



di **Alice Donati**  
insegna  
matematica e  
fisica in un liceo  
scientifico  
di frontiera.

“**PRENDERSI CURA** è la parola chiave del lavoro del futuro. Spiega cosa vuol dire, come farlo con i colleghi e perché **Riccarda Zezza**, fondatrice di Lifeed, nel libro **Cura** (Franco Angeli).

L'ESPERTA DI DIDATTICA

## Superiori smartphone free. Dai, **PROVIAMOCI!**

**PER TUTTO IL MESE DI MARZO** dello scorso anno i miei alunni di prima sono stati obbligati a passare la ricreazione in aula e senza poter usare il cellulare. Al mio primo turno di sorveglianza, con mia grande sorpresa, li ho trovati a ridere e scherzare, i soliti gruppetti si erano mischiati, c'era chi giocava a scacchi, chi a carte, chi faceva l'uncinetto. Era stata una classe fredda e diffidente, in cui le relazioni tra pari non erano mai state serene. Nel mese di marzo era cambiato tutto, come una piantina privata per giorni del sostentamento a cui viene data l'acqua. Ma, finito il tempo del "castigo", tutto è tornato come prima: le spine e i colori spenti nei loro occhi. Ogni classe è un microcosmo, ma tutti i ragazzi che arrivano alle superiori in tutte le scuole del mondo industrializzato hanno subito, in varia misura, quattro danni fondamentali: la privazione sociale, la privazione del sonno, la frammentazione dell'attenzione e l'esposizione al rischio di sviluppare una dipendenza. Si spiega soprattutto così l'impennata del disagio psicologico negli adolescenti e nei giovani adulti registrata dai sistemi sanitari di mezzo mondo a partire dal 2010 e cioè da quando gli smartphone sono finiti in massa nelle mani di bambini e preadolescenti. Anche noi adulti siamo stati cambiati dagli smartphone e ne vediamo ovunque gli effetti: sui mezzi non leggiamo più libri e riviste, al lavoro ci distrae qualsiasi bagliore che provenga dal nostro telefono, a tavola le conversazioni tra commensali sono diventate intermittenti. Per i ragazzi c'è di più: un uso estensivo dello smartphone negli anni cruciali per lo sviluppo neurale, come sono quelli tra i 9 e i 15, modifica le strutture stesse del cervello. Queste non sono opinioni: negarlo è come negare il cambiamento climatico. Per questo come società siamo chiamati a intervenire, a sostegno dell'immane sforzo che possono tentare le famiglie privatamente nel contrastare la fortissima pressione sociale subita dai figli. Ci prova la scuola, con il divieto dell'anno scorso di usare gli smartphone, anche a scopo didattico, alla primaria e alle medie inferiori, esteso dal ministero dell'Istruzione proprio in questi giorni anche alle superiori. È la scelta giusta? I nostri studenti, che non hanno visto com'era prima, vivranno in un mondo a misura di smartphone e quindi è importante che imparino a governare lo strumento. È il principale argomento di chi sostiene che vietarne l'uso a scuola sia controproducente e che sarebbe meglio educare ad autoregolarsi piuttosto che forzare a un'astensione anacronistica. D'altra parte, sperimentare un tempo senza smartphone, connessi alla realtà e alle persone invece che alla rete, potrebbe educare più di mille parole. Un grammo di prevenzione vale un chilo di cura, disse il politico e fisico Benjamin Franklin. Proviamoci. © RIPRODUZIONE RISERVATA

### CHIEDI UN CONSIGLIO AI NOSTRI ESPERTI:

scrivi a [gliesperti@donnamoderna.com](mailto:gliesperti@donnamoderna.com). Con l'invio del tuo contributo dichiari di accettare le condizioni del servizio consultabili a pag. 108.

## Sempre più donne in ambiti maschili

Aumentano le donne in ambiti considerati maschili. Un'indagine dell'Osservatorio di Orienta mostra nel settore della produzione un incremento del 20% circa di candidature femminili, soprattutto nelle mansioni riferite a logistica, assemblaggio e montaggio. Nella professione di ingegnere civile, meccanica ed elettronica, ritenute storicamente e numericamente lavori al maschile, inoltre, è in atto una vera e propria inversione di rotta. «La crescente presenza femminile in ambiti lavorativi storicamente considerati prerogativa maschile, segnala una profonda trasformazione culturale del mercato del lavoro, che riflette un cambiamento in corso nell'intera società» spiega Valeria Giaccari, consigliere delegato Orienta. «Certo, la strada da percorrere è ancora lunga, penso per esempio alle professioni STEM in cui la presenza femminile va incoraggiata, ma il percorso è ormai segnato». M.D.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

003600