



Venerdì 9 aprile 2021

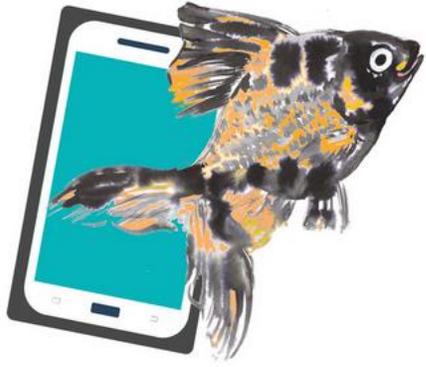
NON CADERE NELLA RETE
DIVENTA UN PESCE INTELLIGENTE

Dr.sa Barbara Rabù

Dr.sa Lucia Barolo



Venerdì 9 aprile 2021



NON CADERE NELLA RETE DIVENTA UN PESCE INTELLIGENTE

Evento promosso dal Comune di Trofarello

A cura di Cooperativa Cittattiva

In collaborazione con: I.C. Trofarello, Comitato Genitori Trofarello (CGT)
e Oratorio Don Bosco Trofarello





LO SVILUPPO DELLE FUNZIONE ESECUTIVE

Lo sviluppo delle FE copre l'infanzia e potenzialmente l'intero arco di vita ed è legato ai cambiamenti a carico delle strutture cerebrali e sottocorticali che si suppone fungano da substrato neuronale di tali abilità.

Le traiettorie evolutive delle FE sono oggetto di numerosi studi e ricerche.

Vi è sostanziale accordo in merito alla loro natura gerarchica: le prime abilità a comparire sarebbero quelle fondamentali (ad es. Controllo esecutivo e working memory) seguita da quelle più complesse e multifattoriali (Senn et. Al., 2004; Smidts et al., 2001)





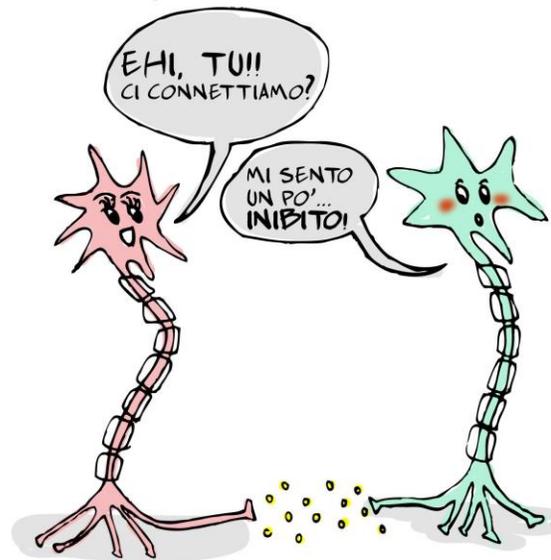
Manca consenso tra gli studiosi in merito alla stadialità o linearità dello sviluppo dei singoli domini esecutivi.

Miyake e colleghi (2000) hanno individuato tre componenti principali come possibile core delle FE più complesse: l'inibizione, la memoria di lavoro e la flessibilità.

Inibizione

capacità di controllare l'interferenza di stimoli irrilevanti rispetto al compito per raggiungere un modo funzionale l'obiettivo preposto.

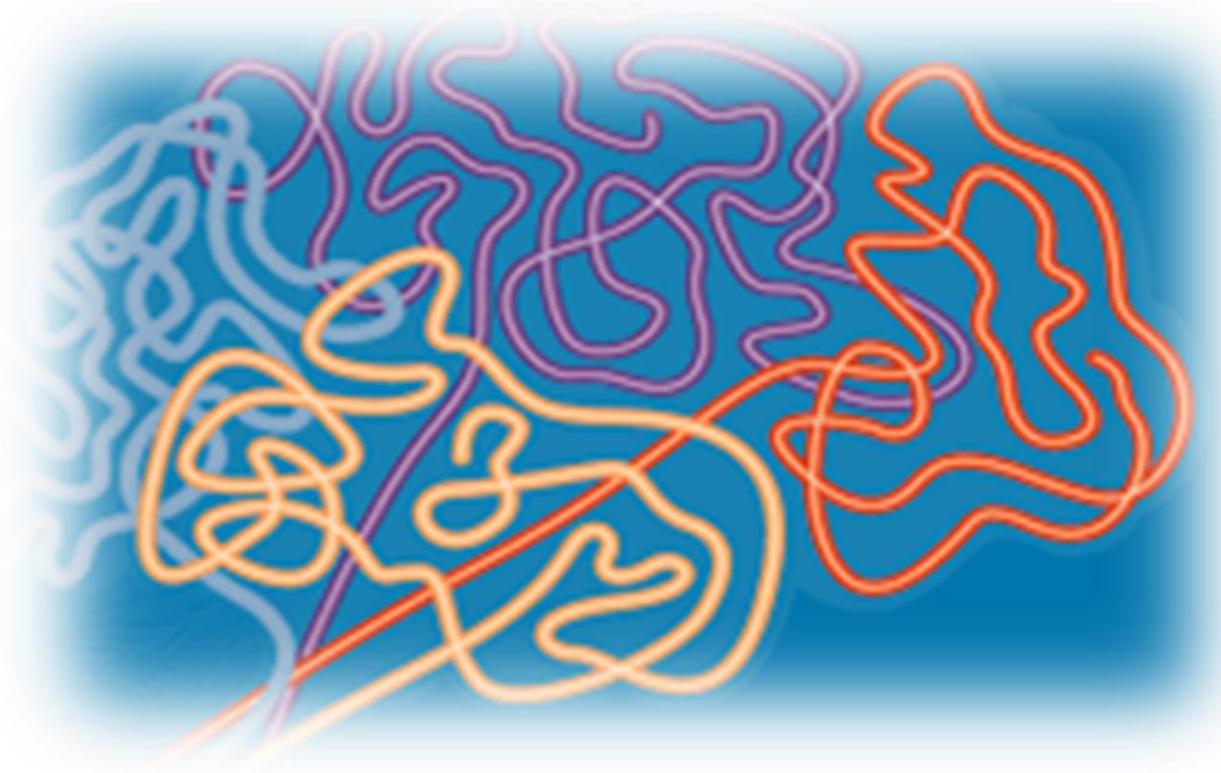
L'AMORE AI TEMPI DEL GABA...



Memoria di lavoro

coinvolge il mantenimento di informazioni in mente e la capacità di processare lavorare e manipolare le stesse

Inibizione e WM risultano strettamente connesse tra di loro





Flessibilità

Capacità di cambiare prospettiva, di essere flessibile e adattarsi in base ai cambiamenti che si verificano nell'ambiente circostante e che ci consentono di cambiare schema comportamentale a seguito di un feedback esterno



Le FE nel periodo NEONATALE

I primi 2 anni di vita non sono associati ad abilità riconducibili al dominio delle FE, ma vengono invece descritti facendo riferimento ai significativi e maggiormente evidenti cambiamenti a carico delle competenze linguistiche e motorie.





	Età	Capacità
Consapevolezza dello stato mentale altrui	12 settimane	memoria, ricordo della struttura dell'obiettivo
	6 mesi	differenziazione tra oggetti animati e inanimati
	12 mesi	capacità di condividere un oggetto

	Età	Capacità
Comprensione delle emozioni, intenzioni, desideri e delle loro relazioni con il raggiungimento di obiettivi	14 – 18 mesi	capacità di seguire lo sguardo di un'altra persona verso un oggetto
	24 mesi	difficoltà nel regolare le emozioni, posticipare ricompense/gratificazioni

Le FE nel periodo PRESCOLARE

Uno dei tratti salienti di questo periodo è la curiosità verso il mondo fisico e sociale che lo circonda, curiosità che risulta essere supportata dallo sviluppo di una serie di abilità cognitive



	Età	Capacità
Funzioni esecutive Cool	3 – 4 anni	Significativo sviluppo della capacità di generare concetti
	3 – 5 anni	Aumento delle competenze inibitorie
	4 – 5 anni	Comparsa del controllo attentivo
	4 – 5 anni	Miglioramento della flessibilità cognitiva e della capacità di formulare strategie
	5 anni	Incremento dell'abilità di Memoria di Lavoro e di conservare e di manipolare informazioni on line
	3- 5 anni	Comportamenti finalizzati agli obiettivi e capacità di pianificare



	Età	Capacità
Funzioni esecutive Hot	3 – 5 anni	Miglioramento della capacità di prendere delle decisioni in situazioni in cui entrano in gioco punizioni e gratificazioni
	3 – 5 anni	Modifiche a carico della teoria della mente
	5 anni	Capacità di formulare delle ipotesi in merito alle credenze altrui e di gestire le false credenze che si caratterizzano
	6 anni	il raggiungimento di una forma analoga a quella adulta
	7 anni	Capacità di concepire l'esistenza di stati mentali conflittuali

Le FE nel periodo SCOLARE

Con la preadolescenza alcune abilità esecutive raggiungono la maturità e i livelli di performance in prove volte alla loro valutazione risultano essere sovrapponibili a quelli degli adulti



	Età	Capacità
Funzioni esecutive Cool	8 – 10 anni	Raggiungimento della flessibilità cognitiva a livello degli adulti
	8 – 11 anni	Miglioramento del controllo inibitorio, nella vigilanza e nell'attenzione sostenuta; miglioramento nelle performance che coniugano inibizione e memoria di lavoro
	9 – 12 anni	Sviluppo della Memoria di lavoro in termini di efficienza e una sua maggiore capacità di resistere alle interferenze interne ed esterne
	12 anni	Potenziamento delle abilità di pianificazione
	12 anni	Miglioramento nella capacità di mettere in atto un comportamento finalizzato ad un obiettivo e modulato in base a dei rimandi esterni

	Capacità
Funzioni esecutive Hot	vi è un limitazione in questo periodo
	Si osserva una maturazione ed un perfezionamento delle capacità di comprendere emozioni, intenzioni, credenze e desideri
	Miglioramento in alcuni componenti della Teoria della mente quali la capacità di comprendere gli inganni sociali e di decifrare le metafore





Le FE in ADOLESCENZA

I cambiamenti sul versante cognitivo ed esecutivo che hanno luogo in questa fase di vita forniscono all'adolescente strumenti per far fronte alle nuove e crescenti richieste davanti alle quali viene posto dall'ambiente fisico e sociale

Si sperimenta un crescente senso di indipendenza, di responsabilità e di consapevolezza sociale.

	Età	Capacità
Funzioni esecutive Cool	15 anni	Miglioramento nel controllo attenzione e nella velocità di processamento
	15 anni	Raggiungimento di livelli maturi nel dominio inibitorio
	16 – 19 anni	Progresso nella memoria di Lavoro e nella pianificazione strategica e nel problem solving

Capacità	
Funzioni esecutive Hot	Miglioramenti nella presa di decisioni in presenza di ricompense e perdite



Le FE in ETA' ADULTA e nell'ANZIANO

È opinione diffusa e condivisa che le persone in età adulta dispongano di tutte le competenze cognitive che consentono loro di rispondere in modo consono alle richieste della vita quotidiana



	Età	Capacità
Funzioni esecutive e Cool	20- 29 anni	Raggiungimento di un livello superiore nella Memoria di lavoro, pianificazione strategica, problem solving e capacità di mettere in atto comportamenti finalizzati
	30 – 49 anni	Riduzione delle competenze di immagazzinamento e sequenziazione temporale delle informazioni
	53 – 64 anni	Peggioramento nella generazione di concetti, nell'organizzazione, nella pianificazione e nelle abilità di shifting attenzionale
	64 anni	Povere capacità di pianificazione strategica ed un progressiva compromissione delle competenze mnesiche

	Età	Capacità
Funzioni esecutive Hot	65 – 75 anni	Cadute nelle prove che chiamano in causa un processi decisionale in presenza di ricompense e punizioni
	Oltre i 75 anni	Deficit della teoria della mente



In **età evolutiva** è possibile osservare un parallelo sviluppo tra Fe e TdM

Ipotesi 1

Esistenza di relazione statisticamente significative tra performance in prove volte a mappare la TdM e misure di flessibilità cognitiva (Perner et al. 2002) e inibizione (Carlson et al., 2004), Legame del potere predittivo delle performance esecutive sulle competenze riconducibili alla TdM (Hughes, 1998)

Ipotesi 2

Condivisione di alcune aree cerebrali, nello specifico sulle aree prefrontali (Gallagher & Frith, 2003, Siegal & Varley 2002, Frith et al., 1999)



Ipotesi 3

Danni a carico dei 2 domini esistono in determinati quadri clinici quali autismo (Hughes & Russell, 1993; Ozonoff et al. 1991), la schizofrenia ed i disturbi del comportamento – con particolare riferimento all'ADHD.

Adhd → correlazioni significative tra competenze esecutive e TdM autismo (Hughes, 1998)

Schizofrenia → compromissione della TdM e sul versante esecutivo (Pickup e coll 2008)

Autismo → legami tra TdM e inibizione e MdL (Joseph 2004)

Relazione tra il dominio delle FE e della TdM

1

Lo sviluppo delle FE come condizione per lo sviluppo della Tdm

(Ozonoff et al., 1991 Frey, 2000; ozonoff, 1997 Carlson et al.,1998; Perner et al., 2000)

2

Riduzione della TdM al dominio esecutivo

(Frey e collaboratori 1995)

3

La TdM come prerequisito per un consono funzionamento esecutivo

(Carruthers et al., 1996; Perner & Lang 2000)

4

La relazione tra TdM e FE può essere imputabile ad un terzo processo

(Frey e collaboratori 1995, Carlson et al., 2004))



ALCUNI DATI

- ❖ 9 adolescenti su 10 navigano senza controllo dei genitori, il 41% anche oltre le 23
- ❖ Su 10 adolescenti ben 7 sono già registrati a un social network prima **di compiere 14 anni**

Safer internet Day, promosso dall'UE febbraio 2021 e Social Warning, Movimento Etico Digitale



ALCUNI DATI



Tra i 7 ai 11 anni:

- ✓ 33% comunica tramite chat con i propri amici
- ✓ 24% partecipa a giochi di ruolo sul web
- ✓ 56% videogiochi
- ✓ 49% scarica musica, video e film
- ✓ 22% legge blog
- ✓ 45% cerca materiale per lo studio
- ✓ 78% guarda abitualmente video su Youtube

Dai 12 ai 19 anni:

- ✓ 13,2 % ha diffuso false notizie sui coetanei

- ✓ 11% stato minacciato infastidito

Le persone minacciate o infastidite sono il 7,7% e dichiarano che:

- ✓ 45% non ha risposto;
- ✓ 13% ha evitato la chat;
- ✓ 39 ha invitato a non disturbare;
- ✓ 3% ha chiesto aiuto ad un adulto

PANDEMIA E CONNESSIONE



Alcuni risultati pubblicati sulla rivista Child Development:

Il WEB è utile per:

- ✓ **Imparare**
- ✓ **Sperimentare, esplorare**
- ✓ **Giocare, comunicare**

Uso eccessivo:

- ✓ **Cercare il senso di appartenenza**
- ✓ **Dove i genitori sono percepiti distanti**
- ✓ **Calo del rendimento scolastico, alterazione del sonno, compromette il benessere psicologico**



ALCUNI DATI



Dall'indagine "*Adolescenti e stili di vita*", realizzata da **Laboratorio Adolescenza e Istituto di Ricerca Iard**,

- ✓ Solo il 6,8% dei ragazzi intervistati afferma di dormire almeno 9 ore per notte, quantità di sonno adatta alla loro età
- ✓ il 20% dorme addirittura meno di 7 ore
- ✓ Molti di loro sostengono inoltre di avere **problemi ad addormentarsi** e al 66% (72,3% delle ragazze) capita di **svegliarsi durante la notte** e di **non riuscire più a riprendere sonno**.

E il telefono, con il mondo social, sono immancabili compagni di insonnia degli adolescenti. Il circolo è vizioso, perché cosa fa un adolescente quando non riesce ad addormentarsi? Il 44% di loro naviga su internet o utilizza i social; solo il 10% legge un libro.

IL WEB COME RISORSA

Per alimentare creatività e condivisione

COME?

- ✓ Interagire con testi immagini e video in modo attivo
- ✓ Cultura della condivisione
- ✓ Dare un contributo nel creare e condividere qualcosa di proprio



Piacere, sono il WEB!



- ✓ Ho una memoria infinita
- ✓ Prendo tutto e ...non restituisco niente
- ✓ Sono costruito e programmato per agganciare la tua attenzione giorno dopo giorno
- ✓ Con me se vuoi puoi essere anonimo

COMPORAMENTI RISCHIOSI

- ✓ Approdare su terreni insidiosi
- ✓ Socializzare in modo apparente
- ✓ Legittimare comportamenti distruttivi e autodistruttivi incorrendo nell'equivoco che se è un comportamento è diffuso allora è accettabile
- ✓ Sostituire il virtuale all'esperienza diretta



IL WEB COME STRUMENTO



- ✓ Con la nostra guida consapevole può aiutare i ragazzi a:
- ✓ Pianificare obiettivi/organizzare il pensiero
- ✓ Gestire le emozioni in funzione di un obiettivo importante, desiderato
- ✓ Definire priorità
- ✓ Comprendere emozioni e punti di vista propri e altrui
- ✓ Conoscere e valutare per scegliere ciò che è importante

COME ESSERE GUIDA?

RICONOSCERE	PREVENIRE	ACCOMPAGNARE
CONSAPEVOLEZZA	ASCOLTO ATTIVO	DIALOGO
Conoscere Osservare Valori	Sensibilità NON giudizio Essere modello/guida	Essere congruenti Scegliere le parole giuste Magnetismo



TU, COSA PUOI FARE?

- ✓ Tieniti aggiornato
- ✓ Accogli e ascolta
- ✓ Insinua dubbi sulle sue certezze SENZA giudicarlo
- ✓ Proponi più punti di vista
- ✓ Incoraggia soluzioni SENZA sostituirti
- ✓ Mostra possibilità diverse ed invita alla scelta



TIENITI AGGIORNATO

E' IMPORTANTE SAPER UTILIZZARE GLI STRUMENTI

- ✓ Conoscere le regole della navigazione
- ✓ Stabilire le regole di utilizzo
- ✓ Offrire un codice di comportamento



<https://www.generazioniconnesse.it>

<https://www.saferinternetday.org/resources>

DOMANDE CHE GUIDANO

Rendi autonomo nella navigazione tuo figlio, aiutalo a sviluppare un pensiero critico:

- ✓ COSA E' DAVVERO IMPORTANTE PER TE?
- ✓ COSA VALE LA PENA DI CONDIVIDERE CON GLI ALTRI?
- ✓ COME LA RETE PUO' AIUTARTI A CAPIRE MEGLIO CIO' CHE VUOI?
- ✓ LA RETE PUO' POTENZIARE LE TUE CAPACITA'. COME?



FARE RETE

**USA IL WEB PER CREARE UNA COMUNITA' EDUCANTE
DIVENTIAMO MOLTIPLICATORI DI CONSAPECOLEZZA,
FACCIAMO SQUADRA CON ALTRI GENITORI**



FARE RETE



I NOSTRI RIFERIMENTI

barolo.lucia@ictrofarello.eu

rabu.barbara@ictrofarello.eu



NON CADERE NELLA RETE DIVENTA UN PESCE INTELLIGENTE

Si ringrazia

Comune di Trofarello

Cooperativa Cittattiva

I.I.C. Trofarello, Comitato

Genitori Trofarello (CGT)

Oratorio Don Bosco Trofarello