

FILIPPO DETTORI E FRANCA CARBONI

A SCUOLA DI EMOZIONI, EMPATIA E SENTIMENTI

Percorsi per un'inclusione più efficace



TRAIETTORIE
INCLUSIVE

FrancoAngeli

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



TRAIETTORIE INCLUSIVE

COLLANA DIRETTA DA
**CATIA GIACONI, PIER GIUSEPPE ROSSI,
SIMONE APARECIDA CAPELLINI**

La collana “Traiettorie Inclusive” vuole dare voce alle diverse proposte di ricerca che si articolano intorno ai paradigmi dell’inclusione e della personalizzazione, per approfondire i temi relativi alle disabilità, ai Bisogni Educativi Speciali, alle forme di disagio e di devianza. Si ritiene, infatti, che inclusione e personalizzazione reifichino una prospettiva efficace per affrontare la complessa situazione socio-culturale attuale, garantendo un dialogo tra le diversità.

I contesti in cui tale tematica è declinata sono quelli della scuola, dell’università e del mondo del lavoro. Contemporaneamente sono esplorati i vari domini della qualità della vita prendendo in esame anche le problematiche connesse con la vita familiare, con le dinamiche affettive e con il tempo libero. Una particolare attenzione inoltre sarà rivolta alle comunità educative e alle esperienze che stanno tracciando nuove piste nell’ottica dell’inclusione sociale e della qualità della vita.

La collana presenta due tipologie di testi. Gli “*Approfondimenti*” permetteranno di mettere a fuoco i nodi concettuali oggi al centro del dibattito della comunità scientifica sia nazionale, sia internazionale.

I “*Quaderni Operativi*”, invece, documenteranno esperienze, progetti e buone prassi e forniranno strumenti di lavoro per professionisti e operatori del settore.

La collana si rivolge a tutti i professionisti che, a diversi livelli, si occupano di processi inclusivi e formativi.

DIREZIONE

Catia Giaconi (Università di Macerata),
Pier Giuseppe Rossi (Università di Macerata),
Simone Aparecida Capellini (Università San Paolo Brasile).

COMITATO SCIENTIFICO

Paola Aiello (Università di Salerno)
Gianluca Amatori (Università Europea, Roma)
Fabio Bocci (Università Roma3)
Stefano Bonometti (Università di Campobasso)
Elena Bortolotti (Università di Trieste)
Roberta Caldin (Università di Bologna)
Aldo Caldarelli (Università Niccolò Cusano)
Lucio Cottini (Università di Udine)
Ilaria D'Angelo (Università di Macerata)
Noemi Del Bianco (Università di Macerata)
Filippo Dettori (Università di Sassari)
Laura Fedeli (Università di Macerata)
Pasquale Moliterni (Università di Roma-Foro Italico)
Annalisa Morganti (Università di Perugia)
Liliana Passerino (Università Porto Alegre, Brasile)
Salvatore Patera (Università degli Studi Internazionali di Roma)
Valentina Pennazio (Università di Macerata)
Loredana Perla (Università di Bari)
Maria Beatriz Rodrigues (Università Porto Alegre, Brasile)
Francesco Paolo Romeo (Università e-Campus)
Maurizio Sibilio (Università di Salerno)
Arianna Taddei (Università di Macerata)
Andrea Traverso (Università di Genova)
Tamara Zappaterra (Università di Firenze)

FILIPPO DETTORI E FRANCA CARBONI

A SCUOLA DI EMOZIONI, EMPATIA E SENTIMENTI

Percorsi per un'inclusione più efficace



TRAIETTORIE
INCLUSIVE

FrancoAngeli

Progetto P20228H8K7 – PRIN2022PNRR “TASCLE: Training pathway Addressed to Support and Curricular teachers of secondary LEvel’ school” Missione 4 “Istruzione e Ricerca” del Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza, Componente C2 “Dalla ricerca all’impresa”, Investimento 1.1 “Fondo per il Programma Nazionale di Ricerca e Progetti di Rilevante Interesse Nazionale (PRIN)” del Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza, dedicata ai Progetti di ricerca di Rilevante Interesse Nazionale – CUP J53D23016860001.

Isbn:9788835167846

Copyright © 2024 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L’opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d’autore. L’Utente nel momento in cui effettua il download dell’opera accetta tutte le condizioni della licenza d’uso dell’opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

*A scuola mi chiesero cosa volessi diventare
da grande, risposi "felice".
Mi dissero che non avevo capito l'esercizio e
io dissi loro che non avevano capito la vita.*

John Lennon

Indice

Prefazione , di <i>Catia Giaconi</i>	pag.	11
Introduzione	»	15
1. Generazioni e bisogni educativi che cambiano	»	21
1.1. L'epigenetica	»	23
1.2. Cambiamenti sociali e nuovi rischi nello sviluppo dei giovani	»	24
1.2.1. Le generazioni	»	25
1.2.2. I rischi di una generazione iperconnessa	»	27
1.2.3. Intelligenza artificiale: opportunità e pericoli	»	32
1.2.4. Cambiamenti climatici e "eco-ansia"	»	33
1.2.5. Come sono i giovani di oggi rispetto al passato?	»	35
1.3. Nuove visioni scientifiche e vecchie etichette	»	39
1.4. Come vivono i giovanissimi la quotidianità	»	45
1.5. Salute mentale e psicopatologia	»	49
1.6. Lo stile attribuzionale: come può guidarci nella vita	»	52
2. Personalità, rispecchiamento, empatia	»	54
2.1. Il temperamento	»	55
2.2. Il carattere	»	66
2.3. La personalità	»	69
2.4. Dal sistema mirror al rispecchiamento	»	74
2.5. Dal rispecchiamento all'empatia	»	78
2.6. Psicopatologia della personalità	»	84
3. Dal sintomo al disturbo	»	88
3.1. Esiste una normalità?	»	89
3.2. Il contesto e le richieste ambientali	»	91

3.3.	Sono cambiate le psicopatologie?	pag.	94
3.4.	La tela dello sviluppo	»	97
3.5.	Il neurosviluppo	»	99
3.6.	Il disturbo	»	102
3.7.	Segnali di possibili disturbi	»	105
3.8.	Promozione della salute mentale e prevenzione del disagio	»	108
3.9.	La normalità dentro la psicopatologia	»	111
4.	Difficoltà sociali e psicopatologia	»	113
4.1.	Esperienze di paura	»	114
4.2.	L'ansia e l'angoscia	»	122
4.3.	Dalla fobia al disturbo fobico	»	136
4.4.	Dal perfezionismo al disturbo ossessivo-compulsivo	»	144
4.5.	Dalla riflessione fattuale alla rimuginazione	»	148
4.6.	Dalla mente al corpo e viceversa	»	155
4.7.	Dalla tristezza alla depressione	»	160
4.8.	Il paradigma dell'ADHD	»	170
5.	Emozioni, regolazione, supporto educativo	»	174
5.1.	Educazione emotiva ovvero consapevolezza emotiva	»	175
5.2.	Le emozioni a scuola	»	178
5.3.	La regolazione emotiva	»	181
5.4.	La disregolazione emotiva	»	183
5.5.	Regolazione, disregolazione emotiva e abuso di sostanze	»	188
5.6.	Il percorso di assunzione di prospettiva (<i>perspective taking</i>)	»	190
5.7.	Il rispetto delle regole	»	193
5.8.	Il rispetto degli altri	»	195
5.9.	Le emozioni e l'empatia nei disturbi di personalità	»	198
5.10.	Educazione emotiva e affettiva	»	199
	5.10.1. Saper ascoltare	»	200
	5.10.2. Osservare in maniera efficace	»	203
6.	La scuola come agenzia educativa	»	205
6.1.	Dalla scuola dei saperi alla scuola delle competenze	»	207
6.2.	I ragazzi che la scuola perde (il fenomeno del drop-out)	»	209
6.3.	Attenzione ai bisogni degli studenti	»	211
6.4.	Valorizzare la pluralità degli stili cognitivi, di apprendimento e i bisogni educativi	»	214

6.5. Valorizzare la pluralità delle intelligenze	pag. 221
6.6. Insegnare servendosi del supporto della realtà aumentata	» 228
6.7. Non dimenticare gli sforzi didattici durante la pandemia da Covid-19	» 232
6.8. La valutazione: aiutare a conoscersi e non solo misurare i saperi	» 234
6.9. Qualche indicazione di sintesi	» 238
7. Indicazioni didattiche per favorire l'educazione emotiva, affettiva e al rispetto in ambito scolastico	» 248
7.1. Scuola dell'infanzia	» 255
7.2. Scuola primaria	» 260
7.3. Scuola secondaria di primo grado	» 262
7.4. Scuola secondaria di secondo grado	» 265
Bibliografia	» 283

Prefazione

di *Catia Giaconi**

Con profondo senso di condivisione per la scelta tematica di questo volume, vorrei condurre le lettrici ed i lettori all'interno di *A scuola di emozioni, empatia e sentimenti* con alcune riflessioni nel segno della Comunità Scientifica della Pedagogia Speciale che presiedo e che rappresenta un punto di riferimento nazionale e internazionale per i temi dell'inclusione.

In primo luogo, questo testo si inserisce in un momento cruciale della storia educativa, dove la necessità di una presa in carico integrata è diventata sempre più urgente. Non si tratta più solo di trasmettere conoscenze accademiche, ma di preparare le/i giovani a vivere in una società complessa e in continuo cambiamento, in cui competenze emotive e relazionali sono essenziali per il benessere individuale e collettivo. E questo va ricordato ancora di più quando il tema da affrontare è la formazione delle nuove generazioni e la formazione delle/i future/i docenti in grado di costruire contesti inclusivi.

In secondo luogo, nel corso degli ultimi decenni, la scuola ha vissuto una trasformazione significativa, passando da un'istituzione prevalentemente orientata alla trasmissione di saperi a un ambiente che favorisce la crescita personalizzata in un contesto inclusivo.

Questo libro, attraverso una prospettiva interdisciplinare, rappresenta un contributo fondamentale per affrontare le sfide del futuro. Gli autori, grazie alla loro esperienza e competenza negli ambiti della neuropsichiatria e della pedagogia speciale, offrono una guida completa per comprendere e affrontare le complesse dinamiche dell'educazione emotiva e sociale

* Catia Giaconi è Professore ordinario in Didattica e Pedagogia Speciale presso l'Università degli studi di Macerata, dove ricopre il ruolo di Prorettore Vicario con delega per la Terza e la Quarta Missione. È Presidente della Società Italiana di Pedagogia Speciale (SIPeS).

sempre in una spinta alla progettazione di contesti inclusivi. La sinergia professionale è la svolta per approdare a una transdisciplinarietà pensata e orientata all'innovazione della ricerca e della formazione.

La struttura del volume è attentamente progettata per rispondere alle esigenze di una vasta gamma di lettrici e lettori, tra cui genitori, educatrici ed educatori, insegnanti, ricercatrici e ricercatori, professioniste e professionisti dell'educazione e della salute mentale.

Le lettrici ed i lettori potranno approfondire le basi teoriche dell'educazione, grazie ad una panoramica delle principali teorie e approcci che hanno influenzato questo campo e potranno addentrarsi nelle più recenti dissertazioni scientifiche che affrontano la complessa questione delle competenze emotive. Una sezione altrettanto importante del libro è dedicata all'analisi dei bisogni educativi e formativi delle/i bambine/i e ragazze/i del nostro tempo. Gli autori affrontano con rigore scientifico e sensibilità umana temi cruciali come l'ansia, la depressione, i disturbi del comportamento e le difficoltà relazionali, fornendo strumenti pratici per identificare e intervenire su questi problemi. In un'epoca in cui fenomeni come il bullismo, la violenza di genere e il *cyberbullismo* sono tristemente diffusi, è essenziale che tutte le professioniste ed i professionisti siano equipaggiati per riconoscere i segnali di disagio e intervenire tempestivamente.

Il volume non si limita a fornire un quadro teorico, ma offre anche una serie di strategie pratiche e attività da utilizzare in classe o in ambito familiare. Viene enfatizzata l'importanza di creare ambienti di apprendimento sicuri e inclusivi, dove studentesse e studenti possano sentirsi valorizzate/i e rispettate/i. Gli autori propongono anche esercizi e attività mirate a sviluppare l'empatia, la consapevolezza emotiva e la capacità di risolvere i conflitti in modo costruttivo. Pratiche, queste, che non solo favoriscono il benessere individuale delle studentesse e degli studenti, ma contribuiscono anche a creare una comunità scolastica più coesa e solidale.

Ulteriore caratteristica distintiva del volume è l'integrazione di storie e testimonianze reali, che offre una prospettiva autentica e coinvolgente sulle sfide affrontate dalle e dai giovani oggi. Questi racconti, insieme alle riflessioni degli autori, forniscono un ricco tessuto narrativo che rende il testo non solo informativo, ma anche profondamente umano. Inoltre, le esperienze descritte illustrano come le competenze emotive possano essere coltivate e sviluppate nel corso del tempo, attraverso esperienze di vita e momenti di riflessione condivisa.

Infine, il libro si distingue per la sua visione lungimirante e propositiva. In un'era in cui la ricerca scientifica è sempre più interconnessa e collaborativa, questo volume rappresenta un esempio eccellente di come diverse discipline possano convergere per arricchire la nostra comprensione del

comportamento umano e delle dinamiche educative. Gli autori sottolineano l'importanza di un approccio multidisciplinare che integri prospettive psicologiche, pedagogiche e cliniche per affrontare le sfide complesse della nostra società.

Concludo questa prefazione con l'auspicio che *A scuola di emozioni, empatia e sentimenti* possa fungere da strumento prezioso per coloro che sono coinvolti nell'educazione e nella cura delle e dei giovani. Mi auguro che questo volume non solo arricchisca il bagaglio di conoscenze delle lettrici e dei lettori, ma possa anche ispirare nuove pratiche educative e terapeutiche che promuovano il benessere globale delle persone. È una lettura che offre non solo strumenti pratici, ma anche una profonda riflessione sul ruolo della scuola e delle/gli educatrici/ori nel formare cittadini e cittadine consapevoli e responsabili, capaci di contribuire attivamente alla costruzione di comunità inclusive.

Introduzione

A scuola di emozioni, empatia e sentimenti è un libro che crede in un'istituzione scolastica che va oltre il solo proporre conoscenze. Una scuola che dà spazio alle emozioni e ai sentimenti per offrire agli allievi la possibilità di conoscere meglio sé stessi in rapporto con gli altri. Nel testo saranno presi in esame i bisogni educativi e formativi dei bambini e dei ragazzi di oggi, molto diversi rispetto a quelli dei coetanei di qualche anno prima.

La finalità del libro è delineare i sintomi e i precursori dei disturbi psicopatologici di bambini e adolescenti in chiave aggiornata, chiara, immediata e fondata su base scientifica.

I numerosissimi episodi di violenza di genere, contro le fasce deboli e agita tra coetanei, che ogni giorno occupano le prime pagine dei quotidiani e i telegiornali, generano preoccupazione soprattutto in coloro che si occupano di formazione. La frequenza di tale violenza induce alcune riflessioni e pone in evidenza alcuni bisogni spesso trascurati sia in ambito domestico che scolastico che nell'extrascuola. Come, per esempio, l'educazione all'affettività e al rispetto. Sarà sufficiente, tale educazione all'affettività, a ridurre il malessere, il disagio, il senso di inadeguatezza e, soprattutto, il discontrollo emotivo, che porta molti adulti e ragazzi giovanissimi a mettere in atto comportamenti violenti che nei casi più gravi sfociano in veri e propri atti di violenza talvolta per futili motivi?

A parere di chi scrive è indispensabile rivedere le modalità educative in famiglia e nella scuola per aiutare i giovani a crescere non solo cognitivamente ma anche (e soprattutto) emotivamente. Una scuola che insieme alla famiglia si occupa dello sviluppo emotivo dei giovani e li accompagna a conoscere e a gestire le proprie emozioni eviterà il fenomeno del discontrollo emotivo, causa di tante azioni violente messe in atto verso sé stessi e gli altri.

Questo testo è rivolto a tutti coloro che si occupano di cura e di educazione e vogliono comprendere meglio il “funzionamento del comportamento umano”, nella speranza che possano trovare in esso alcune risposte alle numerose domande che quotidianamente si pongono mentre svolgono il loro difficile compito educativo.

Il libro è pensato per genitori, educatori ed insegnanti e si pone l'obiettivo di analizzare lo sviluppo emotivo, sentimentale ed empatico dei bambini e dei ragazzi. Tratta, al contempo, la possibilità di riconoscere i segnali precoci, più o meno espliciti, di malessere psichico a cui consegue disagio che spesso si esprime sia con il corpo che con comportamenti problema. Se è vero che nessuno può essere chiamato ad un sapere universale, e che per distinguere il normale dal patologico occorre una formazione specifica, è comunque possibile dare a insegnanti, educatori e genitori indicazioni di massima per capire quando occuparsi e segnalare situazioni di rischio, le quali sono a volte, purtroppo, il preludio di un'evoluzione prognosticamente peggiorativa verso un disturbo psicopatologico.

Negli ultimi anni sempre più spesso si sta rivalutando un approccio multidisciplinare nello studio del comportamento umano: i saperi scientifici hanno ormai sconfinato dai rigidi limiti di interesse di ricerca dei rispettivi ambiti per aprirsi sempre di più al confronto con altri saperi, dando luogo così a uno studio multifattoriale della complessa realtà. Del resto, anche in passato lo studio dei fenomeni sociali veniva affrontato da punti di vista diversi, che poi convergevano (o meno) per fornire una spiegazione del comportamento umano.

La filosofia, per esempio, già prima di Cristo ci ha fornito interpretazioni e letture molto interessanti che, talvolta, all'inizio del Novecento sono state “offuscate” da interpretazioni più rigorose provenienti dalla cosiddetta ricerca empirica, basata esclusivamente su evidenze di dati di ricerca. A distanza di anni, teorie e “vecchie” visioni del mondo e dell'uomo tornano ad essere rivalutate, sguardi critici di ambito filosofico riacquistano significato e si coniugano con gli esiti della ricerca moderna. Le riflessioni sul benessere della persona, ma anche sulla sua corretta declinazione, e sull'efficacia educativa dei processi didattici, proprio a partire dall'analisi dei bisogni già discussi da uomini dotti prima della nascita di Cristo, si sono avvalse degli esiti degli studi interdisciplinari di psicologi, pedagogisti, medici per avere una panoramica più chiara delle risposte che vengono aggiornate, con le dovute rivisitazioni, per adattarsi alle diverse fasce d'età. Per esempio, gli indirizzi rivolti al personale educativo, relativi ai percorsi integrati 0-6 anni, hanno elaborato proposte operative che sono il risultato della comparazione degli esiti di ricerche di neuropsichiatri infantili, pediatri, pedagogisti e psicologi dell'età evolutiva. La complessità della for-

mazione e dell'educazione necessita di interpretazioni multiple, elaborate attraverso l'utilizzo di linguaggi diversi che comunicano e si arricchiscono reciprocamente.

La ricerca sugli effetti dell'intelligenza artificiale nella formazione, per fare un esempio, che negli ultimi anni sta crescendo in maniera esponenziale, ha chiamato in causa, oltre ai saperi psicopedagogici, anche quelli medici per l'analisi dei processi psichici e quelli filosofici per le implicazioni etiche e morali. Questioni etiche e morali non possono certo solo essere oggetto di ricerca empirica, ma anche di analisi multifattoriali che portano a interpretazioni/punti di vista che talvolta ricalcano specifiche ideologie.

Questo testo è il risultato della riflessione congiunta di un medico neuropsichiatra infantile e uno studioso di didattica che, richiamando molteplici ricerche, hanno provato a ragionare su come genitori, educatori e insegnanti possano offrire un supporto adeguato nella cura di bambini e ragazzi che crescono e diventano adulti nella società di oggi.

Ciò al fine di non trascurare richieste d'aiuto che possono assumere la forma di segni, comportamenti e sintomi con cui talvolta i bambini ed i ragazzi esprimono i loro bisogni, in modo non immediatamente decodificabile, sia a casa che a scuola – luogo, quest'ultimo, dove trascorrono molte ore del giorno – ma anche negli spazi dedicati al tempo libero ed allo sport.

Spesso, in attesa che una sintomatologia complessa corrisponda a quanto i criteri del DSM-5 prevedono per la categorizzazione di un disturbo, si tralasciano e si sottovalutano sintomi e malesseri già indizio e preludio prognostico di psicopatologie future. Ciò succede soprattutto se si assume il punto di vista che solo la completezza sintomatologica possa meritare una diagnosi, una certificazione e una presa in carico. Per questa ragione, a volte, si trascurano segnali più o meno espliciti, che meriterebbero invece un'osservazione attenta e un ascolto empatico. Nel testo si cercherà, inoltre, di dimostrare quanto, in ambito scolastico, l'attenzione alla persona nella sua interezza sia necessaria per rafforzare la fiducia di base del singolo studente e dare sicurezza a giovani che cercano la loro strada nella complessità sociale.

Ma il focus principale del libro è rivolto a spiegare la difficoltà che bambine/i e ragazze/i incontrano nel conoscere, interpretare, governare le proprie emozioni e le problematiche personali e sociali che derivano dal discontrollo delle stesse. Gli studi, come si vedrà, hanno da anni dimostrato che l'uomo "evoluto" è colui che sa gestire le emozioni, mentre chi perde il controllo in situazioni di rabbia rischia di causare gravi danni a sé stesso e/o agli altri.

Il libro si propone, quindi, non solo di delineare in modo scientifico i principali sintomi precursori di eventuali disturbi psicopatologici dell'età evolutiva, ma anche di descrivere le traiettorie evolutive emozionali e i percorsi che portano a comportamenti rispettosi e prosociali e che ne possono anticipare la comparsa.

Si proporranno indicazioni pedagogico-didattiche per accogliere le difficoltà e individuare strategie educative di prevenzione del disagio e di supporto a chi lo vive in giovane età. Si cercherà, per esempio, di chiarire come l'ascolto empatico, diversamente dall'interpretazione preconcepita, possa già essere uno strumento utilissimo per la comprensione di chi esprime, spesso solo attraverso il corpo o i comportamenti, richieste di aiuto.

I capitoli sono corredati da storie verosimili, anche se non vere, che facilitano la comprensione dei comportamenti e dei vissuti e consentono di cogliere l'importanza di dare risposte alle innumerevoli richieste d'aiuto rivolte, in maniera spesso non esplicita, a genitori, docenti, educatori.

Un messaggio importante che si vuole dare è la necessità di prendere atto che, se la cura è un fatto meramente sanitario, il *prendersi cura* è invece un comportamento praticabile da tutti gli educatori oltre che dai sanitari stessi e che la sua efficacia moltiplica le possibilità di evitamento di prognosi negative. Forse anche l'accentuarsi delle psicopatologie va letta in questa ottica in cui la solitudine ha privato bambini e ragazzi degli scambi sociali estremamente importanti e virtuosi nel prevenire i disturbi psicopatologici.

Altri aspetti importanti trattati in questo volume riguardano la pluralità delle intelligenze e degli stili cognitivi, nella piena convinzione che nell'educazione al rispetto non si possano trascurare né i talenti posseduti dai ragazzi né, tantomeno, le conoscenze delle loro personali e peculiari modalità di apprendere.

Gli autori si propongono, inoltre, di suggerire una combinazione di interventi educativi, nella convinzione che nulla sia solo innato o acquisito, considerando "il prendersi cura" una competenza condivisibile, anche quando non strettamente specialistica, che possa favorire l'emergere delle risorse personali, non trascurabili, oltre che di quelle sociali per superare piccoli e grandi malesseri che si vivono nell'infanzia e nell'adolescenza.

La finalità di questa monografia è allora quella di chiarire le etichette diagnostiche, declinandole quali trama e ordito sulla tela delle diverse funzioni – come l'intelligenza, la memoria, il temperamento, il carattere, la personalità, le funzioni esecutive, il sistema mirror, il rispecchiamento, l'empatia, le emozioni, i sentimenti per ciascun individuo – e seguendole lungo il filo del trascorrere del tempo che ad ognuna assegna modalità di espressione diverse.

Infine, il testo parte da un importante presupposto che è stato più volte ribadito: a parere degli autori va rivalutata la scuola come agenzia formativa, perché, se è vero che alcuni bambini e adolescenti non riescono nei loro processi didattici e sperimentano frustrazione e senso di fallimento, è altrettanto vero che la maggioranza degli studenti trova in questo contesto educativo compagni e adulti significativi, e grazie al confronto quotidiano con loro matura, cresce, diventa un adulto responsabile e consapevole. Inoltre, si suggeriscono a chi educa modalità più funzionali per una relazione d'aiuto efficace, nei pochi ma fondamentali momenti della crescita, ritenuti come le finestre temporali utili ad interventi spesso risolutivi per molte delle psicopatologie di cui si tratterà in queste pagine.

1. Generazioni e bisogni educativi che cambiano

I bambini e i ragazzi di oggi sono, per molteplici ragioni, molto diversi da quelli del passato. Chi insegna, educa e si prende cura di loro deve necessariamente cogliere le differenze e comprendere le specificità che essi presentano. La dimensione della relazione educativa, affettiva ed emotiva deve essere qualitativamente adeguata alle esigenze delle nuove generazioni e coerente, laddove ciò sia corretto e opportuno, anche alla dimensione sociologica nella quale sono immerse. Ciò senza trascurare quanto della storia del passato può ancora risultare utile, opportuno e avvincente in un mondo in cui le trasformazioni tecnologiche, veloci e profonde, stanno determinando cambiamenti importanti anche negli stili cognitivi e relazionali. Senza tuttavia ignorare le conoscenze e le competenze, non solo tecniche, oggi più che mai necessarie per affrontare l'attualità e prepararsi al futuro.

Come dicevamo all'inizio di questo capitolo, i ragazzi di oggi sono, per molteplici ragioni, molto diversi rispetto a quelli di 10, 15, 20, 30 e 50 anni fa. È importante che chi educa colga tali differenze e sia in grado di comprendere le specificità che essi presentano. Insegnanti, educatori, operatori sociali dovrebbero avere la percezione dei bisogni che i ragazzi esprimono e presentano alla loro attenzione, oltre a possedere competenze adeguate per offrire loro un supporto appropriato.

Con il termine *cura* ci si riferisce al prestare attenzione ai bisogni, alle esigenze diverse e particolari di ogni individuo, si intende, cioè, l'intervento educativo che si effettua per comprendere, colmare, assicurare, guidare. Don Milani (2017) utilizzava il motto *I care*, che letteralmente significa: mi importa, ho a cuore. Questa frase, stampata su un cartello all'ingresso di Barbiana, riassume la finalità educativa di una scuola orientata a promuovere ogni forma di sollecitudine per l'altro, attenta e rispettosa, finalizzata a valorizzare ciascuno per ciò che è, per la sua peculiarità e ad aiutarlo a

esprimere il meglio di sé, attraverso la riflessione personale e il confronto con l'altro.

L'importanza della condivisione fra pari in ambito educativo e di apprendimento è stata studiata a lungo, attualmente tutti gli esperti sono concordi nel ritenere che la scuola debba favorire l'acquisizione delle soft skills, prima fra tutte l'abilità sociale imprescindibile che permette di collaborare proficuamente con gli altri.

Maria Montessori (Beltrami & Boccalini, 2017) prevedeva la costruzione di classi "aperte" o "comunicanti" in cui bambini di diverse età potessero interagire tra loro. Pedagogista e medico, Montessori era convinta che l'interazione e il confronto con gli altri bambini, al pari con la guida dell'adulto, fosse fondamentale per la crescita e lo sviluppo di ciascun allievo. L'idea di classi aperte è stata ripresa successivamente da molti autori e anche nelle Indicazioni Nazionali per il Curricolo del 2012, dove si invitano i docenti a prevedere e progettare percorsi formativi non solo per fasce di età, ma anche per livelli di competenze acquisite.

Una scuola inclusiva che rimuove, temporaneamente, i vincoli di appartenenza ad una specifica classe e che prevede l'ingresso degli alunni in altre aule, consentendo ai più piccoli di apprendere mediante il confronto con i più grandi e di relazionarsi con tutor e guide anche nell'ambito di altri gruppi di alunni.

Anche Rudolf Steiner (2009) credeva nella condivisione fra pari sotto la guida dell'adulto; per riassumere la filosofia della scuola da lui fondata, è sufficiente richiamare il principio "imparare ad imparare", divenuto nel 2006 una delle competenze chiave definite dal Consiglio d'Europa come fondamentali in educazione. Nelle scuole steineriane i programmi e i libri di testo non sono essenziali; lo è, invece, valorizzare la condivisione delle esperienze con i compagni e gli educatori. Le Indicazioni Nazionali per il Curricolo evidenziano la necessità di contemplare ambienti di apprendimento significativi, per garantire il successo formativo di tutti precisando che è necessario nella scuola "attuare interventi adeguati nei riguardi delle diversità", e che non si riferiscono solo a coloro che presentano difficoltà certificate, ma anche a tutti gli studenti che sono portatori di bisogni e interventi specifici¹.

Ciò che in questo libro si vuole evidenziare è che ci sono tanti modelli di scuola – Montessori, Steiner, Scuola senza Zaino, Home School, ecc., solo per citarne alcuni – ma che, a parere di chi scrive, nessuno di essi rappresenta la scuola perfetta né il modello pedagogico migliore in assoluto.

1. Annali Indicazioni Nazionali per il curricolo del primo ciclo d'istruzione, p. 34.

Molte scuole svolgono efficacemente la loro funzione didattica ed educativa senza etichette né pedagogie di riferimento da seguire, perché possono contare sulla professionalità di un team di docenti capaci di coinvolgere gli studenti, di individuare i loro bisogni, di suscitare nuovi interessi e soddisfare le loro curiosità.

Numerosi pedagogisti e psicologi dell'età evolutiva ci hanno offerto, negli ultimi 100 anni, importanti indicazioni che possiamo accogliere e valorizzare nella didattica quotidiana. Siamo certi che tanti insegnanti abbiano saputo "ideare" proprie e originali metodologie studiando, frequentando spontaneamente corsi di formazione, talvolta con oneri aggiuntivi, riflettendo continuamente sull'efficacia delle loro proposte in classe.

Schön (1993) definiva il professionista "riflessivo" colui che, grazie all'esperienza maturata, quotidianamente riusciva a migliorare la propria competenza, proprio a partire da un'analisi accurata di quanto sperimentava nel lavoro concreto. Il docente riflessivo è dunque colui che riflette "su ciò che fa" in azione e subito dopo, traendo da questa riflessione opportunità di miglioramento e occasioni per rimodulare strategie rivelatesi poco efficaci.

Come succede per la sanità, si è pronti a fare il processo alla scuola quando qualche evento arriva alla cronaca perché non ha funzionato, perché si sono verificati episodi deplorabili, perché i bambini o gli adolescenti non hanno avuto le giuste cure o attenzioni. Mai (o quasi) si parla della scuola che funziona, dei bambini che in essa stanno bene e stabiliscono ottime relazioni con adulti e coetanei. I docenti talvolta non vengono valorizzati e riconosciuti anche quando hanno svolto bene il loro lavoro, molti di loro si dedicano con passione e dedizione agli allievi, in silenzio, quotidianamente, senza scrivere libri, dichiarare meriti, né cercare visibilità, ma seguendo una grande etica professionale. Chi educa, ne siamo convinti, non deve solo istruire ma soprattutto accompagnare i giovani in un processo di apprendimento, sviluppo e crescita, che è diverso per ciascuno e che merita attenzione, comprensione e ascolto empatico.

1.1. L'epigenetica

Alcune riflessioni dell'epigenetica, come vedremo più avanti, possono aiutare chi si occupa della cura dell'altro. L'epigenetica studia le modificazioni dell'individuo nella "sua interezza" con particolare attenzione all'assetto psichico, comportamentale e psicopatologico. Gli studi attuali si concentrano sugli effetti dei fattori ambientali (fra cui gli agenti chimici contenuti nel cibo, nell'acqua e nell'aria), delle sostanze inquinanti, e inol-

tre degli stili di vita, che possono modificare al variare dell'età l'espressione del patrimonio genetico posseduto al concepimento.

Aristotele (384-322 a.C.) definiva l'epigenesi come la possibilità di sviluppare forme organiche individuali a partire dal non formato, contrapponendo questa teoria a quella secondo cui l'intero essere umano si svilupperebbe da minuscoli corpi formati imm modificabili (Berti & Volpi, 2007). Oggi viene meno la certezza che il fenotipo derivi per intero dalla sequenza del DNA presente fin dal concepimento, il che lascia spazio alla possibilità che possa derivare invece non solo dai geni ma anche da altri meccanismi, appunto epigenetici, i quali determinano l'attivazione o meno di gruppi selezionati di geni. Tali modificazioni riguardano sia i cambiamenti delle singole cellule che dei tessuti, come anche dell'individuo. Non intaccano il patrimonio genetico di base (cioè la sequenza del DNA) ma solo la sua espressività e, come è ormai acclarato, sono trasmissibili alle generazioni successive.

L'epigenoma (studiato dall'epigenetica) inizia la sua attività precocemente, fin dal concepimento, e si modifica nel corso della vita. Ciò conferma l'unicità degli individui, anche di quelli che come i gemelli monozigoti hanno un patrimonio genetico identico, e della flessibilità con cui le persone cambiano. L'epigenoma è, dunque, influenzato dall'ambiente, dagli stili di vita e dalle esperienze personali.

Questi nuovi risultati della ricerca ci inducono a porci nuove domande e a chiederci fino a che punto siamo in grado di offrire un supporto educativo a coloro che stanno nascendo o hanno pochi anni e in che modo gli adulti di oggi possano divenire dei riferimenti validi per persone che nascono con stimolazioni e spinte (ambientali, climatiche, psicologiche) molto diverse rispetto a un passato anche recente.

Ma chi sono i bambini, i preadolescenti e gli adolescenti a cui ci si riferisce in questo libro? Proviamo a fare un inquadramento dei cambiamenti generazionali degli ultimi 70 anni.

1.2. Cambiamenti sociali e nuovi rischi nello sviluppo dei giovani

Una difficoltà incontrata oggi da chi educa riguarda la possibilità di comprendere le esigenze formative di bambini e adolescenti che cambiano rapidamente perché stimolati da sollecitazioni ambientali sempre diverse e talvolta contrastanti. Di seguito si cercherà di analizzare alcuni ambiti che si reputano meritevoli di approfondimento: generazioni che mutano,

chiusura sociale, perdita di autonomia cognitiva, apporto dell'intelligenza artificiale nella formazione, conseguenze del cambiamento climatico e ecoansia.

1.2.1. *Le generazioni*

Nella confusione di aggettivi attribuiti alle varie generazioni (vedi tabella 1), l'attuale popolazione di adulti e anziani – i nati, cioè, fino al 1965 – vengono definiti i *Boomers*, i nativi cartacei. I Boomers hanno avuto la possibilità di formarsi ed informarsi mediante la frequenza scolastica obbligatoria, almeno nei gradi inferiori, l'accesso alle biblioteche, la diffusione di periodici, riviste e giornali, radio e tv. Pur essendo frutto di un'educazione datata e ancorata al passato, che non prevedeva percorsi personalizzati per chi aveva difficoltà, tali soggetti sono stati protagonisti di grandi battaglie sociali, come quelle per il divorzio e l'aborto. Hanno coltivato una cultura di pace e posto le premesse per una coscienza ecologista. Hanno studiato avendo la certezza che i propri sforzi sarebbero stati compensati con incarichi di lavoro sicuri e adeguatamente remunerati. I Boomers sono stati anche fautori e protagonisti della ripresa economica e del cambio di paradigma educativo nei confronti dei figli, anche se non sempre con successo (Zhang, 2019).

Per *Generazione X* si intendono i nati tra il 1965 e il 1980. Sono persone che oggi hanno tra i 40 e i 60 anni circa, molti si sono affermati nel mondo del lavoro, hanno un forte potere d'acquisto e, proprio per questo, risultano essere interessanti agli occhi del mercato. Spettatori e protagonisti di cambiamenti politici, ma anche testimoni di clamorosi eventi terroristici, hanno vissuto tra il sogno americano (*We can*) e le frustrazioni di una quotidianità che ha cominciato a segnare il passo con il susseguirsi delle recessioni (Davidovitch & Yavich, 2021). Sono, inoltre, gli artefici del progresso tecnologico e della rivoluzione internauta con la quale è iniziata la *Generazione Y*, cioè quella a cui appartengono i nati dal 1981 al 1996.

Questi ultimi, definiti anche *Millennial*, hanno avuto accesso alle tecnologie diffuse alla massa, come i computer o i cellulari e per questo sono stati chiamati anche *Net Generation*. Hanno generalmente un buon livello di istruzione e professionalizzazione ma hanno cominciato a trovare difficoltà negli inserimenti lavorativi e abitativi. Hanno perso la certezza che allo studio sarebbe seguito un lavoro corrispondente alle proprie competenze e hanno iniziato a fare i conti con la frustrazione del precariato, del riconoscimento parziale dei propri titoli, del doversi accontentare di salari mediocri e discontinui.

I nati dopo il duemila sono definiti *nativi digitali* o *Generazione Z*. Il loro apprendimento e l'accesso all'informazione si giova dell'uso delle nuove tecnologie tra le quali si muovono con sicurezza sin da piccoli. Abili e veloci nell'affrontare i nuovi sviluppi delle reti, hanno cominciato a concentrare le loro attività di socializzazione e di relazione sui social, sui media e sui device, talvolta trascurando quelle in presenza.

Vengono definiti *Generazione Alpha* o *Screenagers* i nati fra il 2013 e oggi. Per questa generazione ogni pensiero e azione è immediatamente condivisibile e trasferibile. Imparano a condividere foto e a parlare contemporaneamente, i più grandi hanno oggi 12 anni e rappresentano il 9% della popolazione totale. Sono abituati ad avere immediatamente una risposta alle proprie azioni perché trascorrono molte ore davanti alla rete, dove, digitando una richiesta hanno istantaneamente una risposta (più o meno corretta). Si spazientiscono se viene meno questa immediatezza di risposta e sono incapaci di adeguarsi al tempo degli altri che può non coincidere con il proprio. Sono talvolta irritabili e poco inclini a trascorrere del tempo disimpegnati, hanno sempre in mano lo smartphone e sono collegati a molteplici siti che propongono variegati modelli di comportamento oltre che offerte d'acquisto. Sono i giovani che a scuola hanno difficoltà a stare nei tempi di tutti e che proprio per questo hanno bisogno di sperimentare l'attesa, la distensione, la condivisione, la frustrazione di non avere tutto e subito.

L'adattamento al mondo digitale è spiegato dal concetto di natività digitale, che include competenze come crescere con la tecnologia, sentirsi a proprio agio con il multitasking, fare affidamento sulla grafica e sulle immagini per la comunicazione, prosperare su gratificazioni e ricompense istantanee e provare alti livelli di frustrazione se queste vengono a mancare. Spesso nella scuola hanno trovato contesti che non hanno valorizzato tali competenze tecnologiche e hanno chiesto loro di "adattarsi" a forme di didattica, oltre che a contenuti, pensati per gli studenti del passato. D'altra parte, una delle fonti di differenziazione nelle tecnologie digitali è il concetto di generazione digitale (X, Y, Z e Alpha), che riguarda l'anno di nascita o l'età. Uno studio recente ha esaminato i livelli di natività digitale delle generazioni, dimostrando che essa aumenta man mano che si passa dalla Generazione X alla Generazione Z. In termini di genere, mentre i maschi delle Generazioni X e Y hanno un livello di natività digitale più elevato rispetto alle femmine, non c'è differenza nella Generazione Z. Sebbene avere un computer sia un importante fattore di differenziazione per le Generazioni X e Y, non è altrettanto importante per le Generazioni Z e Alpha, che prediligono l'utilizzo dello smartphone. Infine, è stato osservato che esiste una differenza nella relazione tra i livelli di natività digitale delle

Generazioni X, Y, Z e Alpha e l'autoefficacia relativa all'uso del computer e di internet (Çoklar & Tatli, 2021).

Gli studi dimostrano la diversità di accesso al sapere delle generazioni: mentre prima il libro, la lezione dei docenti, l'esperienza didattica in classe erano le forme principali di conoscenza, oggi invece internet, soprattutto mediante l'accesso diretto dallo smartphone, rappresenta per i più giovani la fonte di acquisizione delle informazioni. Accesso all'informazione non significa necessariamente crescita culturale, ma senza dubbio la via più veloce per sapere, informarsi, documentarsi. Questo modo diverso di conoscere, imparare, ricercare significati non sempre ha avuto spazio nelle aule scolastiche che, come si è detto, hanno talvolta ignorato il modificarsi della costruzione ed evoluzione dei processi cognitivi degli studenti, proponendo una formazione poco attraente e idonea per i giovanissimi.

Tab. 1 - Rappresentazione grafica delle generazioni per fasce d'età

Boomers	Generazione X	Generazione Y	Generazione Z	Generazione Alpha
Nati prima del 1965	Nati fra il 1965 e il 1980	Nati fra il 1981-1996	Nati fra il 2000-2013	Nati fra il 2013 e oggi

1.2.2. I rischi di una generazione iperconnessa

Chi nasce oggi sfrutterà al massimo i vantaggi della rete ma, probabilmente, ne subirà anche in maniera più accentuata le criticità.

I giovanissimi stanno già sperimentando modalità relazionali diverse, il *weblogging* per esempio, dove i social definiscono un altro modo di vivere gli scambi sociali. Si informeranno in modo alternativo rispetto al passato, cercheranno di abbattere le barriere dello spazio nella comunicazione e condivisione, preparandosi di conseguenza a condurre battaglie politiche, ecologiche e sociali in modo diverso. Sono i giovani che stanno vivendo la socializzazione più in rete che in presenza, le amicizie sono coltivate online e l'acquisto di beni di ogni genere sta avvenendo prevalentemente in rete. La pedagogia e la didattica si interrogano sugli effetti di tale distanziamento fisico, che può portare anche all'isolamento sociale (così come lo abbiamo finora inteso), all'impoverimento delle relazioni in presenza, alla maggiore chiusura in sé stessi. È possibile che nuove forme di aggregazione sociale in rete sostituiscano le "vecchie" condivisioni *vis a vis*, ma permane la convinzione che soprattutto nella primissima infanzia la rela-

zione – almeno quella finora sperimentata – debba potenziarsi di scambi in presenza, di interlocuzioni, di sguardi, di incontri e anche di scontri verbali e fisici per sperimentare diverse forme di linguaggio e trovare le modalità di interazione più adeguate. Oggi risulta inconsueta una formazione che si realizzi a distanza, seppure con processi personalizzati e pensati per ogni studente (Collin & Brotcorne, 2019).

È possibile che fra qualche anno la ricerca didattica dimostri che è più efficace imparare utilizzando prevalentemente programmi online pensati per i bisogni di ogni studente. E che gli studiosi accertino che i processi formativi più adeguati possono avvenire in una piattaforma online in grado di intercettare i livelli di partenza del singolo e dunque di offrire risposte su misura.

E se invece le evidenze empiriche dimostrassero che l'eccessivo utilizzo delle tecnologie impoverisce i processi cognitivi?

Diversi studi hanno già dimostrato come l'esposizione prolungata ai device provochi non solo assuefazione ma anche alterazioni sullo sviluppo neurologico e ritardi cognitivi nei bambini e negli adolescenti: quando questi (ma anche gli adulti) usano i dispositivi, sono sollecitati da input neurochimici nei centri cerebrali del piacere, pertanto parlare di dipendenza dall'utilizzo di tablet e smartphone è ormai un'evidenza scientifica (Khan *et al.*, 2021).

L'Organizzazione Mondiale della Sanità nelle nuove linee guida sull'attività sportiva dei bambini chiarisce: “I bambini sotto i cinque anni devono trascorrere meno tempo seduti a guardare gli schermi, devono dormire meglio e avere più tempo per giocare se vogliono crescere sani” (OMS, 2019). Le linee guida sono state elaborate da un gruppo di esperti dell'OMS che hanno studiato gli effetti sui bambini piccoli di un sonno inadeguato in rapporto al tempo trascorso seduti di fronte a uno schermo. Anche l'esito di un'esposizione prolungata alla luce intensa (luce blu) emessa dai device può causare disturbi del sonno, della concentrazione, dell'ansia ed altri effetti non secondari, correlati ad eventuali danni alla retina o ai tessuti oculari in genere che possono causare disturbi visivi a breve e a lungo termine.

L'OMS rileva che è fondamentale sostituire il tempo prolungato davanti allo schermo con un gioco più attivo o anche sedentario, assicurandosi, inoltre, che i bambini piccoli abbiano una buona qualità del sonno. Il tempo sedentario funzionale alla crescita è quello trascorso in attività interattive con un caregiver (lettura, narrazione, canto e puzzle) ed è molto importante per lo sviluppo armonioso del bambino.

Pertanto, l'OMS ha espresso le seguenti raccomandazioni per tutelare la salute dei bambini piccoli:

1. divieto assoluto di restare fermi davanti a uno schermo per i bambini da zero a due anni;
2. dai due ai quattro anni i bimbi non dovrebbero essere mai lasciati per più di un'ora a guardare passivamente lo schermo televisivo o di altro genere, per esempio di cellulari e tablet;
3. per i piccoli fino a un anno di età: attività fisica diverse volte al giorno, compresa mezz'ora in posizione prona. Favorire 14-17 ore di sonno totale al giorno ai neonati;
4. bambini da uno e due anni: almeno tre ore di attività fisica giornaliera e 11-14 ore di sonno complessivo;
5. tra i due e i quattro anni di età: almeno tre ore di attività fisica giornaliera, di cui almeno una di forte intensità e 10-13 ore di sonno totale (OMS, 2019).

Tali indicazioni si sono rese necessarie in seguito alle evidenze della ricerca sui rischi della lunga esposizione all'utilizzo di device in tenera età, che hanno richiesto con urgenza un intervento immediato per prevenire gli effetti che incidono gravemente sullo sviluppo dei bambini, come i disturbi del sonno, l'ansia e il ritiro sociale (Di Gangi *et al.*, 2023). Inoltre, studi recenti hanno dimostrato che le donne che durante la gravidanza utilizzano i dispositivi elettronici in modo continuo hanno maggiori possibilità di partorire e crescere bambini con problemi comportamentali, soprattutto se questi stessi bambini iniziano precocemente a utilizzare i device elettronici (Lunkenheimer *et al.*, 2023).

Nei paragrafi precedenti si è fatto cenno alla necessità, per capirli, di conoscere i bambini e i ragazzi che popolano l'universo dell'età evolutiva verso la quale dirigiamo l'interesse. Le generazioni più recenti, quella Z dei nativi digitali e quella Alfa – che cominciano già a incontrarsi – pongono quesiti e problemi diversi da quelli espressi dalle generazioni precedenti. Essi hanno come modelli quelli dei social che tendono a prevalere rispetto all'agire educativo di genitori e insegnanti. Talvolta proprio la comunicazione dei social arriva in maniera più diretta ai giovani ed è per questo più incisiva e influenzante.

Vista l'età media del personale della scuola, la maggioranza degli insegnanti fa parte della categoria Boomers o di quella dei Millennial che si sono confrontate con la tv e con i giornali, facilmente gestibili e controllabili dagli adulti. Le cose si complicano con l'avvento della rete diffusa su plurimi device, alcuni dei quali affidati all'età evolutiva anche per motivi di studio e di ricerca, oltre che per motivi di sicurezza e verifica (l'affidamento nelle scuole primarie degli smartphone ai bambini viene spesso giustificata dai genitori con il bisogno di controllarli e di aumentare la loro tutela). Ma, ancora prima di Internet, sono stati consegnati ai ragazzi stru-

menti con potenza attrattiva notevole, quali la *play station* che, evolvendosi e perfezionandosi nel corso del tempo, è diventata un ponte verso i video e i giochi reperibili oggi in rete.

Il problema non è la presenza di internet nella vita di tutti, ma il livello di impreparazione, in primis degli adulti, nel saperlo gestire, utilizzare e controllare in maniera consapevole. I ragazzi sono più bravi, veloci e competenti nel districarsi con disinvoltura tra i vari device e spesso sono loro a stimolare i caregivers e gli adulti referenti in generale, guidandoli nella scoperta di nuove applicazioni e nell'utilizzo di innovative funzioni di questi strumenti la cui potenza, paragonata agli albori della nascita dei primi computer, telefoni o videogiochi, è impressionante.

Queste considerazioni, che emergono dagli studi e stanno ridefinendo le teorie in ambito di sviluppo cognitivo e dell'apprendimento, hanno evidentemente delle ricadute nella quotidianità. Il bambino piccolo piange? Non è più il cullare rassicurante dei genitori, il ciuccio, la ninna nanna, il carillon sopra la culla, che lo distrae, consola e rassicura, ma la musica e le immagini in movimento dello smartphone o dell'iPad consegnati nelle sue mani. Un tempo si delegava ai cartoni animati, e spesso lo si fa tuttora, il ruolo di baby-sitter intrattenitrice nei lunghi vuoti di tempo che l'adulto non riusciva a colmare, mentre oggi il bisogno di attenzione viene spesso colmato col dare in mano ai bambini, anche molto piccoli, i cellulari. E si tratta degli stessi bambini che, una volta cresciuti, verranno aspramente rimproverati e puniti per il tempo eccessivo di utilizzo dei device. Non bisogna mai dimenticare che si sta consegnando in mano ai ragazzi uno strumento potente, che si aggiorna ed evolve con notevole velocità; basti pensare a tutto il dibattito sui rischi dei processi di delega all'intelligenza artificiale.

La rete con le sue offerte, proposte e stimolazioni è diventata il luogo deputato a innescare e mantenere parecchie dipendenze senza sostanza, di cui i minori sono le vittime privilegiate, indifese e inconsapevoli. Internet stimola e facilita le dipendenze da gioco, quelle da sesso, da acquisti compulsivi proprio per la facilità di accesso, la disponibilità in termini di offerta e la libertà con cui si possono raggiungere siti a tutte le ore.

Il disturbo da gioco d'azzardo pone in evidenza la sottile distinzione tra l'anticipazione della ricompensa (rilascio di dopamina prima di riceverla) e la risposta conseguente al suo ottenimento (rilascio di dopamina dopo o durante il ricevimento del premio). I pazienti con dipendenza associata al gioco d'azzardo riferiscono in ambito terapeutico che, mentre giocano, una parte di loro "vuole" perdere. Quanto più perdono, tanto più forte è il desiderio di continuare a giocare, e altrettanto rilevante è la frenesia quando vincono. Questo fenomeno è stato denominato "caccia alla perdita". Il