

D.ssa Gabriella Glorioso

Psicologa e Psicoterapeuta Infantile

D.ssa Marina Stazzi

Ortottista e Educatrice Tiflologica

RICONNETTIAMOCI ... con i nostri figli





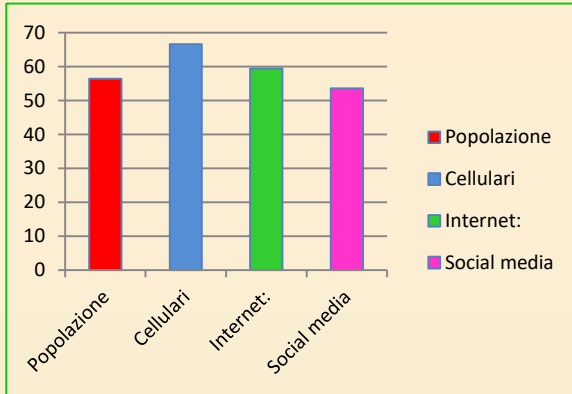
Generazione z
generazione dei nativi digitali
(tra gli 8 e i 23 anni)

Millennials
Cresciuti con il digitale e con l'avanzamento
della tecnologia
(tra il 1980 e il 1994)

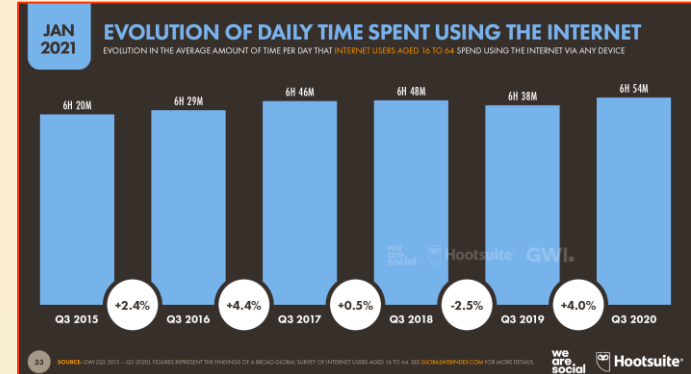
Generazione X
(tra il 1965 e il 1979)
Digital adopters, si sono adattati e sperimentato la
prima tecnologia

Baby Boomers
(tra il 1946 ed il 1964)
Immigrati digitali
si sono abituarsi alle nuove tecnologie da adulti

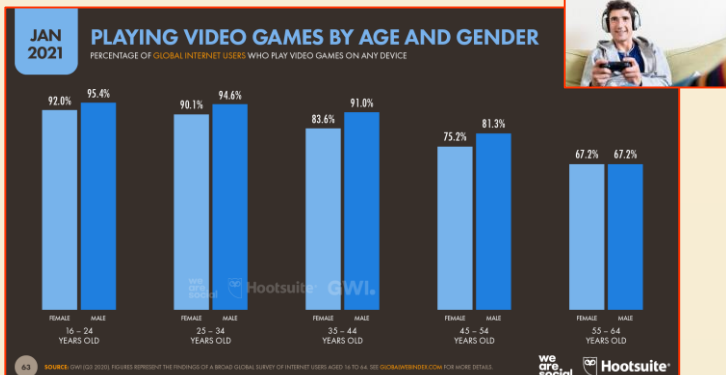
Alcuni dati



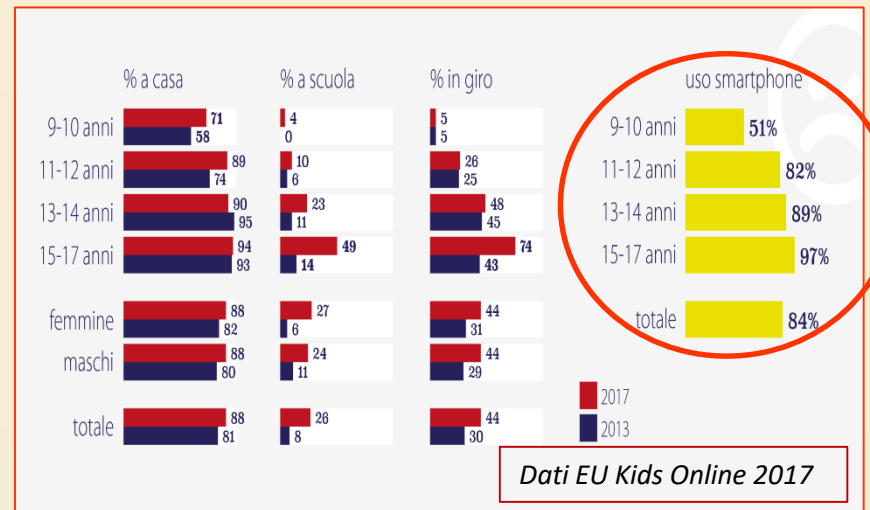
we
are
social



circa **7 ore al giorno**, vale a dire circa il **42%** del nostro tempo di veglia



oltre due persone su tre nella fascia 55-64 che dichiarano di giocare ai videogame.



Dati EU Kids Online 2017

Media devices in pre-school children: the recommendations of the Italian pediatric society



effetti negativi sulla salute mentale e fisica di un'esposizione precoce e prolungata alla tecnologia digitale sui bambini in età prescolare



NO dispositivi multimediali

- nei bambini di età inferiore a 2 anni
- durante i pasti
- almeno per 1 ora prima di coricarsi
- in caso di programmi frenetici, App con distrazione o contenuti violenti – come ciuccio limite, per zittire i bambini in pubblico posti.

LIMITARE :

- tra 2 e 5 anni: meno di 1 ora al giorno, affiancandoli per aiutarli a capire cosa stanno vedendo
- scegliere programmi e app di alta qualità (es. [Sesame Street](#))
- tra 5 e 8 anni: a meno di 2 ore al giorno
- oltre i 6 anni: dare limitazioni chiare al tempo
- Stabilire insieme i momenti media-free, come quelli dei pasti o della guida in auto, così come zone media - free della casa (le camere da letto, per esempio).

i genitori giocano un ruolo importante nell'insegnare loro come usare tecnologia in sicurezza, un modello

i bambini potrebbero imparare da video quando lo sperimentatore/ genitore/caregiver fornisce ulteriori informazioni verbali e non verbali



PROBLEMI VISIVI

AFFATICAMENTO OCULARE
SECCHENZA OCULARE... STRABISMO
DEFICIT DI CONVERGENZA...
DIPLOPIA... PERDITA DELLA RIGA... CEFALEA

▼ ▲ ▼ Possono scatenarsi, e spesso accade, sintomi da affaticamento visivo

- ◆ mal di testa
- ◆ iperlacrimazione
- ◆ arrossamento
- ◆ pesantezza agli occhi
- ◆ difficoltà di messa a fuoco o sdoppiamento visivo
- ◆ dolore peribulbare

LUCE BLU---- alterazione ritmo circadiano, ipotalamo...INSONNIA

Il Mio Bambino quanto può usare il cellulare?

L'OMS indica delle linee guida precise per l'utilizzo:

0 - 2 anni: No

👁️ Sopra i 2 anni: Sì per Max 1ora

👁️ Per noi anche un ora è eccessivo!

Noi consigliamo di ridurre al minimo l'utilizzo di dispositivi digitali anche sopra i 2 anni di vita e prediligere giochi attivi.

È importante usare i dispositivi elettronici nella modalità e nella quantità corretta.



REGOLA DEL 20-20-20



pausa di
20
secondi



ogni
20
minuti



guarda a
20
piedi

L'uso prolungato e continuo dello schermo affatica i nostri occhi, segui la regola 20-20-20:

- ogni 20 minuti
- fai una pausa di 20 secondi
- e guarda qualcosa a 20 piedi di distanza (circa 6 metri)

Consigliabile anche se stiamo giocando con lo smartphone!

Gestire situazioni problematiche

- Definizione dei comportamenti disfunzionali delle conseguenze messe in atto dai genitori.
- Tramite l'**Analisi Funzionale (AF)** si possono individuare i comportamenti problema e capirne la funzione, riconoscendo l'importanza degli antecedenti, delle conseguenze e cosa li rinforza.
- A volte è il comportamento del genitore a rinforzare il comportamento del bambino/ragazzo

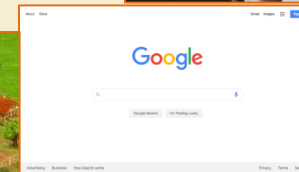
A - Evento cosa stava succedendo prima.	B – Comportamento cosa ha fatto il bambino.	C – Conseguenza Cosa è successo dopo. 1. Cosa ho fatto (ignorato, discusso, sgridato, abbracciato, lodato, ecc.). 2. Come ha reagito il bambino.
Vieni a cena	Non risponde o “dopo”, “ancora 5 min.” Continua a guardare il cellulare	Mi sono arrabbiato, cerco di ribadire le regole ma alla fine concedo i 5 min 
		Ha ottenuto ciò che voleva
? Cosa c'è dietro questo comportamento oppositivo che , per quanto scorretto, funziona?		

A - Evento cosa stava succedendo prima.	B –Comportamento cosa ha fatto il bambino.	C – Conseguenza Cosa è successo dopo. 1. Cosa ho fatto (ignorato, discusso, sgridato, abbracciato, lodato, ecc.). 2. Come ha reagito il bambino
Gli dici che quando è pronto deve venire subito a tavola ma che ora sei felice che siate assieme e che troverete un modo per evitare questi conflitti (→ descrivere il comportamento desiderabile e la conseguenza positiva che ne deriva)	Pranza con serenità sentendo il calore e l' accoglienza del genitore	Condividete un momento piacevole 
		Rinforzo positivo
Sorrisi, carezze, tono di voce accogliente e caldo , chiedere la sua opinione sono sempre rinforzatori positivi per bambini e ragazzi		

Generazione X ... i genitori



Generazione z ... Bambini e adolescenti



Quali abilità sviluppa il gioco



- **colpire gli avversari** nell'altro campo tramite il lancio della palla.
- Lo scopo del gioco corrisponde al **colpire** gli avversari e **farli prigionieri** eliminando in questo modo tutti i giocatori della squadra avversaria.

VS



- si **scava** (mine) e **costruisce** (craft) con diversi tipi di blocchi 3D ...
- all'interno di un grande mondo fatto da diversi tipi di terreni e habitat da esplorare ...
- In questo mondo il sole sorge e tramonta, si va al lavoro ... si raccolgono materiali
- si costruiscono utensili ... procurarsi i materiali per poter creare gli utensili necessari a migliorare la propria condizione
- Ogni tanto c'è pure la pioggia e la tempesta di fulmini, animali da poter domare, allevare o utilizzare come cibo
- lottare per la **sopravvivenza** contro la fame, il pericolo e i cattivi ... I modi per sopravvivere alla notte sono diversi

Bibliografia

- Celi F., (2020), Le emozioni dei nostri figli: Come far emergere le emozioni nascoste e imparare a gestirle insieme, De Agostini.
- Stazzi M., (2018), Rieducazione del controllo visuo-posturale. Metodo Stazzi. Edizioni ISEM.
- Stazzi M., (2020), Come Vede il mio bambin? Edizioni ISEM.
- Lancini M., (2015), Adolescenti navigati. Come sostenere la crescita dei nativi digitali, Erickson.
- Chapman G., Pellicane A., (2016), Generazione Touch. come Educare I figli allo sviluppo delle relazioni, Hoepli.
- Mascheroni, G. e Ólafsson, K. (2018). Accesso, usi, rischi e opportunità di internet per i ragazzi italiani. I risultati di EU Kids Online 2017. EU Kids Online e OssCom.
- Shapiro J. (2019), Il metodo per crescere i bambini in un mondo digitale, New Compton Editori.
- Siegel D.J., Payne Bryson T., (2012), 12 strategie rivoluzionarie per favorire lo sviluppo del bambino, Raffaello Cortina Editore.
- Siegel D.J., Payne Bryson T., (2018), Yes brain. Come valorizzare le risorse del bambino, Raffaello Cortina Editore.
- E. Snel , (2015), Calmo e attento come una ranocchia, Red Editore.

Sitografia

- <https://pediatrics.aappublications.org/>
- [pediatri-americani-linee-guida-uso-tablet-schermi](#)
- <https://www.mamamo.it/educazione-digitale/pediatri-americani-linee-guida-uso-tablet-schermi>
- <https://www.healthychildren.org/English/media/Pages/default.aspx>
- <https://wearesocial.com/it/blog/2021/01/digital-2021-i-dati-globali>
- I dati EU Kids Online 2017. Usi, rischi e opportunità di Internet per preadolescenti e adolescenti in Italia.

