

DIPENDENZA DA SOCIAL E SMARTPHONE: “BAMBINI RISCHIANO TROPPO”, L’ALLARME DELLO PSICOTERAPEUTA PELLAI

24 Agosto 2024



RIMINI - “Uno smartphone in mano a un bambino è come un go-kart in autostrada”. Con questa immagine forte e provocatoria, lo psicoterapeuta Alberto Pellai ha voluto sottolineare, durante il Meeting per l’amicizia tra i popoli a Rimini, i rischi legati all’uso precoce e incontrollato degli strumenti digitali da parte dei più giovani.

Nel corso dell’incontro “Social e intelligenza artificiale: non serve lo schermo per crescer smart” – si legge su *OrizzonteScuola.it* -, Pellai ha evidenziato come la vita online dei ragazzi sia un mondo spesso sconosciuto ai genitori, un contesto che può riservare spiacevoli sorprese. Per questo è fondamentale che scuola e famiglia collaborino per educare i ragazzi ad un uso consapevole e responsabile del digitale.

Secondo Pellai, il mondo online, basato sull’attivazione dopaminergica, genera dipendenza e frammentazione dell’attenzione, con conseguenze negative sul sonno e sulla capacità di concentrazione. “I nostri figli dormono, grazie al digitale, due ore in meno a settimana rispetto a prima”, ha affermato lo psicoterapeuta.

“I ragazzi sono ferro, il mondo digitale è un campo magnetico che li tiene attaccati. Fare entrare questa cosa nella vita di un bambino è uno degli errori più gravi che si possano fare”, aggiunge.

L’invito di Pellai è chiaro: è necessario analizzare a fondo le funzioni e le caratteristiche specifiche di strumenti e piattaforme digitali, per poter guidare i ragazzi verso un utilizzo consapevole e responsabile, che non si trasformi in una pericolosa dipendenza.

Il ministro dell’Istruzione e del Merito, Giuseppe Valditara, ha annunciato a luglio, la decisione di eliminare gli smartphone dalle scuole e di limitare l’utilizzo del digitale soprattutto alla primaria e alla media. Una decisione condivisa da Pellai: “Dai 9 ai 14 anni il cervello è molto fragile nei confronti dell’ingaggio proposto dalla vita online”.

Poi conclude: “Un dodicenne che vuole fare i compiti di matematica e ha lo smartphone per usare la calcolatrice riceve notifiche da altre app molto più attraenti. È difficile che dica ‘non le guardo, devo fare i compiti’: nel cervello di un dodicenne c’è uno tsunami, il cervello cognitivo non sta dietro a quello emotivo. Il lavoro dell’adulto è canalizzare il cervello emotivo verso obiettivi diversi dal paese dei balocchi promesso dalle app”.