bambini. Questa è una delle funzioni più apprezzate della Rete. Pensiamo che ormai gli studenti quando devono svolgere ricerche scolastiche fanno riferimento a Internet, talvolta è una delle prime motivazioni di approccio alla Rete.

Tuttavia le informazioni sui media vanno sempre verificate, in quanto è molto facile la non attendibilità e quindi necessario aiutare lo sviluppo del senso critico nei figli.

Gli adolescenti utilizzano la Rete, non solo a fini scolastici, ma

soprattutto per informarsi su aspetti intimi della loro vita, che possono riguardare l'affettività e la sessualità. Molti di essi vivono certi argomenti in modo riservato tanto che se non avessero la Rete per confrontarsi, il rischio sarebbe quello di non conoscere certe tematiche, non confrontarsi con coetanei, tanto da poter sviluppare in seguito un disagio.

Internet, come anche la TV non diffonde solo informazioni, ma crea valori, diffonde modelli di comportamento, per tale motivo nei giovani esiste il pericolo che essi possano essere influenzati, essendo soggetti in evoluzione, da contenuti pericolosi o inadeguati tanto da emularli. Pensiamo ad esempio ai siti pro-anoressia, ai siti con contenuti violenti o razzisti, o a quelli che inducono i giovani ad assumere comportamenti pericolosi, devianti, o autolesionistici.

I rischi possono essere più o meno concreti, molto importante risulta il comportamento dei genitori che in preda alla preoccupazione o all'ansia possono attuare atteggiamenti frequentemente punitivi, a discapito del dialogo, del confronto.

Cercare un equilibrio tra le esigenze dei figli e quelle dei genitori a volte può sembrare difficile, ma non impossibile, almeno vale la pena provarci e soprattutto indicare ai figli tutto ciò che di positivo può esserci in rete e focalizzare l'attenzione proprio su questi aspetti. Denigrare continuamente la Rete e attuare comportamenti esclusivamente sanzionatori con gli adolescenti non funziona molto. Può essere utile come adulti riflettere su alcune questioni:

- Internet può essere valido per ampliare le conoscenze purché ci si affidi a informazioni contenute in siti accreditati e notoriamente seri.
- Impedire la connessione a Internet per un periodo eccessivamente lungo, potrebbe provocare comportamenti “segreti” da parte dei ragazzi, che si connettono con il PC dell'amico o presso un Internet point. Questi atteggiamenti potrebbero indurre ad una trasgressione negativa con comportamenti potenzialmente a rischio e un dialogo con la famiglia che si riduce sempre più, fino a scomparire.
- Anche i filtri che sono utili da applicare con i bambini più piccoli, con i figli adolescenti andrebbero regolati rispetto all'età, in quanto se diventano troppo rigidi, poi sfuggono a ogni supervisione.
- L'atteggiamento di controllo del genitore andrebbe sempre supportato dal dialogo e dal confronto: qualsiasi argomento può essere affrontato con i figli, anche il più “scabroso” purché si sia disposti ad ascoltare e capire anche le ragioni dell'altro. Ricordiamoci che ogni volta

che dialoghiamo con i nostri figli le informazioni sono veicolate dalle emozioni.

- Spiegare ai bambini quali filtri sono stati inseriti e perché, ma soprattutto argomentare il motivo perché non ci si debba imbattere ad esempio in siti pedofili, informandoli che cos'è la pedofilia e cosa comporta.
- Questa modalità di affrontare il problema, permette ai figli di accettare più serenamente il controllo e il divieto di accedere a determinati siti.

I Social

Permettono alle persone di entrare in contatto tra loro in un ambiente virtuale. Possono formarsi così gruppi di persone che per conoscenza reale o virtuale iniziano a chattare scambiandosi foto, informazioni, video. Le piattaforme più diffuse sono facebook, linkedin, bebo, myspace, netlog, instagram ecc. Per i giovani il ricorso ai Social può rappresentare un prolungamento, ma talvolta una sostituzione della vita sociale reale.

In realtà questi contatti, considerati “amicizie”, hanno poco da annoverare alle amicizie reali, in quanto manca la comunicazione corporea. Spesso ci si limita a chattare con davanti una tastiera che sia del cellulare o del PC. Ciò permette ai più timidi di lasciarsi andare a confidenze personali che probabilmente non farebbero mai di persona.

I social network sono molto diffusi già tra i pre-adolescenti e con il progredire dell'età e di nuovi interessi, cambiano anche gli strumenti e i sistemi di social network utilizzati dai giovani.

Il successo di tali strumenti va considerato in base al fatto che soprattutto i preadolescenti hanno un forte bisogno di costruirsi un'identità personale definita e separata dalla famiglia di origine.

Durante questo periodo della vita i contatti possono risultare limitati e sempre meno vengono utilizzati i cortili, strade, piazze. La Rete quindi potrebbe sopperire a questo bisogno di socializzare e costruirsi una propria identità a cui riferirsi, condividendo passioni, interessi, combattere la solitudine.

In più, rispetto al passato, Internet offre la possibilità di superare i confini spaziali e geografici; in un istante è possibile entrare in contatto con persone di tutto il mondo.

I profili

All'interno dei Social è possibile costruire un profilo della propria personalità. Potremmo definirla una "carta di identità" virtuale infarcita però di molte informazioni, immagini, video, pensieri, testi di riferimento rispetto anche ad interessi personali.

Chi non è iscritto viene considerato un eccentrico. La maggior parte in genere accetta di sacrificare la privacy pur di farsi conoscere e informare gli altri delle varie attività quotidiane che lo coinvolgono.

Gli adolescenti, ma non solo, dedicano molto tempo alla costruzione del profilo e anche alla sua trasformazione nel tempo, arricchendolo di nuove foto o altro materiale necessario a farsi conoscere. Questo atteggiamento è molto legato alla ricerca della propria identità. Un eccessivo dispendio di tempo nella cura del proprio profilo potrebbe far pensare ad un bisogno di recuperare una dimensione affettiva e di appartenenza che probabilmente sono poco presenti nella vita reale. Solo attraverso la vita online pensa di poter avere l'attenzione degli altri e di poter essere davvero "qualcuno".

Pensiamo ai giovani che grazie ad un elevato numero di followers ricevono grosse somme di denaro da alcune aziende per promuovere sui loro account prodotti e servizi. Un'attenzione esagerata verso la cura del proprio profilo può generare alcune difficoltà, quali:

- stress psicologico
- le esperienze di vita reale sono vissute in funzione di ciò che può arricchire la pagina del proprio profilo
- rischio di isolamento sociale
- possibilità di subire un furto di identità (come atto di bullismo in rete o atteggiamenti un po' troppo leggeri da parte degli amici).

È necessario quindi riflettere bene sulle informazioni personali che si vuole mettere in Rete e quindi far conoscere ad un numero considerevole di persone.

La scelta delle informazioni personali da inserire sul web va ponderata con molta attenzione, in quanto alcune notizie potrebbero incrinare l'immagine di sé anche in ambito lavorativo. Sempre più frequentemente infatti le aziende controllano i profili dei futuri candidati e profili con informazioni e foto non appropriate potrebbero ridurre se non compromettere la possibilità di un possibile impiego.

Quando il mare diventa impetuoso: i rischi della rete

Sesso digitale

“Tutto al mondo ha a che fare col sesso. Tranne il sesso. Il sesso ha a che fare con il potere”.
Oscar Wilde

Internet è ormai entrato anche nella sfera sessuale dei teenagers i quali sempre più soddisfano le proprie curiosità nella rete. Quando gli adulti sono assenti, non parlano mai di affettività e sessualità con i ragazzi, questi cercano le informazioni in rete in modo anonimo. Tutto ciò risulta meno imbarazzante e giudicante. Inoltre spesso il ragazzo crede Internet una fonte esauriente di informazioni dove egli può approfondire un argomento delicato quale è quello della sessualità. Attraverso i Forum è possibile scambiarsi delle informazioni o dei pareri anche su argomenti forti o scabrosi che i ragazzi difficilmente chiederebbero ad un genitore o ad un insegnante. Tutto questo a portata di un click, comodamente a casa e senza essere riconosciuti.

Ma le risposte che sono presenti su internet non è detto siano veritiere o corrette scientificamente.

Sappiamo che l'adolescenza rappresenta un periodo della vita spesso tumultuoso e contrastante nelle emozioni provate ed espresse, tanto da mostrare rabbia, aggressività, contraddizioni anche frequenti. A tutto questo dobbiamo aggiungere che stiamo parlando di adolescenti digitali.

Apparentemente mostrano una disinvoltura verso i cambiamenti della loro vita e una maggiore disinibizione rispetto agli adolescenti del passato, a vivere l'affettività e la sessualità. La grande familiarità con le nuove tecnologie ha rivoluzionato nei ragazzi il modo di vivere i sentimenti e le amicizie. Attraverso Facebook, Instagram, Snapchat, WhatsApp gli adolescenti hanno contatti continui con amici reali e virtuali e spesso si sta insieme con il gruppo e dopo qualche ora si condividono online informazioni, foto, quasi in una sovrapposizione tra informazioni reali e virtuali. Si sono fortemente modificate anche le modalità di corteggiamento che spesso passano attraverso i Social e sempre meno gli adolescenti si espongono realmente o si dichiarano di persona. Frequentemente il primo contatto è iniziato tramite la rete e soprattutto attraverso i *like* sulle foto e quindi il grado di interesse suscitato. La dimestichezza con la quale utilizzano la

rete li porta ad imbattersi anche in età precoce con materiale pornografico. Sempre più preadolescenti fruiscono di questo tipo di materiale attraverso di foto personali che vengono scambiate in rete e soprattutto sui Social. Giovani e meno giovani hanno scoperto come evidenziare il proprio corpo con la pratica del *selfie*. Sedotti dalla possibilità di autoimmortalarsi in atteggiamenti ammiccanti o allusivi invadono i profili social, spesso scarsi di contenuti, ma molto presenti le foto anche ripetitive del proprietario del profilo.

Gli adulti credono che gli adolescenti digitali si siano liberati da tante paure presenti nella loro generazione, tanto da apparire più sereni verso certi temi anche imbarazzanti. In realtà le “zone d’ombra” non mancano neanche in questi ragazzi che hanno rapporti sessuali sempre più precoci e vivono la sessualità in forma adulta ma non per questo matura. Siamo di fronte ad un consumo sessuale, che riguarda sempre più anche gli adulti, che diventa esibizione e diffusione di tecniche e capacità sessuali più sganciate dall’affettività e dalla relazionalità con l’altro.

Come afferma Iaquina (2017):

educare ai sentimenti non significa insegnare ad amare, quasi come se l’amore fosse l’unico sentimento possibile all’uomo e per di più acquisibile tramite modi e tecniche da manuale, quanto insegnare a sentire i sentimenti, a distinguerli, a dare loro un nome, a liberarli da un’azione di continuo controllo, a non stravolgerli, a non sciuparli. Perché ciò che sembra urgente in questo nostro tempo complesso e contraddittorio è proprio un’educazione del soggetto che comprenda e privilegi, il mondo delle emozioni, dei sentimenti e quindi anche la sessualità. (p.95)

Oggi più di sempre è necessario evidenziare, tramite l’educazione, una sessualità positiva che permette di vivere in modo consapevole la propria dimensione affettiva e poterla poi esprimere con l’altro.

La pornografia in rete

Molti adolescenti reperiscono quasi tutto il materiale pornografico in Rete. La modalità è anonima, non crea imbarazzo, ha un costo ridottissimo ed in più a qualsiasi ora del giorno e della notte il materiale è disponibile. L’accesso ai siti pornografici presenta più o meno gli stessi problemi rispetto al giornalino o alla rivista di molti anni fa: contribuisce in modo

sostanziale alla disinformazione sessuale, procurando ansia da prestazione e simulazione di comportamenti con i partner reali.

Sarebbe necessario da parte della famiglia e anche della scuola una informazione adeguata sull'impiego della pornografia che spesso viene utilizzata dagli adolescenti, soprattutto maschi, ma anche femmine. Ma gli adulti non ne parlano, non affrontano quasi mai l'argomento per poter instaurare un dialogo e capire perché in alcune situazioni i ragazzi la utilizzano in modo così frequente.

La possibilità di imbattersi in materiale pornografico, angoscia spesso i genitori, che dimenticano quanto sia normale avere delle pulsioni e curiosità sessuali. Anche in questo caso non è necessario vietare, quanto informare i figli che la pornografia dà messaggi riduttivi rispetto a come si potrebbe vivere la sessualità in modo soddisfacente.

Riflettiamo su alcuni aspetti:

- Non negare le pulsioni dei figli, ma permettere loro di fare domande ed esprimere curiosità.
- Se il bambino si imbatte, nonostante i filtri, in immagini pornografiche, spiegare con parole adatte alla sua età quelle rappresentazioni.
- Trasmettere ai figli una visione positiva della sessualità, nella quale il rispetto e la condivisione sono necessari per poterla vivere in modo soddisfacente e sereno.
- Tenere sempre un dialogo aperto con i figli, fin dalla più tenera età, sull'affettività e la sessualità. Questo permetterà anche in età adolescenziale, un confronto e non una chiusura totale rispetto a questioni così importanti nella vita dell'individuo.

Il sexting

È una parola inglese che unisce due termini sex e texting e consiste nell'inviare o postare messaggi con contenuto sessuale, come anche foto sexy di nudi o semi-nudi tramite Internet o lo smartphone. Spesso siamo venuti a conoscenza di situazioni in cui gli adolescenti producono, condividono o diffondono foto personali a sfondo sessuale o foto di altri coetanei, attraverso l'utilizzo della webcam dello smartphone o del PC. Produrre questo materiale, ma soprattutto diffonderlo è un reato penale.

Per un adolescente produrre foto sexy e inviarle ad un amico speciale o ad un'amica rappresenta spesso una "prova d'amore" che può avere dei rimandi economici, quali ad esempio la ricarica telefonica o regali di altra

natura.

Tali comportamenti hanno delle caratteristiche particolari (rielaborato da Sexting, Telefono Azzurro pagina web):

- **Fiducia:** spesso i ragazzi/le ragazze inviano proprie immagini o video nudi o sessualmente espliciti perché si fidano della persona a cui stanno inviando il materiale. Mostrano una scarsa consapevolezza che quello stesso materiale, se il rapporto (amicale o di coppia) dovesse deteriorarsi o rompersi, potrebbe essere diffuso come ripicca per quanto accaduto.

- **Pervasività:** le possibilità che offrono i telefonini di nuova generazione permettono di condividere le foto proprie o altrui con molte persone contemporaneamente, attraverso invii multipli, condivisione sui social network, diffusione online;

- **Persistenza del fenomeno:** il materiale pubblicato su internet può rimanere disponibile online anche per molto tempo. I ragazzi, che crescono immersi nelle nuove tecnologie, non sono consapevoli che una foto o un video diffusi in rete potrebbero non essere tolti mai più.

- **Non consapevolezza:** i ragazzi spesso non sono consapevoli di scambiare materiale pedopornografico.

Riflettere prima di postare

- La diffusione sul web di una foto è immediata e se la foto è imbarazzante può creare ulteriori problemi: può essere vista e diffusa da persone scorrette o che non vorremmo mai che venissero a conoscenza di alcune foto troppo personali.

- Non proibire il digitale, non sarebbe realistico e neanche possibile.
- Aiutare i ragazzi a riflettere sulle foto che mettono in rete. Cosa vogliono comunicare e perché.

- Mostrarsi disponibili a dialogare con i ragazzi su varie tematiche, anche sull'affettività e la sessualità. Spiegando l'importanza di costruire relazioni soddisfacenti con una persona basate sulla fiducia e il consenso.

- Far comprendere cosa ritiene accettabile inviare agli amici sui Social e cosa è preferibile non mostrare, anche in base a ciò che non vorrebbe ricevere dagli altri.

- Aiutare i ragazzi a riflettere sui molti messaggi e informazioni indirette che una foto può mostrare anche senza commenti verbali.

- Insegnare ai bambini e ai ragazzi a dire NO e a rispettare il proprio

corpo per non cadere in ricatti anche online sull'invio di foto ammiccanti, od osè che possono diventare compromettenti.

- Ascoltare ciò che il ragazzo racconta e anche quello che non dice attraverso il suo silenzio, ed essere attenti ad eventuali cambiamenti improvvisi di comportamento.

- Gli adulti, e in particolare i genitori, dovrebbero essere una guida e un “porto sicuro” nel quale i ragazzi si rifugiano per avere consigli, conforto, sostegno.

Il grooming: ovvero l'adescamento

Consiste in una manipolazione psicologica che un adulto esercita su un minore.

La possibilità di comunicare tramite internet spesso senza limiti di tempo e di spazio espone i giovani e soprattutto i giovanissimi ad essere esposti a possibili malintenzionati che contattano minori per potersi poi incontrare di persona. Tali adescatori sono molto abili a richiedere ai bambini e ai ragazzi foto o video in cui appaiono nudi.

Spesso fanno leva sui bisogni di attenzioni, sul desiderio di apparire e di essere approvati tipico di questa età, magari fingendosi coetanei innamorati e premurosi e conquistano facilmente la fiducia dei ragazzi. In realtà dietro questi “falsi adolescenti” si nascondono maschi adulti con brutte intenzioni.

Molte volte succede che una volta ottenute le foto e i video, spariscono dal web e magari ricompaiono con un altro profilo. Questo atteggiamento genera nei ragazzi senso di umiliazione e vergogna per aver accettato di inviare foto di sé a persone che avevano cercato un contatto solo a fini sessuali.

Per adescare i minori in Rete, vengono attuate alcune strategie:

- *Contatto*: spesso il primo contatto avviene in modo banale e quasi sempre con una modalità molto positiva che può colpire il minore, ad esempio con un complimento su una foto o un commento particolarmente gentile su materiale pubblicato dal minore.

- *Fiducia*: se il contatto è positivo in genere l'adescatore mette in atto subito altre strategie per instaurare un rapporto di fiducia evidenziando punti in comune, gusti simili e quindi in seguito fare altre richieste anche intime.

- *Esclusività*: una volta ottenuta la fiducia, l'adescatore mostra

atteggiamenti di esclusività, dimostrando interesse sentimentale verso il minore e cercando di far scivolare quasi sempre la conversazione su argomenti intimi e sessuali.

Con il sale in zucca!

- Affiancare il più possibile i minori quando navigano su Internet e nei casi di bambini più piccoli utilizzate dei software di protezione per monitorare l'uso della rete.
- controllare periodicamente l'hard disk, verificando la cronologia dei siti visitati.
- Assicurarsi che i propri figli siano consapevoli che dietro certi profili in realtà possono nascondere altre persone addirittura di sesso diverso da quello dichiarato e non sempre con intenzioni positive.
- Mostrarsi sempre disponibili al dialogo e aperti a poter ascoltare anche notizie non sempre positive di eventuali incontri avuti sul web.
- Insegnare ai minori a impedire il contatto a persone che hanno manifestato un comportamento inadeguato e offensivo.
- Insegnare ai bambini a non fornire dati personali che possono renderli facilmente individuabili e raggiungibili.
- Dare delle regole per navigare in modo sicuro scrivere insieme al bambino una "carta del comportamento" e appenderla vicino al computer.

Cyberbullismo

È una forma di prepotenza che viene messa in atto attraverso la rete, tramite i media, i cellulari, tablet e tutti quei mezzi che hanno una connessione su Internet. Come il bullismo tradizionale è una forma di prevaricazione che si ripropone nel lungo periodo e può essere perpetrata da un singolo o da un gruppo di ragazzi.

La rete viene utilizzata in modo improprio, fuori dal controllo degli adulti e in modo inadeguato, si scambiano foto, conversazioni private, video imbarazzanti per poter denigrare la vittima, considerata "diversa per aspetto fisico, caratteristiche di personalità, quali la timidezza, o per il modo di abbigliarsi, per l'orientamento sessuale o religioso.

Ha effetti negativi sul benessere personale e sociale. Le vittime spesso manifestano il disagio attraverso ansia, bassa autostima e concentrazione inadeguata, scarso rendimento scolastico. In casi gravi e persistenti la

vittima può andare incontro a depressione e tentativi di suicidio.

Mentre il cyberbullo è maggiormente a rischio di comportamenti antisociali, gravi problemi relazionali, abuso di sostanze, comportamenti delinquenti.

La vittima chi è?

La tipologia delle vittime può variare, ma sembra che vi siano comunque delle caratteristiche di elezione che vengono considerate dal cyberbullo, tra queste ne elenchiamo alcune:

- aspetto estetico
- timidezza
- abbigliamento non convenzionale
- orientamento sessuale
- orientamento religioso
- provenienza straniera
- disabilità
- orientamento politico

Sono presenti anche altre caratteristiche

- avere componenti ansiose
- mostrare insicurezza
- sensibilità
- avere un'opinione di sé molto negativa
- avere sensazioni di fallimento
- reagire alla violenza piangendo
- non chiedere aiuto agli adulti

Due tipi di vittime:

- Sottomessa-passiva: in genere non riesce ad affermarsi nel gruppo di amici per alcune caratteristiche fisiche o di personalità. Mostra una incapacità di reagire agli eventi e ha una bassa autostima. Generalmente questi soggetti hanno avuto nell'infanzia genitori eccessivamente protettivi.

- Provocatrice: può presentare un carattere ansioso e aggressivo-iperattivo, causando negli altri irritazione e tensione.

Il fenomeno è caratterizzato da alcune peculiarità:

1. Pervasività: il cyberbullo ha la possibilità di raggiungere la vittima in qualsiasi momento del giorno e della notte e in qualsiasi luogo, basta una connessione continua che tutto ciò può verificarsi.
2. Persistenza: le invettive, il materiale diffamatorio possono rimanere a lungo in rete.
3. Scarsa consapevolezza emotiva: il cyberbullo in rete può diventare ancora più disinibito nella diffamazione della vittima, della quale non vede le reazioni.
4. Numero di spettatori illimitato: contrariamente al bullismo, il cyberbullismo presenta un numero di spettatori molto elevato, potenzialmente illimitato.
5. Aumento numerico dei cyberbulli: potenzialmente molti possono diventare cyberbulli tutte le volte che condividono o promuovono episodi denigratori verso terzi.
6. Sottovalutazione del fenomeno: la visibilità del cyberbullismo è visibile sulla rete, ma molto meno a livello reale, tutto ciò potrebbe portare a sottovalutare il fenomeno.
7. L'anonimato: spesso chi offende rimane anonimo attraverso i fake (false identità).

Il Cyberbullismo si manifesta in vari modi, per alcune cose è simile al bullismo tradizionale mentre per altre è differente:

(ripreso da il cyberbullismo, manuale per insegnanti)

- *Flaming*: un flame (termine inglese che significa “fiamma”) è un messaggio deliberatamente ostile e provocatorio inviato da un utente alla comunità o a un singolo individuo; il flaming avviene tramite l’invio di messaggi elettronici, violenti e volgari allo scopo di suscitare conflitti verbali all’interno della rete tra due o più utenti.

- *Harassment*: caratteristica di questa tipologia di cyberbullismo sono le molestie, ossia azioni, parole o comportamenti, persistenti e ripetuti, diretti verso una persona specifica, che possono causare disagio emotivo e psichico. Come nel bullismo tradizionale, si viene a creare una relazione sbilanciata, nella quale la vittima subisce passivamente le molestie, o al massimo tenta, generalmente senza successo, di convincere il persecutore a porre fine alle aggressioni.

- *Cyberstalking*: questo termine viene utilizzato per definire quei comportamenti che, attraverso l’uso delle nuove tecnologie, sono atti

a perseguire le vittime con diverse molestie, ed hanno lo scopo di infastidirle e molestarle sino a commettere atti di aggressione molto più violenti, anche di tipo fisico. Si tratta di un insieme di condotte persistenti e persecutorie messe in atto con la rete o i cellulari.

- *Denigration*: distribuzione, all'interno della rete o tramite SMS, di messaggi falsi o dispregiativi nei confronti delle vittime, con lo scopo "di danneggiare la reputazione o le amicizie di colui che viene preso di mira".

- *Impersonation*: caratteristica di questo fenomeno è che il persecutore si crea un'identità fittizia con il nome di un'altra persona nota, usando una sua foto, creando un nuovo profilo parallelo, fingendo di essere quella persona per poi parlare male di qualcuno, offendere, farsi raccontare cose. Può anche accadere che il soggetto intruso, se in possesso del nome utente e della password della vittima, invii dei messaggi, a nome di questa, ad un'altra persona, che non saprà che i messaggi che gli sono arrivati non sono, in realtà, stati inviati dal proprio conoscente, ma da una terza persona che si è impossessata dell'identità. In certi casi, il bullo modifica la password della vittima, impedendogli così l'accesso alla propria mail o account. Questa forma di aggressione, può creare problemi o, addirittura, mettere in pericolo il vero proprietario dell'account. Non di rado questi casi vedono coinvolti per lo più ex partner rancorosi.

- *Tricky* o *Outing*: la peculiarità di questo fenomeno risiede nell'intento di ingannare la vittima: il bullo tramite questa strategia entra prima in confidenza con la vittima, scambiando con essa informazioni intime e/o private, e una volta ottenute le informazioni e la fiducia della vittima, le diffonde tramite mezzi elettronici come internet, sms, etc.

- *Exclusion*: consiste nell'escludere intenzionalmente un altro utente dal proprio gruppo di amici, dalla chat o da un gioco interattivo. L'esclusione dal gruppo di amici è percepita come una grave offesa, che è in grado di ridurre la popolarità tra il gruppo dei pari e quindi anche un eventuale "potere" ricoperto all'interno della cerchia di amici.

- *Happy slapping*: (tradotto in: schiaffo allegro) è un fenomeno giovanile osservato per la prima volta nel 2004 in Inghilterra. È una forma di bullismo elettronico piuttosto recente, legata al bullismo tradizionale, in cui un gruppo di ragazzi scopre di divertirsi tirando ceffoni a sconosciuti, riprendendo il tutto con i videofonini. Dai ceffoni si è passati anche ad atti di aggressione e teppismo. Oggi l'happy slapping consiste in una registrazione video durante la quale la vittima è ripresa mentre subisce diverse forme di violenza, sia psichiche che fisiche per "ridicolizzare, umiliare e svilire la

vittima". Le registrazioni vengono effettuate all'insaputa della vittima e le immagini vengono poi pubblicate su internet e visualizzati da altri utenti.

Cyberpedofilia

La pedofilia è un disturbo della sfera sessuale, caratterizzato da fantasie, impulsi sessuali e comportamenti ricorrenti che comportano un'attività sessuale rivolte a minori (in genere 8-13 anni, ma anche più piccoli).

Nel pedofilo l'intimità con un altro adulto sia questo eterosessuale o omosessuale provocherebbe una paura fortissima ingestibile al punto da indirizzare i propri impulsi sessuali verso i bambini ritenuti meno minacciosi, oggetti passivi e innocui.

I bambini di oggi sono più abili e abituati ad utilizzare i sistemi informatici sempre più precocemente, rispetto ai coetanei del passato. Ciò riguarda anche la sfera sessuale e non a caso negli ultimi anni il target per episodi di pedofilia si è molto abbassato rispetto al passato. La Rete offre al pedofilo un mezzo per poter soddisfare i propri impulsi in qualsiasi momento, da qualsiasi luogo e con un rischio di essere scoperto ridotto al minimo. Anzi i pedofili in Rete si uniscono in siti e piattaforme molto potenti per affiliazione e costituzione identitaria.

Lo sviluppo delle nuove tecnologie consente di distribuire il materiale illecito con estrema facilità basta una semplice navigazione in rete per potersi rendere facilmente conto che si possono trovare dei siti che contengono cataloghi di bambini in vendita o in affitto, ritratti in foto mentre vengono sodomizzati oppure obbligati ad avere rapporti con animali. Ma ancora più aberrante è la possibilità di imbattersi in video porno dove ragazzine e ragazzini vengono stuprati, torturati ed uccisi.

Le piattaforme e i siti per pedofili hanno permesso lo scambio di informazioni, di materiale pornografico con molta più facilità, rispetto ad un contesto reale di un piccolo centro dove è tanto più rischioso essere scoperti e dove può essere presente una cultura molto più aggressiva verso le perversioni sessuali. Infatti come afferma Pazè (1998): "L'utilizzo di canali di diffusione telematica può aver rappresentato una strategia di una minoranza pedofila per raggiungere, attraverso la neutralità della nuova tecnologia, degli obiettivi più generali di legittimazione, cercando di acquistare progressivamente il diritto ad una visibilità che nella nostra epoca le è ancora negata".

Rispetto alla sua forma classica, la cyberpedofilia presenta una possibilità

molto più facile e agevole di far circolare immagini e messaggi di testo e possiamo ipotizzare che alcuni individui abbiano avuto la possibilità attraverso la rete di poter “sperimentare” la propria perversione magari fino a quel momento vissuta solo interiormente e non agita per la paura di essere scoperti. Questa facilità di fruizione del materiale pornografico e degli adescamenti di minori, ha reso possibile un incremento delle fantasie erotiche, il contatto più immediato anche con altri pedofili con il conseguente apprendimento o rinforzo di fantasie, tecniche, opportunità e l’accesso a forme di turismo sessuale.

Il rapporto tra pedofilia e pornografia come si può vedere è piuttosto stretto tanto da poter identificare alcuni tipi di cyberpedofili, quali:

- Il collezionista armadio (closet collection), il quale non è direttamente coinvolto in abusi sui minori, ma raccoglie materiale pornografico e lo custodisce segretamente.
- Il collezionista isolato (isolated collector) che oltre a collezionare pornografia minorile è coinvolto nell’abuso sui minori (la collezione comprende sia materiale proprio che acquistato).
- Il cottage collector, divide la sua collezione e le sue attività sessuali con altri ma non è interessato a trarne profitto.
- Collezionista commerciale (commercial collector) che produce, copia e vende materiale ed è inoltre coinvolto nello sfruttamento minorile.

Con il sale in zucca!

Alcuni suggerimenti

- Costruire con il bambino un dialogo aperto dove è possibile per lui confrontarsi su vari argomenti, anche i più difficili e spinosi.
- Educare i figli a non dare indirizzo o numero di telefono neanche a persone che si spacciano come coetanei, in quanto non è sicuro che l’interlocutore sia davvero tale. Potrebbe nascondersi un adulto.
- Insegnare ai bambini a non accettare appuntamenti con persone conosciute sulla Rete senza aver prima chiesto il permesso ai genitori.
- Conoscere le abitudini di navigazione dei propri figli. Se i bambini chattano assicurarsi che i contenuti non siano inadeguati o diseducativi.
- Invitare i bambini a non rispondere mai ad email con richieste sessuali.

- Prestare attenzione ad eventuali cambiamenti di umore improvvisi dei figli soprattutto dopo la navigazione in rete.
- Stimolare i bambini a conoscere le proprie emozioni e insegnare loro a gestire le relazioni interpersonali in modo consapevole.
- Facilitare l'ascolto incoraggiando i minori a comunicare contenuti o immagini che hanno incontrato in Rete e che hanno creato loro disagio.

L'alfabetizzazione digitale

“Se si insegna ad un bambino a programmare in qualche linguaggio informatico, questo esercizio logico lo renderà padrone e non schiavo del computer.”
(Umberto Eco)

La scuola, la famiglia sono rimaste sostanzialmente inalterate o quasi all'avvento così prorompente delle nuove tecnologie, ma così non è per la vita dei bambini al di fuori di questi contesti. Sappiamo bene che la loro esistenza è ormai permeata dai nuovi media e da tutta una serie di oggetti quotidiani che sono collegati ai media e che ormai fanno parte della cultura personale del bambino come la sua cultura familiare e sociale. I cambiamenti mediatici avvenuti in questi anni hanno portato a formulare pareri anche molto discordi rispetto all'influenza delle nuove tecnologie sull'infanzia. Alcuni sostengono che i media stanno trasformando negativamente l'infanzia. In un'età che dovrebbe essere della scoperta, del gioco, della spensieratezza, arrivano i media che accelerano questa età in modo vertiginoso. Altre posizioni, sostenitrici dell'era digitale considerano la tecnologia come una forza che rende indipendenti i bambini dagli adulti e dalle loro influenze e crea nuove opportunità comunicative. Queste posizioni così radicali meritano una riflessione rispetto all'utilizzo effettivo che i bambini fanno dei media a livello quotidiano. Spesso accedono a questi strumenti per abitudine o per reperire informazioni, e non sempre con motivazioni di straordinaria creatività. La utilizzano con motivazioni molto più semplici, anche banali se vogliamo, pochi minori attribuiscono ai media poteri eccezionali.

Consideriamo che spesso i bambini al di fuori di alcuni contesti, come quello scolastico possono fare esperienze multimediali complesse e poi in classe possono sentirsi frustrati per l'uso limitato e ristretto che se ne fa a scuola. Esiste uno scollamento evidente tra la cultura del consumo in cui sono immersi i bambini e la passività di alcuni apprendimenti scolastici che non aiutano il senso critico e lo sviluppo di un pensiero autonomo.

I bambini imparano ad usare questi media attraverso l'esplorazione, il gioco, da soli o in compagnia di altri coetanei sia realmente che virtualmente. Giocare al computer implica una serie di abilità cognitive che interessano

la memoria, la pianificazione, le strategie, un'organizzazione attenta che deve tener conto di ogni particolare. La scuola e il mondo dell'istruzione propongono ai giovani prodotti che possiamo considerare un ibrido tra l'educazione e l'intrattenimento.

Tali prodotti che hanno richiesto l'impegno di numerosi addetti ai lavori, affasciano gli adulti, i genitori in particolare e gli insegnanti, ma non suscitano interessi particolari nei giovani, che spesso trovano limitati, poco interattivi, scarsi dal punto di vista visivo.

Per uscire da questo impasse occorre pensare e programmare una vera e propria educazione ai media, un'alfabetizzazione digitale. In quanto per poter usare tali strumenti in modo critico e consapevole e non meramente funzionale e strumentale, dobbiamo conoscerli bene. Dobbiamo capire i meccanismi. Perché non c'è niente che dà potere quanto la conoscenza. È solo attraverso di essa che io posso scoprire la natura di questi strumenti e utilizzarli in sicurezza.

Partendo da conoscenze basilari, per esempio insegnando ai bambini a cercare le informazioni e a selezionarle su Internet. Devono conoscere bene le misure di sicurezza per poter navigare senza imbattersi in situazioni virtuali negative o addirittura pericolose. Le informazioni che vengono reperite su Internet devono essere utilizzate in modo critico per poterle trasformare in conoscenza. Secondo Buckingham, vi sono alcune componenti fondamentali di una alfabetizzazione digitale critica, rispetto ad Internet, anche ai videogiochi:

- **rappresentazione:** i media digitali rappresentano il mondo. Offrono particolari selezioni della realtà e incorporano valori. I fruitori informati dei media devono essere consapevoli che il materiale va comparato ad altre forme di conoscenza. Le informazioni devono essere affidabili e accurate e tutte le volte che le utilizziamo o dati dovremmo essere in grado di reperire le fonti e la veridicità delle notizie.

- **Linguaggio:** una buona conoscenza del mondo web permette non solo di utilizzare un linguaggio adeguato, ma anche di comprendere il suo corretto funzionamento. Deve essere presente quindi una consapevolezza sulla costruzione dei media.

- **Produzione:** i bambini e i ragazzi dovrebbero essere educati ad una consapevolezza sulle influenze commerciali, che spesso sono invisibili, ma comunque presenti. Soprattutto i giovani rappresentano un obiettivo commerciale ambito: per questo educare ad un senso critico e alle scelte è molto importante, altrimenti è molto più facile farsi travolgere dalle

proposte del web anche commerciali. Dobbiamo essere consapevoli che il web è un mezzo di persuasione e di influenza e i bambini possono essere facile preda di condizionamenti.

- **Pubblico:** è importante comprendere come funzionano e sono strutturati i motori di ricerca per orientare la nostra navigazione verso direzioni precise. Come vengono raccolte le informazioni sulle nostre abitudini e sui nostri gusti per poi orientare attraverso la navigazione scelte e acquisti.

I media occupano un ruolo centrale nella vita della maggior parte dei bambini e ragazzi al di fuori delle istituzioni scolastiche. Il divario tra la cultura scolastica e quella familiare sociale è sempre più ampio, come afferma Buchingham, “La scuola dovrebbe offrire una piattaforma per una comunicazione aperta e un dibattito critico e dovrebbe mediare le operazioni sia dello stato che del mercato. La scuola possa e debba giocare un ruolo ancora più determinante nel fornire sia prospettive critiche sulla tecnologia sia opportunità creative perchè venga ben usata.” (p.7)

Edizioni dell'Assemblea

Proposte operative per naviganti digitali

I bambini e i ragazzi stanno crescendo con i nuovi Media quotidianamente e rappresentano per loro un diverso modo di comunicare spesso privilegiato rispetto ad altre modalità. Attraverso gli strumenti digitali si sperimentano emozioni, relazioni, apprendimenti e vi è uno scambio di informazioni sempre attivo. I percorsi di identità e di rappresentazione del sé sono molto più stimolati e dove la realtà si intreccia con la realtà del web.

I nuovi media pongono però questioni riguardanti la sicurezza. La realtà del web, come si può ben immaginare, è complessa e i ragazzi pur essendo tecnicamente abili possono trovarsi a dover fronteggiare situazioni imbarazzanti o potenzialmente dannose ecco perchè è importante fornire ai bambini e ai giovani non solo informazioni ma anche un supporto adeguato per prevenire alcune situazioni di rischio.

Pertanto vengono proposte attività didattiche per i bambini della scuola primaria e i ragazzi della scuola secondaria di primo grado. Da queste semplici attività l'insegnante anche insieme agli alunni e a seconda dei bisogni della classe può creare altre schede di lavoro per affrontare o approfondire alcuni temi che emergono dal confronto e che riguardano le nuove tecnologie.

Le proposte operative presentate nel testo facilitano il confronto e la riflessione tra bambini sugli strumenti tecnologici da essi utilizzati quotidianamente e renderli consapevoli dell'utilità.

Il ruolo del docente o dell'adulto in generale dovrebbe essere quello di stimolare i minori ad avvalersi della tecnologia in modo positivo e creativo, come opportunità per migliorare e approfondire le proprie conoscenze o facilitare l'apprendimento.

Anche l'ascolto delle esperienze degli altri coetanei ha una valenza educativa e formativa molto importante per i giovani.

Il materiale presentato va considerato in un'ottica flessibile, legata agli interessi e ai bisogni del gruppo- classe, aperta allo scambio di opinioni anche diverse sull'argomento.

Proprio attraverso il dialogo è possibile far emergere i significati che i ragazzi attribuiscono ai mezzi di comunicazione: emozioni, bisogni, desideri, relazioni, conoscenze.

Brainstorming della Rete

Aiutare gli alunni a riflettere sul significato che per ciascuno assume la Rete, la navigazione in Internet.

Ogni alunno scrive su un foglio anonimo:

1. Cosa rappresenta per te essere sulla Rete
2. Cosa hai imparato da Internet
3. Cosa non ti piace quando sei nella Rete

L'insegnante raccoglie tutte le opinioni degli alunni e su un cartellone o sulla Lim si scrivono le risposte, analizzando insieme gli aspetti positivi e negativi della Rete.

Chat e vita reale

Comunicare via chat è semplice e immediato, possiamo esprimerci con parole e frasi che dal vero non useremmo mai. Dietro una tastiera è facile trovare qualcuno che ci ascolta. Ma la chat non può diventare l'unica modalità comunicativa.

Aiutare i ragazzi a trovare:

1. Tutti i possibili modi reali di comunicare emozioni.
2. Farli riflettere sulla modalità che utilizzano più frequentemente.
3. Quale modalità comunicativa vorrebbero imparare a utilizzare.

Amici reali e virtuali

Aiutare gli alunni a riflettere sul significato affettivo dell'amicizia.

- Cosa vuol dire per te essere amico di qualcuno/a
- Cosa vorresti ricevere dalle tue amicizie
- Cosa sei disposto a dare ai tuoi amici
- Quali sono le differenze più importanti tra un'amicizia reale e una virtuale.

Profili, profili, profili!

Aiutare i bambini e i ragazzi a riflettere sulla scelta delle informazioni personali da inserire nel profilo.

Quali informazioni è consigliabile non far circolare in Rete.

Quali foto o video scegliere.

Connettiamoci...di persona

Stimolare gli alunni a creare con i coetanei le “connessioni” reali con gli altri attraverso la consapevolezza delle proprie e altrui emozioni.

Disporre le sedie in cerchio e invitare i bambini o i ragazzi a presentare un oggetto personale che li rappresenta. Ognuno cercherà di spiegare anche le emozioni provate in quel momento.

La storia di Pass Word

Riflettere sui possibili rischi in Rete anche attraverso richieste apparentemente pertinenti.

Da poco hai conosciuto in Rete un amico durante un gioco online. Dopo poco tempo ti chiede i tuoi dati personali e la password del tuo profilo per aiutarti in caso di difficoltà, con i giochi.

Parli con qualcuno di questa richiesta?

Come decidi di comportarti?

Il cellulare

Favorire nei bambini e nei ragazzi un uso consapevole del cellulare.

A che età hai avuto il telefonino?

In quali momenti della giornata utilizzi il cellulare e per quanto tempo?

Che cosa rappresenta per te il cellulare?

Offese sulla rete

Aiutare i bambini e i ragazzi a comprendere cosa significa trovarsi in situazioni particolari identificando i vissuti emotivi.

Il/ La tuo/a migliore amico/a di III B è stato/a preso/a di mira e hanno iniziato ad insultarlo/a sulla Rete con offese pesanti.

Come potrebbe uscire da questa situazione?

Come potresti aiutarlo/a?

Diamoci le regole!

Navigare in Internet ci permette di conoscere persone nuove anche molto lontane geograficamente, ma potrebbe comportare dei rischi. Stimolare i bambini a formulare le regole per sentirsi più sicuri in Rete.

Costruire insieme ai bambini una Carta delle Regole in Rete (Ogni bambino ne avrà una disposizione e potrà collocarla in un luogo accessibile)

Amori virtuali

Attraverso Internet è possibile conoscere persone nuove e stringere amicizie “speciali”. Stimolare nei ragazzi la capacità critica di valutare sentimenti e amori che possono nascere in Rete.

Martina ha 15 anni e abita a Roma, ha conosciuto Tommaso su Facebook, diciottenne di Torino. Tra i due nasce prima un'amicizia che man mano si è trasformata in qualcosa di più. Ieri sera lui le propone di vedersi.

Cosa deciderà Martina?

Con il sale in zucca!

- Limitare il tempo di navigazione nei bambini a circa un'ora intervallata sempre da una pausa ogni 20/30 min. Nei ragazzi si può arrivare a due ore al giorno.
- I genitori soprattutto con i bambini dovrebbero sempre affiancarli e verificare i contenuti della navigazione almeno fino a 12 anni
- Nessun accesso ai social network dovrebbe essere consentito fino ai 14 anni.
- Evitare la connessione continua, altrimenti si è frequentemente distratti dai messaggi anche quando si studia.
- Mettere in guardia i ragazzi dai possibili pericoli di un cattivo utilizzo del web.
- Curare in modo adeguato la comunicazione e il dialogo con i figli in modo aperto e positivo. Sarà per loro più facile informarvi di eventuali disagi o "cattivi incontri" sulla rete.
- Insegnare le potenzialità e i rischi dei dispositivi, ciò li aiuta a sviluppare un uso critico e consapevole e non incontrollato degli strumenti digitali.
- Aiutarli a comprendere in modo corretto le informazioni che non sempre risultano affidabili, ma possono imbattersi anche in materiale osceno, violento, offensivo.
- I bambini non dovrebbero scaricare i giochi da internet senza avere una supervisione dei genitori sui contenuti.
- Collocare il computer in una stanza accessibile a tutti, per esempio in salotto, dove i bambini possono navigare sotto un controllo genitoriale anche indiretto.

Navigare in acque sicure

Genitori, insegnanti e adulti in generale dovrebbero favorire nei minori il rispetto verso se stessi e gli altri quando sono in rete e invitarli alla prudenza verso gli sconosciuti che incontrano durante la navigazione. Esattamente come gli sconosciuti che incontrano per strada.

- Evitare di fornire dati personali o informazioni finanziarie rispetto ai conti bancari ecc.
- Non condividere le password con nessuno, neanche con gli amici più stretti, fornirle solo ai genitori. Inoltre cambiarle frequentemente.

- Evitare di incontrare persone conosciute in chat.
- Impedire di scaricare programmi senza il vostro consenso.
- Non utilizzare un linguaggio volgare o inadeguato via web.
- Evitare gli acquisti via Internet senza il consenso genitoriale.
- Applicare dispositivi di sicurezza per salvaguardare i propri dati (firewall, antivirus, antispam, sistemi per la protezione dell'identità).
 - Favorire nei bambini e nei ragazzi la consapevolezza che gli individui che navigano su Internet potrebbero comportarsi in modo sbagliato e in caso di disagio dovrebbero parlarne con un adulto e farsi aiutare nella gestione della situazione.
 - Rendersi disponibili come adulti nella condivisione di eventuali problemi riscontrati nella rete, con l'ascolto e il supporto educativo.

Conclusioni - Attenzione a questi segnali...

La navigazione prolungata e incontrollata può generare situazioni di dipendenza negli adolescenti. Alcuni segnali possono aiutare gli adulti ad evitare effetti ancora più gravi e spiacevoli.

- **Problemi scolastici:** svogliatezza, calo di interesse e motivazione verso lo studio.
- **Stanchezza eccessiva:** quando le ore trascorse su internet sono eccessive e in orario notturno, ciò alla lunga provoca una modificazione evidente del sonno. Il ragazzo fatica ad addormentarsi e la mattina ha notevoli difficoltà ad alzarsi.
- **Isolamento dagli altri:** il ragazzo frequenta sempre meno il gruppo di amici fino a preferire le "frequentazioni" via chat a quelle reali con gli amici e la famiglia.
- **Disinteresse verso lo sport o gli hobby:** se la navigazione su internet diventa troppo prevalente rispetto alle altre attività è facile che il ragazzo abbandoni uno sport o modifichi significativamente le sue abitudini di vita.
- **Comportamenti di ribellione:** quando i ragazzi tendono a rispondere in modo aggressivo se i genitori o gli adulti in generale indagano sui contenuti della navigazione o sul tempo di permanenza nella rete.
- **Atteggiamenti di distrazione continui:** spesso i ragazzi mostrano un atteggiamento poco attento o in alcuni casi molto distratto verso le attività che svolgono, riponendo invece un'attenzione eccessiva o morbosa verso la navigazione.

Edizioni dell'Assemblea

Bibliografia

- Anderson C. A., Ford, C.M., (1987), *Affect the game player: short-term effects of highly and midldly aggressive video games*, in *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12,4, pp. 390- 402.
- Anderson, Ashley F., Daphne Bavelier, and C. Shawn Green. (2010) *Speed-Accuracy Tradeoffs. Cognitive Tasks in Action Game Players*. *Journal of Vision* 10: 748.
- Alonso-Fernández F., (1999), *Le altre droghe: alimentazione, sesso, televisione, acquisti, gioco, lavoro*, EUR, Roma.
- AAVV. (2005), *Nell'era del T.V.T.B. (ti voglio tanto bene)*in *Benefit*, 32, pp. 132-136.
- AA.VV. (2012), *Cyberbullismo, manuale per gli insegnanti: il Tabby in Internet*.
- Berti M., Valorzi S., Facci M.,(2017), *Cyberbullismo. Guida completa per genitori, ragazzi e insegnanti*, Reverdito, Trento.
- Cagnoni F., Nardone G., (2002), *Perversioni in rete: psicopatologie da Internet e il loro trattamento*, Ponte alle Grazie, Milano.
- Colzato,L.,WeryP. Wildenberg V., and Hommel B., (2014). *Cognitive Control and the COMT Val (158) Met Polymorphism: Genetic Modulation of Videogame Training and Transfer to Task-Switching Efficiency*. *Psychological Research* 78:670–78.
- Cubelli R., Vicari S. Video (2010), *Tablet e smartphone nei bambini molto piccoli: un ostacolo o una risorsa per lo sviluppo cognitivo e linguistico? Una discussione per condividere raccomandazioni e intervento.*, in *Psicologia clinica delle sviluppo*, Fascicolo 2.
- Di Gregorio L. (2003), *Psicopatologia del cellulare. Dipendenza e possesso del telefonino*, Franco Angeli, Milano.
- Giacolini T., Leonardi C., (2016), *Adolescenza e dipendenze*, Fioriti, Roma.
- Green, C. Shawn, and Daphne Bavelier (2012), *Learning, Attentional Control, and Action Video Games*. *Current Biology* 22:R197–R206.
- Guerreschi C. (2005), *New addictions. Le nuove dipendenze*, Edizioni San Paolo, Milano.
- Iaquinta T., (2017), *Adolescenza digitale, amore e sesso*, in *Educare.it* vol.17, n.11 Novembre pp. 90-96.
- Lacohèe H., Wakeford N., Pearson I. (2003), *A social history of teh mobile*

- telephone with a view of its future*, in *Technology journal*, 21, pp. 203-211.
- McKinley, R. Andy, Lindsey K. McIntire, M. A. Funke. (2011), *Operator Selection for Unmanned Aerial Systems: Comparing Video Game Players and Pilots*. *Aviation, Space and Environmental Medicine* 82, pp.635-42.
- Ken Doyle, *TV Is A Psycho-Social Weapon*, Aug 10, 2010. *Oneworldscam*
- Rosser, James C. Jr., P. J. Lynch, L. Cuddihy, D. A. Gentile, J. Klonsky, R. Merrell (2007). *The Impact of Video Games on Training Surgeons in the 21st Century*. *Archives of Surgery* 142, pp.181-86.
- Pazè, P. (1998), *Lo sfruttamento sessuale del bambino come nuova forma di riduzione della schiavitù*. *Minorigiustizia*, n 2/5 pp. 23-34
- Picerno G., (2013), *Dal dire al fare*, La Rondine, Catanzaro.
- Ripamonti D., (2016), *Bambine tecnologie digitali: opportunità, rischi e prospettiva di ricerca*, in *Media education*, Vol. 7, n. 2 pp.143-157.
- Tejeiro Salguero T. (2003), *Dipendenza dai videogiochi*, *Personalità dipendenze*, 9 , n.1, pp.11-22.
- Unicef (2018), *Come parlare ai bambini di internet, Guida per i genitori*.

Sitografia

www.crescita-personale.it
www.generazionebio.com
www.rneurocirugia.com

Appendice

Codice di autoregolamentazione TV e minori

PREMESSA

Le Imprese televisive pubbliche e private e le emittenti televisive aderenti alle associazioni firmatarie (d'ora in poi indicate come imprese televisive) considerano:

- a) che l'utenza televisiva è costituita
 - specie in alcune fasce orarie
 - anche da minori;
- b) che il bisogno del minore a uno sviluppo regolare e compiuto è un diritto riconosciuto dall'ordinamento giuridico nazionale e internazionale: basta ricordare l'articolo della Costituzione che impegna la comunità nazionale, in tutte le sue articolazioni, a proteggere l'infanzia e la gioventù (art.31) o la Convenzione dell'ONU del 1989 – divenuta legge dello Stato nel 1991, che impone a tutti di collaborare per predisporre le condizioni perché i minor
 - i possano vivere una vita autonoma nella società, nello spirito di pace, dignità, tolleranza, libertà, eguaglianza, solidarietà e che fa divieto di sottoporlo a interferenze arbitrarie o illegali nella sua privacy e comunque a forme di violenza, danno, abuso mentale, sfruttamento;
- c) che la funzione educativa, che compete innanzitutto alla famiglia, deve essere agevolata dalla televisione al fine di aiutare i minori a conoscere progressivamente la vita e ad affrontarne i problemi;
- d) che il minore è un cittadino soggetto di diritti; egli ha perciò diritto a essere tutelato da trasmissioni televisive che possano nuocere alla sua integrità psichica e morale, anche se la sua famiglia è carente sul piano educativo;
- e) che, riconosciuti i diritti di ogni cittadino
 - utente e quelli di libertà di informazione e di impresa, quando questi siano contrapposti a quelli del bambino, si applica il principio di cui all'art.3 della Convenzione ONU secondo cui “i maggiori interessi del bambino/a devono costituire oggetto di primaria considerazione”.

Tutto ciò premesso, le Imprese televisive ritengono opportuno non solo impegnarsi a uno scrupoloso rispetto della normativa vigente a tutela dei minori, ma anche a dar vita a un codice di autoregolamentazione che possa assicurare contributi positivi allo sviluppo della loro personalità e comunque che eviti messaggi che possano danneggiarla nel rispetto della Convenzione ONU che impegna ad adottare appropriati codici di condotta affinché il bambino/a sia protetto da informazioni e materiali dannosi al suo benessere (art.17).

Il presente Codice è rivolto a tutelare i diritti e l'integrità psichica e morale dei minori, con particolare attenzione e riferimento alla fascia di età più debole (0 –14 anni).

I firmatari si impegnano a rendere il presente Codice quale testo di riferimento unico in materia di autoregolamentazione TV e minori – fatte salve le ulteriori disposizioni contenute in altri testi, anche adottando specifiche iniziative per rendere omogenei ed uniformare tutti i precedenti Codici nella medesima materia.

PRINCIPI GENERALI

Le Imprese televisive, fermo restando il rispetto delle norme vigenti a tutela dei minori e in particolare delle disposizioni contenute nell'art.8, c.1, e nell'art.15, comma 10, della legge n. 223/90, si impegnano a:

a) migliorare ed elevare la qualità delle trasmissioni televisive destinate ai minori;

b) aiutare gli adulti, le famiglie e i minori a un uso corretto ed appropriato delle trasmissioni televisive, tenendo conto delle esigenze del bambino, sia rispetto alla qualità che alla quantità; ciò per evitare il pericolo di una dipendenza dalla televisione e di imitazione dei modelli televisivi, per consentire una scelta critica dei programmi;

c) collaborare col sistema scolastico per educare i minori a una corretta ed adeguata alfabetizzazione televisiva, anche con il supporto di esperti di settore;

d) assegnare alle trasmissioni per minori personale appositamente preparato e di alta qualità;

e) sensibilizzare in maniera specifica il pubblico ai problemi della disabilità, del disadattamento sociale, del disagio psichico in età evolutiva, in maniera di aiutare e non ferire le esigenze dei minori in queste condizioni;

f) sensibilizzare ai problemi dell'infanzia, tutte le figure professionali coinvolte nella preparazione dei palinsesti o delle trasmissioni, nelle forme

ritenute opportune da ciascuna Impresa televisiva;

g) diffondere presso tutti i propri operatori il contenuto del presente Codice di autoregolamentazione.

PARTE PRIMA: LE NORME DI COMPORTAMENTO

1. LA PARTECIPAZIONE DEI MINORI ALLE TRASMISSIONI TELEVISIVE

1.1. Le Imprese televisive si impegnano ad assicurare che la partecipazione dei minori alle trasmissioni televisive avvenga sempre con il massimo rispetto della loro persona, senza strumentalizzare la loro età e la loro ingenuità, senza affrontare con loro argomenti scabrosi e senza rivolgere domande allusive alla loro intimità e a quella dei loro familiari.

1.2. In particolare, le Imprese televisive si impegnano, sia nelle trasmissioni di intrattenimento che di informazione, a:

a) non trasmettere immagini di minori autori, testimoni o vittime di reati e in ogni caso a garantirne l'assoluto anonimato, anche secondo quanto previsto dall'art. 25 della legge n. 675/96 nonché dal Codice di deontologia relativo al trattamento dei dati personali nell'esercizio dell'attività giornalistica;

b) non utilizzare minori con gravi patologie o disabili per scopi propagandistici o per qualsiasi altra ragione che sia in contrasto con i loro diritti e che non tenga conto della loro dignità;

c) non intervistare minori in situazioni di grave crisi (per esempio, che siano fuggiti da casa, che abbiano tentato il suicidio, che siano strumentalizzati dalla criminalità adulta, che siano inseriti in un giro di prostituzione, che abbiano i genitori in carcere o genitori pentiti) e in ogni caso a garantirne l'assoluto anonimato;

d) non far partecipare minori a trasmissioni in cui si dibatte se sia opportuno il loro affidamento ad un genitore o a un altro, se sia giustificato un loro allontanamento da casa o un'adozione, se la condotta di un genitore sia stata più o meno dannosa;

e) non utilizzare i minori in grottesche imitazioni degli adulti.

2. LA TELEVISIONE PER TUTTI (7.00 - 22.30)

2.1. La programmazione dalle 7.00 alle 22.30 – pur nella primaria considerazione degli interessi del minore - deve tener conto delle esigenze dei telespettatori di tutte le fasce di età, nel rispetto dei diritti dell'utente adulto, della libertà di informazione e di impresa, nonché del fondamentale ruolo educativo della famiglia nei confronti del minore.

2.2. Tuttavia, nella consapevolezza della particolare attenzione da riservare al pubblico dei minori durante tutta la programmazione giornaliera e tenendo conto che in particolare nella fascia oraria dalle ore 19.00 alle ore 22.30 il pubblico dei minori all'ascolto, pur numeroso, è presumibile sia comunque supportato dalla presenza di un adulto, le Imprese televisive si impegnano a:

a) dare esauriente e preventiva informazione – nell'attività di informazione sulla propria programmazione effettuata, oltre che sulle proprie reti, ad esempio a mezzo stampa, televideo, Internet – relativamente ai programmi dedicati ai minori e sull'intera programmazione, segnalando in particolare i

programmi adatti ad una fruizione familiare congiunta e quelli invece adatti ad una visione per un pubblico più adulto, nonché a rispettare in modo più rigoroso possibile gli orari della programmazione;

b) adottare sistemi di segnalazione dei programmi di chiara evidenza visiva in relazione alla maggiore o minore adeguatezza della visione degli stessi da parte del pubblico dei minori all'inizio di ciascun blocco di trasmissione, con particolare riferimento ai programmi trasmessi in prima serata;

c) nel caso di Imprese televisive nazionali che gestiscono più di una rete con programmazione a carattere generalista e non con caratteristiche tematiche specifiche (quali, ad esempio, sportive o musicali), garantire ogni giorno, in prima serata, la trasmissione di programmi adatti ad una fruizione familiare congiunta almeno su una rete e a darne adeguata informazione.

Fermo restando quanto sopra, in una prospettiva di particolare tutela del minore, le Imprese televisive si impegnano a conformarsi alle seguenti specifiche limitazioni.

2.3. Programmi di informazione

Le Imprese televisive si impegnano a far sì che nei programmi di informazione si eviti la trasmissione di immagini di violenza o di sesso che non siano effettivamente necessarie alla comprensione delle notizie.

Le Imprese televisive si impegnano a non diffondere nelle trasmissioni di informazione in onda dalle ore 7.00 alle ore 22.30:

a) sequenze particolarmente crude o brutali o scene che, comunque, possano creare turbamento o forme imitative nello spettatore minore;

b) notizie che possano nuocere alla integrità psichica o morale dei minori.

Qualora, per casi di straordinario valore sociale o informativo, la trasmissione di notizie, immagini e parole particolarmente forti e impressionanti si renda effettivamente necessaria, il giornalista

televisivo avviserà gli spettatori che le notizie, le immagini e le parole che verranno trasmesse non sono adatte ai minori.

Nel caso in cui l'informazione giornalistica riguardi episodi in cui sono coinvolti i minori, le Imprese televisive si impegnano al pieno rispetto e all'attuazione delle norme indicate in questo Codice e nella Carta dei doveri del giornalista per la parte relativa ai "Minori e soggetti deboli".

Le Imprese televisive, con particolare riferimento ai programmi di informazione in diretta, si impegnano ad attivare specifici e qualificati corsi di formazione per sensibilizzare non solo i giornalisti, ma anche i tecnici dell'informazione televisiva (fotografi, montatori, etc.) alla problematica "TV e minori". Le Imprese televisive si impegnano a ispirare la propria linea editoriale, per i programmi di informazione, a quanto sopra indicato.

2.4. Film, fiction e spettacoli vari

Le Imprese televisive, oltre al pieno rispetto delle leggi vigenti, si impegnano a darsi strumenti propri di valutazione circa l'ammissibilità in televisione dei film, telefilm, TV movie, fiction e spettacoli di intrattenimento vario, a tutela del benessere morale, fisico e psichico dei minori.

Qualora si consideri che alcuni di tali programmi, la cui trasmissione avvenga prima delle ore 22,30, siano prevalentemente destinati ad un pubblico adulto,

le Imprese televisive si impegnano ad annunciare, con congruo anticipo, che la trasmissione non è adatta agli spettatori più piccoli. Se la trasmissione avrà delle interruzioni, l'avvertimento verrà ripetuto dopo ogni interruzione.

In tale specifica occasione andranno quindi divulgate con particolare attenzione le informazioni di avvertimento sulla natura della trasmissione nonché utilizzati con grande e ripetuto rilievo i sistemi di segnalazione

iconografica che le imprese televisive si impegnano ad adottare.

2.5. Trasmissioni di intrattenimento

Le Imprese televisive si impegnano a non trasmettere quegli spettacoli che per impostazione o per modelli proposti possano nuocere allo sviluppo dei minori, e in particolare ad evitare quelle trasmissioni:

- a) che usino in modo strumentale i conflitti familiari come spettacolo creando turbamento nei minori, preoccupati per la stabilità affettiva delle relazioni con i loro genitori;
- b) nelle quali si faccia ricorso gratuito al turpiloquio e alla scurrilità nonché si offendano le confessioni e i sentimenti religiosi.

3. LA TELEVISIONE PER MINORI (16.00 – 19.00)

3.1. Le Imprese televisive si impegnano a dedicare nei propri palinsesti una fascia “protetta” di programmazione, tra le ore 16.00 e le ore 19.00, idonea ai minori con un controllo particolare sia sulla programmazione sia sui promo, i trailer e la pubblicità trasmessi.

3.2. In particolare, le Imprese televisive nazionali che gestiscono più di una rete con programmazione a carattere generalista e non con caratteristiche tematiche specifiche (quali, ad esempio, sportive o musicali), si impegnano a ricercare le soluzioni affinché, nella predetta fascia oraria, su almeno una delle reti da esse gestite si diffonda una programmazione specificatamente destinata ai minori che tenga conto delle indicazioni del presente Codice in materia di programmazione per minori.

3.3. Produzione di programmi

Le Imprese televisive che realizzano programmi per minori si impegnano a produrre trasmissioni:

- a) che siano di buona qualità e di piacevole intrattenimento;
- b) che soddisfino le principali necessità dei minori come la capacità di realizzare esperienze reali e proprie o di aumentare la propria autonomia, nonché a proporre valori positivi umani e civili ed il rispetto della dignità della persona;
- c) che accrescano le capacità critiche dei minori in modo che sappiano fare migliore uso del mezzo televisivo, sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo, anche tenendo conto degli attuali e futuri sviluppi in chiave di interattività;
- d) che favoriscano la partecipazione dei minori con i loro problemi, con i loro punti di vista, dando spazio a quello che si sta facendo con loro e per

loro nelle città.

Le Imprese televisive si impegnano a curare la qualità della traduzione e del doppiaggio degli spettacoli, tenendo presenti le esigenze di una corretta educazione linguistica dei minori.

3.4. Programmi di informazione destinati ai minori

Le Imprese televisive nazionali che gestiscono di più di una rete con programmazione a carattere generalista e non con caratteristiche tematiche specifiche (quali, ad esempio, sportive o musicali) si impegnano a ricercare le soluzioni per favorire la produzione di programmi di informazione destinati ai minori, possibilmente curati

dalle testate giornalistiche in collaborazione con esperti di tematiche infantili e con gli stessi minori. Le Imprese televisive si impegnano altresì a comunicare abitualmente alla stampa quotidiana, periodica e anche specializzata, nonché alle pubblicazioni specificamente dedicate ai minori, la trasmissione di tali programmi e a rispettarne gli orari, fatte salve esigenze eccezionali del palinsesto.

4. LA PUBBLICITÀ

4.1. Le Imprese televisive si impegnano a controllare i contenuti della pubblicità, dei trailer e dei promo dei programmi, e a non trasmettere pubblicità e autopromozioni che possano ledere l'armonico sviluppo della personalità dei minori o che possano costituire fonte di pericolo fisico o morale per i minori stessi dedicando particolare attenzione alla fascia protetta. Volendo garantire una particolare tutela di questa parte del pubblico che ha minore capacità di giudizio e di discernimento nei confronti dei messaggi pubblicitari e nel riconoscere la particolare validità delle norme a tutela dei minori come esplicitate nel Codice di autodisciplina pubblicitaria, promosso dall'Istituto di Autodisciplina Pubblicitaria, le Imprese televisive si impegnano ad accogliere – ove dia garanzie di maggiore tutela-e a rispettare tale disciplina, da considerarsi parte integrante del presente Codice.

In particolare, le Imprese televisive firmatarie si impegnano a rispettare le seguenti indicazioni.

4.2. I livello : protezione generale

La protezione generale

si applica in tutte le fasce orarie di programmazione. I messaggi pubblicitari:

- a) non debbono presentare minori come protagonisti impegnati

in atteggiamenti pericolosi (situazioni di violenza, aggressività, autoaggressività, ecc.);

b) non debbono rappresentare i minori intenti al consumo di alcol, di tabacco o di sostanze stupefacenti, né presentare in modo negativo l'astinenza o la sobrietà dall'alcol, dal tabacco o da sostanze stupefacenti

o, al contrario, in modo positivo l'assunzione di alcolici o superalcolici, tabacco o sostanze stupefacenti;

c) non debbono esortare i minori direttamente o tramite altre persone ad effettuare l'acquisto, abusando della loro naturale credulità ed inesperienza;

d) non debbono indurre in errore, in particolare, i minori:

-sulla natura, sulle prestazioni e sulle dimensioni del giocattolo;

- sul grado di conoscenza e di abilità necessario per utilizzare il giocattolo;

- sulla descrizione degli accessori inclusi o non inclusi nella confezione;

- sul prezzo del giocattolo, in particolare m

odo quando il suo funzionamento comporti l'acquisto di prodotti complementari.

4.3. II livello : protezione rafforzata

La protezione rafforzata si applica nelle fasce di programmazione in cui si presume che il pubblico di minori all'ascolto sia numeroso ma supportato dalla presenza di un adulto (fasce orarie dalle 7.00 alle

ore 16.00 e dalle 19.00 alle ore 22.30).

Durante la fascia di protezione rafforzata non saranno trasmesse pubblicità direttamente rivolte ai minori, che contengano situazioni che possano costituire pregiudizio per l'equilibrio psichico e morale dei minori (ad es. situazioni che inducano a ritenere che il mancato possesso del prodotto pubblicizzato significhi inferiorità oppure mancato assolvimento dei loro compiti da parte dei genitori; situazioni che violino norme di comportamento socialmente accettate o che screditino l'autorità, la responsabilità e i giudizi di genitori, insegnanti e di altre persone autorevoli; situazioni che

sfruttino la fiducia che i minori ripongono nei genitori

e negli insegnanti; situazioni di ambiguità tra il bene e il male che disorientino circa i punti di riferimento ed i modelli a cui tendere;

situazioni che possano creare dipendenza affettiva dagli oggetti;

situazioni di trasgressione; situazioni che ripropongano discriminazioni di sesso e di razza, ecc.).

4.4. III livello : protezione specifica

La protezione specifica si applica nelle fasce orarie di

programmazione in cui si presume che l'ascolto da parte del pubblico in età minore non sia supportato dalla presenza di un adulto (fascia oraria di programmazione dalle 16.00 alle 19.00 e all'interno dei programmi direttamente rivolti ai minori).

I messaggi pubblicitari, le promozioni e ogni altra forma di comunicazione commerciale pubblicitaria rivolta ai minori dovranno essere preceduti, seguiti e caratterizzati da elementi di discontinuità ben riconoscibili e distinguibili dalla trasmissione, anche dai bambini che non sanno ancora leggere e da minori disabili.

In questa fascia oraria si dovrà evitare la pubblicità in favore di:

a) bevande superalcoliche e alcoliche, queste ultime all'interno dei programmi direttamente rivolti ai minori e nelle interruzioni pubblicitarie immediatamente precedenti e successive;

b) servizi telefonici a valore aggiunto a carattere di intrattenimento così come definiti dalle leggi vigenti;

c) profilattici e contraccettivi (con esclusione delle campagne sociali).

PARTE SECONDA: LE NORME DI DIFFUSIONE E ATTUAZIONE

5. DIFFUSIONE DEL CODICE

5.1. Le Imprese televisive si impegnano a dare ampia diffusione al presente Codice di autodisciplina attraverso il mezzo televisivo dedicandogli spazi di largo ascolto. In particolare, nei primi sei mesi di attuazione del presente Codice, le Imprese televisive firmatarie si impegnano a trasmettere con cadenza settimanale, su ciascuna delle

reti gestite, un breve spot che illustri i contenuti del Codice, i diritti dei minori e delle famiglie e i riferimenti per trasmettere eventuali segnalazioni.

5.2. Le imprese televisive firmatarie del presente Codice si impegnano inoltre, con cadenza annuale a realizzare e diffondere, tramite programmazione di spot sulle proprie reti, una campagna di sensibilizzazione per un uso consapevole del mezzo televisivo con particolare riferimento alla fruizione familiare congiunta.

Fermo restando l'obbligo di cadenza annuale sopra richiamato, le predette campagne saranno realizzate da ciascuna emittente compatibilmente con le proprie disponibilità e con la propria linea editoriale.

5.3. Il Comitato di applicazione del Codice può promuovere, infine, campagne di sensibilizzazione sul tema TV e minori.

6. L'ATTUAZIONE E IL CONTROLLO

6.1. Il Comitato di applicazione

L'attuazione del presente Codice è affidata a un "Comitato di applicazione del Codice di autoregolamentazione TV e minori". Tale Comitato è costituito da quindici membri effettivi, nominati con Decreto dal Ministro delle Comunicazioni d'intesa con l'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni, in rappresentanza, in parti uguali, rispettivamente delle emittenti televisive firmatarie del presente Codice

– su indicazione delle stesse e delle associazioni di categoria –delle istituzioni –tra cui un rappresentante dell'Autorità, un rappresentante del Coordinamento nazionale dei Corecom e il Presidente della Commissione per il riassetto del sistema radiotelevisivo -e degli utenti –questi ultimi su indicazione del Consiglio nazionale degli Utenti presso l'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni. Il Presidente è nominato nel medesimo Decreto tra i rappresentanti delle Istituzioni quale esperto riconosciuto della materia. Con i medesimi criteri e modalità sono nominati anche quindici membri supplenti. I membri nominati durano in carica tre anni e decadono qualora non partecipino a tre sedute consecutive del Comitato o a almeno la metà delle sedute nel corso di un anno solare.

6.2. Competenze e poteri del Comitato

Il Comitato, d'ufficio o su denuncia dei soggetti interessati, verifica, con le modalità stabilite nel Regolamento di seguito indicato, le violazioni del presente Codice. Qualora accerti la violazione del Codice adotta una risoluzione motivata e determina, tenuto conto della gravità dell'illecito, del comportamento pregresso.

Guida al Pan European Game Information (PEGI)

COS'E' IL PEGI

PEGI, abbreviazione di Pan European Game Information, è il primo sistema europeo di classificazione dei videogiochi in base all'età e al contenuto . Esso è stato creato allo scopo di fornire ai consumatori, e soprattutto ai genitori, informazioni chiare ed affidabili rispetto al contenuto del gioco e alla sua idoneità per uno specifico gruppo d'età. Negli ultimi anni, infatti, giocare ai videogiochi è diventato un fenomeno di massa, con milioni di giocatori in tutta Europa, e l'età media dei giocatori è andata progressivamente aumentando, superando oggi la soglia dei 25 anni. Per soddisfare i giocatori più adulti gli editori hanno iniziato a sviluppare videogiochi adatti a questo mercato più maturo. Nello stesso tempo però hanno ritenuto necessario dotarsi di un sistema di classificazione che permetta di continuare a proteggere i minori da contenuti potenzialmente non adatti alla loro età, favorendo scelte di acquisto informate e consapevoli.

Il PEGI è stato sviluppato tra il 2001 e il 2002 da un gruppo di lavoro pubblico – privato , dopo aver analizzato tutti i sistemi nazionali preesistenti, su impulso dell'Associazione europea degli editori di software interattivo ISFE (Interactive Software Federation of Europe) e con il sostegno della Commissione Europea che lo considera un modello di armonizzazione nel campo della protezione dei minori. E' operativo da aprile 2003 e amministrato dal NICAM (Netherlands Institute for the Classification of Audiovisual Media), un istituto olandese indipendente che si occupa di classificazione dei mezzi di informazione audiovisivi.

La scelta di optare per un sistema unitario a livello europeo è stata inevitabile, dato che la maggior parte dei giochi venduti in Europa sono identici, tranne che per lingua e confezione, e oggi l'Europa è diventata un mercato unico per i videogiochi. Attualmente il PEGI viene applicato a prodotti distribuiti nei seguenti ventotto paesi: Austria, Belgio, Bulgaria, Cipro, Repubblica Ceca, Danimarca, Estonia, Finlandia, Francia, Grecia, Ungheria, Islanda, Irlanda, Italia, Lettonia, Lituania, Lussemburgo, Malta, Paesi Bassi, Norvegia , Polonia, Portogallo, Romania, Slovenia, Spagna, Svezia, Svizzera, Regno Unito.

CLASSIFICAZIONI

Il sistema di classificazione PEGI è costituito da due componenti distinte ma complementari. La prima è una classificazione per gruppi di

età. La seconda è una classificazione per contenuti, rappresentata da un insieme di immagini che descrivono il contenuto del prodotto. A seconda del tipo di gioco il numero delle immagini può arrivare fino a sei. La classificazione del gioco appare sul fronte e sul retro della copertina del prodotto e non si riferisce alla difficoltà tecnica o alla capacità di lettura del giocatore. Il sistema si applica a tutti i videogames, indipendentemente dal loro formato, sia on-line che off-line.

CLASSIFICAZIONE PER ETA'

3 anni e oltre
7 anni e oltre
12 anni e oltre
16 anni e oltre
18 anni e oltre

CLASSIFICAZIONE PER CONTENUTO

Linguaggio scurrile
Il gioco contiene linguaggio scurrile
Discriminazione
Il gioco contiene rappresentazioni di discriminazione
Droga
Il gioco descrive o fa riferimento all'uso di droga
Paura
Il gioco può spaventare i bambini
Sesso
Il gioco rappresenta nudità e/o comportamenti o riferimenti sessuali
Violenza
Il gioco contiene rappresentazioni di violenza
.
Gioco d'azzardo
Il gioco può stimolare o insegnare il gioco d'azzardo.

PROCEDURA DI CLASSIFICAZIONE

La procedura per la classificazione è configurata in modo tale da evitare il più possibile il rischio di incorrere in classificazioni non corrette del prodotto.

Innanzitutto la classificazione non è affidata alla sola auto-valutazione del produttore, ma prevede un successivo esame critico da parte di un ente

indipendente, l'istituto olandese

NICAM, volto a verificare l'idoneità della classificazione proposta dal produttore.

Inoltre, la risoluzione di eventuali controversie sul tema è affidata ad un ente indipendente denominato PEGI Complaints Board (PCB) formato da esperti in protezione dei minori, psicologi infantili e, più in generale, da rappresentanti di un vasto campione della società, che può imporre sanzioni anche molto pesanti al produttore, come il ritiro del gioco dagli scaffali fino ad avvenuta sostituzione della classificazione nel packaging del prodotto. Questo rappresenta un costo significativo per l'industria e ciò assicura che l'editore sia estremamente prudente nella classificazione di un gioco.

Ogni editore che decide di utilizzare il PEGI deve inoltre firmare un Codice di Condotta con il quale si impegna a salvaguardare la coerenza della pubblicità del suo prodotto rispetto all'età consigliata e al contenuto del gioco.

GUIDA AL PEGI ONLINE

COS'È IL PEGI ONLINE

PEGI Online è un supplemento al sistema PEGI che mira a fornire ai minori in Europa una migliore protezione da contenuti non adatti di giochi on line e ad educare i genitori su come garantire la sicurezza nell'ambiente di gioco on li ne.

PEGI Online è stato finanziato dalla Commissione Europea nell'ambito del Safer Internet Programme e diretto da un gruppo di lavoro che comprende esperti dell'industria dell'online gaming, associazioni di consumatori e rappresentanti di governi nazionali.

PEGI Online si basa su quattro elementi fondamentali: - un Codice di Condotta denominato “

Pegi Online Safety Code ” (POSC) e un accordo quadro che i fornitori di online gaming sono tenuti a stipulare; - un logo PEGI Online che verrà visualizzato dai titolari di una licenza;

- un sito web dedicato per chi intende aderire e per il pubblico generale;
- una procedura indipendente di amministrazione, consulenza e risoluzione delle controversie. La licenza di visualizzare il logo PEGI Online è concessa dall'amministratore di PEGI Online a

qualsiasi fornitore di servizi di gioco on line che soddisfi i requisiti dichiarati nel POSC (PEGI Online Safety Code – Codice per la sicurezza PEGI Online). Tali requisiti comprendono l'obbligo di mantenere il sito web privo di contenuto illecito e offensivo creato dagli utenti e di ogni

collegamento indesiderabile, nonché garantire misure per la tutela dei minori e della loro riservatezza quando partecipano ad un gioco on line .

Il logo PEGI Online sarà visibile sulla confezione del gioco qualora quest'ultimo venga posto in commercio su CD/DVD oppure sul sito web del gioco stesso. Il logo informerà visivamente se il gioco può essere utilizzato on line e inoltre se il particolare gioco o sito è tenuto sotto controllo da un operatore che si impegna a tutelare i minori. I giochi non utilizzati on line ma su console o PC continueranno ad essere classificati secondo l'attuale sistema PEGI o altri sistemi di classificazione europei riconosciuti già operanti.

Per maggiori informazioni su PEGI e PEGI Online: Sito istituzionale di AESVI, Associazione Editori Software Videoludico Italiana.

www.aesvi.it

Sito istituzionale del PEGI (Pan European Game Information). Disponibile in diverse lingue, offre informazioni e risorse sul sistema di classificazione paneuropeo dei videogiochi.

www.pegi.info

Sito istituzionale del PEGI Online. Disponibile in diverse lingue, offre informazioni e risorse sul sistema di classificazione del gioco on line. www.pegionline.eu

Sito istituzionale dell'ISFE (Interactive Software Federation of Europe). www.isfe-eu.org

Sito istituzionale del NICAM (the Netherlands Institute for the Classification of Audio-Visual Media).

www.nicam.cc

***Legge 29 maggio 2017, n. 71. Disposizioni a tutela dei minori
per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo***

La Camera dei deputati ed il Senato della Repubblica hanno approvato; IL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA PROMULGA la seguente legge: Art. 1. Finalità e definizioni 1. La presente legge si pone l'obiettivo di contrastare il fenomeno del cyberbullismo in tutte le sue manifestazioni, con azioni a carattere preventivo e con una strategia di attenzione, tutela ed educazione nei confronti dei minori coinvolti, sia nella posizione di vittime sia in quella di responsabili di illeciti, assicurando l'attuazione degli interventi senza distinzione di età nell'ambito delle istituzioni scolastiche. 2. Ai fini della presente legge, per «cyberbullismo» si intende qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione, furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati personali in danno di minorenni, realizzata per via telematica, nonché la diffusione di contenuti on line aventi ad oggetto anche uno o più componenti della famiglia del minore il cui scopo intenzionale e predominante sia quello di isolare un minore o un gruppo di minori ponendo in atto un serio abuso, un attacco dannoso, o la loro messa in ridicolo. 3. Ai fini della presente legge, per «gestore del sito internet » si intende il prestatore di servizi della società dell'informazione, diverso da quelli di cui agli articoli 14, 15 e 16 del decreto legislativo 9 aprile 2003, n. 70, che, sulla rete internet , cura la gestione dei contenuti di un sito in cui si possono riscontrare le condotte di cui al comma 2. Art. 2. Tutela della dignità del minore 1. Ciascun minore ultraquattordicenne, nonché ciascun genitore o soggetto esercente la responsabilità del minore che abbia subito taluno degli atti di cui all'articolo 1, comma 2, della presente legge, può inoltrare al titolare del trattamento o al gestore del sito internet o del social media un'istanza per l'oscuramento, la rimozione o il blocco di qualsiasi altro dato personale del minore, diffuso nella rete internet , previa conservazione dei dati originali, anche qualora le condotte di cui all'articolo 1, comma 2, della presente legge, da identificare espressamente tramite relativo URL (Uniform resource locator), non integrino le fattispecie previste dall'articolo 167 del codice in materia di protezione dei dati personali, di cui al decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196, ovvero da altre norme incriminatrici. 2. Qualora, entro le ventiquattro ore successive al ricevimento dell'istanza di cui al comma 1, il soggetto responsabile non abbia comunicato di avere assunto l'incarico di

provvedere all'oscuramento, alla rimozione o al blocco richiesto, ed entro quarantotto ore non vi abbia provveduto, o comunque nel caso in cui non sia possibile identificare il titolare del trattamento o il gestore del sito internet o del social media, l'interessato può rivolgere analoga richiesta, mediante segnalazione o reclamo, al Garante per la protezione dei dati personali, il quale, entro quarantotto ore dal ricevimento della richiesta, provvede ai sensi degli articoli 143 e 144 del citato decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196. Art. 3. Piano di azione integrato 1. Con decreto del Presidente del Consiglio dei ministri, da adottare entro trenta giorni dalla data di entrata in vigore della presente legge, è istituito presso la Presidenza del Consiglio dei ministri, senza nuovi o maggiori oneri per la finanza pubblica, il tavolo tecnico per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo, del quale fanno parte rappresentanti del Ministero dell'interno, del Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca, del Ministero del lavoro e delle politiche sociali, del Ministero della giustizia, del Ministero dello sviluppo economico, del Ministero della salute, della Conferenza unificata di cui all'articolo 8 del decreto legislativo 28 agosto 1997, n. 281, dell'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni, del Garante per l'infanzia e l'adolescenza, del Comitato di applicazione del codice di autoregolamentazione media e minori, del Garante per la protezione dei dati personali, di associazioni con comprovata esperienza nella promozione dei diritti dei minori e degli adolescenti e nelle tematiche di genere, degli operatori che forniscono servizi di social networking e degli altri operatori della rete internet, una rappresentanza delle associazioni studentesche e dei genitori e una rappresentanza delle associazioni attive nel contrasto del bullismo e del cyberbullismo. Ai soggetti che partecipano ai lavori del tavolo non è corrisposto alcun compenso, indennità, gettone di presenza, rimborso spese o emolumento comunque denominato. 2. Il tavolo tecnico di cui al comma 1, coordinato dal Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca, redige, entro sessanta giorni dal suo insediamento, un piano di azione integrato per il contrasto e la prevenzione del cyberbullismo, nel rispetto delle direttive europee in materia e nell'ambito del programma pluriennale dell'Unione europea di cui alla decisione 1351/2008/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, del 16 dicembre 2008, e realizza un sistema di raccolta di dati finalizzato al monitoraggio dell'evoluzione dei fenomeni e, anche avvalendosi della collaborazione con la Polizia postale e delle comunicazioni e con altre Forze di polizia, al controllo dei contenuti per la tutela dei minori. — 2 — 3-6-2017 GAZZETTA UFFICIALE

DELLA REPUBBLICA ITALIANA Serie generale - n. 127 3. Il piano di cui al comma 2 è integrato, entro il termine previsto dal medesimo comma, con il codice di co-regolamentazione per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo, a cui devono attenersi gli operatori che forniscono servizi di social networking e gli altri operatori della rete internet . Con il predetto codice è istituito un comitato di monitoraggio al quale è assegnato il compito di identificare procedure e formati standard per l'istanza di cui all'articolo 2, comma 1, nonché di aggiornare periodicamente, sulla base delle evoluzioni tecnologiche e dei dati raccolti dal tavolo tecnico di cui al comma 1 del presente articolo, la tipologia dei soggetti ai quali è possibile inoltrare la medesima istanza secondo modalità disciplinate con il decreto di cui al medesimo comma 1. Ai soggetti che partecipano ai lavori del comitato di monitoraggio non è corrisposto alcun compenso, indennità, gettone di presenza, rimborso spese o emolumento comunque denominato. 4. Il piano di cui al comma 2 stabilisce, altresì, le iniziative di informazione e di prevenzione del fenomeno del cyberbullismo rivolte ai cittadini, coinvolgendo primariamente i servizi socio-educativi presenti sul territorio in sinergia con le scuole. 5. Nell'ambito del piano di cui al comma 2 la Presidenza del Consiglio dei ministri, in collaborazione con il Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca e con l'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni, predispone, nei limiti delle risorse di cui al comma 7, primo periodo, periodiche campagne informative di prevenzione e di sensibilizzazione sul fenomeno del cyberbullismo, avvalendosi dei principali media , nonché degli organi di comunicazione e di stampa e di soggetti privati. 6. A decorrere dall'anno successivo a quello di entrata in vigore della presente legge, il Ministro dell'istruzione, dell'università e della ricerca trasmette alle Camere, entro il 31 dicembre di ogni anno, una relazione sugli esiti delle attività svolte dal tavolo tecnico per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo, di cui al comma 1. 7. Ai fini dell'attuazione delle disposizioni di cui al comma 5, è autorizzata la spesa di euro 50.000 annui a decorrere dall'anno 2017. Al relativo onere si provvede mediante corrispondente riduzione, per gli anni 2017, 2018 e 2019, dello stanziamento del fondo speciale di parte corrente iscritto, ai fini del bilancio triennale 2017- 2019, nell'ambito del programma «Fondi di riserva e speciali» della missione «Fondi da ripartire» dello stato di previsione del Ministero dell'economia e delle finanze per l'anno 2017, allo scopo parzialmente utilizzando l'accantonamento relativo al medesimo Ministero. 8. Il Ministro dell'economia e delle finanze è autorizzato ad apportare, con

propri decreti, le occorrenti variazioni di bilancio. Art. 4. Linee di orientamento per la prevenzione e il contrasto in ambito scolastico 1. Per l'attuazione delle finalità di cui all'articolo 1, comma 1, il Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca, sentito il Ministero della giustizia - Dipartimento per la giustizia minorile e di comunità, entro trenta giorni dalla data di entrata in vigore della presente legge adotta linee di orientamento per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo nelle scuole, anche avvalendosi della collaborazione della Polizia postale e delle comunicazioni, e provvede al loro aggiornamento con cadenza biennale. 2. Le linee di orientamento di cui al comma 1, conformemente a quanto previsto alla lettera l) del comma 7 dell'articolo 1 della legge 13 luglio 2015, n. 107, includono per il triennio 2017-2019: la formazione del personale scolastico, prevedendo la partecipazione di un proprio referente per ogni autonomia scolastica; la promozione di un ruolo attivo degli studenti, nonché di ex studenti che abbiano già operato all'interno dell'istituto scolastico in attività di peer education, nella prevenzione e nel contrasto del cyberbullismo nelle scuole; la previsione di misure di sostegno e rieducazione dei minori coinvolti; un efficace sistema di governance diretto dal Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca. Dall'adozione delle linee di orientamento non devono derivare nuovi o maggiori oneri per la finanza pubblica. 3. Ogni istituto scolastico, nell'ambito della propria autonomia, individua fra i docenti un referente con il compito di coordinare le iniziative di prevenzione e di contrasto del cyberbullismo, anche avvalendosi della collaborazione delle Forze di polizia nonché delle associazioni e dei centri di aggregazione giovanile presenti sul territorio. 4. Gli uffici scolastici regionali promuovono la pubblicazione di bandi per il finanziamento di progetti di particolare interesse elaborati da reti di scuole, in collaborazione con i servizi minorili dell'Amministrazione della giustizia, le prefetture - Uffici territoriali del Governo, gli enti locali, i servizi territoriali, le Forze di polizia nonché associazioni ed enti, per promuovere sul territorio azioni integrate di contrasto del cyberbullismo e l'educazione alla legalità al fine di favorire nei ragazzi comportamenti di salvaguardia e di contrasto, agevolando e valorizzando il coinvolgimento di ogni altra istituzione competente, ente o associazione, operante a livello nazionale o territoriale, nell'ambito delle attività di formazione e sensibilizzazione. I bandi per accedere ai finanziamenti, l'entità dei singoli finanziamenti erogati, i soggetti beneficiari e i dettagli relativi ai progetti finanziati sono pubblicati nel sito internet istituzionale degli uffici scolastici

regionali, nel rispetto della trasparenza e dell'evidenza pubblica. 5. Conformemente a quanto previsto dalla lettera h) del comma 7 dell'articolo 1 della legge 13 luglio 2015, n. 107, le istituzioni scolastiche di ogni ordine e grado, nell'ambito della propria autonomia e nell'ambito delle risorse disponibili a legislazione vigente, promuovono l'educazione all'uso consapevole della rete internet e ai diritti e doveri connessi all'utilizzo delle tecnologie informatiche, quale elemento trasversale alle diverse discipline curriculari, anche mediante la realizzazione di apposite attività progettuali aventi carattere di continuità tra i diversi gradi di istruzione o di progetti elaborati da reti di scuole in collaborazione con enti locali, servizi territoriali, organi di polizia, associazioni ed enti. 6. I servizi territoriali, con l'ausilio delle associazioni e degli altri enti che perseguono le finalità della presente legge, promuovono, nell'ambito delle risorse disponibili, — 3 — 3-6-2017 GAZZETTA UFFICIALE DELLA REPUBBLICA ITALIANA Serie generale - n. 127 specifici progetti personalizzati volti a sostenere i minori vittime di atti di cyberbullismo nonché a rieducare, anche attraverso l'esercizio di attività riparatorie o di utilità sociale, i minori artefici di tali condotte. Art. 5. Informativa alle famiglie, sanzioni in ambito scolastico e progetti di sostegno e di recupero 1. Salvo che il fatto costituisca reato, in applicazione della normativa vigente e delle disposizioni di cui al comma 2, il dirigente scolastico che venga a conoscenza di atti di cyberbullismo ne informa tempestivamente i soggetti esercenti la responsabilità genitoriale ovvero i tutori dei minori coinvolti e attiva adeguate azioni di carattere educativo. 2. I regolamenti delle istituzioni scolastiche di cui all'articolo 4, comma 1, del regolamento di cui al decreto del Presidente della Repubblica 24 giugno 1998, n. 249, e successive modificazioni, e il patto educativo di corresponsabilità di cui all'articolo 5 -bis del citato decreto n. 249 del 1998 sono integrati con specifici riferimenti a condotte di cyberbullismo e relative sanzioni disciplinari commisurate alla gravità degli atti compiuti. Art. 6. Rifinanziamento del fondo di cui all'articolo 12 della legge 18 marzo 2008, n. 48 1. La Polizia postale e delle comunicazioni relaziona con cadenza annuale al tavolo tecnico di cui all'articolo 3, comma 1, sugli esiti delle misure di contrasto al fenomeno del cyberbullismo. La relazione è pubblicata in formato di tipo aperto ai sensi dell'articolo 68, comma 3, lettera a) , del codice dell'amministrazione digitale, di cui al decreto legislativo 7 marzo 2005, n. 82. 2. Per le esigenze connesse allo svolgimento delle attività di formazione in ambito scolastico e territoriale finalizzate alla sicurezza dell'utilizzo della rete internet e alla prevenzione e al contrasto

del cyberbullismo sono stanziati ulteriori risorse pari a 203.000 euro per ciascuno degli anni 2017, 2018 e 2019, in favore del fondo di cui all'articolo 12 della legge 18 marzo 2008, n. 48. 3. Agli oneri derivanti dal comma 2 del presente articolo, pari a 203.000 euro per ciascuno degli anni 2017, 2018 e 2019, si provvede mediante corrispondente riduzione dello stanziamento del fondo speciale di parte corrente iscritto, ai fini del bilancio triennale 2017-2019, nell'ambito del programma «Fondi di riserva e speciali» della missione «Fondi da ripartire» dello stato di previsione del Ministero dell'economia e delle finanze per l'anno 2017, allo scopo parzialmente utilizzando l'accantonamento relativo al medesimo Ministero. 4. Il Ministro dell'economia e delle finanze è autorizzato ad apportare, con propri decreti, le occorrenti variazioni di bilancio. Art. 7. Ammonimento 1. Fino a quando non è proposta querela o non è presentata denuncia per taluno dei reati di cui agli articoli 594, 595 e 612 del codice penale e all'articolo 167 del codice per la protezione dei dati personali, di cui al decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196, commessi, mediante la rete internet, da minorenni di età superiore agli anni quattordici nei confronti di altro minorenne, è applicabile la procedura di ammonimento di cui all'articolo 8, commi 1 e 2, del decreto-legge 23 febbraio 2009, n. 11, convertito, con modificazioni, dalla legge 23 aprile 2009, n. 38, e successive modificazioni. 2. Ai fini dell'ammonimento, il questore convoca il minore, unitamente ad almeno un genitore o ad altra persona esercente la responsabilità genitoriale. 3. Gli effetti dell'ammonimento di cui al comma 1 cessano al compimento della maggiore età. La presente legge, munita del sigillo dello Stato, sarà inserita nella Raccolta ufficiale degli atti normativi della Repubblica italiana. È fatto obbligo a chiunque spetti di osservarla e di farla osservare come legge dello Stato. Data a Roma, addì 29 maggio 2017 MATTARELLA GENTILONI SILVERI, Presidente del Consiglio dei ministri

Ringraziamenti

Scrivere richiede una capacità di soffermarsi con attenzione su alcuni argomenti che ci stanno a cuore, ma anche di vedere la vita da tante prospettive. Perché non c'è mai una sola strada per arrivare ai nostri intenti.

Per tali motivi vorrei ringraziare tutti coloro che mi hanno stimolata con le loro idee anche diverse dalle mie a considerare l'argomento trattato da più angolature.

Ringrazio i miei pazienti, siano essi adulti, bambini o adolescenti perché giungono in consultazione con problemi reali che spesso scardinano ogni teoria di riferimento.

Un grazie particolarmente sentito va a Marcella Fontani e alla Misericordia di Rufina che in questi anni si è impegnata in modo concreto anche nella prevenzione del disagio giovanile, familiare e sociale.

Al Comune di Rufina e in particolare all'Assessore Stefania De Luise per la sensibilità e l'impegno nell'organizzare iniziative e percorsi volti a sostenere le famiglie nella loro crescita educativa.

Un grazie speciale va ai miei amici più cari che mi sostengono sempre, dandomi fiducia ogni volta che intraprendo una iniziativa di lavoro.

Grazie ai miei genitori che dal cielo mi sorridono sempre.

Un ringraziamento affettuoso è per Annalisa Bonechi che, nonostante gli impegni, ha riletto con attenzione le bozze.

Infine, vorrei ringraziare la mia famiglia che con pazienza supporta i miei interessi.

Nota sull'autrice

Gabriella Picerno è psicologa, pedagoga, consulente in sessuologia, esperta in Psicologia del Disegno Infantile e dell'Apprendimento. È direttrice del Centro di Documentazione Educativa "Il Grillo Parlante" di Rufina (Firenze). Da anni è impegnata in progetti di formazione e interventi di educazione alla genitorialità, all'affettività e alla sessualità.

Si occupa di problematiche familiari quali la separazione e il divorzio. Svolge attività professionale su tematiche come la formazione dei docenti, il disagio scolastico, i disturbi dell'apprendimento e di relazione. Ha pubblicato saggi di psicologia e pedagogia premiati in alcuni concorsi nazionali e internazionali. Appassionata di pittura, fotografia e scrittura. Oltre all'attività clinica si dedica alla composizione di poesie e scrive racconti brevi. Per le sue liriche d'amore ha avuto segnalazioni e vinto diversi premi letterari a carattere nazionale e internazionale. Le sue opere sono inserite in numerose antologie poetiche.

Tra le sue pubblicazioni ricordiamo: *Genitori separati. Bambini divisi* (con Evelina Fazzi, Del Cerro, 1996); *Le ferite dell'arcobaleno* (con Emanuele Bartolozzi, Provincia di Firenze, 2001), *Le parole dell'educazione* (con Susanna Berretti, Comune di Rufina, 2006); *Due genitori , due case* (con Evelina Fazzi, La Rondine, 2013), *Dal dire al fare* (La Rondine, 2013); *Il benessere emotivo negli adolescenti* (con Luana Collacchioni, Aracne, 2013); *Famiglie stra-ordinarie* (Aracne, 2016); *Io e le mie famiglie* (con Evelina Fazzi, ed. Pacini Fazzi, 2016), *Un tocco di cielo* (Ed. GD Sarzana, 2018).



Una selezione dei volumi della collana
delle *Edizioni dell'Assemblea* è scaricabile dal sito

www.consiglio.regione.toscana.it/edizioni

Ultimi volumi pubblicati:

Carla Benocci

Gli Sforza e gli ebrei a Santa Fiora dal XV agli inizi del XIX secolo

Andrea de Blasio (a cura di)

San Miniato negli anni del primo conflitto mondiale

Luisa Ciardi, Michele Ghirardelli, Matteo Grasso (a cura di)

Dispersi sì, dimenticati mai: il naufragio del piroscafo Oria

Daniela Nucci

Tra il popolo che tanto ho amato

Fabio Bertini

Barberino di Mugello dalla Comunità alla Repubblica
attraverso la Resistenza

Paolo Lapi

Le chiese della Vicaria di Filattiera negli anni dell'episcopato
di mons. Giulio Cesare Lomellini (1757-1791)

Giuseppe Mastursi

Giudici e notai nella Repubblica Fiorentina (1288 - 1348)

Lorenzo Ciattini

La mezzadria in Toscana

Pio Secciani (a cura di)

Seconda guerra mondiale 1940-45: racconti di vita

Edizioni dell'Assemblea

