



Citation: Lugaro, G., Di Bari, C., & Ferro, J. (2023). Orientarsi nel digitale e comprendere i social media, tra percezioni e uso reale. Una ricerca-azione nel savonese per l'educazione digitale nelle scuole secondarie di secondo grado. *Media Education* 14(2): 71-84. doi: 10.36253/me-14889

Received: July, 2023

Accepted: November, 2023

Published: December, 2023

Copyright: © 2023 Lugaro, G., Di Bari, C., & Ferro, J. This is an open access, peer-reviewed article published by Firenze University Press (<http://www.fupress.com/me>) and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Data Availability Statement: All relevant data are within the paper and its Supporting Information files.

Competing Interests: The Author(s) declare(s) no conflict of interest.

Orientarsi nel digitale e comprendere i social media, tra percezioni e uso reale. Una ricerca-azione nel savonese per l'educazione digitale nelle scuole secondarie di secondo grado¹

Orienting yourself in the digital and understanding socialmedia, between perceptions and real use. An action research in the Savona area for digital education in secondary schools

GABRIELE LUGARO¹, COSIMO DI BARI^{2,*}, JACOPO FERRO¹

¹ *Centro per l'Educazione Digitale*

² *Università degli Studi di Firenze*

E-mail: gabriele.lugaro@centroeducazionedigitale.org; cosimo.dibari@unifi.it; jacopo.ferro28@gmail.com

*Corresponding author

Abstract. The article describes the outcomes of an action-research conducted with adolescents to investigate their perceptions and actual uses of digital technologies and social networks. The course, carried out with 450 pupils of a secondary school, involved the administration of a questionnaire to collect data and obtain material to proceed to critical reflections and useful workshop activities to improve the perception of the time spent with touchscreen devices and especially with the smartphone and to encourage a more conscious and more critical use of these tools. In the second phase of the research, in fact, through a problematizing attitude, the data were examined and analyzed by both learners and teachers, detecting a desire on the part of adolescents to improve their modes of use and a need on the part of teachers to explore these issues in greater depth.

Keywords: digital education, digital well-being, digital competence, digital identity, adolescents and social network.

Riassunto. L'articolo descrive gli esiti di una ricerca-azione condotta con adolescenti per indagare la loro percezione e i loro reali usi delle tecnologie digitali e dei social network. Il percorso, svolto con 450 alunni di una scuola secondaria di secondo grado, ha previsto la somministrazione di un questionario al fine di raccogliere dati e di ottenere materiale per procedere a riflessioni critiche e a attività laboratoriali utili per migliorare la percezione del tempo trascorso con i dispositivi touchscreen e in particolare modo con lo smartphone e per favorire un uso più consapevole e più critico di tali

¹ I paragrafi 1, 2, 5 e 6 sono stati curati da Gabriele Lugaro; i paragrafi 3 e 8 da Cosimo Di Bari; il paragrafo 4 da Jacopo Ferro; il paragrafo 7 dai tre autori.

strumenti. Nella seconda fase della ricerca, infatti, attraverso un atteggiamento problematizzante, i dati sono stati presi in esame e analizzati tanto dagli allievi quanto dagli insegnanti, rilevando un desiderio degli adolescenti di migliorare le loro modalità di utilizzo e una necessità degli insegnanti di approfondire questi temi.

Parole chiave: educazione digitale, benessere digitale, competenza digitale, identità digitale, adolescenti e social network.

1. INTRODUZIONE

La ricerca-azione che viene qui presentata si è proposta di indagare come, nella fascia di età da 14 a 18 anni, gli adolescenti sono in grado di orientarsi all'interno dei social media e di sviluppare strategie per comprendere criticamente il digitale. Il CED – è un'associazione di promozione sociale non a scopo di lucro, fondata nel 2020, con lo scopo di fare ricerca, formazione e divulgazione sul rapporto fra bambini, ragazzi e strumenti digitali. Dopo aver lavorato principalmente sulla fascia di età da 0 a 6 anni (Di Bari & Lugaro, 2022), in questa ricerca sviluppata in dialogo con il Dipartimento FORLILPSI dell'Università degli Studi di Firenze, si è cercato di indagare una fascia di età differente, ampliando lo sguardo sul fenomeno degli impatti e della percezione d'uso dei dispositivi digitali da parte della prima generazione testimone, sin dalla nascita, della rivoluzione degli smartphone come dispositivi di massa: i nati fra il 2004 e il 2008. Alla luce delle ultime ricerche condotte sull'età di accesso allo smartphone personale (Gui et al., 2020; Szadejko, 2022), si è scelto di sviluppare un progetto di ricerca e formazione che agisse su tre livelli.

Un primo livello, di raccolta dati quantitativa, ha coinvolto 450 ragazzi/e del Liceo scientifico, classico e linguistico di Carcare (Sv) e ha avuto l'obiettivo di indagare il rapporto tra uso reale e percezione d'uso. Si è chiesto agli studenti e alle studentesse quali fossero i social network maggiormente utilizzati, quale fosse la percezione d'uso e, successivamente, l'uso reale (analizzando autonomamente i dati del "Benessere digitale"). Sono state indagate le percezioni degli stati d'animo, dei comportamenti, degli acquisti e della percezione estetica in seguito all'utilizzo dei social network e la volontà di modificare il proprio rapporto con lo smartphone, approfondendo le motivazioni di quest'ultima con alcune domande a risposta aperta. È stato inoltre somministrato, all'interno del medesimo questionario, il Nomophobia Questionnaire NMP-Q (Adawi et al., 2018). Il termine indica la "No Mobile Phobia", cioè il timore e la paura di rimanere privi di smartphone e quindi scollegati dalle applicazioni digitali. Questo ha permesso di misurare i livelli di nomofobia tra i 450 studenti che hanno partecipato alla ricerca.

Un secondo livello ha riguardato la formazione e l'attività laboratoriale rivolta a studenti e studentesse svolta in seguito alla compilazione del questionario. Tale attività si è svolta in modalità video-lezione, così da coinvolgere tutti i 450 ragazzi contemporaneamente. Nell'arco delle due ore di incontro sono state illustrate tematiche relative al funzionamento della *data economy*, dell'*attention economy* e degli algoritmi che fondano il *business model* dei social media più utilizzati. Nel corso degli incontri con gli allievi sono stati inoltre mostrati alcuni filmati² ed è stata condotta una raccolta dati interattiva attraverso l'App Mentimeter. In conclusione, è stato chiesto ad ogni singola classe di realizzare un'attività di laboratorio, scrivendo individualmente alcune idee e proposte su come utilizzare in maniera più consapevole lo smartphone (sia a casa, che a scuola) e condividerle con i compagni con l'obiettivo finale di stilare un documento condiviso dalla classe da appendere in ogni aula.

Un terzo livello ha riguardato gli incontri svolti con i docenti per un totale di 6 ore dal titolo "Principi di educazione digitale e media education". All'interno dei due incontri realizzati, della durata di tre ore cadauno, oltre alla condivisione e al commento condiviso dei dati raccolti fra gli studenti, sono state proposte varie tematiche per promuovere la riflessione condivisa da parte dei docenti in merito alla rivoluzione digitale in corso, alla diffusione dei dispositivi e al modificarsi dei processi cognitivi, formativi e relazionali di coloro che la vivono. Si sono inoltre analizzate le criticità e i possibili usi a fini didattici, la natura dei media digitali, dei singoli social e i linguaggi da essi prodotti, con un focus finale sull'*attention economy*, la tecnologia persuasiva, il *gaming* e i possibili usi dell'IA per la didattica.

L'obiettivo del presente progetto è stato quello di sviluppare una pratica virtuosa di ricerca-azione, integrando la raccolta dati di taglio quantitativo ad un'azione formativa che avesse come obiettivo la problematizzazione condivisa sul tema degli smartphone e del digitale in senso ampio, stimolando il confronto fra gli studenti e fra i docenti.

² Filmati tratti dall'episodio *La Scatola nera* del programma "Presenza Diretta" andato in onda il 20/03/2023 <https://www.raiplay.it/video/2023/03/Cervelli-digitali---PresenzaDiretta-20032023-cd2b4053-5ba0-425f-af02-8af770dcc4a6.html> e parti del filmato <https://www.raiplay.it/video/2023/03/La-dittatura-dellalgoritmo---PresenzaDiretta-20032023-f4e6afc2-47d0-4b45-866f-60266b7b9564.html>.

2. CONTESTO

La presente ricerca è stata condotta nel Liceo Calasanzio di Carcare, un paese di 5200 abitanti situato nella Val Bormida, valle che unisce la provincia di Savona con la Regione Piemonte. Tale Liceo contiene al suo interno gli indirizzi classico, scientifico e linguistico e raccoglie al suo interno la maggior parte dei ragazzi e delle ragazze che vivono nei paesi situati fra le alpi e l'Appennino. Alcune classi del Liceo hanno partecipato, nel corso dell'a.s. 2022-2023, al progetto nazionale "Patente di Smartphone". Il contesto è quello di un Liceo di provincia, situato nell'entroterra verde, con un passato da rilevante sito produttivo e industriale (fra gli altri, si ricorda la fabbrica della Ferrania, ex leader mondiale di pellicole cinematografiche e l'Acna di Cengio, produttrice di prodotti chimici). Tale vocazione industriale, seppur molto ridimensionata con il passare degli anni, risulta essere ancora uno dei traini economici maggiori della valle e rappresenta per gli studenti, il passato più prossimo nei racconti di nonni e altri familiari.

Al netto delle caratteristiche socio-economiche e geografico-produttive della zona oggetto della presente ricerca, non dobbiamo dimenticare che un comune denominatore, utile alla nostra ricerca, che ha "livellato" le abitudini d'uso degli smartphone e dei dispositivi digitali è stata la pandemia da Covid-19. Tale fenomeno, nel costringere tutti nelle proprie case, ha lasciato alla maggior parte degli adolescenti l'unico ambiente (fisico) della propria casa e i molti ambienti (virtuali) offerti dai social media e dai mondi digitali (cfr., sul tema, Ranieri & Ancillotti, 2021; Vicari & Di Vara, 2021).

3. CORNICE TEORICA

Il rapporto tra adolescenti e tecnologia è affrontato in questa ricerca da una prospettiva pedagogica e in particolare la cornice teorica è rappresentata dall'approccio della Media Education: a partire dalle riflessioni e dalle metodologie proposte da autori quali Len Masterman (1985) e Neil Postman (1981), emerge la necessità che la società – e nello specifico la scuola, in collaborazione con le famiglie – si confrontino con le forme e i contenuti di queste "estensioni di noi stessi" – come vengono definite da McLuhan (1967). La strategia proposta è dunque quella di nutrirsi dell'approccio promosso da semiologia e -critica, considerando i media come parte della cultura contemporanea e svelando la natura rappresentativa dei media, i quali anziché mostrare in modo neutrale la realtà, la rappresentano simbolicamente. Così come negli anni '70 era necessa-

rio per Postman promuovere un approccio "ecologico" che mirasse a conservare quelle forme di sapere che rischiavano di andare smarrite per effetto dei media (e in particolare della televisione), oggi rispetto alla capillare diffusione degli schermi può essere utile promuovere un approccio omeostatico, che non demonizzi né mitizzi il digitale, ma porti prendere consapevolezza dei rischi e valorizzi le opportunità. La rivoluzione digitale, infatti, non ha reso inattuali le riflessioni e gli approcci promossi dalla Media Education: essa, così come è stata declinata negli ultimi anni da autori quali David Buckingham (2020), Sonia Livingstone e Blum-Ross (2022), Maria Ranieri (2022) e Pier Cesare Rivoltella (2019), è anzi chiamata a confrontarsi con le trasformazioni in atto, cercando di promuovere maggiore consapevolezza, di stimolare un pensiero critico e di favorire modalità di uso creative degli strumenti.

Per quanto la ricerca pedagogica, psicologica e neuroscientifica (Riva, 2019; Rivoltella, 2012;) abbia da anni evidenziato le criticità della definizione di "nativi digitali" così come era stata formulata nel 2001 da Marc Prensky, nell'epoca contemporanea permane il malinteso che riconosce negli adolescenti la presenza di competenze maggiori rispetto agli adulti nell'uso della tecnologia: al contrario, seguendo la prospettiva suggerita da Serge Tisseron (2016), è auspicabile promuovere, fin dalla prima infanzia e in modo gradualmente sempre più approfondito durante la pre-adolescenza e l'adolescenza, un percorso verticale che aspiri proprio alla costruzione della competenza digitale, in direzione tecnologica, cognitiva ed etica. Così come è frequente nel senso comune lo sbilanciamento verso questa sopravvalutazione delle competenze digitali degli adolescenti, è al tempo stesso sono da evitare approcci che demonizzano gli strumenti o che fraintendano le modalità in cui i ragazzi utilizzano il digitale e il social network. A riguardo, la ricerca-azione proposta muove anche dalle analisi qualitative di danah boyd (2015), che si serve di un approccio etnografico per mostrare come la Rete favorisca in realtà la creazione di relazione e come, spesso, il punto di vista dell'adulto sia nutrito di pregiudizi che non rendono possibile l'adeguata comprensione degli allievi. A partire da questa cornice teorica, il progetto aspira quindi a promuovere tra gli allievi un rapporto più critico, più autonomo e più creativo con gli strumenti, riconoscendo la competenza digitale come una componente fondamentale della cittadinanza contemporanea; accanto al compito di formare soggetti più responsabili nell'utilizzo della tecnologia, diviene oggi urgente anche promuovere un "benessere" (Gui, 2020) nel rapporto con lo strumento: la proposta di azioni che svolgano una funzione "omeostatica" rispetto alle trasformazioni in atto (Postman,

1981) può diventare infatti anche un compito per nutrire la cura di sé dei soggetti.

4. METODOLOGIE

Il primo livello della ricerca è stato condotto utilizzando un approccio quantitativo attraverso un questionario auto-somministrato. Il campione di studio è stato costituito da 450 studenti e studentesse. Per raccogliere i dati, è stato utilizzato un questionario composto da 44 domande. Il questionario è stato somministrato digitalmente attraverso il formato di Google Form, consentendo ai partecipanti di rispondere alle domande tramite dispositivi elettronici. Le domande del questionario sono state progettate per esplorare vari aspetti dell'uso degli strumenti digitali, inclusi gli smartphone e i social media e validate con un team di esperti.

La costruzione degli item del questionario è stata sviluppata a partire da una duplice matrice.

Una prima matrice è stata sviluppata procedendo dalle ricerche condotte da Common Sense Media (Rideout & Robb, 2019), sull'uso e le attività realizzate con i media da parte di ragazzi e ragazze in fascia 8-18 anni, e dal Pew Research Center, che ha indagato il rapporto fra adolescenti (fra i 13 e i 17 anni) e social media confrontando i dati raccolti nel 2014-2015 e nel 2022 (Lenhart, 2015; Pew Research Center, 2022). Una seconda fondamentale matrice è stata sviluppata in seguito al lavoro di raccolta dati e formazione docenti che CED ha svolto nel corso di questi anni, a partire dai progetti realizzati con i nidi e le scuole dell'infanzia (Di Bari & Lugaro, 2022). I dati raccolti sulle modalità e la frequenza d'uso dei dispositivi digitali da parte degli adulti all'interno dei contesti familiari hanno permesso di individuare con maggior efficacia e pertinenza gli item da inserire nel presente questionario. Parallelamente, il lavoro di formazione realizzato con le docenti di vari ordini di scuola, dai nidi alle scuole secondarie di secondo grado, ha permesso di individuare con maggior precisione quali fossero le dimensioni più urgenti da indagare nella fascia di età compresa fra i 13 e i 18 anni. All'interno del questionario sono inoltre stati inseriti anche 20 item facenti parte del Nomophobia Questionnaire NMP-Q (Adawi et al., 2018; Yildirim et al., 2015) con l'obiettivo di analizzare fra ragazzi il timore e la paura di rimanere privi di smartphone e quindi scollegati dalle applicazioni digitali. A eccezione della domanda 36, che richiedeva una risposta aperta agli studenti su come intendessero cambiare le loro abitudini nell'uso dello smartphone, tutte le domande erano a risposta chiusa e prevedevano una

scala da 1 a 5 per rilevare più efficacemente le percezioni dei rispondenti.

Prima della somministrazione del questionario, è stato ottenuto il consenso informato dai partecipanti e dai loro genitori o tutori legali, in conformità con le linee guida etiche. I partecipanti hanno ricevuto istruzioni dettagliate su come completare il questionario e sono stati informati della riservatezza e dell'anonimato dei loro dati. Il questionario è stato somministrato durante il periodo scolastico, tra il 28 e il 29 marzo 2023, con la supervisione di un team di ricerca.

Dopo aver raccolto i dati, è stata condotta un'analisi statistica descrittiva per esaminare le risposte dei partecipanti alle domande del questionario. Sono stati utilizzati metodi statistici appropriati per evidenziare i modelli, le tendenze e le correlazioni significative nei dati raccolti (Mortari 2011; Trisciuzzi & Corchia, 1995). Si sottolineano anche alcune limitazioni di questa ricerca: in primo luogo, il campione è stato limitato a studenti del liceo di tre scuole specifiche, pertanto i risultati potrebbero non essere generalizzabili a una popolazione più ampia; inoltre, l'uso di un questionario auto-somministrato potrebbe introdurre il rischio di risposte non accurate o influenzate dal contesto.

La metodologia didattica utilizzata all'interno degli incontri formativi e laboratoriali (secondo e terzo livello della ricerca) è stata quella della comunità di ricerca (Lipman, 2005), procedendo per domande generatrici (Freire, 2011), riflessioni condivise e attività di laboratorio. Il docente-ricercatore ha ricoperto la figura di facilitatore del processo di apprendimento, proponendo input e stimoli a partire dai quali potessero prendere forma libere riflessioni individuali che hanno avuto possibilità di contaminarsi ed ampliarsi nella condivisione fra studenti e docenti. Un punto centrale attorno al quale si è sviluppato questo progetto è stata la consapevolezza delle molteplici e complesse visioni presenti fra i partecipanti ai diversi livelli in merito ai mondi digitali. L'ambizione di creare visioni e problematizzazioni trasversali, fra i 13 e i 67 anni, su contenuti così urgenti ed attuali e, allo stesso tempo, così divisivi e generazionali ha rappresentato, e rappresenta tuttora, la linfa vitale dalla quale procedere per condividere i risultati della presente ricerca e ampliare gli spazi e le orizzonti in vista di quelle future.

5. RISULTATI DELL'INDAGINE QUANTITATIVA

Per analizzare le risposte fornite dai 450 studenti è possibile individuare sei sezioni, che corrispondono all'articolazione del questionario: 1) anagrafica; 2) modalità di uso e benessere digitale; 3) percezione; 4) influen-

za sull'identità e sul comportamento; 5) desiderio di trasformazione e NMP-Q; 6) questioni di genere.

5.1 Anagrafica

Dal punto di vista anagrafico, le fasce di età sono suddivise in maniera omogenea tra il 2004 e il 2008. La maggior parte degli studenti è di genere femminile (63,8%). Il 95,5% degli studenti è nato in Italia e l'81% è figlio di genitori nati entrambi in Italia. La maggior parte dei rispondenti frequenta il liceo scientifico (46,7%), seguiti dal liceo linguistico (36%) e infine dal classico (16,7%). Il 3,3% dei rispondenti è stato bocciato almeno una volta.

5.2 Modalità d'uso e benessere digitale

Rispetto alle modalità di uso degli strumenti digitali, si può notare che la totalità degli studenti possiede uno smartphone e quasi tutti almeno un PC (96,2%) e una TV (96,2%). Più di uno studente su due (57,6%) possiede un tablet e più di uno studente su quattro (26,1%) possiede uno smartwatch.

Nell'indagare l'arrivo del primo smartphone nella vita di un pre-adolescente possiamo osservare come due studenti su tre (66,7%) abbiano ricevuto il primo smartphone entro la prima media (a 11 anni o meno). Osserviamo, nello specifico, come la metà (50,2%) di tutti gli studenti dell'Istituto lo abbia ricevuto a 10 e 11 anni, mentre il 16,5% del totale abbia ricevuto il primo smartphone in prima, seconda, terza della scuola primaria o all'ultimo anno della scuola dell'infanzia (6 anni o prima dei 6 anni). Uno studente su cinque (19,2%) dichiara inoltre di aver ricevuto lo smartphone a 12 anni. Aggregando i dati degli studenti dai 12 ai 14 anni possiamo infine rilevare che uno studente su tre ha ricevuto il primo smartphone mentre frequentava la scuola media di primo grado.

Osservando la presenza degli studenti sui vari social network indicati dal questionario, possiamo osservare come la quasi totalità sia iscritta a Whatsapp (99,8%) e a Instagram (94,9%). Un altrettanto elevato numero di studenti utilizza Youtube (89,5%) ed è presente su TikTok (82,8%). Più di uno studente su due è inoltre iscritto a Pinterest (63,8%) e a Snapchat (54%). Uno studente su due utilizza Telegram (50,9%), uno su tre utilizza Twitter (33,5%) e Twitch (29,2%) mentre un 14,5% utilizza Reddit. È interessante infine rilevare l'alto numero di risposte relative a social non previsti dal questionario come Bereal, Discord, Wattpad e Spotify.

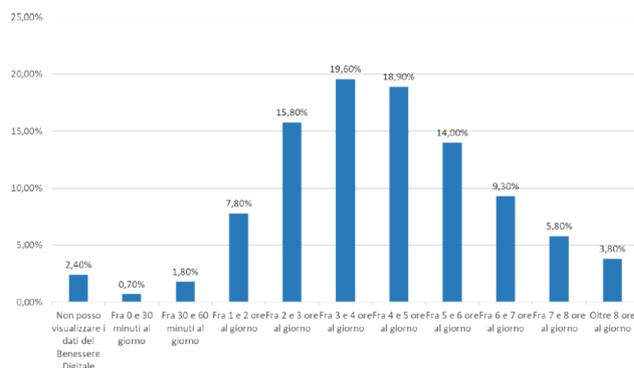


Grafico 1. Secondo i dati del Benessere Digitale per quanto tempo usi lo smartphone ogni giorno?

Chiedendo ai ragazzi di consultare i dati del proprio “Benessere digitale”, l'applicativo sulle impostazioni degli smartphone che permette di vedere i propri dati di utilizzo, si può rilevare che le applicazioni più utilizzate in assoluto dai ragazzi sono TikTok (38,2% dei rispondenti che la usa più di tutte le altre app), Whatsapp (28%), Instagram (20,22%) e Youtube (9,33%).

Rispetto ai dati registrati dal “Benessere Digitale” risulta che quasi uno studente su cinque (19,4%) utilizza lo smartphone fra le 3 e le 4 ore al giorno e quasi uno su cinque (18,9%) lo utilizza fra le 4 e le 5 ore al giorno. Un 15,8% lo utilizza fra le 2 e le 3 ore al giorno e un 14% fra le 5 e le 6 ore al giorno (Grafico 1).

Aggregando i dati osserviamo come uno studente su tre (32,9%) utilizza lo smartphone per 5 o più ore al giorno e più di uno studente su tre (38,5%) lo utilizza fra le 3 e le 5 ore al giorno. Uno su quattro (26,1%) lo usa meno di 3 ore al giorno.

5.3 Percezione

Prima di rispondere condividendo le informazioni presenti sul Benessere Digitale, i ragazzi hanno risposto a un quesito relativo a quali app, secondo loro, usassero maggiormente, e a quanto tempo pensassero di trascorrere sullo smartphone: uno degli obiettivi del questionario era proprio infatti quello di rilevare la differenza tra la percezione e il reale uso, al fine di raccogliere stimoli per riflettere nelle fasi successive della ricerca.

Le app che i ragazzi percepiscono di usare maggiormente sono Whatsapp (32,4%), e a seguire TikTok (31,5%), Instagram (22,3%) e Youtube (8,9%). Rispetto ai dati di utilizzo reale emersi dal “Benessere digitale”, si può rilevare come TikTok sia sottostimato rispetto all'uso reale che è del 38,2%, dato significativamente più alto rispetto al percepito.

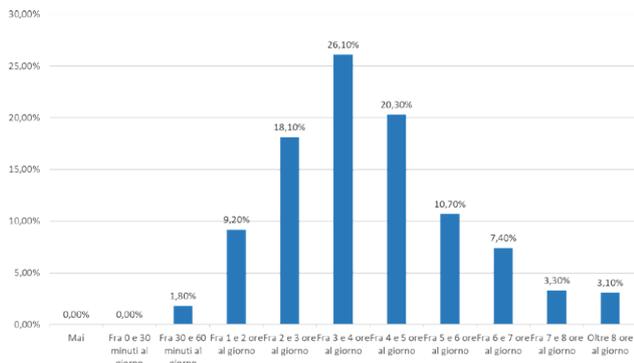


Grafico 2. Secondo la tua percezione per quanto tempo usi lo smartphone ogni giorno?

Anche il tempo speso sullo smartphone viene percepito in maniera significativamente diversa rispetto a quanto emerge dal “Benessere digitale”. Infatti, i ragazzi che pensano di spendere almeno 4 ore al giorno sullo smartphone sono il 44,5%, mentre dal Benessere digitale è emerso che sono il 51,8%. Anche i rispondenti che pensano di usare lo smartphone almeno 7 ore al giorno sono meno della realtà: infatti, solo il 6,4% si percepisce tale, rispetto al 9,6% che emerge dal Benessere digitale. Quelli che pensano di usare lo smartphone meno di 2 ore al giorno sono l’11%, un valore molto vicino a quello del Benessere digitale, che è del 10,5%. Da questi dati si può riscontrare una tendenza a sottostimare il proprio utilizzo dello smartphone, soprattutto tra gli adolescenti che lo usano maggiormente (Grafico 2).

La domanda 31 chiedeva agli studenti quanto tempo pensano di spendere sullo smartphone. Le risposte possibili erano distribuite su una scala lineare da 1 a 5 dove 1 indica “pochissimo tempo” e 5 indica “troppo tempo”. Un 42,4% degli studenti si è collocato su un punteggio di 3 punti, manifestando una posizione intermedia fra i due estremi. Quasi uno studente su due (46,3%) si è collocato nella parte superiore della scala lineare, selezionando 4 o 5 e identificando come eccessivo il proprio tempo di utilizzo. Strettamente legati a questi dati sono gli esiti della domanda “Quanto sarebbe facile smettere di usare i social?”, alla quale uno studente su due (il 51,1% complessivo) ha risposto che sarebbe difficile o estremamente difficile smettere di usare i social. Più di uno studente su quattro (il 27,3%) ha indicato una posizione intermedia, mentre uno su quattro ha indicato che sarebbe facile o estremamente facile smettere di usare i social.

Rispetto alla domanda “Quanto ti senti dipendente dallo smartphone?”, più di uno studente su tre (36,7% complessivo) si è detto estremamente o molto dipendente dallo smartphone, più di un terzo (37,1%) si è collocato in una posizione intermedia, mentre uno su quat-

tro (26,2%) si è detto per niente o poco dipendente dallo smartphone.

5.4 Influenza sull’identità e sul comportamento

Oltre alla percezione dell’utilizzo, è stata indagata l’influenza che i social network esercitano sugli stati d’animo, sui comportamenti, sugli acquisti e sulla percezione estetica di sé. Inoltre, un obiettivo della ricerca era anche raccogliere dati e stimolare la riflessione rispetto al collegamento tra lo smartphone e le esperienze di bullismo subite come vittima.

Rispetto agli acquisti, uno su quattro si è detto indifferente rispetto all’influenza che i social hanno generato, il 39% si è detto poco o molto influenzato, mentre il 36%, più di uno studente su tre, si è detto abbastanza o molto influenzato dai social rispetto a ciò che è stato comprato.

In relazione ai comportamenti, le risposte delineano risultati più omogenei. Più di uno studente su due (59,8%) si è detto molto poco o poco influenzato dai social network nei propri comportamenti. Uno su quattro si è detto indifferente e un 14,9% del totale ha dichiarato di essere abbastanza o molto influenzato. Anche sugli stati d’animo si rileva una concentrazione maggiore di risposte (52%) su una scarsa influenza: un allievo su quattro si è detto indifferente e il 23% degli studenti si è detto abbastanza o molto influenzato.

Il dato riguardante la propria percezione estetica si rivela più distribuito. Un 44,7% ha dichiarato che i social network influenzano abbastanza o molto il modo in cui si vede esteticamente; il 18,1% si è detto indifferente, mentre il 37,3% ha dichiarato di essere poco o molto poco influenzato dai social rispetto alla propria percezione estetica.

Un quesito faceva riferimento in modo esplicito a quale tra alcune sensazioni (Senso di esclusione, Voglia di uscire con gli amici, Senso di inadeguatezza del proprio corpo, Voglia di restare a casa, Depressione, Ansia, Solitudine, Non ho mai provato nessuna di queste sensazioni) siano mai state provate in seguito all’utilizzo dei social network. La prima è “Voglia di uscire con gli amici” (65,2%), seguita da “Senso di inadeguatezza del proprio corpo” (46,6%), “Solitudine” (33,6%), “Ansia” (33,4%) e “Senso di esclusione” (31,6%). Solo il 15,5% dei rispondenti non ha mai provato nessuna tra le sensazioni elencate usando i social network (Grafico 3).

La domanda 34 chiedeva agli studenti se si fossero mai sentiti oggetto di bullismo tramite smartphone e/o social. In questo caso il punteggio 1 indica “Per niente” e il punteggio 5 “Molto”. La maggior parte degli studenti (82,5%) ha indicato di essersi per niente o poco vittimi-

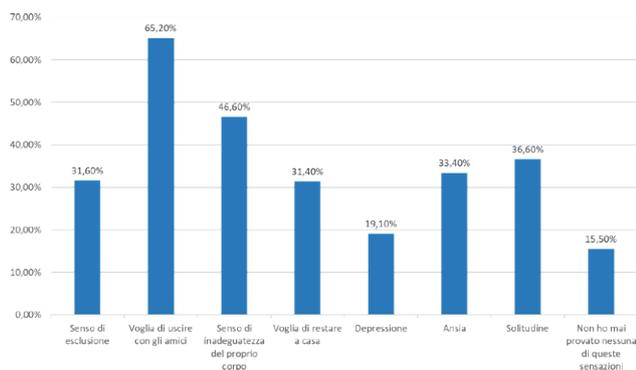


Grafico 3. Ti è mai capitato di aver provato una o più delle seguenti sensazioni in seguito all'utilizzo dei Social Network? (sono possibili più risposte).

ma di bullismo. Un 8,2% si è collocato in una posizione intermedia e un complessivo 9,3%, quasi un ragazzo su dieci, ha dichiarato di essersi sentito vittima di episodi di bullismo.

5.5 Desiderio di trasformazione e NMP-Q

Una sezione del questionario intendeva rilevare la voglia di cambiare il proprio modo di usare lo smartphone da parte degli adolescenti: alla specifica domanda, più della metà del campione ha risposto positivamente. Un quesito successivo domandava, a chi avesse risposto affermativamente alla domanda precedente, di indicare (con una breve risposta aperta) come avrebbe desiderato cambiare. Le risposte aperte sono state complessivamente 190 ed evidenziano il desiderio di riempire le giornate con stimoli differenti, ma anche quello di essere meno condizionati da ciò che appare sugli schermi e dalle immagini e dalle azioni gli altri. Significativo è anche il desiderio di essere più connessi con la realtà, senza avvertire il bisogno di controllare costantemente lo smartphone.

Le risposte ricavate alle domande riprese dal Nomophobia Questionnaire³ fanno emergere il livello di “nomofobia” di chi compila il questionario, che viene classificato in base alla sua gravità in 4 fasce: assente, lieve, moderata e grave. In base alle 450 risposte ricevute, possiamo evidenziare le seguenti percentuali: nel 15,1% del campione, si rileva un'assenza di nomophobia, nel 41,1% livelli medi, nel 37,6% livelli moderati, nel 6,2% livelli alti (grafico 4).

³ La nomofobia (No Mobile Phone Phobia) è l'indicatore per l'ansia e la paura che deriva dallo rimanere scollegati e privi di smartphone, e vediamo che un adolescente su 20 risulta avere un punteggio alto.

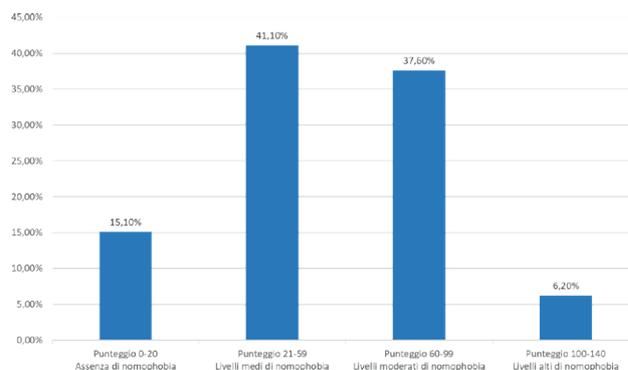


Grafico 4. Livello di Nomophobia.

5.6 Questione di genere

L'ultimo aspetto dell'analisi dei dati indaga quanto le differenze di genere siano in relazione con specifici usi dello smartphone, anche rispetto a percezioni e comportamenti. La letteratura, a partire dal report di analisi diffuso nel 2017 dalla ex dipendente di Facebook Frances Haugen⁴, sembra riportare una maggiore sensibilità e predisposizione a sviluppare rapporti “tossici” con il digitale da parte delle adolescenti di genere femminile. Le risposte raccolte al Liceo Calasanzio confermano nette differenze tra maschi e femmine nelle risposte ad alcune domande.

Se non si riscontrano differenze significative in merito all'età in cui ragazzi e ragazze ricevono in regalo e quindi iniziano ad utilizzare il loro primo smartphone, ragazze e ragazzi sembrano spendere con lo smartphone quantità simili di tempo e, sulla base dei dati del benessere digitale, non si notano significative distinzioni tra i due generi nell'utilizzo.

La percezione del tempo speso con i dispositivi invece fa rilevare una significativa differenza: i ragazzi, infatti, anche se nella realtà passano quantità di tempo simili alle ragazze sui loro dispositivi, mostrano una tendenza a sottostimare le ore di utilizzo. Le ragazze invece si dimostrano più accurate e consapevoli della quantità reale di tempo impiegato sugli smartphone.

Il genere pare condizionare in maniera chiara quale sia l'app più utilizzata sul proprio dispositivo (sempre secondo i dati del “Benessere digitale”). Le ragazze hanno una fortissima tendenza a usare TikTok (44%) e Whatsapp (33%), mentre i ragazzi mostrano valori più livellati, con TikTok e Instagram parimenti in testa al 26%.

In merito alla percezione dei social network e in generale del mondo digitale, le differenze di genere

⁴ www.wsj.com/articles/the-facebook-files-11631713039?mod=article_inline.

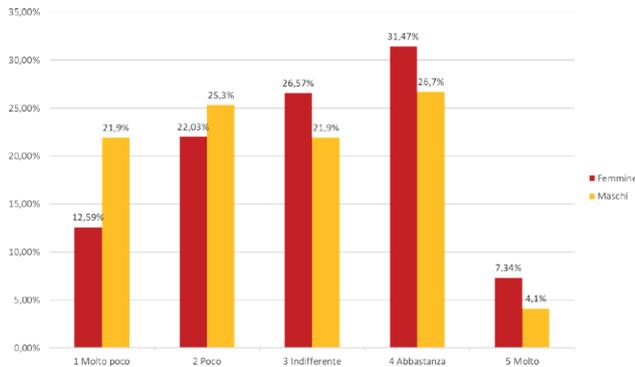


Grafico 5. In una scala da 1 a 5, quanto pensi che i social network influenzino i tuoi acquisti?

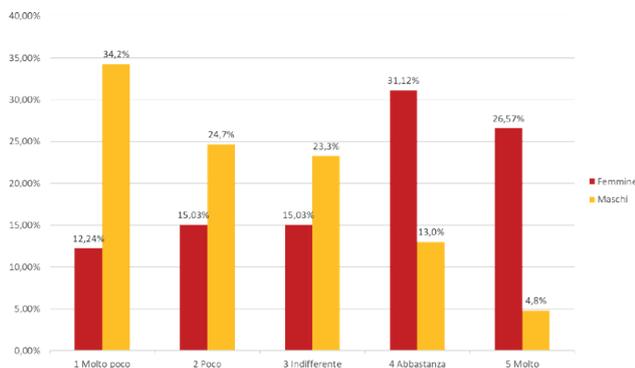


Grafico 6. In una scala da 1 a 5, quanto pensi che i social network influenzino il modo in cui ti vedi esteticamente?

emergono con diversa evidenza a seconda delle domande. Le ragazze sembrano pensare che i social influenzano i loro acquisti leggermente più dei ragazzi. In particolare (grafico 5), se un ragazzo su cinque (22%) si reputa minimamente influenzato, questo vale per una ragazza su 10 (12%).

Anche l'influenza sui comportamenti è avvertita come minima da un numero inferiore di ragazze rispetto ai compagni maschi: è del 24% la percentuale di femmine che ha risposto con il valore minimo, rispetto al 35% di maschi.

La differenza più forte tra i due generi riguarda la percezione su come i social network influenzano il modo di vedersi esteticamente: oltre una ragazza su due si posiziona nelle fasce a maggiore sensibilità, arrivando al 57%. Le risposte dei ragazzi sono invece piuttosto in linea con le domande precedenti e solo il 17% risponde con un punteggio di 4 o 5 (Grafico 6).

Anche le sensazioni elencate (voglia di uscire, voglia di stare a casa, senso di esclusione, senso di inadeguatezza verso il proprio corpo, depressione, ansia, solitu-

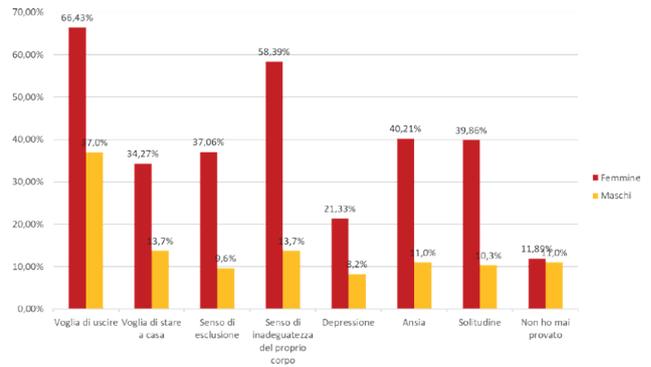


Grafico 7. Ti è mai capitato di aver provato una o più delle seguenti sensazioni in seguito all'utilizzo dei Social Network?

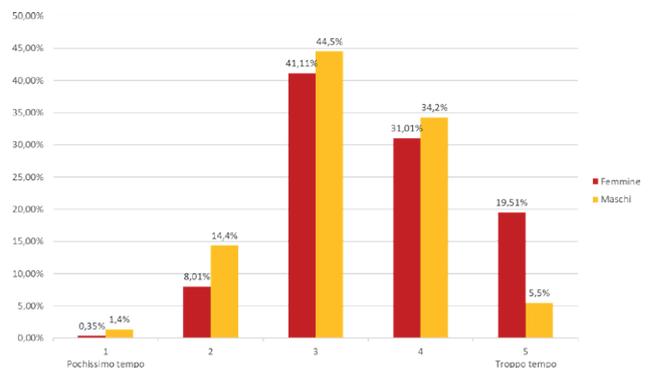


Grafico 8. Quanto tempo pensi di spendere sullo smartphone?

dine) sono provate dalle ragazze con una forza maggiore rispetto ai compagni maschi. Nuovamente emerge il senso di inadeguatezza verso il proprio corpo come l'elemento rispetto al quale le risposte femminili maggiormente si distaccano da quelle maschili (58% le ragazze, 13% i ragazzi). Da entrambe le parti emerge come sia solo uno su dieci a non aver provato alcuna volta le emozioni elencate sopra (Grafico 7).

Il dato che evidenzia una differenza più significativa riguarda la percezione di spendere troppo tempo sullo smartphone: le ragazze che hanno questa percezione sono quattro volte più dei ragazzi (Grafico 8).

Il numero di ragazze che ritiene estremamente difficile smettere di usare lo smartphone è più del doppio dei ragazzi. Inoltre, le ragazze che si sentono dipendenti dallo smartphone sono una su dieci, più del triplo rispetto ai ragazzi.

Anche le ragazze che hanno risposto di essersi sentite vittima di bullismo sono una su dieci (totale delle risposte 4 e 5), più del doppio rispetto ai ragazzi. Se si contano solo le ragazze che hanno dato la risposta con il valore più alto legato al bullismo, il valore è sei volte

maggior rispetto alla stessa fascia di risposta dei compagni maschi. Quasi il 60% delle ragazze vorrebbe cambiare il proprio uso dello smartphone. La percentuale dei ragazzi è 35%, e anche se è molto inferiore, rimane un valore estremamente alto. Anche i livelli di Nomophobia risentono fortemente della variabile di genere: le ragazze che mostrano livelli alti sono 4 volte maggiori rispetto ai ragazzi.

6. I LABORATORI CON ALLIEVI E INSEGNANTI

Dopo aver esaminato i risultati emersi dal primo livello, relativo ai dati quantitativi raccolti, passiamo al secondo livello, concentrandoci sui laboratori realizzati assieme agli alunni in modalità online. All'interno delle prime due ore di formazione sono stati esposti alcuni concetti base relativi al funzionamento della *data economy* e dell'*attention economy* per approfondire il funzionamento degli algoritmi che regolano il flusso di contenuti che ci vengono proposti dai social network⁵. All'interno del presente modulo formativo sono stati realizzati due brevi laboratori digitali itineranti, durante i quali è stato domandato agli studenti, alla luce delle spiegazioni proposte, di aprire il *feed* del social network più utilizzato e di analizzare i primi cinque contenuti che venivano proposti. L'obiettivo è stato quello di promuovere un'analisi e una lettura critica individuale dei contenuti proposti dall'algoritmo dei social network di riferimento, in base ai dati che questo aveva raccolto su ogni singolo utente. È stato quindi chiesto agli studenti e alle studentesse di rispondere, attraverso l'app Mentimeter, alla domanda "Quali contenuti emergono di più sulla tua bacheca?".

Su 406 risposte, 123 studenti hanno risposto di aver ricevuto in maggioranza "Contenuti emotivi", 81 di aver ricevuto contenuti riguardanti "Modelli estetici", 74 riguardanti "Eventi", 50 riguardanti "Oggetti da acquistare e/o pubblicità", 34 "Contenuti didattici e divulgazione scientifica", 31 "News e contenuti politici e sociali" e 12 riguardanti "Linguaggio sensazionalista".

Una seconda domanda chiedeva agli studenti di descrivere con una parola il rapporto con il proprio smartphone. Attraverso il *cloud* di parole prodotto (Immagine 1), possiamo osservare come, fra le 395 risposte inviate, siano emerse maggiormente parole come "normale", "tossico", "dipendenza", "dipendente", "eccessivo", "giornaliero", "conflittuale", "equilibrato", "morboso" fra le molte altre.

Descrivi in una parola il tuo rapporto con il tuo smartphone?



Immagine 1. Il rapporto con lo smartphone degli allievi.

Al termine dell'incontro formativo è stato proposto un ultimo laboratorio da realizzare come gruppo classe, le indicazioni date sono state le seguenti:

- Scrivi alcune idee e proposte su come utilizzare in maniera più consapevole lo smartphone (sia a casa, che a scuola).
- Condividile con i tuoi compagni e, nell'arco della settimana, sviluppate un documento unico che le contenga tutte.
- Appendete in classe il documento!

Contestualmente è stato chiesto ai partecipanti di inviare quanto elaborato nel gruppo di classe. Qui di seguito si riportano, a titolo esemplificativo, alcune idee e proposte di autoregolazione sull'uso dello smartphone, emerse dal presente laboratorio:

- utilizzo dello smartphone per attività produttive;
- prendere spunto dai contenuti dell'algoritmo per coltivare le nostre passioni nella vita reale (un amante della lettura sarà più stimolato alla visione di video inerenti ai libri e avrà la possibilità di scoprire anche nuovi generi);
- porre un limite di tempo giornaliero per l'utilizzo delle applicazioni sullo smartphone;
- ricordarsi della differenza tra la realtà e il mondo digitale;
- mettere la modalità "non disturbare" quando si sta studiando o si è in presenza di amici o famigliari;
- disinstallare i social network a periodi;
- usare modalità offline quando si studia;
- non tenerlo in camera durante la notte;
- svolgere attività completamente diverse (ad esempio attività scolastiche, sport, hobbies);
- lasciarlo a casa da scuola;
- non usarlo durante i pasti;
- guardare il tempo effettivo di utilizzo e ridurlo;
- attivare notifiche quando si supera l'uso giornaliero;
- spegnerlo durante eventi culturali;
- non utilizzarlo durante uscite con amici;
- ridurre utilizzo telefono prima di andare a dormire;

⁵ Per una puntuale trattazione dei seguenti temi si rimanda ai moduli formativi "Youth Toolkit" realizzati da Center for Humane Technology e consultabili a questo sito: <https://www.humanetech.com/youth>

re non usare il telefono da appena svegli (aspettare almeno mezz'ora);

- evitare di utilizzare telefono per rapportarsi con la realtà;
- non farsi selfie in condizioni di pericolo;
- evitare discussioni prolisse telefonicamente, parlarne di persona;
- allontanare lo smartphone e disattivare le notifiche nei momenti di concentrazione, riposo e interazione sociale;
- capire che i social non sono la realtà quindi evitare paragoni con ciò che si vede in rete;
- fare affidamento su siti di informazione attendibili per evitare le fake news;
- impegnarsi a passare più tempo all'aperto e in compagnia;
- non entrare nell'app per qualche giorno cercando di perdere interesse;
- ridurre lievemente ma gradualmente il tempo di utilizzo;
- spegnere definitivamente il telefono;
- vietate l'utilizzo eccessivo da parte dei genitori;
- non comprare il telefono prima di una certa età e non consentire l'iscrizione ai social prima di essa.

Le risposte, prese a campione da classi differenti nell'arco dei cinque anni del liceo, risultano essere molto eterogenee e coinvolgono le abitudini dei singoli, e non solo, con amici e familiari e il rapporto stesso che i ragazzi si hanno con i social network e le notizie che vengono individuate.

Il terzo livello del presente progetto ha riguardato gli incontri svolti con i docenti, per un totale di sei ore. Un numero compreso fra i 30 e i 40 docenti dell'istituto ha partecipato agli incontri che si sono svolti in presenza e che si sono sviluppati a partire dai dati emersi dai questionari somministrati ai ragazzi. L'urgenza, quando si affrontano argomenti delicati come l'emergere sempre più pervasivo del mondo digitale nelle nuove generazioni, è quello di definire, in maniera più chiara possibile il piano di realtà all'interno del quale ci troviamo.

Questo aspetto risulta necessario sia per avere un quadro chiaro della situazione all'interno della quale il docente svolge quotidianamente il proprio ruolo didattico sia per far fronte a un certo scetticismo rispetto al digitale, di una parte del corpo docente, che rischia di radicalizzarsi in maniera arbitraria senza comprendere la necessità di confrontarsi, problematizzare e comprendere il digitale per poter essere attori attivi nella formazione e nell'educazione degli studenti anche nel digitale.

7. DISCUSSIONE

La ricerca svolta fa emergere alcune significative evidenze e alcuni rilevanti spunti di riflessione in chiave pedagogica, che possiamo così riassumere:

1) Una precoce esposizione. Un adolescente su tre ha ricevuto in regalo il suo primo smartphone entro i 10 anni. Ricerche analoghe su scala italiana testimoniano come recentemente si tenda ad anticipare sempre più l'età in cui viene consegnato il primo dispositivo di proprietà del bambino (Picca et al., 2021). Avere un proprio smartphone significa poterne fruire potenzialmente in autonomia: per quanto gli strumenti di *parental control* consentano all'adulto di porre dei vincoli, le possibilità di aggirarli spesso sono concrete e comunque non è una sorveglianza costante a garantire la costruzione di competenze e l'autoregolazione. L'adulto non dovrebbe regalare il primo smartphone senza prima essersi sincerato che il bambino o il ragazzo sia consapevole di quali siano i rischi da fronteggiare: i dati del questionario evidenziano l'utilità di promuovere una maggiore consapevolezza sugli usi del digitale già durante l'infanzia, per far sì che all'età in cui sarà da solo durante la fruizione di uno strumento, il bambino o l'adolescente possa orientarsi criticamente e responsabilmente.

2) Una distorta percezione sui tempi di esposizione. Le statistiche evidenziano che, all'interno del campione, un terzo dei ragazzi trascorre più di cinque ore al giorno con lo schermo del proprio smartphone acceso, mentre un altro terzo lo utilizza tra le tre e le cinque ore. Un dato molto interessante che emerge dall'indagine è come i ragazzi abbiano una percezione di utilizzo del dispositivo significativamente inferiore a quella reale: senza colpevolizzare gli adolescenti, possiamo ipotizzare che lo stesso esercizio svolto dagli adulti potrebbe produrre esiti analoghi. Gli strumenti entrano capillarmente nella nostra vita quotidiana e spesso è sottostimata la quantità di tempo che viene dedicata. Anche rispetto a questo, si richiede un'azione educativa. Se è bene non colpevolizzare gli schermi, pensando a ragazzi (ma anche a adulti) che stanno per cinque ore con lo smartphone acceso (e in alcuni casi anche oltre otto ore al giorno) rende chiaro come questa bulimia di schermi corra il pericolo concreto di privare i giovani di esperienze dirette della realtà. Se lo schermo sostituisce, invece di integrare, i rapporti diretti con la realtà, si possono generare cortocircuiti formativi (Tisseron, 2016).

3) L'influenza sull'identità degli adolescenti. Così come c'è una discrepanza tra il tempo percepito e il tempo trascorso con lo smartphone, si può notare come gli esiti siano contraddittori tra le domande in cui si chie-

de agli adolescenti quanto pensano di essere influenzati dagli schermi e alcune risposte specifiche. Se, da un lato, in molti ritengono che l'influenza sul proprio comportamento sia minima, alcune domande specifiche evidenziano come in realtà quasi la metà del campione dichiara che essi facciano percepire una forma di inadeguatezza del proprio corpo. Gli esiti invitano anche a non interpretare questa influenza in termini "apocalittici": contrariamente al senso comune, l'uso dei social network non incoraggia l'asocialità, anzi il 65% degli adolescenti dichiara che il loro utilizzo produce una voglia di uscire. Tali dati possono essere intrecciati con le analisi di danah boyd (boyd, 2015) che sottolineano come i social, in realtà, rappresentano un'estensione e non sostituzione delle relazioni dirette e come gli adolescenti siano dipendenti più dal contatto con i pari che non dallo strumento tecnologico in sé. Una lettura attenta di questi dati sottolinea quindi l'importanza di usare correttamente (rispetto ai tempi, rispetto ai contenuti, rispetto al comportamento) e di favorire il benessere digitale di tutti i soggetti e soprattutto degli adolescenti.

4) Il digitale viene vissuto in maniera problematica dalla maggior parte dei ragazzi. I dati raccolti testimoniano che in molti casi i rispondenti sono critici rispetto al loro uso dello smartphone e dei social. A fronte di una parte del campione che non pensa di essere dipendente dal dispositivo, molti ragazzi sono in realtà consapevoli di relazionarsi con lo schermo più di quanto dovrebbero. Essi vivono in maniera critica e problematica questo utilizzo e, in percentuale molto alta, indicano una forte componente negativa nella loro esperienza degli strumenti digitali, esprimendo anche un desiderio di cambiamento e sottolineando una necessità di aiuto. La risposta a questa richiesta dovrebbe provenire dall'adulto e in particolare dalla scuola, in collaborazione con le famiglie.

5) Il *gap* di genere rispetto al rapporto col digitale. Emerge una significativa differenza tra le risposte degli allievi di genere maschile e quelli di genere femminile. La differenza non è tanto nella quantità di utilizzo, quanto nel modo in cui si percepisce il proprio rapporto con il digitale. Le risposte delle ragazze sono caratterizzate in molti casi da livelli molto più alti di problematicità, e il picco massimo si raggiunge quando entra in gioco il modo in cui viene percepito il proprio corpo e il modo di vedersi esteticamente. Questo potrebbe essere dovuto alla oggettificazione e alla sessualizzazione di molti contenuti presenti sui social, e alla spinta negativa che questi contenuti possono esercitare sulle ragazze. Il digitale sembra quindi esercitare un'influenza più "tossica" sulle ragazze. Questo dato naturalmente si può prestare a diverse interpretazioni, come al fatto che ci pos-

sa essere una diversa forma di consapevolezza tra i due generi, oltre che specifiche abitudini.

6) La messa in discussione della narrazione sull'autoregolazione e la libertà di scelta. L'utilizzo della maggior parte degli strumenti digitali all'interno della società contemporanea è fortemente de-regolamentato, perché si pensa che eventuali disposizioni che potrebbero limitarne l'utilizzo sarebbero lesive della libertà di scelta degli individui. Dai risultati del questionario emerge in realtà che la maggior parte degli studenti e delle studentesse vorrebbe cambiare il proprio rapporto con lo smartphone. In particolare, le risposte aperte indicano chiaramente che questo cambiamento vuole essere un minore utilizzo dei dispositivi digitali, che tuttavia non si è in grado di attuare. Emerge insomma che la maggior parte dei ragazzi vuole usare di meno smartphone e social network, ma è consapevole di non riuscirci e di questo ne soffre.

7) L'efficacia del dialogo con allievi e insegnanti. Rispetto alla fase 2 e alla fase 3 del percorso, si può evidenziare l'ottimo riscontro ricevuto dagli allievi e dagli insegnanti e la loro partecipazione attiva alla costruzione di riflessioni critiche, che potranno essere ampliate anche col proseguimento di attività laboratoriali nel successivo anno scolastico. Particolarmente rilevante risulta rendere gli allievi protagonisti per la creazione e la condivisione di "linee guida" che favoriscano un rapporto sano con le tecnologie. Come si è visto, permane tra i docenti una forma di scetticismo rispetto all'opportunità di condurre percorsi di educazione al digitale. Anche questo rende urgente impostare approcci che evitino di aderire passivamente al digitale e di "venirne risucchiati", cercando piuttosto di comprenderne i linguaggi, la natura, la sua diffusione e la sua incidenza antropologica ad un livello più ampio della storia dell'essere umano (Harari, 2014; 2017).

A partire da queste riflessioni, risulta fondamentale concentrarsi su come si modificano i concetti di intimità, identità e immaginazione (Gardner & Davis, 2013) dei ragazzi con i quali i docenti si confrontano quotidianamente e di come, in parallelo, mutano i linguaggi e le intelligenze di questi (Edwards et al., 2017). All'interno di questo contesto risulta di enorme importanza il concetto di formazione permanente, che permette di rilanciare ancor più il ruolo del docente come potenziale figura di riferimento per gli studenti nella comprensione della complessità nella quale docente e discente si trovano ad operare. Chiudersi rispetto alle sfide della contemporaneità significa rischiare di soccombere alla digitalizzazione crescente e al dilagare dell'Intelligenza Artificiale e di fenomeni estremamente dannosi come il *gaming* incontrollato. Queste formazioni sono state

inoltre occasione per confrontarsi in merito alle nuove IA, utilizzando ChatGPT e dibattendo su quali possono essere i rischi di un uso non regolato di tali strumenti da parte degli studenti (Rivoltella & Pancioli 2023). Le ore realizzate hanno permesso ai docenti partecipanti di aumentare la propria consapevolezza rispetto alla necessità di interrogarsi sul digitale, di aprire le proprie proposte didattiche alle contaminazioni offerte dagli strumenti e dai software digitali, per indagare, integrare, comprendere e accogliere il complesso mondo digitale contemporaneo.

8. CONCLUSIONI

Rispetto alla presenza degli schermi nella vita dell'adolescenza si prospetta spesso un paradosso: da un lato gli adulti rimarcano il gap generazionale, sottolineando quanto i cosiddetti "nativi digitali" siano differenti dagli adulti e lamentando le possibili derive (ad esempio il narcisismo, l'isolamento, la dipendenza, il cyberbullismo), dall'altro non vengono intraprese adeguate azioni per affrontare realmente a queste trasformazioni e per aiutarli a gestire una presenza sempre più ingombrante. Come avviene in altri ambiti, la tendenza è quella di preoccuparsi del tema soltanto a fronte di episodi o eventi clamorosi, come è stato nel caso della pandemia Covid-19, che ha costretto a pensare alla tecnologia come l'unico veicolo per mantenere vive le relazioni educative e per garantire la didattica (Ranieri, 2020).

Il percorso di ricerca-azione condotto (tanto nella sua fase quantitativa, quanto nella parte laboratoriale con allievi e insegnanti) conferma l'urgenza di affrontare il tema dell'educazione digitale svincolandosi da contesti emergenziali, per trovare soluzioni strutturali che siano condivise e radicate e che prevedano una continuità verticale, dai servizi educativi per la prima infanzia fino alla scuola secondaria e perfino all'ambito universitario. I giovani, dagli esiti della ricerca condotta nel territorio savonese, lanciano un implicito grido di aiuto rivolto all'adulto, ma anche evidenziano un desiderio di trovare strategie per sviluppare un rapporto "sano" col digitale. Le tecnologie che, secondo il senso comune, non necessitano di istruzioni per essere usate avrebbero in realtà bisogno di essere usate con maggiore consapevolezza, per riuscire a gestirle con autoregolazione (Tisseron, 2016), facendo in modo che il fruitore riesca monitorare e valutare il proprio uso, tanto rispetto ai tempi di esposizione, quanto rispetto ai contenuti con i quali interagisce e ai comportamenti che mette in atto. Questi obiettivi possono essere raggiunti più efficacemente dagli adolescenti se l'adulto (e in particolare la scuola, in

collaborazione con la famiglia, sempre in modo verticale e quindi fin dall'infanzia) si adopera per avviare riflessioni, per suggerire buone pratiche e per co-costruire un reale "benessere", anche digitalmente.

Oltre ai dati, che, come si è visto, offrono spunti molto significativi, la ricerca ha cercato di impostare i primi passi di un percorso di educazione digitale, per assolvere a un compito sempre più urgente. Se è già dagli anni '80 che si parla di Media Education a livello internazionale (Buckingham, 2020; Felini, 2004; Masterman, 1985; Ranieri, 2011), il percorso descritto testimonia come una delle urgenze con le quali la società deve fare i conti sia ancora la promozione di competenze nell'uso degli strumenti digitali, che portino a usi maggiormente consapevoli e a un rapporto "sano" col digitale, coinvolgendo attivamente tutti gli insegnanti e i genitori in questo percorso formativo e di ricerca, auspicabilmente – viste le differenze legate al genere degli adolescenti evidenziate dal questionario – intrecciando queste azioni anche con le tematiche della pedagogia di genere e della pedagogia delle differenze (Felini & Di Bari, 2019).

Occorre pertanto che ciascun insegnante si faccia anche promotore di educazione digitale: occorre non confondere la competenza digitale con una superficiale capacità di realizzare contenuti servendosi del digitale. Essere competenti digitali significa prima di tutto essere veri "piloti" degli strumenti (Tisseron, 2016), il che significa riuscire a gestirli in modo attivo, consapevole, responsabile, critico e anche creativo. Questi obiettivi difficilmente possono essere raggiunti se l'adulto – fuorviato dal "falso mito" dei nativi digitali (Rivoltella, 2012) – ritiene che sia sufficiente essere autodidatti nel proprio rapporto col digitale: occorre, al contrario, rimarcare un protagonismo della scuola, che assicuri un ruolo omeostatico (Postman, 1981) e operi in costante dialogo con la famiglia. E occorre che l'educazione al digitale parta – come promosso da anni dal CED (parallelamente ad altre esperienze sul territorio italiano) – dai primissimi anni di vita del bambino, per poi proseguire in modo verticale lungo le età evolutive.

Riassumendo, la ricerca condotta evidenzia un'emergenza educativa, che risponde anche a una richiesta di aiuto che proviene dagli adolescenti stessi, i quali chiedono un sostegno per preservare il loro benessere, anche nell'ambito del digitale. L'auspicio è che questa esperienza possa essere ampliata e ripetuta per valutare i progressi nei prossimi anni e che i risultati possano essere intrecciati con quelli di altri istituti e di altri contesti, tanto in ambito italiano quanto in ambito internazionale. A fronte di questo, poi, è necessario che le azioni di educazione al digitale (nutrendosi sempre dell'approccio della Media Education) siano istituzionalizzate, attra-

verso buone pratiche condivise e attraverso un impegno che renda attivo (anzi, inevitabile) il dialogo tra famiglia e scuola. Gli interessanti dati quantitativi raccolti in questa ricerca potrebbero essere intrecciati con ulteriori indagini qualitative ed etnografiche, che portino (attraverso interviste e *focus group*, ad esempio) a capire quale sia realmente il rapporto che gli adolescenti hanno con gli schermi: a riguardo, sono molto interessanti le ricerche condotte più di dieci anni fa negli Stati Uniti da danah boyd (2015), oltre a quelle sviluppate da Sonia Livingstone (Livingstone & Blum-Ross, 2022). Quantitativo e qualitativo dovranno intersecarsi per delineare il quadro all'interno del quale la scuola e la famiglia dovranno sviluppare e portare a sistema un modello di educazione digitale.

BIBLIOGRAFIA

- Académie des Sciences (2016). *Il Bambino e gli schermi, Raccomandazioni per genitori e insegnanti*. Guerini scientifica.
- Adawi, M., Bragazzi, N. L., Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., Yildirim, C.,... & Watad, A. (2018). Translation and Validation of the Nomophobia Questionnaire in the Italian Language: Exploratory Factor Analysis. *JMIR mHealth and uHealth*, 6(1), e24. <https://doi.org/10.2196/mhealth.9186>
- Barone, P. (2009). *Pedagogia dell'adolescenza*. Guerini.
- Buckingham, D. (2020). *Un manifesto per la Media Education*. Mondadori.
- Boyd, D. (2015). *It's complicated*. Castelvechi.
- Contucci, P. (2023). *Rivoluzione Intelligenza Artificiale*. Edizioni Dedalo.
- Cuomo, S., Biagini, G., & Ranieri, M. (2022), Artificial Intelligence Literacy, che cos'è e come promuoverla. Dall'analisi della letteratura ad una proposta di Framework. *Media Education. Studi, ricerche, buone pratiche*, 13(2): 161-172. <https://doi.org/10.36253/me-13374>
- Di Bari, C. (2016). *Educare l'infanzia nel mondo dei media*. Anicia.
- Di Bari, C., & Lugaro G. (2022). *L'educazione al digitale nel sistema educativo 0-6*. CRSS&S Editore Collana Fordoc.
- Edwards, C., Gandini, L., & Forman, G. (2017). *I cento Linguaggi dei bambini*. Junior.
- Felini, D. (2004). *Pedagogia dei media*. La Scuola.
- Felini, D., & Di Bari, C. (2019). *Il valore delle differenze*. Junior.
- Freire, P. (2011). *La pedagogia degli oppressi*. Gruppo Abele.
- Gardner, H., & Davis, K. (2013). *Generazione App, La testa dei giovani e il nuovo mondo digitale*. Feltrinelli.
- Gardner, H. (2013). *Formae Mentis, Saggio sulla pluralità dell'intelligenza*, Milano: Feltrinelli.
- Genta, M. L. (2020). *Bambini digitali?*. FrancoAngeli.
- Gui, M., Gerosa, T., Vitullo, A., & Losi, L. (2020). *Letà dello smartphone. Un'analisi dei predittori sociali dell'età di accesso al primo smartphone personale e delle sue possibili conseguenze nel tempo*, Report del Centro di ricerca Benessere Digitale, Università di Milano-Bicocca. www.benesseredigitale.eu/pubblicazioni
- Han, B-C. (2023). *Infocrazia*. Einaudi.
- Harari, Y. N. (2014). *Sapiens. Da animali a dèi. Breve storia dell'umanità*. Bompiani.
- Harari, Y. N. (2017). *Homo Deus. Breve storia del Futuro*. Bompiani.
- Lenhart, A., & Pew Research Center (2015). *Teen, Social Media and Technology Overview 2015*. <https://www.pewresearch.org/internet/2015/04/09/teens-social-media-technology-2015/>
- Lipman, M. (2005). *Educare al pensiero*. Vita & Pensiero.
- Livingstone, S., & Blum-Ross, A. (2022). *Figli connessi*. Erickson.
- Mancaniello, M. R. (2018). *Per una pedagogia dell'adolescenza*. Pensa Multimedia.
- Masterman, L. (1985). *Teaching the media*. Routledge.
- McLuhan, M. (1967). *Gli strumenti del comunicare*. Il Saggiatore.
- Mortari, L. (2011). *Cultura della ricerca e pedagogia*. Carocci.
- Pew Research Center, (2022). *Teens, Social Media and Technology 2022*. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/08/10/teens-social-media-and-technology-2022/>
- Picca, M., Manzoni, P., Milani, G. P., Mantovani, S., Cravidi, C., Mariani, D., Mezzopane, A., Marinello, R., Bove, C., Ferri, P., Macchi, M., & Agostoni, C. (2021), Distance learning, technological devices, lifestyle and behaviour of children and their family during the COVID-19 lockdown in Lombardy: a survey, *Italian Journal of Pediatrics*, 47, 203. <https://doi.org/10.1186/s13052-021-01156-8>
- Postman, N. (1981). *Ecologia dei media*. Armando.
- Ranieri, M. (2022). *Competenze digitali per insegnare. Modelli e proposte operative*. Carocci Editore.
- Ranieri, M. (2011). *Le insidie dell'ovvio*. ETS.
- Ranieri, M. (2020). La scuola dopo la Dad. Riflessioni intorno alle sfide del digitale in educazione. *Studi sulla Formazione*, 2, 69-79.
- Ranieri, M., Ancillotti, I. (2021). *A scuola da casa. Uno studio esplorativo sulle relazioni educative al tempo del*

- Covid-19*. In Lucisano P. (ed.), *Ricerca e didattica per promuovere intelligenza, comprensione, partecipazione* (p. 68-83), PensaMultimedia.
- Rideout, V., & Robb, M. B. (2019). *The Common Sense census: Media use by tweens and teens, 2019*. Common Sense Media.
- Riva, G. (2019). *Nativi Digitali*. Il Mulino
- Rivoltella, P.C. (2012). *Neurodidattica*. Raffaello Cortina.
- Rivoltella, P. C. (2019). *Media Education*. Morcelliana.
- Rivoltella, P. C., & Panciroli, C. (2023). *Pedagogia algoritmica*. Scholé.
- Szadejko, K., Garavini, E., Cantoni, L., Franchini, M., Casolari, G., Gualmini, M., & Zacchi, G. (2022). *Impatto dell'astinenza da cellulare sull'ansia e sui bisogni psicologici dei giovani tra i 14 ei 18 anni. Ricerca quali-quantitativa "Challenge4Me"*.
- Tisseron, S. (2016). 3-6-9-12, *Diventare grandi all'epoca degli schermi digitali*. La Scuola.
- Tisseron, S. (2006). *Guarda un po'! Immaginazione del bambino e civiltà dell'immagine*. Feltrinelli.
- Trisciuzzi, L., & Corchia, F. (1995). *Manuale di pedagogia sperimentale*. ETS.
- Vicari, S., & Di Vara, S. (2021). *Bambini, adolescenti e covid-19. L'impatto della pandemia dal punto di vista emotivo, psicologico e scolastico*. Erickson.
- Yildirim, C., & Correia, A.-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Zuboff, S. (2019). *Il capitalismo della sorveglianza*. Luiss University Press.

Sitografia

www.humanetech.com
 ledger.humanetech.com
 www.generazioniconnesse.it
 www.commonsensemedia.org
 www.centroeducazionedigitale.org
 www.wsj.com/articles/the-facebook-files-11631713039?mod=article_inline.