



Ragazzi in rete... genitori inquieti

- consigli per un uso sicuro (vademe-cum) del cellulare;
- sensibilizzare su un uso adeguato del telefonino (norme di comportamento: per esempio, il rispetto della privacy);
 - rendere attenti alle implicazioni del cellulare sulla vita sociale (comunicazione, relazioni, emozioni);
 - rendere consapevoli anche i genitori sui rischi legati alla possibilità di utilizzare il cellulare per scaricare da internet e poi trasmettere (con bluetooth) video violenti e/o pornografici.

Il volantino è disponibile presso il Centro didattico cantonale (www.scuoladecs.ti.ch), che si sta pure occupando della relativa distribuzione nelle scuole.

Testo ripreso - e adattato - da un articolo di Antoine Casabianca e Barbara Bonetti dal titolo "Del telefonino: uso e non abuso", apparso l'8 giugno 2009 sulla rivista aziendale del Cantone "ArgomenTI".

Note

- 1 Andrea Varani. *Adolescenti e cellulare*. Secondo, "Occhioclinico Pediatria", 1/2005, p. 24.
- 2 Andrea Varani. *Adolescenti e cellulare*. Primo, "Occhioclinico Pediatria", 10/2004, p. 312.
- 3 Christian Georges. *Le téléphone portable: un engin aux antipodes des valeurs de l'école?*, "Educatour" 9/2006, p. 26.
- 4 Ibidem.
- 5 Per la prevenzione degli abusi sessuali attraverso la telefonia mobile si può fare riferimento a progetti relativi ad internet. Per esempio la campagna nazionale "Stop alla pornografia infantile su internet" prodotta dall'Ufficio Svizzero di Prevenzione Criminalità su mandato della Conferenza dei Direttori dei Dipartimenti di Giustizia e Polizia (cfr. www.stopp-kinderpornografie.ch).
- 6 Disincentivare l'uso dei telefonini, mozione parlamentare presentata da Fiamma Pelossi il 1° giugno 2004 (Testo della mozione: <http://www.ti.ch/CAN/SegGC/comunicazioni/GC/mozioni/MO377.htm>).

Sono sempre più numerosi i genitori che si rivolgono ai centri specializzati perché i loro figli usano internet in modo eccessivo. Molti giovani trascorrono buona parte delle loro giornate e delle loro notti davanti allo schermo o al cellulare. Spesso i genitori non sanno cosa fare. L'Istituto svizzero di prevenzione dell'alcolismo e altre tossicomanie (ISPA) ha pensato a loro e, nella sua ultima lettera ai genitori, fornisce tutta una serie di informazioni e consigli su questo tema (la versione in italiano, curata da Radix, sarà disponibile nei prossimi mesi). Sempre più genitori cercano aiuto perché i loro figli giocano spesso con il computer o partecipano alle reti sociali su internet. I giochi di ruolo online (come World of Warcraft), le chat e gli altri tipi di comunicazione (come Facebook o Twitter) esercitano un fascino particolare sui giovani. Ai maschi piace soprattutto recitare la parte di personaggi virtuali: ottenere un buon risultato in un gioco è fonte di considerazione; le ragazze, invece, preferiscono gli scambi d'idee con i coetanei. Se un uso eccessivo di internet causa problemi, vengono chiamati in causa i giochi online e le reti sociali, che effettivamente esercitano un forte potere di assuefazione sui loro utenti. Spesso i genitori non sanno come comportarsi, anche perché in materia di nuovi media si sentono meno competenti dei loro figli.

Concordare informazioni e regole

"Non è necessario che i genitori siano maghi del computer, devono però svolgere un ruolo centrale nell'educazione mediatica dei loro figli", sottolinea Cornelia Waser, esperta di prevenzione all'Istituto svizzero di prevenzione dell'alcolismo e altre tossicomanie. I genitori possono applicare il buon senso anche al mondo virtuale e trasmettere questo atteggiamento ai figli, è inoltre importante che si informino e si interessino alle attività svolte in rete dai loro ragazzi. Nel contempo dovrebbero concordare con i figli delle regole relative all'uso dei nuovi media e aiutarli ad organizzare il tempo che non trascorrono su internet. Se le chat e i videogiochi assumono un'importanza eccessiva nella quotidianità dei ragazzi, viene a mancare il

tempo per svolgere altre attività del tempo libero o si può verificare un calo di rendimento a scuola o nella formazione. "Per i giovani è importante avere contatti sociali anche nella realtà e trovare un buon equilibrio tra esperienze reali e virtuali", spiega Cornelia Waser. Un uso eccessivo dei nuovi media può inoltre avere conseguenze negative a livello fisico, come una stanchezza eccessiva o problemi di postura.

Il confine tra uso normale, problematico o dipendenza è labile

Il tempo d'utilizzazione è solo uno dei criteri. I segnali di pericolo sono per esempio la perdita di controllo o il bisogno irresistibile di restare in linea sempre più a lungo. "Gli adolescenti sono particolarmente esposti al rischio della dipendenza: controllare il loro comportamento è ancora arduo per loro e hanno bisogno del sostegno degli educatori," dice Cornelia Waser. Internet e altri nuovi media sono utili sotto molti aspetti e favoriscono lo sviluppo di parecchie facoltà. Ormai è praticamente impossibile immaginare la nostra vita quotidiana senza di loro. Vietarne l'uso non ha quindi senso, oltre ad essere poco realistico. L'ISPA consiglia perciò ai genitori di fissare delle regole relative a dove, quando e per quanto tempo i loro figli possono andare online, nonché quali attività (giocare, chattare, navigare) sono loro concesse e in che misura.

Le lettere ai genitori in breve

Nelle lettere ai genitori, curate in Ticino da Radix e dalla Conferenza cantonale dei genitori, si affrontano questioni educative che ruotano attorno al tema delle dipendenze. Ogni lettera ha un tema principale, per esempio «Parlare di alcol, tabacco e droghe illegali con i giovani», «Fissare dei limiti» oppure «Uscire la sera e andare alle feste: divertimento e rischi». Le lettere ai genitori possono essere richieste gratuitamente a Radix (info@radix-ti.ch). Inoltre sul tema dell'uso eccessivo dei nuovi mezzi tecnologici è disponibile in italiano l'Info-dipendenze «cyberaddiction», ottenibile sempre presso Radix (per maggiori informazioni si può telefonare al numero 091 922 66 19).