

Cyberscuola

Guida pratica per insegnanti

Strategie utili per la gestione dell'uso di
internet e delle nuove tecnologie

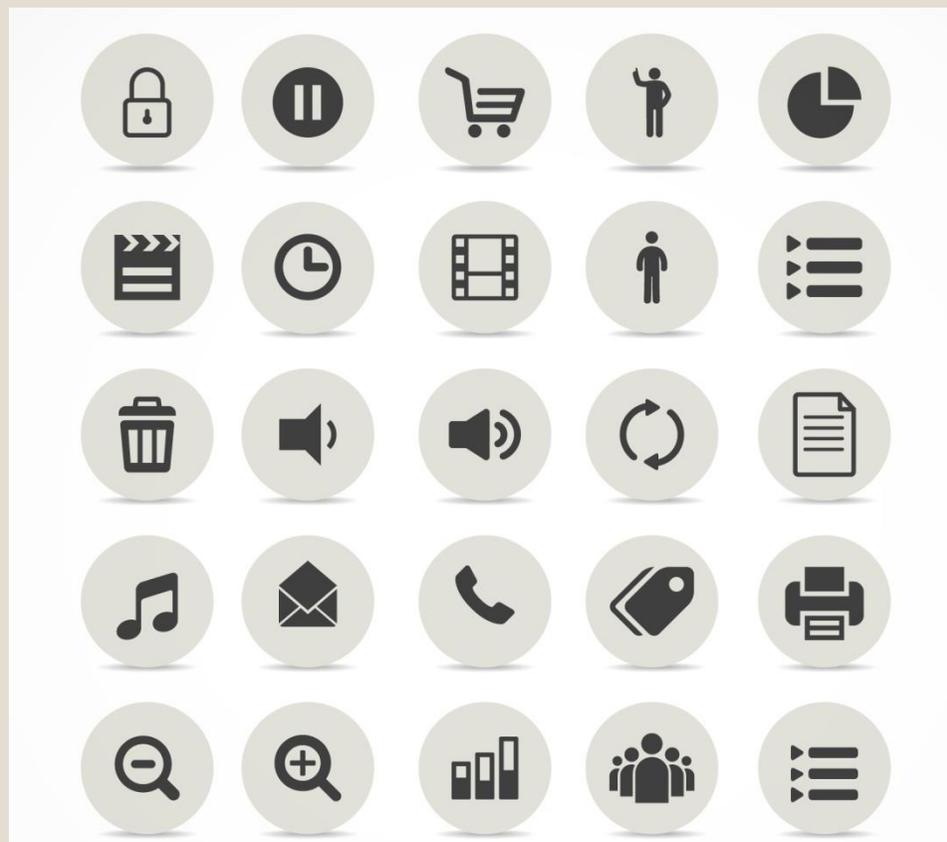


UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

DPSS
Dipartimento di Psicologia dello
Sviluppo e della Socializzazione

Indice dei contenuti

- Introduzione ai nuovi media
- Uso problematico di Internet
- Nativi digitali
- Scuola e i nuovi media
- Guida all'utilizzo di Internet
- *Come l'insegnante può guidare i bambini/ragazzi nell'uso di Internet*
- *Come l'insegnante può riconoscere ed affrontare le situazioni problematiche*
- *Glossario*
- *Lecture consigliate*



Introduzione ai Nuovi Media

Cosa sono i Nuovi Media?

“Nuovi media” è un’espressione entrata a far parte del lessico degli studi sulla comunicazione verso la fine del 20° sec. per indicare i mezzi di comunicazione informatizzati: i personal computer (PC), i videogames, la posta elettronica, le chat room, il web, i forum, i blog, i social network, i palmari, gli smartphone, e i tablet. (Dizionario Treccani)

In particolare internet e cellulari rappresentano un elemento fondamentale nella vita dei giovani di oggi, che nascono e crescono insieme ad essi, come parte integrante della loro quotidianità: rappresentano un nuovo modo di comunicare e di relazionarsi con gli altri. Indubbiamente i Nuovi Media offrono opportunità di crescita senza precedenti: rappresentano una nuova e parallela realtà dove è possibile acquisire strumenti e conoscenze utili per favorire processi di integrazione, partecipazione, relazione con il mondo circostante, opportunità di scambio e apprendimento.

D’altro canto, però, spesso rappresentano una realtà molto più complessa di quanto possa sembrare, apparentemente priva di regole. I ragazzi e le ragazze, in quanto spesso tecnicamente competenti, rischiano di non considerare le implicazioni dei loro comportamenti; tale fenomeno è tanto maggiore quanto è più forte il coinvolgimento emotivo nell’utilizzo dei Nuovi Media.



Questo diventa spesso il terreno fertile per l’insorgenza di diversi rischi:

- esposizione a contenuti violenti o non adatti all’età;
- contatti con adulti che vogliono conoscere e avvicinare bambini/e o ragazzi/e (adescamento);
- videogiochi diseducativi;
- pubblicità ingannevoli;
- scorrette informazioni su ricerche scolastiche, diete, ecc.;
- download di musica o film coperti da diritti d’autore;
- virus informatici in grado di infettare i dispositivi informatici;
- rischio di molestie o maltrattamenti da coetanei (cyber-bullismo);
- uso eccessivo di Internet e dello smartphone (uso problematico o dipendenza).





Uso problematico di Internet



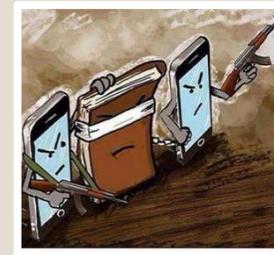
Cosa significa «Uso problematico di Internet»?

Con “Uso problematico di Internet” si intende l’incapacità di controllare il proprio uso della rete, inabilità che provoca conseguenze negative anche nella vita quotidiana (Lee, Cheung & Thadani, 2012).

A tal proposito i ricercatori che si occupano del fenomeno si sono domandati se si possa o meno parlare di vera e propria “dipendenza” dal Web: i comportamenti legati a Internet, infatti, presentano alcune caratteristiche in comune con le forme tradizionali di dipendenza, come l’astinenza e gli sbalzi di umore. Tuttavia tale visione non risulta sufficiente per comprendere un fenomeno che presenta delle specificità che lo differenziano ad esempio dalla dipendenza da sostanze (una fra tante, l’impossibilità di eliminare del tutto Internet dalla vita quotidiana delle persone).

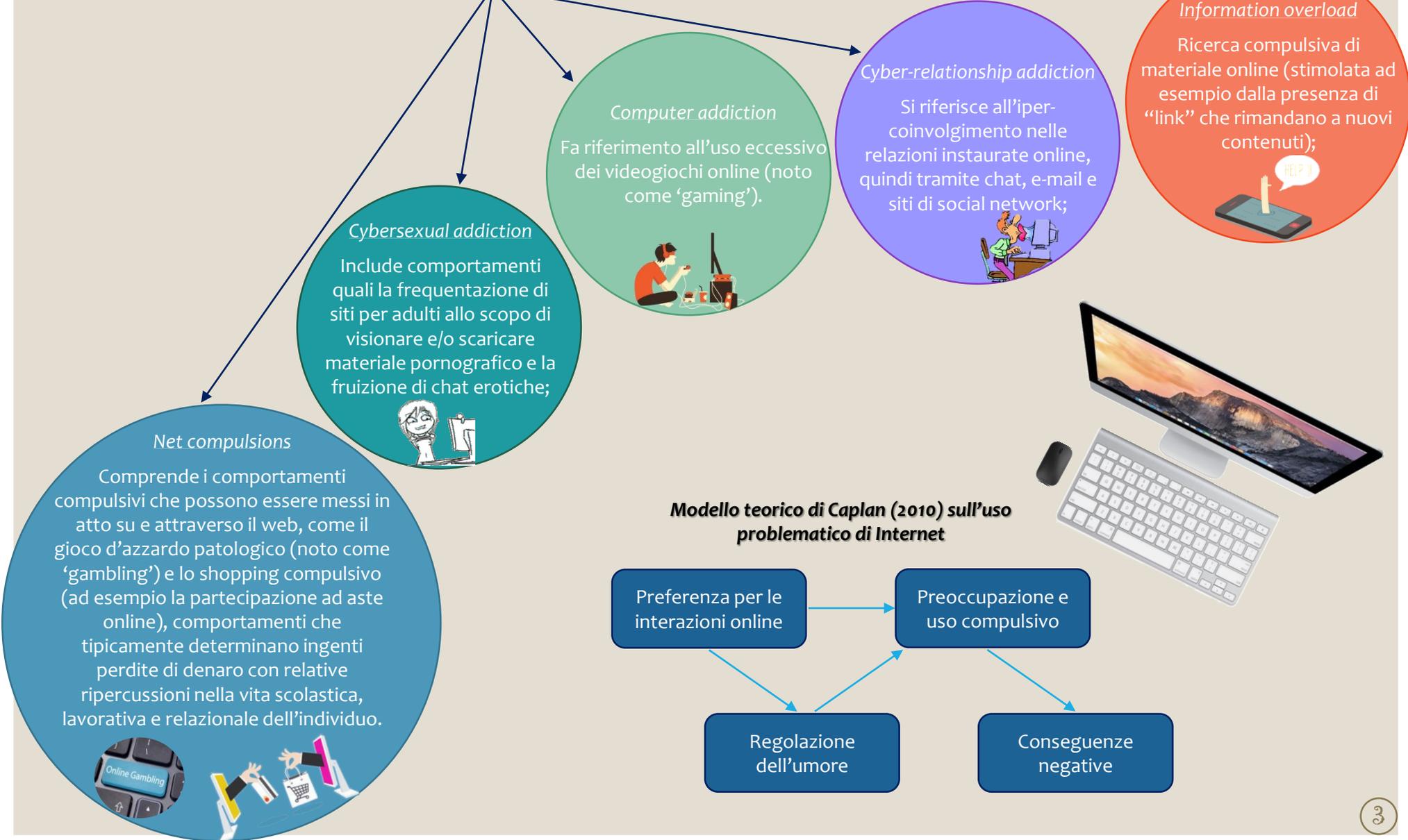
Secondo i ricercatori (Caplan, 2010), l’ “Uso problematico di Internet” è caratterizzato da alcuni aspetti specifici quali la preferenza per le interazioni sociali online, l’utilizzo del Web per regolare il proprio umore, la preoccupazione di potervi accedere sempre e da qualsiasi luogo, l’incapacità di controllare l’impulso ad utilizzarlo e le conseguenze negative che tale comportamento può avere sulla vita degli individui in termini di isolamento e perdita di occasioni relazionali nella vita reale.

I ricercatori, inoltre, segnalano la necessità di considerare separatamente le caratteristiche delle molteplici attività che è possibile condurre sul Web.



A tal proposito, Kimberly Young, una delle più grandi studiose del fenomeno, già negli anni '90, ha individuato 5 aree in cui è possibile suddividere la grande sfera di Internet, individuando altrettante forme di «possibile dipendenza».

Le cinque tipologie possono essere riassunte in:



Nativi Digitali

Chi sono i Nativi Digitali?

I giovani d'oggi stanno sviluppando profonde relazioni con le tecnologie, tali da influenzare tutti gli ambiti della loro vita. Essendo nati nell'era delle nuove tecnologie ed essendo, quindi, cresciuti con esse, sono stati identificati come *Millennials*, *Nativi digitali* o *Net generation*. Sono coloro che ricercano le relazioni e le emozioni nel mondo virtuale delle nuove tecnologie, che fino a pochi anni fa provenivano, invece, dal mondo reale.

È dovere dell'intera società, delle famiglie e delle comunità diffondere un'adeguata informazione, far riflettere i ragazzi sulle implicazioni dell'uso delle nuove tecnologie e promuoverne un uso corretto: non è sbagliato usare il mezzo, che può essere molto utile, basta solo saperlo usare con consapevolezza. Il problema, infatti, si riscontra nel momento in cui se ne fa un utilizzo sostitutivo della vita reale, anziché integrativo.

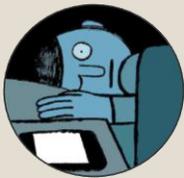


La scuola, in quanto luogo di formazione delle abitudini e dei comportamenti di bambini e ragazzi (e delle loro famiglie), dovrebbe assumersi a pieno tale responsabilità: deve da un lato incorporare le nuove tecnologie nei metodi di insegnamento e diffonderne il corretto uso, dall'altro tener conto dei rischi connessi, compresi quelli per lo stesso processo di apprendimento.

L'intento di questo materiale è proprio quello di offrire agli insegnanti sia l'informazione e i materiali necessari all'approfondimento del tema, che le tracce per affrontare con la classe le tematiche relative all'utilizzo delle nuove tecnologie in modo consapevole e responsabile.

Il miglior modo per intervenire sul comportamento dei giovani nell'utilizzo dei media è focalizzarsi sul rapporto che bambini e adolescenti hanno con tali strumenti. Con l'obiettivo di orientare bambini e adolescenti ad un comportamento responsabile nell'utilizzo dei Nuovi Media, è importante comprendere meglio da cosa dipende l'utilizzo che ne fanno. Ecco i principali meccanismi motivazionali:

- Dinamiche affettive e relazionali (emozioni, motivazioni, socialità, bisogni);
- Dinamiche cognitive (conoscenze e competenze tecniche dello strumento);
- Dinamiche valoriali e civiche (valori e principi morali ed etici che guidano la persona, come anche la capacità di assumersi responsabilità sociali, legata alla maturità complessiva del soggetto e allo sviluppo del senso di cittadinanza).



La Scuola e i Nuovi Media

Perché bisogna lavorare in classe sui Nuovi Media?

- Per capire che utilizzo ne viene fatto, a quali bisogni e motivazioni rispondono;
- Per attuare il principio della partecipazione, che riconosce lo studente come persona con un suo mondo e titolare del diritto ad essere ascoltato;
- Per entrare empaticamente in contatto con la realtà dei propri alunni e porsi come educatore che soddisfa esigenze di relazione, affettiva, sociale e di conoscenza;
- Perché l'insegnante non si pone come censore o come adulto regolatore, ma come colui che facilita la riflessione, l'introspezione, la condivisione nel gruppo;
- Perché, più facilmente rispetto ad altri attori sociali, l'insegnante può lavorare sulla prevenzione, cioè sullo sviluppo di competenze attive;
- Per rendere gli studenti consapevoli e partecipi nella costruzione della cittadinanza digitale.

Nuovi Media



Cosa dice la legge sull'uso di Internet?

Il 28 luglio 2015 la Camera dei Deputati ha approvato la "Dichiarazione dei diritti in Internet", riguardante i principi da tutelare in internet.

La presidente Boldrini afferma che, con questo documento ufficiale, "le istituzioni pubbliche promuovono, attraverso il sistema dell'istruzione e della formazione, l'educazione all'uso consapevole di Internet e intervengono per rimuovere ogni forma di ritardo culturale che precluda o limiti l'utilizzo di Internet da parte delle persone".

- ✓ **art2.1** L'accesso ad Internet è diritto fondamentale della persona e condizione per il suo pieno sviluppo individuale e sociale
- ✓ **art3.4** Le Istituzioni pubbliche promuovono, in particolare attraverso il sistema dell'istruzione e della formazione, l'educazione all'uso consapevole di Internet e intervengono per rimuovere ogni forma di ritardo culturale che precluda o limiti l'utilizzo di Internet da parte delle persone.

http://www.interno.gov.it/sites/default/files/allegati/dichiarazione_dei_diritti_internet_publicata.pdf

Guida all'utilizzo di Internet

Al giorno d'oggi i docenti dei nativi digitali hanno l'ulteriore compito diffondere informazioni adeguate sull'uso di Internet e le sue implicazioni e di promuoverne un uso corretto. A tale scopo è importante che essi stessi siano a conoscenza di alcune semplici linee guida da seguire online.



Un insegnante per amico?

I docenti dovrebbero evitare di socializzare con gli studenti online, soprattutto nei siti di social network. L'insegnante non può confondere il proprio ruolo con quello di amico/confidente. Sarebbe preferibile restare su argomenti che riguardano i compiti o le attività scolastiche. In generale:

- Nelle comunicazioni, mantenere sempre un tono professionale.
- Ricordarsi dei rischi nei quali si incorre qualora si instauri un rapporto "amichevole" con un proprio studente: dalla percezione che il docente faccia preferenze tra i suoi allievi a possibile accuse e denunce a causa della violazione della corretta distanza professionale.

Insegnanti... anche dopo l'ultima campanella!

Il personale docente di una scuola sarà sempre oggetto d'attenzione anche al di fuori dell'ambiente scolastico e, quindi, online. Occorre tener presente che:

- L'insegnante potrebbe essere (negativamente) giudicato per ciò che condivide: foto e informazioni personali potrebbero far perdere credibilità alla sua figura professionale;
- Anche le persone vicine al docente dovrebbero preoccuparsi di non diffondere informazioni che potrebbero influenzare negativamente l'immagine dell'insegnante;
- Alcuni genitori potrebbero domandarsi "è questa la persona che vogliamo sia responsabile dell'educazione dei nostri figli?". È pertanto opportuno preservare una buona immagine di sé in ogni contesto (quindi anche online) ed evitare di sollevare dubbi circa i propri valori e la propria personalità.



TeacherBook

Quanto detto prima non vuol dire che l'insegnante non possa ad esempio essere iscritto a siti di social network; sarebbe però preferibile che mantenesse alcuni accorgimenti...

- Avere due profili distinti: uno da utilizzare esclusivamente per scopi professionali e didattici e uno personale.
- Nel caso scelga di creare un profilo per scopi professionali e didattici, occorre che il docente abbia a mente innanzitutto l'età minima prevista per l'iscrizione a Facebook e se i suoi studenti rispettino tale limite. Inoltre, se sceglie di utilizzare una propria foto come immagine del profilo, è importante che rispecchi la sua professionalità.
- Rispetto ai contenuti da condividere, limitarsi a ciò che riguarda strettamente la scuola, nel rispetto della politica adottata nel proprio istituto in merito ai contatti docenti-studenti. In ogni post, commento, messaggio mantenere sempre un tono professionale.
- Per quanto riguarda la condivisione di foto dei/con i propri studenti, ricordarsi che è necessaria l'autorizzazione dei genitori e/o degli studenti stessi (in generale sarebbe meglio evitare di pubblicarne).
- Utilizzando l'opzione «controllo del diario», nelle Impostazioni, è possibile scegliere di impedire agli amici di pubblicare post sul proprio diario in modo che solo il docente possa scegliere cosa condividere (1) e scegliere se i post in cui si è stati taggati verranno visualizzati sul proprio diario (2)

Clicca su  in alto a destra in qualsiasi pagina di Facebook e seleziona **Impostazioni**.



1. Solo tu e i tuoi amici potete pubblicare contenuti sul tuo diario.

- Nella colonna sinistra, clicca su **Diario e aggiunta di tag**.
- Trova l'impostazione **Chi può scrivere sul tuo diario?** e clicca su **Modifica** a destra.
- Seleziona **Solo io** nel menu a discesa.
- Nota: i tuoi amici potranno comunque commentare qualsiasi post che possono vedere (ad es. una foto che condividi sul tuo diario e che li include nel pubblico).

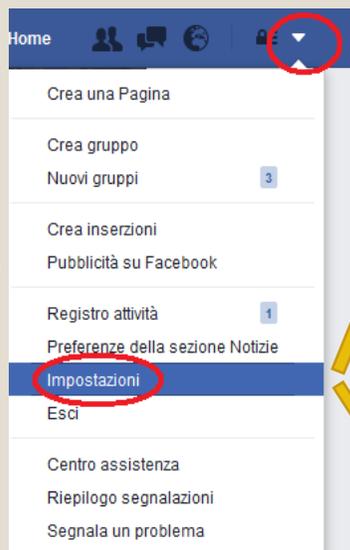


2. Scegliere se i post in cui ti hanno taggato verranno visualizzati nel tuo diario.

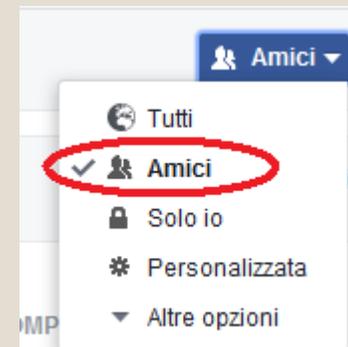
- Nella colonna sinistra, clicca su **Diario e aggiunta di tag**.
- Cerca l'impostazione **Vuoi controllare i post in cui ti taggano gli amici prima che vengano visualizzati sul tuo diario?** e clicca su **Modifica** a destra.
- Seleziona **Sì** nel menu a discesa.

- Nel caso in cui abbia un profilo personale, è bene che il docente si preoccupi di modificare alcune impostazioni relative alla privacy nell'apposita sezione. Da un po' di tempo non è più possibile scegliere di non essere trovati su Facebook, però è possibile scegliere di far visualizzare i contenuti del diario e le informazioni solo ed esclusivamente agli amici (3) o scegliere di ricevere richieste di amicizia solo da "amici di amici" (4). Nel caso in cui il docente riceva comunque richieste di amicizia dei propri allievi sul proprio account personale sarebbe meglio se le rifiutasse.

Clicca su  in alto a destra in qualsiasi pagina di Facebook e seleziona **Impostazioni**.



Per modificare i luoghi dove hai vissuto o i dati su famiglia e relazioni clicca su **Informazioni** sotto la tua immagine di copertina, quindi posiziona il cursore sulle informazioni che desideri modificare e clicca su **Modifica**. Usa lo **strumento di selezione del pubblico** accanto a queste informazioni per scegliere le persone con cui condividerle. Anche quando pubblichi qualcosa, puoi controllare chi vedrà il post usando lo **strumento di selezione del pubblico**. L'icona da selezionare è quella **Amici**.



3. Per far visualizzare i contenuti del diario e le informazioni solo ed esclusivamente agli amici
- Nella colonna sinistra, clicca su **Privacy**.
 - Trova l'impostazione **Chi può vedere i miei post futuri?** e clicca su **Modifica** a destra.
 - Seleziona **Amici** nel menu a discesa.



4. Per controllare chi può inviare richieste d'amicizia al proprio account.
- Nella colonna sinistra, clicca su **Privacy**.
 - Trova l'impostazione **Chi può vedere i miei post futuri?** e clicca su **Modifica** a destra.
 - Seleziona **Amici** nel menu a discesa.

Come l'insegnante può guidare i bambini/ragazzi nell'uso di Internet

Affrontare il tema dell'uso corretto e consapevole di Internet tra i banchi di scuola è una novità che i docenti sono chiamati ad accogliere e affrontare. Bambini e ragazzi, pur ritenendosi più esperti dell'adulto in virtù della loro appartenenza alla "Net generation", rivelano spesso di avere false credenze rispetto al Web e al suo utilizzo. Il docente, promuovendo la riflessione tra i suoi studenti, può accompagnarli a sostituire tali pensieri con informazioni chiare e corrette.



Chi semina paura raccoglie tempesta!

Nell'affrontare il tema dell'utilizzo di Internet con i propri studenti, può risultare insufficiente e talvolta controproducente trasmettere messaggi basati sulla paura e/o limitarsi ad imporre divieti.

Potrebbe essere utile, invece, accompagnare i giovani nella riflessione sui nuovi media e Internet, aiutandoli a comprendere come si possono affrontare o evitare i rischi che essi possono comportare, così come i vantaggi e le potenzialità connesse all'utilizzo di tali mezzi.



Per i più piccoli, è importante che essi abbiano un adulto a cui fare riferimento e che possa offrir loro linee guida semplici e chiare, assicurandosi che siano in grado di comprenderne il senso.

Per quanto riguarda gli adolescenti, occorre tener presente che essi spesso non parlano di ciò che li preoccupa e cercano di "cavarsela" da soli. È, quindi, importante che l'adulto sappia innanzitutto riconoscere i segni di preoccupazione e difficoltà nel giovane per fornirgli delle strategie, senza atteggiarsi a sapiente: è probabile che i ragazzi, in quanto "nativi digitali", pensino di comprendere il mondo del Web meglio degli adulti e pertanto non accettino direttive da questi ultimi.



In generale risulta più efficace basarsi su esempi concreti, come ad esempio attingere a fatti di cronaca per stimolare la riflessione sul proprio utilizzo delle tecnologie e del Web.

Di seguito riportiamo alcune **false credenze sul Web** con relativi suggerimenti agli insegnanti su come sostituirle e guidare gli studenti a riflettere su di esse:

“TANTO NON MI VEDI!”

La condizione di anonimato, fornita dalle nuove tecnologie, non provoca timore nel ricevere una punizione o disapprovazione da parte degli altri per l'azione messa in atto. L'insegnante potrebbe incoraggiare gli studenti a compiere online, come nelle altre sfere della loro vita quotidiana, scelte ispirate ai loro valori e regole morali. Inoltre, ricordare che in realtà nel Web non si è mai davvero “invisibili” e si può essere sempre rintracciati.



“COME MI TROVI?”

Al giorno d'oggi gli adolescenti esplorano la loro sessualità anche attraverso la rete con il risultato che alcuni contenuti da loro condivisi possono sembrare provocatori. Inoltre il Web è tappezzato da immagini pubblicitarie a contenuto fortemente sessualizzato. Il docente potrebbe discutere in maniera chiara e aperta i temi della sessualità e i rischi legati alle relazioni online.

“NON C'E' NULLA CHE NON POSSA FARE!”

Rispetto alla vita reale, sul Web si ha la percezione di avere una maggiore libertà d'azione in quanto si incontrano meno limiti e ostacoli. L'idea da contrapporre a tale percezione e sulla quale far riflettere i propri studenti è invece “poter fare una cosa non vuol dire necessariamente che sia giusta e corretta!”.

“QUANTO LONTANO POSSO SPINGERMI?”

Gli adolescenti tendono ad agire in modo da 'sfidare' i limiti che vengono loro imposti. Mettere in discussione le regole rappresenta per l'adolescente un modo per conoscerle e comprenderle. La riflessione in questo caso andrebbe incentrata sul perché ci sono dei limiti: essi sono necessari in quanto compiere certe azioni può risultare dannoso.

“LO FANNO TUTTI!”

Sia bambini che adolescenti considerano di estrema rilevanza le ideologie e le azioni del gruppo di appartenenza, tanto da utilizzarle come linee guida per la propria condotta. È auspicabile far riflettere gli alunni sull'importanza di pensare e prendere decisioni per conto proprio senza permettere al gruppo di influenzarli.

“FACCIO CIO’ CHE MI DICONO DI FARE”

Anche online ci si può imbattere in “sconosciuti che ti offrono caramelle”. Le rete (in particolar modo i siti commerciali) utilizza specifiche azioni di manipolazione degli utenti, ai quali i più giovani possono cedere più facilmente; inoltre possono imbattersi in persone che offrono complimenti, regali, opportunità allo scopo di incoraggiarli ad entrare in un gruppo o in una relazione.

Con l’aiuto dell’insegnante, gli studenti potrebbero imparare a riconoscere le tecniche di manipolazione allo scopo di prestarvi più attenzione.



“CERCAVO UN PO’ D’ATTENZIONE...”

Le persone che incontrano difficoltà relazionali nella vita reale sono maggiormente a rischio online: sono più soggette a ricorrere alla rete allo scopo di ottenere più attenzione; sono più vulnerabili e più facili da manipolare; possono compiere più facilmente cattive scelte; se incorrono in situazioni strane, risultano più restii a condividere le loro preoccupazioni.

Il personale docente dovrebbe essere a conoscenza dei rischi che è possibile correre online, saperne riconoscere i “segnali” e gestirli in concerto con gli altri insegnanti, le famiglie e lo studente. L’atteggiamento adottato è importante per guadagnarsi la fiducia del giovane e stimolarlo a ricorrere ad un adulto in caso di situazioni potenzialmente pericolose.



“TANTO NON TI VEDO!”

La mancanza di una diretta interazione porta gli interlocutori ad ignorare le conseguenze legate alle loro azioni online e a mettere da parte la capacità di immaginare all’effetto che possono avere sulla persona dall’altra parte dello schermo.

Il docente potrebbe spiegare ai suoi alunni che stanno comunicando con una persona vera e che non devono considerare il mondo virtuale come slegato da quello reale: anche online ogni azione avrà delle conseguenze e occorre rispettare i principi dell’educazione, del rispetto e dell’empatia.



Come l'insegnante può riconoscere ed affrontare le situazioni problematiche

CYBERBULLYING

Il cyberbullismo (detto anche "bullismo elettronico") è una forma di prevaricazione attuata attraverso l'uso dei nuovi media, reiterata nel tempo, perpetuata da una persona o da un gruppo di persone più potenti nei confronti di un'altra percepita come più debole.

Quali sono i segni?

- Cambiamento improvviso del comportamento soprattutto con gli amici a scuola o in altri luoghi frequentati (ad esempio, si ritira in se stesso, appare offeso, afflitto e arrabbiato);
- Peggioramento del rendimento scolastico e/o maggiore frequenza delle assenze;
- Depressione, scarsa autostima, disturbi alimentari o del sonno;
- Evitamento o insofferenza rispetto alla frequentazione di luoghi o eventi che coinvolgono altre persone;
- Evitamento dell'utilizzo delle tecnologie per comunicare con gli altri;
- Cambiamenti nel clima di classe quali presenza di "capri espiatori", esclusione o isolamento di uno o più compagni.



Come prevenire il cyberbullismo?

- I ragazzi dovrebbero essere educati ad un maggior senso di responsabilità e di consapevolezza delle proprie azioni online e nella vita reale, così come imparare a non "chiudere gli occhi" se si è testimoni di fenomeni di cyberbullismo;
- Il docente potrebbe inserire all'interno del suo programma curricolare dei riferimenti al fenomeno, in modo da far riflettere gli alunni e creare un collegamento a livello scolastico;
- L'insegnante potrebbe dimostrarsi disponibile a parlare ed ascoltare i suoi alunni rispetto a qualsiasi situazione o problema anche se non direttamente legati al contesto scolastico.

Come agire in caso di cyberbullismo?

- L'insegnante dovrebbe informare o parlare con i genitori;
- L'insegnante potrebbe parlare con lo studente per essere a conoscenza dell'accaduto dal principio e soprattutto sottolineando che, qualunque cosa abbiano fatto, **quello che sta accadendo non è colpa sua**;
- L'insegnante potrebbe suggerire allo studente di non rispondere alle email, agli SMS, ai post, ecc.. in quanto il cyberbullo cerca una reazione e non ricevendo una risposta potrebbe smettere;
- L'insegnante potrebbe consigliare di salvare ogni messaggio e provocazione ricevuta dallo studente in modo tale che possano risultare come prove di reato e, quindi, essere perseguibili dalla legge;
- L'insegnante potrebbe suggerire di segnalare il cyberbullo al moderatore o di bloccarlo.
- Se la classe è a conoscenza della situazione, il docente potrebbe responsabilizzare i compagni chiedendo loro di supportare la vittima senza prenderla in giro.



ADDESCAMENTO ONLINE o GROOMING

(in danno di minori) Consiste nel tentativo, da parte di una persona malintenzionata o di un pedofilo, di avvicinare un bambino o un adolescente per scopi sessuali, conquistandone la fiducia attraverso l'utilizzo della rete Internet, in particolare tramite chat, blog, forum e social networks.

Quali sono i segni?

- Improvviso cambiamento del comportamento: più sessuato rispetto al modo di fare, di vestirsi e nel linguaggio;
- Utilizzo eccessivo del computer o dello smartphone (anche fino a tarda notte e di nascosto);
- Possesso di nuove cose, regali... spesso apparecchi elettronici (webcam o cellulari).
- Auto-isolamento e perdita d'interesse verso le relazioni sociali con amici e familiari.

Come prevenire il grooming?

- L'insegnante potrebbe dimostrarsi disponibile a parlare ed ascoltare i suoi alunni rispetto a qualsiasi situazione o problema anche se non direttamente legati al contesto scolastico;
- Il docente potrebbe parlare ai suoi alunni rispetto ai rischi a cui possono andare in contro chattando in rete, in modo tale da facilitarne la presa di coscienza e consapevolezza.

Come agire in caso di grooming?

- Il docente dovrebbe informare o parlare con i genitori;
- Il docente potrebbe suggerire di segnalare al moderatore del forum, blog o social network o direttamente far bloccare dallo studente l'utente;
- Il docente potrebbe consigliare allo studente di salvare ogni messaggio ,chat... da utilizzare come prove di reato;
- Se la classe è a conoscenza della situazione, responsabilizzare i compagni chiedendo loro di supportare la vittima senza prenderla in giro.



GAMING PROBLEMATICO

Si intende l'utilizzo eccessivo dei videogame online (gaming) in termini di tempo e di impoverimento delle diverse sfere di vita della persona (scolastica, lavorativa, familiare, relazionale)

Quali sono i segni?

- Tendenza a mentire ai membri della famiglia o ad altre persone significative rispetto al reale tempo che trascorre giocando ai videogiochi;
- Peggioramento della condotta e del rendimento scolastico a causa del tempo trascorso a giocare;
- Trascuratezza o abbandono delle attività sociali (sport, musica...);
- Scelta di rimanere in casa a videogiocare piuttosto che trascorrere il tempo con amici;
- Alterazioni o anomalie rispetto all'alimentazione, igiene personale, funzioni fisiologiche o sonno;
- Sintomi fisici quali mal di testa, arrossamenti agli occhi e disturbi della vista.
- Esplosioni di rabbia quando lo/la si interrompe mentre gioca, o quando gli/le si impedisce di giocare;
- Tentativo di procurarsi videogiochi sempre nuovi o insiste per averli;
- Investimento di somme considerevoli di denaro (se ne dispone) per i videogiochi;

Come prevenire il gaming problematico?

- Il docente potrebbe inserire all'interno del suo programma curricolare dei riferimenti al fenomeno, in modo da far riflettere gli alunni ad esempio sulle differenze tra vita reale e vita virtuale
- Promuovere la riflessione su come soddisfare anche nel mondo reale la voglia di avventura e il bisogno di appartenenza, di riconoscimento e di successo.

Come agire in caso di gaming problematico?

- Il docente dovrebbe informare o parlare con i genitori



GAMBLING

Con il termine si indicano i diversi modi con cui si gioca d'azzardo tramite internet.

Quali sono i segni?

- Tendenza a mentire ai membri della famiglia o ad altre persone significative, per nascondere l'entità del coinvolgimento nel gioco d'azzardo;
- Peggioramento della condotta e del rendimento scolastico a causa del gioco.
- Alterazioni o anomalie rispetto all'alimentazione, igiene personale, funzioni fisiologiche o sonno;
- Sintomi fisici quali mal di testa, arrossamenti agli occhi e disturbi della vista;
- Preferenza per il gioco piuttosto che passare il tempo con gli amici o fare altro;

Come prevenire il gambling?

- Il docente potrebbe inserire all'interno del suo programma curricolare dei riferimenti al fenomeno, ad esempio a partire da articoli di giornale sui problemi causati dal gioco d'azzardo;
- Stimolare una riflessione sul confine tra gioco e gioco d'azzardo;
- Prevedere delle lezioni di probabilità nelle ore di matematica con riferimenti alle probabilità di vincita nei giochi d'azzardo.

Come agire in caso di gambling?

- Il docente dovrebbe informare o parlare con i genitori.



Glossario

3G: Acronimo di “Terza Generazione”. Le tecnologie di terza generazione permettono di trasferire sia dati voce sia altri dati, come ad esempio, download di file da Internet, invio e ricezione di mail, messaggistica istantanea e la videochiamata.

ACCOUNT: Identificativo composto da nome utente e password, due elementi che permettono, tramite l’identificazione, di accedere ai propri dati sui social network come Facebook.

ADDESCAMENTO ONLINE o GROOMING: (in danno di minori) Consiste nel tentativo, da parte di una persona malintenzionata o di un pedofilo, di avvicinare un bambino o un adolescente per scopi sessuali, conquistandone la fiducia attraverso l’utilizzo della rete Internet, in particolare tramite chat, blog, forum e social networks.

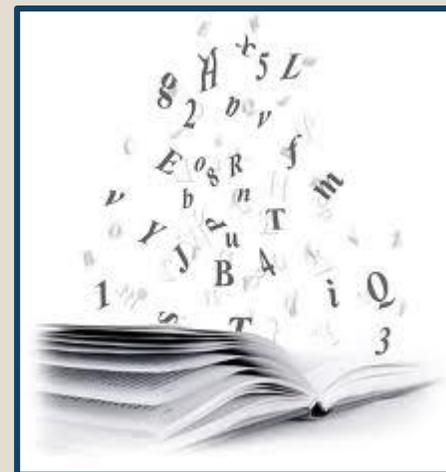
APPLICAZIONI (APP): Veri e propri software che possono essere collegati al proprio account Google o Facebook ad esempio per aggiungere nuove funzionalità, o per giocare – da soli o con gli amici – sul social network

BANDA LARGA: Per disponibilità nelle famiglie di una connessione a banda larga si intende la possibilità da parte di queste ultime di accedere ad Internet da casa mediante tecnologie DSL, (ADSL, SHDSL, ecc.) o mediante connessione senza fili (wireless) sia fissa (fibra ottica, rete locale, PLC cioè segnali trasmessi tramite rete elettrica), che mobile (telefonino o palmare 3G, chiavetta USB e simili).

BLOG: Diario in rete, gestito in modo autonomo dall’utente per la pubblicazione in rete e la condivisione con gli utenti in tempo reale di opinioni, riflessioni, notizie e informazioni e contenuti multimediali.

CHAT: Sistema di comunicazione in tempo reale, che permette agli utenti di scambiarsi messaggi. (es: Facebook messenger, Whatsapp, Instagram direct)

CHAT ROOM: “Stanza” all’interno di una chat (finestra di comunicazione) per parlare di un dato argomento in tempo reale.





CONTATTO: È la persona che entra a far parte della lista di amici di un determinato profilo. In pratica, quando si vuole aggiungere ai propri contatti una persona che si considera interessante o che si conosce nella realtà, si utilizza un'apposita funzione 'Aggiungi come amico' o 'Aggiungi ai contatti'. Non appena l'altra persona avrà accettato l'amicizia, entra a far parte della lista. È frequente che, tra ragazzi e ragazze, si verifichi una sorta di gara a chi ha più contatti.

COOKIE: File contenente informazioni sull'utente che visita un sito, memorizzato direttamente sul computer dell'utente dal server che gestisce il sito stesso.

CLOUD COMPUTING: "Nuvola informatica" indica un insieme di tecnologie che permette di memorizzare/archiviare e/o elaborare dati grazie all'utilizzo di risorse hardware/software distribuite e virtualizzate in Rete in un'architettura tipica client-server.

CYBERBULLISMO: Termine che indica atti di bullismo e di molestia effettuati tramite mezzi elettronici come l'e-mail, la messaggia istantanea, i blog, i telefoni cellulari e/o i siti web. Il cyberbullismo può manifestarsi in diversi modi:

- l'invio di messaggi online violenti e volgari mirati a suscitare scontri verbali nei forum (flaming);
- insultare qualcuno mediante messaggi inviati ripetutamente (harassment - molestie);
- parlare di qualcuno per danneggiare la sua reputazione, via e-mail, messaggistica istantanea, ecc.;
- inviare messaggi o pubblicare testi denigratori sostituendo la propria identità con quella di altri (impersonation);
- pubblicare informazioni private e/o imbarazzanti su un'altra persona (exposure);
- ottenere la fiducia di qualcuno con l'inganno per poi pubblicare o condividere con altri attraverso gli strumenti elettronici e informazioni avute in confidenza (trickery);
- escludere deliberatamente una persona da un gruppo online per ferirla;
- effettuare molestie e denigrazioni ripetute e minacciose mirate a incutere paura (cyberstalking).

DOWNLOAD: Nel mondo dell'informatica il download (in italiano, scaricamento) è l'azione di ricevere o prelevare dalla rete (es. da un sito web) un file, trasferendolo sul disco rigido del computer o su altra periferica.

EMOTICON o EMOJI: Sequenza di caratteri che riproducono in maniera stilizzata le principali espressioni facciali umane. In italiano sono anche dette “faccine”.

FAMILY FILTER: “Filtro familiare”, sinonimo di parental control, si applica ai motori di ricerca come protezione, in modo da non far apparire nei risultati contenuti inadatti ai minori.

FILTRAGGIO DEI CONTENUTI: Tecnologie che permettono un controllo delle informazioni trasmesse da servizi Internet, al fine di bloccare virus, controllare l’accesso a Internet di minori, ecc.

GAMBLING: Con il termine si indicano i diversi modi con cui si gioca d’azzardo tramite internet.

GAMING PROBLEMATICO: Si intende l’utilizzo eccessivo dei videogame online (gaming) in termini di tempo e di impoverimento delle diverse sfere di vita della persona (scolastica, lavorativa, familiare, relazionale)

GPRS: Acronimo di General Packet Radio Services, è una tecnologia di connessione alla rete Internet in modalità Wireless, che consente di trasmettere ad alta velocità e gestire contenuti multimediali tramite connessione ad Internet, utilizzando telefoni cellulari, palmari e computer portatili.

INSTANT MESSAGING: Sistema per creare una lista di contatti per essere informati sulla loro presenza in rete, scambiare file o messaggi in tempo reale.

LOGIN: Operazione di accesso di un utente alla sua postazione; per effettuarlo è necessario avere le credenziali (username, password e indirizzo e-mail), ottenute al momento della registrazione

NICKNAME: Nome reale o pseudonimo usato dagli utenti al posto del nome reale per identificarsi in una determinata area virtuale o contesto.

NOTIFICA: Comunicazione riguardante il profilo, i post, le foto o i commenti, effettuata e ricevuta ogni volta che un utente compie un’azione sui social network

PARENTAL CONTROL: Sistema di verifica in fase di navigazione per evitare contenuti negativi.



PHISHING: Attività criminale che si svolge in rete finalizzata ad acquisire informazioni sensibili (nome utente, password, dettagli della carta di credito) fingendosi entità o persone affidabili. Viene attuata per lo più via e-mail, fingendosi, per esempio, una banca o un'agenzia di pagamento via web che richiede informazioni.

POST: Messaggio inviato a un blog o a un gruppo di discussione in Internet.

PROFILO: Per far parte di un social network è necessario iscriversi, inserendo in un'apposita pagina alcune informazioni personali. L'insieme di queste informazioni (età, sesso, nome o nickname, indirizzo, scuola, immagini e video) costituiscono il profilo e possono essere visibili da tutti gli altri utenti del social network oppure solo da utenti selezionati se si decide di rendere il proprio profilo privato.

SMARTPHONE: Telefono cellulare con le funzioni e le potenzialità di un computer palmare, in grado di operare con un sistema operativo autonomo per la gestione di dati personali.

SOCIAL NETWORK: Sito web per lo scambio di idee e informazioni all'interno di una community tematica, composta da una rete sociale virtuale di individui che condividono gli stessi interessi e dove tutti gli utenti possono registrarsi, scambiarsi informazioni, comunicare e fare amicizia

TROYAN: Applicazioni che possono accedere a distanza a un computer tramite un programma installato di nascosto su quest'ultimo.

USERNAME: Numero o parola utilizzati da un utente per farsi identificare da un servizio online.



WALLED GARDEN: “giardino recintato” che consente di navigare su un numero limitato di siti Internet, selezionati in base al contenuto.

WIRELESS (WIFI): Modalità di connessione in rete mediante dispositivi che trasmettono il segnale senza fili, tramite onde elettromagnetiche

WORM: Virus che si moltiplica autonomamente, in grado di trasmettersi ad altri sistemi simili un numero infinito di volte attraverso la posta elettronica.

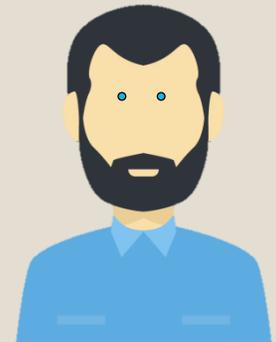
WWW: Sigla di world wide web («ragnatela intorno al mondo»), sistema che permette la condivisione di documenti multimediali, costituiti cioè da un insieme di contenuti testuali, visuali e audio/video, sfruttando l'infrastruttura di Internet. Per accedere al world wide web si utilizza un opportuno software, detto browser.

Glossario

Le applicazioni (app) e siti più usati dai ragazzi sono:

-  **FACEBOOK:** (app e sito) Social network che permette di creare un profilo con i propri dati anagrafici e foto profilo. Si possono inserire sul proprio profilo dei post con testo e/o immagini e/o video. E' presente la possibilità di scambiare messaggi in chat con i propri "amici" (contatti) e con chiunque sia iscritto a Facebook. Nelle chat si possono inviare testo, immagini, file, audio ed effettuare chiamate
- *Evento:* Avvenimento di varia natura organizzato da un privato o da un'azienda e pubblicizzato attraverso Facebook. Può essere pubblico, su invito o segreto e l'utente che riceve l'invito ha la possibilità di comunicare se ha o meno intenzione di parteciparvi. Qualsiasi iscritto a questo social network può creare un evento su Facebook.
 - *Gruppo:* Pagina di Facebook alla quale altri utenti possono iscriversi per scambiarsi informazioni e/o opinioni su un tema comune specifico. I gruppi su Facebook sono l'equivalente dei forum; qualunque utente di Facebook può creare i gruppi che vuole ed invitare altri ad iscriversi.
 - *Profilo personale:* Pagina dedicata ad ogni utente di Facebook completa di tutte le sue informazioni; ogni iscritto a Facebook deve necessariamente averne una.
 - *Profilo Pubblico/Pagina:* Un'azienda/organizzazione/personaggio pubblico che desidera farsi conoscere, promuoversi e comunicare con gli utenti di Facebook. Qualunque utente può iscriversi a un profilo pubblico, diventando così 'fan' di quella pagina, oppure può crearsene una propria. Il profilo pubblico può avere un numero illimitato di fan -detto anche pagina fan, in inglese fan page è una pagina dedicata ai fan.
 - *Taggare:* Taggare su Facebook è un'operazione che equivale a segnalare la presenza di una determinata persona in una foto o in un post. Se si tratta di qualcuno presente all'interno dei contatti di chi esegue il Tag, l'azione verrà notificata.

 **FACEBOOK MESSENGER:** App unicamente di messaggistica legata al proprio profilo Facebook con le medesime possibilità della chat presente su Facebook



Glossario



INSTAGRAM: App dove vengono caricate foto alla quali si può scrivere una descrizione. E' presente una messaggistica (instagram direct) con la quale si possono contattare le persone iscritte al nostro profilo e chiunque si desideri. Instagram story permette di condividere foto e video che si cancelleranno nelle successive 24h



SKYPE: È un software gratuito che consente di parlare in tutto il mondo, effettuare videochiamate e chiamate con un solo interlocutore e chiamate di gruppo, inviare messaggi istantanei e condividere file con altri utenti di Skype. Si può utilizzare su telefono cellulare, sul computer oppure su una tv abilitata per Skype.



SNAPCHAT: App di messaggistica dove è possibile caricare foto e video, applicando su di esse dei filtri che distorcono la propria immagine. Consente di inviare agli utenti della propria rete messaggi di testo, foto e video visualizzabili solo per un certo numero di secondi; permette anche di aggiungere foto e video alla propria storia, che si cancelleranno nelle successive 24h; dà anche la possibilità ricevere una notifica nel caso in cui qualcuno decidesse di fare lo screenshot dello schermo per salvare la foto postata.



WHATSAPP: App di instant messaging che permette la possibilità di scambiare messaggi, foto e note audio, inoltre è presente la possibilità di effettuare chiamate e videochiamate e di pubblicare «stories» che durano 24h. Si può inserire una foto legata al proprio profilo e un breve messaggio sotto di essa. Si può inserire una foto legata al proprio profilo e un breve messaggio sotto di essa.

- *Whatsapp web:* sito che permette di sincronizzare il proprio profilo whatsapp al computer e di utilizzarne tutte le potenzialità



TWITTER: App e sito che fornisce una pagina personale aggiornabile tramite messaggi di testo con lunghezza massima di 140 caratteri, con la possibilità di caricare foto. Famosa per l'uso degli #(hashtag) che, associati a una o più parole chiave, facilitano le ricerche tematiche.



Letture consigliate

- Marino, C., Gini, G., Vieno A., & Spada, M.M. (2018). The associations between problematic Facebook use, psychological distress and well-being among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 226, 274–281.
- Marino, C., Hirst C.M., Murray C., Vieno A., & Spada, M.M. (2017). Positive mental health as a predictor of Problematic Internet and Facebook use in adolescents and young adults. *Journal of Happiness Studies* (DOI 10.1007/s10902-017-9908-4).
- Spada, M.M. & Marino, C. (2016). Metacognitions and emotional regulation as predictors of problematic Internet use in adolescents. *Clinical Neuropsychiatry*, 14 (1), 59-63.
- Marino, C., Vieno, A., Pastore, M., Albery, IP., Frings, D., & Spada, M.M. (2016). Modeling the contribution of personality, social identity and social norms to problematic Facebook use in adolescents. *Addictive Behaviors*, 63, 51-56.
- Marino, C., Vieno, A., Moss, A.C., Caselli, G., Nikčević, A.V, & Spada, M.M. (2016). Personality, motives and metacognitions as predictors of problematic Facebook Use in university students. *Personality and Individual Differences*, 101, 70-77.
- Marino, C., Vieno, A., Lenzi, M., Borraccino, A., Lazzeri, G., Lemma, P. (2016) Computer use, sleep difficulties and psychological symptoms among school-aged children. *International Journal of School Health*. doi: 10.17795/intjsh-32921
- Caplan, S.E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097.
- Riva, G. (2014). *Nativi digitali: crescere e apprendere nel mondo dei nuovi media*. il Mulino.
- Riva, G. (2016). *I social network*. Il Mulino.





UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA



DPSS
Dipartimento di Psicologia dello
Sviluppo e della Socializzazione

Responsabili scientifici:

Dott.ssa Claudia Marino
Prof. Alessio Vieno

Responsabile operativo:

Dott. Alessandro Agresti

A cura di:

Dott.ssa Lucrezia Ferrante e l'equipe del progetto

Contatti:

claudia.marino@phd.unipd.it

alessio.vieno@unipd.it

alessandro.agresti@ordinepsicologiveneto.it

*“La comunicazione elettrica non sarà mai un
sostituto del viso di qualcuno che con la
propria anima incoraggia un'altra persona ad
essere coraggiosa e onesta.”
(Charles Dickens)*

