

SCUOLA PER GENITORI 2015

TELEVISIONE, VIDEOGIOCHI E NUOVE TECNOLOGIE: ISTRUZIONI PER L'USO

19 Febbraio 2015

Dr.ssa M.Costanza Calvio

Psicologa – Psicoterapeuta

I MEDIA DOPO L'EVOLUZIONE TECNOLOGICA

L'ultimo decennio è stato caratterizzato da un forte sviluppo di internet, della telefonia e delle tecnologie digitali che **hanno cambiato il nostro modo di comunicare ed interagire con gli altri.**

EFFETTI POSITIVI:

- TEMPO RISPARMIATO
- RICCHEZZA DI FONTI D'INFORMAZIONE
- INCREMENTO del Q.I. nelle nuove generazioni

Alcune ricerche hanno sostenuto che la tecnologia informatica stimola l'intelligenza, essendo stato rilevato nelle generazioni più giovani un incremento del Q.I. del 13%, accentuando:

- ABILITÀ;
- SVELTEZZA NEI MOVIMENTI;
- CAPACITÀ LOGICHE E COGNITIVE.

VA SOTTOLINEATO CHE NON SI SVILUPPA L'INTELLIGENZA DEL LINGUAGGIO MA SOLO QUELLA MOTORIA.

EFFETTI NEGATIVI:

- La riduzione del tempo dedicato al gioco e la rarefazione dei rapporti amicali;
- i messaggi trasmessi dai media influenzano sempre più i comportamenti dei ragazzi e danno una visione, a volte, "particolare" dei valori etici;
- i bambini agiscono per imitazione, che è la loro principale forma di apprendimento, e sollecitata in misura ottimale dall'immagine visiva.

EFFETTI NEGATIVI SULL'APPRENDIMENTO

LE NUOVE TECNOLOGIE POSSONO MODIFICARE LE PERFORMANCE SCOLASTICHE PERCHÉ:

- RUBANO TEMPO ALLO STUDIO A CASA
- SI SOSTITUISCONO ALLA LETTURA
- PROVOCANO UNO STATO DI PASSIVITÀ INTELLETTUALE, ANNULLANDO LA FANTASIA E IL SENSO DELLA REALTÀ.

EFFETTI NEGATIVI SULL'ATTIVITÀ MOTORIA:

La tv, in particolare, e tutte le altre tecnologie spiazzano il gioco, trasformando il bambino da soggetto – attore del gioco a passivo del gioco virtuale.

IL RISCHIO:

Come per ogni cosa, **la perdita di controllo legata ad un uso eccessivo**, può portare ad una vera e propria **dipendenza** da questi mezzi.

DIPENDENZA (da sostanza o senza sostanza):

CONDIZIONE PATOLOGICA PER CUI LA PERSONA PERDE OGNI POSSIBILITÀ DI CONTROLLO SULL'ABITUDINE

I SINTOMI

Un problema di dipendenza, **NON è legato NECESSARIAMENTE al tempo** di “consumo” dell’oggetto della dipendenza, ma **al decremento significativo di tutte quelle attività** precedentemente praticate “al di fuori” di quell’oggetto, e quindi **amici, sport, lavoro...** (attività principalmente **relazionali**).

Non c'è più un interesse per aspetti importanti della propria vita.

UNA DIPENDENZA, PER ESSERE DEFINITA TALE, DEVE CREARE DIFFICOLTÀ IN TUTTI GLI AMBITI DELLA VITA PERSONALE:

- RELAZIONALE E FAMILIARE
- LAVORATIVO E SCOLASTICO
- DELLA SALUTE
- FINANZIARIO

INDICATORI IMPORTANTI NEI BAMBINI SONO:

- **Bisogno di trascorrere un tempo sempre maggiore** con l’oggetto della dipendenza per ottenere soddisfazione;
- **Sviluppo**, dopo la sospensione o diminuzione dell'uso dell’oggetto, **di agitazione psicomotoria, ansia, depressione, classici sintomi da astinenza;**
- **Rabbia, frustrazione e depressione** quando si è in assenza dell’oggetto della dipendenza;
- Marcata **riduzione di interesse per altre attività;**
- **Impossibilità di interrompere o tenere sotto controllo** l'uso dell’oggetto.

Possono costituire campanelli d'allarme:

- Cefalea
- Disturbi visivi
- Ansia
- Disturbi del sonno
- Alterazioni dell'umore e Disforia
(ossia depressione, accompagnata da agitazione e irritabilità)

Si è riscontrato che stare molto tempo davanti al pc, ma anche dinanzi alla tv, può creare problemi:

- alla **vista**, in particolare **irritazioni e bruciori agli occhi;**
- alla **schiena e la postura;**
- alla **costituzione fisica (obesità);**
- alla **comunicazione.**

FATTORI DI RISCHIO PREDISponentI

1. PSICOPATOLOGIE PREEsISTENTI:

In alcuni casi la dipendenza può essere indotta da alcuni tipi di disturbi psichici preesistenti.

2. CONDOTTE A RISCHIO:

Eccessivo "consumo" di TV, internet, riduzione delle esperienze di vita e relazione "reali", ecc...;

3. POTENZIALITÀ PSICOPATOLOGICHE PROPRIE DELL’OGGETTO DELLA DIPENDENZA, IN PARTICOLARE LA RETE E LA REALTÀ VIRTUALE.

Ossia la capacità della rete o della realtà virtuale, di “rispondere” a molti bisogni umani, **consentendo di sperimentare dei vissuti importanti e di vivere emozioni sentendosi protetti dall’anonimato.**

TELEVISIONE

- **IN GENERE I BAMBINI GUARDANO LA TV PER 2 ORE AL GIORNO CON PUNTE PIU’ ALTE DURANTE LE ELEMENTARI E NEI GIORNI FESTIVI.**
- **IL 20% TRASCORRE ANCHE 4 ORE AL GIORNO DAVANTI ALLA TV.**
- **IN GENERE I BAMBINI SONO SOLI DAVANTI ALLA TV, SIA FISICAMENTE CHE PSICOLOGICAMENTE. IN QUESTO MODO, SONO PIÙ ESPOSTI AGLI EFFETTI NEGATIVI DI CERTI SPETTACOLI E DUNQUE, PER ESEMPIO, ALLA VIOLENZA IN TV CHE HA EFFETTI NEGATIVI MAGGIORI NEI BAMBINI CHE HANNO GENITORI ASSENTI.**

IN PARTICOLARE VA RILEVATO CHE UNA ECCESSIVA FRUIZIONE DEI MEDIA PUÒ PROVOCARE SERIE CONSEGUENZE, ALCUNE DELLE QUALI POSSONO ESSERE:

- INCREMENTO DELLA VIOLENZA;
- TURBE DEL SONNO, DELLA MEMORIA E DEL RENDIMENTO SCOLASTICO;
- OBESITÀ;
- ALTERAZIONE DELLA FUNZIONE VISIVA.

CONSIGLI PER UN USO INTELLIGENTE DELLA TV

• **ASSICURARSI CHE GUARDINO SOLO PROGRAMMI ADATTI ALLA LORO ETÀ:** LARGO SPAZIO A **DOCUMENTARI**, MAGARI QUELLI SUGLI ANIMALI CHE TANTO APPASSIONANO I BIMBI, **PROGRAMMI EDUCATIVI** E **CARTONI ANIMATI**. I BAMBINI, SOPRATTUTTO I PIÙ PICCOLI NON SONO IN GRADO DI DISTINGUERE TRA FINZIONE E REALTÀ, QUINDI EVITATE RIGOROSAMENTE DI FAR VEDERE LORO FILM DELL'ORRORE O CON SCENE DI VIOLENZA.

• **NO AL TELECOMANDO IN MANO AI BAMBINI.**

SALTARE DA UNA TRASMISSIONE ALL'ALTRA FA SVILUPPARE AL BAMBINO SOLO UN'ATTENZIONE BREVE E SUPERFICIALE CON IL RISCHIO ULTERIORE DI INCORRERE IN PROGRAMMI NON ADATTI A LUI.

• NON PERMETTERE I BAMBINI DI STARE PIÙ DI 2 ORE DAVANTI ALLA TV;

• FARE ATTENZIONE ALLA POSTURA DEL BAMBINO DURANTE IL TEMPO DI VISIONE DELLA TV;

• **SOLLECITARE IL BAMBINO A COLTIVARE I CONTATTI CON ALTRI BAMBINI E A DEDICARE UN TEMPO ADEGUATO AL GIOCO O AD ALTRI HOBBIES (NON ULTIMO ANCHE UNO SPORT).**

INTERNET

(RAPPORTO 2010 EURISPES/TELEFONO AZZURRO SULLA CONDIZIONE DI INFANZIA E ADOLESCENZA) SEBBENE I BAMBINI TRA I 7 E GLI 11 ANNI PREFERISCANO TV, PLAYSTATION E VIDEOGIOCHI, IL 9,9% DI LORO NON PUÒ FARE A MENO DEL COMPUTER E IL 4,7% DI NAVIGARE.

A 12 ANNI L'83% DEI BAMBINI NAVIGA SUL WEB.

LA MAGGIOR PARTE SI COLLEGA A INTERNET PER UN'ORA AL GIORNO. SOLO IL 6,9% LO FA IN MEDIA PER QUATTRO ORE.

INTERNET È USATO PRINCIPALMENTE PER:

- RICERCA DI INFORMAZIONI E NOTIZIE INTERESSANTI (49%)
- GIOCARE O SCARICARE VIDEO E MATERIALI MULTIMEDIALI (67,5%), IN PARTICOLARE SONO SCARICATI DA YOUTUBE CANZONI E SPEZZONI DEI TELEFILM PREFERITI.
- POCO USATI I BLOG, I FORUM E LA POSTA ELETTRONICA.
- NON VANNO TRASCURATI INVECE I DATI CHE RIGUARDANO LE CHAT. **IN POCHI ANNI LA PERCENTUALE DEI BAMBINI CHE CHATTA FREQUENTEMENTE È CRESCIUTA DI 34 PUNTI.**

In questo spaccato emergono dati preoccupanti su molestatori e malintenzionati.

il 17% ha confessato di aver conosciuto in chat **persone che hanno provato ad estorcere loro informazioni personali (indirizzo, cognome, numero di telefono).**

all'8% del campione intervistato è capitato di aver ricevuto **richieste di appuntamento.**

nel 33% dei casi i bambini che hanno vissuto le esperienze di molestie on-line reagiscono intimando ai molestatori di smetterla.

nel 18% dei casi i bambini evitano di rispondere e nell'11,8% di frequentare i luoghi virtuali percepiti come pericolosi.

il 6% del campione non ritiene invece che queste situazioni siano pericolose e quindi continua a chattare tranquillamente.

sono pochissimi invece i bambini che in questi casi ne parlano con i genitori o con un adulto. questo accade principalmente perché l'uso delle tecnologie avviene senza il controllo dei grandi.

VIDEOGIOCHI

IL VIDEOGIOCO PUÒ ESSERE UN FORMIDABILE STRUMENTO DIDATTICO, CAPACE DI **SVILUPPARE LA VELOCITÀ DI RIFLESSI, LA CAPACITÀ DI RAGIONAMENTO E CONSENTIRE DI CONVOGLIARE FANTASIA E CREATIVITÀ, MA ANCHE AGGRESSIVITÀ**, PRESENTE NELLE SCENEGGIATURE SEMPRE PIÙ COMPLESSE DEI VIDEOGIOCHI DI ULTIMA GENERAZIONE.

E' noto come i **videogiochi violenti** possano dar luogo a comportamenti violenti, asociali, disturbi del sonno e anche perdita di empatia, cioè una vera **DESENSIBILIZZAZIONE EMOTIVA**.

Danni gravi che possono portare anche a **disturbi dell'apprendimento ed iperattività**.

BAMBINI A SCUOLA DI VIOLENZA?

Dal punto di vista scientifico è accertato che la visione ripetuta e continuata di scene di violenza, da parte dei bambini inferiore a 8 anni, accentua il rischio di comportamenti aggressivi nell'adolescenza, oltre a determinare una desensibilizzazione progressiva.

Si va incontro a quel comportamento deviante, definito "disumanizzazione", che fa considerare l'altro un oggetto e non una persona.

L'85% delle applicazioni comprate negli ultimi anni da e per i bambini sono **giochi di COMPORTAMENTISMO** cioè **richiedono di ripetere un'azione in modo automatico e ripetuto**.

Questi compiti semplici e ripetitivi portano ad uno **sviluppo neuronale e cognitivo più basso** rispetto allo standard medio. www.pegi.info

REALTA' VIRTUALE

LA REALTA' VIRTUALE SPESSO CONSENTE CIO' CHE NELLA VITA REALE NON SI PUO' REALIZZARE, O ALMENO NON IN COSI' POCO TEMPO.

Giochi come *Second Life*, permettono agli utenti, rappresentati da avatar, di interagire gli uni con gli altri.

I rischi sono quelli legati ad ogni situazione che consenta di far emergere e di soddisfare i bisogni più profondi e inconsapevoli: **si sperimentano parti di sé che potrebbero sfuggire al controllo, soprattutto quando si dispone di uno strumento di comunicazione che consente di rimanere uomini e donne senza volto**, una condizione che potenzialmente può favorire la comparsa di comportamenti guidati da una minima morale.

Per i più giovani in età di sviluppo e per alcuni soggetti predisposti, il rischio è che l'abuso della rete per comunicare crei confusione nella distinzione tra REALE e VIRTUALE, che non sia più facile comprendere cosa fa parte di Sé realmente e cosa è possibile sperimentare solo virtualmente.

All'inizio del mese di novembre 2009 ha avviato l'attività presso il policlinico gemelli di roma il **primo ambulatorio nella pubblica sanità dedicato a questi disturbi. Nei primi due anni di attività, sono stati visitati oltre 220 tra giovani e adulti**, che hanno dato forma a due gruppi distinti di pazienti:

20% - IL PRIMO GRUPPO È COMPOSTO DA SOGGETTI CON ETÀ COMPRESA TRA I 28 E I 40 ANNI, dediti soprattutto alla pornografia e al gioco d'azzardo on-line, che hanno consapevolezza di aver sviluppato una dipendenza comportamentale: forse perché hanno conosciuto anche un'"prima" del computer e della vita digitale.

80% - IL SECONDO GRUPPO, È INVECE COMPOSTO DA GIOVANI, CON ETÀ COMPRESA TRA I 12 E I 27 ANNI, dediti ai giochi di ruolo on-line e ad un abuso dei social-network (facebook). Questi adolescenti hanno fondamenti mentali diversi da quelli della generazione che li precede e sono classificati come "**nativi digitali**".

120 ERANO RICHIESTE DI ASSISTENZA PSICHIATRICA PER **DISTURBI DI SPERSONALIZZAZIONE**, ASSUEFAZIONE DA SOCIAL NETWORK, DIPENDENZA DA INTERNET. NEI CASI PIÙ GRAVI PRESI IN ESAME SI È REGISTRATO CHE **MOLTI INDIVIDUI SI ISCRIVONO PIÙ VOLTE ALLO STESSO SOCIAL NETWORK CON FALSE IDENTITÀ**.

Per questo motivo, soprattutto i bambini e i giovani (ma anche gli adulti), dovrebbero LIMITARE IL TEMPO TRASCORSO SU INTERNET ED INTEGRARLO CON ESPERIENZE DI COMUNICAZIONE REALE.

CONSIGLI PRATICI PER I GENITORI

NON SI TRATTA DI CENSURARE, MA DI PROTEGGERE.

OGNI GENITORE E' TUTORE DEL PROPRIO FIGLIO ED HA DELLE RESPONSABILITÀ' NEI SUOI CONFRONTI.

Non si tratta di far crescere i ragazzi fuori dal mondo, ma solo di FAR VIVERE LORO LA VITA PER TAPPE.

- Fino a 12 anni un bambino **non possiede ancora la maturità per discernere del tutto il bene dal male.**
- **I media sono generatori di EMOZIONI NON di SENTIMENTI**, non aiutano a costruire la "coscienza sentimentale" del bambino. Il genitore deve garantire l'**educazione sentimentale**.
- Compito del genitore è **guidare i figli ed aiutarli a crescere.**
- Inutile dire che **siamo noi adulti a dover fungere da modello.**

1. Lasciategli la possibilità di accedere ad Internet.

Proibirlo totalmente non è consigliabile. Prima o poi tornerà su Internet.

Non sono necessarie neanche regole troppo severe, che verrebbero vissute come punitive e persecutorie.

2. **Usare sistemi di blocco** sulla navigazione (filtro famiglia) ma anche **PASSWORD...**

3. Rimanere vigili interessandovi all'uso che ne fa vostro figlio: discutetene con lui mostrandovi coinvolti e interessati.

4. **Preferite un computer fisso al portatile e sistematelo in uno spazio comune** e POSSIBILMENTE NON nella cameretta;

5. **Decidete un tempo massimo di utilizzo** (1 ora al giorno), **dopo** i compiti e gli impegni;

6. **Dategli delle cose da fare con Internet.** Assegnategli compiti specifici che servano a fargli capire che non ce l'avete con Internet, e che lo orientino verso un uso controllato e finalizzato dello strumento.

7. **Creategli alternative ad Internet**, ed incoraggiatelo: attività sociali, occasioni di stare con altri ragazzi o con voi.

LE REGOLE PER I FIGLI

- **Regola 1. INTERNET NON È UN GIOCATTOLO**

I ragazzi sanno che **la loro vita sociale si svolge sotto il controllo parentale**. I genitori sono presenti attraverso le famose domande: "Cosa hai fatto oggi a scuola? Ti sei divertito con i tuoi amici oggi pomeriggio? Ti sei comportato bene? Mi raccomando!"

Un computer con un accesso ad Internet rientra nella sfera delle relazioni sociali. La prima regola è quindi che la navigazione e le relazioni su Internet devono svolgersi sotto controllo e secondo regole precise.

- **Regola 2. I GENITORI POSSONO CONTROLLARE**

I genitori possono controllare in maniera analoga a quanto avviene nella vita reale, dove in qualsiasi momento possono controllare, per esempio, se i figli sono davvero dal compagno di scuola a fare i compiti o se sono andati da qualche altra parte.

- **Niente password sconosciute ai genitori;**

- **Obbligo di riferire e mostrare, quando richiesto, che uso si fa del computer**, quali siti si visitano, quali esperienze si hanno: **il genitore ha diritto di verificare in qualsiasi momento l'uso che viene fatto del computer**, proprio come può controllare cosa legge, con chi parla al telefono o con chi esce.

- **Regola 3. IL COMPUTER DEVE ESSERE ACCESSIBILE**

- **Regola 4. I GENITORI DECIDONO COSA SI PUÒ FARE E COSA NO**

- **Regola 5. NON SI DANNO INFORMAZIONI PERSONALI**
- **Regola 6. NON SI FANNO ACQUISTI SU INTERNET**
- **Regola 7. LA POSTA ELETTRONICA**

Almeno fino ai 12 o 13 anni è meglio che non abbiano un indirizzo proprio di posta. Se lo hanno, è meglio che i genitori controllino regolarmente tutta la posta prima di mostrargliela. Con i più grandi, ai quali diventa impossibile negare il proprio indirizzo personale ed una certa dose di riservatezza, il genitore deve comunque mantenere diritto di accesso e di controllo, quindi **deve conoscere la password.**

- **Regola 8. RIFERIRE AI GENITORI OGNI COSA SOSPETTA:**

persone che fanno domande troppo insistenti su argomenti privati, quali il lavoro dei genitori, orari, abitudini e altre cose che rientrano nelle informazioni che non devono essere fornite...

- **Regola 9. IL TEMPO SU INTERNET**

Circa **un'ora** (massimo) al giorno se non usa il computer **in maniera utile e finalizzata.** Le ore giornaliere comprendono tutte le attività "al computer", **incluse** quelle che non riguardano Internet (**videogiochi**, ad esempio). **Non devono includere, ovviamente, le attività di studio.**

- **Regola 10. LE SANZIONI**

Potete **stabilire a priori** quali devono essere le sanzioni per la prima infrazione e per le recidive.

La sanzione per eccellenza dovrebbe essere la proibizione di usare il computer.

Diciamo da mezza giornata fino ad un massimo di una settimana. Ovviamente sta a voi decidere, **ma se lo dite fatelo!**

LA NAVIGAZIONE SICURA DEI BAMBINI

Esistono alcuni **accorgimenti che limitano il rischio di esposizione a contenuti inadatti**, ma **È BENE**

RICORDARE CHE:

- Non danno mai affidabilità al 100%.
- Internet non è la sola fonte di materiale inadatto, e non è neanche il solo canale, attraverso il quale circolano contenuti pericolosi: CD scambiati tra amici, cellulari, TV, pornografia stampata (esiste ancora).
- Internet è uno scolapasta: **è impossibile bloccare tutti i contenuti a rischio (anche perchè sono studiati apposta).**
- **La strategia migliore resta EDUCARE.**

I FILTRI www.ilfiltro.it

I BROWSER (tipo Explorer o iefox) www.ilveliero.info

I MOTORI DI RICERCA (tipo Google) www.ilnocchiero.it

Potreste creare un profilo apposta per il bambino, configurato per lui.

REGOLE EDUCATIVE GENERALI:

- **"Invitare" maggiormente i vostri figli** a partecipare ad attività extrascolastiche che li aiutino a **coltivare relazioni vere.** L'ideale sarebbe un'attività sportiva di squadra, ma anche un'attività culturale (come teatro, danza).
- **Non basta che escano di casa, devono uscire per fare qualcosa e non "tanto per andare in giro".**
- **Non è un male il fatto che un ragazzo passi del tempo su Facebook chiacchierando con gli amici che poi frequenta, il problema nasce quando "collezionano" amici virtuali (anche 1.500-2.000, a chi ne ha di più) dei quali poi frequentano 4-5 persone...**

OGNI TANTO FARE A MENO DELLA VITA DI RELAZIONI DIGITALI

CELLULARE: A CHE ETÀ E QUALE TIPO

- Secondo dati Istat, **in Italia il primo cellulare si compra a 8 anni.**
- **Si è trasformato in uno strumento di cura parentale.** Spesso a proporlo sono le mamme, sempre più spesso lavoratrici, o le coppie di genitori separati, per sentirsi meno in colpa e stare più vicino ai propri figli.
- Altre volte, invece, è visto come **un mezzo per tenerli sotto controllo.**

- In ogni caso, sono quasi sempre i genitori a decidere di acquistare un cellulare per i propri figli. **La cosa migliore sarebbe quindi aspettare che siano loro a manifestare il desiderio di avere un telefonino.**

PRIMA DEI 13 ANNI

- È meglio evitare di sprecare soldi. Una buona strategia potrebbe essere quella di dargli il vostro vecchio cellulare. Se, invece, non avete a disposizione telefonini di seconda mano, allora è meglio orientarsi sull'acquisto di modelli basici, ed economici.

DOPO I 13 ANNI

- Arrivati i 13 anni, in media, i ragazzi allargano la loro sfera sociale iniziano ad usare facebook e gli altri social media. Vi chiederanno, dunque, di acquistare uno smartphone di fascia superiore. Se volete potete anche accontentarli.

E LE RICARICHE?

- Già che ci siete, potete approfittare dell'occasione per **insegnare a vostro figlio qualcosa in più:** dategli una paghetta (bassa) con cui ricaricare anche il suo telefono, in modo da fargli capire quanto l'uso incida.
- Se ha finito il credito e non può farsi sentire proprio con voi, è una prova evidente che non è ancora pronto per autogestire un mezzo come il cellulare. Fateglielo notare senza rimproveri o collere eccessive, ma **non risolvete gli voi il problema.**
- Se l'errore del ragazzo dovesse essere più grave dovrete toglierlo finché non avrà capito come usarlo al meglio.

PARENTAL CONTROL (filtri)

Oggi in quasi tutti i modelli di cellulare che permettono di navigare su internet è disponibile un filtro per il parental control, da cui è possibile bloccare l'accesso a siti indesiderati.

Non tutti i genitori ne sono però a conoscenza.

Fino ai 10-11 anni bisognerebbe tarare l'utilizzo della rete sulle esigenze dei bambini.

Anche i social network, come Facebook, possono rappresentare un pericolo, se il loro utilizzo non è mediato dai genitori. **Facebook ha imposto un limite minimo di 14 anni per registrarsi al sito, e sembra che sia un'indicazione appropriata.**

RISORSE ON LINE:

SICUREZZA E FILTRI: www.ilfiltro.it

BROWSER (tipo Explorer o Firefox): www.ilveliero.info

I MOTORI DI RICERCA (tipo Google): www.ilnocchiero.it

Impostare i PARENTAL CONTROL su WINDOWS 7:

<http://windows.microsoft.com/it-it/windows/set-parental-controls#1TC=windows-7>

LEGENDA VIDEOGIOCHI: www.pegi.info

APPROFONDIMENTI:

Guida per genitori - EDUCAZIONE E NUOVI MEDIA:

http://images.savethechildren.it/IT/f/img_pubblicazioni/img120_b.pdf

Per saperne di più sulla DIPENDENZA DA INTERNET e scaricare tutto il materiale di questo incontro:

http://www.psicologiaperugia.it/approfondimenti/internet_uso_abuso/internet_uso_abuso.html

LIBRI: Federico Tonioni, "QUANDO INTERNET DIVENTA UNA DROGA, Ciò che i genitori devono sapere." Ed. Einaudi

CONTATTI: Dr.ssa Maria Costanza Calvio – 3498471300 - www.psicologiaperugia.it