

# Cellulare, video-giochi, fake news

## Parliamone insieme per restare in contatto



Adriana Naldi  
Psicologa, Counsellor, Psicoterapeuta  
Analista Transazionale ( CTA ) Certificata da EATA

## L'esperienza del con-tatto



dal latino: contactus

cum ( = CON ) + tangere ( = toccare )

Indica una relazione, uno stare in rapporto con...  
( es. stare in contatto con qualcuno, usare tatto )

## Il contesto relazionale

La famiglia è

il primo e il più importante luogo di contatto, spazio relazionale.

Qui il bambino si costruisce e sviluppa l'autostima con cui impara a costruire nuovi legami e affrontare le esperienze della vita.



## Il mondo attraverso il corpo

Il bambino entra in contatto con il mondo e con gli altri e mantiene tale rapporto attraverso il proprio corpo e i 5 sensi, usandoli in modo integrato, alla ricerca del piacere e allontanandosi dal dolore.

I sensi: dai più 'vicini' ( tatto, gusto ) ai più 'lontani' ( olfatto, udito, vista, sensi distali )

Con essi e da essi riceve i f e e d b a c k per regolamentarsi, imparando.

## L'interazione con le nuove tecnologie e la perdita del contatto

L'interazione dei bambini e dei ragazzi con le nuove tecnologie è molto intuitiva ed è utilizzata in età sempre più precoci.

La tecnologia:

- altera la percezione dei confini del proprio corpo e quindi la consapevolezza di esso
- trasporta in ambienti diversi da quelli fisici, coinvolgendo i bambini intensamente da un punto di vista cognitivo, alterando il concetto di *luogo* che diventa astratto ( perde connotati fisici precisi ), virtuale ( effetto ipnotico ).

## L'alterazione degli stati emotivi

Le nuove tecnologie influenzano anche il modo con cui i bambini/ragazzini percepiscono le proprie emozioni che sono 'disincarnate': le vivono nel proprio corpo ma non nascono da esso.

*- e s t r a n i a m e n t o*

I bambini/ragazzini possono abituarsi a vivere in questo modo le emozioni piuttosto che esporsi direttamente

*• r i t i r o   s o c i a l e   e   i s o l a m e n t o*  
*( H i h i k o m o r i )*

Ciò può ostacolare l'acquisizione di una competenza emotiva (= riconoscimento delle proprie e altrui emozioni e capacità di esprimerle) che guida la persona nel mondo.

## I rischi

Senza adeguate regole d'uso e gestione delle enormi quantità di informazioni e di strumenti a loro disposizione, i bambini/ragazzini corrono il rischio di :

- crescere confusi, disorientati, scollegati dalla realtà,
- isolarsi creandosi uno spazio dove non c'è un vero e reale contatto con gli altri,
- non utilizzare in modo positivo i media  
( pericoli della rete )

## Quali pericoli ?

Vamping ( " vampireggiare " ): il 62% degli adolescenti rimane sveglio fino a tarda notte per chattare.

I giovani attendono la notte per rimanere svegli fino alle prime ore del mattino, per socializzare, chattare e tenere contatti con gli altri utenti della rete.

Il Vamping permette di partecipare ad una sorta di **cyber-c o m u n i t à notturna**, dove ritrovarsi e darsi degli appuntamenti virtuali grazie a degli hastag ben specifici (come #Vamping).

I segni che contraddistinguono il fenomeno sono:

- Frequentare e navigare sui social e sui messenger tutta la notte
- dormire poche ore per notte
- irritabilità e nervosismo
- scarsa attenzione
- scarso rendimento a scuola



## Pericoli...e dintorni

Tale fenomeno sembra favorire comportamenti patologici tra cui:  
**aggressività (violenza )**

- ***autodiretta*** (comportamenti autolesionistici es. cutting, tatoo, piercing )
- ***eterodiretta***
- disregolazione della condotta,
- bullismo ( bullismo fisico, verbale, relazionale )
- navigazione on line e nichilismo:
- cyberbullismo, videogiochi violenti, social network, occultismo e manipolazione, Challenge ( Blue Whale, choking games/blackout games ) siti 'PRO-ANA', esibizionismo mediatico ( es. sexting ) e correlati ( visione di materiale pornografico, il contatto con adulti cyberpredatori sessuali, autoproduzione dimateriale pornografico e comportamenti che alimentano/sostengono la pedo-pornofilia)  
con implicazioni anche penali.

## Fattori di protezione:

### **l'esperienza relazionale quotidiana tra genitori e figli**

- **tuo figlio è più importante** di ogni altra cosa, anche delle difficoltà che può presentare
- non fare giocare tuo figlio: **gioca con lui**
- quando tuo figlio ti chiede qualcosa, **ascoltalo** e cerca di capire qual è il **suo bisogno**, decidendo poi **come rispondergli**
- quando tuo figlio si arrabbia/dispera/piange perchè ha sbagliato, **digli e mostragli che anche tu sbagli e fagli vedere cosa fai per rimediare**
- **verifica il numero dei NO ( quelli che creano struttura e sicurezza )** che hai dato a tuo figlio in un giorno e fai in modo che si avvicini al **numero dei SI ( quelli con cui riconosci tuo figlio, i suoi bisogni, e ciò che fa bene )**

## **Le emozioni : la mappa del nostro mondo**

*" Nel nostro mondo, le emozioni forniscono al bambino che cresce una mappa del mondo.*

*Esse forniscono informazioni sulla collocazione di cose importanti, buone o cattive, e sull'essere "esterne" di queste, e di conseguenza anche sui limiti del proprio controllo affettivo [...]; demarcano il mondo e al contempo vi collocano il Sé. [...].*

*Un bambino che non impara la paura è un bambino in pericolo; e anche la rabbia [...] è un utile tentativo di acquisire controllo e affermare l'integrità di un'identità lesa.*

*Questa mappa emotiva ha una sua finalità evolutiva, perché insegna al bambino l'importanza dei suoi confini e lo salva da un senso di impotente passività di fronte al mondo" (Nussbaum, 2009, p. 257)*