



**Associazione Genitori
Scuole Cattoliche**

DICEMBRE 2024

A Tempo Pieno

NOTIZIARIO DELL'ASSOCIAZIONE
GENITORI SCUOLE CATTOLICHE AGeSC
N.4 ANNO XIX DICEMBRE 2024



**LOGOS E
VIRTUALE**

IL MESSAGGIO DEL PRESIDENTE

Come cambiano i tempi di lavoro e di consumo per la famiglia alla luce delle innovazioni tecnologiche informatiche

La famiglia è forse l'istituzione sociale che maggiormente ha risentito l'impatto delle innovazioni tecnologiche avvenute nella sfera dell'informatica e delle telecomunicazioni. D'altra parte, essendo essa la società primaria, in cui si condensano e realizzano i progetti vitali delle persone, non potrebbe essere diversamente.

L'uso delle tecnologie digitali ha cambiato, soprattutto dopo la pandemia da Covid-19, i tempi di lavoro e di consumo, frammentandoli e permettendo che invadessero anche gli intervalli prima dedicati alla relazione con sé stessi e con gli altri. Sono cambiate anche le modalità di lavoro e quelle di apprendimento, le modalità di acquisto e di informazione. Tutto questo non poteva non avere degli effetti rilevanti sulla vita di genitori e figli e sul modo di relazionarsi tra di loro. Questo emerge chiaramente dai dibattiti all'interno delle scuole dove la domanda di formazione su questi temi dal punto di vista psico-pedagogico è sempre più presente tra le istanze dei genitori.

Ma c'è un altro sentimento che si avverte sottostante a questa necessità di sapere, di capire: è la paura che la tecnologia sia finita fuori controllo e rischi di disumanizzarci, prevalendo su di noi in maniera irreversibile. È un timore che da sempre accompagna il rapporto tra l'uomo e la tecnica.

Esso è probabilmente dovuto alla percezione che la tecnica è in grado di autodeterminare da sé il paradigma etico rendendo lecito ciò che è tecnicamente realizzabile.

Da quando l'uomo decise di abbandonare la vita nomade di cacciatore-raccogliatore, a determinare la scelta fu essenzialmente la possibilità di avvalersi delle tecniche di coltivazione per approvvigionarsi di cibo (cereali soprattutto) in maniera sovrabbondante rispetto alla mera sussistenza.

E non è un caso se il racconto biblico narra la vicenda di Caino, agricoltore, e Abele, pastore, mettendo in evidenza la preferenza divina per il secondo. Sembra quasi vi sia uno stigma sull'individuo che cerca di emanciparsi mediante l'impiego della tecnica. Ed in parte se ne comprende il motivo. Se sono in grado di produrre da me il cibo che mi nutre, le medicine che mi curano, gli strumenti che riducono la fatica, perché dovrei aspettarmi qualcosa da Dio? Chi è Dio se non l'homo-faber, il costruttore, il grande architetto? E se posso coltivare porzioni sempre più grandi di terra e avere a disposizione grandi quantità di cibo perché dovrei limitarmi nel disboscare, diserbare, deviare i corsi dei fiumi, appianare i declivi di colline e montagne?

Senza rischiare di andare fuori tema, ciò che qui si vuol dire è che sempre la tekne ha impattato sulla percezione che l'uomo ha di sé, del mondo che lo circonda, degli altri e, infine, di Dio. Alle soglie del Novecento, secolo di grandi innovazioni e distruzioni inaudite, il filosofo maledetto Friedrich Nietzsche, annuncia la morte di Dio perché ne intravede l'irrelevanza di fronte alle "magnifiche sorti e progressive" promesse dallo sviluppo tecnologico ed economico. Già un secolo fa la rivoluzione nei trasporti e nelle telecomunicazioni aveva reso più piccolo il mondo globalizzandolo.

A guidare questo processo c'erano già allora la produzione industriale e il commercio internazionale. Alla fine di quel secolo, definito dallo storico



*Santa Ildegarda,
simbolo
dell'Umanesimo
cristiano*



Eric Hobsbawm il “secolo breve”, la rivoluzione di internet e dei voli superelevati intensifica il processo della cosiddetta globalizzazione in maniera inedita. Se da una parte ciò ha permesso l'emersione di larghi strati della popolazione mondiale da condizioni di fame e insussistenza, in occidente i più ne hanno subito soprattutto gli effetti nefasti, derivanti dalla delocalizzazione e dall'esclusione dei lavoratori meno istruiti e specializzati dalle nuove forme di lavoro e da livelli di reddito sufficienti alla piena autonomia economica.

Non a caso, si parla oggi di lavoratori poveri, quasi un ossimoro divenuto invece realtà concreta per molti. Ad esito di questo doloroso cambiamento sociale la diffidenza verso la tecnologia sembra aumentata. Non aiutano poi le numerose guerre in grado di portare distruzione e morte mediante l'uso di armi tecnologicamente sempre più raffinate ma non al punto di evitare per lo meno l'uccisione indiscriminata di civili. Tuttavia, l'uomo appare irriducibile al prevalere della tecnica, in particolare nella nostra cultura, che ha fatto della centralità della creatura umana nel disegno della creazione la sua matrice culturale distintiva.

Nel breve scorcio di pace degli anni Trenta del Novecento, il filosofo cattolico Jacques Maritain propose la sua visione di “umanesimo integrale” basato sull'assunto che il bene comune e temporale deve rispettare e servire i fini sovra-temporali della persona umana. In questa visione di un umanesimo che non esclude Dio né tanto meno vi si oppone ma, al contrario, ne fa il suo centro, la persona è sempre fine e mai mezzo, diventando così argine ad un paradigma etico e morale che la snaturi.

Con questo numero monografico non intendiamo spingerci così in là nell'indagare il rapporto tra mondo digitale e vita reale, ma più semplicemente ci proponiamo di fornire alcune riflessioni ed evidenze scientifiche che siano strumento per leggere gli impatti del primo sul secondo, certi che il lavoro di ricerca debba continuare ed essere il più possibile diffuso come conoscenza a disposizione di tutti.

Ci auguriamo che possa servire anche da supporto alle tante iniziative di formazione e dibattito di cui i genitori sono spesso i primi promotori all'interno delle scuole.

LOGOS E VIRTUALE

La diffusione di Internet e delle tecnologie digitali hanno trasformato profondamente il mondo in cui viviamo e lavoriamo, ma anche il modo in cui interagiamo. La distinzione tra il “mondo reale” e quello “online” è diventata sempre più sfumata, al punto che oggi è difficile immaginare la nostra quotidianità senza l’influenza del web.

L’online non è più solo strumento di supporto. Ormai è un vero e proprio ecosistema in cui ognuno di noi trascorre molte ore della propria giornata (e anche della notte), che influenza le nostre opinioni, le scelte, le relazioni interpersonali. Basti pensare ai social media che si sono trasformati in vere e proprie vetrine virtuali in cui l’identità di ciascuno di noi è un mix tra autenticità e costruzione.

L’accesso immediato a notizie e informazioni da un lato ci dà la possibilità di esplorare il mondo senza muoverci da casa, dall’altro ci dà l’illusoria convinzione di essere “tuttologi”, arrivando, in alcuni casi, ad aver più fiducia in un motore di ricerca, che non in un professionista.

La stretta interconnessione tra vita offline e vita online porta con sé quesiti importanti. Quanto influisce nei rapporti genitori-figli? Il continuo bilanciamento tra ciò che si è e come si vuole apparire, può portare a una disconnessione con la realtà? Come possiamo arginare fake news, cyberbullismo e dipendenza digitale?

Il compito di noi genitori oggi è capire come sfruttare al meglio il potenziale positivo del mondo online, senza cadere vittime delle sue trappole. La tecnologia può essere un’ottima alleata nella creazione di un futuro più inclusivo e interconnesso, ma spetta a noi, come individui e società, decidere come gestire questo immenso potere e dare ai nostri figli e figlie gli strumenti per poter fare altrettanto.

Con il ciclo Logos e Virtuale, organizzato dal Comitato Provinciale di Trento e realizzato grazie alla ricercatrice e psicoterapeuta Ilaria Cataldo - referente scientifica del progetto - abbiamo voluto esplorare questo mondo virtuale, creando dei momenti di confronto con i genitori.

Le scuole organizzano periodicamente degli incontri per le famiglie con la Polizia Postale per aiutarli a comprendere i pericoli che si nascondono dietro uno schermo e di cui spesso non si ha consapevolezza. Noi abbiamo voluto arricchire questa offerta, fornendo un altro punto di vista, quello di esperti psicologi e psicoterapeuti che quotidianamente incontrano



i propri giovani pazienti alle prese con le nuove tecnologie.

Ne è nato un ciclo di cinque incontri in cui i temi affrontati sono stati:

- **Adolescenze online e ritiro sociale**, relatrici dott.sse Caterina Berti Ceroni e Valentina Pupi. Incontro sull’utilizzo di internet e delle sue tecnologie in adolescenza, con un particolare approfondimento relativamente al fenomeno del ritiro sociale, al sostegno dei compiti evolutivi nell’età fragile e al dialogo tra adulti e ragazzi.
- **Challenge in adolescenza: analisi del fenomeno tra sfida, rischio e socialità**, relatore dott. Paolo Donatoni. Uno sguardo analitico sul fenomeno “social” delle challenges per riflettere sulle dinamiche sottostanti, sui fattori

LOGOS VIRTUALE



Calendario

22 marzo 2024 - 20.30 *online*

Adolescenze online tra percorsi di crescita e ritiro sociale

17 aprile 2024 - 17.30

17 e 18 Aprile Magna Antivocella - V. Enrico 24, Trento
Challenge in adolescenza: analisi del fenomeno tra sfida, rischio e socialità

23 maggio 2024 - 20.30 *online*

Da un altro punto di vista

12 settembre 2024 - 17.30 *online*

Comunicazione inter(NET)rotta

17 ottobre 2024 - 20.30

17 e 18 Ottobre Magna Antivocella - V. Enrico 24, Trento
Share with care

Logos e Virtuale

In un mondo sempre più "connesso", la comunicazione ha subito importanti cambiamenti: tra adulti, tra ragazzi e tra le varie generazioni. Un ciclo di incontri per riflettere sui nuovi fenomeni e su quanto la sfera "online" sia collegata a quella "offline".

Relatrici e Relatori

- Virginia Pupi e Caterina Berti Ceroni
- Paolo Donatoni
- Francesco Pavani
- Daniele Bilacchi
- Ilaria Cataldo (resp. scientifica)



trento@agesc.it

iscrizione via eventbrite

correlati, e sui pericoli per il percorso di crescita personale. Quale il ruolo dell'ambiente e dei modelli - adulti e adolescenti - di riferimento?

- Da un altro punto di vista, relatore dott. Francesco Pavani Videogiochi, Youtube & Co. - Riflessioni ed esplorazioni di un mondo relativamente nuovo tra gaming, streaming e videomaking. Un appuntamento per condividere altri punti di vista su comportamenti, emozioni ed opportunità di un fenomeno più che attuale.
- Comunicazione inter(NET)rotta, relatore dott. Daniele Bilacchi
Incontro per riflettere insieme sul rapporto che i ragazzi di oggi hanno con Internet e le sue tecnologie e sulle derivanti inter(net)ferenze nella comunicazione tra genitori e figli (smartphone, social networks, videogames).
- Share with Care, relatrice dott.ssa Ilaria Cataldo
Discussione sul tema dello "sharenting" e della genitorialità online, con un particolare sguardo ai benefici, pericoli e alternative. Presentazione delle normative vigenti sulla privacy degli adulti e dei minori e dibattito sulle possibili soluzioni.

L'equilibrio tra mondo reale e mondo digitale sarà una delle grandi sfide del nostro tempo. E forse, nel dialogo tra questi due mondi, troveremo la chiave per un'evoluzione che sappia rispettare le nostre radici umane, senza rinunciare al progresso. Ma come possiamo noi genitori affrontare que-

sta sfida? Comprendere le esperienze online dei propri figli, conoscere le piattaforme che frequentano e discutere con loro dei contenuti che incontrano, è un primo passo per generare fiducia e creare un ambiente in cui i figli si sentano liberi di condividere eventuali problematiche o dubbi legati al mondo digitale.

Non è possibile limitarsi a stabilire solo regole sull'uso dei dispositivi, ma è necessario fornire loro anche gli strumenti per navigare il web in modo sicuro e critico; applicare noi stessi le regole che imponiamo (es. "non portare lo smartphone a tavola"); promuovere attività offline che li mettano nelle condizioni di esplorare e mettersi in relazione nella vita reale.

GLOSSARIO

- **AI** = acronimo di Artificial Intelligence, è l'abilità di una macchina di mostrare capacità umane quali il ragionamento, l'apprendimento, la pianificazione e la creatività
- **Challenge** = sfida. Spesso il termine si riferisce a un'attività che si svolge attraverso/sui social in merito a un dato trend.
- **Chatbot** = software che simula ed elabora le conversazioni umane
- **ChatGPT** = acronimo di Chat Generative Pre-trained Transformer, lett. "trasformatore generativo pre-addestrato") è un chat bot basato su intelligenza artificiale e apprendimento automatico, sviluppato da OpenAI e specializzato nella conversazione con un utente umano
- **Hikikomori** = una forma estrema di ritiro sociale che si manifesta soprattutto tra gli adolescenti e i giovani adulti. I giovani affetti da Hikikomori tendono a rinchiusersi all'interno della propria stanza e a rifiutare qualsiasi forma di relazione e di contatto diretto con il mondo esterno.
- **Generazione Alpha** (Gen Alpha) = i nati tra il 2010 e il futuro 2025
- **Phubbing** = termine che unisce le parole "phone" e "snubbing" e che consiste nell'atto di snobbare qualcuno in un ambiente sociale online.
- **Pro-ana** = spazi virtuali dove adolescenti e giovani adulti, soprattutto donne, si scambiano consigli e si sostengono a vicenda per raggiungere la magrezza estrema, considerando l'anoressia un ideale a cui ispirarsi, un obiettivo da raggiungere, una filosofia di vita in grado di influenzare ogni pensiero, ogni aspetto della vita quotidiana.
- **Sexting** = lo scambio messaggi, audio, immagini o video - specialmente attraverso smartphone o chat di social network - a sfondo sessuale o sessualmente espliciti, comprese immagini di nudi o seminudi.
- **Sharenting** = deriva dalle parole inglesi "share" (condividere) e "parenting" (genitorialità) e consiste nel fenomeno di una costante condivisione online da parte dei genitori di contenuti che riguardano i propri figli/e (foto, video, ecografie, storie).
- **Snubbing** = snobbare
- **Technoference** = derivato da "technology" e "interference", si riferisce all'interferenza che i device elettronici hanno nella propria vita: la notifica di messaggi, informazioni whatsapp, notizie facebook ecc.

ADOLESCENZE ONLINE TRA PERCORSI DI CRESCITA E RITIRO SOCIALE

Negli ultimi decenni la trasformazione tecnologica ha offerto al mondo globalizzato opportunità di comunicazione un tempo impensabili, plasmando anche lo stile di vita delle giovani generazioni.

Secondo *Save the Children* in Italia nel 2024 il 78,3% dei preadolescenti ed il 91,9% degli adolescenti utilizza internet tutti i giorni. In un'epoca in cui la maggior parte degli individui sono costantemente connessi alla rete, riteniamo utile interpretare questi dati provando a interrogarci sul peculiare significato che le esperienze virtuali assumono in adolescenza.

In primo luogo, parliamo di esperienze virtuali poiché, come è noto, la rete oggi non è più un mezzo, ma la via di accesso ad una serie di mondi virtuali, i quali consentono agli utenti molteplici attività, che spaziano dalla messaggistica istantanea ai social media, dai videogiochi alle web TV, dai siti di shopping online all'informazione e alla pornografia, solo per citarne alcuni.

In secondo luogo, alcuni aspetti socio culturali giocano un ruolo fondamentale nel favorire l'utilizzo degli strumenti tecnologici fin dalla tenera età. Tra questi vi è la percezione di un mondo esterno spesso vissuto dagli adulti come pericoloso, per cui il gioco spontaneo fuori dalle mura domestiche lontano dal proprio controllo viene tendenzialmente scoraggiato. Ne consegue che i ragazzi passino molto più tempo libero in casa, imparando sin dall'infanzia ad articolare la socialità e il divertimento intorno alla piazza virtuale. Lo testimoniano gli smartphone che sempre più spesso vengono utilizzati dai bambini per partecipare alle chat

con i compagni di classe della scuola elementare, e i videogiochi multiplayer che permettono di ingaggiare sfide e battaglie con gli stessi amichetti dal divano di casa. Così, quando questi ragazzini si affacciano all'adolescenza, l'universo digitale è un ambiente ormai noto, e un potente strumento a sostegno della crescita e del raggiungimento dei compiti evolutivi specifici di questa fase di vita.

L'uso dei social media (Instagram, TikTok) e dei videogiochi permette ai ragazzi di costruire uno spazio personale e personalizzato dove raccontare esperienze e aspirazioni, riservato alla cerchia di amici e tendenzialmente lontano dagli occhi indiscreti dei genitori. La dedizione con cui gli adolescenti si adoperano nella cura dei propri profili virtuali o nella scelta dei propri avatar nei giochi online risponde al bisogno evolutivo di costruzione identitaria e di nascita sociale nel mondo dei pari. Internet in questo senso offre uno spazio protetto, che consente di evitare lo sguardo giudicante degli altri, in particolare rispetto ad un corpo ancora in divenire e non sempre percepito

CATERINA BERTI CERONI

È una psicologa clinica e psicoterapeuta ad indirizzo psicodinamico. La sua formazione si è svolta principalmente a Torino, dove nel 2018 ha conseguito la Laurea Magistrale in Psicologia Clinica e di Comunità, e a Milano, dove nel 2023 si è specializzata in Psicoterapia Psicodinamica dell'Adolescente e del Giovane Adulto, presso l'Istituto Minotauro. Attualmente vive e lavora a Bologna, dove svolge attività di consultazione e psicoterapia con pre-adolescenti, adolescenti e giovani adulti, oltre che percorsi di sostegno alla genitorialità. Per informazioni: caterina.berti.ceroni@gmail.com, Centro Mood: 0516447480





Caterina Berti Ceroni

dal ragazzo come presentabile sulla scena sociale.

Ecco che le piattaforme virtuali offrono uno spazio di relazione mediata, e quindi controllabile, dove sperimentare i possibili Sé, in cui i giovani utenti possono esibire ruoli e pose differenti alla ricerca di conferme sociali. I feedback altrui, che sia esprimano in like, visualizzazioni, o nella vittoria del proprio alter-ego virtuale in una battaglia su console, contribuiscono all'elaborazione



Virginia Pupi

psichica della rappresentazione di Sé da parte dell'adolescente.

Solo in una minoranza di ragazzi si assiste ad un uso problematico di internet, in cui l'impiego incontrollato di uno schermo si accompagna ad una marcata problematicità a livello psicologico, sociale e scolastico (Young, 1996). Questo uso disfunzionale non si esplicita tanto nelle ore trascorse davanti ad un dispositivo, quanto nella qualità del tempo che vi viene speso: le attività che il giovane svolge sono funzionali alla sua crescita? Ovvero, rispondono ad un bisogno di socializzazione e costruzione identitaria? Affiancano e non sostituiscono la quotidianità scolastica e relazionale? Quando la risposta è negativa, spesso l'uso disfunzionale di internet è il sintomo di un disagio psicologico riguardante difficoltà attinenti all'esperienza di crescita. Esso può essere letto come

VIRGINIA PUPI

È una psicologa clinica, psicoterapeuta e dottoressa di ricerca in Scienze Pedagogiche.

Vive a Bologna dove svolge la libera professione di psicoterapeuta con adolescenti e giovani adulti. In qualità di assegnista di ricerca attualmente collabora con l'Università Statale di Milano su un progetto di terapie online con giovani in condizione di ritiro sociale o hikikomori. Conduce interventi di prevenzione ed educazione all'uso consapevole del digitale per associazioni, enti, scuole ed università.

Nel 2023 ha ottenuto la specializzazione in psicoterapia psicodinamica dell'adolescente e del giovane adulto presso la Fondazione Minotauro di Milano. Nello stesso anno ha conseguito un dottorato di ricerca presso il Dipartimento di Scienze Dell'Educazione dell'Università di Bologna nell'ambito dell'uso problematico dei social media. Dal 2019 al 2023 è stata cultrice della materia in Psicologia clinica e Tecniche di intervento nelle dipendenze patologiche presso la stessa università. I suoi interessi di ricerca riguardano l'uso di internet ed il suo impatto sulla salute mentale dei più giovani. È autrice di alcune pubblicazioni su riviste italiane ed internazionali ed ha collaborato alla stesura del libro curato dal Professor Diego Miscioscia *"I valori degli adolescenti. Nuove declinazioni degli ideali e ruolo educativo degli adulti"* (Franco Angeli, 2021).

Per informazioni: pupi.psicologia@gmail.com



DOCUMENTARSI E CHIEDERE AIUTO

- Lancini, M. (2020). Il ritiro sociale negli adolescenti: la solitudine di una generazione iperconnessa. Raffaello Cortina Editore.
- Spiniello, R., Piotti, A., & Comazzi, D. (2015). Il corpo in una stanza. Adolescenti ritirati che vivono di computer. Ed. FrancoAngeli.
- Miscioscia, D. (a cura di) (2021). I valori degli adolescenti. Nuove declinazioni degli ideali e ruolo educativo degli adulti. Ed. Franco Angeli.
- Riva, G. (2016). Selfie. Narcisismo e identità. Il Mulino.
- Turkle, S. (2015). La conversazione necessaria. La forza del dialogo nell'era digitale. Einaudi.
- <https://www.hikikomoriitalia.it/p/gruppo-genitori.html>

Per gli adolescenti:

- Burgassi, L. (2019). Social control. Le verità di Tim Works. Porto Seguro.

il tentativo del ragazzo di anestetizzare le proprie angosce, di silenziare i propri vissuti ansioso-depressivi, e di evadere, seppur temporaneamente, dai problemi.

Alcuni ragazzi, inoltre, che chiamiamo “sovraesposti virtuali”, attuano comportamenti disfunzionali online nel tentativo di salvaguardare la vitalità di un Sé sofferente, a causa dello scacco evolutivo nel processo di mentalizzazione del corpo, della costruzione dei propri ideali o della definizione dell'identità. Ci riferiamo in particolare a quegli adolescenti che mettono in atto pratiche di sexting (ovvero espongono parti di corpo immortalate attraverso foto e video che vengono fatte circolare in chat o in rete), o comportamenti di cyberbullismo (quali insulti, persecuzioni, in generale attacchi rivolti agli altri utenti), che attraverso l'aggressione virtuale dell'altro estroflettono la propria fragilità narcisistica.

Tra i comportamenti a maggior rischio annoveriamo anche le “tentazioni estreme” di internet, come i selfie pericolosi, le challenge, i gruppi «pro-ana», le chat che istigano all'autolesionismo o al suicidio. Sono tutti comportamenti espressione di conflitti interni all'ado-

ADOLESCENZE ONLINE TRA PERCORSI DI CRESCITA E RITIRO SOCIALE

lescente, che evidenziano la crisi evolutiva che sta attraversando e possono avere un chiaro intento comunicativo: agire virtualmente e quindi pubblicamente il comportamento pericoloso per sé o per l'altro è anche una richiesta di aiuto. Se questi ragazzi esprimono il proprio disagio utilizzando internet per manifestare l'angoscia che li anima, altri, definiti "ritirati sociali", utilizzano lo schermo per nascondersela. Per loro la rete può diventare l'unica finestra sul mondo esterno.

Di cosa parliamo quando facciamo riferimento al ritiro sociale? Sul finire del secolo scorso (1998) lo psichiatra Tamaki Saitō ha coniato il termine *hikikomori*, ossia "stare in disparte", per descrivere una nuova sindrome psico-sociale riscontrata tra gli adolescenti e i giovani adulti giapponesi. Gli individui che presentano questa condizione riportano evitamento sociale, fobia scolare e abbandono scolastico, apatia e stanchezza, inversione del ritmo sonno-veglia, nonché rabbia e dinamiche conflittuali in famiglia. Il fenomeno, diffusosi in tempi recenti a livello globale soprattutto nei paesi industrializzati, si caratterizza per l'auto-segregazione dell'adolescente all'interno della propria stanza e l'evitamento di tutte quelle situazioni che portano ad un incontro diretto con l'altro e con il suo sguardo, temuto poiché potenzialmente giudicante. In sintesi, gli adolescenti che soffrono di ritiro sociale, rinunciano ad investire nelle relazioni e nei contesti sociali e riducono il proprio raggio d'azione al perimetro delle mura domestiche; molto spesso soltanto a quello della propria stanza, nella quale passano la maggior parte del tempo, svolgendo le principali attività quotidiane.

Si è osservato che tale forma di disagio colpisce nella maggior parte dei casi adolescenti maschi, ma sono in aumento i casi di ragazze che manifestano una tendenza a evitare la scuola e la socialità allargata, sino a ritirarsi.

Per quanto riguarda l'insorgenza, in genere i primi segni di disagio si possono osservare già alle scuole secondarie di primo grado, ma l'esordio si colloca prevalentemente durante il primo anno di scuola secondaria di secondo grado, periodo in cui la costruzione di nuove relazioni è al centro dei compiti evolu-

tivi. Abbandonare la propria identità rassicurante di bambino, in favore della ricerca di un nuovo assetto identitario, può rivelarsi angoscioso per l'adolescente. In questa fase il ragazzo è chiamato a costruire relazioni coi coetanei senza la mediazione dell'adulto e a muoversi tra gli altri per mezzo di un corpo in costante trasformazione, nel quale può essere difficile riconoscersi e sentirsi a proprio agio. In un periodo in cui lo sguardo dell'altro, in particolar modo quello dei coetanei, è vissuto come cartina tornasole della propria accettabilità nel gruppo dei pari, sentimenti di esclusione e di inadeguatezza del proprio corpo possono portare alla conclusione che nasconderselo sia l'unica via di uscita.

L'inasprirsi estremo di queste difficoltà può spingere ulteriormente a sottrarsi all'incontro con l'altro, sino a rinunciare del tutto e a ritirarsi, pur di proteggersi da un contatto col mondo esterno che è sentito inaffrontabile a causa di un profondo senso di vergogna. Internet per gli adolescenti che faticano a sostenere la relazione diretta con l'altro, può configurarsi come l'unico spazio di incontro e socializzazione.

Nelle lunghe ore trascorse in camera, i genitori scoprono figli impegnati in battaglie tra clan e giochi di ruolo, attraverso i quali iniziano a misurarsi con altri coetanei oltre lo schermo, affrontando conflitti e costruendo alleanze, sotto forma di avatar, che altro non sono che un primo abbozzo simbolico della loro identità in via di definizione. In questo senso si può dire che internet svolga una funzione di difesa-riparo: ciò che nella realtà rischierebbe di ferire gravemente l'identità molto fragile dei ragazzi, nel mondo virtuale può essere sperimentato in maniera non troppo frustrante e mortificante, permettendo loro di conservare la propria vitalità.

In breve, non possiamo che suggerire agli adulti di incuriosirsi, seppur in modo discreto e non giudicante, verso i mondi virtuali degli adolescenti. Sia che essi siano alle prese con il lavoro adolescenziale di socializzazione e sperimentazione di Sé, sia che siano in difficoltà con questo difficile compito ed esprimano simbolici messaggi di sofferenza. Si tratta di entrare nel loro territorio, e da loro farsi guidare: solo così è possibile intercettare le loro paure ma anche i desideri che segretamente li animano dietro la luce di uno schermo.

TECHNOFERENCE

L'interferenza delle tecnologie digitali nelle relazioni umane rappresenta un fenomeno sempre più rilevante nella vita delle famiglie moderne. Con il proliferare degli smartphone, dei tablet e dei dispositivi connessi, l'interazione quotidiana tra genitori e figli sta cambiando. Si tratta di un impatto che, nel suo fluire discreto, ha modificato le modalità con cui i membri di una famiglia condividono il proprio tempo e le proprie emozioni. Ci si riferisce, nello specifico, alle interferenze nelle interazioni di prossimità, ovvero quei momenti quotidiani di presenza e condivisione tra persone che, anche solo fisicamente vicine, sono distanti emotivamente. Si tratta di un fenomeno visibile: una madre o un padre che, durante la cena, controllano lo smartphone invece di guardare negli occhi il proprio figlio, o un adolescente che preferisce chattare con gli amici online piuttosto che partecipare alla conversazione di famiglia, o un/a partner che non segue i nostri discorsi alla fine di una faticosa giornata di lavoro.

Questa interferenza può sembrare banale, quasi innocua, ma diversi studi hanno dimostrato che anche piccoli episodi di technoference possono minare la qualità delle relazioni familiari. I figli, ad esempio, possono interpretare questi comportamenti come segni di disinteresse o mancanza di disponibilità emotiva da parte dei genitori. Allo stesso modo, i genitori possono sentirsi frustrati o feriti se vedono i propri figli preferire uno schermo al dialogo diretto. Questo non solo influisce sulla qualità della relazione, ma può alterare la percezione stessa del legame affettivo, creando una sensazione di estraneità, di distanza, anche in contesti di vicinanza fisica.

Ma non incolpiamo internet! Questo fenomeno, in realtà, non è totalmente nuovo: in una forma diversa e con mezzi tecnologici più limitati, il cambiamento iniziò già nel secolo scorso con la diffusione di apparecchi come la radio e, successivamente, la televisione. Nel secolo scorso, infatti, questi due apparecchi furono le prime tecnologie di massa a entrare nelle case e a trasformare la vita domestica. Prima dell'avvento della radio, le serate in famiglia erano momenti di dialogo, di lettura collettiva, di racconto. Con l'introduzione della radio, la scena familiare iniziò a cambiare: l'ascolto divenne un'attività comune ma passiva, che non richiedeva interazioni dirette. Tuttavia, la radio manteneva ancora

un aspetto aggregante, poiché la famiglia si riuniva intorno a un solo apparecchio per ascoltare insieme le trasmissioni.

L'avvento della televisione amplificò questi effetti. La televisione divenne un elemento centrale nelle abitazioni, capace di monopolizzare l'attenzione di tutti i membri della famiglia e ridefinire i tempi di condivisione. Se prima la cena o le serate rappresentavano momenti di scambio, con la televisione questi stessi momenti diventarono sempre più silenziosi, caratterizzati da una vicinanza fisica ma una distanza emotiva. I genitori non interagivano più attivamente con i figli durante le serate, e i figli, a loro volta, non avevano spazi per esprimere i propri pensieri o sentimenti. Il rapporto genitore-figlio iniziò a subire l'influenza di un mezzo che, seppur meno invasivo degli attuali dispositivi digitali, generava una forma di *technoference ante litteram*.

Oggi, la technoference ha assunto forme ancora più pervasive. I dispositivi mobili e i social media non solo interrompono le interazioni, ma introdu-

Ilaria Cataldo



cono una dimensione di costante connessione che rende difficile stabilire momenti di reale presenza. Mentre radio e televisione rappresentavano un momento fisso e prevedibile, l'uso dello smartphone è costante e imprevedibile. I genitori rispondono alle notifiche in qualsiasi momento, rendendo le interazioni con i figli più frammentate e potenzialmente meno significative. I figli, d'altro canto, crescono in un ambiente dove la distrazione è la norma, e l'abitudine alla "scarsità di attenzione" potrebbe divenire un modello di interazione che essi stessi riprodurranno in futuro.

L'interferenza tecnologica moderna è più sottile, pervasiva e subdola rispetto a quella del passato. I genitori spesso giustificano l'uso costante dei dispositivi come necessità lavorativa o come un momento di svago innocente, ma l'impatto psicologico che ha sui figli è concreto: studi hanno rilevato che bambini e adolescenti esposti a forme intense di *phubbing* (da "snubbing", snobbare, e "phone", telefono, vale a dire non essere considerati da una persona perché intenta a usare lo smartphone o un device equivalente) possono sviluppare una percezione di sé più negativa, sentendosi trascurati o, peggio ancora, non degni dell'attenzione dei propri genitori.

Cosa si può fare, allora, per mitigare gli effetti dell'interferenza tecnologica e preservare l'autenticità dei legami familiari? Una strada percorribile è quella di stabilire delle "zone libere da tecnologia", dei momenti specifici in cui la famiglia può vivere uno spazio di interazione autentica, senza schermi. La cena può tornare a essere un'occasione di scambio e confronto, dove le esperienze della giornata trovano un luogo sicuro per essere raccontate e condivise. Analogamente, si possono riscoprire le uscite familiari, i giochi da tavolo o le passeggiate come modi per coltivare il rapporto senza distrazioni. Un'altra considerazione importante riguarda, ancora una volta, il modello di comportamento che i genitori forniscono ai figli: se i bambini osservano i genitori controllare compulsivamente i dispositivi, tenderanno a sviluppare un'abitudine simile, normalizzando questo comportamento.

La *technoference* rappresenta un'ulteriore sfida per le famiglie contemporanee alle prese con il mondo digitale, ma non è un destino ineluttabile:

ILARIA CATALDO

È psicoterapeuta a orientamento psicoanalitico, specializzata nei disturbi e comportamenti dell'età evolutiva e nel supporto alla genitorialità. Affianca al lavoro clinico l'approfondimento scientifico tramite collaborazioni di ricerca in ambito universitario in diversi atenei (Bologna, Parma, Trento) su temi legati alla realtà digitale e alle sue conseguenze "offline" nel benessere di individui e famiglie. Maggiori informazioni su www.ilariacataldo.net

è possibile contrastare l'impatto delle interferenze digitali recuperando l'importanza della presenza consapevole e del tempo condiviso.

Le famiglie possono scegliere di mettere al centro le relazioni umane, riscoprendo il valore del contatto, della parola e dello sguardo come strumenti di connessione. Le tecnologie, pur essendo parte integrante della vita moderna, non devono sostituirsi alla dimensione affettiva e relazionale: sta alla famiglia stabilire un equilibrio che permetta di godere dei benefici tecnologici senza sacrificare la qualità dei legami più importanti. La sfida, quindi, è duplice: da una parte, riscoprire il valore dell'attenzione e della presenza, dall'altra, imparare a gestire consapevolmente l'uso della tecnologia, affinché la *technoference* non diventi una regola, ma un'eccezione.

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Maria Luisa Genta "Bambini digitali? Cosa significa davvero mettere in mano ai nostri piccoli cellulari e device. Rischi e opportunità da 0 a 6 anni", Franco Angeli Editore
- Elvis Mazzoni e Martina Benvenuti "Educazione tecnologica e psicologia - Come cambiano e si sviluppano i nostri comportamenti", Maggioli Editore
- Danilo Piazza, Gianluigi Bonanomi, Maria G. Sala "Navigazione Familiare: genitori e figli INSIEME alla conquista della rete", Ledizioni ClasseWeb Books
- Giuseppe Riva, "Nativi digitali: crescere e apprendere nel mondo dei nuovi media", Edizioni Il Mulino.

EDUCAZIONE AL DIGITALE: PER CHI?

Quando mi sono seduto per scrivere questo articolo sul vastissimo tema delle tecnologie digitali la prima cosa a cui ho pensato è stata la parola 'ambivalenza'. Penso che non sia facile oggi approcciarsi al mondo digitale con un'opinione limpida, scevra di preconcetti e luoghi comuni: è un terreno estremamente complesso in cui il bianco e il nero non trovano spazio. È indubbio che le tecnologie digitali ci siano di enorme utilità, sono innegabili le loro risorse e le potenzialità intrinseche e non si può non prendere atto che semplicemente la nostra quotidianità vi è largamente strutturata intorno. Hanno rivoluzionato il mondo e pensarci senza di esse sembra impossibile, ci lascia quasi un senso di vuoto, ci troviamo in difficoltà. Lo sa bene chi dimentica il proprio cellulare o il pc di lavoro a casa prima di uscire. Forse ormai si è ribaltata la situazione e ciò che è sempre più rivoluzionario è invece ipotizzare un vivere lontano da esse, perché sono diventate parte di noi. E questo non può che far sorgere, anzi, deve far sorgere almeno qualche domanda, non può essere altrimenti.

Nella mia esperienza vedo i bambini esposti in età progressivamente più precoci a strumenti per i quali non hanno ancora le capacità di utilizzo (in termini di gestione di sé, conoscenza dello strumento e dei rischi connessi al suo utilizzo). Basta fare caso all'età dei bambini che al ristorante trascorrono tempo davanti a uno smartphone o a un tablet, o notare che questo fenomeno interessa sempre più spesso anche bambini in passeggino al di sotto dell'anno di vita. Non appena vi è la possibilità di tenere il capo eretto, ecco che i supermercati hanno lo strumento adatto, anzi lo strumento congenito. Nel vero senso della parola: congenito, presente fin dalla nascita.

Per quanto riguarda le evidenze scientifiche inerenti al ruolo dei genitori e della tecnologia, studi recenti hanno rilevato un fenomeno che ci invita a una riflessione e a una presa di coscienza: su bambini inferiori all'anno e ai sei mesi di vita, l'effetto che avrebbe un genitore depresso (Stil Face Effect) e un genitore costantemente distratto dal cellulare non differiscono di molto. Forse non dovrebbe stupirci che depressione e utilizzo smodato degli smartphone da parte degli adulti possano avere effetti simili in un bambino molto piccolo: manca l'attenzione, manca lo sguardo, il rispecchiamento emotivo ed

espressivo. Non si tratta di giudicare i genitori di oggi e, come diceva Donald Winnicott, noto medico e psicoanalista inglese del secolo scorso, quello di «essere genitori rimane forse il mestiere più difficile al mondo». Tuttavia non possiamo non prendere atto di ciò che vediamo, e fare nostro un pensiero critico e consapevole della realtà in cui viviamo.

La ricerca sta svelando che essere nativi digitali forse non è poi tutto quel vantaggio che pensavamo una volta. I bambini 'smart' non sono, purtroppo, necessariamente intelligenti in senso più ampio. Diminuisce il contatto con la realtà esperienziale, sensoriale. Ne sono testimoni insegnanti dei nidi, della scuola dell'infanzia, della primaria: i bambini sanno usare il cellulare meglio dei loro genitori, ma spesso non sanno allacciare una scarpa, incontrano molte più difficoltà nella lettura e nella scrittura, non sono a loro agio con quaderni e astucci. Aumenta l'iperattività, diminuiscono la capacità di attenzione, concentrazione, di gioco e di interazione.

Purtroppo i rischi per rispetto allo sviluppo non si limitano alla prima infanzia, ma interessano le varie fasi evolutive e anche negli adolescenti incontriamo oggi enormi difficoltà di relazione e di regolazione emotiva. Sono costantemente connessi, costantemente online e faticano a incontrare la realtà. Destano non poca preoccupazione i dati sul ritiro scolastico e sociale, sempre più quelli che la clinica chiama hikikomori, ragazzi per cui la tecnologia diventa più rassicurante e familiare della realtà, ragazzi che si chiudono in una camera e vivono (in) una realtà quasi interamente digitale.

Come già detto, in questo territorio non c'è spazio per analisi in bianco e nero, non possiamo demonizzare la tecnologia o pensare, almeno ad oggi, di poterne fare a meno. Dobbiamo convivere e conoscerla davvero,





Ugo Angelo Salizzoni

con i suoi pregi e difetti, in tutte le sue premesse. Per poter noi essere buoni utilizzatori, non dipendenti ma liberi fruitori dobbiamo

riconoscerne i limiti, consapevoli delle sue più invadenti caratteristiche, osservarne e conoscerne gli esiti, saper porci alla giusta distanza.

La soluzione non può essere esclusivamente quella di staccare la spina, ma ritrovare il desiderio e gli strumenti per vivere una tecnologia in armonia con la vita reale e sensoriale, una tecnologia

UGO ANGELO SALIZZONI, classe 1996, è laureato in psicologia clinica e sociale all'università degli studi di Parma. Attualmente lavora come psicologo clinico e psicologo scolastico presso istituti scolastici nel territorio bolognese. I suoi interessi professionali riguardano la "connessione" a quelle realtà digitali che sempre più permeano tutto il tessuto sociale e in particolare le fasce più giovani.

che migliori la vita quotidiana senza alterarne i suoi ritmi naturali. Una *téchne* in contatto con il logos, un operato, un saper fare che possa trovare espressione, parola, significato.

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Crescere con gli schermi digitali - Guida essenziale per genitori connessi, testi di Marco Grollo. MEC Media Educazione Comunità 2020
- Serge Tisseron. 3-6-9-12. Diventare grandi all'epoca degli schermi digitali. La Scuola Editrice 2016
- Michel Desmurget, Il cretino digitale. Difendiamo i nostri figli dai veri pericoli del web. Rizzoli 2020
- Veronica Barassi I figli dell'algoritmo. Sorvegliati, tracciati, profilati dalla nascita. Luiss, 2021
- Maurizio Fea, Spegni quel cellulare. Le tecnologie tra cattive abitudini e dipendenze. Carocci 2019
- Jaen M. Twenge, Iperconnessi. Perché i ragazzi oggi crescono meno ribelli, più tolleranti, meno felici e del tutto impreparati a diventare adulti. Einaudi 2019
- Alberto Pellai, Barbara Tamborini, Vietato ai minori di 14 anni. Sai davvero quando è il momento giusto per dare lo smartphone ai tuoi figli? De Agostini 2021
- Jordan Shapiro, Il metodo per crescere i bambini in un mondo digitale. Newton Compton Editori 2019
- Lisa Iotti, 8 secondi. Viaggio nell'era della distrazione. Il Saggiatore 2020
- Simone Lanza, Perdere tempo per educare. Educare all'utopia nell'epoca del digitale. WriteUp Site 2020
- Shoshana Zuboff, Il capitalismo della sorveglianza. Il futuro dell'umanità nell'era dei nuovi poteri. Luiss 2019



SHARENTING: IL PARADOSSO DELLA CONDIVISIONE DIGITALE PER I GENITORI

Viviamo in un'epoca in cui, grazie alla tecnologia, abbiamo l'opportunità di registrare e condividere i momenti più preziosi della vita dei nostri figli. È naturale, come genitori, voler celebrare le loro piccole e grandi conquiste, immortalare le loro prime volte, conservare tracce indelebili della crescita che appare sempre troppo rapida. Ma quanto questo impulso a condividere pubblicamente risponde a un desiderio autentico e quanto, invece, si lega a una sorta di rappresentazione che ci fa sentire visti e ci rassicura? Questo fenomeno, noto come *sharenting* (da "share", condividere, e "parenting", genitorialità), si inserisce in una zona delicata, dove la protezione dei figli e il bisogno di appartenenza sociale dei genitori si scontrano in modi spesso complessi e contraddittori.

Quando un genitore pubblica una foto del figlio, generalmente lo fa con l'autentica intenzione di condividere un momento di gioia, forse anche per ricreare quella rete di sostegno sociale che, in molti contesti, oggi appare frammentata. Pubblicare diventa allora una dichiarazione di affetto e di vicinanza nei confronti della prole, una dichiarazione però rivolta a un pubblico vasto e non (solo) al diretto interessato. Tuttavia, questa pratica porta con sé un altro livello di significato, cioè di rispondere a un modello sociale di "buona genitorialità," che porta a esporre la propria vita

familiare per aderire a un'immagine condivisa e collettivamente approvata.

Il paradosso è evidente: da una parte c'è il desiderio di rendere partecipi amici e familiari della propria quotidianità; dall'altra, un'esigenza di rappresentazione che ci colloca sul palcoscenico virtuale, spingendoci, come ologrammi, a mostrare il meglio di noi (che sicuramente corrisponde a una porzione di realtà, ma non alla sua totalità) e magari anche cercare o trarre delle gratificazioni da questa esposizione. Eppure c'è da domandarsi quale sia lo scotto, il prezzo da pagare: in che misura stiamo rispettando il diritto dei nostri figli a "essere", più che "essere mostrati"?

Il diritto alla privacy dei figli è un tema che si fa sempre più pressante e che chiama tutti gli adulti – genitori e non – a una profonda riflessione. Ogni foto, ogni post rappresentano momenti che restano, tracce di un'identità digitale che cresce con i bambini e li definisce, spesso ben prima che loro stessi siano pronti, una volta post-adolescenti, a definirsi.

Ogni immagine pubblicata, ogni dettaglio condiviso contribuisce a costruire una narrativa che, a lungo termine, potrebbe non rispecchiare più chi sono realmente, vincolando loro a un passato scel-



BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Gianluigi Bonanomi, Fiorenzo Pilla, "Prontuario per genitori di nativi digitali: 100 domande e risposte su tecnologia e genitorialità", Ledizioni.
- Gianluigi Bonanomi "Sharenting: Genitori e rischi della sovraesposizione dei figli online", Mondadori Università
- Davide Cino "Sharenting. I dilemmi della condivisione e la costruzione sociale della «buona genitorialità digitale», Franco Angeli Editore
- Simone Cosimi e Alberto Rossetti "Nasci, cresci e posta – I social network sono pieni di bambini: chi li protegge?", Editore Città Nuova

to da altri. Questa "impronta digitale" può trasformarsi in un fardello per il minore che, crescendo, potrebbe non riconoscersi in quella rappresentazione e avvertire un senso di disagio. È importante, quindi, interrogarsi su quali siano i confini tra il rispetto della privacy dei figli e il bisogno di condivisione dei genitori nel tentativo di conservare il diritto a essere sé stessi, senza essere osservati e giudicati, che è alla base di una sana costruzione identitaria.

Un altro punto delicato e che richiede attenzione risiede nel fatto che pubblicare momenti privati dei minori senza il loro consenso può intaccare quel legame ancestrale e prezioso che è il rapporto di fiducia tra genitori e figli. Quando una persona si trova esposta, soprattutto in situazioni intime o imbarazzanti, può sentirsi tradita e percepire di non essere stata rispettata nella sua individualità; questa sensazione è amplificata se quella persona è un minore, la cui tutela è prerogativa dei suoi *caregivers*: il tradimento percepito rischia di rompere la fiducia reciproca, portando i bambini – futuri ragazzi – a cercare di ritagliarsi uno spazio privato, spesso più nascosto e inaccessibile ai genitori.

Questa fuga verso una maggiore riservatezza può portare, paradossalmente, a un allontanamento emotivo e a un "effetto boomerang": i figli tendono a chiudersi, a sottrarsi da una dimensione familiare percepita come invadente. I genitori, nel tentativo di consolidare il proprio ruolo affettivo e di "buoni genitori", finiscono talvolta per eccedere nella condivisione online, trascurando che la protezione della dimensione privata è essenziale per preservare l'intimità e la connessione autentica.

Per proteggere il benessere psicologico dei figli e accompagnarli verso una sana relazione con il mondo digitale, è utile riflettere su alcune linee guida:

1 Rispetto della Privacy: Prima di condividere una foto o un dettaglio intimo dei nostri figli,

chiediamoci se stiamo tutelando la loro dignità e il loro diritto alla privacy. È utile chiederci non tanto "perché", piuttosto "per chi?"

2 Ascolto e Consenso: Soprattutto con i bambini più grandi e i ragazzi, chiedere il permesso prima di pubblicare è un atto di rispetto che contribuisce a consolidare il legame di fiducia. L'adolescente, così, si sente considerato e rispettato, e questo rafforza il dialogo e la comprensione reciproca.

3 Protezione dei Dati Sensibili: Evitare di pubblicare informazioni che possano renderli facilmente rintracciabili, come nome, scuola o luoghi frequentati, rappresenta una semplice ma efficace precauzione per la loro sicurezza.

4 Promuovere la Loro Autonomia: Accompagnare i figli nel costruire un'identità digitale propria è fondamentale per la loro crescita. Evitare di imporre un'immagine ideale da cui potrebbero sentirsi ingabbiati, e lasciare invece che siano loro a scegliere come e quando raccontarsi.

5 Essere Modelli Positivi: I genitori sono il primo punto di riferimento per l'uso consapevole dei social media. Mostrare un approccio ponderato alla condivisione insegna ai ragazzi a usare il digitale in modo sicuro e rispettoso, senza rinunciare alla propria privacy.

Lo sharenting rappresenta un dilemma moderno che invita e spinge i genitori a riflettere sulla propria responsabilità nell'accompagnare i figli, non solo nel mondo fisico ma anche in quello digitale. La cura e la protezione, infatti, passano anche dalla capacità di mettere in discussione il proprio bisogno di condivisione, lasciando spazio all'identità dei ragazzi, tutelando la loro individualità e offrendo loro la possibilità di costruirsi una vita online autonoma e rispettosa della loro essenza ed esistenza. In fondo, la sfida è quella di coltivare una genitorialità che non abbia bisogno di "dimostrare" nulla agli altri, ma che sia attenta a ciò che serve davvero ai figli: un ascolto profondo e uno spazio sicuro in cui crescere.

INTELLIGENZA ARTIFICIALE E COMPETENZE TRASVERSALI: UNA SINERGIA PER GIOVANI, LAVORO E FUTURO

Di questi tempi anche noi siamo chiamati a parlare di Intelligenza Artificiale. Una delle definizioni generali scrive: “L’intelligenza artificiale (IA) è una tecnologia avanzata che simula e potenzia le capacità cognitive umane, come l’apprendimento, il ragionamento, l’analisi e la comprensione di dati. L’IA si basa su algoritmi e modelli matematici per elaborare informazioni e svolgere compiti complessi in modo rapido ed efficiente, nello specifico l’intelligenza artificiale è un campo di studio interdisciplinare che combina informatica, matematica, neuroscienze e altre discipline per creare sistemi capaci di eseguire operazioni o apprendere comportamenti tipicamente umani, come rispondere a domande, riconoscere immagini, analizzare dati, prendere decisioni e persino simulare interazioni sociali”.

Partendo da questo assunto, l’unica cosa che ritengo possa portare valore aggiunto è la mia esperienza sul campo. Lavoro in un’azienda informatica di Verona che esiste da più di 20 anni (www.p-lab.it), ho un ruolo di responsabili-

tà nell’ambito delle Risorse Umane e ho circa 20 persone da far crescere in termini di “soft skill” ovvero quelle competenze trasversali necessarie oltre alle competenze tecniche.

L’utilizzo dell’AI fa già parte del 50% del mio tempo tempo nell’automatizzare alcune mansioni come: strutturare dei report da condividere con altre persone, generare immagini promozionali, creare dei mini-corsi formativi interni, assemblare testi su tendenze sociali emergenti, aggregare informazioni statistiche utili a prendere determinate decisioni, far emergere contributi moderni di psicologia del lavoro; proporre suggerimenti professionali su normative e novità legate al mondo delle Risorse Umane..

In azienda abbiamo anche persone che operano nel volontariato e l’Intelligenza Artificiale aiuterà loro nell’avere accesso a competenze tecniche necessarie (Marketing, Assistenza Tecnico-Amministrativa, Assistenza Legale, ecc) funzionali a far crescere le Associazioni in termini di



Immagine creata con AI

numeri e valore a costo quasi zero (se non l'investimento di tempo nella ricerca effettiva delle informazioni).

Oggi tutte le Associazioni hanno bisogno di volontari, ma anche di competenze, perché il mondo è troppo complesso per non averle. L'Intelligenza Artificiale potrebbe essere un *SuperConsulente* esperto in tutto in grado di aiutare l'Associazione a prosperare nella causa.

Quello che emerge da questa micro fotografia è che mentre l'IA sarà in grado di rivoluzionare il nostro approccio alla ricerca e al sapere, l'idea che mi sono fatta è che **l'essere umano dovrà imparare sempre meglio a porre domande ben formulate in modo critico e incrementare le proprie competenze trasversali (soft skills):**

Esempi di queste competenze sono:

- **Comunicazione:** la capacità di esprimersi chiaramente, ascoltare gli altri, e adattare il proprio stile comunicativo in base al contesto;
- **Teamwork (Lavoro di squadra):** la capacità di collaborare efficacemente con gli altri, di ascoltare e dare feedback;
- **Problem-solving:** la capacità di analizzare situazioni complesse e trovare soluzioni pratiche ed efficaci. Include la creatività e l'adattabilità nelle soluzioni;
- **Gestione del tempo:** l'abilità di organizzare e pianificare il proprio lavoro in modo efficace per rispettare scadenze e priorità;
- **Leadership:** capacità di ispirare, motivare e guidare un gruppo, anche se non si ricopre un ruolo formale di leader. Include anche la gestione delle risorse e la decisione sotto pressione;
- **Empatia:** comprendere e rispondere alle emozioni e ai bisogni degli altri;
- **Flessibilità e adattabilità:** la capacità di adattarsi ai cambiamenti, di affrontare l'incertezza e di essere proattivi di fronte a nuove sfide;
- **Pensiero critico:** la capacità di analizzare e valutare le informazioni in modo obiettivo per prendere decisioni informate. È una competenza utile per affrontare situazioni complesse e in continua evoluzione;
- **Intelligenza emotiva:** la capacità di riconoscere e gestire le proprie emozioni e quelle degli altri in modo sano e positivo. È fondamentale per costruire relazioni solide e per una buona

gestione dello stress.

- **Networking:** la capacità di costruire e mantenere relazioni professionali. Questo aiuta non solo nel contesto di carriera ma anche nella creazione di opportunità collaborative.

Il Pensiero Critico merita un approfondimento a parte perché vorrebbe essere un mio grido di battaglia per il prossimo futuro; **promuovere la Cultura del Dubbio e del Dubitare:** dubitare è una pratica fondamentale, poiché favorisce una maggiore profondità e accuratezza nella comprensione e nella valutazione delle informazioni. Questo approccio comporta numerosi vantaggi:

- il dubbio ci spinge a non accettare le informazioni in modo passivo, ma ad esaminarle da diverse prospettive;
- stimola un approccio più obiettivo;
- promuove la crescita intellettuale;
- permette di rivedere convinzioni e adattare a nuove evidenze o prospettive;
- incrementa l'autonomia di pensiero e di indipendenza mentale: non ci si limita a seguire opinioni altrui o luoghi comuni, ma si sviluppa un punto di vista personale basato sull'analisi.
- riduce il rischio di essere influenzati da argomentazioni persuasive ma fallaci;
- nutre il confronto, stimolando il dialogo e la collaborazione per giungere a soluzioni migliori;
- mettendo in discussione le idee esistenti, si aprono spazi per nuove intuizioni e innovazioni creative.

Ma torniamo a i giovani.

Alcuni esperti e demografi si riferiscono alla generazione dei ragazzi nati negli anni 2020 come la Generazione Alpha o, talvolta, "Gen Alpha". La Generazione Alpha si prevede che sarà la più tecnologicamente avanzata, crescerà in un mondo altamente digitalizzato, con un forte impatto dell'intelligenza artificiale in ogni aspetto della vita quotidiana. La loro educazione e socializzazione saranno fortemente influenzate da queste tecnologie, e molti dei loro comportamenti e atteggiamenti si modelleranno sulla base dell'accesso a dispositivi digitali e piattaforme online sin dalla tenera età.

INTELLIGENZA ARTIFICIALE E COMPETENZE TRASVERSALI: UNA SINERGIA PER GIOVANI, LAVORO E FUTURO

Come resp. risorse umane e lavorando con i più giovani sono consapevole che **non posso in alcun modo porre resistenza alla loro modalità di pensiero. Posso solo assecondarla con un confronto verbale diretto dai toni costruttivi. Un ascolto empatico** decisamente dispendioso, ma strettamente necessario per costruire qualcosa a lungo termine. Sono abbastanza convinta che gli strumenti cambieranno sempre e spesso ma l'essere umano rimarrà sempre tale con i suoi bisogni primari (cit. la famosa Piramide dei Bisogni di Maslow).

Pericoli? Sì, ce ne saranno ed il dibattito etico è già acceso. Tuttavia come esseri comunitari affronteremo anche quello. Quante piaghe sociali sono già state affrontate dall'Essere Umano? Povertà, discriminazione razziale, malattie infettive, conflitti bellici, ingiustizie sociali e politiche, crisi migratorie e rifugiati, criminalità e violenza, cambiamento climatico... Forse è insito nella vita stessa questa continua "ricerca creativa", nel trovare una via di connessione Superiore in grado di dare sempre nuova ispirazione per agire nella speranza di costruire un mondo migliore.

Sono nata idealista, con il tempo sono diventata realista, tuttavia mi piace pensare che ognuno di noi possa attuare il libero arbitrio prendendosi la responsabilità di contribuire al miglioramento del mondo con quello che può. Non serve andare da lontano. Basta iniziare a fare qualcosa nel proprio Paese di residenza. Ma servono azioni, coraggio, determinazione, perseveranza e l'unione tra più menti. **Riusciranno i nostri eroi? Ora et Labora diceva Benedetto da Norcia**, questo è il mantra che vorrei passare alle future generazioni.

E ora, visto che si parla di giovani, ho pensato di sentire il loro parere.

E voi ragazzi, cosa ne pensate? Come state utilizzando l'AI nella vostra quotidianità? Perché la consigliereste? Scrive **India Nicolis**, laureanda in Bioinformatica, neo-assunta in P-LAB (Verona): "Quando si parla di intelligenza artificiale (AI) in contesti scolastici, spesso prevale una visione negativa: si teme che gli studenti la utilizzino unica-

mente per copiare e risolvere esercizi al posto loro. Questo timore, per quanto comprensibile, rischia di offuscare le reali potenzialità di strumenti come ChatGPT, che possono invece diventare preziosi alleati nell'apprendimento.

Immaginiamo, ad esempio, uno studente che fatichi a comprendere un argomento di fisica, nonostante lezioni in classe e spiegazioni approfondite. In questi casi, l'AI può offrire un

supporto personalizzato: è possibile chiedere una spiegazione alternativa, approfondire punti specifici, esplorare esempi pratici o applicazioni concrete. Se la risposta iniziale non è chiara, lo studente può riformulare la domanda o chiedere ulteriori dettagli, attivando un dialogo che si adatta alle sue esigenze di apprendimento. In questo modo, l'intelligenza artificiale diventa uno strumento integrativo, non sostitutivo, per il percorso educativo.

Anche nella vita quotidiana, l'AI si dimostra un alleato versatile. Quante volte ci troviamo senza idee su cosa preparare per cena? Basta chiedere all'intelligenza artificiale di proporre un piano alimentare: se le proposte non ci convincono, possiamo modificarle specificando ingredienti, modalità di cottura, calorie o esigenze particolari. E se ci accorgiamo di non avere nulla in dispensa, l'AI può persino creare una lista della spesa su misura, pronta per essere utilizzata.

L'intelligenza artificiale è uno strumento potente e flessibile. Per superare le critiche e i timori legati al suo utilizzo, è importante concentrarsi sulle sue infinite possibilità positive. Con un po' di creatività, l'AI può semplificare la vita, migliorare l'apprendimento e offrire soluzioni innovative per una vasta gamma di situazioni".

Dice invece **Manuel Chiocchetta**, under 30,

India Nicolis





Manuel Chiocchetta



Ilaria Piccoli Mariotto

Sviluppatore Junior con qualche anno di esperienza alle spalle: *l'Intelligenza Artificiale per molti è un fedele compagno che aiuta risolvere i più disparati problemi quotidiani, per altri il demone da evitare, una minaccia che punta a sovvertire l'importanza dell'intelletto umano nel progresso culturale e tecnologico. Personalmente da sviluppatore di software la utilizzo ogni giorno, rende il mio lavoro più veloce, report automatizzati, generazione di codice, trascrizione da audio a testo, tutte cose molto utili per migliorare l'operatività nell'intento di semplificarmi la vita.*

*La parola chiave qui è "strumento", perché di questo si tratta quando si parla di AI; come le più grandi scoperte dell'uomo, dal fuoco alla ruota dai mattoni all'acciaio, dall'elettricità ai computer, **Strumenti... questo sono, e in quanto tali non sono né buoni né cattivi, piuttosto la responsabilità ricade su chi li utilizza. L'unico e vero responsabile come sempre è l'uomo.***

*Posso scommettere quasi con certezza che da bambini eravate soliti accendere la luce prima di addentrarvi una stanza per la paura che il buio e l'ignoto suscitavano in voi, allo stesso modo dovrete accendere la luce su quello che l'intelligenza artificiale può fare, e quali sono i suoi limiti evaporando ogni paura e dubbio in merito, **in fondo se siete dei boomer ricorderete i tempi degli scooter e delle corse selvagge con gli amici, non penso che un computer possa essere più pericoloso, perciò se siete preoccupati che possa sostituirsi a voi o ai vostri figli nel lavoro, vi lascio con un pensiero condiviso tra la comunità informatica: "Non sarà l'AI a rubarti il lavoro, ma la persona in grado di usarla meglio".***

Aggiunge **Ilaria Piccoli Mariotto** che, dopo una laurea in informatica, sta concludendo l'aprendistato di 30 mesi in ambito IT: *"L'intelligenza artificiale è diventata un supporto indispensabile nel mio quotidiano, sia nel lavoro che nel tempo libero. Recentemente per esempio, mi ha facilitato*

lo studio di alcuni linguaggi informatici come Next.js, un framework basato su React, aiutandomi a strutturare progetti e comprendere il codice rapidamente. Sul lavoro,

l'AI si è rivelata preziosa nell'analizzare il codice scritto da altri colleghi e nel suggerirmi soluzioni per ottimizzare quello che sviluppo personalmente ogni giorno. È stata anche utile in situazioni più specifiche, come la ricerca di plugin (componenti aggiuntivi necessari in alcuni progetti) per una versione obsoleta di WordPress (una piattaforma per la creazione di siti internet), rispetto a ricerche online che si erano rivelate disperse.

Nel tempo libero invece, uso l'IA per ricevere suggerimenti su letture, film e serie TV, in base ai miei gusti e preferenze. Così facendo, posso scoprire nuovi contenuti interessanti e affini, senza dover sprecare tempo nella ricerca."



Hai qualcosa da dirci? La tua opinione conta!

Aiutaci a rendere la nostra rivista sempre più interessante e vicina alle tue esigenze. Scansiona il QR Code in alto e compila il nostro modulo: potrai condividere i tuoi pensieri e suggerire argomenti che ti piacerebbe leggere nei prossimi numeri.

La tua voce è importante. Non lasciartela scappare!

Nel buio creato dalle guerre e dall'inimicizia tra i popoli viene una Luce nel mondo. Viene con le sembianze di un bambino, adagiato in una povera mangiatoia, disarmato e a braccia aperte a mostrare il volto di Dio.

Disarmiamoci anche noi dei nostri egoismi e spalanchiamo il cuore alla Luce che viene per la nostra salvezza, testimoni della speranza che alimenta la nostra fede.

Con questo auspicio, insieme a tutto il Comitato Esecutivo Nazionale, vi invio i più sinceri auguri di un Santo Natale

Umberto Palaia

Presidente Nazionale AGeSC

A Tempo Pieno

Notiziario dell'Associazione Genitori Scuole Cattoliche
Agesc N.3 – Anno XIX – Settembre 2024
SPEDIZIONE IN ABB. POSTALE - AUT. N 402/2019
PUBBLICAZIONE INFORMATIVA NO PROFIT
Aut. n°30 del 26/1192004 Tribunale di Bergamo

Direttore responsabile
Roberto Zoppi

Responsabile Ufficio Stampa
Alice Manganotti

Redazione
Via Aurelia, 796 – 00165 Roma
T. 06/83085.5331 – f. 06/83085.5333
segreteria.nazionale@agesc.it
www.agesc.it

Comitato di redazione
Elsa Ganassini Capo redattore
Umberto Palaia
Margherita Siberna Benaglia

Foto: Pixabay

Impaginazione:
graficar38@libero.it

Stampa:
Mediagraf - Noventa Padovana