

Recensione. Jean-François Bach, Houdé Olivier, Léna Pierre, Tisseron Serge, Académie des Sciences, *Il bambino e gli schermi. Raccomandazioni per genitori e insegnanti*. Edizione italiana a cura di Paolo Ferri e Stefano Moriggi. Milano: Guerini (2016)

“Il bambino e gli schermi”: un accostamento che può suscitare preoccupazioni e timori. Ma preoccupazioni e timori sono tutti fondati? Il confine tra il pericolo e le potenzialità del mezzo non è sempre chiaro. Uno studio accurato come quello condotto dall’Académie des Sciences può aiutarci a fare ordine e a chiarire i numerosi dubbi relativi alla relazione tra bambini, adolescenti e tecnologie. L’edizione italiana del volume, curata da Paolo Ferri e Stefano Moriggi, ci permette di conoscere i risultati della ricerca interdisciplinare condotta in Francia nel 2013 in relazione all’utilizzo dei dispositivi digitali da parte dei bambini e integra “i dati scientifici della neurobiologia, della psicologia, delle scienze cognitive, della psichiatria e della medicina con la realtà in rapida evoluzione delle tecnologie digitali e della loro utilizzazione” dalla nascita all’adolescenza (p. 14).

Il digitale fa parte della nostra quotidianità, inserendosi in contesti e situazioni diverse. Le raccomandazioni o linee guida, elaborate a partire dai risultati della ricerca e rivolte a genitori, insegnanti e formatori considerano questi aspetti e forniscono un primo e generale criterio: un utilizzo equilibrato e organizzato degli schermi può essere positivo fin dalle prime età.

Un secondo criterio generale – che emerge dai dieci capitoli in cui sono state presentate le tappe della ricerca – è dato dalla centralità dei processi educativi e della media education. Dal momento che l’uso degli schermi può comportare dei vantaggi e dei rischi patologici, il lavoro muove i passi dalla consapevolezza che un allenamento all’autoregolazione dei comportamenti, attraverso il dialogo, costituisce un momento necessario.

Alla base delle raccomandazioni si possono individuare i principi generali ispirati dalla volontà di unire la cultura del libro e quella degli schermi, osservando in che modo questa relazione possa esaltare le reciproche virtù. E se da un lato si sprona alla riflessione e all’autoregolazione, dall’altro si raccomanda di informare i bambini sugli eventuali rischi di salute in cui si può incorrere in caso di un uso eccessivo dei device.

L’età gioca un ruolo fondamentale nel rapporto bambini-schermi. La fruizione di prodotti tramite schermi non interattivi (televisione e DVD) può provocare degli effetti negativi ai lattanti; in tal senso viene formulata la raccomandazione di non permettere ai bambini di due e tre anni un’esposizione prolungata alla televisione senza la presenza di una figura di riferimento pronta ad interagire; già dai tre anni, grazie allo sviluppo del gioco simbolico, il bambino riesce a distinguere il reale dal virtuale e a partire dai quattro anni, gli schermi possono essere tramite e supporto per attività di gioco e di apprendimento, prestando sempre attenzione ad un controllo dei tempi, che non possono essere eccessivi.

La regola del “3-6-9-12” può aiutare. Prima dei tre anni si consiglia di privilegiare le interazioni e attività motorie utilizzando soprattutto, ma non esclusivamente, i tablet che possono essere utili allo sviluppo senso-motorio in quanto strumenti efficaci per la stimolazione multisensoriale. Prima dei sei anni il bambino ha bisogno di giocare, interagire con il suo ambiente, immaginare. Gli strumenti digitali sono solo alcuni dei mezzi possibili. A partire dei nove anni, il bambino va introdotto a un uso consapevole di

internet, mostrandone l'utilità e i limiti. A partire dai dodici anni, si può navigare da soli in internet, stabilendo orari di navigazione e creando dei momenti di confronto.

In relazione ai processi di scolarizzazione è con l'inizio della scuola primaria che si ha la possibilità di avviare una vera e propria educazione agli schermi, che permette ai bambini tra i sei e i dodici di comprendere tanto l'importanza dell'autoregolazione quanto di familiarizzare con comportamenti cooperativi che saranno successivamente sviluppati sempre grazie alla mediazione di schermi. Per l'adolescente un buon uso degli schermi permette di migliorare il controllo cognitivo e delle emozioni, al contrario un uso eccessivo di internet può sviluppare un pensiero troppo legato alla frammentarietà e quindi privo della capacità di visioni d'insieme: è importante quindi stabilire dei tempi, dialogare con il ragazzo di ciò che fa o cerca in rete, sviluppare il suo senso critico, così come prestare attenzione sia ad un uso eccessivo di videogiochi sia ai tempi e alle modalità di presenza nei social network.

Una ulteriore questione affrontata nella ricerca, e legata all'importanza oggi assunta dalle neuroscienze, riguarda le modalità di comportamento del cervello di fronte alle immagini e agli schermi. Le abilità della mente più sollecitate sono l'attenzione e la percezione, seguono la ricompensa, la simulazione, la socializzazione e la cognizione. Gli schermi sollecitano il pensiero spazializzato, la memoria di lavoro, valorizzando le forme non verbali della simbolizzazione e favorendo la "cultura del multiplo" vale a dire la creazione collettiva, una relazione orizzontale del sapere e un pensiero dei compiti molteplici e provvisori.

Per quanto riguarda il tema molto discusso delle dipendenze, in primo luogo la ricerca invita a prestare attenzione ai rischi legati a un uso eccessivo dei dispositivi, considerando alcune variabili, come il tempo trascorso, l'età, il genere e la comorbidità. Quest'ultimo aspetto merita di essere segnalato: spesso la dimensione digitale si trova ad amplificare patologie già esistenti. In secondo luogo, proseguendo su tale linea, viene rilevata, in relazione alla dipendenza dagli schermi, una carenza di dati scientifici che ne confermino la specifica esistenza, per quanto esistano usi problematici dei videogiochi e di internet, il cui uso eccessivo può trasformare la rete in un terreno fertile per lo sviluppo delle patologie. Del resto per quanto riguarda i videogiochi la ricerca propone un atteggiamento capace di coglierne sia gli aspetti positivi, come la capacità di sviluppare la creatività e la riflessione strategica, sia quelli negativi, come la fuga dalla realtà.

Il testo, nella sua parte finale, presenta una serie di buone pratiche che chiariscono come i device e i relativi schermi non debbano essere considerati quali sostitutivi delle attività ludiche, ma come supporto capace di stimolare l'intelligenza, le diverse strategie di motivazione dei soggetti e la curiosità. La famiglia e la scuola, attraverso il dialogo, possono trovare la soluzione per molte problematiche connesse agli schermi. Oltre a consigli e suggerimenti di vigilanza, il testo offre una presentazione sugli aspetti tecnici e scientifici del mondo digitale e un ricco glossario. Questa ricerca, in conclusione, si rivela quindi un utile strumento con cui orientarsi nelle complesse questioni che riguardano bambini e mondo digitale. Un approccio attento anche alla dimensione operativa permette di fornire suggerimenti e soluzioni pratiche anche ai meno esperti in materia, risultando così di valido aiuto per una educazione al digitale.

Michela Nisdeo

MIUR, mariamichela.nisdeo@istruzione.it