

# SMARTPHONE: MENO E MEGLIO



Un progetto di EDUWAY SRLS IMPRESA SOCIALE  
Finanziato da Fondazione Monte di Lombardia

## Abstract di progetto

L'uso dello smartphone è diventato una parte integrante della vita quotidiana dei giovani. Tuttavia, l'uso eccessivo e poco consapevole può avere conseguenze negative sullo sviluppo sociale e cognitivo. Il progetto "Smartphone: Meno e Meglio" mira a promuovere un uso più equilibrato e consapevole dello smartphone tra i pre-adolescenti, coinvolgendo famiglie e scuole in un percorso educativo mirato.

---

## Chi siamo

Eduway è un'impresa sociale fondata nel 2021, nata dalla convinzione che l'educazione sia uno strumento fondamentale per il benessere delle persone e della comunità. Eduway progetta, realizza e divulga percorsi educativi in collaborazione con scuole, enti del Terzo Settore e amministrazioni pubbliche, utilizzando metodologie attive e partecipative.

---

## Obiettivi specifici

- Ridurre il tempo trascorso al telefono dagli adolescenti.
  - Migliorare la qualità delle interazioni sociali offline.
  - Sensibilizzare genitori e insegnanti sull'importanza di un uso consapevole.
  - Promuovere la salute digitale nelle scuole.
- 

## Azioni previste

Il progetto "Smartphone: meno e meglio" si articola in una serie di azioni integrate che mirano a promuovere, in modo concreto e partecipativo, un uso più consapevole e responsabile dello smartphone tra preadolescenti e famiglie.

### Attività 1. Percorsi formativi nelle classi

Saranno realizzati percorsi curriculari di 6 ore ciascuno, in 18 classi delle scuole secondarie di primo grado degli Istituti Comprensivi Crema 3, "P. Sentati" di Castelleone e "Primo Levi" di Sergnano. Gli incontri saranno condotti da pedagogisti ed educatori socio-pedagogici con metodologie didattiche attive, come lavori di gruppo, discussioni guidate,

brainstorming, attività laboratoriali e strumenti multimediali. I moduli formativi affronteranno i seguenti temi:

- Funzionamento del cervello e i meccanismi di gratificazione legati all'uso dello smartphone;
- Impatto dell'uso eccessivo del dispositivo sulle relazioni, rendimento scolastico, sonno;
- Dinamiche di esclusione sociale dai gruppi dei pari;
- Capacità di riconoscere segnali di dipendenza.

I percorsi saranno strutturati per rispondere a tre obiettivi fondamentali:

- Informare i ragazzi e le ragazze sui rischi legati a un uso eccessivo dello smartphone, sia sul piano della salute psicofisica sia su quello relazionale e scolastico, condividendo dati e analisi aggiornati anche a livello locale e regionale.
- Offrire strategie concrete per imparare a utilizzare lo smartphone meno e meglio, aiutando gli studenti a sviluppare capacità di autoregolazione, a riconoscere i propri comportamenti digitali e a gestire in modo più equilibrato il tempo online.
- Ascoltare i ragazzi e le ragazze, raccogliendo i loro vissuti, dubbi, idee ed esperienze dirette, perché possano sentirsi protagonisti e non semplicemente destinatari dell'intervento educativo. L'approccio è fortemente relazionale: crediamo che il cambiamento passi attraverso il dialogo autentico, la fiducia e la possibilità di esprimersi senza giudizio.

## **Attività 2. Incontri online per genitori**

Parallelamente agli interventi in classe, saranno organizzati tre incontri online, ciascuno della durata di un'ora, dedicati ai genitori degli alunni coinvolti. Anche in questi appuntamenti si utilizzerà un metodo interattivo e partecipativo, basato sulla condivisione di dati concreti, analisi di casi reali e momenti di confronto aperto. L'obiettivo è duplice: informare le famiglie sui rischi connessi all'abuso degli strumenti digitali e offrire strumenti pratici per stabilire regole condivise, sostenere il dialogo in casa e favorire il benessere relazionale.

## **Attività 3. Incontri intergenerazionali genitori-figli**

A completamento del progetto, è previsto un incontro intergenerazionale in ciascun Comune coinvolto (Crema, Castelleone, Sergnano). Questi appuntamenti saranno momenti di grande valore educativo, in cui genitori e figli, insieme, potranno confrontarsi sui propri stili di utilizzo dello smartphone, sperimentare giochi di ruolo, attività laboratoriali e discussioni facilitate. Si tratta di spazi pensati per creare alleanza educativa, ridurre conflitti sul tema dell'uso del digitale e promuovere un clima familiare più sereno e collaborativo.

---

## **Beneficiari**

Il progetto coinvolgerà direttamente circa 280 studenti (fascia 11-14 anni), frequentanti le scuole secondarie di I grado nei tre Istituti Comprensivi (Crema 3, Castelleone e Sergnano), e 100 adulti, tra genitori e figure educative.

- Alunni: tutti gli studenti delle 18 classi partecipanti beneficeranno di un percorso formativo strutturato, con momenti di informazione, ascolto e sviluppo di competenze di autoregolazione digitale.
- Genitori e adulti educatori: con tre incontri online e tre incontri intergenerazionali in presenza, un totale di circa 100 adulti avrà modo di acquisire strumenti pratici per accompagnare i figli in un uso consapevole dello smartphone, condividere regole e rafforzare il dialogo familiare.

L'intervento favorirà un impatto anche su beneficiari indiretti, quali fratelli e sorelle più piccoli, docenti e intera comunità scolastica, che trarranno vantaggio da ambienti più consapevoli, relazioni familiari migliori e un clima educativo più collaborativo.