







# COS'È INTERNET

(brevi cenni di storia)

**I**l fenomeno di cui si parla tanto al giorno d'oggi, definito "Internet", è apparso in Italia nel 1994; è costituito da migliaia di reti ognuna completamente autonoma e indipendente ed è un sistema complesso e sinergico che permette a molteplici reti di collegarsi fra loro, in modo che sia possibile comunicare con qualsiasi persona collegata a un'altra rete.

La Rete permette di trasferire, trasmettere e ricevere informazioni, notizie, idee e opinioni. In questo mondo virtuale, dunque, tutti gli attori sono contemporaneamente interattivi: spettatori e protagonisti.

Il sistema non ha una precisa sede geografica ed è utilizzabile senza confini su scala planetaria. Sono trascorsi quasi trent'anni dalla sua origine e dalla sua nascita: la prima base fu istituita nel 1969 negli Stati Uniti grazie all'operato di alcuni scienziati e tecnici che lavoravano per l'ARPA (Advanced Research Project Agency), agenzia del Ministero della Difesa degli Stati Uniti che realizzarono un sistema di comunicazione da usare nei casi di calamità ma anche nei momenti d'inattività, per temporaneo guasto o manutenzione. Si chiamava ARPA-net e all'inizio connetteva tra loro pochi grandi calcolatori.

Successivamente alcune strutture universitarie s'impadronirono del sistema e lo misero al servizio della comunità scientifica. La National Science Foundation costituì una rete chiamata NSF-net e alla fine degli anni '80 incorporò ARPA-net. Erano nate altre reti, ma gli utenti che volevano comunicare fra loro, usavano il protocollo TCP/IP, che divenne lo standard comune nel 1983. Così nacque quella che poi prese il nome di inter-rete, cioè internet.

Fino a pochi anni fa, la rete internet era usata principalmente da alcuni grandi enti pubblici e da alcune facoltà universitarie; solo a partire dal 1994 venne aperta e data a tutti la possibilità di avere accesso alla rete e su questa base si è sovrapposta quasi subito una nuova tecnologia, quella della World Wide Web. L'avvento della banda larga ha permesso collegamenti più sicuri e rapidi mentre l'ingresso della telefonia e della Tv digitale ha reso Internet ancora più utile e accattivante.

Tuttavia la Rete è solo uno dei tanti cambiamenti indotti dalla rivoluzione digitale, secondo la quale la tecnologia non può essere semplicemente interpretata come uno "strumento": è un mondo che s'intreccia con il mondo reale e che determina vere e proprie ristrutturazioni cognitive, emotive e sociali dell'esperienza, capace di rideterminare la costruzione dell'identità e delle relazioni, nonché il vissuto dell'esperire.

# GUIDA PER UN USO RESPONSABILE DELLA RETE

**È possibile  
racchiudere in  
10 punti alcuni  
suggerimenti da  
tenere sempre  
presenti per la  
navigazione  
in internet**

**G**razie alle tecnologie che abbattano barriere di spazio e tempo è possibile, oggi, essere più vicini alle persone con le quali si vuole rimanere in contatto anche quando non si può esserlo realmente e fisicamente. Ciò però non deve indurre nell'errore di utilizzare in maniera smisurata e non organizzata cellulari e computer, sostituendoli alle conversazioni in famiglia o alle relazioni offline.

E' necessario dunque fare un utilizzo sano e responsabile, anche e soprattutto avendo una buona conoscenza delle tecnologie.

Gli educatori sono chiamati con assoluta priorità ad educare i propri figli ed insegnare loro come usare correttamente questo prezioso strumento chiamato "Internet" affinché i ragazzi lo utilizzino in modo responsabile e produttivo per loro e per gli altri.

Tra gli obiettivi principali va sottolineato quello di orientare bambini e adolescenti verso un comportamento cosciente e affidabile nell'utilizzo dei Nuovi Media.

Il principio da trasmettere è che il web rappresenta una tra le tante risorse che i giovani hanno a loro disposizione per promuovere la relazione tra gli uomini, la comunicazione tra di loro, il progresso e l'innovazione ma che è necessario evitare di essere tentati dagli eccessi e colpiti dalle conseguenze negative provocate da un utilizzo scorretto delle tecnologie.

## **È fondamentale, inoltre, insegnare alcune regole basilari da applicare in rete:**

- Non dare mai informazioni personali (nome, indirizzo, numero di telefono, età, nome e località della scuola o nome degli amici) a chi non si conosce personalmente o a chi si conosce sul web
- Non inviare immagini intime e personali, non farsi vedere in webcam da persone sconosciute
- Non condividere le proprie password, neanche con gli amici. Comunicarle solo ai propri genitori o agli adulti di riferimento
- Non accettare incontri di persona con qualcuno conosciuto online
- Non rispondere a messaggi che possano destare confusione o disagio (meglio ignorare il mittente, terminare la comunicazione e riferire quanto accaduto a un adulto)
- Prima di aprire un allegato o scaricare contenuti, se si conosce la persona che lo ha inviato, chiedere conferma che lo abbia mandato veramente, altrimenti va ignorato
- Rispettare le regole di buona educazione in rete: leggere le regole del sito, non offendere nessuno, non divulgare messaggi privati di altri, non scattare foto o filmare le persone senza il loro consenso
- Sui social network bisogna controllare le impostazioni del proprio profilo: chi può vederlo? Chi può fare ricerche su di te o raccogliere informazioni o esporti a situazioni che non controlli? Bisogna restringere il più possibile l'accesso alle informazioni che ti riguardano

# DECALOGO AD USO DEI GENITORI PER UN WEB SICURO

## **1. IL WEB E' UNO STRUMENTO UTILE, MA NON ESENTE DA RISCHI**

Non potete vietare ai vostri figli di accedere a internet ma è indispensabile che voi genitori controlliate regolarmente, in loro presenza, la navigazione. E' bene che vi confrontiate con i vostri figli sull'importanza di far attenzione alle comunicazioni ingannevoli: messaggi allarmistici, richieste d'aiuto, offerte, richieste di dati, segnalazioni di virus: spesso sono dei trucchi! insegnate loro ad essere diffidenti, specie con gli sconosciuti.

## **2. ASSICURATE AI VOSTRI FIGLI UNA PRESENZA COSTANTE E CONTINUATIVA**

Rimanete vigili, interessandovi all'uso che i vostri figli fanno del web, discutete piacevolmente delle loro preferenze online mostrandovi coinvolti e interessati.

## **3. DECIDETE I TEMPI DI UTILIZZO DEI DISPOSITIVI MOBILI**

Decidete un tempo massimo di utilizzo dei dispositivi mobili, è bene che essi vengano spenti almeno un'ora prima di mettersi a letto. Un buon riposo notturno è indispensabile per la crescita psicofisica dei vostri figli.

## **4. INSEGNATE AI VOSTRI FIGLI A NON DARE INFORMAZIONI PERSONALI**

Insegnate ai vostri figli quali informazioni possono essere date, quali no e quali possono essere date solo ad alcuni. Confrontatevi insieme su quali comunicazioni potrebbero essere pericolose da riferire a persone sconosciute.

## **5. EDUCATE I VOSTRI FIGLI A CONDIVIDERE CON VOI QUALSIASI COSA LI FACCIÀ SENTIRE A DISAGIO**

Ai vostri figli potrebbe capitare di ricevere contenuti indesiderati. E' bene parlare con loro di questa eventualità, spiegando che in caso di ricezione di comunicazioni sospette o fortemente trasgressive, potranno fare affidamento su di voi, riferendovi l'accaduto e decidendo insieme se fare una segnalazione alle autorità competenti.

## **6. PROPONETE LE VOSTRE REGOLE E APPROVATELE INSIEME**

E' necessario stabilire delle regole che siano condivise sia da voi che dai vostri figli senza imporre degli obblighi che genererebbero solo rabbia e incomprensione.

## **7. STABILITE EVENTUALI SANZIONI PER LA TRASGRESSIONE DELLE REGOLE**

Decidete insieme le sanzioni per la prima infrazione e per le recidive. Se tende a trasgredirle, rimproveratelo, ma mostrate anche di capirlo e di trovare normale che sia così attratto dal web. Se non segue le regole concordate, spiegategli in maniera precisa quali sono i comportamenti che disapprovate e che deve modificare.

## **8. INSEGNATE CHE UN POST È PER SEMPRE!**

Ricordate ai vostri ragazzi che i Social Network sono una piattaforma pubblica e che tutto ciò che inseriscono (foto, commenti, adesioni a gruppi ecc.) resta per sempre in memoria, anche quando si decide di cancellarsi dal sito.

## **9. RACCOMANDATE L'UTILIZZO DI SOFTWARE CHE FILTRINO I SITI DI NAVIGAZIONE INADATTI**

E' impossibile bloccare tutti i contenuti a rischio. Quindi, l'utilizzo di filtri ed altri accorgimenti software, sebbene altamente consigliabile, non deve indurre ad abbassare la guardia.

## **10. SIATE MODELLI DI COERENZA**

I comportamenti valgono più di mille parole. Attenzione a non veicolare messaggi sbagliati ai vostri figli. Se chiedete loro di non postare immagini che ritraggono i vostri ambienti familiari (così da non invadere la vostra privacy) non fatelo nemmeno voi!

## I FILTRI FAMIGLIA

**I**l filtro famiglia è un software o un servizio in grado di selezionare o negare l'accesso ad alcune pagine su Internet, in base ad alcuni criteri stabiliti e selezionati.

Corrisponde al concetto inglese di parental control (controllo genitoriale) che consente di evitare l'esposizione dei bambini a contenuti virtuali considerati pericolosi, violenti o molesti.

Il filtro famiglia effettua dunque un blocco nell'accesso a ciò che è considerato non opportuno.

In alternativa può consistere nell'accettare solo ciò che è positivo: il filtro quindi non lascia passare nulla che non sia inserito in un elenco di siti approvati dal genitore. È il concetto di "biblioteca di casa" o walled garden (giardino recintato).

I servizi di navigazione differenziata permettono la distinzione tra adulto e minore, all'atto della connessione ad Internet, e dunque consentono al minore di navigare in sicurezza dato che vengono attivati una serie di filtri dinamici gestibili dai genitori. Questa tipologia di servizio non ha bisogno di un continuo aggiornamento ed inoltre può a sua volta

includere elenchi di siti vietati scelti dai genitori.

Possiamo dunque adottare due diversi approcci che mirino a proteggere i bambini dai contenuti indesiderati o offensivi presenti nella rete:

1. gli approcci educativi, che puntano a responsabilizzare i ragazzi anche attraverso la condivisione con loro delle esperienze di navigazione, affinché gli vengano forniti gli strumenti conoscitivi e culturali per potersi proteggere in autonomia;
2. gli strumenti di controllo e di filtro automatico dei contenuti, che permettono al genitore di monitorare l'attività effettuata online dai propri figli e impedirgli successivamente l'accesso a determinati tipi di siti.

Tuttavia è risaputo che i ragazzi sono, mediamente, più abili dei genitori, nella navigazione sul web. Per cui, una volta adottata la logica dei filtri, bisogna aspettarsi che il ragazzo provi ad aggirarli.

Per il controllo dei siti visitati, molti genitori hanno l'abitudine di consultare la cronologia del browser,



ma i ragazzi sanno bene come ripulire e cancellare le tracce della loro navigazione.

Alla luce di ciò esistono varie opzioni attraverso le quali è possibile attuare un controllo:

1. Si può configurare il computer di casa e/o il dispositivo mobile in modo che ogni utente possa avere accesso attraverso una propria password, una per ciascun componente della famiglia, e che ciascuno abbia i permessi appropriati;
2. Per i più piccoli, una soluzione efficace potrebbe essere quella di installare degli appositi browser per bambini, che si basano su liste di siti visitabili ("white list") e non su regole secondo le quali vengono vietate le consultazioni a particolari indirizzi di rete;
3. Un altro ambito da tenere sotto controllo è la consultazione del sito YouTube (community specializzata nella visualizzazione di video). Qui è possibile impostare la "modalità di protezione", che vieta l'accesso a video qualora vengano impostate determinate parole chiave da evitare. Tuttavia, gli stessi gestori del sito avvertono che

non viene assicurata una precisione al 100%, rispetto ai contenuti filtrati.

4. Se volete tenere sotto controllo l'utilizzo che vostro figlio fa dello smartphone o del tablet, potete farvi aiutare da app specifiche per il controllo genitori. E' possibile, ad esempio, condividere il dispositivo con bambini dopo aver creato un nuovo utente. Ogni persona avrà uno spazio personale sul dispositivo. O ancora...è possibile attivare il servizio "In famiglia", che permette di tenere sotto controllo più dispositivi con un solo account e impostare limiti e filtri.
5. Infine, oltre alle funzionalità integrate nei sistemi operativi è possibile utilizzare delle app per attivare il controllo genitori sui dispositivi destinati ai vostri figli. Potrete controllare il tempo d'accesso, le app installate ed avviate, le attività svolte su Internet e applicare un filtro per i contenuti. O ancora, è possibile applicare un efficace controllo genitori con tanto di fasce orarie programmate per l'utilizzo del dispositivo.

# CHAT E SOCIAL NETWORK

(WhatsApp - facebook  
e simili)

**S**ocial Network è l'espressione usata, più comunemente, per indicare lo strumento utilizzato per creare e mantenere comunità online.

Tradotto in italiano significa "reti sociali" e indica un gruppo di persone connesse tra loro, indipendentemente dal tipo di legame che li unisce (amicizia, amore, rapporti lavorativi, interessi comuni), che si relazionano costituendo una comunità.

In generale i siti di Social Network permettono di creare un proprio profilo con l'inserimento di descrizioni, fotografie, filmati e collegamenti ad altri siti personali.

Ogni utente può stringere amicizia con altre persone dopo aver inoltrato la sua richiesta di invito.

L'utente inizia a ricevere gli aggiornamenti solo dopo aver accettato tale richiesta di amicizia.

L'iscrizione a queste reti avviene per gli stessi motivi per cui si frequentano gruppi e persone nella vita reale: per fare amicizia, per offrire e/o cercare aiuto, per incontrarsi e condividere interessi e stili di vita.



## INSTAGRAM

Instagram è un social network fotografico nato nel 2010 e diventato ormai di proprietà di Facebook. Instagram permette di scattare foto e realizzare video, applicando eventualmente filtri in tempo reale prima di condividerli. Tutte le foto e i video realizzati possono poi essere condivisi su Instagram e anche su altri social network, come per esempio Twitter e Facebook, affinché vengano visti da un maggior numero di utenti.

Gli scatti e i video realizzati verranno immessi nel proprio "stream" composto da tutte le foto e video, le cosiddette "storie", caricate da coloro con i quali si è in contatto. Per esprimere apprezzamento per una foto

o un video bisogna cliccare sul cuoricino, altrimenti è possibile esprimere un proprio commento, scrivendolo direttamente al di sotto del contenuto. Di fronte alla noia con la quale i nostri ragazzi passano il tempo su Facebook, l'idea di mettere nelle loro mani uno strumento come Instagram che sia in grado di farli fermare di fronte a un tramonto, a una montagna o a un fiore per fotografarli e condividerli, rappresenta sicuramente un mezzo di comunicazione più positivo e rassicurante!



## FACEBOOK

Con oltre 1 miliardo di profili attivi è il social network più grande al mondo. Nato nel 2004, è aperto a utenti di ogni sesso ma è vietata l'iscrizione per ragazzi con età inferiore a 13 anni. Facebook ancor più che altri social network rappresenta un'intuizione che genera in chi la frequenta fenomeni di adesione al gruppo e riconoscimento. E' importantissimo dunque salvaguardare la propria privacy durante la navigazione in rete. Il consiglio è quello di aggiornare fin da subito le impostazioni della privacy messe a disposizione direttamente dal social, affinché i contenuti della propria bacheca vengano visualizzati solo dagli amici e non

dagli "amici degli amici" o da tutti gli utenti, restringendo il più possibile (a livello di privacy) l'interazione con "sconosciuti". Anche nell'inserimento di contenuti fotografici occorre avere accortezze! E' necessario:

- catalogare gli amici, organizzandoli per liste affinché si possa scegliere un diverso livello di condivisione tra loro
- conoscere e utilizzare le opzioni di privacy legate alla pubblicazione
- negoziare la scelta delle fotografie in base a una corretta percezione del senso del pudore



## YOUTUBE

È la piattaforma di condivisione e visualizzazione video di Google che raccoglie miliardi di filmati di ogni genere, caricati da utenti da ogni parte del mondo. È possibile

guardare video su YouTube gratuitamente, senza limitazioni e senza obbligo di registrazione. Va sottolineato però che YouTube è dotato di un sistema di sicurezza per mettere al riparo i minori da contenuti inadatti o pericolosi.

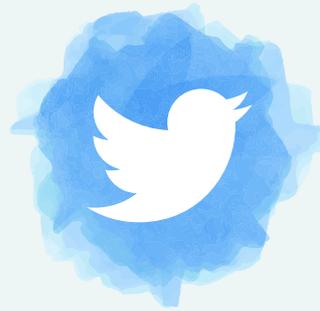
YouTube permette non solo di guardare ogni genere di filmato, compresi film, eventi sportivi in diretta, serie pensate per il Web e tanto altro ancora, ma permette anche di mostrare al mondo le proprie capacità: vostro figlio è un aspirante cantante? Un regista dilettante? Un comico alle prime armi? Sulla piattaforma di Google è possibile caricare i video, creare un pubblico e, con il tempo, perchè no...anche farne un lavoro.



## SNAPCHAT

È un incrocio tra un social network e un'app di messaggi che nel 2016 è riuscito addirittura a superare Twitter in termini di utenti attivi giornalieri (s o p r a t t u t t o

giovannissimi). E' un'applicazione che permette di scambiarsi foto e brevi video (della durata massima di 10 secondi) che vengono cancellati automaticamente al termine della visualizzazione. A differenza di altri social, non ci sono timeline o profili da personalizzare, e tutti i contenuti hanno una data di scadenza, trascorsa la quale non saranno più visibili. Permette inoltre di chattare con i propri amici in tempo reale e di condividere album pubblici di foto e video accessibili da tutti i propri contatti per un periodo di 24 ore. Ma i contenuti sono davvero al sicuro una volta autodistrutti? In linea di massima sì, anche se nessuno può impedire ad un utente di fare uno "screenshot dello Snap" (che detto in altre parole significa fare una foto alla foto) prima che sia



## TWITTER

Twitter è un social network o, per meglio dire, un servizio di micro-blogging molto popolare che permette di comunicare attraverso messaggi

brevi, foto e video da pubblicare da computer, smartphone e tablet. È completamente gratuito e abbastanza rispettoso della privacy degli utenti. Non ci sono amicizie da accettare o contraccambiare, tutti i post sono liberamente leggibili da chiunque (eccetto i messaggi diretti) e non ci sono eventi o giochi a cui partecipare.

Il principio di Twitter ruota intorno al concetto degli inseguitori (followers). Si sceglie di seguire un altro utente di Twitter e avere i suoi aggiornamenti. La condivisione di messaggi e contenuti avviene all'interno di una rete di persone organizzate in due categorie: le persone che mi seguono (followers) e le persone che io seguo (following).

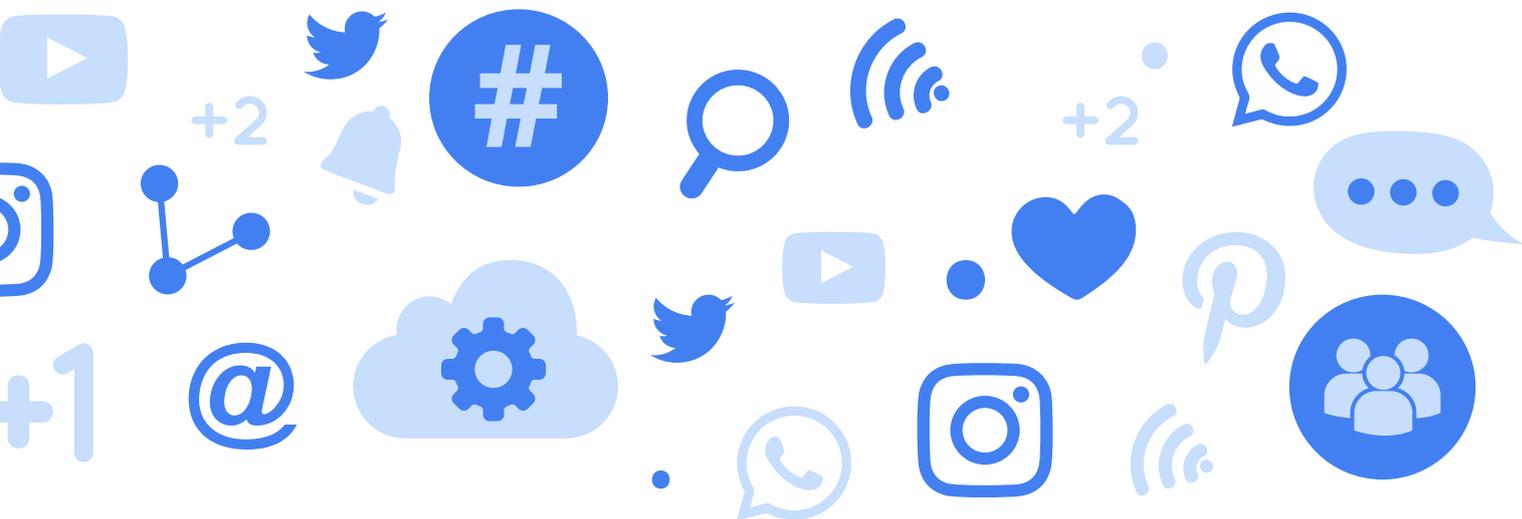
Questo strumento aiuta a mantenere le distanze e a gestire in piena autonomia e maggiore libertà la scelta di cosa condividere e con chi farlo.

Il modo di interagire con gli utenti rappresenta senza dubbio la caratteristica unica dell'utilizzo di Twitter come strumento di comunicazione e promozione sociale. Lo scopo e l'obiettivo di molti è guadagnare followers, ottenere una maggiore diffusione dei propri contenuti, aumentare la propria reputazione e il gradimento degli utenti nei propri confronti.

Anche Twitter però ha alcuni lati negativi: il soggetto sente il bisogno di essere letto e approvato dagli altri per ottenere un senso per sé e per la sua vita. E', tuttavia, uno strumento da considerare all'interno di una sana vita mediatica e da suggerire ai nostri figli.

svanito. In quel caso, però, Snapchat invierà un avviso, segnalando chi e quando ha "rubato" la foto. Questa novità permette di avere un maggior controllo sui contenuti postati sul web, scoraggiando i malintenzionati nel mandare in giro foto di altre persone. Inoltre su Snapchat: like, cuori, retweet, reactions e simili sono inesistenti. Questo è in linea con la filosofia del "non pensarci troppo e scatta" su cui è basata l'app. Questo consente ai ragazzi di non vivere alla ricerca delle approvazioni altrui.





## BLOG

È uno strumento più statico che viene gestito da una o più persone (bloggers) e attraverso il quale è possibile condividere, con gli utenti che leggono, pensieri opinioni e ideologie.

Alcuni lo utilizzano come semplice modo di sfogarsi, in altri casi è utile per esprimere la propria creatività nell'ambito della letteratura, della fotografia o relativamente ad una qualsiasi attitudine personale.

Altri lo sfruttano per motivi di business aprendo canali pubblicitari da divulgare: diventa quindi uno strumento d'informazione e di propaganda della conoscenza.

In tutti gli ambiti, tuttavia, consente alle persone di esprimere se stessi raccontandosi agli altri.

Il soggetto che legge i racconti e le informazioni ha un tempo di reazione/riflessione molto più lungo a differenza degli utenti che interagiscono nelle chat o nei social network.

**NTI A  
DUE!!!**

## THISCRUSH

Letteralmente significa "questa cotta" ed è stato ideato per aiutare i più timidi quando si parla di questioni amorose. Per chi non riesce proprio a fare il primo passo, a dichiarare il proprio interesse, l'app arriva in soccorso, permettendo di mandare un messaggio anonimo. In questo modo, è possibile rompere il ghiaccio e iniziare una comunicazione con la persona desiderata. Può quindi essere molto utile, peccato però che alcuni stanno utilizzando ThisCrush in maniera del tutto errata, inviando messaggi offensivi e denigratori, rendendosi protagonisti di veri e propri atti di cyberbullismo. ThisCrush non è un'app, quindi non è possibile

## CHAT

La chat-line è il regno della rapidità, della velocità manuale ancor prima di quella mentale.

Si digitano pensieri e frasi interagendo in una vera e propria conversazione con l'utente che si trova al di là dello schermo.

Rappresenta un luogo d'incontro per conoscere nuove persone e fare amicizie.

Alcuni la usano per dimostrare le proprie competenze informatiche, altri la utilizzano come strumento sostitutivo del telefono per comunicare con gli amici: per questo rappresenta un canale di sfogo per divertirsi, mascherarsi e praticare chiacchierate rituali.

In alcuni casi è un canale che viene utilizzato anche per instaurare relazioni significative.

Esempi di chat sono: la ormai famosissima WhatsApp e altre meno note come Telegram e Viber.

Si tratta di applicazioni di messaggistica istantanea scaricabile su ogni cellulare che consente di scambiare messaggi (scritti o vocali), chiamate, condividere foto e video, tra tutti i propri contatti.

scaricarla tramite store; inoltre non c'è la possibilità di bloccare gli utenti, perciò è ancora più pericolosa. Gli utenti che si registrano a ThisCrush, infatti, solitamente condividono il link del proprio profilo in altri social network popolari (come Facebook o Instagram, ad esempio), invitando i loro amici a scrivere un commento e a fare domande. In maniera simile al social network come Ask.fm, infatti, ThisCrush permette di commentare i profili di altri utenti anche in forma anonima.

I commenti anonimi possono essere inviati anche senza registrazione e, volendo, sempre senza registrarsi, è possibile firmare i messaggi inviati indicando un proprio nome o nickname.

# VANTAGGI E SVANTAGGI DEI SOCIAL NETWORK

**I**l primo grande merito dei social network è indubbiamente quello di aver facilitato la comunicazione tra le persone che si trovano anche a distanza tra di loro: consentono infatti, di avere un contatto e un'interazione, a livello globale, in tempo reale con chiunque anche se è dall'altra parte del mondo e di cui è possibile vedere anche il volto se si possiede una webcam (telecamera interna o esterna al pc) collegata al computer.

Inoltre, tra i fattori particolarmente vantaggiosi, possiamo certamente citare il fatto che l'interazione tramite questi strumenti, è estremamente economica in quanto per l'utilizzo di alcune applicazioni è sufficiente avere un collegamento ad una linea Wi-fi. Essendo dunque mezzi di comunicazione comodi e facili da usare consentono di mantenere ed incrementare le relazioni interpersonali. Tuttavia, qualora non vengano utilizzati nel modo più opportuno, possono avere anche risvolti negativi, soprattutto nei giovani, in quanto, in primo luogo, possono provocare una perdita di contatto con il mondo reale.

Questo accade soprattutto quando i ragazzi instaurano e stringono amicizie prettamente virtuali. In quest'ultimo caso è ancora più importante avere accortezze nella navigazione in rete, poiché le insidie nascoste possono essere molteplici: i ragazzi potrebbero imbattersi in conoscenze con persone che s'identificano sotto false identità o in amicizie "pericolose".

**Nei casi più gravi, tutto questo può anche sfociare in vere e proprie patologie legate al cattivo utilizzo della rete:**

## **DIPENDENZA DA SOCIAL NETWORK O “AMICODIPENDENZA”:**

In inglese vengono definite “Social Network addiction” e “Friendship addiction” e sono una sorta di dipendenza da connessione, aggiornamento e controllo della propria pagina web e da amicizia (detta anche amicodipendenza), o meglio la ricerca di nuove amicizie virtuali da poter registrare sul proprio profilo.

Purtroppo anche tali dipendenze presentano sintomi simili alle dipendenze da sostanze:

- **Tolleranza - Assuefazione:** la necessità di stare collegati e/o aggiornare i contenuti personali della propria pagina sempre di più ad ogni nuova connessione per raggiungere la medesima sensazione di appagamento
- **Astinenza:** cioè la sperimentazione di intensi disagi psico-fisici nel caso non ci si colleghi per un certo periodo tempo
- **Craving:** ovvero la presenza sempre maggiore di pensieri fissi e di forti impulsi verso come e quando connettersi

La dipendenza dai Social Networks sembra essere dovuta al forte senso di sicurezza, di personalità e di socialità (in una società sempre meno connotata dai contatti sociali) che tale forma di siti sono in grado di fornire.

In realtà tutte queste dinamiche psico-emozionali personali ed interpersonali si basano su qualcosa di virtuale, dando in tal modo sicurezze ed autostima fittizie, ben presto raggiunte da pericolosi sintomi di dipendenza, isolamento sociale e conseguente menomazione delle principali sfere vitali come quelle lavorativa, familiare, sociale, affettiva, etc.

A tutto questo si aggiunge la competizione che si instaura tra gli utenti dei Social Networks ad avere più amici che si associano alla propria pagina personale; ciò provoca una distorsione del senso dei veri rapporti amicali. Ulteriori conseguenze deleterie derivanti da questa dipendenza da amicizia sono la formazione di giudizi personali ed interpersonali sulla base del numero di amici aggregati alla propria pagina, spingendo ancor di più verso l'iper utilizzo dei Social Networks e la dipendenza da essi stessi. Per quanto fin qui detto, Facebook e gli altri Networks sociali “funzionano” mascherando le personali ansie, preoccupazioni, sbalzi d'umore e il proprio senso di disistima e di solitudine.

In tal modo le richieste di nuove amicizie risultano quasi un riempimento, una conferma e/o un rafforzamento del proprio ego.

Gli atteggiamenti di uso ed abuso di questi siti

web ed il loro perpetrarsi, fino addirittura alla dipendenza, sono innescati e portati avanti da meccanismi psicologici e neurologici di piacere, soddisfazione, affettività ed autostima.

A livello celebrale vengono rilasciate maggiori quantità di sostanze psico-attivanti e a livello mentale si creano meccanismi e schemi ricompensatori che portano al riutilizzo continuo e sempre maggiore.

Anche a livello fisico possono subentrare molteplici problemi come ad esempio emicrania, stress oculare, iper sudorazione, tachicardia, tensioni, crampi e/o dolori muscolari (a causa delle numerose ore passate davanti al computer), forte stanchezza.

## **SINDROME DA DISCONNESSIONE O NOMOFOBIA**

Basta che lo smartphone, piuttosto che il palmare o il notebook collegato in rete si spengano o si disconnettano a causa della batteria esaurita o di un improvviso guasto, o, più semplicemente, perchè si è entrati in una zona priva di campo o a causa della momentanea congestione della rete, per generare nella persona un vero e proprio stato di intensa e crescente ansia e paura.

Probabilmente la Sindrome da Disconnessione è contraddistinta da molteplici cause, ad esempio:

- dal bisogno di sicurezza, appagato dal poter sempre raggiungere telefonicamente qualcuno
- dal bisogno di comunicare, facilitato dalle connessioni sempre più veloci e dalla linea sempre più presente, anche in luoghi impervi e lontani
- dal bisogno di stare con qualcun'altro (dunque la paura di rimanere soli)
- dal superare o dallo scavalcare certi tempi ed emozioni di difficile gestione, tipiche dei rapporti umani reali, azzerate grazie al web

Allora, paradossalmente, senza una connessione sembra che tutto il mondo intorno diventi improvvisamente deserto di possibilità, impulsi e scambi emotivi.

Solitamente la Sindrome da Disconnessione affligge maggiormente individui con bassa autostima, difficoltà sociali, ansia diffusa, eccessiva sensibilità, pensieri ossessivi e comportamenti compulsivi, ma può anche arrecare serie preoccupazioni, paura, ansia, e stress in persone senza tali dinamiche psicologiche.

Ulteriori sintomi negativi possono essere isolamento sociale, senso di frustrazione e di inutilità, crisi di panico.

# CAMPANELLI D'ALLARME



**Diversi sono i fattori che possono indurre un genitore o un educatore a pensare che ci sia qualcosa che preoccupa il proprio figlio o il minore. Ecco alcuni esempi di comportamento che possono fungere da campanello d'allarme**



## **PROBLEMI NEL RENDIMENTO SCOLASTICO**

Quando il ragazzo ha un calo di profitto nel rendimento scolastico in genere non si sospetta mai che dietro si possa nascondere una problematica con il computer. Tuttavia è bene controllare se quando usa la rete per svolgere i propri compiti o le sue ricerche, stia effettivamente tenendo fede a ciò che dice o se invece sta divagando il suo obiettivo e si sta perdendo nella Rete per coltivare altri interessi.

## **STANCHEZZA ECCESSIVA O INGIUSTIFICATA**

Quando il ragazzo fatica la mattina a svegliarsi o ha difficoltà a riposare tranquillamente durante la notte oppure ha modificato le sue abitudini quotidiane rispetto al passato in cui non usava le apparecchiature elettroniche, allora è necessario approfondire le motivazioni di tale problematica. Le variazioni delle abitudini e del riposo notturno rappresentano spesso il primo indicatore di un eccessivo numero di ore passato al computer.

## **DIMINUZIONE DELL'INTERESSE PER LE AMICIZIE E PER GLI HOBBY**

Se il minore si rifiuta di uscire o di fare sport o perde interesse per l'hobby che fino a qualche tempo fa lo interessava quotidianamente, per rimanere in casa davanti al pc o al cellulare, è certamente il caso di intervenire. Internet potrebbe essere diventato il suo nuovo interesse o anche un'ossessione che può rendere tutte le altre attività prive di stimoli o interesse. Anche le amicizie potrebbero perdere di valore: infatti, un ragazzo che sviluppa una dipendenza da Internet tende ad avere un attaccamento morboso più per le sue conoscenze virtuali che per quelle reali, e ciò comporterebbe inevitabilmente un allontanamento sia dagli amici che dalla famiglia.

## **DISOBEDIENZA E RIBELLIONE**

Quando il ragazzo risponde con violenza e con aggressività alle vostre domande circa il suo utilizzo di Internet forse è il caso di capire meglio il motivo del suo comportamento: una reazione ostile è segnale di autodifesa.

**È** facile comprendere il motivo per cui i giovani si sentano, in questo mondo, maggiormente apprezzati e a loro agio in quanto li aiuta ad evitare lo stress della scuola, dell'adolescenza e della vita familiare. Un ragazzo che vive un momento di depressione può trovare, attraverso la navigazione in Rete, una via di fuga che lo consola e lo rassicura; oppure un ragazzo ansioso, può riuscire ad avere una temporanea calma nella facilità di comunicazione che può attuare con i suoi amici virtuali.

I ragazzi di oggi dunque vivono immersi nella tecnologia e sono sempre in contatto con un mondo che tendono a proteggere perché è in questo mondo che si sentono protagonisti e a loro agio.

Usano la Rete per fare amicizie, per condividere i loro interessi, per innamorarsi, per comunicare e partecipare alla vita sociale dei propri amici.

**Tuttavia l'estrema confidenza che i giovani hanno con il Web li conduce talvolta a valicare i confini della prudenza, incappando a volte anche in situazioni rischiose e pericolose. Analizziamo le più importanti:**

## **CYBERBULLISMO**

Il cyberbullismo consiste in un atto aggressivo e intenzionale condotto da un individuo o da un gruppo di individui attraverso varie forme di contatto elettronico, ripetuto nel tempo, contro una vittima che non può difendersi. Si manifesta con forme di vessazione, umiliazione, molestia, diffamazione, azioni aggressive indirette effettuate tramite mezzi elettronici, come l'e-mail, la messaggistica istantanea, i social network, i blog, i telefoni cellulari e/o i siti web. Il cyberbullo può agire pubblicando foto, video o informazioni private della vittima, spargendo maldicenze attraverso messaggi con il cellulare o con la posta elettronica, oppure mettendo in atto minacce ripetute (dirette alla vittima) tramite il cellulare o gli strumenti elettronici.

Il cyberbullismo potenzialmente si consuma ovunque e in ogni istante, pertanto è più difficile individuare luoghi e tempi in cui tali dinamiche relazionali avvengano, con la conseguenza che il fenomeno appare meno riconoscibile e meno facile da contrastare. La facilità nell'emissione di un comportamento persecutorio online è legata alla difficile reperibilità di chi molesta, all'anonimato virtuale, all'assenza di limiti di spazio e di tempo per l'insistenza della vessazione virtuale, all'indebolimento delle remore etiche.

Esistono diversi modi attraverso i quali il cyberbullo può infliggere un danno psicologico immediato e a lungo termine alla propria vittima:

- **Flaming:** battaglia verbale online. E' una forma atipica perchè i messaggi online violenti e volgari, sono inviati tra due persone con la stessa modalità. Ha una durata limitata
- **Harassment:** molestie vere e proprie. Sono messaggi diffamatori ed ingiuriosi inviati ripetutamente nel tempo via email, sms, mms, blog
- **Cyberstalking:** persecuzione telematica. Le molestie divengono insistenti ed intimidatorie, la vittima inizia a temere per la propria incolumità fisica
- **Put down:** denigrazione ricevuta attraverso e-mail, sms, post inviati su blog. La vittima viene attaccata, non per la persona che è realmente, ma per la sua reputazione agli occhi degli altri
- **Masquerade impersonation:** sostituzione di persona. Consiste nella violazione dell'account di un'altra persona; il cyberbullo si identifica in quella persona e invia messaggi ingiuriosi che creano problemi o screditano la persona stessa
- **Exclusion:** estromissione intenzionale di una persona da un gruppo online, da una chat, o da altre attività, al solo fine di ferirla
- **Cyberbashing:** ha inizio nella vita reale, la vittima è ripresa mentre viene aggredita, per poi proseguire su internet. Le immagini condivise sono commentate, votate o addirittura consigliate. E' la forma più frequente di cyberbullismo
- **Outing o il trickery:** avviene quando una persona, dopo un periodo di apparente amicizia, pubblica e diffonde in rete informazioni personali sulla vittima. In genere cerca di convincere la vittima a confidarsi con l'obiettivo poi di condividere le confessioni in rete. E' un vero e proprio tradimento affettivo
- **Exposure:** è la rivelazione di informazioni o particolari che riguardano la vita privata di qualcuno senza che questi abbia la possibilità di rimediare. Le informazioni possono essere veritiere o estorte ma non rivelate direttamente alla vittima
- **Sexting:** fenomeno dilagante tra i giovani, riguarda l'invio di immagini o video a sfondo sessuale

Tra le cause del cyberbullismo certamente possiamo citare un uso eccessivo di Internet: in particolare, la vittima accede al Web più frequentemente rispetto ai coetanei e questo l'espone a una maggiore probabilità di attacco virtuale. Altro aspetto da non sottovalutare è l'accesso alla rete senza controllo da parte degli adulti. Un'altra componente molto importante è la mancanza di consapevolezza in merito alla diffusione di immagini, video e informazioni personali. Spesso viene utilizzata una webcam per diffondere il materiale sui social network, con conseguente visibilità e accessibilità da parte di tutti.

## **PEDOFILIA E ADESCAMENTO ON LINE**

La pedofilia on-line è il comportamento adottato da parte di alcuni adulti pedofili che utilizzano la rete per incontrare altri pedofili (attraverso le chat o i forum), per alimentare le loro fantasie sessuali deviate, oppure per rintracciare e scambiare materiale fotografico o video pedopornografici e per ottenere contatti o incontri con i bambini che navigano sulla rete.

Si parla invece di adescamento quando il contatto iniziale viene coltivato nel tempo fino a diventare un'amicizia o un amore e consiste, in questo caso, in un lavoro minuzioso di manipolazione che soggetti adulti compiono sul web per avvicinare minori e per indurli a fare cose che non sono adatte alla loro età, obbligandoli ad esempio a fotografarsi e filmarsi fino a divulgare poi in pubblico tale materiale.

In questo caso la violenza delle minacce produce

nella vittima disagio e terrore: il silenzio è l'unica strada intrapresa dai giovani. I genitori spesso non sanno e non capiscono cosa succede ai propri figli ignorando che quello che invece vivono è frutto di un reato, di un comportamento sbagliato messo in atto da un adulto, di un'azione illegale che si può e si deve perseguire.

Quando si parla di adescamento on line è bene tenere presente che il fenomeno può essere esteso anche a tutti quei casi in cui adulti o minori entrano in contatto via web con individui che, nella realtà offline, hanno caratteristiche differenti rispetto a quelle presentate online (sesso, ruolo, età, condizione sociale e via discorrendo) con fini e obiettivi non leciti.

## **PEDOPORNOGRAFIA**

Per pornografia minorile si intende ogni rappresentazione con qualunque mezzo di un minore coinvolto in attività sessuali reali o simulate. E' inoltre pornografia minorile qualunque raffigurazione degli organi sessuali di un minore per scopi prevalentemente sessuali.

La pornografia minorile è un fenomeno molto complesso che si verifica in tutto il mondo e che alimenta un business e un mercato che ad oggi utilizza strumenti tecnologici sempre più sofisticati, come server dislocati in diversi Paesi, affinché ogni traffico illecito possa essere indisturbato.

La pedopornografia è un crimine punito dal nostro Codice Penale.

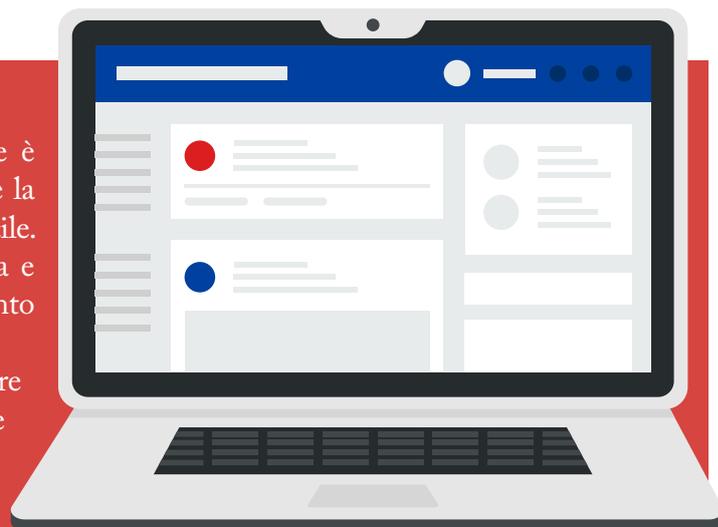
## **CHIEDERE AIUTO**

Negli adolescenti spesso l'atteggiamento dominante è la tendenza a nascondere il problema. Ma affrontare la situazione da soli è una battaglia incredibilmente difficile. Il supporto di amici, l'aiuto da parte della famiglia e soprattutto dei propri genitori è certamente un elemento fondamentale che spiana la strada verso il successo.

La maggior parte dei genitori agisce per amore dei propri figli e fa quello che è meglio per loro e certamente confidarsi è il primo grande passo importante per cercare di trovare la giusta strada e soluzione da intraprendere.

Dovere del popolo degli adulti, degli immigrati digitali, è dunque quello di mettersi in ascolto di chi non ha il coraggio di denunciare un disagio per paura del giudizio, dell'esacerbarsi della situazione o peggio ancora perché pensa di non poter essere compreso o creduto.

Gli educatori e i genitori, che spesso sono meno competenti dei giovani nell'utilizzo delle nuove tecnologie sono chiamati, nonostante tutto, a tenersi al passo con i tempi e a svolgere il compito pedagogico ed educativo da cui non possono e non devono esimersi.



## IL MOIGE IN BREVE

Il Moige - Movimento Italiano Genitori onlus è un'organizzazione che agisce per la protezione e la sicurezza dei bambini, attraverso azioni di intervento e prevenzione sui problemi dell'infanzia e dell'adolescenza. Da 20 anni promuove iniziative per contrastare grandi emergenze sociali come il bullismo, la pedofilia, la droga e l'alcool e per aiutare i bambini ad affrontare sicuri le sfide di ogni giorno, dalla strada a internet, con la forza e la passione dei papà e delle mamme.

## BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA DI RIFERIMENTO

- AA.VV., La realtà del virtuale, Laterza, Bari, 1998.
- Bassat L., Livraghi G., Il nuovo libro della pubblicità. I segreti del mestiere, Il Sole 24 ore, 2005
- Bauman Z., Dentro la globalizzazione. La conseguenza sulle persone. Laterza, Roma- Bari, 1999
- Cantelmi T., Talli M., D'Andrea A., Del Miglio C., La mente in Internet, Piccin Editore, Padova 2000
- Caretti V., Psicodinamica della Trance Dissociativa da videoterminale, in Cantelmi T. et al., "La mente in Internet", Piccin Editore, Padova, 2000
- Young K.S., Caught in the Net, John Wiley & Sons, New York, 1998, edizione italiana: "Presi nella Rete", a cura di T. Cantelmi, Calderini Edizioni, 2000
- Cantelmi T., Psicopatologia delle condotte on line, in Caretti, La Barbera, 2001
- Cantelmi T., Putti S., Talli M., @Psychotherapy, EUR, Roma 2001
- Cantelmi T., Orlando F., Psicologia del trading on line, Centro Scientifico Editore, 2002
- Cantelmi T., Giardina Grifo L., La mente virtuale, San Paolo Edizioni, 2003
- Cantelmi T., Carpino V., Il tradimento on line, Franco Angeli Editore, 2005
- Cantelmi T., Orlando F., Narciso siamo noi, San Paolo Edizioni, 2005
- Cantelmi T., Barchiesi R., Amori difficili, San Paolo Edizioni, 2006
- Cantelmi T., Parsi M.R., Orlando F., L'immaginario prigioniero. Come educare i nostri figli a un uso creativo e responsabile delle nuove tecnologie, Oscar Mondadori, 2009.
- Cantelmi T., Toro M. B., Talli M., Avatar – Dislocazioni mentali, personalità tecno-mediate, derive autistiche e condotte fuori controllo, Ma.gi. edizioni, 2010.
- Cantelmi T., Tecnoliquidità – La psicologia ai tempi di internet. La mente tecno liquida. Edizioni S. Paolo settembre 2013.
- Caretti V., La Barbera D., Psicopatologia delle realtà virtuali, Masson, Milano, 2001.
- Padrini P., Facebook, internet e i digital media. Una guida per genitori ed educatori, S. Paolo edizioni, 2012.
- Pravettoni G., Webpsychology. Guerini e associati. Collana alf@net, 2002.
- Wallace P., La Psicologia di Internet, Raffaello Cortina Editore, Milano 2000.
- Young K.S., Presi nella rete. Intossicazione e dipendenza da Internet, Calderoni ed agricole, Bologna, 2000.
- Zappalà A., Pedofilia e Internet, in AA.VV., Sessualità, diritto e processo (a cura di G. Gullotta- S. Pezzatti), Milano, 2002.

[http://azionecattolica.it/sites/default/files/RelazioneCantelmi\\_def.pdf](http://azionecattolica.it/sites/default/files/RelazioneCantelmi_def.pdf)

<https://www.aranzulla.it/>

<http://www.zenit.org/it/articles/l-era-digitale-e-la-sua-valenza-antropologica-i-nativi-digitali>

<http://www.toninocantelmi.it/index.php/articoli/anatomia-dei-fenomeni-psicopatologici-internet-correlati>

<https://www.commissariatodips.it>

<http://www.gandalf.it/net/internet.htm>

<http://qualitapa.gov.it/relazioni-con-i-cittadini/open-government/multicanalita/social-network/>

<http://www.fondazioneromasolidale.it/wp-content/uploads/2013/02/Occhi-in-rete-il-progetto.pdf>

[https://it.wikipedia.org/wiki/Filtro\\_famiglia](https://it.wikipedia.org/wiki/Filtro_famiglia)

[http://www.intrage.it/Famiglia/filtri\\_di\\_protezione\\_internet\\_per\\_bambini#](http://www.intrage.it/Famiglia/filtri_di_protezione_internet_per_bambini#)

<http://networkkizzando.blogspot.it/2012/01/vantaggi-e-svantaggi.html>



**moige**  
proteggiamo i nostri figli