

# Stili di vita online e offline degli adolescenti in Emilia-Romagna

breve guida alla ricerca



# Stili di vita online e offline degli adolescenti in Emilia-Romagna

breve guida alla ricerca

**La Collana**  
"Quaderni del Corecom Emilia-Romagna"  
è curata da

Primarosa Fini  
Responsabile del Servizio Corecom.

**Progetto e realizzazione grafica**  
Giulia Boari arte e design

**Stampa**  
Centro stampa regionale

**Tiratura**  
400 copie

Finito di stampare a Bologna nel mese di  
marzo 2014.

© Corecom Emilia-Romagna, 2014  
Tutti i diritti riservati.

È consentita la riproduzione a fini didattici e  
non commerciali, a condizione che ne venga  
citata la fonte. La presente pubblicazione co-  
stituisce la versione cartacea dell'edizione con-  
sultabile sul sito web del Corecom, all'interno  
della collana "Quaderni del Corecom Emilia-  
Romagna".

Corecom Emilia-Romagna  
Viale A. Moro, 44 - 40127 - Bologna  
tel. 051 5276377  
corecom@regione.emilia-romagna.it  
http://www.assemblea.emr.it/corecom



**a cura di**  
Annalisa Guarini, Antonella Brighi,  
Maria Luisa Genta, Alessandra Donattini

**Un progetto promosso da**  
Corecom Emilia-Romagna  
Dipartimento di Psicologia - Università  
di Bologna.

**In collaborazione con**  
Dipartimento di Scienze dell'Educazione  
Università di Bologna  
Società Italiana di Pediatria  
Ufficio Scolastico Regionale per l'Emi-  
lia-Romagna  
Compartimento Polizia Postale e delle  
Comunicazioni per l'Emilia-Romagna.

**Testi di**  
Davide Barbieri, Antonella Brighi,  
Alessandra Donattini, Elena Ferrari,  
Primarosa Fini, Maria Luisa Genta,  
Annalisa Guarini, Marcello Lanari,  
Sandra Maria Elena Nicoletti,  
Filippo Porcari, Rossella Tirota,  
Stefano Versari, Compartimento Polizia  
Postale e delle Comunicazioni per l'Emi-  
lia-Romagna.

**Il Comitato regionale per le comunicazioni  
della Regione Emilia-Romagna (Corecom)**  
svolge funzioni di garanzia per cittadini e  
imprese, di verifica del rispetto delle dispo-  
sizioni legislative e delle normative di set-  
tore per gli operatori della comunicazione  
e di consulenza per gli organi della Regione  
e la comunità regionale.

**Presidente:** prof.ssa Giovanna Cosenza

I "Quaderni del Corecom Emilia-Romagna"  
fanno parte di una collana, nata nel 2010, che  
comprende ricerche e studi sui temi del si-  
stema della comunicazione, dell'educazione  
ai media, della tutela dei minori, del plurali-  
simo dell'informazione e della tutela dei con-  
sumatori. I Quaderni sono contraddistinti da  
un numero progressivo cronologico.

# Indice

Pag.

L'adolescenza

4



La ricerca  
Il metodo della ricerca

5



L'uso dei media

6



I comportamenti  
a rischio per la salute

8



Il cyberbullismo

10



Il benessere  
psicologico

12



Link utili

14



# L'adolescenza

*L'adolescenza rappresenta uno dei momenti di transizione all'interno del ciclo di vita, caratterizzato da percorsi che non sono obbligati e uguali per tutti, ma sono legati all'interazione tra l'individuo e il contesto in cui si trova a crescere. L'adolescenza non è una condizione di disagio e di sofferenza, ma un periodo che vede profondi cambiamenti legati ai compiti di sviluppo che l'adolescente si trova ad affrontare.*

*I compiti di sviluppo riguardano il conseguimento della maturazione sessuale, l'ampliamento degli interessi personali e sociali, la riorganizzazione del concetto di sé e la costruzione dell'identità.*

Internet e le tecnologie digitali hanno un ruolo importante nelle modalità di comunicazione, nelle relazioni, nella costruzione di opinioni e nelle scelte. I compiti di sviluppo dell'adolescenza devono quindi essere pensati anche all'interno di questo scenario di vita legato alle nuove tecnologie.

## Scuola, famiglia e righe storte

Leggere i numeri e i grafici di queste pagine non deve spaventare. C'è già tanto spavento in giro. Questi numeri non descrivono ragazzi sfortunati che hanno scritto righe storte. Troppo semplice pensare che questi numeri esprimano - solo - gli effetti di disagi familiari o di contesti socio-culturali deprivati. Non sono ragazzi marchiati quelli che "escono" dalle righe della ricerca. Sono piuttosto ragazzi che vivono in un contesto sociale difficilissimo.

Tutti i ragazzi di oggi nel nostro paese, quale che sia la condizione socio-economica-culturale, vivono una realtà sostanzialmente infelice. Una realtà in cui il mondo adulto è divenuto incapace di dare speranza. Perché il mondo adulto ha smarrito la speranza.

Noi mondo adulto soffriamo di due tendenze insane verso i nostri giovani. La prima tendenza è verso l'*adulthood*, cioè *adulthood* precocemente i ragazzi. Riempiendoli del superfluo e negandogli l'essenziale. Dando loro cose che non per loro sono, ma per noi.

La seconda tendenza è che noi adulti rischiamo - tutti - di essere *kidult*, adulti bambini, persone adulte che si comportano come adolescenti. Ecco l'utilità di queste pagine.

Numeri e tabelle servono per osservare gli effetti del nostro essere *kidult*. Ci dicono cosa esita dal non accompagnare, dal non guidare gli adolescenti. Dicono molto queste righe della nostra responsabilità personale.

Si dirà: ma i problemi sono più grandi di noi... Certo che lo sono. Il mondo è più grande di noi. Per questo serve insegnare ai giovani le giuste modalità di relazione, mostrando loro come noi ci relazioniamo con l'altro. Relazionalità, reciprocità, mutualità sono parole desuete nel lessico perché rare nella vita reale.

Scuola e famiglia insieme non possono fare altro di intelligente che sperimentare mutualità reciproche per sostenersi in un compito arduo ma bellissimo: aiutare a crescere chi guiderà il mondo dopo di noi. Fra non molto.

Stefano Versari

Vice Direttore Generale  
dell'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna

# La ricerca

## IL METODO DELLA RICERCA

### Obiettivo

Analizzare gli stili di vita online e offline degli adolescenti in Emilia-Romagna, prendendo in esame l'uso delle nuove tecnologie, i comportamenti a rischio per la salute, le nuove forme di aggressività online come il cyberbullismo, il benessere psicologico e il disagio vissuto dagli adolescenti.

Questa ricerca permette di integrare punti di vista diversi grazie alla collaborazione tra il Corecom Emilia-Romagna, il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Bologna e la Società Italiana di Pediatria.

### Partecipanti

■ Hanno partecipato alla ricerca circa 3000 adolescenti delle scuole secondarie della Regione Emilia-Romagna, con un campione rappresentativo che ha coinvolto tutte le province: Bologna, Forlì-Cesena, Ferrara, Modena, Piacenza, Parma, Ravenna, Reggio-Emilia, Rimini.

■ 1000 adolescenti frequentanti la seconda classe della scuola secondaria di primo grado.

■ 2000 adolescenti frequentanti la seconda classe della scuola secondaria di secondo grado, (licei, istituti tecnici e istituti professionali).

## Alcune caratteristiche del campione

**Genere:** 46% ragazze, 54% ragazzi.

**Cittadinanza:** 17% studenti stranieri.

**Composizione del nucleo familiare:** l'83% degli adolescenti dichiara di vivere con entrambi i genitori, l'11% con un genitore, il 5% con un genitore e il nuovo partner, l'1% risponde altro. Nel 73% il nucleo familiare è composto anche da fratelli/sorelle.

## Questionario

È stato somministrato online agli adolescenti un questionario anonimo durante le ore di scuola.

Il questionario online ha favorito l'interesse degli studenti, ha permesso di coinvolgere gli insegnanti, ha veicolato un messaggio di utilizzo positivo delle tecnologie nel mondo della scuola.

Le diverse sezioni sono state costruite adattando precedenti interviste e questionari già diffusi in ambito nazionale e internazionale.

## Analisi dei risultati

I risultati completi della ricerca e gli approfondimenti bibliografici sono disponibili online:

<http://www.assemblea.emr.it/corecom/attivita/pubblicazioni/stili-di-vita-online-e-offline-degli-adolescenti-in-emilia-romagna>

# L'uso dei media

Negli ultimi anni, accanto alla TV, i mezzi di comunicazione digitali sono entrati a far parte della vita quotidiana degli adolescenti in modo sempre più rilevante.

La ricerca ha indagato l'uso dei media da parte degli studenti, prendendo in considerazione la televisione, i cellulari e la navigazione in Internet attraverso computer, smartphone e tablet.

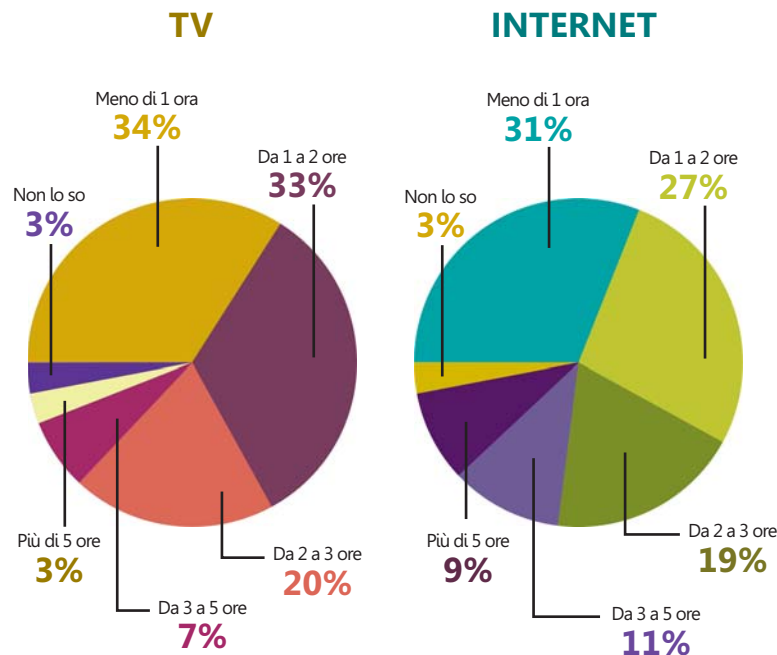
## Risultati

### Quali strumenti?

Quasi la totalità degli adolescenti (97-98%) possiede il televisore, il computer e un cellulare (tradizionale o smartphone), più di un quarto (29%) il tablet.

### Quanto tempo?

Tempo quotidiano che gli adolescenti dichiarano di trascorrere guardando la TV o navigando in rete:



### Quali attività?

- Circa l'80% degli adolescenti utilizza Internet per dialogare sui social network e per mandare e ricevere messaggi istantanei;
- Il 43% utilizza la rete per cercare notizie e informazioni su argomenti di scuola;
- Il 22% gestisce un proprio blog o sito web.

### Quali segnali di rischio?

- Il 38% degli adolescenti si annoia se per un giorno non può collegarsi a Internet;
- Il 17% nei giorni liberi trascorre tutto il tempo al computer.

Gli adolescenti fanno un uso ampio e intensivo dei media. Al tempo trascorso davanti al televisore si aggiunge quello dedicato ai cellulari, al computer, a Internet. L'abitudine a essere "connessi" per molte ore al giorno è favorita dalla possibilità di accedere a Internet da dispositivi portatili, come gli smartphone e i tablet.

Gli adolescenti navigano in rete principalmente da soli e se scelgono qualcuno si rivolgono soprattutto ad amici, mentre raramente condividono la navigazione con i loro genitori o altri membri della famiglia.

## Possibili rischi

■ **L'utilizzo prolungato dei media**, che abbina la fruizione della televisione al tempo trascorso online davanti al monitor, può essere legato all'aumento della sedentarietà e al calo delle ore di sonno.

■ **L'utilizzo eccessivo di Internet** può portare ad alcune forme di dipendenza psicologica.

■ **Pubblicando dati sensibili e personali**, si possono violare le norme relative alla privacy e si può pregiudicare la sicurezza propria e altrui. In particolare, la condivisione in rete di immagini e generalità di minori richiede per legge il consenso dei genitori.

■ **L'accesso a certi siti a un'età inferiore a quella consentita** aumenta i rischi di esposizione a contenuti inadatti e a interazioni problematiche o pericolose con persone conosciute online o offline.

## Considerazioni

■ **L'uso delle nuove tecnologie** permette agli adolescenti di soddisfare i propri bisogni sociali, comunicativi e relazionali, aprendo tuttavia la strada a possibili comportamenti a rischio. Nel passaggio alle scuole secondarie di secondo grado si rileva un aumento del tempo giornaliero passato sul web e un minor coinvolgimento di genitori e familiari.

■ **I ragazzi e le ragazze utilizzano i media con la stessa frequenza** con alcune preferenze nella scelta delle attività.

## Consigli...

### Comunicazione

Costruire un rapporto di fiducia e di dialogo con gli adolescenti, parlando di ciò che fanno in rete e dei comportamenti da mettere in atto nelle situazioni a rischio. Affrontare il tema della selezione e dell'attendibilità delle informazioni online, delle cautele da adottare nella condivisione di immagini e informazioni personali, delle conseguenze della pubblicazione di contenuti compromettenti o illegali.

### Responsabilità

Parlare delle condizioni d'uso che si accettano al momento dell'iscrizione a siti web, social network, applicazioni. Spiegare che esistono leggi a tutela della privacy e che i giovani a partire dai 14 anni sono legalmente responsabili delle loro azioni.

### Attenzione

Supportare gli adolescenti nel passaggio alle scuole secondarie di secondo grado, quando la navigazione si fa sempre più autonoma e aumentano le ore trascorse in rete. Proporre attività alternative per il tempo libero, per ridurre il tempo trascorso davanti al monitor.

# I comportamenti a rischio per la salute

*Sono definiti comportamenti a rischio quelle azioni e abitudini che mettono in pericolo sia a breve che a lungo termine la sfera fisica, psicologica e sociale dell'individuo.*

## Risultati

### Abuso di alcol e di droghe

- Circa la metà degli intervistati dichiara di avere bevuto birra (53%), vino (45%), superalcolici (36%), alcopops (41%) o bevande energizzanti (52%).
- Alcuni preadolescenti dichiarano di essersi ubriacati (2%); nelle scuole secondarie di secondo grado gli adolescenti che dichiarano di bere tanto da essere ubriachi rappresentano il 19% del campione.
- Il 10% degli adolescenti ha fatto uso di cannabis e, tra questi, il 2% è un consumatore abituale.
- Il 2% dichiara di aver fatto uso di altri tipi di droghe.

### Tabacco

- L'età della prima sigaretta si colloca nel passaggio tra la scuola secondaria di primo e secondo grado, intorno ai 14 anni.
- Nelle scuole secondarie di secondo grado, circa un adolescente su due ha fumato tabacco; i fumatori abituali rappresentano il 27% del campione.

### Diete

- Il 28% degli adolescenti ha seguito una dieta per dimagrire; la percentuale più elevata è tra le ragazze delle scuole secondarie di secondo grado (42%).
- Il 17% ha seguito una dieta per aumentare la massa muscolare; la percentuale più elevata è tra i ragazzi.

## Sessualità

- Il 31% degli adolescenti delle secondarie di secondo grado ha già avuto esperienze sessuali; il 6% nelle secondarie di primo grado.
- Il 13% degli intervistati dichiara di non essere sufficientemente informato sulla sessualità, mentre oltre il 40% si sente preparato sul tema.
- Le principali fonti di informazioni sulla sessualità sono gli amici, seguiti dai genitori, internet, gli insegnanti e la TV.
- L'8% del campione intervistato dichiara di aver avuto incontri erotici online (il 4% con sconosciuti).

I comportamenti a rischio per la salute possono coinvolgere diverse sfere delle abitudini degli adolescenti, legate all'alimentazione, all'uso di sostanze, alla sessualità. Spesso più comportamenti possono essere associati tra loro, aumentando i possibili effetti negativi sullo sviluppo dell'adolescente.

care disidratazione, alterazioni del ritmo cardiaco, tachicardia e palpitazioni.

■ **L'alcol** è uno dei più importanti fattori di rischio per la salute e rappresenta, insieme al fumo, una delle principali cause di mortalità.

■ **L'abuso di alcol** interferisce con il normale sviluppo cognitivo, emotivo e delle competenze sociali.

■ **L'uso di droghe** può determinare alterazioni e danni cerebrali, anche permanenti.

■ **Diete consigliate da amici o trovate su internet**, senza una valutazione di una reale necessità di un regime alimentare controllato e senza il controllo di un esperto, possono essere pericolose per la salute.

■ **Le esperienze sessuali precoci** possono essere vissute all'interno di relazioni affettive carenti ed espongono gli adolescenti poco informati al rischio di infezioni sessualmente trasmissibili e di gravidanze.

■ **L'uso di Internet** può favorire l'accesso a informazioni non attendibili e consentire nuovi comportamenti a rischio (incontri erotici online con sconosciuti).

## Considerazioni

■ L'incidenza dei comportamenti a rischio aumenta **nelle scuole secondarie di secondo grado**, passando da episodi isolati a comportamenti che possono diventare abituali.

■ La presenza di comportamenti a rischio coinvolge **il mondo delle ragazze e dei ragazzi**, con alcune differenze nelle azioni compiute.

■ **Internet è un'importante fonte di informazione per gli adolescenti**, che si aggiunge alle fonti tradizionali come gli amici, i genitori, i medici e gli insegnanti.

## Possibili rischi

■ **Il consumo combinato di bevande energizzanti e alcol** può causare il mascheramento dell'effetto depressivo dell'alcol e provo-

## Consigli...

### Dialogo

Mantenere un dialogo aperto con gli adolescenti sia in famiglia che a scuola, con particolare attenzione alle abitudini.

### Conoscenza

Agire preventivamente sensibilizzando gli adolescenti e parlando loro con chiarezza dei possibili effetti per la salute di alcuni comportamenti a rischio.

### Attenzione

Non trascurare i comportamenti d'allarme che possono essere osservati in famiglia e a scuola, come sbalzi di umore, atteggiamenti di forte conflittualità, cambiamenti importanti nelle abitudini e calo del rendimento scolastico.

# Il cyberbullismo

Il cyberbullismo è un insieme di comportamenti intenzionalmente aggressivi messi in atto da un individuo o da un gruppo attraverso mezzi di comunicazione elettronici e rivolti a una vittima che non riesce a difendersi.

Il cyberbullismo è un fenomeno di gruppo che coinvolge diversi attori: chi agisce le aggressioni, chi le subisce, chi resta a guardare senza intervenire o diffondendo il messaggio ad altre persone.

Il cyberbullismo non è sempre legato al mondo della scuola: le aggressioni possono essere agite in qualsiasi momento della giornata, con un numero di spettatori potenzialmente infinito.

## Risultati

Comportamenti di cyberbullismo dichiarati dagli adolescenti intervistati

Ti è mai accaduta / hai mai fatto una di queste cose negli ultimi sei mesi?

legenda: ■ chi subisce le aggressioni ■ chi agisce le aggressioni

Contenuti spiacevoli, offese o minacce su Internet, via e-mail e/o tramite sms. **30 %** (chi subisce) **20 %** (chi agisce)

Diffusione ad altri di pettegolezzi e offese usando Internet, e-mail o sms. **28 %** (chi subisce) **26 %** (chi agisce)

Ingresso illecito in un account e furto delle informazioni personali. **11 %** (chi subisce) **9 %** (chi agisce)

Creazione di un falso account fingendo di essere qualcun altro. **8 %** (chi subisce) **8 %** (chi agisce)

Pubblicazione online di foto o video imbarazzanti. **8 %** (chi subisce) **5 %** (chi agisce)

Esclusione da un social network o da una chat-room. **7 %** (chi subisce) **18 %** (chi agisce)

Attacchi e/o insulti in un gioco online. **18 %** (chi subisce) **16 %** (chi agisce)

Hai mai visto/sentito qualcuno tra i tuoi amici che ha subito uno o più di questi episodi negli ultimi sei mesi?

**43 %** risponde di sì.

Il cyberbullismo coinvolge un numero elevato di studenti e lo stesso adolescente può agire tutti i diversi ruoli, essendo in un caso l'aggressore, in un altro la vittima o lo spettatore.

I comportamenti più frequenti sono le offese e le minacce in rete, le maldicenze, gli attacchi durante giochi online, l'esclusione da social network. Spesso più comportamenti sono associati tra loro, aumentando il senso di impotenza di chi subisce le aggressioni.

## Considerazioni

La percentuale di adolescenti coinvolti in episodi di cyberbullismo cresce dalla **scuola secondaria di primo grado** alla **scuola secondaria di secondo grado**.

Il cyberbullismo è un fenomeno che riguarda sia le **ragazze** che i **ragazzi**, con alcune differenze nei comportamenti agiti/subiti.

La **comunicazione tra genitori e figli** sulle attività svolte in rete è poco diffusa e diminuisce dalla scuola secondaria di primo grado a quella di secondo grado.

## Possibili rischi

**CHI AGISCE LE AGGRESSIONI.** La mancanza di un'interazione faccia-a-faccia può portare l'aggressore a non percepire la sofferenza della vittima, con una conseguente intensificazione dei comportamenti aggressivi. Alcuni comportamenti di bullismo hanno conseguenze penali.

**CHI SUBISCE LE AGGRESSIONI.** Gli adolescenti che sono vittime di attacchi elettronici mostrano maggiori difficoltà a scuola, maggiori sintomi di depressione, ansia, minore autostima e un maggior senso di solitudine nei rapporti tra pari. In casi estremi si può arrivare anche al suicidio.

**CHI ASSISTE ALLE AGGRESSIONI.** Diffondere le aggressioni elettroniche o rimanere a guardare senza intervenire significa diventare responsabili aumentando il numero di possibili "spettatori" dell'aggressione. La diffusione di materiali espone a rischi legali.

a cura del Compartimento Polizia Postale delle Comunicazioni per l'Emilia-Romagna

**Alcuni comportamenti possono essere reati e prevedere pene pecuniarie e detentive.**

➤ **Diffamazione aggravata** (art. 595 c.p., co.3): pubblicazione di file audio-video lesivi della reputazione di qualcuno (forma aggravata dal mezzo di diffusione).

➤ **Trattamento illecito di dati** (D.lvo 196/2003 art. 167): diffusione di dati personali in assenza dell'autorizzazione dell'interessato/a al fine di trarne profitto o arrecare danno.

➤ **Ingiuria** (art. 594 c.p.): offesa all'onore e al decoro di una persona.

➤ **Minaccia** (art. 612 c.p.): minaccia ad altri di un danno ingiusto.

➤ **Accesso abusivo a sistema informatico** (art. 615-ter c.p., co.1): introduzione in un sistema protetto contro la volontà di chi ha il diritto di escluderlo.

➤ **Sostituzione di persona** (art. 494 c.p.): induzione in errore, sostituendo la propria all'altra persona, o attribuendo a sé o ad altri un falso nome, stato o qualità.

➤ **Estorsione** (art. 629 c.p.): costrizione a fare o omettere qualcosa mediante violenza o minaccia, procurando a sé o ad altri un ingiusto profitto con altrui danno.

## Consigli...

### Comunicazione

Per la prevenzione di episodi di cyberbullismo è importante, più del controllo o dell'imposizione di limiti, la capacità di mantenere un dialogo costante con i ragazzi e le ragazze sull'esperienza che vivono online.

### Consapevolezza

Informare gli adolescenti delle conseguenze, anche penali, delle loro azioni online, poiché la percezione (illusoria) dell'anonimato può favorire comportamenti contro la legge.

### Relazioni

Educare all'importanza delle relazioni, supportando gli adolescenti nella costruzione di rapporti positivi con i coetanei nel mondo reale e online.

### Aiuto

Dimostrarsi sempre disponibili verso l'adolescente che si rivolge a un adulto perché ha subito aggressioni elettroniche.

# Il benessere psicologico

Il benessere psicologico rappresenta l'idea positiva e soddisfacente che un adolescente possiede riguardo alla sua posizione nella vita e nel contesto culturale, ai suoi sistemi di valori e di credenze, alle sue aspettative, preoccupazioni, paure, alle sue performance. Il corrispettivo negativo del benessere psicologico, il disagio, è il risultato di una gestione problematica dei compiti evolutivi. Normalmente l'esperienza soggettiva del benessere convive quotidianamente con quella del malessere, in modo particolare nella fase adolescenziale.

## Prosocialità

Comportamenti e azioni che fanno del bene ad altre persone, senza che esista la previsione e la ricerca di una ricompensa.

- **Comportamenti prosociali:** 75% in norma; 12% valori bassi; 13% valori molto bassi.

## Problemi esternalizzanti

Comportamenti diretti verso gli altri e l'ambiente esterno, caratterizzati da una scarsa conformità alle richieste del contesto sociale, aggressività, distruttività, difficoltà attentive, impulsività, iperattività e azioni di tipo delinquenziale.

- **Problemi comportamentali:** 76% in norma; 11% basso rischio, 13% alto rischio.
- **Iperattività e disattenzione:** 77% in norma; 11% basso rischio, 12% alto rischio.
- **Rapporti problematici tra pari:** 79% in norma; 16% basso rischio; 5% alto rischio.

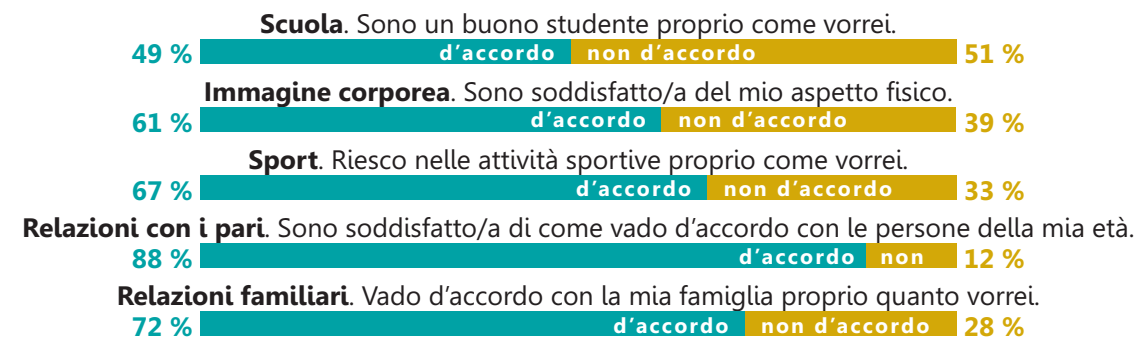
## Problemi internalizzanti

Problemi connessi ad ansia, paura, vergogna, bassa autostima, tristezza e depressione.

- **Sintomi emozionali e psicosomatici:** 83% in norma; 7% basso rischio; 10% alto rischio.

## Autostima

Auto-valutazione e apprezzamento di sé in contesti diversi.



Un'elevata percentuale di studenti mostra una buona percezione del proprio sé, delle relazioni familiari e dei rapporti con gli amici, evidenziando una risposta positiva ai compiti evolutivi dell'adolescenza. Tuttavia, accanto a questi percorsi positivi, alcuni studenti mostrano difficoltà nella relazione con la scuola e la famiglia che necessitano di una particolare attenzione.

## Considerazioni

La percezione del benessere psicologico decresce nel passaggio dalla scuola secondaria di primo grado alla scuola di secondo grado, con un aumento dei problemi esternalizzanti e internalizzanti e una diminuzione di comportamenti prosociali e dell'autostima, considerati invece come fattori di protezione rispetto a comportamenti a rischio.

Emergono alcune differenze in funzione del genere, con maggiori comportamenti internalizzanti per le ragazze ed esternalizzanti per i ragazzi.

## Possibili rischi

Fluttuazioni dell'umore sono una caratteristica dell'adolescenza e non rappresentano un indice di malessere psicologico. Tuttavia è necessaria una particolare attenzione se la tendenza all'umore negativo del ragazzo/a si accentua al punto da ostacolare la realizzazione delle attività quotidiane.

Alcuni comportamenti a rischio possono essere indicativi di maggiori difficoltà e antecedenti di comportamenti devianti (es. atti vandalici, risse, danneggiamenti di oggetti, ecc.).

Una percezione di bassa autostima in diversi ambiti da parte dell'adolescente può determinare problemi a lungo termine nel processo di formazione della propria identità.

## Consigli...

### Amicizie

Il supporto del gruppo dei pari è particolarmente importante in adolescenza; per questo è utile creare occasioni di socializzazione positiva e favorire il coinvolgimento degli adolescenti in attività quali il volontariato, i centri di aggregazione, ecc.

### Dialogo

Creare occasioni di dialogo con gli adolescenti per affrontare insieme la complessità delle sfide di sviluppo considerando il benessere e le eventuali difficoltà percepite in diversi ambiti di vita: la scuola, lo sport, le relazioni familiari, le relazioni con gli amici.

### Comunicazione scuola-famiglia

Favorire il dialogo tra scuola e famiglia, soprattutto se alcuni comportamenti destano preoccupazione. È importante, infatti, comprendere se il comportamento problematico è circoscritto a un contesto particolare o se invece si estende a diversi ambiti di vita dell'adolescente.

# Link utili

## ENTI E ISTITUZIONI

**Corecom Emilia-Romagna**  
[www.assemblea.emr.it/corecom](http://www.assemblea.emr.it/corecom)

Nella sezione "Pubblicazioni e ricerche" è possibile scaricare gratuitamente, in formato pdf, il testo completo della ricerca Stili di vita online degli adolescenti in Emilia-Romagna, così come tutti i volumi pubblicati nella collana I Quaderni del Corecom. Nella pagina dedicata all'educazione ai media si possono inoltre trovare informazioni sui progetti realizzati e su quelli in corso per favorire un uso consapevole e responsabile dei mezzi di comunicazione.

**Dipartimento di Psicologia – Università di Bologna**  
[www.psicologia.unibo.it](http://www.psicologia.unibo.it)

Il sito del Dipartimento di Psicologia insieme alle informazioni sull'organizzazione e la didattica, riporta le notizie sugli eventi, le pubblicazioni e i progetti realizzati. Il Dipartimento promuove inoltre Servizi Psicologici.

[www.psicologia.unibo.it/it/servizi-clinici/servizi-per-leta-evolutiva/](http://www.psicologia.unibo.it/it/servizi-clinici/servizi-per-leta-evolutiva/)

Il Servizio Psicologico di consultazione per Rischi e Ritardi evolutivi e problematiche educative e scolastiche (SERES) del Dipartimento di Psicologia si costituisce come centro specialistico rivolto a bambini, ragazzi, genitori e alle diverse agenzie educative.

**Dipartimento di Scienze dell'Educazione  
Università di Bologna**  
[www.edu.unibo.it](http://www.edu.unibo.it)

Il Dipartimento di Scienze dell'Educazione "Giovanni Maria Bertin" svolge ricerca scientifica e attività formative.

(<http://www.edu.unibo.it/it/ricerca/mela-media-education-e-learning-laboratorio>).

Il laboratorio MELA (Media Education e-learning Laboratory) è un laboratorio del Dipartimento di Scienze dell'educazione che lavora nell'ambito della media education, della formazione online e della comunicazione educativa.

**Polizia Postale e delle Comunicazioni**  
[www.poliziadistato.it/articolo/23393/](http://www.poliziadistato.it/articolo/23393/)

Oltre ai contatti dei Compartimenti di riferimento a livello locale, la pagina consente di richiedere informazioni o effettuare direttamente segnalazioni. Fornisce inoltre spiegazioni sulle attività di contrasto al cyberbullismo, alla pedopornografia e all'adescamento online, e consente di scaricare documenti destinati a ragazze/i e genitori per un utilizzo sicuro della rete.

**Società Italiana di Pediatria**  
<http://sip.it/>

Il sito della Società Italiana di Pediatria propone un'area interamente dedicata a informazioni, notizie e consigli utili per i

genitori; consente inoltre una navigazione tematica, con articoli dedicati ad esempio all'alimentazione, alle dipendenze, all'utilizzo di strumenti come TV, internet e videogame.

**Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna**  
[www.istruzioneer.it](http://www.istruzioneer.it)

Il sito dell'USR consente la navigazione e la ricerca di informazioni utili nell'ambito dell'insegnamento per tematiche: tra queste, una sezione è dedicata alle tecnologie, con articoli e decreti legati al Piano Nazionale Scuola Digitale e alle azioni LIM, CI@ssi 2.0, Scuol@ 2.0.

## INFORMAZIONI E RISORSE

**Bullying & Cyber**  
[www.bullyingandcyber.net](http://www.bullyingandcyber.net)

Informazioni e consigli utili per la prevenzione e il contrasto al cyberbullismo, rivolti a studenti, genitori, insegnanti. Il sito è a cura di un team composto da docenti e ricercatori in Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione, afferenti all'Università di Bologna.

**Corecom Ragazzi**  
[www.corecomragazziemiliaromagna.it](http://www.corecomragazziemiliaromagna.it)

Realizzato dal Corecom Emilia-Romagna in collaborazione col Centro Zaffiria, il sito contiene materiali prodotti all'interno di progetti di educazione ai media (il videogioco Hamelin 2.0, cartoni animati, video), oltre ad alcune pubblicazioni rivolte a genitori e insegnanti.

**Daphne III Funding Programme  
European Commission**  
<http://ec.europa.eu/justice/grants/programmes/daphne/>

Il Daphne III è un programma europeo che ha lo scopo di prevenire e combattere ogni forma di violenza, fornendo inoltre protezione e supporto alle vittime. Tra le attività promosse e finanziate dal progetto, sono comprese azioni e politiche rivolte a contrastare il bullismo nelle scuole.

**ENACSO (European NGO Alliance for Child  
Safety Online)**  
[www.enacso.eu](http://www.enacso.eu)

Una rete di ONG di differenti Paesi europei che si occupano della tutela dei/delle minori online, condividendo competenze e buone pratiche per promuovere azioni efficaci e al passo con lo sviluppo delle nuove tecnologie.

**EU Kids Online**  
[www.eukidsonline.net](http://www.eukidsonline.net)

Un network europeo che ha coinvolto 33 Paesi per la ricerca sull'utilizzo della rete da parte di ragazzi/e tra i 9 e 16 anni,

sulle attività svolte online, sulle opportunità e i possibili rischi del web. Il progetto è stato finanziato dal Safer Internet Programme della Commissione Europea.

**Handitecno**  
<http://handitecno.indire.it/>

Handitecno è il sito sviluppato da Indire (Istituto Nazionale di Documentazione per l'Innovazione e la Ricerca Educativa), in collaborazione con il MIUR (Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca), con l'obiettivo di valorizzare l'utilizzo delle nuove tecnologie per migliorare i processi di apprendimento e di inclusione a scuola di ragazzi/e con disabilità.

**Ins@fe**  
[www.saferinternet.org](http://www.saferinternet.org)

Ins@fe è una rete europea di centri che promuovono l'uso sicuro di internet e dei dispositivi mobili tra i giovani, sviluppando progetti e azioni in sinergia tra i diversi Paesi. Nel sito si trovano approfondimenti su diverse tematiche (cyberbullismo, sexting, gioco online, ecc.) in apposite sezioni per ragazzi/e, genitori, insegnanti, educatori/trici. Dal 2004 la rete Ins@fe promuove ogni anno a febbraio il Safer Internet Day (SID).

**Istituzione Gian Franco Minguzzi  
Provincia di Bologna**  
[www.minguzzi.provincia.bologna.it](http://www.minguzzi.provincia.bologna.it)

Il sito contiene informazioni sulle attività, le iniziative, i progetti dell'Istituzione G.F. Minguzzi; tra gli ambiti di intervento, la promozione del benessere nei contesti a rischio, la creazione di reti di servizi e organizzazioni sociali, la costruzione di percorsi formativi e di ricerca.

**Medi@tando – Centro Zaffiria**  
<http://www.zaffiria.it/meditando-2/>

Medi@tando è il convegno nazionale sulla media education, giunto nel 2013 alla sua quinta edizione, promosso dal Centro permanente per l'educazione ai mass media Zaffiria. L'evento si propone come punto di incontro di ricercatori/trici, operatori/trici socio-sanitari/e, educatori/trici, insegnanti che lavorano e fanno ricerca in diversi contesti. Sul sito i materiali di tutte le edizioni.

**Net Children Go Mobile**  
[www.netchildrengomobile.eu](http://www.netchildrengomobile.eu)

Progetto di ricerca sull'accesso, l'utilizzo, i rischi, le opportunità di internet attraverso dispositivi mobili da parte di ragazze/i di diversi Paesi europei, tra i quali l'Italia.

**PEGI – Pan European Game Information**  
[www.pegi.info](http://www.pegi.info)  
[www.pegionline.eu](http://www.pegionline.eu)

Il sistema europeo PEGI fornisce ai genitori e a chi si occupa di minori informazioni sui videogiochi, sotto forma di etichette di classificazione in base all'età e a descrittori di contenuto. PEGI Online è un supplemento al sistema che mira a fornire una migliore protezione dei/delle minori da contenuti non adatti e a sensibilizzare i genitori su come garantire la sicurezza nell'ambiente di gioco online.

**Piano Scuola Digitale (MIUR)**  
[http://hubmiur.pubblica.istruzione.it/web/istruzione/piano\\_scuola\\_digitale](http://hubmiur.pubblica.istruzione.it/web/istruzione/piano_scuola_digitale)

Promosso dalla Direzione Generale per gli Studi, la Statistica e i Sistemi Informativi, il Piano Scuola Digitale, attraverso diverse azioni (Editoria Digitale Scolastica, Classi 2.0, ecc.), favorisce l'integrazione delle tecnologie nella didattica, trasformando gli ambienti di apprendimento.

**Save the Children – Italia**  
[www.savethechildren.it/italia/nuove\\_tecnologie.html](http://www.savethechildren.it/italia/nuove_tecnologie.html)

I progetti e le iniziative di Save the Children, cofinanziati dall'Unione Europea, per promuovere la tutela dei diritti dei più giovani in rete, con particolare attenzione al contrasto degli abusi sessuali online.

**Sicurinrete**  
[www.sicurinrete.it](http://www.sicurinrete.it)

Cofinanziato dalla Commissione Europea, il Centro Giovani Online nasce nel 2004 dalla collaborazione tra Adiconsum e Save the Children, per promuovere un uso responsabile e consapevole dei nuovi media da parte dei minori. Si rivolge a giovani, genitori e insegnanti, fornendo informazioni, consigli e una helpline per supportare chi sta vivendo un problema in rete.

**Smonta il bullo  
Campagna nazionale contro il bullismo**  
[www.smontailbullo.it](http://www.smontailbullo.it)

Campagna nazionale contro il bullismo promossa dal MIUR. Sul sito è possibile trovare approfondimenti sul tema e scaricare i materiali della campagna. Sono indicati inoltre il numero verde e l'indirizzo email dello Sportello nazionale, insieme ai riferimenti degli Osservatori istituiti presso ciascun Ufficio Scolastico regionale.

**Sostanziale.it**  
[www.sostanziale.it](http://www.sostanziale.it)

Progetto della Provincia di Bologna che fornisce una mappa dei servizi che offrono consulenza e aiuto sul tema dell'uso e dell'abuso di sostanze psicoattive, consentendo la ricerca per Comune e tipo di servizio. Nel sito si possono trovare inoltre schede informative sulle diverse sostanze e sulle conseguenze del consumo.

**Telefono Azzurro**  
[www.azzurro.it](http://www.azzurro.it)

Il sito del Telefono Azzurro, associazione che promuove i diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, nella sezione "Informazioni e consigli" propone approfondimenti su temi come le dipendenze, il rapporto con i media, il cyberbullismo, il sexting, l'adescamento online.







ALMA MATER STUDIORUM  
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA  
DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA

## Corecom Emilia-Romagna

Viale Aldo Moro 44  
40127 BOLOGNA  
tel. 051 5276377  
corecom@regione.emilia-romagna.it  
<http://www.assemblea.emr.it/corecom>

**Codice ISSN 2240-743X**

