

I giovani e le nuove tecnologie

Potenzialità e rischi

Negli ultimi anni, complice la capillare diffusione di smartphone e tablet, l'accesso alla rete è diventato istantaneo, facile, frequente e precoce. Tali caratteristiche facilitano enormemente le nostre attività quotidiane, personali e lavorative, ma amplificano i pericoli insiti in questa tecnologia.

Proprio per la sua natura ubiquitaria e istantanea la rete si presenta come un 'oggetto' capace di dare gratificazione immediata. Tale gratificazione può diventare una forma di fuga dalla realtà e dalle sue difficoltà, tanto che si è arrivati a individuare una nuova forma di comportamento patologico / aberrante assimilabile ad una tossicodipendenza.

Il settore più a rischio di sviluppare tale disturbo è proprio quello dei giovani, i cosiddetti nativi digitali, che imparano a navigare in questo mondo virtuale parallelamente al loro crescere nel mondo reale; la loro familiarità col mezzo, inoltre, può renderli incoscienti nei confronti dei numerosi malintenzionati che usano la rete per i propri scopi: da possibili adescatori come pedofili o terroristi, fino a truffe economiche o finalizzate al furto di dati personali.

Rifacendosi al modello cognitivo comportamentale di Davis (2001), riteniamo sia necessario considerare la rete non tanto come un unico possibile oggetto di dipendenza bensì come un insieme di potenziali strumenti la cui utilità e piacevolezza possano però indurre un comportamento di fuga della realtà in soggetti particolarmente vulnerabili. Tra questi strumenti ricordiamo:

- social network
- pornografia on line
- fonti di informazione
- videogiochi
- gioco d'azzardo

Nella popolazione scolastica, un uso patologico delle nuove tecnologie si associa a un **calo del rendimento** fino ad arrivare all'**abbandono scolastico**, senza dimenticare poi i sempre più frequenti fenomeni pericolosi come **comportamento sessualmente disinibito online, isolamento sociale o cyberbullismo**.

Matteo Kettmaier - Psicologo, unendo le conoscenze apprese durante il lavoro in un centro per il trattamento delle dipendenze comportamentali e in una comunità per minori, appronta la scala R.I.C.A. e stende la prima versione del progetto "Navigare a Vista". Correntemente è disponibile per sedute private di meditazione guidata e rilassamento (mindfulness). Cultore di musica e poesia, ha avuto modo di utilizzare entrambe in contesti di gestione di gruppi.



Daniele Maramaldo - Psicologo, ha da sempre interessi nel mondo della formazione e dell'istruzione. Insegna tecniche di memorizzazione efficaci, sviluppa progetti nel campo della psicologia del lavoro. Ha realizzato software utili alla ricerca sulla propensione al rischio e applicazioni per l'apprendimento di lingue straniere per smartphone e tablet. E' appassionato di sport, giochi formativi e nuove tecnologie.



Giulia Tomasi - Psicologa, si occupa da diversi anni di dipendenze comportamentali, le sue esperienze lavorative si sono sviluppate sia nel settore della sanità pubblica che nel privato sociale. I suoi campi d'interesse e di studio sono prevalentemente la psicologia clinica, psicologia della salute, le dipendenze comportamentali e da sostanze, i contesti familiari e relazionali all'interno del quale l'individuo cresce e si sviluppa.



“Navigare a vista”

un progetto di ricerca, prevenzione e formazione per un uso sano e proficuo delle nuove tecnologie

di M.Kettmaier, D.Maramaldo, G.Tomasi

Per informazioni:

progettonavigareavista@gmail.com

Matteo: 3427495704

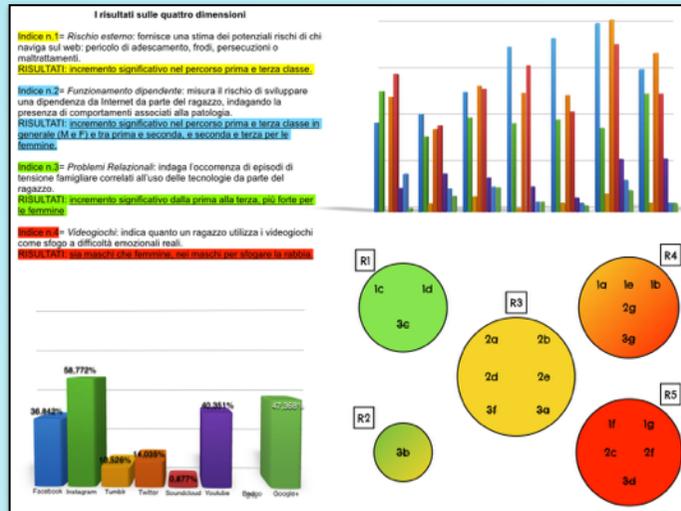
Daniele: 3476612094

Giulia: 3497477894

Il progetto "Navigare a Vista"

Ricerca

La rete e il comportamento umano su di essa sono **fenomeni in rapida e costante mutazione**, proprio per questo un intervento educativo su questo tema non può prescindere da un costante lavoro di ricerca sul campo. Mediante uno strumento appositamente realizzato, **la scala R.I.C.A.** (Rischio Internet Correlato in Adolescenza) ci proponiamo di indagare che cosa effettivamente i ragazzi fanno **online** dal punto di vista delle loro abitudini e dei loro comportamenti. I risultati di tale strumento verranno poi incrociati con quelli di strumenti già standardizzati che misurano dimensioni importanti per il **successo scolastico** e il **benessere psicologico**.



Prevenzione

I risultati della scala R.I.C.A ci permettono di distribuire le classi di un singolo istituto su **cinque livelli di rischio**, con informazioni specifiche sulla maggiore incidenza di **rischio esterno** (adescamento) o **rischio interno** (dipendenza). La dimensione preventiva dei nostri interventi nelle scuole è calibrata classe per classe a seconda del livello di rischio riscontrato in un contesto flessibile e dinamico basato sui feedback ricevuti dai ragazzi in una cornice basata sull'**ascolto** e sul **dialogo**.

Formazione

Oltre all'intervento di tipo preventivo, il progetto "Navigare a Vista" vuole anche presentare alla popolazione scolastica, un **uso proficuo della rete**, che possa risultare utile sia negli anni della carriera scolastica che in una futura vita personale e lavorativa. Il programma si articola in un ora di **screening** e in 4 **interventi formativi** da 2 ore ciascuno per classe. Ogni lezione prevede una parte di formazione maieutica e una parte di esercitazione/gioco. Sarebbe propedeutico agli incontri in classe una riunione di **restituzione dei dati** al corpo docente. A seconda della richiesta dell'istituto forniamo interventi formativo/informativo per i **genitori** su tematiche specifiche: cyberbullismo, dipendenza, adescamento, aspetti tecnici.



L'intervento formativo:

- 1° intervento: *Screening con questionario R.I.C.A.*
- 2° intervento: *Internet, reti e relazioni*
- 3° intervento: *Aspetti psicologici della comunicazione*
- 4° intervento: *Training sul lessico emotivo con aspetti preventivi*
- 5° intervento: *Potenzialità della rete e agorà conclusiva*

Strumenti utilizzati

Slide e lezione semi-frontale



Giochi



Esercitazioni

