



Sopravvivere al digitale

**"Studio: Individuazione di
pratiche innovative per
sostenere la lotta contro la
dipendenza da schermo"**

SOPRAVVIVERE

A cura dell'ONG IASIS, Grecia



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein 2021-1-FR01-KA220-ADU-000033578

Esigenze e obiettivi dello studio

Negli ultimi anni, studi scientifici hanno dimostrato gli effetti nocivi della sovraesposizione agli schermi dei bambini piccoli. Attualmente non è stata sviluppata alcuna pratica che aiuti efficacemente gli educatori adulti a combattere questa tendenza.

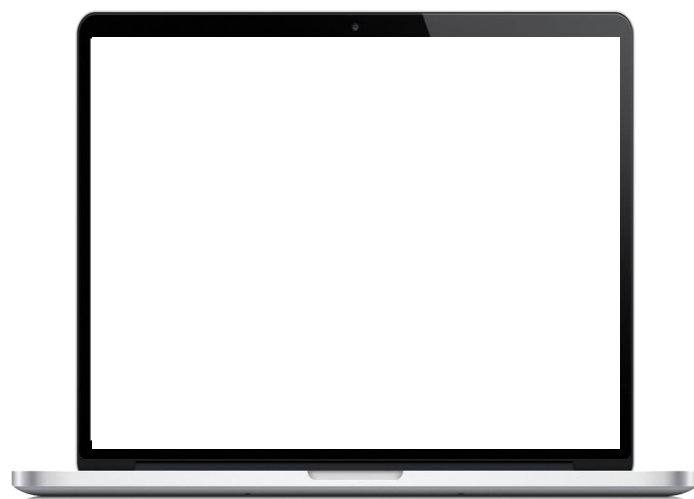
Pertanto, questo studio condotto dai partner del progetto mira a:

- Identificare alcuni dei potenziali ostacoli che gli adulti possono incontrare quando cercano di ridurre al minimo l'uso dello schermo nell'educazione dei figli.
- Identificare le pratiche che possono aiutare lo sviluppo di nuovi materiali didattici, che possono essere utilizzati dagli operatori sanitari che desiderano avviare i propri processi di capacitazione contro la sovraesposizione agli schermi.
- Sostenere l'acquisizione di competenze da parte di persone con minori opportunità, sulla base delle loro conoscenze, in modo che possano diventare "ambasciatori" e accompagnare la riflessione e la formazione dei loro pari.

Metodologia applicata

Con l'obiettivo di realizzare tutto ciò, i partner del progetto provenienti da Francia, Spagna, Irlanda, Grecia, Danimarca e Italia hanno condotto uno studio basato su 30 casi studio costruiti a partire da elementi tecnici ed esperienze pratiche oltre che vissute e 10 interviste a professionisti incentrate su:

- le sfide dell'apprendimento degli adulti nella lotta contro le dipendenze da schermo in generale
- i livelli di competenza attesi nelle organizzazioni sociali pubbliche o private, piccole o medie, che operano nel campo dell'educazione e della salute
- condizioni per un contributo di successo e risultati positivi: risultati sociali, ambientali, culturali, professionali ed economici
- definizione dei risultati degli approcci contributivi con le comunità locali e dell'impatto di queste iniziative in termini di politiche pubbliche



Presentazione dei 10 risultati principali dello studio

Dai casi studio e dalle interviste condotte da ogni partner, sono stati identificati i 10 principali risultati chiave del coinvolgimento dei pubblici di riferimento (cittadini e comunità di cittadini/pazienti) nei modelli di cura (i sistemi di prevenzione e cura delle dipendenze).

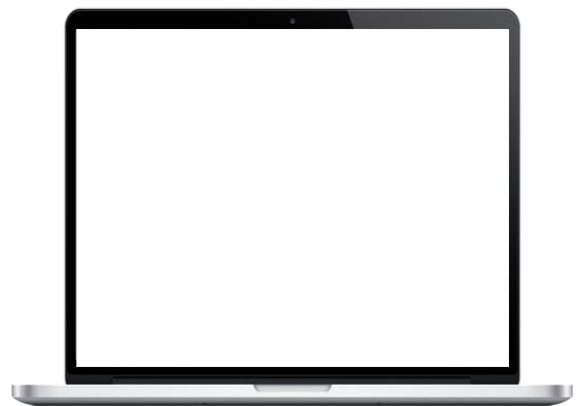
Principali risultati chiave Obiettivi

I principali risultati chiave miravano a convalidare i bisogni formativi comuni attribuiti dal gruppo target.

Criteri di ammissibilità comuni

Attraverso questi bisogni, i principali risultati chiave sono stati finalizzati in termini di criteri di ammissibilità comuni:

- Esigenze comuni a tutti i Paesi partner.
- Lacune formative comuni ai diversi gruppi target.
- Dati di ricerca che dimostrano la necessità emersa di creare interventi di formazione.
- Riconoscimento della necessità di trovare metodi di formazione alternativi per responsabilizzare e rafforzare il personale.
- competenze dei gruppi target.



"Studio: Individuazione di pratiche innovative per sostenere la lotta contro la dipendenza da schermo"

Presentazione dei 10 principali risultati chiave

RISULTATO CHIAVE 1. Formazione esperienziale per genitori

in termini di:

- un buon uso, equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia applicata sugli schermi,
- i rischi e i pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.

Gruppo target: Genitori

I genitori devono essere formati e istruiti su cosa significhi un uso sano e corretto dei media digitali e della tecnologia dello schermo e su quale sia la differenza tra un uso sano e problematico e la dipendenza. Dovrebbero anche essere istruiti sui rischi e sui pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- educazione, formazione dei genitori,
- formazione sul buon uso e sulla dipendenza
- educazione all'uso equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo
- mancanza di conoscenza dell'impatto
- paura del giudizio da parte dei genitori
- a volte i genitori considerano gli schermi una cosa positiva
- i genitori a volte sottovalutano l'entità dell'uso del computer da parte dei figli
- differenza tra uso occasionale, uso sperimentale, uso sistematico

RISULTATO CHIAVE 2. Formazione esperienziale dei professionisti: Formazione teorica e clinica

in termini di responsabilizzazione dei bambini su quanto segue:

- un buon uso, equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo,
- i rischi e i pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.

Gruppo target: professionisti, insegnanti, operatori sanitari, professionisti della salute mentale.

I professionisti che lavorano con i bambini (insegnanti, operatori sanitari, professionisti della salute mentale, ecc.) dovrebbero ricevere una formazione teorica e clinica per agire come modelli di ruolo, responsabilizzare e trasferire ai bambini le loro conoscenze sull'uso buono, equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo, nonché sui rischi e sui pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- formazione sul buon uso e sulla dipendenza
- essere un modello per i bambini
- educazione all'uso equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo
- mancanza di conoscenza dell'impatto
- empowerment da parte dei professionisti
- formazione adeguata di educatori e insegnanti
- differenza tra uso occasionale, uso sperimentale, uso sistematico
- mancanza di formazione teorica e clinica nella maggior parte dei professionisti della salute mentale
- raggiungere i genitori che potrebbero non cercare aiuto a causa di barriere economiche e sociali

Risultato del progetto 1: "Studio: Identificazione di pratiche innovative per sostenere la lotta contro la dipendenza da schermo".

3 | Presentazione dei 10 risultati chiave principali

RISULTATO CHIAVE 3. Formazione esperienziale dei bambini

in termini di:

- un buon uso, equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo,
- i rischi e i pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.

Gruppo target: Bambini

I bambini dovrebbero essere istruiti ed educati sia dai genitori che dagli insegnanti sul buon uso, sull'uso equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo, nonché sui rischi e sui pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- formazione sul buon uso e sulla dipendenza
- educazione all'uso equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo
- formare i genitori su come giocare con il bambino

RISULTATO CHIAVE 4. Campagne e attività di sensibilizzazione

in termini di:

- informare tutti i gruppi target (bambini, genitori, professionisti, pubblico in generale) sull'uso sano e corretto dei media digitali e della tecnologia dello schermo, sulla differenza tra uso sano, uso problematico e dipendenza, e sulla necessità di un'informazione più approfondita.
- nonché i rischi e i pericoli dell'uso dello schermo e della dipendenza.
- organizzare e implementare attività di sensibilizzazione all'interno delle loro organizzazioni (procedure passo-passo su come organizzare un'attività di sensibilizzazione, ecc.)
- mancanza di conoscenza dell'impatto

Gruppo target: Organizzazioni, parti interessate, bambini, genitori, professionisti, pubblico in generale.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- sensibilizzazione
- comprendere i pericoli di internet, consapevole
- sensibilizzazione sulle conseguenze
- consapevolezza dell'uso equilibrato e sano dei media digitali e della tecnologia dello schermo
- campagne che mirano a educare il grande pubblico

Risultato del progetto 1: "Studio: Identificazione di pratiche innovative per sostenere la lotta contro la dipendenza da schermo".

3 | Presentazione dei 10 risultati chiave principali

RISULTATO CHIAVE 5. Attività alternative

In termini di:

- trovare attività creative per distogliere l'attenzione del bambino dallo schermo, come lo sport e l'arte, attività all'aperto, ecc.

Gruppo target: Professionisti, bambini, genitori

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- attività all'aperto
- arte e gioco
- interagire con le persone senza schermi

RISULTATO CHIAVE 6. Sostegno individuale o di gruppo - orientamento

in termini di:

- sostenere i bambini e le famiglie nella lotta contro la dipendenza da schermo.

Gruppo target: Bambini, famiglie che saranno supportate, professionisti responsabili di fornire ai bambini o alle famiglie un supporto educativo individuale o di gruppo.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- capacità di ascolto attivo
- supporto di gruppo
- supporto individuale e di gruppo, orientamento



Risultato del progetto 1: "Studio: Identificazione di pratiche innovative per sostenere la lotta contro la dipendenza da schermo".

3 | Presentazione dei 10 principali risultati chiave

RISULTATO CHIAVE 7. Programmi di prevenzione per la dipendenza da schermo

In termini di:

- prevenire la dipendenza da schermo.

Gruppo target: Professionisti che saranno il personale principale dei programmi di prevenzione, bambini che parteciperanno ai programmi di prevenzione, genitori che saranno formati e supportati nell'ambito dei programmi di prevenzione.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- I controlli dei genitori sull'uso di Internet hanno un ruolo preventivo scarso o nullo
- Programma di prevenzione

RISULTATO CHIAVE 8. Programmi di riduzione del danno per la dipendenza da schermo

In termini di:

- ridurre le conseguenze dei comportamenti di dipendenza dallo schermo.

Gruppo target: Professionisti che saranno il personale principale dei programmi, bambini che frequenteranno i programmi, genitori che saranno formati e supportati nell'ambito dei programmi di riduzione del danno.

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- rischio di ricaduta
- l'uso di internet è problematico
- ridurre i rischi



Risultato del progetto 1: "Studio: Identificazione di pratiche innovative per sostenere la lotta contro la dipendenza da schermo".

3 | Presentazione dei 10 principali risultati chiave

RISULTATO CHIAVE 9. Strumenti e metodologie di valutazione

in termini di:

- rilevare il fenomeno della dipendenza da schermo.
- valutare il fenomeno della dipendenza da schermo.

Gruppo target: Professionisti

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- strumenti di valutazione
- il disturbo non è ufficialmente riconosciuto
- esperimenti clinici con risultati discutibili che riducono l'affidabilità dei terapeuti
- letteratura minima sulla loro efficacia protocolli di trattamento
- evitare di instillare sentimenti di colpa o di vergogna
- esperienza nell'animazione di una rete di gruppo o di un collettivo

RISULTATO CHIAVE 10. Educazione ai media / Alfabetizzazione ai media

Attraverso la conduzione della ricerca sui casi di studio, è stata rilevata la necessità di un uso corretto dei social media e di altre risorse mediatiche rilevanti utilizzate dal gruppo target.

Gruppo target: professionisti, genitori

Punti comuni rilevati dal consorzio del progetto:

- un'adeguata educazione alla sicurezza online e alla navigazione sicura

