

Introduzione

Ignazio Punzi

Formatore, psicologo, psicoterapeuta

Coordinatore scientifico del progetto



1° presupposto

La mente è relazionale

*processi neurofisiologici +
relazioni interpersonali =*

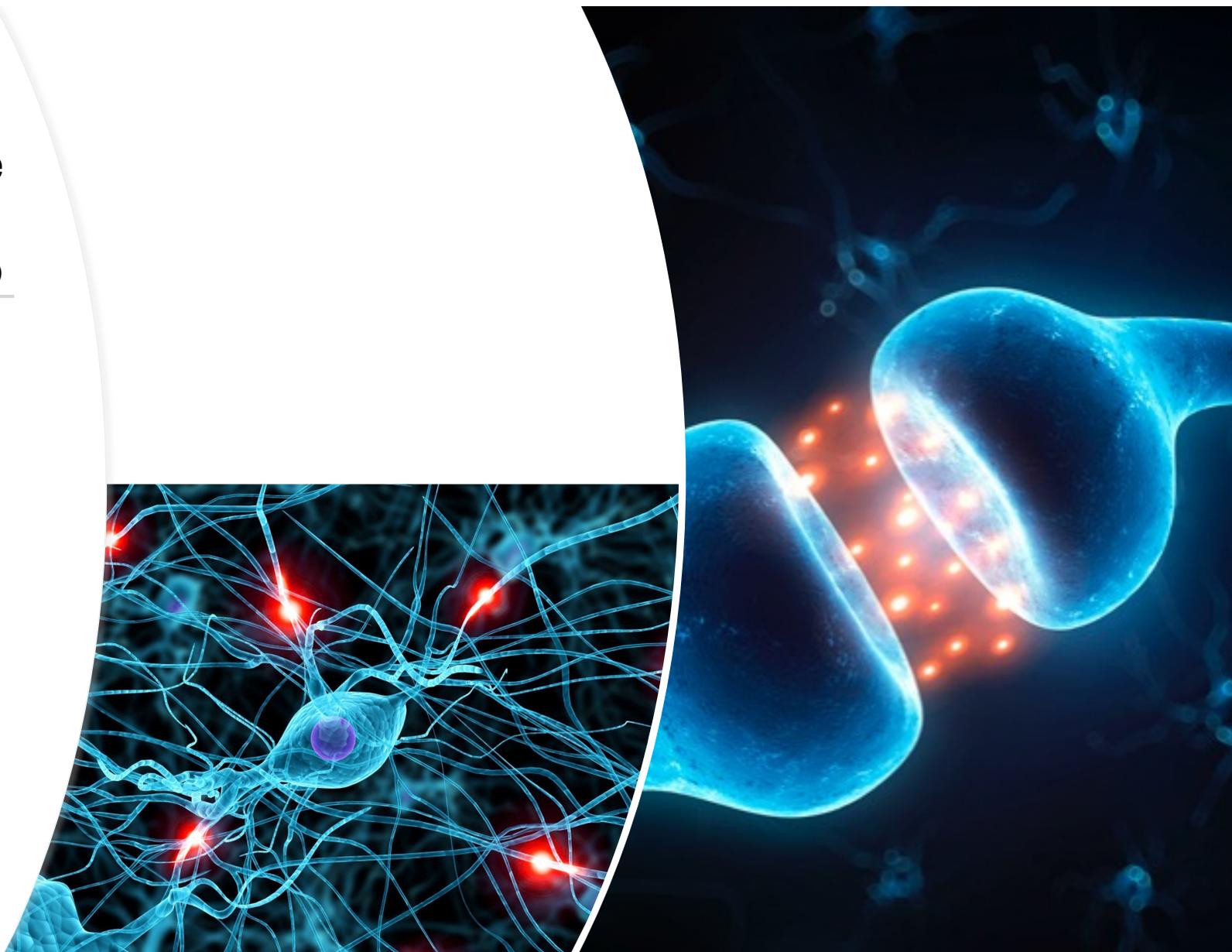
Mente

Il contesto di vita che costruiamo attorno ai bambini e ragazzi sarà il luogo dei loro **apprendimenti vitali**.



Il cervello si modifica in base alle esperienze che si compiono

Il rapporto che un bambino avrà con se stesso, con gli altri e con il futuro dipenderà dalla forma delle relazioni che gli adulti avranno saputo costruire e praticare con loro.



2° presupposto

- La mente è incarnata: tutto il corpo partecipa con i sensi e con gli affetti a dare significato al Sé, agli altri, al mondo.
- Cosa accade ai bambini e ai ragazzi se le esperienze corporee diminuiscono e aumentano quelle virtuali?



3° presupposto

Per diventare il bambino si specchia negli occhi dell'adulto e l'adolescente anche in quello dei suoi pari.

Cosa accade quando le esperienze relazionali sono soprattutto virtuali e incapaci di dare **rispecchiamento emotivo**?



Cosa sta avvenendo?

- L'accelerazione del digitale e delle tecnologie e un cervello impreparato
- Internet, i social media e gli smartphone determinano una condizione di **“connessione permanente”**
- **Il disorientamento degli adulti:** consegna dello smartphone per non farli sentire «diversi»



Quali sono le conseguenze dell'uso precoce dello smartphone?

La **iperstimolazione** dovuta all'uso dei social e ai videogames impedisce ad altre aree del cervello di lavorare e di strutturarsi.

In particolare si riscontrano nei bambini e nei ragazzi:

- un alto tasso di problemi di **concentrazione**
- minore capacità di **memoria**
- l'incapacità di **ritardare la gratificazione**
- aumento di diagnosi di **Disturbo da deficit di attenzione e iperattività**.



Lo studioso Jonathan Haidt

*«I nati dopo il 1995 sono la prima generazione di americani che ha attraversato la pubertà con in mano lo smartphone (e internet), secondo tutte le ricerche essi sono sempre più **ansiosi, depressi, soggetti a episodi di autolesionismo e suicidari...***

*Sta avvenendo una vera e propria **'Riconfigurazione dell'infanzia'**».*

LA GENERAZIONE ANSIOSA

#1
NEW YORK
TIMES
BESTSELLER





CHE COSA POSSIAMO FARE?

- Per quanto possa apparire arduo, se vogliamo proteggere
- la mente e il futuro dei nostri bambini e dei nostri ragazzi,
- non possiamo più ritardare: occorre un
- **patto educativo digitale di comunità!**

I 5 PRINCIPI DELL'EDUCAZIONE DIGITALE DI COMUNITÀ



genitori
insegnanti
allenatori
catechisti

Facciamo le cose giuste, facciamole assieme

Verso un patto educativo **digitale** di comunità

servizio baby sitting

ragazzi anopera

Istituto Comprensivo Francesco Petrarca Povo

CHIESE di FIEMME

Istituto di istruzione la Rosa Bianca

VAL DI FIEMME CASSA RURALE

Logos: PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO, COMUNITÀ TERRITORIALE DELLA VAL DI FIEMME, Distretto famiglia Val di Fiemme, CHIESE di FIEMME, L'aratro lastella, POLITICHE G PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO, servizio baby sitting, ragazzi anopera, Istituto Comprensivo Francesco Petrarca Povo, Istituto di istruzione la Rosa Bianca, VAL DI FIEMME CASSA RURALE.

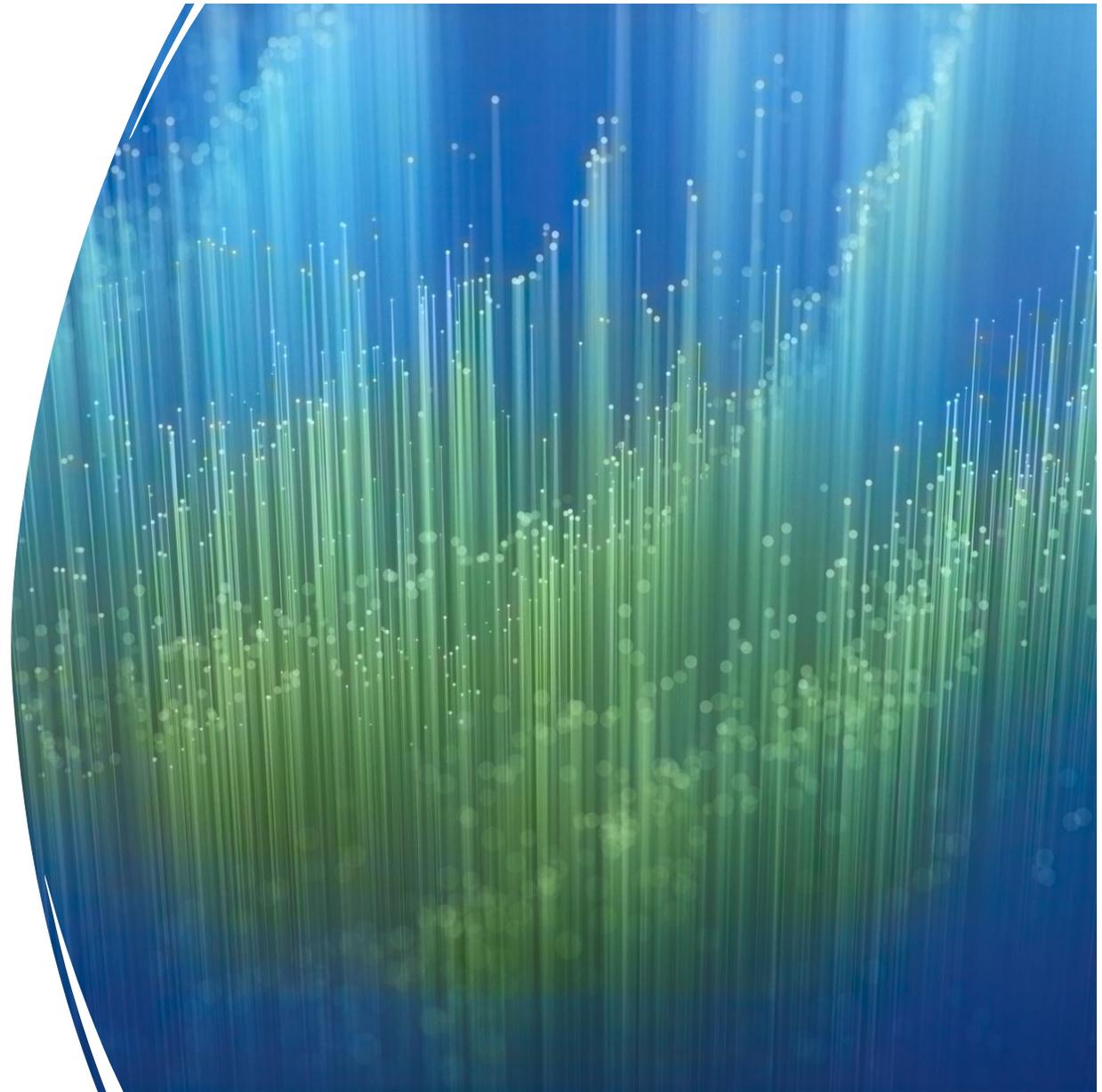


IL NOSTRO PERCORSO

1	21/10	Ignazio Punzi	Ma è proprio necessario un patto educativo digitale? Introduzione, presentazione del percorso e del metodo.
2	04/11	Costanza Cutrona	Delicate connessioni: l'effetto dei dispositivi digitali sul neurosviluppo
3	18/11	Marco Benigni	Educazione digitale in età evolutiva: linee guida o orientamenti educativi?
4	02/12	Polizia Postale	Conoscere per prevenire e difendere insieme (bullismo, cyberbullismo, strumenti da adottare)
5	16/12	Insegnanti	Cosa fa la scuola, cosa fanno gli insegnanti, cosa osservano
6	13/01	Ignazio Punzi	Accidenti! E ora cosa facciamo?
7	03/02	Ignazio Punzi	Ci dichiariamo responsabili: patteggiamo!
8	17/02	Ignazio Punzi	Presentazione pubblica del patto educativo digitale

Delicate
connessioni:
l'effetto dei
dispositivi digitali
sul neurosviluppo

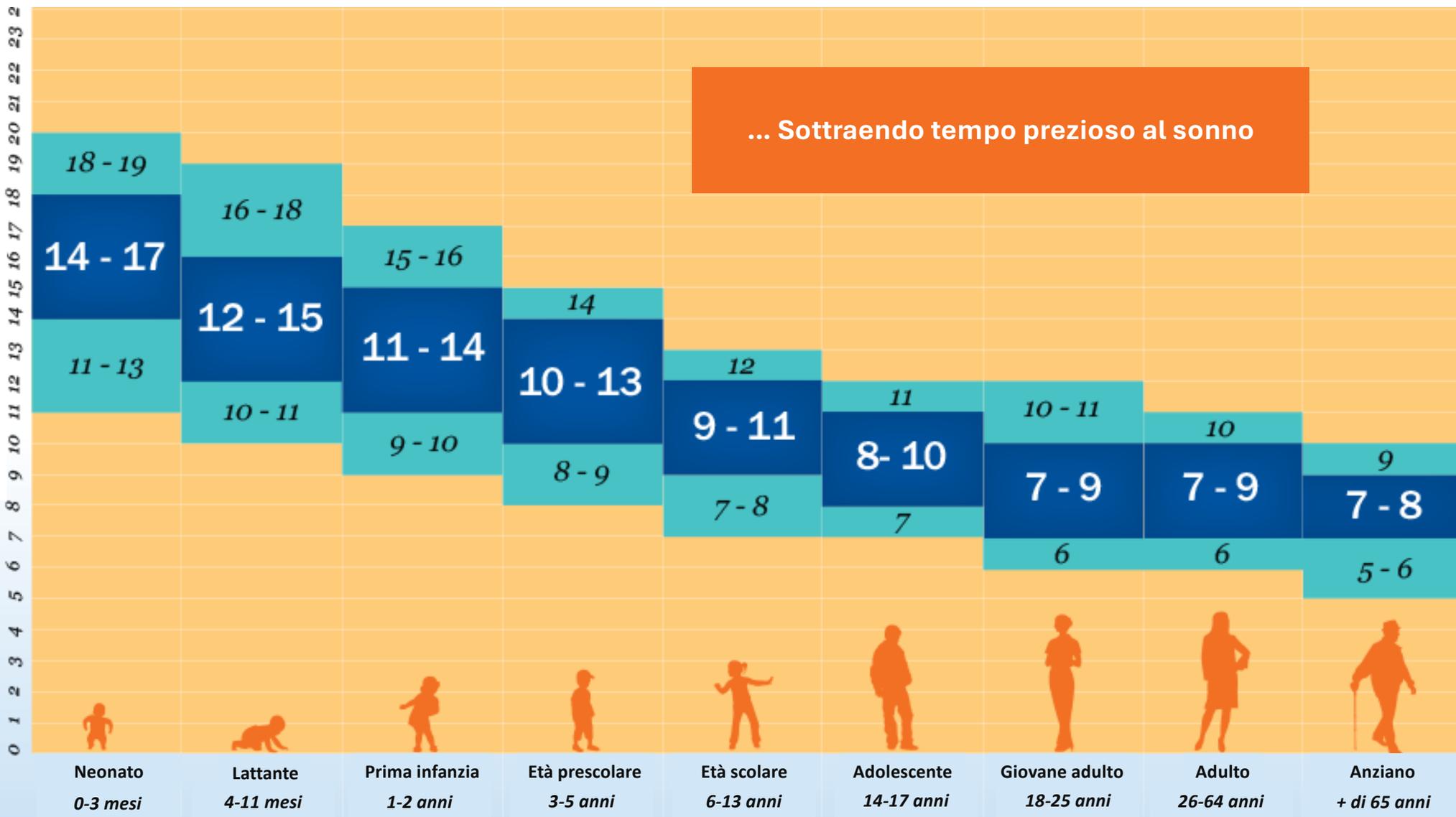
Costanza Cutrona
Neuropsichiatra infantile



**Allungano il tempo
necessario
all'addormentamento**



ORE DI SONNO



... Sottraendo tempo prezioso al sonno

Raccomandato
Può essere appropriato
Non raccomandato

VANTAGGI DEL SONNO

Detossificante

Asse neuro-
endocrino - GH

Riposo dagli
stimoli

Consolidamento
memoria

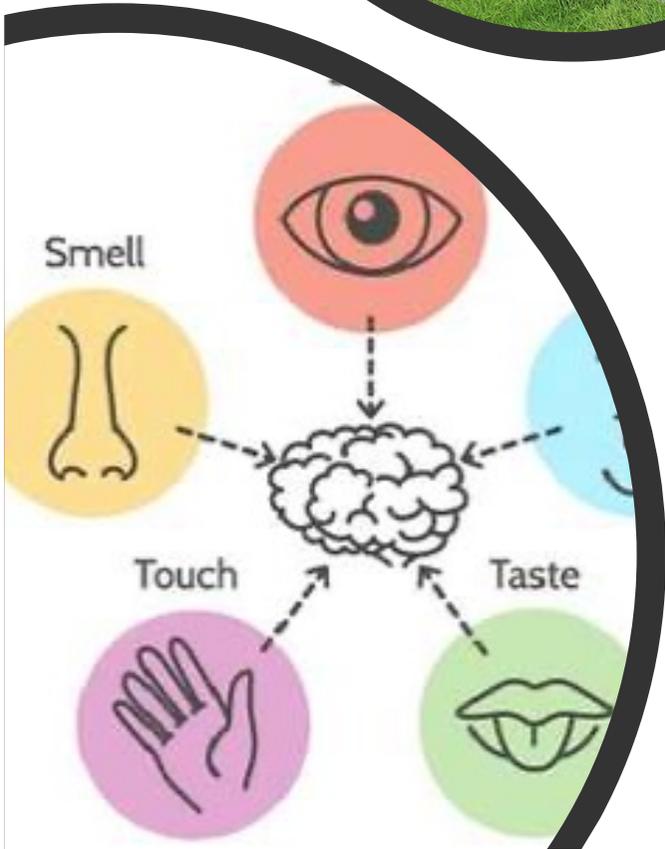


—

PRIMA INFANZIA

Sviluppo = Relazione





SPERIMENTARE I DIVERSI SENSI



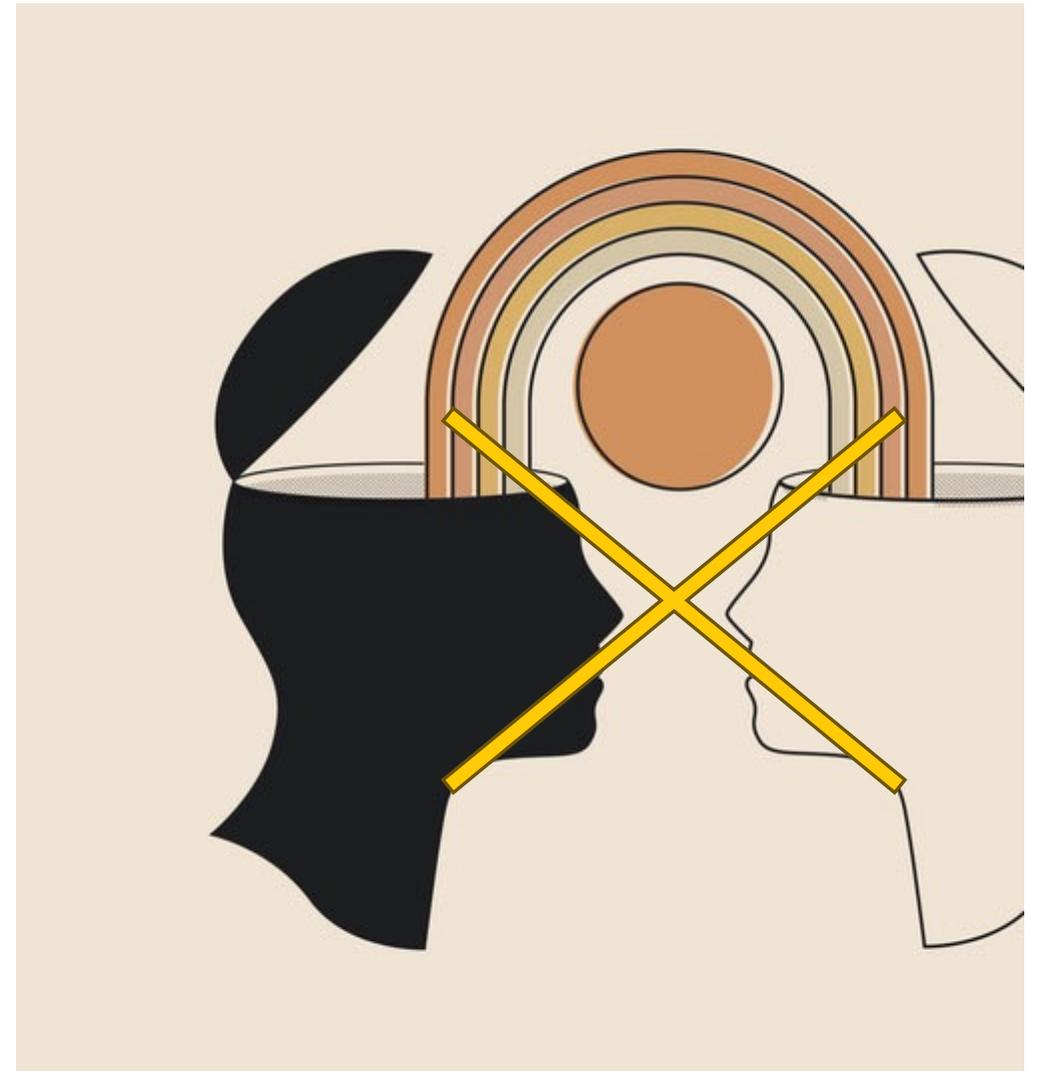


DISTRATTORE



**CIUCCIO
DIGITALE**

DELEGA



Technoference



**Pervasività della
tecnologia
vs
Legame e
Attaccamento**



Seconda Infanzia 6-10 anni



Apprendimento
Concentrazione e Inibizione
Regolazione e alfabetizzazione
emotiva



Disturbo da Deficit di attenzione ed
iperattività
Disregolazione Emotiva
Disturbi dell'apprendimento





Implicazioni
sulla sfera
psico-relazionale





Non solo
neurosviluppo



Alternative



Spazio aperto di
condivisione
senza GIUDIZIO



Comunità

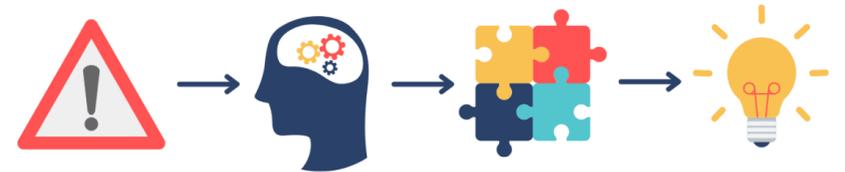
Bilancio di Salute
Digitale

Problematizzare

Realtà virtuale
Realtà reale



PENSIERO CRITICO

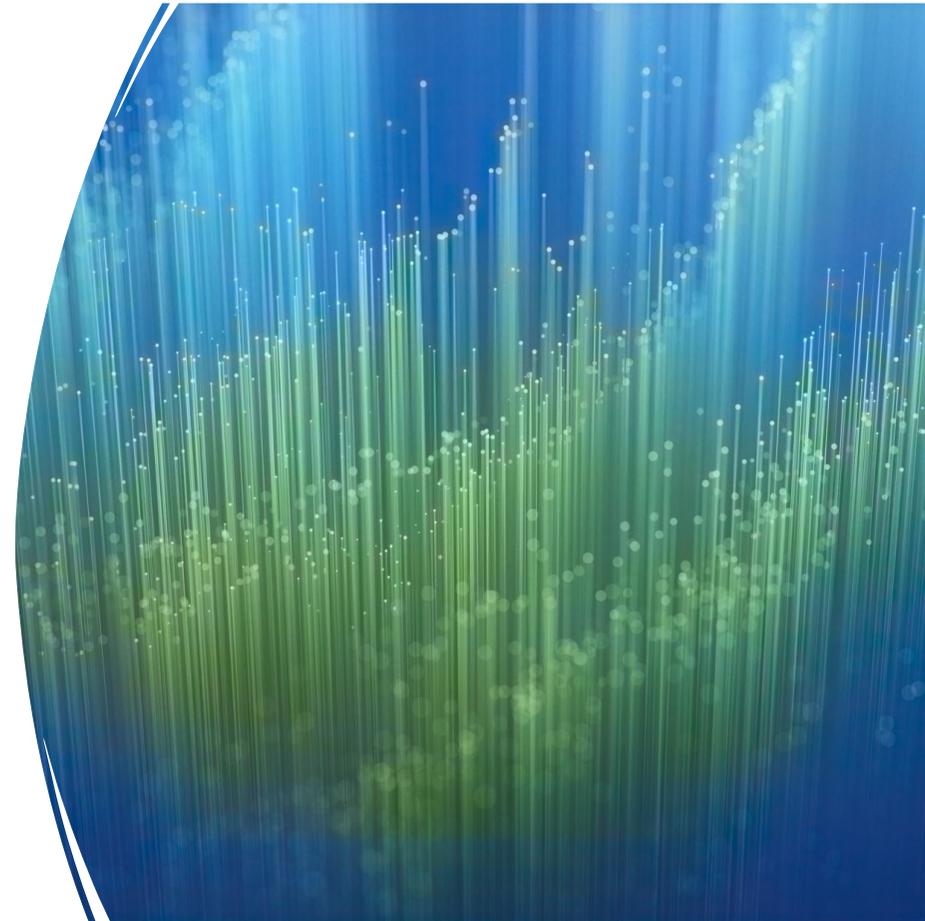


Educazione digitale in età evolutiva: linee guida o orientamenti educativi?

Dott. Marco Benigni

UOM di Pediatria

Ospedale di Cavalese



Seconda e terza infanzia

- Bambini 6-10 anni: 30,2% utilizzano giornalmente uno smartphone
- Ragazzi 11-13 anni: 78% possiedono uno smartphone

Adolescenti

ISTAT 2019: 11-17 anni 85,8% hanno uno smartphone

CENSIS 2021: 95 % degli adolescenti.

Il 50% dei ragazzi tengono acceso lo smartphone 24h/24



Obesità

- Non ancora scientificamente dimostrato, ma evidente all'osservazione clinica
- Aumento della sedentarietà
- Esposizione a messaggi di Marketing per alimenti/bevande non sane
- Emulazione da streamer e Youtuber



Disturbi del sonno

Condizionamento del ritmo
sonno-veglia

Disregolazione nell'utilizzo dei
DD (Dispositivi Digitali):
(videogame, chat e social)

Il sonno
rimanente
risulta
disturbato

Circolo vizioso

Euforia

Meccanismi di
dipendenza



Ipoacusia da rumore

- I DD sono la causa più frequente di ipoacusia acquisita tra giovani ed adolescenti (dato OMS)
- Ruolo nell'esposizione prolungata nel tempo di musica a volume medio-alto tramite auricolari/cuffie

Limite volume musica: 85 db da non superare

Disturbi della vista

Miopia e DED (Dry eyes disease)

Associazione statisticamente non significativa



Sovraccarico cognitivo

- Acquisizione stimoli ambientali
- Memoria a breve e lungo termine
- Processo cognitivo: elaborazione degli stimoli

Sovraccarico cognitivo da iperstimolazione
Effetti su:

- Concentrazione
- Orientamento
- Funzioni sociali
- Cura di se

Che esitano in

- Disturbi dell'apprendimento, del linguaggio, dell'attenzione e della memoria
- Disturbi dell'apprendimento delle abilità motorie
- Disturbi mentali fino ai veri e propri disturbi di personalità

Tutto questo è una **PRE DEMENZA**



JAMA Pediatrics | [Original Investigation](#) | ADOLESCENT MENTAL HEALTH

Screen Time at Age 1 Year and Communication and Problem-Solving Developmental Delay at 2 and 4 Years

Ippei Takahashi, MMSc; Taku Obara, PhD; Mami Ishikuro, PhD; Keiko Murakami, MPH, PhD; Fumihiko Ueno, PhD; Aoi Noda, PhD; Tomomi Onuma, BS; Genki Shinoda, MMSc; Tomoko Nishimura, PhD; Kenji J. Tsuchiya, MD, PhD; Shinichi Kuriyama, MD, PhD

Schermo versus relazione



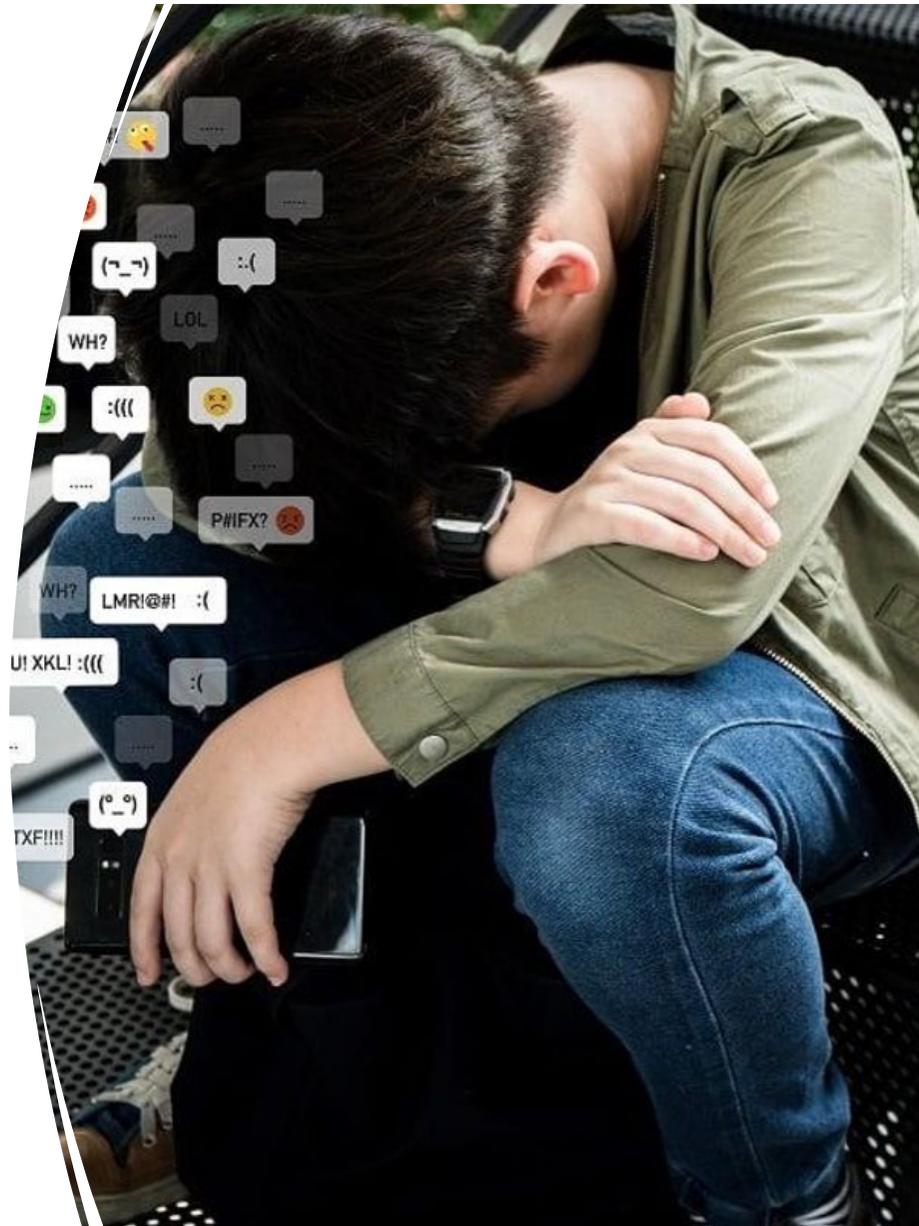
Due comportamenti deleteri dei genitori

- DD sempre in mano
- (Dinamica dei neuroni specchio)
- Utilizzo dei DD come pacificatori/distrattori



Rischi relazionali dei DD negli adolescenti

- Hikikomori
- Cyber Relational Addiction
- Cyber sex (utilizzo compulsivo del porno, sexting, revenge porn)
- Cyberbullismo: forme di violenza perpetrata per via digitale tramite qualsiasi piattaforma conosciuta in cui una vittima può subire:
- Stalking/denigrazione
- Esclusione
- Esposizione / Happy slapping
- Adescamento online / Grooming



Nei giovani / adulti

- Dipendenza da iperconnessione e relativi rischi da navigazione online che vanno dal sexting alle truffe online
- Riduzione delle performance lavorative con impatto economico
- Riduzione della socialità
- Riduzione dell'attività sessuale di coppia a vantaggio della pornografia
- Incidenti stradali



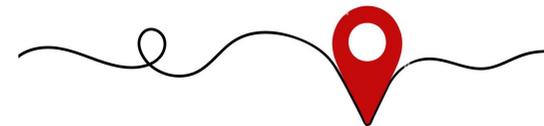
Linee guida SIP

Guida per pediatri e genitori sull'utilizzo dei DD nell'età evolutiva dai 0 ai 15 anni. Data Pubblicazione 2018.

0/2 anni non utilizzare dispositivi digitali per intrattenere o per calmare i bambini;
2/5 anni non superare un'ora di esposizione al giorno;
5/8 anni di età dedicare meno di due ore al giorno;
9/15 limitarne l'uso alle tre ore al giorno
(indipendentemente dal device).

Accesso a Internet

3/6 anni nessun accesso a internet;
6/9 anni videogiochi e accesso al digitale per musica e video ma niente dispositivi in camera;
9/14 anni accesso a internet graduale e controllato, concordando le regole per l'utilizzo dei device.



Da 0 a 6 Mesi



Il momento dell'esempio



No all'utilizzo dei DD se sei in presenza del piccolo (No Tv, no telefono, silenzia le notifiche). Soprattutto No al telefono durante l'allattamento



No foto del piccolo sui social (forse neanche nelle chat private)



Leggi e racconta storie, il bimbo forse non ti capisce, ma amerà la tua voce e la relazione che costruisci con lui.

Dai 6 ai 12 Mesi



Età del “No schermi”



No a schermi durante i pasti
(neanche la TV per gli adulti): il cibo è
una esperienza



No a schermi per farlo stare buono. I
bimbi devono muoversi, imparando
con l'esplorazione spaziale



Leggi e racconta storie

Da 1 a 2 Anni

Unica eccezione al “No schermi” dopo l’anno di vita:
gioco riconoscimento delle
persone/oggetti/animali in foto,
videochiamate a nonni o zii.



Età del “No schermi”



Lascia muovere il bambino, lascialo correre, lascialo anche cadere (metti l’ambiente in sicurezza). L’apprendimento avviene con l’esplorazione spaziale



Il pasto è un momento conviviale tra adulti e bambini (no a schermi)



Ascolta musica e canta al tuo bimbo



Leggi, leggi e ancora leggi storie al tuo bimbo

Dai 3 ai 5 Anni



Non più di un ora al giorno sugli schermi e sempre in relazione ad un adulto (non lasciare il DD al bimbo)



Utilizzo soprattutto di tablet con App che permettono un gioco dialogico e collaborativo con genitore (esempio Puzzle, gioco con le carte, etc)



Se ci sono fratelli/sorelle più grandi: il gioco deve essere sempre adeguato al più piccolo.



Possono iniziare a vedere i primi cartoni animati, occhio all'età consigliata e chiedere poi al bimbo di raccontare quanto visto



No a schermi durante i pasti e un ora prima del sonno.

Dai 6 ai 10 Anni



Non più di 2 ore al giorno davanti agli schermi



No smartphone di proprietà !!!!!



Videogiochi, cartoni animati e film: possono essere fruiti senza l'adulto vicino a patto che si verifichi l'adeguatezza all'età (Standard PEGI)



Farsi raccontare ciò che ha visto



Può iniziare a conoscere internet, ma mai da solo



No DD in camera da letto, no durante i pasti, no un ora prima del sonno.

Dagli 11 ai 15 Anni



Non più di 3 ore al giorno, ma questa è l'età dei compromessi.



Decidere insieme le regola di utilizzo dello smartphone



I DD non entrano in camera da letto



Il controllo prevale sulla privacy: controlla app scaricate e chat del ragazzo/a



Chiedi al ragazzo/a quello che succede online



NO A PROFILI SOCIAL

**Conoscere
per
prevenire e
difendere
insieme**

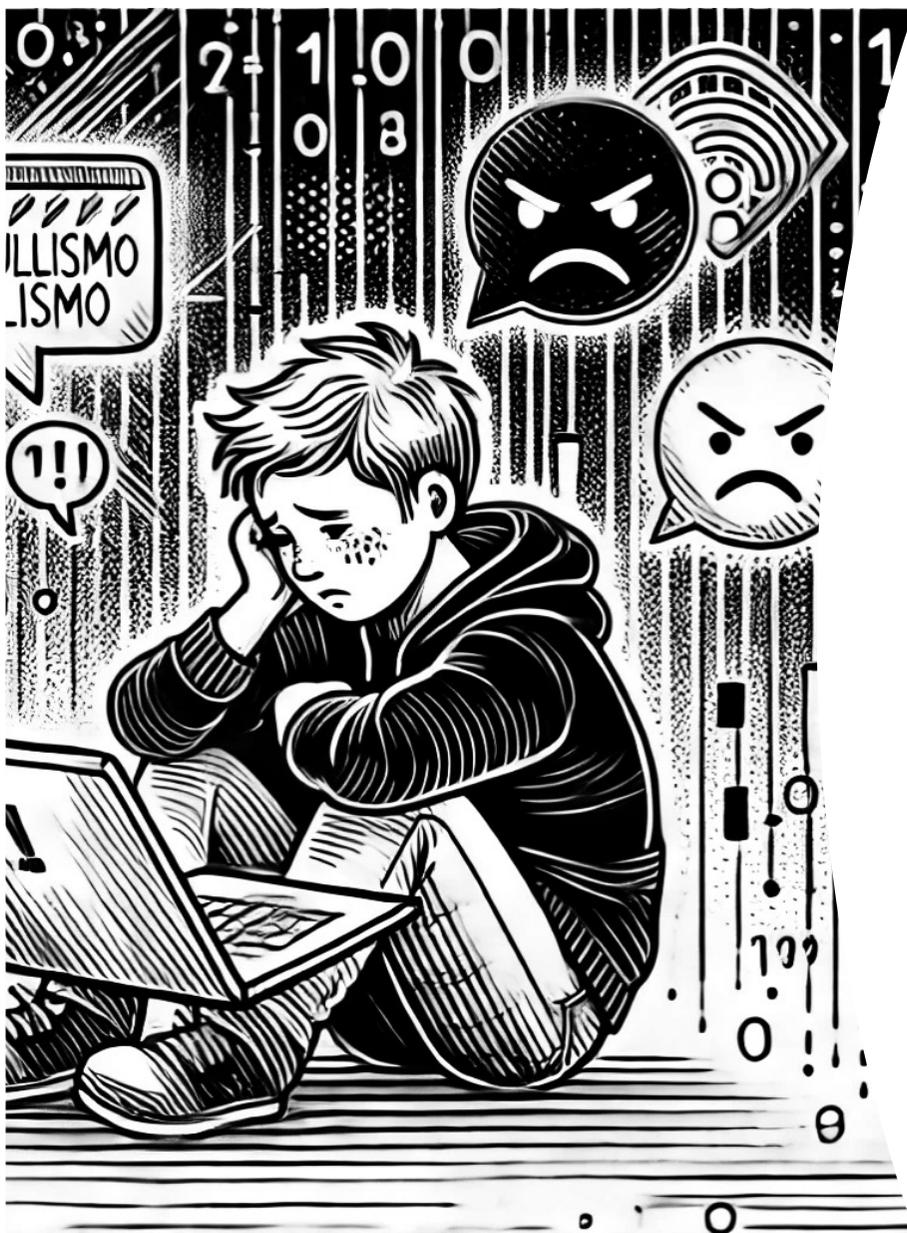
*Operatori della
Polizia Postale*





Introduzione e ruolo della Polizia Postale

- La Polizia Postale ora è il **Centro Operativo per la Sicurezza Cibernetica**.
- Si occupa di **prevenzione e repressione** dei crimini informatici.
- Attività principali: cyberbullismo, adescamento online, attacchi critici.
- **Obiettivo degli incontri:** sensibilizzare genitori, insegnanti e comunità.



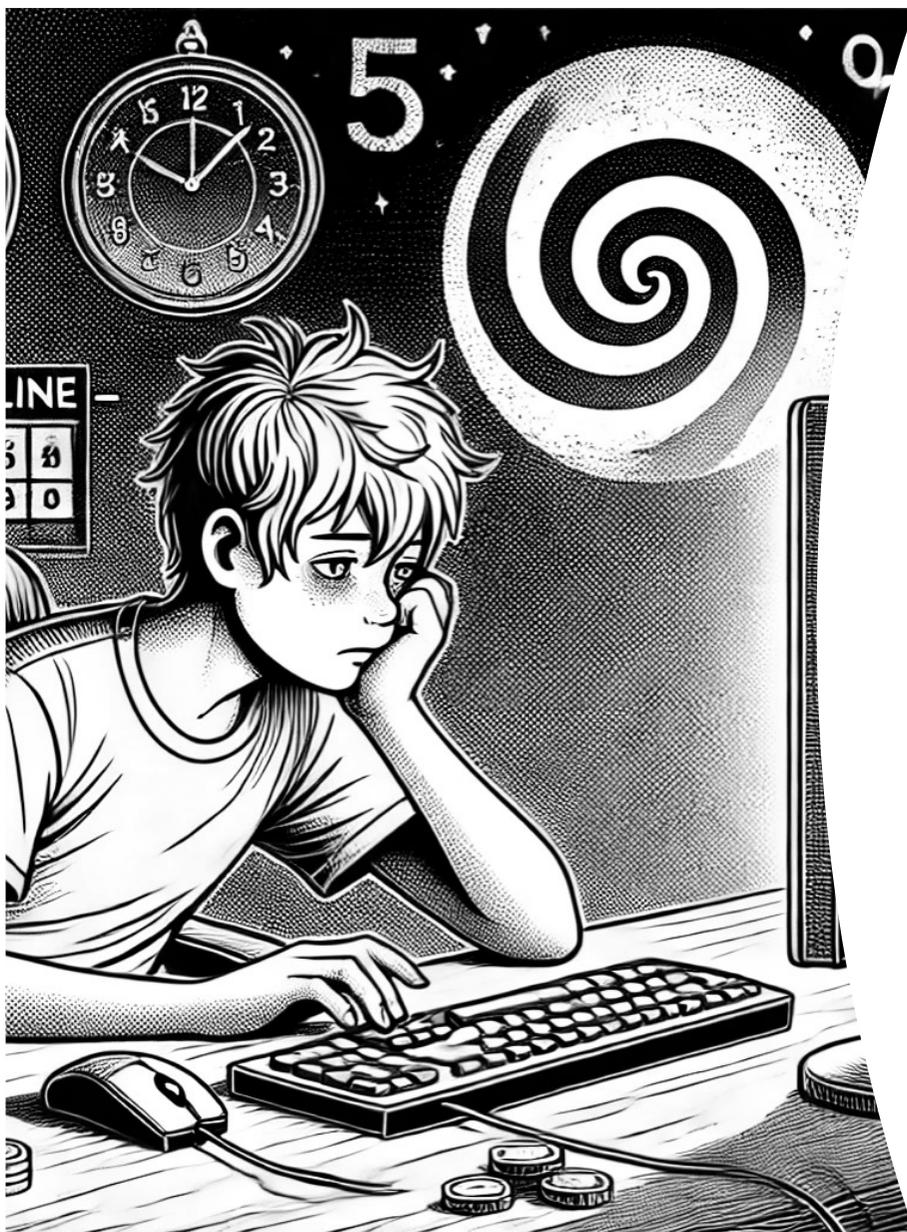
Cyberbullismo e bullismo

- **Definizione:** Aggressione tramite strumenti digitali.
- Esempi: insulti nelle chat di classe, diffusione di foto non autorizzate.
- Comportamenti illegali: diffamazione, minacce, danneggiamenti.
- La nuova legge 70/2024 promuove la collaborazione tra **scuola, genitori e istituzioni.**



Il ruolo del genitore

- **Monitorare i dispositivi**
- **Dialogare** con i figli, costruire fiducia.
- Verificare il contenuto di chat, app e comportamenti online.
- **Nessuna privacy per un minore: la responsabilità ricade sull'adulto.**



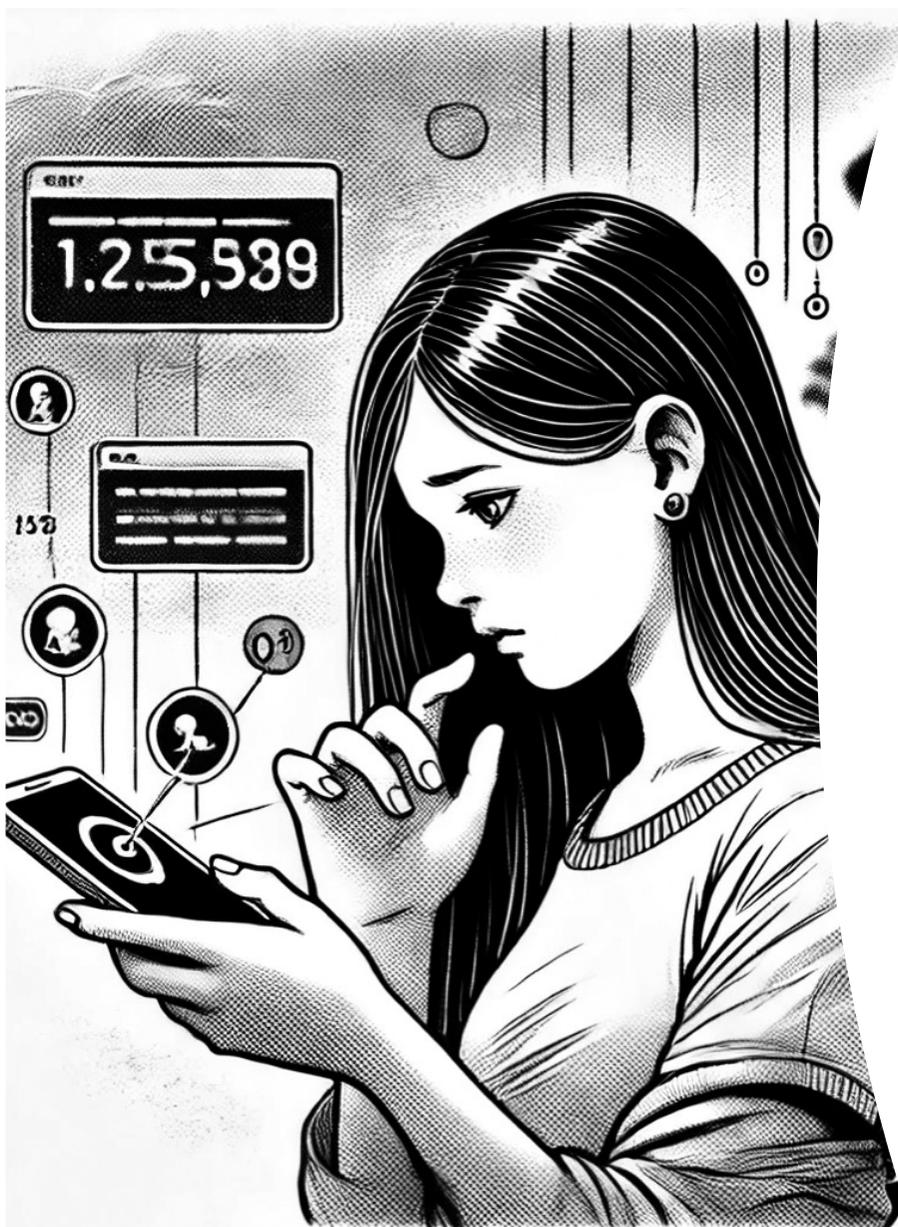
Gioco online – rischi e segnali

- **Segnali d'allarme:** stanchezza, irritabilità, isolamento.
- Fenomeno del **pay-to-win:** acquisto di “poteri” con soldi reali.
- Uso delle carte prepagate senza il controllo dei genitori.
- Rischio di dipendenza e isolamento sociale (fenomeno **Hikikomori**).



Manipolazione e grooming online

- **Grooming:** adescamento graduale di un minore.
- Tecniche:
- **Falsa identità** (profili falsi).
- Seduzione tramite complimenti e manipolazione emotiva.
- Richiesta di informazioni sensibili.
- Importante: **interrompere la comunicazione** ai primi segnali.



Protezione dei dati dei minori

- Le immagini e i dati condivisi possono essere **sfruttati o rubati**.
- Esempio: foto condivise possono finire in contesti indesiderati.
- Video '**Digital Footprint**': la tecnologia può costruire o distruggere l'identità di un minore.
- **Regola base**: Non condividere dati sensibili online.



Autorevolezza vs controllo

- Genitori e insegnanti devono agire con **autorevolezza**, non con autoritarismo.
- **Educazione digitale**: guidare e spiegare, non solo punire.
- Controllo sano: monitoraggio condiviso, non sorveglianza punitiva.
- Collaborazione scuola-famiglia come patto educativo.



Gestione delle emergenze

- Se il minore è vittima di bullismo/cyberbullismo:
- **Ascoltare senza giudicare.**
- Segnalare il problema a scuola o alle autorità.
- **Chiedere aiuto** a figure competenti (Polizia Postale, educatori).
- Evitare reazioni impulsive: affrontare la situazione con calma.



Azioni concrete per gli adulti

- **Monitorare** con chi interagiscono i ragazzi online.
- Stabilire regole chiare sull'uso di dispositivi e giochi.
- Utilizzare strumenti come il **Parental Control** ma accompagnare con presenza.
- Insegnare il valore dell'**intimità** e della **riservatezza**.
- Chiamare la **Polizia Postale** in caso di dubbi o emergenze.

Scuola e sfida

Cristina Scagliotti
Insegnante



LA SCUOLA TRA NORMATIVA E REALTA'

- **Piano scuola digitale** (legge del 2015 con piano adeguamento fino al 2020).
- **Pnrr scuola per la transizione al digitale** (2023-2025).
- **REL** (Registro elettronico)
- **Mail** come canale di comunicazione **istituzionale**.



Immersione della scuola nel digitale con aspetti positivi e risvolti negativi.

NOVITA'

- Linee guida per il benessere digitale a scuola.
- Divieto nel primo ciclo dell'utilizzo dei cellulari a scuola.

SCUOLA, COVID E DIGITALE

Il digitale ha permesso di “poter fare scuola” e tenere agganciati gli alunni.

Lezioni on line stimolo forte per i docenti per innovare le lezioni e utilizzare il digitale.

VS

Dipendenza degli alunni per abuso di connessione.



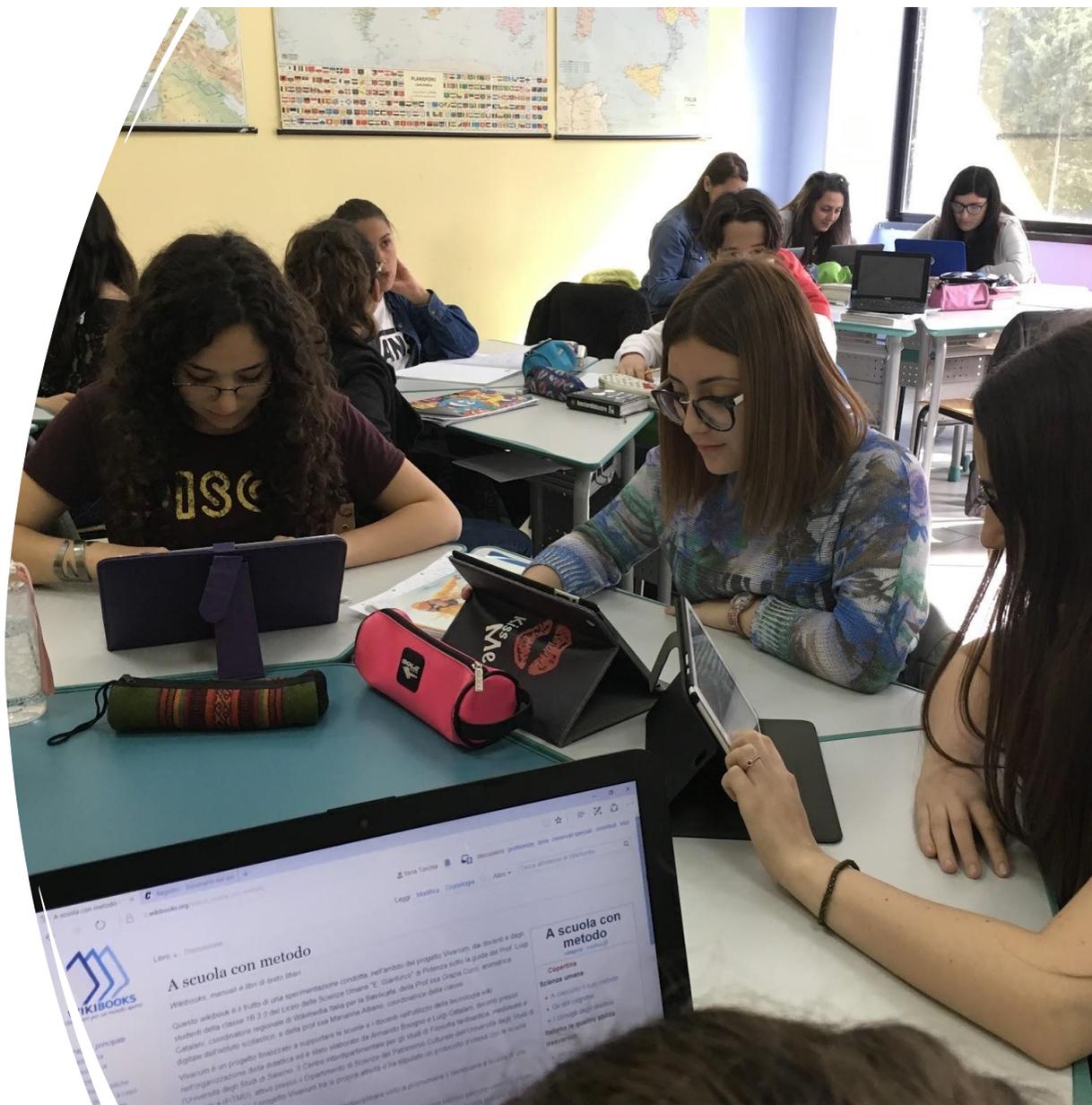
ASPETTI POSITIVI

alcuni esempi

Modalità nuove nel fare didattica

Educazione ad utilizzare il digitale per produrre in modo creativo e consapevole contenuti.

Percorsi di **educazione civica** digitale, anche tramite peer education.



RISVOLTI NEGATIVI

Utilizzo indiscriminato delle **mail** in ogni giorno e in ogni orario sia da docenti a genitori, sia da genitori e alunni a docenti.

REL : possibile strumento di rottura del dialogo tra genitori e figli, tra genitori e docenti e tra docenti e alunni.



E I RAGAZZI?

NELLE NOSTRE AULE

- Ragazzi che dormono sul banco perché di notte sono stati sul cellulare
- Ragazzi con crescenti disturbi dell'attenzione;
- Ragazzi in cui prevale il pensiero veloce con difficoltà alla riflessione e ad andare in profondità;
- Ragazzi incapaci di relazionarsi in modo sereno e tranquillo perché imitano scene dei videogiochi violenti;
- Ragazzi ansiosi con poca autonomia personale



I FAMIGERATI GRUPPI WHATSAPP DI CLASSE

Nati come gruppi per scambiarsi i compiti diventano luogo per sfogare i propri istinti

Luoghi di discriminazioni e prese in giro

Luoghi dove nascono fenomeni di cyber bullismo

**NECESSITA' DI UN MONITORAGGIO
CONTINUO DEI GENITORI**

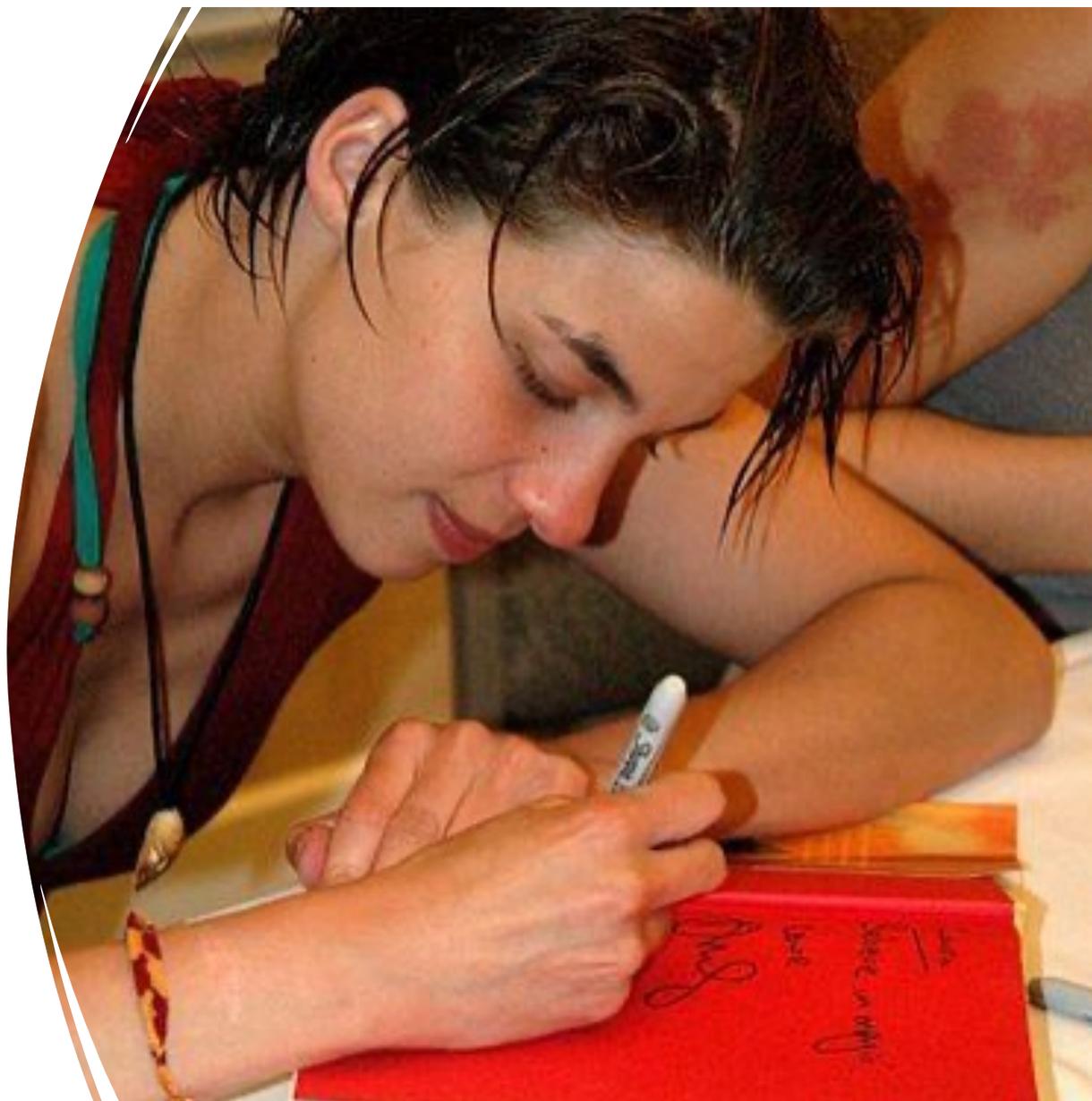


REGISTRO ELETTRONICO, CLASSROOM E I COMPITI

GIOIE E CRITICITA' nello scrivere i compiti sul Rel o postare compiti su Classroom ...

QUESITO:

Favorire l'autonomia e la relazione tra compagni o dare una "stampella ai ragazzi"?





VOGLIA DI RELAZIONE REALE

PROGETTI in spazi scolastici
(numerosi esempi)
i ragazzi vengono con la voglia di
stare insieme e collaborare.

**VOGLIA DI SPAZI FISICI PER
INCONTRARSI**

LA SCUOLA OGGI

*La scuola è un luogo dove si svolge un particolare tipo di 'lavoro intellettuale', che consiste nel ritrarsi dal mondo quotidiano, al fine di considerarlo e valutarlo, un lavoro intellettuale che resta coinvolto con quel mondo, in quanto oggetto di **riflessione e di ragionamento.***

Resnick, 1995

