



4° CIRCOLO DIDATTICO RIVIERA – M. C. di SAVOIA

Viale Maria Cristina di Savoia, 2A– 80122 NAPOLI

tel: 081/7611898 – mail: naee00400a@istruzione.it

sito web: www.4circolo.edu.it

cod. fisc: 80151950633



Ai piccoli studenti del 4°CD Riviera - M. C. Savoia
e p.c. a tutta la comunità educante

Il decalogo digitale

Cari bambini,

Vi scrivo questa letterina cominciando innanzitutto col rivolgere a tutti quanti voi, ed ai vostri familiari, i miei più cari auguri di buon anno nuovo.

Ci siamo lasciati alle spalle la pandemia, una guerra che coinvolge direttamente l'Europa ed i turbamenti generati dai cambiamenti climatici, che rendono alquanto mite perfino il clima in questo inizio di gennaio. Eppure dobbiamo guardare avanti, con l'ottimismo, l'energia e l'entusiasmo che sono connaturati proprio in voi bambini, mentre a voi adulti e genitori dico che con l'anno nuovo cominciamo a lasciarci alle spalle l'epoca storica dello smarrimento cosiddetto postmoderno e postideologico, per entrare decisamente nell'era delle transizioni, ecologiche e culturali in primis. Durante queste transizioni non siamo più costretti a "*navigare a vista*" in quanto possediamo una sorta di radar costituito dai molteplici strumenti tecnologici della società digitale. Allora rendiamo consapevoli i nostri bambini, ed anche noi stessi, del fatto che nell'epoca delle transizioni i principi ed i valori di riferimento si indeboliscono, ma proprio per questo a maggior ragione è necessario assumere la padronanza digitale, anche nel senso letterale, ossia diventare noi i padroni, acquisendo il controllo degli strumenti digitali, onde prevenire il rischio di sviluppare forme di malessere, disagi e dipendenze collegati all'uso abnorme ed inappropriato delle nuove tecnologie digitali.

Ai tempi della società digitale la suddetta padronanza si può conseguire se diamo ai nostri figli, e a noi stessi, precise regole da rispettare, che possono costituire un sistema di riferimento, come enumerato nel seguente decalogo di regole per l'educazione digitale, rivolto innanzitutto a voi bambini, ma anche alle vostre sorelle e fratelli maggiori, ai vostri genitori ed a tutta la comunità educante:

1. PRIVACY: fai attenzione a condividere con estranei ed altre persone le tue immagini, foto, video ed altri contenuti digitali riguardanti la tua vita privata. Evita nella maniera più assoluta di condividere foto e video in costume o indumenti intimi, o addirittura foto in cui sei seminudo/a (sexting). Difatti una volta che li hai condivisi, i tuoi dati digitali non sono più sotto il tuo controllo e persone malintenzionate potrebbero usarli per metterti in difficoltà o in pericolo oppure per ricattarti, anche in futuro, ad esempio quando finisce la vostra amicizia. Inoltre non accettare richieste di amicizia dagli sconosciuti, rifletti bene prima di diffondere i tuoi dati personali e mira a proteggere la tua riservatezza.



Fai molta attenzione a condividere dati personali di altre persone, chiedi sempre prima il loro permesso ed evita comunque di farlo se è solo per scherzo. Evita anche di fare *over sharing*, ossia condividere digitalmente tutto ciò che ti capita, in modo eccessivo ed impulsivo, senza riflettere sui rischi e sulle conseguenze di cui ti potresti pentire, senza però poter rimediare, soprattutto perché i file condivisi in modo impulsivo, che molto difficilmente possono essere cancellati una volta che sono stati immessi in rete, potrebbero contenere notizie false, oppure notizie che riguardano la sfera privata tua o di altre persone che non avrebbero dato il consenso alla pubblicazione.

2. REPUTAZIONE ONLINE: le azioni digitali ed i contenuti personali presenti in rete contribuiscono, in maniera sempre più determinante, a formare la reputazione, l'identità, l'immagine che gli altri hanno di noi, che potrebbe essere peggiore della realtà, se non facciamo appunto attenzione alle nostre azioni digitali. Ad esempio se postate una foto imbarazzante in costume per i vostri amici, la stessa foto anche anni dopo potrebbe essere trovata dalla preside della vostra scuola che potrebbe equivocare. Altro esempio, se diciamo per scherzo parolacce in famiglia oppure tra amici e le diffondiamo tramite video su TikTok, queste parolacce possono rimanere per anni in rete ed essere ritrovate in un futuro anche molto lontano da persone estranee, che si possono formare un'opinione completamente sbagliata sul nostro conto.

3. CYBERBULLISMO: non c'è bisogno di illustrarlo, in quanto fenomeno ormai largamente e tristemente noto. È il caso di rimarcare soltanto che insulti, offese, prese in giro, furti di foto, video ed account, azioni di stalkeraggio, o peggio ancora discorsi di incitamento all'odio attraverso gli strumenti digitali, posso dar luogo a tanta sofferenza per chi li subisce, ma indirettamente ed a lungo termine anche per chi li fa.

4. FAKE NEWS: su internet si trovano facilmente fake news, ossia notizie false o esagerate, che abbondano su siti web poco affidabili. Vediamo bene da dove provengono queste notizie ed evitiamo di diffonderle. Le notizie false ci spingono a costruire una visione della realtà alterata e non veritiera, mettendoci in condizioni di confusione ed ansia; se avete dubbi confrontatevi con i vostri genitori e con i vostri docenti.

5. ADESCAMENTO (*grooming*): su internet potete entrare in contatto con un numero elevato di utenti che potrebbero mentire sulla loro reale età ed identità ed avere intenzioni nocive nei vostri confronti, fino ai casi più gravi di pedofilia.



6. LIMITI DI ETA': evitate di collegarvi ad apps e social vietati per la vostra età (ad esempio TIKTOK è vietato ai minori di 13 anni) e se proprio volete collegarvi ugualmente, tenete presente che potreste trovarvi di fronte a contenuti inadatti alla vostra età, che potrebbero lasciarvi confusi e disorientati ed in tal caso confrontatevi con i vostri genitori ed anche con i vostri docenti.

7. SCREEN TIME: Quando siete davanti allo schermo dello smartphone le ore passano molto velocemente e questo non solo può causare danni psico-fisici (malessere agli occhi, mal di testa ecc.) ma sottrae tempo da dedicare ad altre attività (es. studio, attività sportiva, conversazione ecc.), per cui provate a concordare con i vostri genitori un tempo massimo giornaliero, ad esempio tre ore. È importante inoltre diversificare le attività digitali svolte con lo smartphone e non eccedere nel fare sempre la stessa cosa, ad esempio navigare su TikTok. Inoltre è certamente da evitare l'uso dello smartphone quando si è seduti a tavola e quando si è in compagnia.

8. DIPENDENZA: se cominciamo a perdere interesse e motivazione per altre attività diverse da quella di stare davanti allo smartphone, se si modificano le nostre abitudini alimentari ed il ritmo veglia sonno, allora stiamo diventando dipendenti, come i drogati; lo stesso dicasi se ci ritroviamo senza accorgercene a mettere ripetutamente in atto il *phubbing*, ossia snobbare ed ignorare una persona che ci rivolge la parola in quanto impegnati sul nostro smartphone, perfino quando la persona è a noi cara e vicina, come un familiare stretto che vive nella nostra casa; in tal caso corriamo ai ripari e parliamone subito proprio con i nostri familiari, ma anche con i docenti e con esperti psicologi, prima che sia troppo tardi.

9. VAMPING: pessima abitudine di stare di notte svegli davanti allo schermo del proprio smartphone. Porta gravi conseguenze negative per la salute, a partire dall'insonnia, stanchezza cronica, diminuzione dell'attenzione e della concentrazione, irritabilità.

10. IMMAGINE CORPOREA: è noto che durante la delicata fase evolutiva dell'infanzia e dell'adolescenza si costruisce progressivamente la percezione di sé stessi e della propria immagine ed identità. Pertanto gli adulti, e a maggior ragione i bambini e gli adolescenti, non devono eccedere nel fare continuamente selfie e video personali, andandoli poi spesso a ritoccare con filtri ed apps per poi pubblicarli su TikTok, confrontandosi di continuo con quanto pubblicato da innumerevoli altri utenti e coetanei; in questo modo si crea un pericoloso circolo



4° CIRCOLO DIDATTICO RIVIERA – M. C. di SAVOIA

Viale Maria Cristina di Savoia, 2A– 80122 NAPOLI

tel: 081/7611898 – mail: naee00400a@istruzione.it

sito web: www.4circolo.edu.it

cod. fisc: 80151950633



vizioso che fa aumentare a dismisura il senso di insoddisfazione verso il proprio corpo e la propria immagine.

Ritornando al concetto chiave della padronanza digitale, questa costituisce la fondamentale competenza del cittadino contemporaneo, che vive ormai letteralmente immerso nella società digitale, ma che dotandosi di un sistema di regole, come quelle innanzi esposte, riesce a preservare la propria salute ed ottimizzare l'utilizzo delle molteplici tecnologie digitali, delle quali comunque non si può e non si deve fare a meno. In questa direzione si è di recente mosso anche il Ministro dell' Istruzione e del Merito, emanando la circolare sull'utilizzo degli smartphone in classe, nella quale se da un lato si sottolinea l'utilità dell'uso dei device digitali autorizzati nell'ambito di determinati progetti didattici, dall'altro si formalizza il divieto dell'uso incondizionato degli smartphone in classe da parte degli studenti, recependo i risultati di uno studio commissionato ad un'equipe di esperti medici, psicologi e sociologi da parte della 7^a Commissione permanente del Senato della Repubblica, che è giunta a conclusioni molto preoccupanti sui danni psico-fisici e cerebrali, causati dall'abuso degli smartphone da parte degli alunni nella loro delicata fase evolutiva, tra cui perdita della memoria e della capacità di concentrazione, di spirito critico, di adattabilità e di capacità dialettica.

Sono qui a parlare di queste problematiche anche perché l'allarme sui danni psicofisici prodotti dall'abuso di smartphone non deve essere assolutamente sottovalutato neppure per i bambini delle scuole primarie, come dimostrato da quanto sta accadendo nei paesi asiatici tecnologicamente più avanzati (Giappone, Corea del sud, Cina ecc.) dove molti bambini ed adolescenti sono in cura e sono addirittura ricoverati per il trattamento di forme più o meno gravi di vere e proprie intossicazioni, dipendenze e psicopatologie derivate dall'abuso degli smartphone. D'altro canto anche in Italia l'allarme sull'uso degli smartphone da parte dei bambini che frequentano le scuole elementari è stato lanciato da diversi esperti. Ad esempio il prof. Paolo Ferri, docente di *"Teoria e Tecnica dei nuovi media"* all'Università Bicocca di Milano, che da molti anni studia queste problematiche, di recente ha divulgato dati allarmanti secondo i quali oltre il 50% dei bambini italiani utilizza abitualmente e possiede uno smartphone personale a proprio uso esclusivo già dai 9 – 10 anni, fenomeno che è letteralmente esploso durante la pandemia e la didattica digitale a distanza e che mette seriamente a repentaglio lo sviluppo mentale dei bambini, con particolare riferimento alla percezione del senso di realtà ed allo sviluppo dell'immaginario. Analogo allarme viene dallo psichiatra Massimo Ammaniti, noto psicoanalista dell'età evolutiva, il quale ritiene molto gravi i predetti dati relativi alla diffusione dell'uso esclusivo dello smartphone, perfino tra i bambini di sette - otto anni, che a lungo andare può provocare una grave alterazione del



4° CIRCOLO DIDATTICO RIVIERA – M. C. di SAVOIA

Viale Maria Cristina di Savoia, 2A– 80122 NAPOLI

tel: 081/7611898 – mail: naee00400a@istruzione.it

sito web: www.4circolo.edu.it

cod. fisc: 80151950633



contatto con la realtà nell'età della scoperta del mondo, nonché disturbi dell'attenzione ed impoverimento delle capacità linguistiche e logiche.

Il mio ultimo augurio è che tutti noi possiamo prepararci al meglio ad affrontare in questo nuovo anno di transizione i continui cambiamenti nel rapporto tra l'uomo e la natura, in cui accanto ad un mondo fisico caratterizzato da repentini cambiamenti climatici ed ecologici si affianca e si integra una realtà aumentata dai sistemi digitali iperconnessi e da un metaverso virtuale che avanza verso nuovi inesplorati orizzonti, senza soluzione di continuità tra il mondo offline e quello online. Rimembriamo le parole del grande fisico Nikola Tesla, quando dice che *la scienza non è nient'altro che una perversione se non ha come suo fine ultimo il miglioramento delle condizioni dell'umanità.*

Napoli, 5 gennaio 2023

Il dirigente scolastico

dott. geol. Umberto Boiano

firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi d.lvo 39/93