



Le dipendenze digitali tra i minori

*Percezione e diffusione del
fenomeno tra addetti ai lavori e
genitori*

DEEP



REGIONE
LAZIO



ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA

APPROCCIO METODOLOGICO



REGIONE
LAZIO





ANALISI DESK

- Per costruire una cornice di riferimento condivisa
- Per focalizzare gli aspetti da approfondire

Per l'analisi Desk sono state analizzate:

- Dati statistici e report di settore disponibili a livello nazionale e locale
- Materiali e informazioni disponibili online
- Fonti secondarie non ufficiali, utili a integrare il quadro informativo generale

FOCUS GROUP

- Per raccogliere percezioni e atteggiamenti
- Per raggiungere e ingaggiare target complessi e specifici

I tre focus group hanno coinvolto tutte le province laziali, e in particolare:



Insegnanti delle scuole primarie e secondarie di primo e secondo grado



Psichiatri, psicologi ed educatori dei servizi territoriali dedicati alle dipendenze



Genitori di bambini dai 6 ai 12 anni e adolescenti dai 13 ai 18 anni.

SURVEY

- Per coinvolgere la popolazione interessata
- Per ottenere dati numerici e avere misurazioni sugli insight qualitativi

Il campione della survey online, stratificato secondo criteri di proporzionalità rispetto alle distribuzioni note per genere, classe d'età e provincia di residenza, ha coinvolto:



500 genitori di bambini e ragazzi tra i 6 e i 18 anni residenti nella regione Lazio

Marzo-Aprile

30-31 Marzo, 1 Aprile

9-16 Aprile



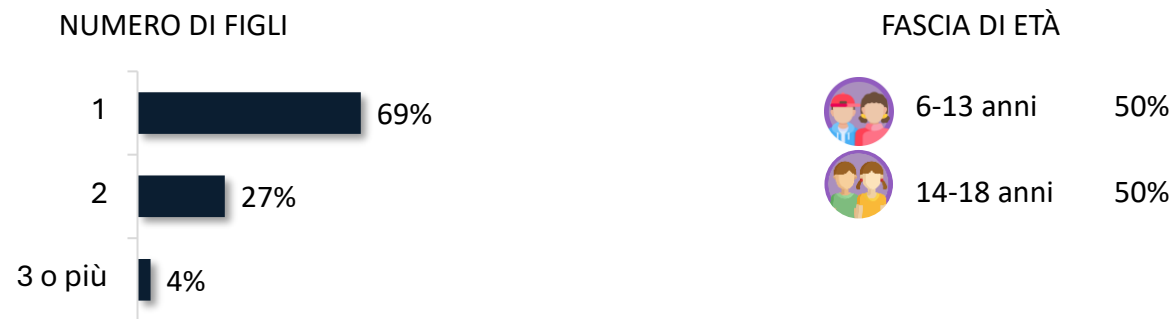


M E T O D O L O G I A E C A M P I O N E D E L L A S U R V E Y Q U A N T I T A T I V A

*L'indagine è stata realizzata dall'Istituto Piepoli dal 9 al 16 aprile 2026 attraverso lo svolgimento di interviste online CATI/CAWI su **500 genitori di figli nella fascia 6-18 anni residenti nella regione Lazio.***

A ciascun genitore è stato chiesto di rispondere in riferimento a un solo figlio rientrante in quella fascia di età.

Il campione individuato risulta così composto:



L'indagine è eseguita nel rispetto del codice deontologico ASSIRM ed ESOMAR.



ANALISI DESK

DEEP



REGIONE
LAZIO



ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA



R a p p o r t o S a v e t h e C h i l d r e n I t a l i a , X I V A t l a n t e
d e l l ' i n f a n z i a (a r i s c h i o) - T e m p i d i g i t a l i (2 0 2 3)

Il report analizza **l'impatto della trasformazione digitale sull'infanzia e l'adolescenza in Italia**, considerando la dimensione “onlife” (fusione tra online e offline). L'approccio è descrittivo-statistico e multidimensionale: comportamenti, rischi, opportunità e disuguaglianze.

Di seguito riportiamo le evidenze principali:

DIFFUSIONE DEL DIGITALE (INDICATORI DI ACCESSO E USO)

- Il **78,3%** dei bambini 11–13 anni usa Internet **tutti i giorni**
- Tra i 6–10 anni: fino al **43% nel Sud e Isole** usa lo smartphone quotidianamente

COMPETENZE DIGITALI (GAP QUALITATIVO)

- Il **42% dei 16–19enni** ha competenze digitali **basse o nulle**
- La media UE è del **31%** → gap di **+11 punti percentuali** per l'Italia

DISUGUAGLIANZE TERRITORIALI E SOCIALI

- L'uso quotidiano dello smartphone nei bambini risulta molto più alto nel **Sud (43%)** rispetto al Nord

Si evidenziano forti differenze in:

- dotazione tecnologica scolastica
- formazione digitale dei docenti





Save the Children – “Educare al digitale. Dati utili per adulti consapevoli” (2025)

Il report analizza l'uso del digitale tra bambini e adolescenti in Italia con finalità operative: supportare genitori e adulti e promuovere un uso consapevole, sicuro e competente.

Di seguito riportiamo le evidenze principali:

DIFFUSIONE E ACCESSO AL DIGITALE

- circa **1 bambino su 3 (32,6%)** tra **6–10 anni** usa lo smartphone tutti i giorni
- la quota più alta nel Sud: **fino a 44%**
- il **62,3% degli 11–13enni** ha almeno un account social

Il report evidenzia una crescita del tempo trascorso online con un uso centrato su:

- social network
- video
- Gaming

SOCIAL MEDIA E INGRESSO ANTICIPATO

- **oltre 6 su 10 (62,3%)** preadolescenti sono sui social
- una quota rilevante: **35,5% usa più piattaforme**, il **26,8% ne usa una sola**

COMPETENZE DIGITALI E POVERTÀ EDUCATIVA

Il report richiama dati strutturali sulle competenze: circa il **40% degli adolescenti** ha competenze digitali **basse o insufficienti**

Il report inoltre evidenzia differenze:

- territoriali (es. Sud con uso più precoce: fino a 44%), socioeconomiche e educative (famiglie e scuole con capacità diverse di accompagnamento)





Q u o t i d i a n o S a n i t à s u l l ' i n d a g i n e A S L V i t e r b o (P r o g e t t o
S e l f i e)

L'indagine è stata condotta nel 2025 su oltre 7.000 studenti. Sono stati coinvolti 22 istituti tra scuole medie e superiori nella provincia di Viterbo.

Di seguito riportiamo le evidenze principali emerse dall'indagine.

USO ECCESSIVO E NOTTURNO DEL DIGITALE

- Il **47%** degli studenti scuole medie ha un uso eccessivo e notturno dei dispositivi digitali. Il dato sale al **64%** se consideriamo gli studenti delle scuole superiori.

RELAZIONI DIGITALI

- Il **23%** degli studenti delle scuole medie ha incontrato persone conosciute online. La percentuale sale al **43%** per gli studenti delle scuole superiori

DISAGIO PSICOLOGICO E COMPORTAMENTI A RISCHIO

- Il 25% degli studenti delle scuole medie dichiara comportamenti legati ad autolesionismo
- Il 40% manifesta insoddisfazione corporea
- Il 22% studenti delle superiori dichiara di ubriacarsi almeno una volta al mese

FATTORI DI PROTEZIONE

- Il **70–80%** ascolta musica quotidianamente
- L'**85%** (scuole medie) e **75%** (scuole superiori) pratica sport almeno mensilmente

quotidiano**sanità**.it





A l c u n i d a t i n a z i o n a l i (M I M I T e a l t r e f o n t i)

L'ACCESSO AL DIGITALE È ORMAI QUASI UNIVERSALE

- il **94% dei minori (8–16 anni)** utilizza uno smartphone (*Fonte: MIMIT*)
- l'**85,8% degli adolescenti (11–17 anni)** lo usa regolarmente (*Fonte: SOCIETA' ITALIANA PEDIATRIA*)
- circa il **99,1% delle famiglie con minori** ha accesso a Internet (*Fonte: AGENDA DIGITALE*)

USO QUOTIDIANO E TEMPO ONLINE

- **1 su 5** degli 11–13enni supera le **4 ore giornaliere online** (*Fonte: https://www.mimit.gov.it/it/notizie-stampa/consumo-dei-media-digitali-e-comportamenti-dei-minori-presentati-i-risultati-della-ricerca-promossa-dal-mimit-con-la-collaborazione-scientifica-delluniversita-cattolica-di-milano?utm_source=chatgpt.com*)

INDICATORI COMPORTAMENTALI

- il **25% adolescenti** mostra segni di dipendenza da smartphone/social (*Fonte: SOCIETA' ITALIANA PEDIATRIA*)

ESPERIENZE NEGATIVE

- il **40% dei minori** dichiara esperienze negative online (*Fonte: MIMIT*)
- il **64,5% dei 16–17enni** usa lo smartphone oltre 4 ore al giorno (*Fonte: AGENDA DIGITALE*)



IL RAPPORTO CON IL DIGITALE

DEEP



REGIONE
LAZIO



ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA



IL RAPPORTO CON L'OFFERTA DIGITALE - DEI PIÙ GIOVANI, MA NON SOLO - È UNO DEI TEMI CRUCIALI DELLA CONTEMPORANEITÀ

Nei focus group, genitori, insegnanti e professionisti della salute riportano esperienze e percezioni in parte sovrapponibili, tutte accomunate dall'idea che l'offerta digitale porti con sé opportunità, ma anche notevoli rischi.



IL DIGITALE È UN'OPPORTUNITÀ, MA I SUOI ASPETTI POSITIVI SONO SEMPRE PIÙ ADOMBRATI DALLE CONSEGUENZE NEGATIVE

I genitori riconoscono **le opportunità** offerte dal web e, in generale, da tutto il mondo digitale, compresa l'Al.

Tuttavia, è forte la percezione di una **pervasività difficile da contrastare**. È una lotta impari sia dal punto di vista personale, ma ancora di più in veste di genitori.

La loro percezione è basata quasi esclusivamente sull'esperienza diretta e sull'osservazione dei figli e dei coetanei: episodi – anche gravi – e comportamenti quotidiani alimentano **l'idea che l'utilità del digitale sia sovrastata sempre più dalle conseguenze dannose**.

L'utilità che c'era all'inizio, mano a mano, mi sembra che più passa il tempo e più c'è un abuso (GEN)



LA POSSIBILITÀ DI UN «MONDO ALTRO» HA DA SUBITO GENERATO DIFFIDENZA TRA PROFESSIONISTI DELLA SALUTE E INSEGNANTI

Tra gli insegnanti e i professionisti della salute, la **cautela** verso il mondo digitale è antica: molti si sono fin da subito posti domande sugli **effetti a lungo termine** (sui minori, ma non solo).

Le differenze generazionali appaiono notevoli: i maturi si mostrano più diffidenti e non usano alcun social, se non Whatsapp, mentre i più giovani affermano di essere tutt'ora affascinati dall'offerta digitale, ma di aver stabilito limiti rigidi rispetto all'uso. Diversi, affermano di **aver fatto «dei passi indietro»** e di usare meno dispositivi, o di aver cancellato i profili sui social.

Sono tornata un po' indietro, nel senso che sono diventata più riservata, vivo attualmente in una fase di remissione per quanto riguarda questi social (PROF)



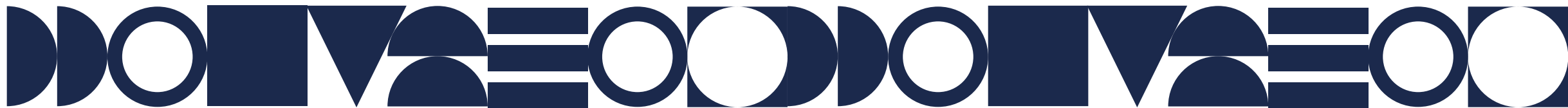


LE IMMAGINI EVOCATE DAI GENITORI CONFERMANO IL MIX
DI EMOZIONI ASSOCIATE AL DIGITALE: ATTRAZIONE,
SENSO DI IMPOTENZA, PAURA, OPPORTUNITÀ

ESTREMAMENTE ATTRATTIVO
ACCESSIBILITÀ
VIAGGIARE
GLOBALIZZAZIONE
TRUFFE
SCARSO FILTRO
PROGRESSO
RETROMONDO
PAURA
AMORE E ODIO
MANCANZA DI CONTROLLO
DISPERSIONE
COMPAGNO FEDELE
LAVORARE
INEVITABILE
PERICOLO
FUTURO E PRESENTE
ARMA A DOPPIO TAGLIO
COINVOLGENTE
NON TI LASCIA MAI
POSSIBILITÀ
DIPENDENZA
ABERRAZIONE
SVAGO
OPPORTUNITÀ
TI SFUGGE DI MANO
CONOSCERE

**tutte le parole sono state citate una volta*

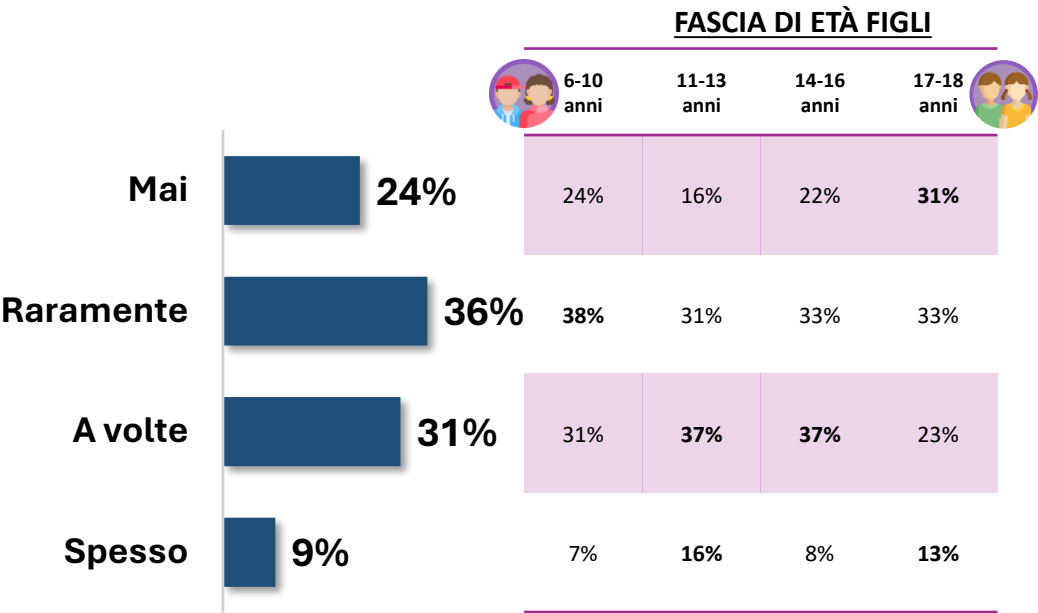




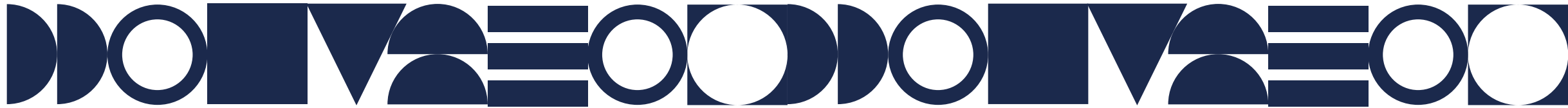
L'USO DI DEVICE PUÒ ESSERE CAUSA DI CONFLITTI IN FAMIGLIA, SPECIALMENTE IN ETÀ PREADOLESCENZIALE



Con che frequenza le capita di avere dei conflitti con suo figlio legato all'uso della tecnologia?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





È DIFFICILE STABILIRE UN RAPPORTO SANO CON IL
DIGITALE: È UTILIZZATO IN MOLTI AMBITI
FONDAMENTALI E CONOSCE I NOSTRI BISOGNI E
DESIDERI



Il **carattere di pervasività** è fortemente condiviso tra genitori e operatori del settore: è il principale motivo per cui, soprattutto i genitori, si sentono impotenti e impreparati:

- Loro stessi ammettono di non riuscire sempre a instaurare un rapporto sano con il mondo digitale
- Lo smartphone, in primis, è utile in moltissime attività quotidiane e rinunciarvi è impensabile
- Riconoscono che l'offerta online è decisamente aderente ai loro bisogni, in altre parole: il web conoscerebbe molto bene ognuno di noi.



I professionisti e gli insegnanti confermano la potenza dello strumento e del servizio, che sa adattarsi bene alla routine di ognuno, sa rendersi indispensabile (almeno all'apparenza) ed **essere estremamente attrattivo**.



Qualcuno è ripreso dai figli stessi, che intimano di posare lo smartphone. Un comportamento nato dall'imitazione, ma anche una richiesta di attenzione.

È difficile lottare contro questa onda infinita che ormai ha preso tutto. Ormai c'è un cordone ombelicale (GEN)

Noi siamo in grado di autogiustificarci sempre perché possiamo sempre raccontare a noi stessi che ci serve per il lavoro, per tenerci informati, per sentire tizio che non sentiamo da tempo e quant'altro. La motivazione buona ce l'abbiamo noi per primi, per noi stessi (GEN)

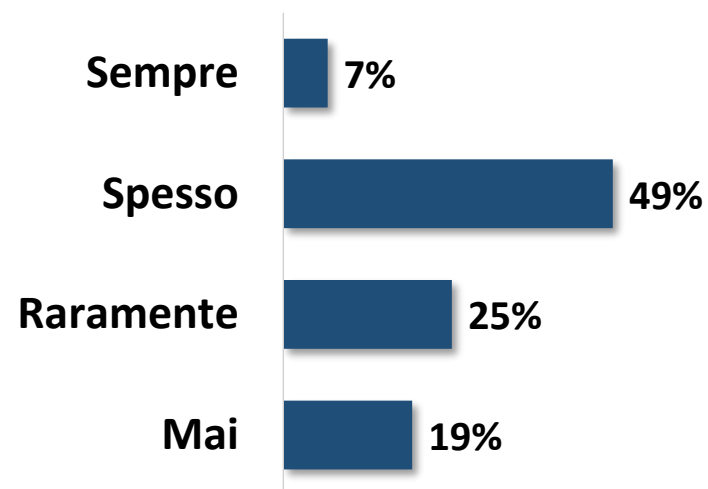




LA METÀ DEI GENITORI AMMETTE DI USARE DISPOSITIVI
DIGITALI PIÙ DI QUANTO VORREBBE



Le capita mai di essere costretta a utilizzare dispositivi digitali come per esempio smartphone, tablet, magari per motivi di lavoro, anche in casa e in famiglia, più di quanto vorrebbe?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





I GENITORI SI SENTONO IMPREPARATI, GLI OPERATORI
PERCEPISCONO E COMPRENDONO LE LORO DIFFICOLTÀ



Essere genitori, in quest'epoca, è dunque **doppiamente difficile**.

I genitori sentono il dovere di intervenire, per **proteggere ed educare i propri figli** all'uso consapevole del digitale, ma alcuni, con trasparenza, ammettono di non avere gli strumenti adeguati.



I professionisti e gli insegnanti percepiscono le difficoltà delle famiglie e se da un lato le richiamano a un **senso di responsabilità**, dall'altro comprendono come **da sole non possano arginare** un fenomeno, quello dell'abuso, così complesso e subdolo.

I GENITORI CHIEDONO UNA REGOLAMENTAZIONE

Secondo me è inutile voler lottare contro l'inevitabile, però sarebbe il caso di regolamentarlo. [...] è inutile cercare di togliere questi mezzi perché è praticamente impossibile [...] ci dovrebbe essere proprio una materia scolastica che abbia le stesse ore della matematica, perché se no non se ne viene fuori (GEN)

E UNA FORMAZIONE PER ACQUISIRE GLI STRUMENTI

Ci sarebbe bisogno materialmente di un aiuto perché forse i corsi di come diciamo fare e trattare la questione li dovrebbero fare pure i genitori oltre che i figli (GEN)

GLI INSEGNANTI RACCONTANO DI FAMIGLIE OSTAGGIO DEI FIGLI E INCAPACI DI REAGIRE

«Poi se non glielo do non vuole venire a scuola». Però poi noi gli ricordiamo «signora ma è minorenne lei è pur sempre la madre» (PROF)





GLI INSEGNANTI SONO IN PRIMA LINEA E SENTONO IL
BISOGNO DI FORMAZIONE



Il rischio si trovarsi impreparati, e dunque di dover lavorare molto per stare al passo con le novità del mondo digitale, è forte anche tra gli insegnanti:

- Più di ogni altra figura sono costantemente a contatto con le novità digitali e gli effetti che hanno sui minori
- Di conseguenza affermano di sentire l'esigenza di entrare in questo mondo, per stabilire un dialogo con i loro studenti sullo stesso terreno

I professionisti della salute, invece, sembrano più sicuri della loro preparazione grazie al **bagaglio teorico e alla capacità di riconoscere schemi psichici e comportamentali al di là della singola situazione.**



Devi essere bravo, formato, devi essere tu preparato, altrimenti rischiamo veramente di scadere nella non preparazione, devi essere una persona formata, almeno come insegnante, perché devi possedere il sapere per poi poter orientare i tuoi ragazzi. Devi essere un direttore d'orchestra. E non è facile, non è facile perché in tali momenti io mi sento incapace (PROF)



COMPORTAMENTI, CONSAPEVOLEZZE E
STRATEGIE QUOTIDIANE

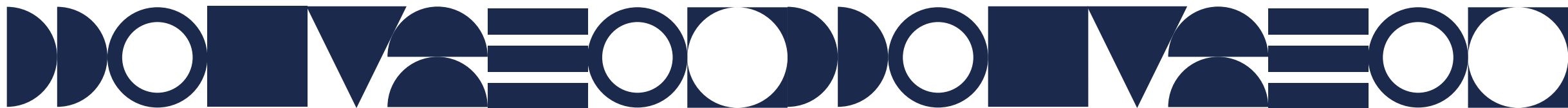
DEEP



REGIONE
LAZIO



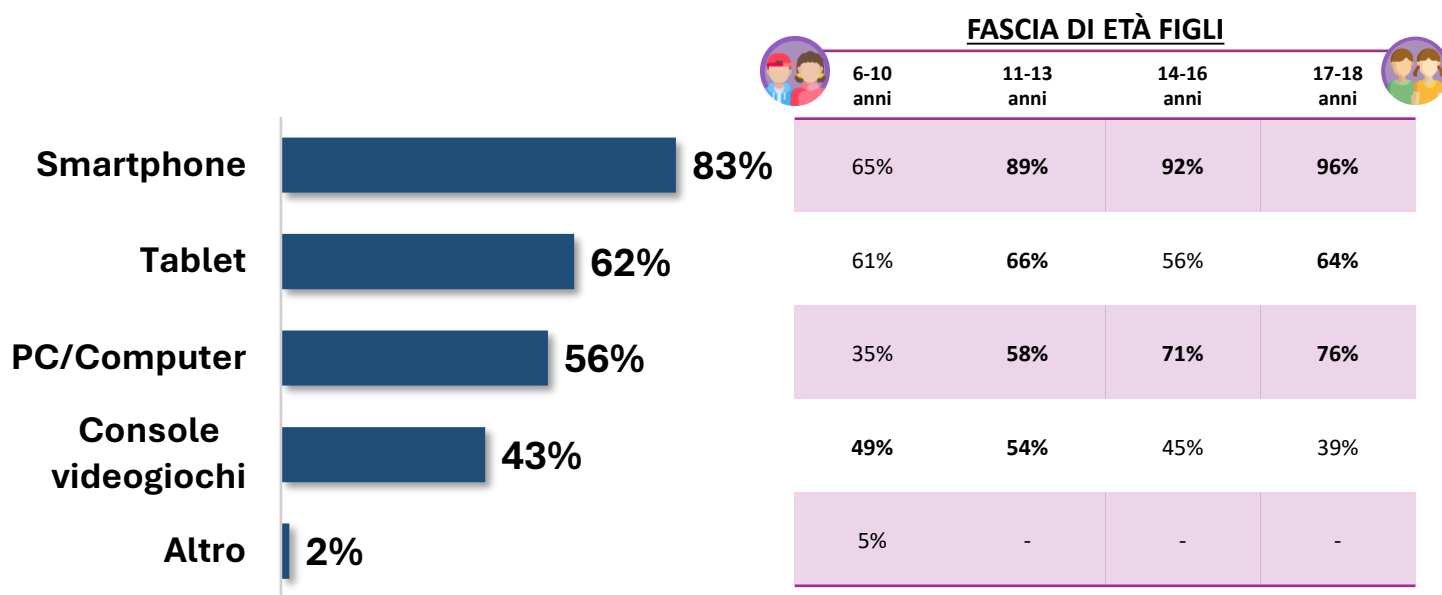
ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA



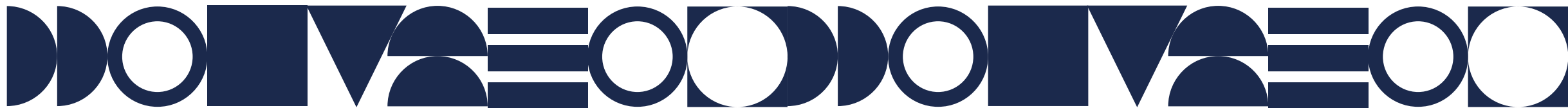
L O S M A R T P H O N E È I L D I S P O S I T I V O P I Ù U S A T O

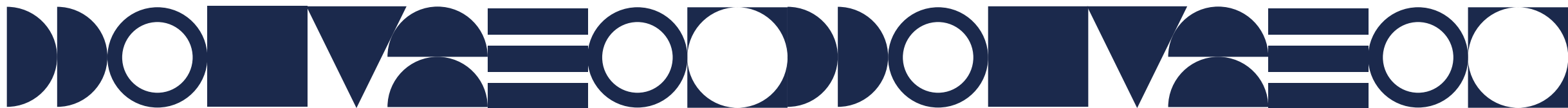


Quali dispositivi usa abitualmente suo figlio? (risposta multipla)



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI

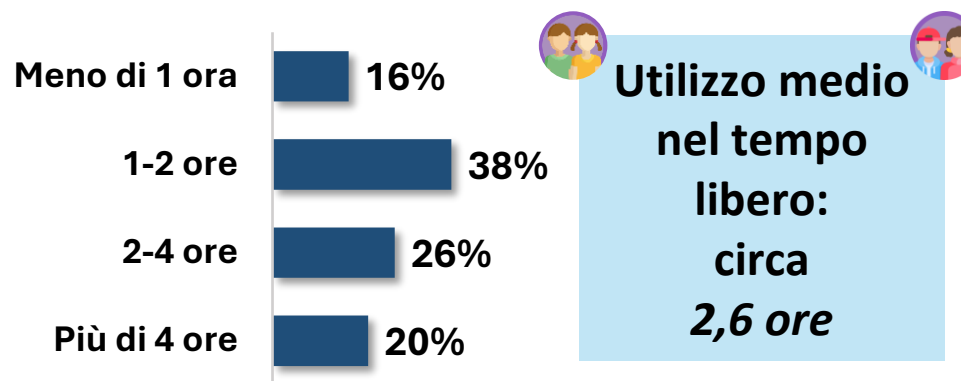




BAMBINI E RAGAZZI UTILIZZANO PER PIÙ DI DUE ORE AL GIORNO I DISPOSITIVI DIGITALI. L'UTILIZZO MEDIO AUMENTA CON L'ETÀ

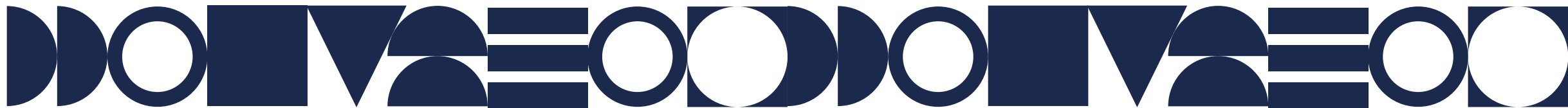


In media quanto tempo, suo figlio/a utilizza questi dispositivi nel tempo libero?



FASCIA DI ETÀ FIGLI				
	6-10 anni	11-13 anni	14-16 anni	17-18 anni
Utilizzo medio dei dispositivi digitali nel tempo libero (in ore)	1,6	2,4	2,9	3,7

Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





I GENITORI OSSERVANO ALCUNI SINTOMI CHE SONO
COERENTI CON UN USO NON ADEGUATO DEL DIGITALE



Ha mai osservato in suo figlio comportamenti come...?



FASCIA DI ETÀ FIGLI			
6-10 anni	11-13 anni	14-16 anni	17-18 anni
33%	43%	43%	37%
35%	35%	35%	32%
23%	28%	28%	29%
15%	34%	33%	26%
19%	26%	29%	24%

Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI

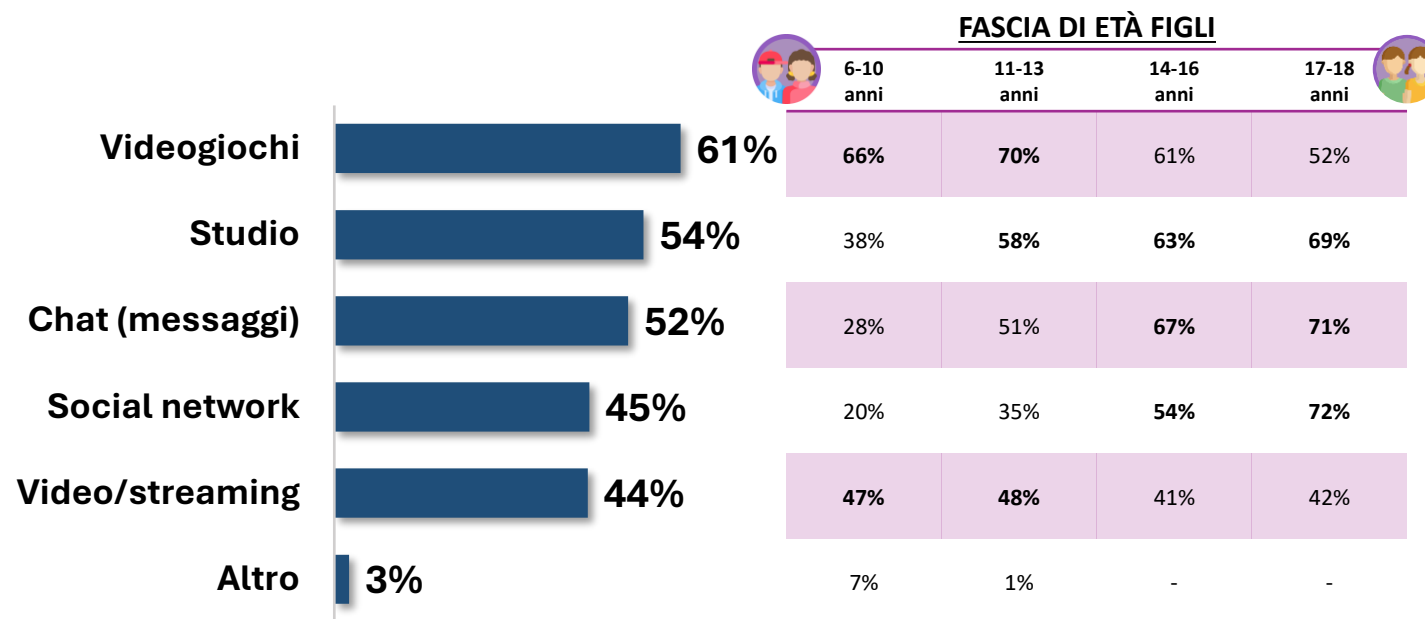




I PIÙ PICCOLI GIOCANO E GUARDANO VIDEO, I PIÙ GRANDI USANO I SOCIAL NETWORK



Quali attività principali, suo figlio/a svolte online? (risposta multipla)



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





M O L T I G E N I T O R I S O N O A L L A R M A T I D A I C O M P O R T A M E N T I
D E I F I G L I P I Û P I C C O L I



I genitori dei più piccoli (scuole primarie) faticano a esplicitare le conseguenze a lungo termine dell'uso eccessivo di dispositivi digitali.

Attualmente la loro percezione di pericolosità si basa su sull'osservazione e sul confronto tra la loro infanzia e quella dei loro figli:

- Osservano una mancanza di interesse per attività ludiche offline (giochi all'aperto, giochi da tavolo) molto amate ai loro tempi
- Affermano di aver compreso la necessità di un intervento quando i figli hanno reagito al divieto di usare un dispositivo con spropositata aggressività
- Notano come la presenza di un dispositivo nei paraggi (in mano a un adulto o a un coetaneo) catalizzi immediatamente l'attenzione
- Rilevano un generale scarso interesse per i coetanei nel momento in cui è presente un'alternativa digitale



*Dico «andiamo al parco» e ricevo dei no inaspettati.
Però quel «no», io lo so da dove arriva. Vogliono
rimettersi davanti alla televisione, si vogliono rimettere
a guardare i loro video e non è neanche tanto facile
smuoverli (GEN)*





- Avevano cominciato a vedere questa cosa che poi hanno scoperto chiamarsi brain rot, che erano veramente deprecabili, erano pessimi. (GEN)*





I GENITORI CHIEDONO CONTROLLO SUI CONTENUTI DA
PARTE DELLA PIATTAFORMA E DELL'EMITTENTE



I genitori dei più piccoli, tentano di **fornire delle alternative** a YouTube oppure, quando possibile, partecipare alle loro attività online.

- La televisione è considerata una valida alternativa: è collettiva, non esclude il mondo esterno e agevola la partecipazione – al contrario di smartphone e tablet
- La televisione, a differenza del web, offre contenuti controllati, adatti ai minori. Sono diversi i genitori con più figli che notano come i più grandi – cresciuti con Rai YOYO, Boing e altri canali simili – abbiano una maggiore propensione a cercare contenuti di valore, rispetto ai secondogeniti
- Di conseguenza, anche le app dei canali Rai sono considerate sicure e affidabili
- Altri, con figli un po' più grandi, si ritagliano del tempo per seguire insieme contenuti digitali informativi, come quelli proposti da Geopop.



Alcuni hanno posto dei limiti a se stessi, così che il loro modello possa essere acquisito dai figli, ed evitano l'uso di smartphone e tablet in loro presenza.

In generale, è diffusa l'idea che questa fase sia l'ultima occasione per educare a un rapporto sano con il digitale, prima che i figli crescano e siano difficili da intercettare.





ALCUNI FATTORI LI RASSICURANO SULLA LORO
CONSAPEVOLEZZA



Al di là degli episodi estremi, i genitori degli adolescenti ritengono però che **l'approccio al digitale dei propri figli sia abbastanza equilibrato**. Alla base di tal percezione ci sono alcuni cardini:

- Notano che l'attività preponderante è scambiare messaggi con i coetanei, dunque un'attività relazionale – benché mediata digitalmente
- Sono rassicurati dal fatto che escano, vedano gli amici. In questo caso è importante ricordare che gli adolescenti di oggi sono gli stessi che hanno affrontato la didattica a distanza durante il Covid e dunque, per i genitori, il primario obiettivo di recuperare lo spazio esterno è soddisfatto.
- Riescono a far rispettare la regola base del non usare il telefono a cena (anche se questo è un momento che dura sempre meno, ammettono)
- Notano che i figli, per studiare, adottano alcune strategie di autoregolazione: spegnere o silenziare lo smartphone, studiare con amici.
- Non danno importanza invece al fatto che il loro consumo di contenuti sia solo tramite tablet e smartphone, dunque con quei dispositivi «totalizzanti» che preoccupano i genitori dei più piccoli



Se mia figlia studia, se mia figlia comunque fa tutte le attività che deve fare in casa eccetera e in una giornata più tranquilla sta due ore sul tablet a vedersi un filmino o a fare il giochetto su internet io non sono un tipo che controlla, quello no, però deve fare tutto il resto. (GEN)

Ma ci sono le televisioni smart, però loro usano il tablet, io non lo so perché. È più pratico, te lo porti appresso in bagno. (GEN)

Vedo che non rinuncia e anche le altre non hanno mai rinunciato a uscire, a stare con gli amici, a organizzare la serata. (GEN)

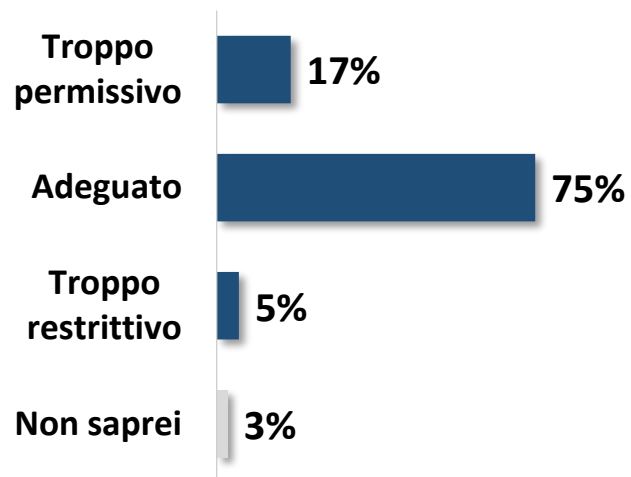




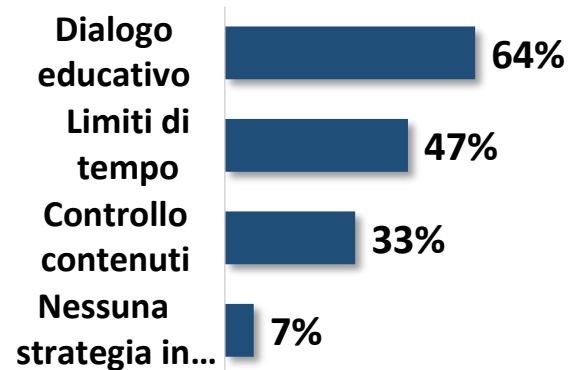
IN GENERALE, IN GENITORI RITENGONO DI AVERE UN
APPROCCIO EDUCATIVO ADEGUATO E AGISCONO IN
AUTONOMIA



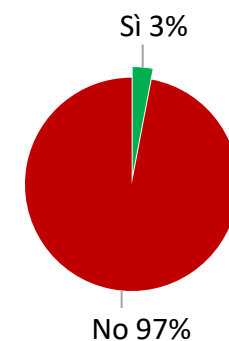
Come giudica il suo approccio educativo rispetto al digitale?



Quali strategie utilizza? (risposta multipla)



Ha mai chiesto supporto per questo tema?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI

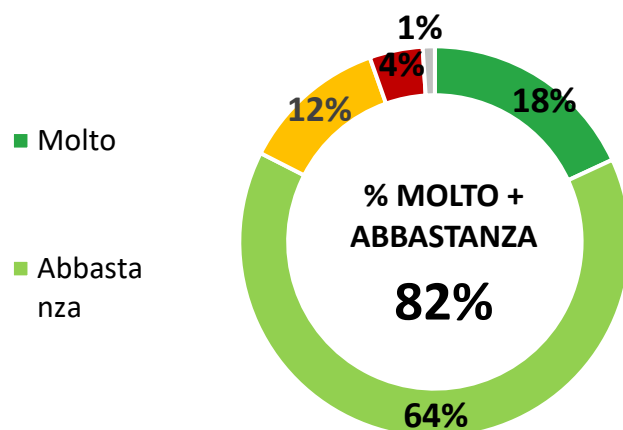




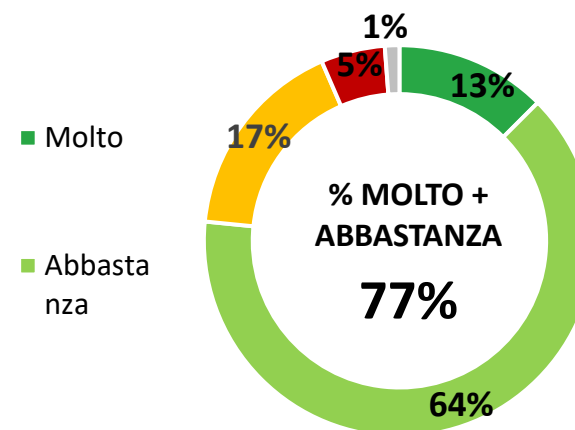
LE STRATEGIE PREVEDONO LO STABILIRE REGOLE CHIARE,
CHE SPESSE VERREBBERO RISPETTATE



Quanto stabilisce regole chiare sull'uso della tecnologia?



Quanto riesce a far rispettare tali regole?

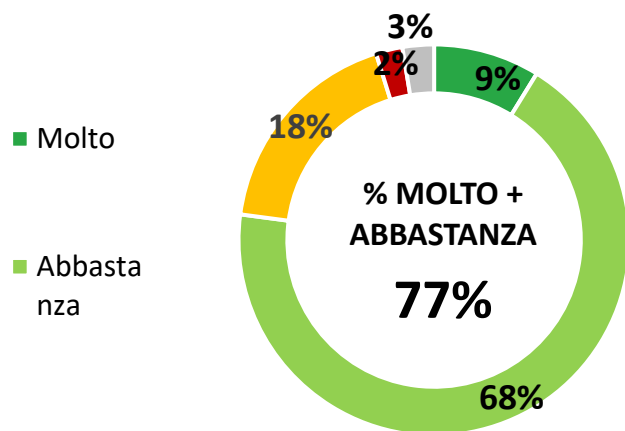


Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI

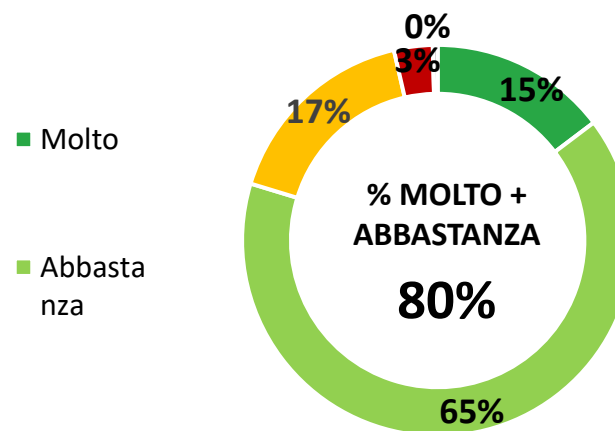




Quanto si ritiene un modello positivo nell'uso della tecnologia?



Quanto riesce a controllare il proprio uso dei dispositivi davanti ai figli?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI



S U D I V E R S I P U N T I , P E R Ò , L A V I S I O N E D E I D E G L I
I N S E G N A N T I È D I V E R S A

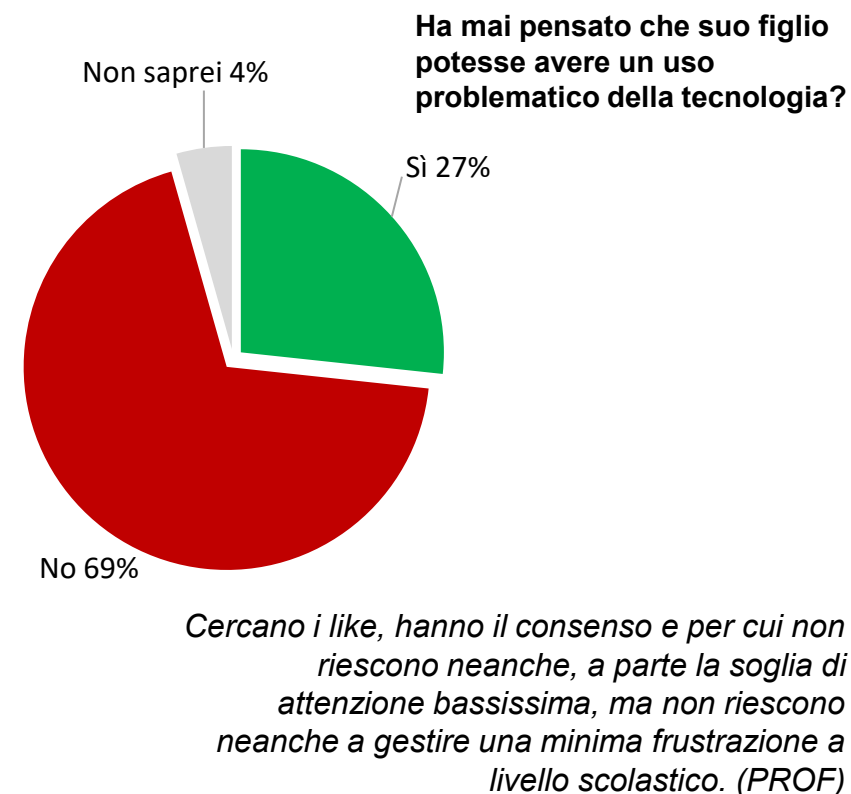


La visione degli insegnanti appare diversa da quella dei genitori: anche loro notano i comportamenti evidenziati dai genitori, ma li riconducono ad **una vera e propria dipendenza**:

- L'aggressività a fronte del divieto di usare lo smartphone a scuola
- La scarsa socializzazione tra compagni nei momenti tra una lezione e l'altra
- La costante carenza di sonno, che si ripercuote sulla capacità di concentrazione, dovuta al fatto che i ragazzi passano le notti a navigare e giocare sul web

Tutti i professionisti interpellati, motivano l'interesse dei ragazzi verso il mondo digitale – e i social in primo luogo – con la **ricerca esasperata e continua di gratificazione immediata**.

Le famiglie, dal canto loro, sarebbero poco incisive o per mancanza di strumenti, ma talvolta per «distrazione» ed eccessiva indulgenza.





PER I GENITORI DEGLI ADOLESCENTI IL PERICOLO
MAGGIORE SONO LE TRUFFE, GLI ADDESCAMENTI, IL
CYBERBULLISMO



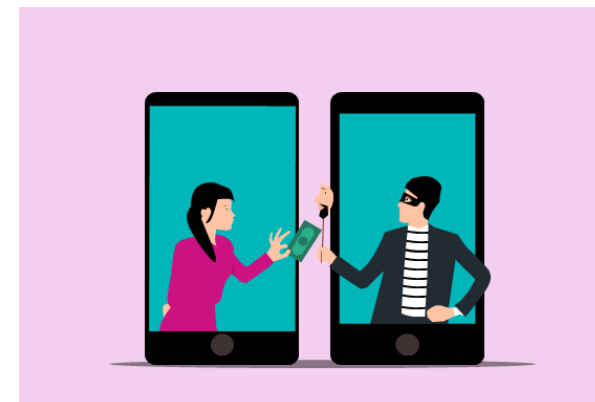
Per i genitori dei più grandi, a partire dalla scuola secondaria di primo grado, il timore maggiore è legato **all'incontro con il mondo esterno a cui non sarebbero ancora pronti:**

- Il pensiero, soprattutto per le ragazze, va ai tentativi di adescamento online e in generale ai rischi conseguenti all'esposizione del proprio corpo
- L'altro timore preponderante è legato al cyberbullismo e alle truffe online
- Infine, con una prospettiva a lungo termine, genitori e mondo dei professionisti condividono la preoccupazione per una visione della realtà edulcorata, fatta di corpi perfetti e soldi facili.

Per questo motivo i loro sforzi sono principalmente orientati a informare sui rischi e tentare di mantenere un dialogo aperto.

Dico sempre di non mandare mai foto a nessuno anche se credi che sia il tuo migliore amico, la tua migliore amica (GEN)

Dico sempre di non mandare mai foto a nessuno anche se credi che sia il tuo migliore amico, la tua migliore amica (GEN)





IN GENERALE, LA STRADA DEL DIVIETO APPARE
IMPRATICABILE UN PO' PER TUTTI



Tutti concordano su alcuni punti essenziali:

- Mentre i più piccoli (under 10/11) possono essere limitati e monitorati
- I più grandi sfuggono ad ogni tentativo di intervento, sia sulla frequenza di utilizzo, ma soprattutto rispetto ai contenuti

Dai 10/11 anni in poi i genitori – e alcuni insegnanti - concordano sul fatto che vietare tout court l'utilizzo di dispositivi, giochi, social e piattaforme non sia la strada giusta:

- Perché è realisticamente impossibile, nonché anacronistico
- Perché si rischia di escluderli dal gruppo amicale

I professionisti della salute, però, auspicherebbero per gli adolescenti una crescita psichica lontana da modelli poco attinenti con il mondo reale, continuamente perpetrati via social.

Il cyberbullismo è una cosa che mi spaventa tanto perché inizia tra ragazzi già a partire dalle scuole medie: se qualcuno ha il cellulare e qualcun altro no, iniziano a prendere in giro e a questo ragazzo – ignaro – gli parlano di dietro e poi mandano le sue foto e i video in giro. (GEN)





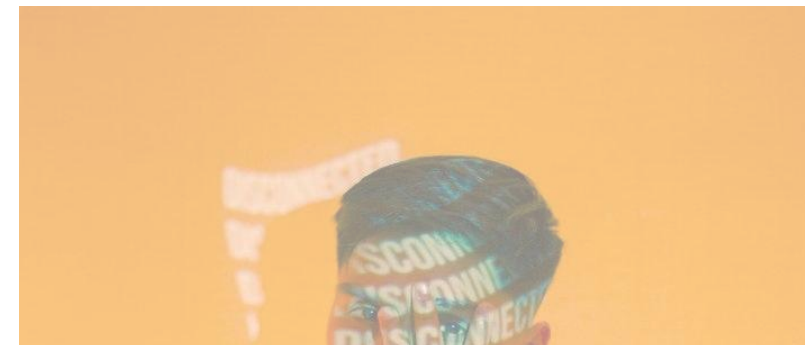
VIETARE DIVENTA PERÒ UNA REAZIONE DIFFUSA QUANDO
LE FAMIGLIE SI SPAVENTANO DI FRONTE A EPISODI
GRAVI E INASPETTATI



Moltissimi descrivono il periodo tra i 13 e i 16 anni come in assoluto il più critico: i ragazzi diventano più autonomi, esplorano il web con disinvoltura e intercettarli è difficilissimo.

- Non sono pochi gli episodi vissuti dai figli stessi, oppure da conoscenti, che hanno fortemente allarmato i genitori.
- In questi casi non mancano le reazioni più estreme come vietare l'uso dello smartphone per mesi, controllare di nascosto le chat, pedinare e in generale rafforzare i controlli.

La percezione è che quando le famiglie si trovano davanti a fatti gravi, il **divieto rimanga l'unico strumento a disposizione.**



Dopo i 15 anni è tornata nei ranghi, però è stato un periodo durissimo e guardargli il cellulare è stata una bella mazzata per me, perché ti rendi conto che non li conosci fino in fondo i figli e quanto si fanno trasportare da tutto quello che hanno intorno. Anch'io ho sequestrato il cellulare un mese e mezzo o due. (GEN)





I PROFESSIONISTI DELLA SALUTE SI PONGONO IL
PROBLEMA DELLA FORMAZIONE DELL'IDENTITÀ, VISTA
LA FASE COSÌ DELICATA



I professionisti della salute confermano i timori dei genitori degli adolescenti, in merito alla nascita di **relazioni poco controllate, agevolate dai social.**

La loro è una riflessione che però va oltre al tema della sicurezza e mette in luce i pericoli legati alla **formazione della propria identità personale.**

Ancora una volta i professionisti raccontano un punto di vista diverso ma complementare a quello dei genitori: i primi basano le loro ipotesi su aspetti comportamentali, mentre i secondi si concentrano sulle motivazioni e sulle **conseguenze psichiche a lungo termine.**



Penso che uno potrebbe trovare la propria identità che certamente è fittizia e che tende poi ad alimentare con dei contenuti che sono comunque effimeri. Le relazioni a mio giudizio sono falsate e anche falsificabili e anche intercambiabili perché il cambiamento viene vissuto una sorta di repentinità che non esiste nella vita normale. (PROF)





C'È ANCHE UN TEMA DI ALTERNATIVE, DI BISOGNO DI
COMUNICARE E UNA TENDENZA ALL'OMOLOGAZIONE

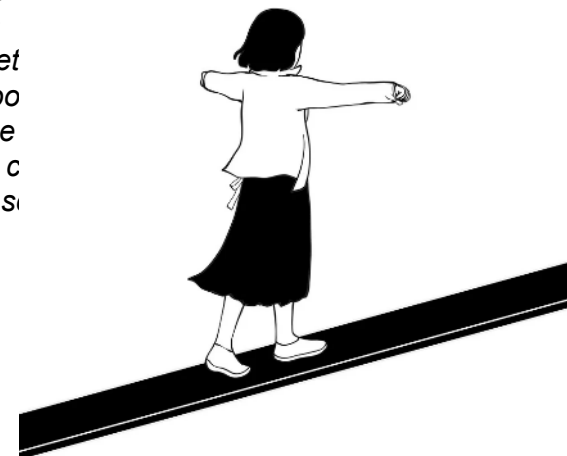


Per i professionisti più giovani (che forse riescono a empatizzare meglio a con i ragazzi) il tema non è soltanto l'offerta pervasiva e affascinante del digitale, ma la mancanza di un'alternativa vera: la scuola, i centri di aggregazione, le relazioni sarebbero carenti e incapaci di soddisfare i bisogni relazionali.

- È un pensiero coerente con quello di alcuni insegnanti: i ragazzi sembrano isolarsi, con i loro dispositivi, mentre in realtà stanno costantemente cercando connessioni.
- La via è probabilmente quella sbagliata, ma evidentemente la migliore che hanno trovato fino ad ora.

Alla base ci sarebbe forte bisogno di integrazione, accettazione e anche omologazione.

Il cellulare è simpler, più accattivante della collettività, della società, delle piazze, dell'attività sportiva, dei centri di aggregazione giovanile ... e magari c'è dentro anche alcune s...
(PROF)



Loro non vogliono assolutamente essere un'isola, per cui al di là della fisicità sentono comunque di far parte di un gruppo e questa è l'esigenza della comunicazione, è un'esigenza forte e la soddisfano in questo modo. Anche i social fungono un po' da specchio, e da laboratorio, nel senso che attraverso questi profili, gli avatar, oppure i contenuti postati, i ragazzi mettono alla prova diverse versioni di se stessi per vedere poi come gli altri reagiscono (PROF)





SECONDO GLI ESPERTI DELLA SALUTE,
NELL'ADOLESCENZA, UN APPROCCIO SCORRETTO AL
DIGITALE INNESCA UN CIRCUITO PROBLEMATICO



In coerenza con le peculiarità della fase **adolescenziale e preadolescenziale**, i ragazzi creano linguaggi, modalità tutte loro, precluse agli adulti.



Se però, prima dell'avvento del digitale, la crescita era accompagnata dal **gruppo dei pari**, oggi questa funzione è ricoperta da chatbot, profili virtuali che restituiscono una **versione edulcorata della realtà**.



È anche vero però che l'unica **via di comunicazione** con i coetanei è proprio digitale.

I genitori temono che decisioni troppo restrittive abbiano **ricadute negative sulla socialità dei figli**.



In questo modo i genitori cercano anche **un rinforzo positivo** per giustificare la propria scelta di aver consentito l'uso dello smartphone prima di quando avrebbero voluto.



I professionisti della salute pensano che l'adolescenza sia un momento critico che deve avere come specchio la realtà, il gruppo, ma quelli «veri», non un sostituto ingannevole.

Il rischio è la formazione di un'identità personale fragile, inconsistente, incapace di far fronte alle delusioni.



DIPENDENZA DIGITALE: CAMPANELLI
D'ALLARME E FRAGILITÀ

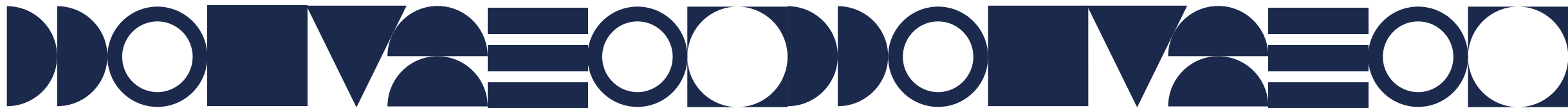
DEEP



REGIONE
LAZIO



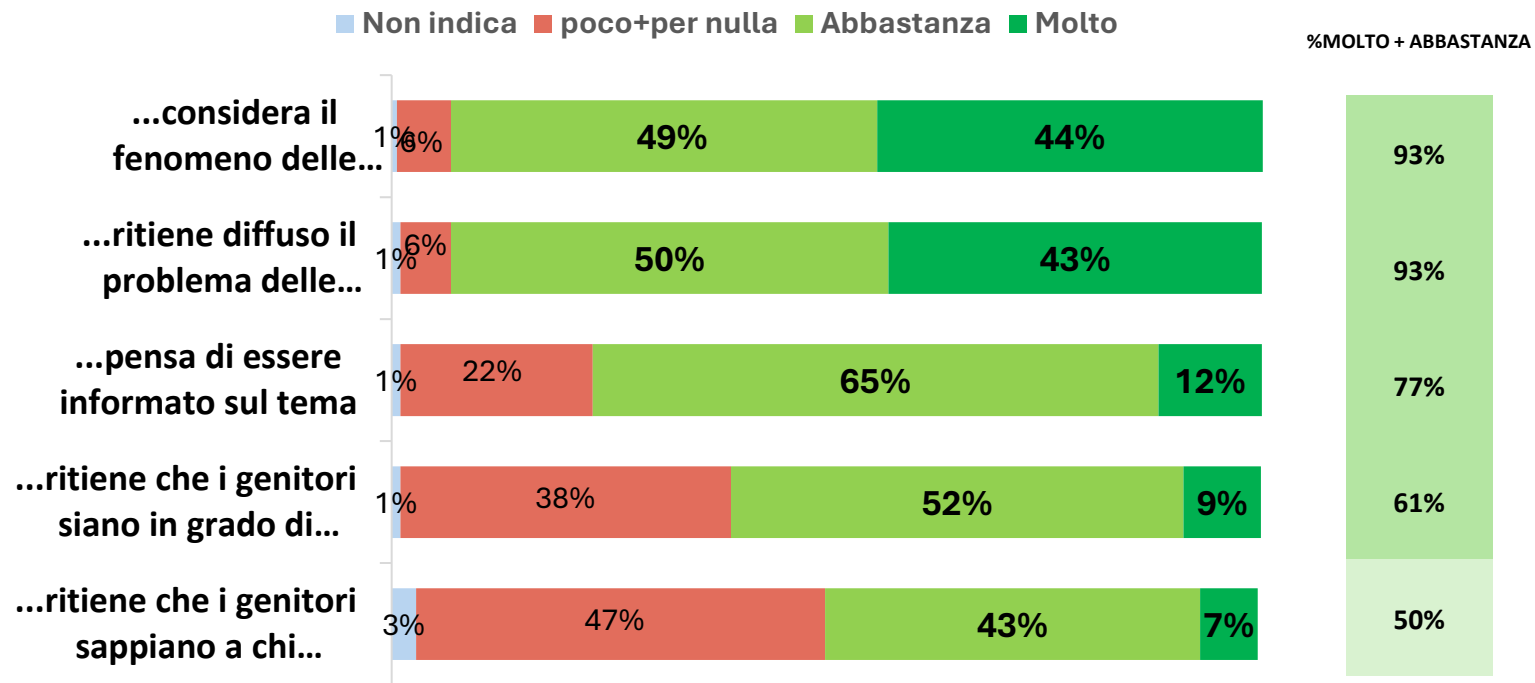
ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA



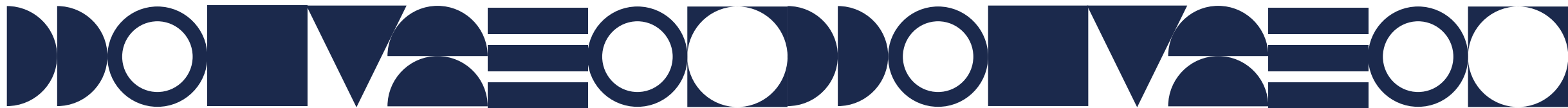
I GENITORI RICONOSCONO LA PROBLEMATICITÀ DELLE DIPENDENZE DIGITALI



Quanto?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





MA I CONFINI OLTRE I QUALI SI PARLA DI DIPENDENZA
NON SONO GLI STESSI PER TUTTI REALE



Per i genitori **il confine tra «uso scorretto» e dipendenza digitale è abbastanza netto**: il loro immaginario è popolato dai casi di **Hikikomori**, caratterizzati dal rifiuto delle relazioni con l'esterno.

- Sono casi, anche accaduti a figli di conoscenti, che hanno spaventato le famiglie che, però, riescono così anche a **normalizzare altri tipi di comportamenti** meno estremi, ma problematici.
- La parola dipendenza (che usano anche per se stessi, ma in senso lato) **genera cautela**, soprattutto **quando si parla dei propri figli**.



Tra i professionisti della salute, al di là dei criteri diagnostici (che non sono mai stati citati), **il confine è più indefinito**:

- In parte perché il problema è così diffuso e interessa tante sfere (individuale e sociale, *in primis*) che **appare meno importante stabilire un confine**: se le dipendenze hanno i loro criteri (e i loro servizi dedicati), qui **il tema è collettivo, riguarda tutti**.
- In parte perché al di là dei sintomi comportamentali, le conseguenze psichiche e neuropsicologiche sono ancora **in fase di comprensione**.



Gli insegnanti, infine, sono i più disinvolti nell'indicare come **dipendenti un'ampissima fascia di ragazzi over 12**:

- Richiamano numerosi **episodi di tensione** avvenuti nelle classi
- Notano le **conseguenze psicologiche e cognitive**
- Hanno visto come nel tempo i **sintomi e la frequenza siano più intensi e frequenti**





P A R L A N D O D E L L A P R O P R I A R E A L T À I G E N I T O R I F A T I C A N O
A P A R L A R E D I « D I P E N D E N Z A »

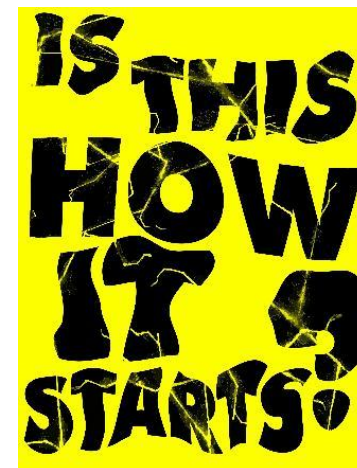


Verosimilmente, per i genitori, il concetto di dipendenza è da usare con cautela anche se - paradossalmente - spesso e volentieri lo associano al loro stesso comportamento.

- È un concetto «lasso» di dipendenza: si riferisce al fatto che lo smartphone sia il contenitore di molti strumenti e il mezzo per risolvere tante incombenze

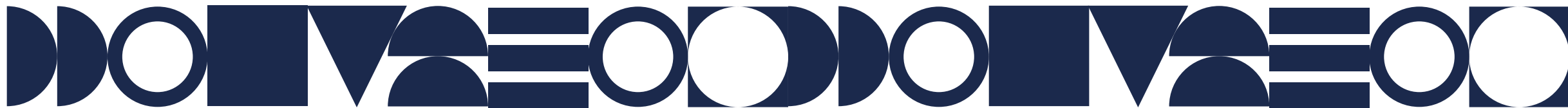
Al di là dell'accezione clinica, è un argomento difficile da trattare:

- Con i pari: perché, riferiscono, sebbene tutti si dichiarino contrari, poi **le famiglie cedono** e lo smartphone compare ben presto tra le mani dei figli
- Con se stessi: perché, di fatto, quasi nessuno è disposto **ad ammettere di aver avuto questo timore** e – se è successo – ne sono usciti fuori da soli, prima che il caso diventasse grave.



Ho detto semplicemente che non è un argomento che facilita la conversazione perché ci si rende conto che stiamo tutti un po' in difetto e non si sa neanche bene qual è la strada e la via d'uscita, perciò ci si può confrontare .. Ma alla fine, per assurdo, siamo i primi a dover affrontare questa cosa. (GEN)

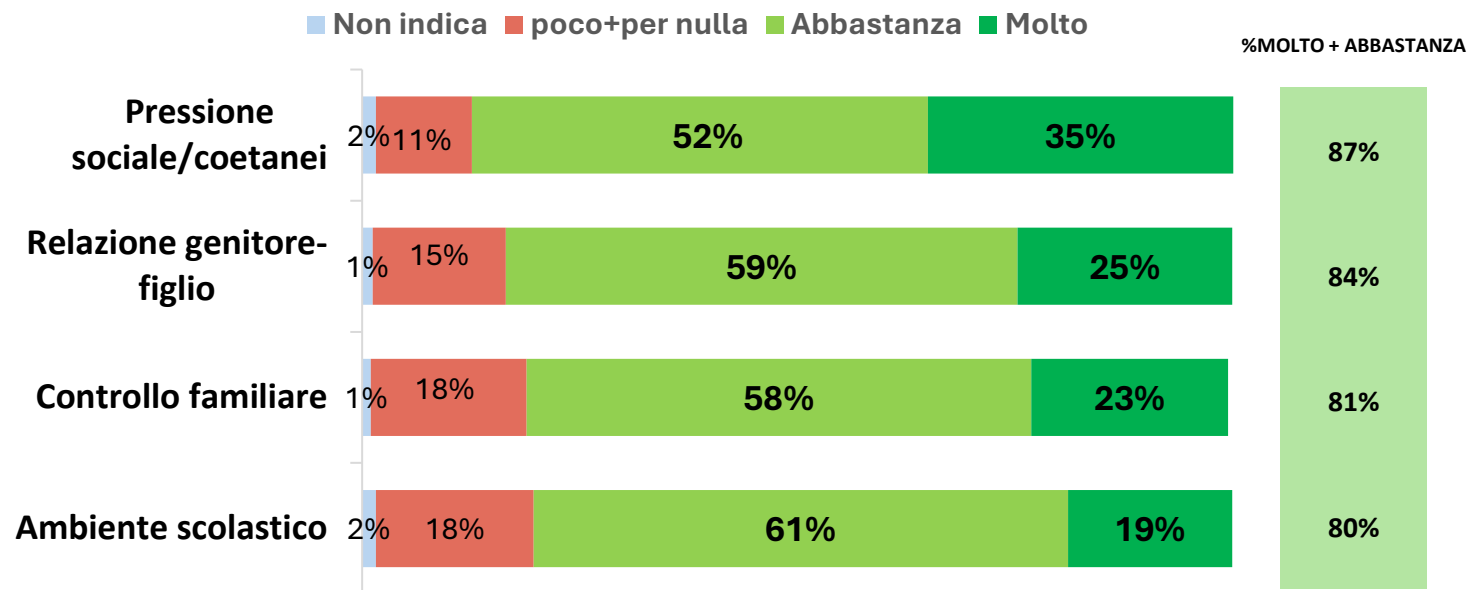




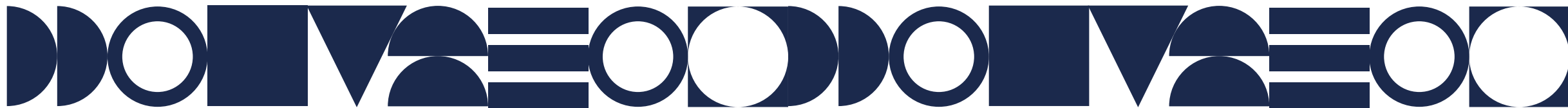
TRA I FATTORI DI RISCHIO, LA PRESSIONE SOCIALE È GIUDICATA LA PIÙ RILEVANTE, INSIEME ALLA RELAZIONE CON I FIGLI



Secondo Lei, quanto incidono i seguenti fattori in relazione alle dipendenze digitali tra i giovani?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





I PIÙ VULNERABILI SONO I « DIVERSI » E CHI NON HA GLI STRUMENTI PER AFFRONTARE LE DIFFICOLTÀ DELLA VITA REALE

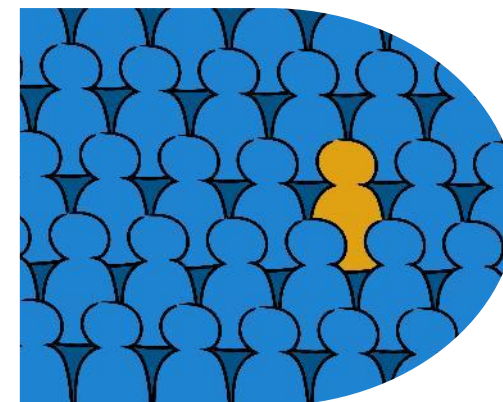


Anche per insegnanti e professionisti della salute la pressione sociale è un fattore determinante. I più vulnerabili sarebbero coloro che **non aderiscono perfettamente i criteri condivisi dalla maggioranza**, specialmente in relazione all'orientamento sessuale e all'aspetto esteriore.

- Secondo insegnanti e professionisti della salute alla base ci sarebbe una **tendenza all'omologazione** molto più forte rispetto al passato.

A tali segmenti si aggiungono le famiglie con **problemi socio-economici**, quelle con background culturale particolarmente carente e con **stili genitoriali problematici**.

Da questo punto di vista le differenze tra le dipendenze digitali e quelle di altro tipo sarebbero minime.



Fondamentalmente le categorie a rischio sono tutti coloro che potrebbero avere un problema di identità, in generale un problema estetico, un problema sociale sia da appartenenza della famiglia, ma anche un problema delle difficoltà ad entrare in contatto con l'altro, dei problemi economici. (GEN)





PER AFFRONTARE UN CASO DI DIPENDENZA IN FAMIGLIA,
DIVERSI OPTEREBBERO DAPPRIMA PER UNA SOLUZIONE
«FAI DA TE»



Di fronte a potenziali rischi di dipendenza dei loro figli, i genitori **reagirebbero con delle «terapie d'urto»**: una sferzata di realtà per ribadire equilibri e priorità.

Questa reazione in parte *naïf*, probabilmente suggerita anche da letture e film, è accompagnata – spesso nei genitori dei più piccoli – dal desiderio di **evitare un contatto con un professionista** e dalla volontà di **mantenere all'interno delle mura domestiche** il problema.

Si tratta verosimilmente di un tentativo dei genitori di **recuperare il ruolo di modello e un clima di fiducia** che, però, molto dice sulle **difficoltà** nel riconoscere un eventuale situazione problematica, sul **kit di strumenti** in dotazione, oggi, alle famiglie e sulla **pressione** percepita dalle stesse (tanto che un problema di dipendenza diventa stigmatizzante).

Io non sono così d'accordo nell'affidarmi immediatamente o affidare un figlio immediatamente allo psicologo, ma non per mancanza di fiducia, perché anche io l'ho fatta la terapia assolutamente, ma perché lo vedo a volte come uno scarico di responsabilità (GEN)

Gli darei una sorta di shock, nel senso lo porterei nelle realtà più crude che esistono per fargli capire che cos'è realmente, che cosa succede, che cos'è la vita vera. Quindi le realtà degli ospedali piuttosto che delle case di riposo. (GEN)

Io farei dapprima una piccola terapia d'urto personale con il ragazzo insomma in maniera tale da metterlo anche in astinenza fino magari a provare a superarla [...] me ne andrei a camminare di rifugio in rifugio in montagna o in un posto, un viaggio on the road, qualcosa di bello, di coinvolgente. (GEN)



PROPOSTE PER EDUCARE A UN
APPROCCIO DIGITALE CORRETTO

DEEP



REGIONE
LAZIO



ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA



GLI APPROCCI E GLI STRUMENTI ADOTTATI FINO AD OGGI
NON SONO SUFFICIENTI

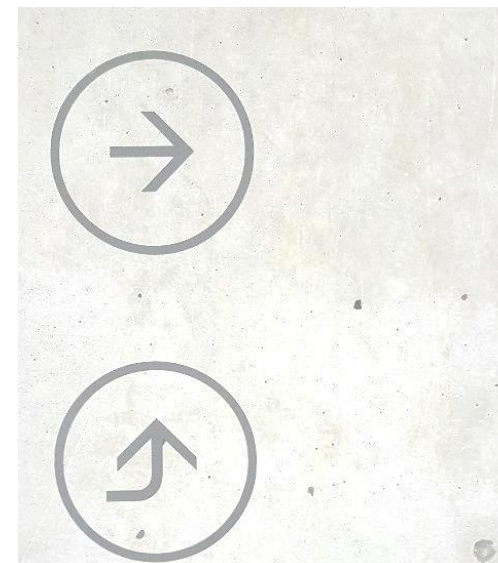


Il «**patto digitale**», presente in alcune scuole, non è sufficiente:

- Gli insegnanti sostengono che sia rimasto sulla carta
- E che sia costantemente **violato dalle famiglie** stesse che, a parte consentire l'uso dello smartphone prima di quanto pattuito, influenzano i figli con il loro comportamento

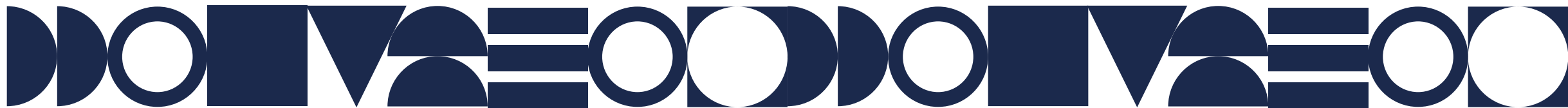
La via, dunque, è **educativa e multilivello** dove le prime a essere coinvolte dovrebbero essere proprio le famiglie:

- Che non dovrebbero essere **solo informate sui rischi**
- Ma anche **aiutate a comprendere gli stati emotivi dei figli** e, secondo diversi, il profondo stato di solitudine dovuto all'eccessiva orizzontalità dei rapporti: **dov'è la guida di cui avrebbero bisogno?**



Si sentono soli, questi ragazzi, perché molti dei miei studenti utilizzano le chatbot, praticamente sono delle applicazioni che sono in grado di emulare una conversazione, praticamente è come avere a che fare con una persona che li guida, che li consiglia, veramente pericoloso perché effettivamente ci sono dei pericoli enormi. (GEN)

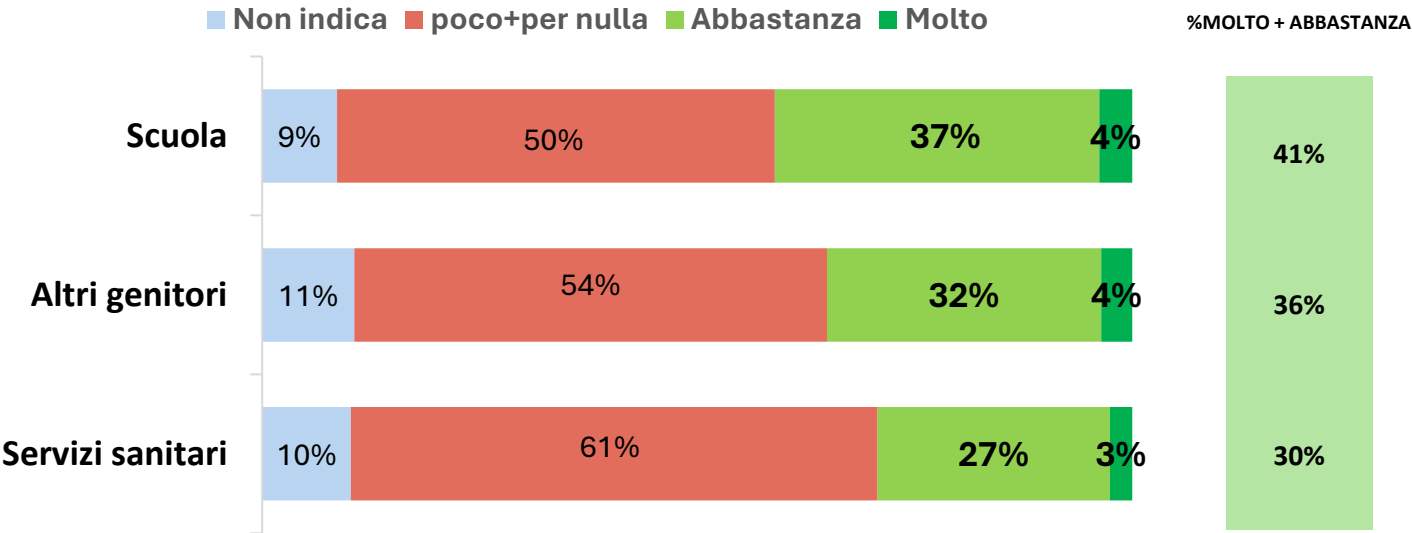




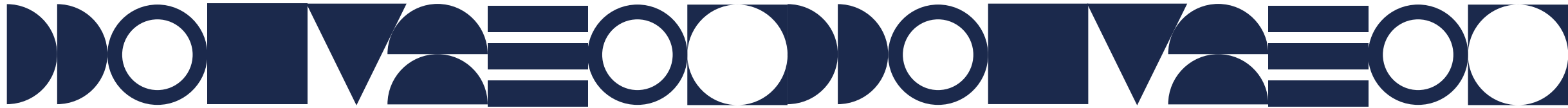
LA MAGGIORANZA DEI GENITORI SENTE DI NON ESSERE
SUFFICIENTEMENTE SUPPORTATA



Quanto si sente supportato da...?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI

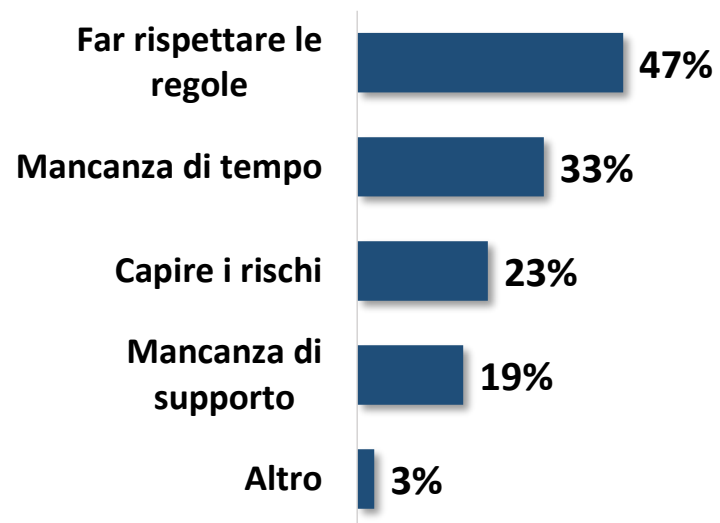




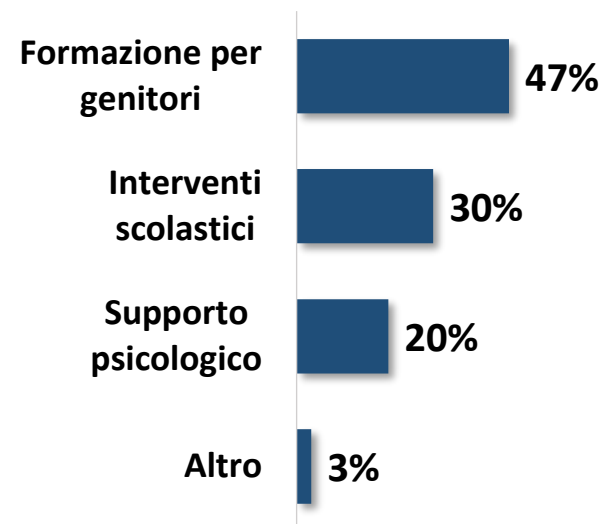
È DIFFICILE FAR RISPETTARE LE REGOLE E SI RICHIEDE PIÙ FORMAZIONE ALLE FAMIGLIE



Quali difficoltà incontra maggiormente nell'affrontare questo fenomeno? (risposta multipla)



Quale strumento principale ritiene utile per affrontare il fenomeno della dipendenza digitale tra i giovani? (risposta multipla)



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI

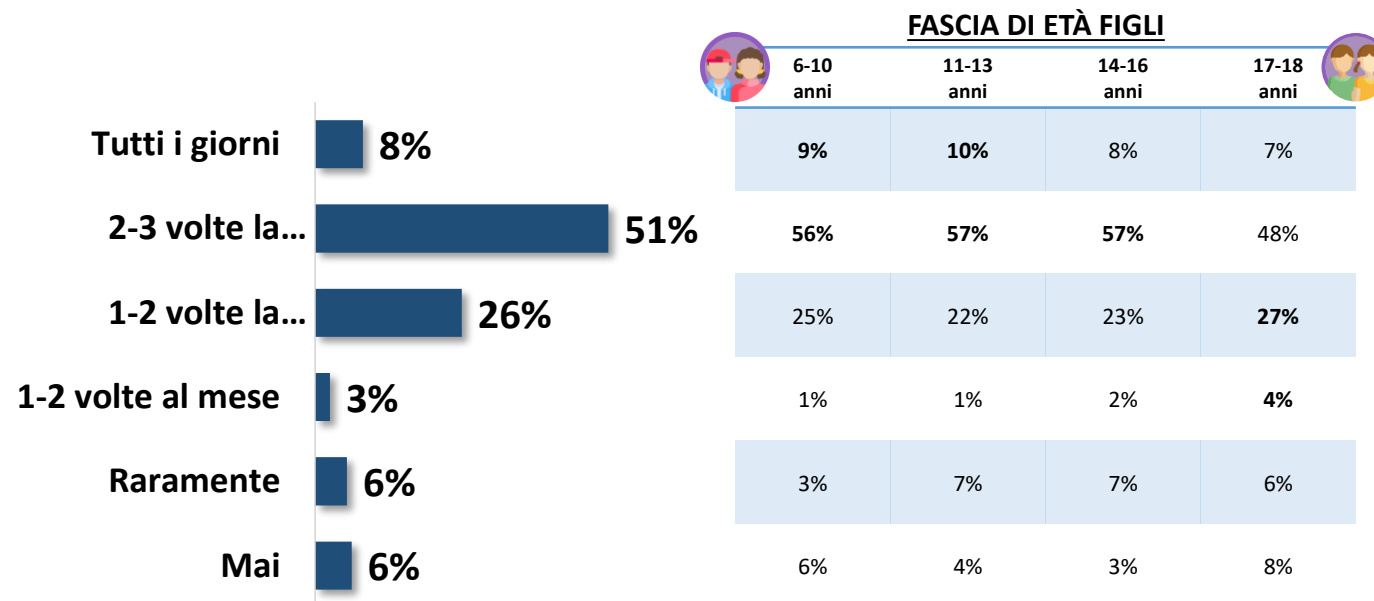




L ' A T T I V I T A ' S P O R T I V A



Con che frequenza suo figlio pratica sport o hobby?



Base dati: GENITORI CON FIGLI DAI 6-18 ANNI





SECONDO GLI ESPERTI, BISOGNA INFORMARE, MA ANCHE
GUIDARE I GIOVANI VERSO UN'ESISTENZA PIÙ PIENA E
MENO VINCOLATA A BISOGNI EFFIMERI

Rispetto ai ragazzi, insegnanti e professionisti propongono approcci diversi, ma certamente complementari:

- I primi suggeriscono attività **soprattutto informative**, in modo da consapevolizzare i giovani sui rischi a lungo termine, anche a carattere neuropsicologico
- I secondi propongono **un intervento di più ampio respiro, «esistenziale»**, che permetta ai ragazzi di svincolarsi dalla logica dell'apparenza, del «tutto subito» per avvicinarsi ai «perché», ovvero al senso del vivere.



Bisogna recuperare il senso, se lo chiedessimo ai ragazzi di oggi il senso sarebbe prendere i like, prendere i follow, ovvero fare una foto fino a che la foto non viene bene o fare la foto in un posto per far vedere che ci si è stati, con uno storytelling, cioè tutto formale, tutto un mondo estetico senza sostanza. Penso che dovremmo recuperare la sostanza.





U N ' I D E A C H E - I M P L E M E N T A T A C O N L E G I U S T E P R E M E S S E
- P U Ò P I A C E R E A T U T T I



Insegnanti e professionisti della salute, pensando a strumenti e progettualità adatte ad affrontare il fenomeno, propongono di organizzare dei **gruppi di auto-mutuo aiuto**:

- Dove il tema delle dipendenze può essere uno dei tanti e inserito in **un progetto più ampio**
- Perché **le famiglie si sentono sole** e sono obiettivamente iper-esposte agli stimoli più vari, nonché bersaglio di numerose critiche rispetto alle loro scelte
- Perché la condivisione, **la consapevolezza che non si è soli** ad affrontare un momento difficile è già un ottimo strumento per **non colpevolizzarsi**.

*Bisogna essere abbastanza maturi e capaci di riconoscere queste cose e di affrontarle, per il bene dei figli, anche se può essere doloroso.
(GEN)*



Per sentirsi meno soli nel non riuscire a gestire una situazione oppure magari cercare di capire [...] creare un diversivo e sentire che la preoccupazione ti accomuna e avere dunque un motivo di conversazione. (GEN)



È un'idea implicitamente avanzata anche dalle famiglie, che però deve fare i conti con la tendenza a stigmatizzare i problemi di dipendenza e la **paura di essere giudicati**.





ALTRE INIZIATIVE, ATTORI E SPONSOR

LA SCUOLA È UN ATTORE FONDAMENTALE

Io penso che la scuola sia un tassello fondamentale in questo, che tante assemblee fatte a caso, così dove praticamente c'è zero partecipazione, ecco quello sarebbe una cosa interessante

SERVONO MODELLI ACCETTATI DAI GIOVANI

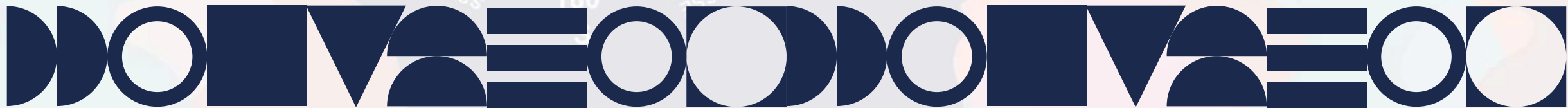
Veicolare i messaggi attraverso delle personalità forti che possono essere del mondo della musica, del mondo dello spettacolo, ma che sia in grado di toccare quelle corde che poi fanno nascere magari la preoccupazione [...] magari arriva a raggiungere un pubblico che normalmente il volantino non raggiungerebbe.

MA ANCHE LE AZIENDE POTREBBERO FARE LA LORO PARTE

Magari anche all'interno dell'azienda stessa di organizzare un evento che parla di quello quindi per grandi aziende o piccole aziende. Perché non parlare ai genitori direttamente che sono i dipendenti dell'azienda di questa tematica? Secondo me quello potrebbe essere anche una buona idea.

E INFORMAZIONI LEGATE ALLA NEUROPSICOLOGIA

Serve forse anche un approccio di neurotrasmettitori, di neuropsichiatria, non soltanto di psicologia.



CONCLUSIONI

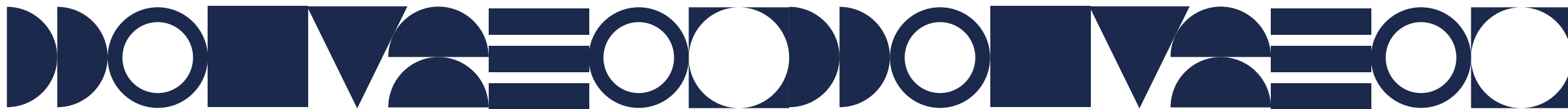
DEEP



REGIONE
LAZIO



ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA



C O N C L U S I O N I 1 / 2

- **Genitori, insegnanti e professionisti della salute sono tutti d'accordo: il tema dell'approccio al digitale è saliente, così come il rischio di dipendenza. È un tema che riguarda i giovani, ma non solo.**
- **I genitori ammettono le loro difficoltà nell'approccio personale e anche a livello educativo, pur contraddicendosi in alcuni frangenti – specialmente quanto entra in gioco la paura di essere giudicati nel loro ruolo di modello.**
- **La grandissima maggioranza dichiara di aver imposto delle regole e di riuscire a farle rispettare, ma è un compito molto faticoso.**
- **I genitori, con trasparenza, ammettono di aver bisogno di più supporto e formazione. Un bisogno perfettamente compreso da insegnanti e professionisti della salute che non mancano di rimarcare le difficoltà delle famiglie.**
- **Gli insegnanti, sulla pervasività dell'abuso di device digitali e sulle conseguenze, sono i più critici e su diversi aspetti descrivono una realtà dove le famiglie avrebbero meno controllo di quanto credono.**
- **I professionisti della salute si focalizzano sulle conseguenze a lungo termine e non hanno dubbi sul fatto che un'esposizione di tale portata può avere effetti importanti sulla formazione di un'identità personale solida.**





C O N C L U S I O N I 2 / 2

- **Le famiglie si sentono poco supportate sia dalla scuola, sia dai servizi sanitari, sia da altri genitori.**
- **La percezione è verosimilmente causa ed effetto della scarsa disponibilità ad affrontare l'argomento, quando si tratta di questioni personali, sia con le altre famiglie, sia con i servizi dedicati, gli specialisti.**
- **Il fatto che tutti riconoscano l'importanza del tema, molti ammettano di avere difficoltà nell'educare e osservino comportamenti problematici, ma pressoché nessuno si sia rivolto ad un professionista, è indicativo di come il tema delle dipendenze, anche quelle digitali, sia ancora concepito a livello «teorico», sia allontanato da sé e verosimilmente sia vissuto come stigmatizzante.**
- **Nonostante ciò, è innegabile una forte richiesta di aiuto da parte dei genitori, come anche il bisogno di confronto e condivisione.**
- **Al di là delle iniziative informative, necessarie e utili, tutti i segmenti ipotizzano la creazione di occasioni di confronto, anche tra pari, che favoriscano un approccio aperto al tema delle dipendenze digitali.**





GRAZIE

 [Istituto_piepoli](https://www.instagram.com/Istituto_piepoli)

DEEP



REGIONE
LAZIO



ISMA
AZIENDA PUBBLICA SERVIZI ALLA PERSONA