

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 divulgaa 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 Serignano. 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.