



BAMBINI E NUOVE TECNOLOGIE

E' giusto o sbagliato permettere ai bambini di usare Smartphone e Tablet?

“Si stava meglio quando si stava peggio!”

Spesso anche noi abbiamo utilizzato questa frase riferendoci con rimpianto e malinconia al passato, alla nostra infanzia o adolescenza dove non c'era *“tutto quello che c'è oggi”* e ci diciamo che forse *“si stava meglio prima”*.



Non ho una risposta a questa domanda, non so dirvi se si stava meglio all'epoca dei nostri nonni o a quella dei nostri genitori; purtroppo o per fortuna però il tempo non può essere fermato, neanche le scoperte scientifiche e le tecnologiche: **dobbiamo imparare a convivere e adattarci ai cambiamenti in modo intelligente e critico.**

In questo articolo vorrei parlarvi della relazione tra bambini e nuove tecnologie. Argomento spesso dibattuto in serate di formazione per genitori e insegnanti, sul quale si concentrano molte ricerche scientifiche e l'attenzione di esperti accreditati. In che modo le tecnologie digitali stanno trasformando le vite, le abitudini, le abilità cognitive e i comportamenti non solo dei bambini, ma anche di noi adulti?

Molti neuroscienziati mettono in guardia dagli effetti negativi della multimedialità: *l'eccesso di stimoli a cui siamo sottoposti durante l'uso di internet determina un sovraccarico cognitivo nella memoria di lavoro impedendo la formazione di connessioni neurali profonde e a lungo termine. Navigare in internet, ma anche giostrarsi tra diverse conversazioni in chat, è sostanzialmente un processo di decision making durante il quale, però, le informazioni sottoposte alla nostra attenzione sono troppe e ci distraggono dal compito di comprendere appieno ciò che stiamo leggendo* (Carr, 2010; Dalton, 2013).

A chi non è capitato, infatti, di inviare un messaggio alla persona sbagliata perché non avevamo letto correttamente il nome nella infinita lista di contatti del nostro smartphone o perché eravamo impegnati in altre cinque conversazioni contemporaneamente?

Per quanto riguarda la relazione tra nuove tecnologie e bambini da un'indagine condotta dal Centro per la Salute del Bambino Onlus di Trieste in collaborazione con l'Associazione Culturale Pediatri risulta che il **60 % dei genitori permette ai propri figli dell'età di 2 anni di usare il cellulare di mamme e papà. Fra 3 e 5 anni di età, l'80% dei bambini è in grado di usare il telefonino.**

Insomma, i bambini, non sanno ancora leggere e scrivere, ma già sono in grado di interfacciarsi con il “mondo virtuale”, interagendo con esso usando la punta del proprio dito indice.



E' qualcosa di veramente incredibile: il bambino sa perfettamente come utilizzare il touchscreen, muoversi all'interno delle diverse applicazioni e selezionare l'icona della sua App preferita. Questa "competenza digitale" dei bambini in età prescolare è certamente un'abilità nuova che ha un effetto sulla formazione di abilità intellettive e quindi può rappresentare una risorsa per lo sviluppo.

Come in tutte le cose è l'uso e l'abuso che se ne fa a determinarne un rischio, soprattutto quando si tratta dell'uso delle tecnologie con bambini così piccoli. Nello schermo di uno smartphone o di un tablet vengono stimolati prevalentemente soltanto due sensi (vista e udito), la multidimensionalità del mondo reale viene meno. Allo stesso tempo, il mondo virtuale propone ai bambini una realtà "aumentata", basata su iper-stimolazione ed iper-eccitazione. Se osserviamo i bambini nella loro relazione con i tablet o gli smartphone ci sembrano ipnotizzati: i colori, le luci, i suoni e la velocità di movimento delle immagini hanno un "potere magico": il corpo è immobile, ma la mente è super eccitata e stimolata.

Tratti in inganno dall'apparente tranquillità del corpo ecco che l'equazione è subito fatta: *"dagli il telefonino così si calma!"*.

Molti genitori usano quindi lo schermo di smartphone e tablet come se fossero delle Baby Sitter sempre capaci di "calmare" i capricci di un bambino che richiede attenzione. E' successo a tutti di utilizzare queste magiche baby sitter, non c'è da sentirsi in colpa se presi dall'exasperazione, dalla stanchezza e dall'ennesimo capriccio abbiamo permesso ai bambini di usare il nostro telefonino per avere *"un po' di silenzio e di pace"*.

Ma **ATTENZIONE**: la somministrazione di questo tipo di tranquillante non deve diventare un'abitudine, una routine, ma rappresentare l'ultima spiaggia, la carta da giocare quando le abbiamo provate davvero tutte.

Quella richiesta di attenzione del bambino, quel capriccio che sembra infinito a volte è legittimo. Provare a rispondervi all'interno di una relazione che si basa sulla *comprensione* dei suoi vissuti emotivi, sul *gioco attivo*, sulla *lettura di libri*, sulla *manipolazione* di materiali e giocattoli adatti all'età prescolare è fondamentale per la costruzione di quella intelligenza emotiva e sociale del bambino (vedi articolo sulla gestione efficace dei capricci e l'importanza delle regole). Per svincolarci, però, dall'idea e dall'uso di smartphones / tablet come baby sitter e quindi farne un uso scorretto; oppure dall'altro lato proibirli totalmente e pensare di far crescere i bambini tenendoli lontani dai telefonini e demonizzando queste nuove tecnologie; dobbiamo provare a pensare che hanno una loro utilità e che possono essere utilizzati in maniera efficace anche con i bambini molto piccoli.

L'associazione dei pediatri statunitensi, infatti, ha affermato che le nuove tecnologie vanno bene in età prescolare *"se permettono ai bambini di guardare filmati di natura in rete, usare Skype per mantenere la relazione con i nonni che vivono lontano, ascoltare musica o cercare ricette per prepararle insieme ad un adulto"*.

Si tratta di utilizzi in cui l'adulto ha chiaro che cosa sta facendo il suo bambino e perché lo sta facendo con uno smartphone. In queste occasioni il genitore è lì con il bambino, condivide con lui l'esperienza e l'attenzione. Se, invece, un bambino in età prescolare usa una tecnologia senza un



adulto di fianco, “perché così sta calmo” e tra l’altro tale uso interferisce con sonno, pasti ed esperienza scolastica, la bocciatura dei pediatri è completa e su tutta la linea: *“questo ingresso precoce della virtualità danneggia il processo di crescita dei bambini, che hanno bisogno di conoscere la realtà con tutti i cinque i sensi”*.

Sulla base di questi studi scientifici è fondamentale quindi **limitare** il tempo di visione dei contenuti sullo schermo; **scegliere** i contenuti da far vedere ai bambini, **condividere** la fruizione e la visione di programmi ed esperienze insieme ai bambini per poterli **guidare** e **supportare**.

E ancora programmare dei momenti e dei luoghi che prevedendo aree “screen free” all'interno della giornata e selezionare contenuti di qualità, garantiti per la fascia d'età del bambino.

“Il mondo va toccato, sentito con tutti i cinque sensi e le relazioni vanno vissute nella dimensione concreta e reale, guardandosi negli occhi, ascoltandosi e “sentendosi” non solo con le orecchie, ma anche con il cuore e con la mente.”

(Alberto Pellai)