

Analisi di efficaci risposte educative per la prevenzione delle sfide online pericolose

Questo rapporto sulle sfide pericolose è stato redatto dalla dottoressa Zoe Hilton (Praesidio Safeguarding) con i contributi della professoressa Gretchen Brion-Meisels e del dottor Richard Graham.

Il rapporto è stato redatto con la consulenza di un gruppo di esperti, che vorremmo ringraziare per i preziosi consigli e il contributo a questo lavoro: Ximena Díaz Alarcón, professoressa Amanda Third, Fabiana Vasconcelos, Jutta Croll, dottoressa Maura Manca, Anne Collier, Diena Haryana, Karl Hopwood, Stephen Balkam, Linh Phuong Nguyen, Daniela Calvillo Angulo e dottoressa Najla Alnaqbi.

Vorremmo ringraziare TVE (The Value Engineers) per aver condiviso i dati e le analisi della loro ricerca con il gruppo direttivo.

Vorremmo ringraziare TikTok per aver commissionato e sostenuto questo progetto.



Indice dei contenuti

- 01** **Analisi di efficaci risposte educative per la prevenzione delle sfide online pericolose**
- 03** **Executive Summary**
- 04** **Introduzione**
- 06** **Parte 1: Comprendere ed esplorare il problema**
 - 06 1.1 Definizioni
 - 06 1.2 Studi accademici sulle sfide pericolose
 - 08 1.3 Punti di vista ed esperienze del gruppo di esperti globali
- 11** **Parte 2: Analisi e approfondimenti del sondaggio globale TVE**
 - 11 2.1 Background e contesto dell'indagine
 - 11 2.2 Sfide online
 - 15 2.3 Bufale
- 19** **Parte 3: Il ruolo delle sfide nella crescita degli adolescenti**
- 22** **Parte 4: Approcci efficaci all'educazione preventiva**
 - 22 4.1 Trarre dalla ricerca informazioni sugli approcci educativi alla prevenzione dei rischi
 - 26 4.2 Temi chiave e indicazioni dalla scienza della prevenzione
- 30** **Parte 5: Educazione alla prevenzione: opinioni del gruppo di esperti sugli approcci efficaci e sui modi per migliorare la nostra risposta**
 - 30 5.1 Punti di vista sugli approcci educativi efficaci
 - 33 5.2 Guida e consigli esistenti su come affrontare le sfide
 - 36 5.3 Guida alla segnalazione e alla condivisione mediatica
 - 38 5.4 Idee dal gruppo di esperti per interventi a livello di piattaforma
- 40** **Part 6 - Raccomandazioni**

Executive Summary

In questo rapporto abbiamo considerato e valutato una vasta gamma di ricerche sulle sfide pericolose (incluse le bufale) e abbiamo coinvolto un gruppo globale di esperti per comprendere al meglio la questione. Il rapporto raccoglie suggerimenti su come possiamo aiutare i giovani con misure educative e di prevenzione più efficaci sul tema delle sfide pericolose.

Sappiamo che le sfide pericolose possono avere un impatto devastante sui singoli bambini e sono una fonte di preoccupazione significativa per genitori e insegnanti, che spesso si sentono incerti e ansiosi su come rispondere. Abbiamo rilevato che c'è bisogno di una risposta migliore e più variegata sugli approcci preventivi ed educativi che vadano incontro alle esigenze dei bambini e dei giovani che possono trovarsi di fronte a sfide pericolose e possono correre il rischio di parteciparvi.

Abbiamo scoperto, attraverso un lavoro di revisione sull'efficacia dei diversi programmi di prevenzione, che gli approcci sono efficaci quando sono basati sulle evidenze, sono inclusivi e sono significativi per i bambini e i giovani a cui sono destinati. I dati che abbiamo a disposizione dalle ricerche suggeriscono che la maggior parte delle sfide vengono viste dai giovani sia come divertenti/leggere o rischiose ma sicure. Pertanto, le strategie educative di prevenzione costruite sulla premessa che tutte le sfide sono intrinsecamente pericolose non corrispondono all'esperienza vissuta dai giovani. In questo rapporto vediamo come sia importante riconoscere lo spettro di esperienze che le sfide online presentano e rispondere ai dati. Essi suggeriscono che il supporto e la guida che i giovani vorrebbero di più sono costituite da un aiuto a identificare quali sfide sono troppo rischiose. Inoltre, è opportuno notare che i dati dei sondaggi suggeriscono che la maggioranza dei giovani non partecipa a sfide di alcun tipo (comprese quelle divertenti e sicure) e che solo una piccola minoranza di coloro che partecipano alle sfide lo fa quando le considera pericolose.

Questo rapporto riconosce che i diritti dei minori si applicano nel mondo digitale così come nella vita offline e che i bambini hanno il diritto di essere al sicuro online, così come il diritto alla privacy, all'accesso, al gioco e all'informazione, nonché il diritto di partecipare alle decisioni che li riguardano. In questo rapporto evidenziamo che i bambini e i giovani dovrebbero essere coinvolti nel plasmare e giustificare interventi efficaci che siano socialmente inclusivi e appropriati dal punto di vista dello sviluppo, in linea con le loro capacità in evoluzione.

Dopo aver esaminato i dati e le informazioni disponibili in relazione alle sfide pericolose, abbiamo cercato di identificare alcuni approcci per migliorare gli interventi educativi alla prevenzione per una serie di stakeholder.

¹Indagine globale di The Value Engineers (TVE), esaminata nel dettaglio nella parte 2 di questo rapporto.

²Commento generale dell'UNCRC in relazione ai diritti dei bambini nell'ambiente digitale.

Introduzione

Contesto del rapporto

Questo rapporto ha l'obiettivo di esaminare ciò che si sa sulle sfide pericolose online, mettendo insieme dati di sondaggi, ricerche accademiche e indicazioni espresse dal nostro gruppo globale di esperti. Mettendo insieme le ricerche e le informazioni disponibili sulle sfide pericolose online, oltre a una ricerca più ampia sulle risposte di prevenzione efficaci contro una serie di altri rischi online e offline, questo rapporto punta a identificare approcci etici, sicuri ed efficaci all'educazione preventiva che possano ridurre i rischi che le sfide pericolose possono presentare.

In questo rapporto ci siamo avvalsi dei dati della ricerca prodotta da The Value Engineers (commissionato da TikTok) che ha esaminato tutti gli aspetti del coinvolgimento di adolescenti, genitori e insegnanti sul tema delle sfide e delle bufale online.

Siamo stati inoltre supportati da diversi esperti di alto profilo e questo rapporto include i contributi della professoressa Gretchen Brion-Meisels (scienza della prevenzione) e del dottor Richard Graham (psicologia dello sviluppo). Nel corso della nostra analisi abbiamo inoltre beneficiato della competenza e del tempo di un gruppo direttivo di esperti globali che comprendeva Ximena Díaz Alarcón (Argentina), la professoressa Amanda Third (Australia), Fabiana Vasconcelos (Brasile), Jutta Croll (Germania), la dottoressa Maura Manca (Italia), Anne Collier (USA), Diena Haryana (Indonesia), Karl Hopwood (Regno Unito), Stephen Balkam (USA), Linh Phuong Nguyen (Vietnam), Daniela Calvillo Anhulo (Messico) e la dottoressa Najla Alnaqbi (EAU).

Ambito del rapporto

In questo rapporto ci concentriamo sulle sfide online pericolose, cioè quelle che comportano un rischio significativo di danni fisici, mentali o emotivi. Tra queste, includiamo una sottocategoria di sfide che definiamo "sfide bufala", cioè false sfide legate a suicidio/autolesionismo, come Galindo/Blue Whale e Momo.³ Le sfide bufala propagano un'informazione falsa, cioè che esista un soggetto malintenzionato che spinge gli utenti (di solito bambini) a svolgere una serie di attività dannose che si intensificano, terminando con atti di autolesionismo o suicidio. Queste sono spesso espresse sotto forma di "sfida". In realtà queste "sfide bufala" sono storie costruite per diffondere e perpetuare la paura e l'ansia senza alcun elemento autentico di partecipazione o di sfida.

Esplorando il fenomeno, cerchiamo di comprendere meglio e di migliorare la nostra risposta collettiva alle sfide che implicano suicidio e autolesionismo. Non è intenzione di questo rapporto minimizzare l'impatto negativo né suggerire che le bufale siano l'unico modo in cui i problemi del suicidio e dell'autolesionismo si manifestano online.

³Le sfide che riguardano suicidio o autolesionismo, o "sfide bufala", diffondono informazioni false, cioè che esista un soggetto malintenzionato che spinge gli utenti (di solito bambini) a svolgere una serie di attività dannose che si intensificano, terminando con atti di autolesionismo o suicidio. L'identità del soggetto malintenzionato è sempre nascosta. A volte, come nel caso di Blue Whale, si sostiene che abbia fatto ricorso a minacce e ricatti per costringere i bambini/giovani ad agire contro la propria volontà in un cosiddetto gioco suicida, che prevede 50 compiti che culminano nel suicidio. Più recentemente, come nel caso di Momo e Jonathan Galindo, l'identità del soggetto nocivo è quella di un essere spettrale con superpoteri e la capacità di minare l'autonomia degli utenti attraverso il controllo mentale, per costringerli a completare una serie di attività pericolose che culminano in autolesionismo e suicidio. In tutti e tre i casi, queste sfide bufala si sono diffuse ampiamente.

Il contesto attuale del lavoro sulle sfide

Al momento, la nostra comprensione collettiva delle sfide pericolose e la nostra risposta ad esse non sono ben sviluppate e restano aperte questioni fondamentali:

- Qual è l'entità del problema?
- Cosa induce a partecipare?
- Di quali informazioni e strumenti hanno bisogno i giovani per stare al sicuro (e tenere al sicuro gli altri) quando incontrano questo tipo di contenuti?
- Dovremmo nominare e descrivere sfide specifiche quando parliamo ai bambini e ai giovani di come affrontarle?

Il contenuto di questo rapporto

Nella *Parte 1* di questo rapporto, delineiamo il problema e le difficoltà presentate dalle sfide pericolose online (incluse le sfide bufala) esaminando gli studi accademici esistenti e parlando con il nostro gruppo di esperti.

Nella *parte 2* analizziamo i risultati del sondaggio globale di The Value Engineers su sfide e bufale e ne tracciamo alcune implicazioni per la nostra risposta.

Nella *parte 3* esaminiamo il ruolo che i fattori inerenti allo sviluppo giocano nel condizionare la partecipazione.

Nella *parte 4* facciamo un passo indietro rispetto alle questioni specifiche delle sfide e guardiamo al corpo di ricerca esistente relativo a educazione e approcci efficaci alla prevenzione. In questa sezione identifichiamo i tipi di interventi che hanno buona probabilità di essere efficaci.

Nella *parte 5* prendiamo di nuovo in considerazione le informazioni del nostro gruppo di esperti per esplorare gli approcci educativi alla prevenzione che essi ritengono effettivamente efficaci nell'affrontare questi problemi, ed esploriamo una serie di modi in cui potremmo migliorare il nostro intervento.

Nella *parte 6* mettiamo insieme tutte le componenti di questo rapporto per offrire idee per approcci futuri alle sfide pericolose e opzioni per un lavoro educativo efficace che punti alla prevenzione.

Parte 1 – Comprendere ed esplorare il problema

1.1 Definizioni

In questo rapporto usiamo le seguenti definizioni:

Sfide

Le sfide online consistono in persone che si riprendono mentre fanno qualcosa di difficile o rischioso e condividono il video online per incoraggiare altri a ripetere gli stessi comportamenti.

Le sfide possono essere divertenti e sicure, ma anche rischiose o pericolose, tanto da determinare danni fisici.

Sfide pericolose

Questa definizione si riferisce a sfide che sono pericolose e potrebbero provocare lesioni fisiche sostanziali o danni permanenti.

Bufale

Le cosiddette bufale online (online hoax) sono scherzi o imbrogli creati per far credere a qualcuno qualcosa di spaventoso, ma non vero.

Possono essere piuttosto estreme, poiché sono create per provocare il panico.

Sfide bufala

In questo rapporto parliamo di “sfide bufala” per riferirci a una sottocategoria specifica di sfide pericolose in cui l'elemento della sfida è falso, ma che sono progettate per essere spaventose e traumatiche e quindi hanno un impatto negativo sulla salute mentale. Le sfide bufala che consideriamo in questo rapporto sono quelle che includono narrazioni angoscianti di autolesionismo o suicidio come Momo o Blue Whale.

1.2 Studi accademici sulle sfide pericolose

Esistono una serie di piccoli studi che hanno esaminato in dettaglio sfide particolarmente pericolose e il loro impatto. Queste tendono a richiedere una maggiore consapevolezza e comprensione da parte dei genitori, delle scuole e degli operatori sanitari.⁴ Un certo numero di studi si concentra sull'impatto medico ed è pubblicato su riviste mediche.⁵

Alcuni studi hanno cercato di esplorare il significato delle sfide dal punto di vista dei bambini e dei giovani e hanno collegato la partecipazione a sfide rischiose alle normali spinte evolutive verso la ricerca di status sociale⁶, affermazione con i coetanei, nonché la ricerca dell'approvazione di un pub-

⁴Per un riassunto sull'importanza di essere consapevoli e di intervenire senza giudicare si veda Sabrina, S. (2019) “What's the appeal of online challenges to teens?”, The Ohio State University: Wexner Medical Center, 17 settembre 2019. Altri esempi di appelli a una maggiore consapevolezza includono Gupta, A. (2018) “The problem with extreme social media Challenges” Medpage, 6 settembre 2018.

⁵Deklotz, C.M. & Krakowski, A.C. (2013) “The Eraser Challenge Among School-Age Children”. *Journal of Clinical and Aesthetic Dermatology*, (2013) 6, n. 12. Cfr. anche Grant-Alfieri, A., Schaechter, J. e Lipshultz, S.E. (2013) “Ingesting and Aspirating Dry Cinnamon by Children and Adolescents: The ‘Cinnamon Challenge’”. *Pediatrics*, (2013) 131, n. 5

⁶Murphy, R. (2019) “The rationality of literal Tide Pod consumption”, *Journal of Bioeconomics*, (2019) 21

blico più ampio. Gli studi esplorano come queste influenze possono essere esacerbate e amplificate dall'impatto dell'ambiente online.⁷

Gli studi esistenti riconoscono che esiste un ampio spettro di sfide che variano ampiamente nel loro livello di rischio, ma generalmente identificano che la partecipazione a sfide è una pratica giovanile comune legata alla pressione dei compagni e alla ricerca di affermazione, piuttosto che essere legata a problemi o difficoltà psicologiche o di salute mentale.⁸ Uno studio ha esaminato tre tipi molto diversi di sfide virali (Blue Whale, Tide Pod e Ice Bucket). Potremmo annoverare Blue Whale tra le "sfide bufala" descritte sopra, mentre Tide Pod è una sfida pericolosa che implica l'ingestione di capsule di detersivo che possono causare danni/lesioni gravi. Al contrario, l'Ice Bucket sfida è una sfida divertente, decisamente a basso rischio, ideata come campagna di sensibilizzazione sulla sclerosi laterale amiotrofica. Questo studio ha sollevato il problema che il livello e la natura della partecipazione online alle sfide in generale (comprese quelle più rischiose) possa normalizzare un comportamento e creare la percezione errata che sia più prevalente di quanto non sia realmente.⁹

La Fondazione T.I.M. ha condotto una ricerca che ha coinvolto un focus group esteso con giovani dai 13 ai 18 anni. Il gruppo conosceva bene numerose sfide online, e sapeva distinguerle in base al loro impatto e al livello di pericolo. Il gruppo ha discusso una serie di sfide tra cui alcune giudicate "innocenti e innocue" come la sfida del Bottle Flip, che consiste nel lanciare e capovolgere una bottiglia, e altre che iniziano in modo innocente ma che possono diventare pericolose, come la sfida della cannella.¹⁰ Inoltre, i ragazzi hanno discusso di sfide che appaiono inquietanti e pericolose fin dall'inizio, come Momo (sebbene questa si sia rivelata una bufala). I giovani hanno spiegato le motivazioni che li spingevano a partecipare, ad esempio:

- Tensione/sensazione – l'elemento rischioso di una sfida la rende attraente.
- Curiosità – provare qualcosa di nuovo.
- Rafforzare le amicizie – condividere la partecipazione con gli amici per provare un senso di appartenenza.
- Aumentare la propria popolarità – ricevere l'attenzione degli altri, sotto forma di visualizzazioni, Mi Piace e follower sui social media.

Lo studio sottolinea che le sfide possono essere altamente accessibili grazie al fatto che generalmente non si ha bisogno di abilità e attrezzature specialistiche per eseguirle, e che vedere altri eseguire la sfida senza farsi male può significare che i giovani sottovalutano i rischi che alcune sfide presentano.¹¹

⁷Chu, V., Begaj, A. & Patel, L.(2018) 'Burns challenges – A social media dictated phenomena in the younger generation'. Burns Open, 2 (2018)

⁸Op. cit. Chu, et al.. 'Burns challenges' and Sykes, S., 'What's the appeal...?'

⁹Khasawneh et al.,(2021) 'An Investigation of the Portrayal of Social Media Challenges on YouTube and Twitter'. ACM Transactions on Social Computing, (2021) 4, no. 1

¹⁰Questa è una sfida in cui il partecipante ingerisce un cucchiaino di cannella in polvere senza bere liquidi. Può causare tosse, soffocamento, conati di vomito e potenziali danni ai polmoni, se la cannella viene inalata. Cfr anche https://en.wikipedia.org/wiki/Cinnamon_sfdie

¹¹Come riportato da Better Internet for Kids. "Dangerous Online Challenges". Better Internet for Kids, 28 giugno 2019. <https://www.betterinternetforkids.eu/en/practice/awareness/article?id=4696122>[Data di accesso: 14/09/2021]. La Fondazione T.I.M. (Tegen Internet Misstanden, che significa "Contro l'abuso di Internet" in olandese) è stata fondata in seguito alla tragica morte di un partecipante a una sfida pericolosa. È stata pensata per offrire ai genitori e ai professionisti informazioni sulle sfide emergenti e le loro conseguenze potenzialmente pericolose (con i consigli di un team medico).

1.3 Punti di vista ed esperienze del gruppo di esperti globali

Per questo rapporto abbiamo consultato un gruppo globale di esperti, per capire le loro opinioni ed esperienze sulle sfide pericolose online. Il gruppo ha ritenuto che per quei bambini che partecipano a sfide pericolose, ci può essere un mix di fattori causali. Questi possono essere complessi e sono associati con il contesto sociale e culturale, la salute mentale, il sostegno della famiglia e i gruppi di amici. Il gruppo di esperti ha identificato che i bambini e i giovani provenienti da gruppi più svantaggiati ed esclusi sono più a rischio, ma che entrano in gioco anche altri fattori, tra cui la resilienza individuale, il livello di accesso a forme di sostegno e la capacità di pensiero critico, così come il bisogno e la ricerca da parte di alcuni giovani di emozioni, affermazione e inclusione in momenti particolari.

Vulnerabilità e motivazioni per partecipare a sfide rischiose

Anche se gli intervistati hanno riportato un mix di motivazioni e fattori latenti che promuovono la partecipazione a sfide pericolose, tutti hanno concordato sul fatto che le inclinazioni correlate alla crescita sono importanti. Gli esperti hanno descritto i bambini con cui hanno lavorato come giovani che vogliono mostrare chi sono, provare emozioni e metterle alla prova, oltre a toccare i limiti della propria esperienza fisica. È stata riconosciuta l'importanza del brivido, dell'adrenalina e della dopamina associati alle sfide. Gli esperti hanno parlato della necessità di sostituire un'esperienza di sfide pericolosa con una sfida alternativa o divertente che fornisca emozioni ma che sia meno rischiosa e/o preveda un elemento di supervisione.

Un altro fattore chiave nella motivazione dei bambini e dei giovani è stato considerato l'impatto dell'influenza dei compagni e il desiderio di far colpo sugli amici o di rispondere alla pressione di partecipare e unirsi agli altri in un gruppo sociale. Il desiderio di ottenere l'approvazione ed essere popolari e l'associazione tra sfide e popolarità fanno sì che le sfide possono essere svolte per raggiungere o aumentare lo status sociale. La tendenza a considerare glamour le sfide pericolose attraverso la loro associazione con comportamenti divertenti, coraggiosi e con l'assunzione di rischi contribuiscono al fascino che queste possono avere.

Gli esperti hanno affermato che, tra i bambini con cui hanno lavorato, quelli che appartenevano a gruppi più vulnerabili nella vita reale tendevano ad essere più vulnerabili anche online e hanno dedotto che la vulnerabilità nella vita reale sia un fattore importante anche nella partecipazione alle sfide pericolose. Le ricerche suggeriscono che, sebbene i bambini e i giovani vulnerabili ed esclusi siano più a rischio online,^{12 13} sono anche più dipendenti dal mondo online per la creazione di connessioni positive e la possibilità di fuggire a questa condizione.¹⁴ Gli esperti hanno evidenziato che la preoccupazione principale per molti bambini in tutto il mondo è relativa all'accesso, cioè se possono permettersi di andare online e per quanto tempo. Si è ritenuto che i bambini più vulnerabili (e digitalmente esclusi) siano più ansiosi di raggiungere l'inclusione, l'accettazione e l'affermazione quando sono online – pertanto sono più propensi a partecipare a sfide pericolose.

¹²El Asam, A. & Katz, A. (2018) 'Vulnerable Young People and Their Experience of Online Risks', Human-Computer Interaction, February 2018, Taylor & Francis

¹³Mitchell, K.J., Ybarra, M., & Finkelhor, D. (2007) 'The Relative Importance Online Victimization in Understanding Depression, Delinquency and Substance Use' Child Maltreatment 2007 Vol 12 no. 4.

¹⁴Katz, A., & El Asam, A. 'Refuge and Risk: Life Online for Vulnerable People' Internet Matters

Comprendere le sfide bufala e il loro impatto

Per quanto riguarda la comprensione della partecipazione alle sfide bufala, gli esperti hanno creato una distinzione tra il piccolo gruppo di bambini e giovani potenzialmente vulnerabili per i quali le sfide bufala possono ridurre le barriere all'ideazione o all'adozione di comportamenti autolesionistici, e il gruppo molto più ampio di coloro i quali possono subire un impatto dall'esposizione a un'idea angosciante e spaventosa.

Gli esperti hanno confermato che nella loro esperienza c'era confusione e incomprensione da parte dei genitori riguardo alle sfide bufala, che conduceva a strategie dannose come la condivisione di allarmismi infondati e la tendenza ad attirare l'attenzione dei loro figli sulle sfide bufala, aumentando così il potenziale di esposizione ad esse. Inoltre, si nota il rischio di adottare approcci troppo diretti e a breve termine, come la rimozione o il divieto per i bambini di utilizzare i dispositivi.

In termini di impatto delle bufale, il gruppo di esperti si è detto preoccupato per la vulnerabilità psicologica dei bambini che potrebbero essere già vulnerabili all'autolesionismo, ad esempio, quelli emotivamente in crisi o alle prese con intense emozioni negative, e che potrebbero subire il fascino o essere ossessionati dall'idea di essere controllati. Gli esperti hanno rilevato inoltre il problema del potenziale rischio che qualcuno utilizzi l'ansia creata dalle sfide bufala per manipolare, controllare e sfruttare i bambini e i giovani online.

Un'analisi attenta di Blue Whale da parte di uno dei nostri gruppi di esperti ha riscontrato che è difficile scoprire le motivazioni dell'inizio e della successiva condivisione e il livello di impatto e di danno in relazione a ciò che si è verificato – specialmente per culture e Paesi lontani dall'origine di una bufala.¹⁵ Per alcuni aspetti, questa può essere la chiave del disagio causato dalle sfide bufala, in quanto sembrano progettate per essere difficili da capire, elaborare o confutare e quindi lasciano l'utente in uno stato di confusione e incertezza. Nel caso di Blue Whale, nonostante un arresto legato a un gioco suicida in Russia e numerosi servizi dei media a riguardo, non è mai stato stabilito con certezza alcun legame tra suicidi di giovani e la sfida Blue Whale.^{16 17} Le indagini del Bulgarian Safer Internet Centre suggeriscono che le motivazioni per la condivisione possono includere la curiosità e la volontà di saperne di più, mentre alcuni utenti vogliono usare la viralità degli hashtag per vendere prodotti, aumentare il proprio pubblico e cercare attenzione o diffondere contenuti.

Case study – Analisi dell'attenzione mediatica offerta alle sfide bufala nel Regno Unito

Nel 2019 l'ente di beneficenza britannico South West Grid for Learning ha pubblicato una ricerca di Andy Phippen, professore di Responsabilità sociale in ambito informatico presso l'Università di Plymouth e di Emma Bond, professoressa di Ricerca socio-tecnica presso l'Università di Suffolk, sull'impatto dei media e l'attenzione pubblica data alle sfide bufala nel Regno Unito. La ricerca esplora le conseguenze negative non volute dell'attenzione pubblica e mediatica verso i fenomeni Momo e Blue Whale (descritte come "storie di fantasmi digitali") e sostiene che le

¹⁵Collier, A. <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-2-months-later-real-concern>

¹⁶Cfr Collier, A. per ricerche ed esplorazioni del fenomeno Blue Whale sul sito <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-2-months-later-real-concern>, cfr. anche <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-game-fake-news-teens-spread-internationally> e commenti citati dall'indagine del Bulgarian Safer Internet Centre <https://balkaninsight.com/2017/02/22/experts-warn-against-rumours-for-spread-of-suicide-game-in-bulgaria-02-21-2017/>

¹⁷Per un'utile panoramica della BBC si veda <https://www.bbc.co.uk/news/blogs-trending-46505722>

risposte collettive dei media e dei professionisti siano servite ad aumentare l'esposizione dei bambini e dei giovani a contenuti inquietanti.¹⁸

Gli autori sostengono che la condivisione di informazioni su Momo e Blue Whale da parte di "autorità responsabili" abbia causato un picco di interesse tra i bambini e i giovani. Gli autori tracciano questa tendenza osservando le statistiche sulle ricerche nelle scuole elaborate da una società di filtraggio internet ampiamente usata, che mostrano che queste ricerche (che valutano essere state effettuate principalmente da bambini) hanno raggiunto un picco che rispecchia la copertura mediatica e l'interesse pubblico.

Gli autori sostengono che questa eccessiva copertura abbia generato paura, ansia e angoscia che ha poi determinato ulteriori condivisioni e livelli non necessari di esposizione al contenuto per i bambini vulnerabili. Gli autori chiedono un esame più critico e l'analisi dei potenziali contenuti delle bufale, argomentando:

In futuro le agenzie e le organizzazioni potrebbero procedere a una valutazione del rischio prima di diffondere avvertimenti, esaminando le conseguenze (positive e negative) delle loro azioni dopo una valutazione del rischio di creare danni e della veridicità della minaccia. È cruciale che le fonti siano controllate e che l'autenticità sia stabilita prima di precipitarsi a generare una presenza sui social media che può poi avere un effetto valanga e prima di sensibilizzare il pubblico su una minaccia che si rivelerà in effetti falsa, con conseguenze potenzialmente dannose per i giovani che riteniamo di proteggere.

Gli autori della ricerca chiedono una più ampia strategia di alfabetizzazione mediatica in relazione a tutte le forme di contenuti sconvolgenti e la collegano alle lezioni apprese nella prevenzione dei suicidi in rapporto all'attenzione mediatica. Questo aspetto è ulteriormente esplorato nella parte 4.

¹⁸Phippen, A. y Bond, E. (2019) Digital Ghost Stories, Impacts, Risks and Reasons. <https://swgfl.org.uk/assets/documents/digital-ghost-stories-impact-risks-and-reasons-1.pdf>

Parte 2 – Analisi e approfondimenti del sondaggio globale TVE

2.1 Background e contesto dell'indagine

The Value Engineers (TVE) è una società di consulenza per i brand. TVE è stata scelta per questo progetto per via della sua esperienza nella realizzazione di rigorose ricerche quantitative a livello globale. La ricerca di TVE consisteva in un sondaggio online completato da 5.400 adolescenti (tra cui 1800 tra i 13 e i 15 anni, 1800 tra i 16 e i 17 e 1800 tra i 18 e i 19). Il sondaggio è stato completato anche da 4.500 genitori di adolescenti e 1.000 educatori, per un campione totale di 10.900 persone in tutto il mondo.

Il campione comprende partecipanti da Regno Unito, Stati Uniti, Germania, Australia, Italia, Brasile, Messico, Indonesia, Vietnam e Argentina. Il campione è stato reclutato online da un'agenzia di ricerca che conduce sondaggi in rete.

La ricerca di TVE usa le definizioni in 1.1 per descrivere le "sfide" e le "bufale" e queste sono al centro delle domande del sondaggio. Agli intervistati è stato chiesto quanto conoscessero e se partecipassero alle sfide online in generale e non specificamente a sfide pericolose. Alcune domande chiedevano agli intervistati di dare un parere sul rischio.

2.2 Sfide Online

Conoscenza delle sfide online

il
73%
degli adolescenti

il
73%
dei genitori

il
77%
degli insegnanti

dichiara di sapere
cosa siano le sfide
online



il
83%
degli adolescenti

il
68%
dei genitori

il
76%
degli insegnanti

è venuto a conoscenza
delle sfide online tramite
i social media



il
43%
degli adolescenti

il
59%
dei genitori

il
52%
degli insegnanti

è venuto a conoscenza delle
sfide online tramite i media
tradizionali



Consapevolezza:

Tra i dati raccolti, la consapevolezza delle sfide online è elevata tra gli adolescenti, i genitori e gli insegnanti: il 73% degli adolescenti e dei genitori e il 77% degli insegnanti hanno detto di conoscere l'esistenza delle sfide online. I social media giocano il ruolo più cruciale nell'alimentare la consapevolezza delle sfide online: l'83% degli adolescenti ne sono esposti tramite i social media, così come il 68% dei genitori e il 76% degli insegnanti. Anche i media tradizionali alimentano la consapevolezza, soprattutto per i genitori e gli insegnanti (rispettivamente 59% e 52%), che sono venuti a conoscenza delle sfide online anche attraverso i media tradizionali.

I dati dimostrano un livello relativamente elevato di esposizione per tutti i gruppi e suggeriscono che i bambini e i giovani hanno buone probabilità di imbattersi in sfide online (di tutti i tipi) nella loro vita quotidiana in rete.

Valutazione dei rischi

Quando è stato chiesto di pensare a una sfida vista di recente e di valutarla, gli intervistati hanno descritto le sfide a cui hanno assistito nelle seguenti proporzioni: divertente/leggera (48%), rischiosa ma sicura (32%), rischiosa e pericolosa (14%), veramente pericolosa (3%). I metodi più comuni usati dagli adolescenti per valutare il rischio sono guardare video di persone che provano la sfida, leggere commenti e parlarne con gli amici. Le statistiche mostrano che, mentre la maggior parte delle sfide incontrate non sono percepite come dannose, una minoranza di esse è identificata come pericolosa.

Il sondaggio ha rilevato che gli adolescenti apprezzerrebbero un aiuto per valutare il rischio presentato dalle sfide che incontrano. Il 46% di tutti gli adolescenti intervistati ha scelto "essere adeguatamente e più ampiamente informati sui rischi e avere informazioni su cosa vuol dire esagerare" come una delle tre principali strategie preventive. Un risultato interessante e piuttosto sorprendente del sondaggio è stato scoprire che gli adolescenti accoglierebbero con favore le opportunità di imparare di più sui rischi. Ricevere buone informazioni sui rischi è stata classificata come una delle migliori strategie preventive anche dal 43% dei genitori, e dal 42% degli insegnanti.

Il fatto che i dati suggeriscano che gli adolescenti apprezzerrebbero più informazioni per valutare i rischi è importante per le nostre risposte. Questo suggerisce la necessità di fare di più per aiutare i giovani che sono attratti dalle sfide, fornendo loro una maggiore varietà di informazioni e strumenti che permettano loro di capire, valutare e riflettere sui rischi. Gli attuali approcci che gli adolescenti utilizzano per valutare il rischio delle sfide online (ad esempio guardare video e chiedere agli amici) possono riflettere una lacuna in termini di informazioni utili e affidabili, online e nella vita reale.

Partecipazione

Nel complesso, i dati raccolti mostrano che la maggior parte dei bambini non partecipa personalmente alle sfide, solo il 21% degli adolescenti partecipa attivamente a sfide (di qualsiasi tipo), a prescindere dal fatto che scelgano di pubblicarle o meno.¹⁹ I tassi di partecipazione effettivi alle sfide pericolose sono molto più bassi e suggeriscono che mentre il 21% dei ragazzi partecipa a sfide, solo il 2% degli adolescenti ha preso parte a una sfida che considera rischiosa e pericolosa e solo lo 0,3% ha

¹⁹ I tassi di coinvolgimento sono un po' più alti della partecipazione (il 31% degli adolescenti ha commentato una foto o un video di qualcun altro che partecipa)

partecipato a una sfida che ha classificato come molto pericolosa.

Inoltre, il numero dei partecipanti (e di coloro che pubblicano il video della loro performance) si riduce significativamente con l'età. La riduzione della partecipazione tra il gruppo più giovane e il gruppo più maturo può essere in parte legata allo sviluppo, con il gruppo di età più giovane associato a un maggiore bisogno di approvazione da parte dei pari e di validazione sociale; capacità di pensiero critico meno sviluppate e maggiore propensione al rischio, il che rende i giovanissimi più propensi a partecipare.²⁰

Le conseguenze di partecipare a sfide online

Abbiamo chiesto agli adolescenti che hanno dichiarato di aver partecipato a sfide online che conseguenze ritengono che queste abbiano avuto su di loro.

Conseguenze:

il **54%** degli adolescenti ritiene che partecipare a sfide online non abbia avuto conseguenze

il **34%** degli adolescenti ritiene che abbia avuto un effetto positivo

il **11%** degli adolescenti ritiene che abbia avuto un effetto negativo

Fra gli adolescenti che abbiamo intervistato:

solo il **21%** ha partecipato a sfide online (di qualunque tipo)

solo il **2%** ha preso parte a sfide ritenute parzialmente pericolose

solo il **0.3%** ha preso parte a sfide ritenute molto pericolose

Effetto positivo sulle relazioni:

Fra coloro che ritengono che partecipare a sfide online abbia avuto conseguenze positive,

il **64%** ritiene che queste conseguenze positive abbiano riguardato le loro amicizie e relazioni

La partecipazione alle sfide (e la pubblicazione di video attinenti) cala nettamente al crescere dell'età: Dai dati emerge che

il **14%** degli intervistati fra i 13 e i 15 anni hanno preso parte a sfide online

mentre solo il **9%** degli intervistati fra i 18 e i 19 anni dichiara di averlo fatto

²⁰I dati hanno rilevato che il 14% dei 13-15enni ha partecipato a sfide che poi ha condiviso online, mentre la percentuale si riduce al 9% per i 18-19enni. Si evince inoltre una riduzione significativa della probabilità di condivisione, con il 21% dei 13-15enni che dice di aver condiviso un video di altri, rispetto all'11% dei 18-19enni che dice di averlo fatto. Questo cambiamento è significativo a livello del 95%. Dove si notano differenze in questo rapporto tra gruppi di età o tra genitori, adolescenti e insegnanti, le differenze sono statisticamente significative nei dati a un livello del 95%.

Motivazioni

Per capire perché gli adolescenti partecipano alle sfide (di qualsiasi tipo), è stato chiesto agli intervistati di classificare una serie di possibili motivazioni per cui pensano che gli adolescenti possano partecipare. I dati sugli atteggiamenti mostrano che la motivazione più comune è ottenere visualizzazioni, commenti e Mi Piace, con il 50% degli adolescenti che la include tra le 3 motivazioni principali e il 22% che la indica come ragione più importante. Il 46% degli adolescenti ha incluso il fatto di fare colpo sugli altri fra le tre principali motivazioni.

Questi dati suggeriscono che il riconoscimento sociale e il fatto di fare colpo sugli altri siano percepiti come fattori motivanti fondamentali per la partecipazione e il coinvolgimento da parte di tutti gli adolescenti. Questo implica che qualsiasi strategia di sicurezza o prevenzione efficace deve affrontare questo desiderio di attenzione e accettazione da parte degli amici o di altri. Strategie efficaci dovrebbero riconoscere che si tratta di una pressione reale, aiutando al contempo i bambini e i giovani ad analizzare e valutare il livello di rischio che le sfide possono presentare, distinguendo il divertimento dal pericolo. Può essere utile offrire percorsi alternativi per questo tipo di partecipazione e accettazione sociale, che idealmente dovrebbero prevedere strategie offline e online. Per quanto riguarda le alternative online, potrebbe trattarsi di produzione o promozione di altri tipi di contenuti online divertenti, socialmente positivi, umoristici, interessanti o significativi.

L'impatto della partecipazione

Agli adolescenti che hanno indicato di aver partecipato a sfide online è stato chiesto cosa pensasse dell'impatto della loro partecipazione. L'indagine suggerisce che essi considerano l'effetto per lo più neutrale (54% di tutti gli adolescenti), mentre il 34% ritiene che abbia avuto un impatto positivo e l'11% un impatto negativo. Il dato riguardava sfide di tutti i tipi. Tra coloro che hanno percepito un impatto positivo, il 64% ha dichiarato che questo impatto è stato su amicizie e relazioni. Questo, insieme al fatto che gli adolescenti hanno classificato la maggior parte delle sfide come divertenti/leggere o rischiose ma sicure, è significativo per le risposte: le strategie di prevenzione educativa costruite sulla premessa che tutte le sfide sono intrinsecamente pericolose non coincidono con l'esperienza vissuta dai giovani. È importante riconoscere lo spettro di esperienze che le sfide online presentano e rispondere alla necessità dei giovani di essere guidati, sostenuti e aiutati a identificare le esperienze troppo rischiose.

Sostegno e consigli

I dati mostrano che il 66% degli adolescenti ha cercato sostegno e consigli in relazione alle sfide online. Quando cercano sostegno e consigli riguardo a una sfida, gli adolescenti sembrano essere più propensi a rivolgersi a un membro della famiglia o a un amico piuttosto che a cercare aiuto online. In termini di supporto, i dati mostrano che sia i genitori (34%) che gli insegnanti (29%) pensano che sia difficile parlare di sfide senza suscitare interesse nei ragazzi e il 40% dei genitori e il 31% degli insegnanti dicono che non parlerebbero di una sfida, a meno che un adolescente non lo faccia per primo. Questo dimostra un significativo divario sull'argomento che deve essere affrontato con informazioni più chiare e specifiche su quando sia appropriato nominare e discutere le sfide e come farlo in pratica. È interessante notare che solo il 48% degli insegnanti interpellati ritiene che le scuole affrontino bene il fenomeno delle sfide.

2.3 Bufale

Conoscenza e conseguenze delle bufale online

La conoscenza delle bufale online è elevata:



Le conseguenze delle bufale sono peggiori:



Consapevolezza

I dati mostrano che la consapevolezza delle bufale è elevata; infatti, riguarda l'81% di tutti gli adolescenti consultati, l'81% dei genitori e l'84% degli insegnanti. Il 77% degli adolescenti, il 74% dei genitori e il 77% degli insegnanti sono venuti a conoscenza delle bufale attraverso i social media. La consapevolezza delle bufale attraverso i media tradizionali è più bassa per gli adolescenti ma più elevata per i genitori e gli insegnanti (il 56% degli adolescenti, il 68% dei genitori e il 64% degli insegnanti ne hanno sentito parlare dai media tradizionali).²¹

Coinvolgimento e condivisione

Per quanto riguarda il coinvolgimento sulle bufale, la risposta più comune da parte degli adolescenti quando vengono a conoscenza delle bufale online è stata quella di cercare maggiori informazioni online e il 54% ha dichiarato di averlo fatto. Il 28% degli adolescenti che erano a conoscenza di una bufala ha condiviso un avvertimento come messaggio diretto e il 25% ha commentato un articolo o un post che parlava di una bufala. Solo il 22% degli adolescenti (in modo omogeneo tra le diverse fasce d'età) è d'accordo con l'affermazione che condividere una bufala sia dannoso. Sembra che questo sia almeno in parte dovuto alla convinzione che la condivisione sia considerata un modo per proteggere ed essere utili agli altri. Allo stesso modo, la maggior parte dei genitori non sembra considerare la condivisione rischiosa o problematica, e solo il 19% dice di considerare dannosa la condivisione di una bufala.

Valutazione dei rischi

Ai partecipanti è stato chiesto come avessero giudicato se una bufala recente in cui si erano imbattuti

²¹Per la maggior parte degli argomenti, i data point sono stati relativamente omogenei tra i diversi Paesi in cui i dati sono stati raccolti. Una differenza interessante tra i Paesi è che i livelli di consapevolezza delle bufale sembrano essere molto più bassi in Germania rispetto agli altri Paesi in cui sono stati intervistati i partecipanti. La consapevolezza delle bufale tra gli adolescenti in Germania è del 42%, rispetto a una media dell'86% negli altri paesi. Questa differenza è discussa nella sezione 5.3.

fosse autentica o falsa. La strategia più comune è stata quella di cercare più informazioni: il 61% degli adolescenti ha affermato di aver cercato più informazioni online per giudicare se una bufala fosse vera o no. Oltre a questo, il 57% degli adolescenti ha letto dei commenti e il 44% ne ha parlato con i propri amici per valutare se una bufala fosse reale o meno. Questo suggerisce che la confusione e l'incertezza generate dalle bufale possono portare a una ricerca per determinarne l'autenticità.

Valutazione dei rischi - bufale online



Riguardo a come i giovani valutano le bufale, solo il 31% degli adolescenti concorda sul fatto che una bufala vista di recente fosse "chiaramente falsa/non credibile" (37% dei genitori e 30% degli insegnanti). Il 35% degli adolescenti concorda sul fatto che una bufala di recente li ha fatti preoccupare e portati a controllare che non fosse vera (33% dei genitori e 34% degli insegnanti). Il 27% degli adolescenti ha creduto che una bufala vista di recente fosse credibile e potesse ingannare qualcuno (22% dei genitori e 27% degli insegnanti) e il 3% degli adolescenti ha creduto che la bufala fosse assolutamente reale (4% dei genitori e 6% degli insegnanti). Questi dati riflettono la continua confusione e incertezza quando si parla di bufale. Ciò è comprensibile, in quanto la creazione di ansia e dubbio è connaturata all'ideazione e allo scopo di una bufala: anche dopo ulteriori ricerche, i giovani (così come i genitori e gli insegnanti) possono avere ancora dubbi irrisolti e preoccupazioni. Questo suggerisce che è necessaria una maggiore informazione pubblica per spiegare ciò che sappiamo sul perché le bufale sono create, come sono progettate per causare ansia e paura e il beneficio di ridurre il loro impatto ignorandole.

Motivazioni

Ai partecipanti al sondaggio è stato chiesto perché pensano che le persone condividano o ripubblichino le bufale online e gli è stato chiesto di classificare una serie di potenziali motivazioni. "Ottenere l'attenzione degli altri" (visualizzazioni/Mi Piace/commenti) è stata classificata più comunemente dagli adolescenti come una delle tre motivazioni principali (62% di tutti gli adolescenti), e "perché non si rendono conto che è falsa" è una delle tre ragioni principali per il 60% degli adolescenti. Queste motivazioni si collegano chiaramente al fatto che solo una minoranza vede le bufale come chiaramente

²⁴En la mayoría de las cuestiones, los resultados fueron relativamente congruentes en los diferentes países donde se recogieron los datos. Una diferencia interesante entre los países es que los niveles de concienciación sobre los bulos parecen ser mucho más bajos en Alemania que en los demás países en los que se realizó la encuesta, con un 42 % entre los adolescentes alemanes frente a una media del 86 % en el resto de países. Esta diferencia se analiza en la sección 5.3.

false e un basso numero di adolescenti o genitori crede che la successiva condivisione sia dannosa. Infatti (come considerato sopra) molti sembrano attribuire un valore protettivo alla condivisione (il 37% degli adolescenti ha indicato “per proteggere gli altri” fra le prime tre ragioni). Questo suggerisce ancora una volta la necessità di maggiore informazione e orientamento sul modo in cui le bufale sono elaborate per causare danni e sull’impatto che la condivisione successiva ha sugli altri, in un pubblico di adolescenti, genitori e insegnanti. Sarebbe utile aumentare la capacità di tutti gli spettatori di valutare la validità di contenuti di questo tipo con una visione il più possibile critica e scettica.

Impatto

Un numero significativo di persone ha riportato un impatto negativo dall’esposizione alle bufale. Tra gli adolescenti, il 17% ha convenuto che l’esposizione alle bufale ha avuto un impatto positivo, il 51% crede che non abbia avuto alcun impatto e il 31% ritiene che abbia avuto un impatto negativo (con numeri coerenti tra i gruppi di età). Tra coloro che hanno avuto dalle bufale un impatto negativo, il 63% degli adolescenti riporta un impatto negativo sulla salute mentale. Questo livello di impatto è impressionante e suggerisce la necessità di un supporto facilmente identificabile e accessibile per gli adolescenti.

Sostegno e consigli

In linea con i risultati suddetti relativi all’impatto, i dati mostrano che il 46% degli adolescenti esposti alle bufale ha cercato supporto e consigli. Il 53% degli adolescenti che cercava un supporto per le bufale si è rivolto ad amici, il 50% a un membro della famiglia, il 47% ha cercato consigli online e il 41% si è rivolto a un insegnante o a un membro del personale scolastico. È degno di nota il fatto che più della metà degli adolescenti esposti alle bufale non abbia cercato alcun supporto o consiglio, il che forse suggerisce, come detto sopra, che i giovani trarrebbero beneficio da informazioni e risorse più visibili e accessibili, a misura di ragazzi, che li aiutino a elaborare e dare un senso al fenomeno delle bufale.

I dati mostrano che i genitori sono cauti nel modo in cui affrontano la discussione delle bufale con i loro figli. Il 56% dei genitori ha convenuto che non avrebbe menzionato una specifica bufala a meno che un adolescente non l’avesse citata per primo. Inoltre, il 43% dei genitori trova che i consigli disponibili sulle bufale online non siano buoni come quelli disponibili sui rischi offline e il 37% dei genitori ritiene che sia difficile affrontare l’argomento senza suscitare interesse. Questo indica una carenza significativa nel supporto ai genitori, poiché non sembrano avere accesso a consigli o informazioni che permettano loro di dare un senso alle bufale o di parlarne con i figli.

I dati sugli insegnanti suggeriscono un elevato livello di preoccupazione: il 56% indica di essere estremamente o molto preoccupato per le bufale e l’88% concorda sul fatto che “conoscere le bufale online è una parte importante del mio lavoro”. Tuttavia, il 50% ritiene che le scuole non abbiano le conoscenze e le risorse per affrontare questo fenomeno in modo efficace e solo il 33% concorda sul fatto che le scuole forniscano a bambini e famiglie strumenti e indicazioni utili in merito.

Un’altra questione sollevata da questi dati è la mancanza di certezza su chi sia responsabile di affrontare le sfide e le bufale online. Gli intervistati non concordano su chi debba avere tale ruolo, le relative responsabilità e chi sia meglio attrezzato ad assumerselo. Ad esempio, mentre gli intervistati sono d’accordo sul fatto che i genitori abbiano la responsabilità di educare i bambini riguardo alle bufale, molti genitori non si sentono in grado e non sono sicuri di come farlo. Sembra probabile che

un approccio combinato in cui si forniscono agli insegnanti, ai genitori e ai coetanei gli strumenti per offrire i giusti tipi di informazioni, consigli e sostegno possa essere la risposta più efficace. Nelle parti 4 e 5 di questo rapporto esploreremo ulteriormente il concetto.

Parte 3: Il ruolo delle sfide nella crescita degli adolescenti

Nel corso di questo progetto abbiamo collaborato con il dottor Richard Graham, un consulente psichiatra per bambini e adolescenti ed ex direttore clinico della Tavistock Clinic. Il lavoro del dottor Graham ci ha aiutati a esplorare più a fondo i potenziali fattori che spingono gli adolescenti a partecipare alle sfide ed è lui l'autore della sezione seguente.

Al fine di sviluppare approcci efficaci per ridurre i potenziali danni in qualsiasi situazione, e in qualsiasi comunità, è importante capire come lo sviluppo umano possa influenzare i comportamenti. Questo diventa ancora più importante quando si considera come le sfide online si intersecano con le trasformazioni legate alla pubertà e la sua risposta psicologica, ovvero l'adolescenza. Questa complessa fase di sviluppo è pressoché unica in natura: oltre all'uomo, solo gli scimpanzé, per raggiungere la maturità dell'età adulta, attraversano i cambiamenti della pubertà. Comprendere questa fase dello sviluppo, sia in termini di crescita e cambiamenti fisici, che di adattamenti psicologici a questi cambiamenti, può aiutarci a entrare in empatia con le difficoltà degli adolescenti e a suggerire modi più efficaci per sostenere una crescita positiva.

Durante la pubertà, quasi tutti gli organi e gli apparati del corpo cambiano e crescono in preparazione dell'età adulta. La recente attenzione sullo sviluppo del cervello durante questo periodo può aiutarci a comprendere l'adolescente e il suo sforzo di esplorare e cercare nuove esperienze, ma non possiamo trascurare i cambiamenti fisici, la maggiore forza e potenza, e la capacità di concepire o creare la vita. La partecipazione a molte attività può comportare un'esplorazione di queste nuove abilità e le responsabilità emergenti che ne conseguono. Se la turbolenza emotiva dell'adolescenza porta con sé sfide particolari, dalla rabbia intensa al desiderio, questi sentimenti trovano sfogo in un corpo che ora può danneggiare sé stesso e gli altri più facilmente, a causa della maggiore forza. Le avventure dei supereroi Marvel o la storia di Frankenstein acquisiscono un significato particolare per gli adolescenti, poiché parlano di lotte per gestire le emozioni e una nuova potenza fisica.

Tuttavia, se l'adattamento ai cambiamenti fisici pone una nuova serie di difficoltà al giovane che sta crescendo, il rapido sviluppo del cervello ne porta altre, forse maggiori. Nell'ambito di uno sviluppo sano, il Sistema Limbico del cervello (che regola le emozioni e il senso di gratificazione) subisce cambiamenti enormi tra i 10 e i 12 anni. Questi cambiamenti interagiscono poi con la corteccia prefrontale (i centri del giudizio) per promuovere un comportamento che punta alla ricerca di novità, al rischio e all'interazione con i coetanei. In termini semplici, significa che si assiste a una fase di intensa emozione, mentre il giudizio può apparire meno acuto, poiché questi "centri del giudizio" stanno cambiando. Essere travolti dai sentimenti, di qualsiasi tipo, è una fase normale e sana dell'adolescenza che, da un punto di vista evolutivo, può aiutare un giovane a diventare meno dipendente dai genitori o da chi si prende cura di lui, e iniziare a sentirsi più indipendente. L'UNICEF descrive la prima adolescenza come un periodo di rapido apprendimento e sviluppo cerebrale, che porta alla ricerca di sensazioni, a una maggiore motivazione a formare relazioni sociali e a un'intensa sensibilità alla valutazione sociale; si tratta in effetti del momento della scoperta di chi si è.

L'adolescenza è quindi un periodo di vulnerabilità e allo stesso tempo di opportunità. Essere sostenuti nell'assunzione di rischi sani può portare a opportunità positive di apprendimento e assunzione di responsabilità prestabilite, creando così spirali positive di sviluppo. Il sostegno di adulti fidati può essere immensamente utile in questo processo, e spesso questa figura può essere qualcuno al di fuori della famiglia, come un insegnante.

Dall'interno, il giovane sta iniziando a vivere esperienze che possono, auspicabilmente, aiutarlo ad avanzare verso una vita adulta felice e sana, e quasi ogni attività in cui è impegnato ha qualche scopo e significato in termini di ricerca di un futuro positivo. (Uno sviluppo così intenso richiede anche periodi di tempo non strutturato, una tregua dalle pressioni di "crescere". È quindi importante anche il tempo per "essere semplicemente se stessi", senza la pressione di dover progredire) Mentre tutte queste attività sono di supporto alla formazione di una propria identità stabile (con molte sane sperimentazioni lungo la strada) la gamma di attività in cui i ragazzi sono impegnati è spesso indicata come i "Compiti dell'adolescenza"; progredire con ciascuno di essi è considerato una buona base per la vita adulta. Comprendere il comportamento di un giovane alla luce dei "Compiti dell'adolescenza" spesso può far capire il significato e lo scopo nel comportamento meglio di quanto inizialmente percepito.

I "Compiti dell'adolescenza" sono descritti in vari modi, ma una lista completa del MIT li descrive come segue²²

- Adattarsi ai propri corpi e ai sentimenti correlati alla maturazione sessuale
- Sviluppare e applicare capacità di pensiero astratto
- Sviluppare e applicare una nuova prospettiva sulle relazioni umane
- Sviluppare e applicare nuove abilità di reazione in aree quali prendere decisioni, risolvere problemi e conflitti
- Identificare standard morali significativi, valori e sistemi di credenze
- Comprendere ed esprimere esperienze emotive più complesse
- Formare amicizie che siano reciprocamente strette e solidali
- Stabilire gli aspetti chiave dell'identità
- Soddisfare le richieste di ruoli e responsabilità sempre più maturi
- Rinegoziare i rapporti con gli adulti nei ruoli genitoriali

Nel corso dell'adolescenza, ogni compito può avere maggiore o minore importanza. Quindi, nel contesto dei "Compiti dell'adolescenza" possiamo iniziare a capire perché i giovani potrebbero impegnarsi in sfide e bufale online?

Potremmo considerare che, mentre le sfide online possono sembrare divertenti e leggere per la maggioranza, esse forniscono anche opportunità di esplorare:

- Conferma sociale/accettazione e appartenenza
- La qualità delle amicizie/relazioni (far colpo sugli amici e sugli altri)
- Opportunità di mostrare coraggio e determinazione
- Capacità fisiche e limiti del corpo che sta maturando
- Come dimostrare qualità attraenti, ad esempio il senso dell'umorismo
- Come funzionano le piattaforme o gli algoritmi e come avere successo online

²²<https://hr.mit.edu/static/worklife/raising-teens/ten-tasks.html>

Le bufale, che forse puntano di più sulla maturità psicologica che sulla più comune abilità fisica necessaria per superare le sfide online, creano un diverso insieme di opportunità con alcuni temi comuni. Il coinvolgimento in bufale potrebbe suggerire che il giovane sta esplorando:

- Conferma sociale, accettazione e appartenenza
- La capacità di capire cosa è falso (abilità cognitive)
- Come mostrare di essere solidale, gentile e protettivo con gli altri (altruismo)
- Come dimostrare coraggio (e mostrare di non essere un bambino che si spaventa)
- Come dimostrare resilienza (far fronte e riprendersi da esperienze dolorose)
- Come dare un senso a stati emotivi o psicologici complessi (ad esempio i pensieri suicidi)
- Come funziona internet (alfabetizzazione mediatica/impatto della disinformazione)

Lasciarsi coinvolgere nelle bufale si avvicina di più a riti di iniziazione come guardare un film dell'orrore o andare su montagne russe molto paurose, anche se purtroppo senza la stessa garanzia di sicurezza.

Comprendere lo scopo e il significato dietro ogni coinvolgimento con sfide e bufale suggerisce che le semplici misure di astinenza e restrizione, se raggiungibili, non soddisfano i bisogni del giovane di crescere e imparare dall'esperienza. Il sostegno nella ricerca di alternative più sane e positive a gesti rischiosi è fondamentale.

Se i giovani non sono sostenuti in questo aspetto, si rischia che l'ingresso nella vita adulta assuma traiettorie negative, non ultima delle quali è la convinzione di poter crescere senza cercare di superare i propri limiti o correre rischi.

Il mondo degli adulti trova un aiuto attento nei nostri tentativi di sostenere uno sviluppo sano nei giovani e di aiutarli a raggiungere migliori opportunità di vita. Anche se ha più di 60 anni, la psicoanalista Anna Freud ha scritto un pezzo commovente riguardo alla necessità per i giovani di crescere sulla base delle esperienze e ricorda a tutti noi che, nel creare programmi o interventi che mirano a sostenere i giovani, dovremmo tenere a mente questi concetti:

“Ritengo che sia normale per un adolescente comportarsi per un periodo di tempo considerevole in modo incoerente e imprevedibile, combattere i suoi impulsi e accettarli... essere più idealista, artistico, generoso e altruista di quanto non sarà mai più...”

Parte 4: Approcci efficaci all'educazione preventiva

La ricerca e la teoria esaminate sopra sottolineano l'importanza di sviluppare strategie che riducano il rischio che i bambini e i giovani si lascino coinvolgere in sfide pericolose e in sfide bufala, ma dimostrano che per riuscirci in modo efficace può essere necessario riconoscere il fascino che esse esercitano sui giovani e dare loro strumenti e supporto più efficaci per gestire il rischio. Questa sezione si basa sulla ricerca esistente riguardo l'educazione e le strategie efficaci di prevenzione dei rischi in una serie di comportamenti a rischio, e sintetizza le conoscenze fondamentali sugli approcci efficaci a cui potremmo attingere per rispondere alle sfide pericolose.

4.1 Trarre dalla ricerca informazioni sugli approcci educativi alla prevenzione dei rischi

Questo rapporto beneficia di un solido gruppo di evidenze raccolte dalla ricerca accademica che esplora e valuta i rapporti sulle strategie di prevenzione e di intervento basate sull'evidenza nell'ambito dell'assunzione di rischi da parte degli adolescenti. Una prima revisione chiave di ciò che funziona negli studi di prevenzione è stata condotta da Nation et al. in (2003), "What works in prevention: Principles of effective prevention programmes". Questo studio esamina una serie di programmi di prevenzione e identifica nove efficaci principi di programmi di educazione preventiva. Lo studio rivela che un'educazione preventiva efficace è completa, incorpora vari metodi di insegnamento, fornisce una quantità di informazioni sufficiente, si basa sulla teoria, promuove relazioni solide, è opportunamente programmata in termini di sviluppo dei ragazzi, è rilevante da un punto di vista socioculturale, include la valutazione dei risultati, ed è implementata da personale preparato.²³

Uno studio sui programmi di educazione sulla salute sessuale ha rilevato che i programmi che offrono approcci globali e olistici che discutono di iniziazione sessuale, numero di partner, frequenza dell'attività sessuale, uso di preservativi e contraccezione, malattie sessualmente trasmissibili e gravidanza sono più efficaci dei programmi di educazione sessuale sviluppati per incoraggiare l'astinenza.²⁴ Analogamente, gli studi rilevano che i programmi inclusivi verso i giovani LGBTQ+ e che usano strategie rilevanti per connettere i giovani con i servizi, tenendo conto delle diverse influenze familiari e dei social media nelle loro vite, tendono ad essere considerati più efficaci.²⁵ La ricerca ha mostrato che i programmi e le politiche che promuovono l'astinenza fino al matrimonio negli Stati Uniti sono inefficaci perché non ritardano l'inizio della vita sessuale e non riducono i comportamenti sessualmente a rischio. Allo stesso tempo, gli autori sostengono che questi programmi stigmatizzano, escludono e rafforzano stereotipi di genere non utili e tralasciano importanti informazioni mediche che permetterebbero agli adolescenti di prendere decisioni sicure.

Sulla stessa linea, gli studi che esaminano l'efficacia dei programmi di prevenzione contro l'abuso di

²³Nation, M. et al, (2003). What works in prevention: principles of effective prevention programmes. *American Psychologist*, 58(6/7), 449-456.

²⁴Santelli, J.S. (2017) "Abstinence-Only-Until-Marriage Programmes An updated position paper of the Society for Adolescent Health and Medicine (2017) *Journal of Adolescent Health* Position Paper, volume 61 Issue 3.

²⁵<https://www.cdc.gov/healthyyouth/whatworks/what-works-sexual-health-education.htm>

droghe hanno rilevato che educare gli adolescenti sugli effetti negativi delle droghe sulla salute e dare loro informazioni sulle reazioni alla droga è più efficace che non dire agli adolescenti come pensare o agire – o semplicemente dire loro di evitare le droghe. Questo fatto è stato dimostrato da una metanalisi del Progetto DARE (Drug Abuse Resistance Education) un programma di prevenzione contro l'uso di droghe ampiamente utilizzato negli Stati Uniti.²⁶ Una metanalisi degli studi sull'efficacia di questo programma ha rilevato una mancanza di prove sulla sua utilità, nonostante la scala significativa, le risorse e l'ampia adozione del programma.

In relazione alla sicurezza online in particolare, Jones et al. hanno completato un'esplorazione approfondita dell'efficacia dei programmi di sicurezza su Internet nel 2014 all'Università del New Hampshire.²⁷ La revisione che hanno completato si è rivelata fondamentale per quanto riguarda l'educazione sulla sicurezza online esistente per alcuni fallimenti basilari, ad esempio il fatto di non incorporare strategie educative di comprovata efficacia provenienti da altre aree di prevenzione, e la scoperta che i programmi di sicurezza su Internet spesso non incorporano messaggi basati sulla ricerca, obiettivi di apprendimento basati sulle abilità, opportunità per i giovani di praticare nuove abilità o tempo sufficiente per l'apprendimento. Hanno scoperto che i programmi usano comunemente tattiche intimidatorie irrealistiche che esagerano il rischio (che potrebbero ritorcersi contro, con norme sociali negative) e che le campagne spesso tendono ad applicare messaggi di sicurezza preconfezionati a comportamenti sociali ed emotivi complessi, dando per scontata l'ignoranza nei giovani e supponendo che sia sufficiente dire loro di non fare qualcosa. Lo studio richiede un ripensamento dei messaggi relativi alle strategie di educazione sulla sicurezza di internet con una maggiore enfasi sulla valutazione.

Jones et al. (2014) hanno anche cercato di identificare le componenti dei programmi efficaci di educazione e prevenzione, sostenendo che, sebbene ci sia una valutazione limitata dei programmi di sicurezza su Internet, esistono conoscenze e informazioni sugli approcci che funzionano trasferibili dalle evidenze di pratiche efficaci in altre aree di prevenzione, comprese le evidenze di lungo corso derivanti dalla prevenzione dei rischi offline.²⁸ Jones et al. (2014) hanno esaminato 31 metanalisi di programmi giovanili di educazione sulla prevenzione, compresi i programmi sull'abuso di droga, sui problemi di salute mentale, su aggressività, delinquenza, abbandono scolastico, bullismo e abuso sessuale, e hanno cercato di identificare i principi dei programmi di prevenzione efficaci per affrontarli. Sulla base della loro analisi gli autori hanno sviluppato un insieme di principi, che chiamano principi KEEP "Known Elements of Effective Prevention", cioè elementi noti della prevenzione efficace. Questo elenco identifica cinque caratteristiche fondamentali dell'educazione sulla prevenzione che si sono rivelate critiche per l'efficacia. Questi cinque elementi sono: 1) un curriculum strutturato o lezioni; 2) obiettivi di apprendimento basati sulle abilità; 3) coinvolgimento attivo dei partecipanti e apprendimento; 4) un'adeguata durata e quantità di informazione; e 5) ulteriori opportunità di apprendimento.

Oltre alla necessità di migliorare le strategie educative, gli studi dell'università del New Hampshire ri-

²⁶West, S.L. & O'Neal, K.K. (2004) Project D.A.R.E. Outcome Effectiveness Revisited. *American Journal of Public Health* 2004, 94 (6)

²⁷Jones, L.M., Mitchell, K.J. & Walsh, W.A. (2014) 'A Content Analysis of Youth Internet Safety Programmes: Are Effective Prevention Strategies Being Used?' Crimes Against Children Research Centre, University of New Hampshire. See also Jones, L.M., Mitchell, K.J. and Walsh, W.A. (2014) 'A Systematic Review of Effective Youth Prevention Education: Implications for Internet Safety Education.' Crimes Against Children Research Centre, University of New Hampshire.

²⁸Questi aspetti sono evidenziati anche nella loro recente analisi "Youth Internet Safety Education: Aligning Programs With the Evidence Base (unh.edu)" Finkelhor, D., et al, (2020) *Trauma, Violence and Abuse*

chiamano anche all'adozione di più approcci basati sulla ricerca per elaborare i messaggi sulla sicurezza online. Essi spiegano che i messaggi dovrebbero essere sviluppati intorno a una base di evidenze sui rischi che si verificano online, dovrebbero essere realistici e ricchi di sfumature. Ad esempio, criticano l'idea riscontrata nella loro analisi che consigliava ai giovani di "non condividere informazioni personali" quando sono online. Essi riflettono sulla difficoltà di assicurarsi di trasmettere nel modo giusto questi messaggi:

Potrebbe essere utile se i giovani potessero distinguere i contesti sicuri e non sicuri o rischiosi quando considerano se fornire o pubblicare informazioni personali, ma non abbiamo ancora una ricerca o una base di conoscenze per aiutarli a prendere tali decisioni. I messaggi generici, ampi o troppo prudenti saranno probabilmente respinti dai giovani come irrealistici o infantili.

Questo apprendimento è chiaramente rilevante per come ci avviciniamo al compito di parlare delle sfide in un modo efficace e basato sull'evidenza e per come consigliamo di impostare, progettare e sviluppare programmi efficaci che non siano rozzi o semplicistici per i giovani (ad esempio consigliando loro semplicemente di astenersi da tutte le sfide). Per essere efficaci, i messaggi devono essere comprensibili e chiari per i bambini e i giovani, cercare e prendere in considerazione le loro prospettive e preoccupazioni.

Gli autori si chiedono anche se la sicurezza su Internet debba essere una materia a sé stante nelle scuole, considerando che il tempo dedicato all'educazione sulla prevenzione è una "risorsa scarsa" per le scuole, e dal momento che esistono temi comuni sugli approcci di prevenzione, tra cui l'abilità di rifiutare e resistere alle pressioni, l'empatia, tenere conto delle conseguenze a lungo termine e saper gestire le emozioni forti. Data questa componente condivisa di abilità sociali ed emotive, essi sostengono che la sicurezza online debba essere parte integrante di programmi di sicurezza più ampi (di lungo corso e meglio documentati) sviluppati per reagire ai rischi offline. Questo è un punto su cui suggeriscono ulteriori studi, nella loro recente analisi aggiornata, sostenendo l'integrazione a causa della "forte interconnessione tra i pericoli e le dinamiche online e offline".²⁹

In un'analisi del 2016, il CEOP, in collaborazione con l'associazione PSHE in Regno Unito, ha pubblicato un rapporto che delinea undici principi chiave di una pratica efficace nell'educazione sulla prevenzione.³⁰ Questi principi hanno lo scopo di aiutare i professionisti dell'educazione personale, sociale, sanitaria ed economica (PSHE) ad insegnare un'educazione sulla sicurezza online di alta qualità nell'ambito dei loro più ampi programmi di PSHE. I principi si basano su una revisione della letteratura che ricerca elementi comuni tra gli interventi educativi di successo (compresa gran parte della suddetta ricerca approfondita) e comprende una revisione di centinaia di programmi in Regno Unito e a livello internazionale.

Quest'analisi del 2016 espande i principi KEEP sviluppati da Jones et al., (2014) citati in precedenza e quelli identificati da Nation et al., (2003) e identifica 11 principi di educazione preventiva efficace che si sono rivelati salienti nella ricerca. Tra questi ricordiamo: un approccio che riguarda tutta la scuola e che includa interventi multidisciplinari; stili di insegnamento variegati che affrontino diversi fattori;

²⁹Finkelhor, D. et al, (2020) Youth Internet Safety Education: Aligning Programs With the Evidence Base (unh.edu)' Trauma, Violence and Abuse (2020)

³⁰Chakravorty, P. (2016) 'Key Principles of Effective Prevention Education', PSHE Association. <https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-and-resources/resources/key-principles-effective-prevention-education>

un programma appropriato all'età e alla maturità degli alunni; insegnamenti inclusivi nell'approccio alle differenze e rilevanti da un punto di vista socioculturale; insegnanti preparati; concetti concreti, con solide basi teoriche e di ricerca; un approccio positivo, che evita le tattiche intimidatorie o le strategie conflittuali; obiettivi e risultati chiari, monitoraggio e valutazione efficaci; supporto da parte della direzione scolastica e altre autorità; coinvolgimento della comunità, dei genitori e degli alunni; un intervento di durata e intensità adeguata. Come detto in precedenza, questi principi si basano su analisi precedenti di studi sulla prevenzione del rischio e ci offrono un gruppo di evidenze solide e coerenti sui tipi di approcci che funzionano. Una delle carenze identificate nello studio CEOP è la realtà che identificare gli elementi efficaci del programma non significa che questi elementi fanno sì o garantiscono che un programma sarà efficace – tuttavia identificare gli elementi efficaci offre prove utili su come si possono costruire programmi efficaci.

Altri studi citati nel lavoro del CEOP approfondiscono nel dettaglio i metodi e le strategie di apprendimento. Uno studio di Herbert e Lohrmann (2011) esamina il contenuto e le strategie di dieci programmi di educazione sanitaria che sono stati valutati per migliorare i comportamenti a rischio per la salute.³¹ Sono state identificate tre strategie di apprendimento attivo che sono state evidenziate in tutti e dieci i curricula: gioco di ruolo, cooperazione di gruppo e discussione in piccoli gruppi. Dalla loro analisi gli esperti concludono che le strategie efficaci di apprendimento permettono agli studenti di applicare ciò che hanno appreso e le nuove conoscenze grazie alla pratica. Essi insistono sulla necessità di bilanciare il tempo dedicato all'istruzione con il coinvolgimento degli studenti nell'apprendimento attivo e nella pratica delle competenze.

Un altro utile studio di Thomas et al (2015) ha esaminato 50 studi controllati randomizzati sui programmi scolastici per la prevenzione contro il fumo.³² Essi hanno concluso che i programmi più efficaci includevano competenze sociali ed emotive. Si concentravano sul miglioramento delle abilità cognitive, ad esempio la risoluzione dei problemi e il processo decisionale, ma anche sul miglioramento delle abilità sociali ed emotive che permettono ai giovani di resistere alle influenze interpersonali o dei media e di aumentare l'autocontrollo, l'autostima e la capacità di affrontare lo stress.

Una serie di studi recenti ha esplorato l'impatto degli approcci cooperativi (peer-led) nei programmi di prevenzione di successo e l'evidenza della loro utilità emerge anche in alcuni studi che ne suggeriscono l'efficacia, mentre altri sono meno conclusivi.^{33 34} Tuttavia, recenti metanalisi – ad esempio sulla prevenzione dell'HIV – suggeriscono che questo approccio possa avere un impatto positivo.³⁵

Imparare dalle ricerche sulle norme sociali

Un'altra area di ricerca importante per la prevenzione dei rischi considera l'impatto delle norme sociali. Gli studi sull'impatto delle norme sociali sul bullismo suggeriscono che i bambini e i giovani sono fortemente influenzati dalla loro percezione delle norme sociali, e che dare ai bambini informazioni

³¹Herbert, P.C. & Lohrmann, D.K. (2011) 'It's all in the delivery! An analysis of instructional strategies from effective health education curricula'. *Journal of School Health*, 81, 258-264

³²Thomas, R.E., McLellan, J. & Perera, R. (2015) 'Effectiveness of school based smoking prevention curricula: systematic review and meta analysis'. *BMJ Open* 5 (3)

³³MacArthur, G.J. et al. (2016) 'Peer led interventions to prevent tobacco alcohol and drug use among young people ages 11-21 years a systematic review and meta analysis'. *Addiction* 2016 111 (3).

³⁴King, T. & Fazel, M. (2021) 'Examining the mental health outcomes of school-based peer-led interventions on young people: A scoping review of range and a systematic review of effectiveness'. *PLOS one*

³⁵He, H. et al. (2020) 'Peer education for HIV prevention among High risk groups: a systematic review and meta analysis'. *BMC Infectious Diseases* 20 (338)

realistiche sulla prevalenza del bullismo, ad esempio dire loro che non è molto comune, riduce il problema grazie alla normale tendenza a conformarsi.

Uno studio sostiene che:

*“Le molestie persistenti e diffuse nelle scuole possono essere intese come il prodotto di norme scolastiche collettive che considerano le molestie, e i comportamenti che ne permettono l’escalation, come normali e persino desiderabili. Pertanto, un approccio per ridurre le molestie è quello di cambiare la percezione degli studenti di queste norme collettive”.*³⁶

Gli autori ritengono che cambiare la percezione delle norme sociali nelle scuole possa essere utile per cambiare (e ridurre) i comportamenti molesti sostenendo che “i comportamenti pubblici di membri molto connessi e cronicamente importanti in un gruppo, i cosiddetti referenti sociali, forniscono spunti normativi riguardanti ciò che è accettabile e desiderabile per i membri del gruppo.” Un altro studio sul bullismo scolastico ha riscontrato che gli studenti percepiscono in modo sostanzialmente errato le norme collettive per quanto riguarda la diffusione del bullismo e il sostegno degli atteggiamenti di bullismo.³⁷ “Gli autori hanno rilevato che seguire una strategia per comunicare la realtà dei livelli di bullismo portava a significative riduzioni complessive negli atteggiamenti a favore del bullismo così come la prevalenza del bullismo.”

Anche recenti metanalisi che esaminano l’impatto delle norme sociali su una serie di comportamenti hanno sostenuto la rilevanza di un approccio basato sulle norme sociali.³⁸ Questo suggerisce che, se offriamo ai giovani informazioni realistiche sulle sfide pericolose (ad esempio attraverso la ricerca di TVE), la maggior parte dei bambini e dei giovani non si farebbe coinvolgere o non vi parteciperebbe, e questo ridurrebbe i rischi derivanti dal coinvolgimento.

Questo ha implicazioni sull’educazione alla prevenzione, ma anche sul modo in cui le sfide pericolose sono riportate dai media tradizionali, sui social media, nelle scuole e dalle autorità pubbliche. Questi rapporti normalmente omettono qualsiasi senso di scala, anzi implicano che il coinvolgimento sia diffuso, quando invece i dati che abbiamo a disposizione suggeriscono che i tassi di partecipazione sono molto bassi. Questo fatto non solo aumenta (comprensibilmente) l’ansia, ma rischia anche di normalizzare comportamenti atipici.

4.2 Temi chiave e indicazioni dalla scienza della prevenzione

Nel corso di questo progetto abbiamo avuto l’opportunità di lavorare con la dottoressa Gretchen Brion-Meisels, una scienziata esperta di prevenzione della Harvard Graduate School of Education. Il lavoro della dottoressa Brion-Meisels ci aiuta a considerare molteplici quadri teorici che sono alla base della progettazione e dell’attuazione di programmi di prevenzione efficaci. Pensare alla teoria ci aiuta a fare un passo indietro rispetto alle indagini dettagliate degli aspetti correlati all’efficacia e a riflettere, e forse a capire meglio, perché certi approcci hanno più probabilità di essere efficaci e

³⁶Paluck, E.L., & Shepherd, H.(2012) “The Salience of Social Referents: A Field Experiment on Collective Norms and Harassment Behavior in a [High] School Social Network,” Department of Psychology and Public Affairs, Princeton University.

³⁷Wesley Perkins, H., Craig, D.W.,& Perkins, J.M. (2021) “Using social norms to reduce bullying: A research intervention among adolescents in five middle schools.”

³⁸Paulius, Y. et al, (2019) “Using Social Norms to Change Behavior and Increase Sustainability in the Real World: a Systematic Review of the Literature”. Sustainability, 11, 5847 (2019): 1-41.

di successo nel promuovere il cambiamento. Questo consiglio degli esperti ci ha offerto un modo di pensare a come e perché un cambio di comportamento può avvenire, e offre una serie di linee guida su che aspetto avrebbe un programma efficace.

Di seguito riportiamo tre domande essenziali condivise dalla dottoressa Brion-Meisels in relazione alle sfide pericolose e alle bufale:

- Come fanno gli adolescenti a prendere decisioni su ciò che pensano, fanno e provano?
- In che modo gli ambienti li sostengono nel prendere decisioni salutari per il loro sviluppo?
- In che modo le comunità possono sostenere gli adolescenti nel prendere decisioni positive e salutari quando interagiscono tra loro online?

Modelli ecologici di sviluppo

Brion-Meisels spiega che l'approccio chiave a queste domande è radicato nella Scienza dello Sviluppo e nella Scienza della Prevenzione. La scienza dello Sviluppo ci aiuta a capire i processi o i meccanismi che mediano la moltitudine di fattori che influenzano lo sviluppo sociale, emotivo e cognitivo. Allo stesso modo, la Scienza della Prevenzione ci chiede: Cosa significa intervenire nello sviluppo in modi che promuovono i fattori protettivi e riducono i fattori di rischio, così da promuovere il benessere dei giovani? Questi due campi si trovano all'intersezione tra l'educazione e la salute pubblica.

Entrambi i campi identificano lo sviluppo come un aspetto multilaterale e influenzato da fattori contestuali nel tempo. Questo modo di pensare alla crescita e al comportamento umano – spesso indicato come modello ecologico di sviluppo – si basa sul presupposto fondamentale che gli esseri umani si sviluppano nell'interazione con il loro ambiente. Tutti gli esseri umani si sviluppano interagendo con gli altri, con le cose e con gli ambienti che li circondano. Le persone, le cose e gli ambienti cambiano nel tempo. I modelli ecologici di sviluppo ci aiutano a riflettere sui fattori che influenzano la crescita e il comportamento e ci ricordano che ogni individuo è unico.

Modelli di prevenzione

Tenendo in considerazione il modello ecologico, è quindi utile ricordare di considerare i fattori in diversi ambienti, livelli e momenti. Numerosi modelli educativi si concentrano solo sul livello individuale, e pensano a come cambiare i comportamenti dei bambini senza considerare i fattori socioculturali che influenzano il loro comportamento. Possiamo chiamare il settore sul quale interveniamo il "livello" del nostro intervento, ad esempio il livello della società, della comunità, della famiglia, della scuola, dei pari o dell'individuo. Un esempio di intervento a livello individuale è la consulenza psicologica, mentre un intervento a livello di comunità potrebbe essere una campagna di informazione (per esempio le campagne di prevenzione per Covid-19). Le politiche e le campagne di influenza sociale che modificano i comportamenti si situano a livello di macrosistema.

Scienza della prevenzione – linee guida per una prevenzione efficace

Sulla base di quanto detto, riguardo agli approcci ci sono alcune lezioni fondamentali, provenienti dalla scienza della prevenzione, che hanno maggiori probabilità di rivelarsi efficaci:

- *Gli interventi più efficaci sono generalmente a più livelli, avvengono su diversi livelli ecologici, ambienti/contesti e nel corso del tempo.* Questi programmi riconoscono che cambiare il comportamento è difficile e che gli approcci più efficaci per cambiare i comportamenti intervengono a più livelli ecologici contemporaneamente.
- *Gli interventi più efficaci sono integrati e coerenti.* Le soluzioni rapide di solito non danno risultati soddisfacenti. Cambiare il comportamento richiede di cambiare i cuori, le menti, le politiche e la cultura. Proprio come le persone cambiano nel tempo, così anche i nostri programmi di prevenzione e intervento devono essere adeguati allo sviluppo.
- *I sentimenti di competenza, autonomia e relazione sono tutti importanti per la motivazione interiore.* In generale, gli esseri umani agiscono quando sentono di avere le abilità per farlo (ad esempio, gli strumenti per evitare sfide pericolose), una certa libertà di azione nel processo (ad esempio, le scelte di azioni alternative), e una sensazione di connessione con gli altri (ad esempio, la sensazione di aiutare, proteggere o entrare in contatto con gli altri facendo una scelta positiva).
- *I programmi di intervento efficaci adottano un approccio basato sui punti di forza che si fonda sulle abilità e gli interessi dei bambini e li aiuta a entrare in connessione con gli altri in modo sano.* Una programmazione solida si concentra sulle attività salutari e sicure che gli adolescenti possono fare, invece di dire loro semplicemente cosa non fare. Ad esempio, anziché dire “non fumare!” gli adulti potrebbero offrire agli studenti attività alternative dopo la scuola e spazi che forniscano opportunità sociali (ad esempio sport, arte o programmi tecnologici). *L'apprendimento proveniente dal campo della salute sessuale suggerisce che gli approcci inclusivi e completi e che lavorano sulla riduzione del rischio sono più efficaci dell'astinenza.*
- *Lo sviluppo dell'identità è spesso fondamentale durante l'adolescenza, e molti giovani sono particolarmente consapevoli delle disuguaglianze e delle ingiustizie nella loro vita.* I programmi potrebbero considerare come costruire su questo impegno etico fornendo ai giovani la possibilità di pensare e parlare delle questioni etiche che sorgono online. Allo stesso modo, nei casi in cui gli studenti non sono consapevoli delle più ampie implicazioni sociopolitiche delle loro azioni, i programmi dovrebbero affrontare i modi in cui i giovani possono riprodurre involontariamente messaggi dannosi (ad esempio, relativi a peso, bellezza, colore della pelle, ecc).
- *I programmi efficaci favoriscono la conoscenza locale.* Le persone (e le comunità) conoscono bene loro stesse e i riconoscono i propri bisogni.
- *I programmi efficaci si assicurano la partecipazione locale.* Ad esempio, si possono raccogliere spunti da più stakeholder e considerare il problema a livello locale. Significa anche prendersi del tempo per raggiungere un'intesa sulla visione e sui valori su cui si baserà il programma, da rivalutare a intervalli regolari. Assicurarsi che tutte le parti interessate (compresi i giovani) abbiano una voce e un voto.
- *Infine, capire gli ingredienti essenziali di una strategia di prevenzione è utile per consentire ai soggetti locali di mettere a punto e rivedere i programmi, affinché siano culturalmente reattivi.* Le comunità e gli operatori locali conoscono i loro giovani meglio di chiunque altro. Spesso è utile creare diverse opzioni di intervento con diversi tipi di programmazione che le persone possono ricombinare (e modificare).

È chiaro dalle prove esaminate in questo capitolo che ci sono approcci che hanno più probabilità di funzionare e che sono supportati da un corpo significativo di ricerca e teoria. Comprendere i fattori che determinano i cambi di comportamento aiuta a spiegare e rafforzare il motivo per cui alcuni approcci si sono dimostrati efficaci e altri no. Ad esempio, i risultati sulla rilevanza socioculturale e il più ampio sostegno della comunità sono importanti perché i bambini e i giovani sono influenzati da molteplici fattori nel loro ambiente (e il consenso della comunità permette di rafforzare i messaggi a diversi livelli di influenza). Gli approcci efficaci si concentrano sulla competenza sociale ed emotiva e sulla pratica di abilità che possono essere utilizzate quando si affrontano situazioni difficili. Sono anche olistici, multistratificati e coerenti nel tempo, usano le conoscenze della comunità, si concentrano sulla riduzione del rischio e offrono ai giovani sia una voce che delle alternative.

Parte 5: Educazione alla prevenzione: opinioni del gruppo di esperti sugli approcci efficaci e sui modi per migliorare la nostra risposta

5.1 Punti di vista sugli approcci educativi efficaci

Il gruppo di esperti ha discusso le difficoltà che le sfide pericolose presentavano e gli approcci di educazione sulla prevenzione che ritenevano più efficaci.

Approcci che funzionano efficacemente

Si è concordato sul fatto che gli approcci che funzionano efficacemente con i giovani implicano la comprensione dei vantaggi della partecipazione alle sfide dal loro punto di vista. Gli interventi dovrebbero comprendere l'ascolto e il coinvolgimento dei giovani e, dove possibile, la creazione di uno "spazio per pensare", per riflettere insieme a loro sulle questioni e per guidarli nello sviluppo di abilità critiche e di conoscenze. In questo contesto, è opportuno incoraggiare i bambini e i giovani a riflettere sui loro sentimenti e a pensare a come certe esperienze li fanno sentire e perché. Gli esperti concordano sul fatto che le informazioni sulle sfide pericolose debbano essere trasmesse nel contesto più ampio dell'alfabetizzazione mediatica, che aiuta i bambini e i giovani a sviluppare una conoscenza critica e a comprendere i contenuti di tutti i tipi che vedono online, compresi quelli dannosi o rischiosi.

Comprendere meglio e riconoscere le pratiche giovanili in relazione alle sfide

Il gruppo di esperti ritiene che abbiamo bisogno di comprendere meglio la pratica di partecipazione alle sfide (nel contesto delle culture giovanili locali) e parlare con i ragazzi per capire cosa significano per loro le sfide e in che modo contribuiscono alle loro vite. Appare necessaria una forte enfasi sul coinvolgimento dei bambini e dei giovani e sulla comprensione delle loro prospettive come punto di partenza per plasmare gli interventi. Alcuni esperti del gruppo hanno fatto notare anche che dovremmo riconoscere la razionalità di partecipare a sfide online per alcuni giovani come un modo per ottenere Mi Piace, condivisioni e, in ultima analisi, cercare la "fama" come percorso di uscita dalla povertà in contesti in cui altri percorsi tradizionali di riscatto sociale (ad esempio l'istruzione) sono limitati o chiusi. In questo contesto, è stato evidenziato che le piattaforme dovrebbero garantire che le loro strategie di moderazione impediscano agli influencer di utilizzare sfide pericolose come un modo per crearsi un seguito.

Lavoro di educazione e sicurezza con i bambini piccoli

Si è percepita la notevole necessità di programmi di educazione sulla sicurezza di internet per i bambini più piccoli e si è valutato che molti interventi inizino troppo tardi, molto tempo dopo che i bambini e i giovani sono esposti a contenuti dannosi o rischiosi. Il gruppo di esperti ha notato che la programmazione esistente spesso raggiunge a malapena i minori di 10 anni e non riesce a trasmettere abbastanza presto le abilità critiche di cui i bambini hanno bisogno.

Complessità e tempo necessario per risposte efficaci

Gli esperti si sono trovati d'accordo sul fatto che gestire la prevenzione in modo efficace richiede

tempo e che una lezione una tantum, guidata dall'insegnante, che include informazioni su un dato argomento o rischio non è sufficiente per chiarirne la complessità. Tuttavia, laddove le scuole stanno lavorando sulla sicurezza online (e questo varia considerevolmente da un Paese all'altro e tra diverse località) spesso le scuole richiedono soltanto singole lezioni di quel tipo. Gli esperti hanno condiviso gli ostacoli comuni che non consentono di trovare tempo e spazio per lavorare in modo coerente e sistematico negli ambienti scolastici, seguendo un programma specifico.

Le scuole sono gli ambienti giusti?

Come si è detto in precedenza, gli esperti hanno concordato sulla necessità di trovare spazi in cui incoraggiare i bambini e i giovani a pensare e parlare in modo autonomo dell'ambiente digitale. Di solito si procedeva a riunire diversi gruppi di bambini e giovani per discutere, con un adulto ad ascoltare e fare da guida. Tuttavia, poiché le scuole tendono ad essere ambienti che subiscono forti pressioni accademiche, ci si è chiesti se le scuole potessero o dovessero creare spazi per l'apprendimento sociale ed emotivo, o se fosse più opportuno rispondere a questa esigenza al di fuori dell'ambiente scolastico e con l'aiuto di un più ampio insieme di soggetti, come assistenti sociali, educatori, assistenti all'infanzia e genitori. Tuttavia, si è riconosciuto anche che in alcuni Paesi e luoghi i bambini non hanno accesso ad altri ambienti strutturati (a parte la scuola) dove potrebbero partecipare a un programma o intervento mirato.

Si è inoltre sottolineato che, oltre a lavorare faccia a faccia con gruppi di bambini per esplorare le loro esperienze online, è importante anche per le piattaforme online stesse rafforzare i messaggi sul tema e dare loro credibilità. Gli esperti ritengono che messaggi e strumenti sull'educazione alla prevenzione dovrebbero essere messi a disposizione online negli spazi (servizi online, app e piattaforme) in cui i bambini e i giovani trascorrono il loro tempo anziché fare affidamento soltanto sulle occasioni di apprendimento offline. Questo aspetto è considerato ulteriormente nella sezione 5.4 relativa alle idee per interventi a livello di piattaforma.

Genitori

Gli esperti del gruppo hanno identificato una serie di problemi nel fare affidamento sui genitori per educare alla prevenzione. Supporre che i genitori aiuteranno i bambini a valutare in modo critico i rischi implica un certo approccio genitoriale (che può essere culturalmente specifico) e presuppone che i genitori siano consapevoli dei rischi online e riconoscano che i bambini hanno bisogno di protezione. Gli esperti hanno anche descritto gruppi di genitori che sono essi stessi così coinvolti nel mondo digitale online che è improbabile che riflettano in modo critico su questioni di sicurezza o pericoli. Alcuni esperti hanno sottolineato che in molti contesti globali pensare alla sicurezza online è ancora considerato un lusso che si applica a gruppi elitari.

Alcuni esperti hanno notato il problema opposto, descrivendo strategie di genitorialità digitale incoerenti e guidate dal panico in particolari momenti di attenzione mediatica (ad esempio con la rimozione dei dispositivi) dovuti alla scarsa comprensione della vita digitale dei loro figli. Eppure, nonostante questi ostacoli e le difficoltà nel lavorare con i genitori, gli esperti concordano sul fatto che il lavoro di prevenzione ha molte più probabilità di avere successo quando i genitori e le comunità sono coinvolti.

Chi dovrebbe guidare le iniziative di prevenzione?

La discussione qui sopra ha sollevato questioni su come dovremmo mettere a disposizione program-

mi di prevenzione e su chi dovrebbe assumersi la responsabilità di portarli avanti, viste le pressioni sul sistema scolastico e considerando che alcuni genitori potrebbero non riconoscerne la necessità. Alcuni esperti ritengono che spesso facciamo eccessivo affidamento sulle scuole e che abbiamo bisogno di un approccio più ampio. Attualmente le ONG sembrano guidare le iniziative di prevenzione e le risposte (anche se è stato sottolineato che queste non sono sempre basate sull'evidenza o valutate in modo indipendente). Gli esperti del gruppo hanno convenuto che, idealmente, gli interventi dovrebbero essere multistratificati e coinvolgere bambini e giovani, genitori ed educatori, nonni, assistenti sociali, insegnanti, ma anche i media tradizionali e i social. Ci è stato segnalato che, pur riconoscendo l'importanza di interventi multicomponente, è difficile ottenere finanziamenti e sostegno per questi interventi più complessi e significativi con i bambini. Sono state sollevate preoccupazioni sul fatto che i più vulnerabili non ricevono spunti a scuola o a casa, e che si fa affidamento sulle ONG per raggiungere i bambini e i giovani a rischio. Questo si collega anche al punto sottolineato sulle responsabilità dei provider di offrire messaggi di educazione e prevenzione all'interno di app, piattaforme e servizi, importanti soprattutto per i giovani che non sono supportati in nessun ambiente offline.

Metodi efficaci per lavorare con i bambini

Il gruppo di esperti ha descritto il valore dei programmi di mentoring tra pari e delle iniziative che coinvolgono bambini e giovani in cui loro stessi condividono esperienze con i coetanei e hanno un ruolo di guida. Si ritiene che i programmi abbiano successo perché sono guidati da giovani cresciuti in un ambiente digitale simile (e hanno affrontato scelte simili) rispetto alle persone che stanno guidando. Un altro approccio evidenziato è stato l'apprendimento esperienziale, spesso realizzato tramite approcci di gamification e progetti che permettono ai giovani di allenare le loro abilità (anche emotive e di regolazione, che permettono loro di riconoscere i sentimenti, stabilire confini personali e usare le abilità di rifiuto). Gli esperti hanno riconosciuto le complesse dinamiche sociali, culturali e materiali associate alle sfide pericolose e non hanno ritenuto che vi sia un unico approccio da seguire, ma hanno sottolineato piuttosto la necessità di adottare strategie multiple.

A che età parlare ai bambini delle sfide e come

Al gruppo di esperti è stato chiesto quale fosse il modo giusto di parlare delle sfide e in particolare se nominarle o meno, poiché la mancanza di un consenso su questo punto può essere una barriera per affrontare il tema. L'opinione della maggioranza è che la decisione si dovrebbe basare su un giudizio equilibrato e specifico per il contesto, invece che suggerire che esista un unico approccio giusto o sbagliato. È stato riconosciuto un senso di ansia e riluttanza da parte di genitori e insegnanti nel parlare in modo proattivo di sfide specifiche per il timore di suscitare interesse in bambini che altrimenti potrebbero non essere esposti al fenomeno (una preoccupazione rilevata anche dai dati TVE).

L'opinione generale è che sia utile parlare delle sfide quando si sa già che esiste un'esposizione diffusa. Questo perché, per essere efficaci, gli interventi devono essere aperti e autentici e se una sfida ha fatto parte della vita online dei bambini, gli adulti devono essere in grado di affrontare la questione direttamente. Inoltre, gli esperti ritengono che gli adulti debbano essere considerati una fonte credibile di informazioni e di esperienza per far sì che i bambini e i giovani cerchino il loro aiuto. Un partecipante ha descritto il valore di parlare genericamente dei tipi di sfide, ad esempio quelle che possono causare gravi danni fisici o quelle che possono causare danni emotivi per via di contenuti inquietanti e angoscianti. Si ritiene che questo sia un approccio più positivo rispetto all'elencare specifiche sfide e potenzialmente suscitare interesse. Con i bambini piccoli in particolare, è stato notato che è utile in-

segnare le “abilità di rifiuto” più in generale, in modo che i bambini piccoli siano incoraggiati a riconoscere il disagio o la confusione e ad allontanarsi da qualcosa che li turba, per poi informare un adulto.

La maggior parte degli esperti del gruppo ritiene che sfide specifiche dovrebbero essere menzionate solo quando si lavora in un contesto in cui i bambini guidano la conversazione, quando sono loro a menzionarle per primi o quando sono stati chiaramente esposti. Il dottor Graham consiglia di adottare un approccio di “inoculazione” in cui ai bambini (in età di scuola primaria) viene presentata l’idea delle sfide, e gli viene spiegato in cosa consistono, in modo che siano preparati a questo tipo di contenuti prima di incontrarli.

5.2 Guida e consigli esistenti su come affrontare le sfide

Guida DfE sulle sfide online pericolose e le bufale

Al momento esistono esempi limitati di linee guida su sfide pericolose o sfide bufala. Un utile tentativo di sviluppare una guida per inquadrare le risposte è la guida DfE del Regno Unito per le scuole e i college.³⁹

UK example of best practice guidance - DfE guidance “Harmful Online Sfides and Online Hoaxes”

La guida definisce le sfide pericolose e le bufale come una forma di contenuto dannoso che i bambini e i giovani dovrebbero avere l’opportunità di conoscere:

“I bambini e i giovani dovrebbero avere l’opportunità di imparare a identificare e rispondere criticamente a contenuti pericolosi o dannosi. È quindi importante che le istituzioni forniscano spazi sicuri e aperti dove i bambini e i giovani possano fare domande e condividere preoccupazioni su ciò che sperimentano online senza sentirsi sciocchi o essere colpevolizzati. [...] È importante chiarire le opportunità che i bambini e i giovani hanno per accedere al supporto se sono curiosi, preoccupati o turbati”.

La guida sottolinea che le istituzioni dovrebbero cercare la consulenza di esperti, e valutare razionalmente il rischio posto da sfide e bufale. La guida invita le istituzioni a giudicare la probabilità che i bambini e i giovani siano a conoscenza di una bufala prima di decidere se affrontarla o meno:

“In generale, nominare una bufala online e fornire avvertimenti diretti non è utile. Le preoccupazioni sono spesso alimentate da pubblicità controproducente, di solito generata sui social media, e potrebbero non essere basate su eventi confermati o autentici o su rischi reali per bambini e giovani. Esistono esempi di bufale in cui gran parte del contenuto è stato creato da coloro che rispondevano alla storia riportata, aumentando inutilmente l’esposizione di bambini e giovani a contenuti angoscianti.

Se si ha la certezza che i bambini e i giovani conoscono e si sono fatti coinvolgere da una sfida reale che potrebbe metterli a rischio, allora è opportuno affrontare direttamente la questione. È necessario considerare attentamente il modo migliore per farlo. Può essere opportuno offrire un sostegno mirato a un particolare gruppo di età o a singoli bambini a rischio. È opportuno ricordare

³⁹Para elaborar esta guía, el Gobierno del Reino Unido ha contado con la colaboración del UKCCIS (Consejo del Reino Unido para la Seguridad de los Niños en Internet) y la organización Samaritans. La guía completa está disponible en <https://www.gov.uk/government/publications/harmful-online-challenges-and-online-hoaxes/harmful-online-challenges-and-online-hoaxes>

che, anche in caso di sfide reali, molti bambini e giovani potrebbero non esserne a conoscenza e non averla vista. È fondamentale soppesare attentamente i vantaggi di mettere in evidenza in tutta l'istituzione i potenziali danni legati a una sfida rispetto all'inutile aumento dell'esposizione dei bambini e dei giovani ad essa".

Altre linee guida che sono state prodotte sulle sfide condividono temi simili a quelli indicati sopra, dove il consiglio è di evitare di nominare sfide specifiche, ricercare di cosa si tratta, fornire ai bambini strategie per affrontare contenuti difficili, sconvolgenti o rischiosi, e incoraggiare i bambini e i giovani a cercare aiuto se ne hanno bisogno. Generalmente i consigli includono anche il fatto di lavorare per aiutare a sviluppare le capacità di pensiero critico dei bambini e aiutarli a imparare a resistere alla pressione dei coetanei.⁴⁰

Esistono anche alcuni utili esempi di guide prodotte per consigliare e sostenere i genitori e aiutarli a saperne di più su una serie di sfide diverse e sul relativo funzionamento,⁴¹ nonché alcuni esempi limitati di risorse di supporto rivolte ai bambini, che li incoraggiano a bloccare e segnalare se incontrano contenuti su sfide pericolose o sfide bufala.⁴²

Esempi di buone pratiche per affrontare sfide pericolose – lavoro brasiliano dell'Istituto Dimi Cuida

L'istituto ha sviluppato un programma per affrontare le sfide pericolose. Questo include una serie di strumenti educativi e risorse che i genitori possono usare a casa per insegnare ai bambini come il corpo può essere danneggiato dalle sfide e come queste possono avere un impatto sulla salute.

Un esempio che l'istituto ha messo in pratica è un programma per la scuola, attivato dalla prima media fino al termine delle superiori. Il programma includeva corsi di formazione per tutto il personale scolastico, non solo i docenti ma tutti gli adulti, compresi i bidelli e la sicurezza. L'istituto ha collaborato con gli insegnanti per attivare sessioni per i bambini di tutti i gruppi di età. Inoltre, ha lavorato con le famiglie, spiegando a genitori ed educatori perché, secondo le ricerche, i bambini sono attratti dalle sfide e dal rischio. La valutazione è stata molto positiva: i genitori hanno affermato di capire meglio gli stati d'animo e i comportamenti dei loro figli.

L'approccio dell'Istituto è stato inizialmente costruito intorno a una partnership con APEAS (Agir pour la prévention des jeux dangereux) di Parigi e modellato sul loro programma di prevenzione.

⁴³ Il suo sviluppo, è stato anche fortemente influenzato dal programma Open Circle del Wesley College negli Stati Uniti, che offre curricula di apprendimento sociale ed emotivo basato sull'evidenza.⁴⁴ L'Istituto usa approcci a cerchio aperto per guidare i gruppi e incoraggiare i bambini e i

⁴⁰<https://www.saferinternet.org.uk/blog/advice-schools-responding-online-challenges> or for example <https://www.webwise.ie/uncategorized/responding-to-online-challenges-and-hoaxes/>

⁴¹13 Online Challenges Your Kid Already Knows About (Common Sense Media) <http://www.common sense media.org/blog/viral-youtube-challenges-internet-stunts-popular-with-kids>

⁴²<https://www.bbc.com/ownit/its-personal/when-you-see-something-scary-online> see also <https://www.internetmatters.org/connecting-safely-online/advice-for-young-people/the-hard-stuff-on-social-media/scary-challenges/>

⁴³APEAS Agir pour la prévention des jeux dangereux, cfr. <https://www.jeudufoulard.com/> questa organizzazione è stata istituita nel 2002 per educare genitori e professionisti sulle sfide pericolose e per evitare danni ai bambini.

⁴⁴<https://www.open-circle.org/>

giovani ad aprirsi riguardo alla loro vita online. L'istituto raccomanda la creazione di un programma locale di competenza sociale che lavori su scelte, responsabilità, empatia e cittadinanza.⁴⁵

Esempio di approcci collaborativi – Project Rockit in Australia – un movimento guidato dai giovani per affrontare il cyberbullismo

Per oltre un decennio, invece di stare a guardare, PROJECT ROCKIT ha dato agli studenti gli strumenti per opporsi al bullismo, all'odio e al pregiudizio. Attraverso la lente del (cyber)bullismo, questi workshop esplorano temi di inclusione, relazioni rispettose, leadership sociale, diversità, valori, etica ed empatia.

PROJECT ROCKIT crea spazi in cui tutti i giovani hanno accesso a rispetto, accettazione, espressione creativa e reali capacità di leadership. Il progetto invia nelle scuole giovani educatori altamente qualificati e appassionati per condurre workshop che permettono agli studenti di essere promotori di un cambiamento positivo a scuola, online e oltre.

Apprendimento pratico, non solo a parole

- Attraverso giochi di ruolo, attività, esperimenti e discussioni interattive, gli spunti chiave sono promossi dagli studenti e i messaggi fondamentali sono comunicati in modo sicuro attraverso l'apprendimento esperienziale.

Focus basato sui punti di forza

- I workshop sono fortemente incentrati sulla creazione di norme positive. Il progetto mira ad aumentare la consapevolezza sociale e di sé degli studenti e a creare un ambiente in cui la diversità è apprezzata.

Allineamento dei risultati

- I risultati dei workshop sono in linea con il curriculum australiano, il quadro eSmart AMF e il progetto è ufficialmente certificato dall'ufficio federale eSafety.

Strategie proattive

- Fornisce ai giovani sia strategie per affrontare il (cyber)bullismo quando si verifica, che strategie proattive per mantenere sé stessi e gli altri al sicuro, connessi e supportati

Esempio statunitense di un approccio di apprendimento con gamification

The Social Institute (TSI) fornisce una piattaforma di apprendimento online basata sulla gamification che permette agli studenti di navigare nel loro mondo sociale – social media e tecnologia – per alimentare la loro salute, felicità e successo futuro. Rafforzando i punti di forza del carattere come empatia, integrità e lavoro di squadra e presentando modelli di comportamento (dai leader studenteschi agli atleti olimpici statunitensi), TSI adotta un approccio rilevante e positivo per ispirare gli studenti a fare scelte positive e di carattere con la parola d'ordine #WinAtSocial

⁴⁵(<http://www.institutodimicuida.org.br/en/como-prevenir/>)

(vincere ai social).

TSI offre alle comunità scolastiche:

- #WinAtSocial LIVE: Un programma di consulenza sociale ed emotiva a distanza o di persona, collaborativo, che affronta argomenti attuali ogni settimana.
- #WinAtSocial Gamified Curriculum: Curriculum annuale pronto, dai 9 ai 18 anni, che si occupa di apprendimento socioemotivo, social media e tecnologia, presentato facilmente e in modo flessibile durante le ore di consulenza, durante le attività della prima ora, nelle lezioni sulla salute, nei programmi residenziali o in educazione civica.
- Risorse per i genitori: Per aiutare i genitori a stare al passo con i tempi e ad aiutare i figli a fare scelte positive grazie a presentazioni e contenuti per genitori.
- Webinar o lezioni in presenza per studenti, genitori ed educatori: La loro apprezzata lezione sui social media, la tecnologia e l'apprendimento socioemotivo emozionano e responsabilizzano studenti, genitori ed educatori.

5.3 Guida alla segnalazione e alla condivisione mediatica

Nella parte 1 di questo rapporto abbiamo parlato dell'impatto negativo delle notizie mediatiche sulle sfide bufala. Gli esperti del gruppo hanno discusso i modi in cui la copertura mediatica può alimentare l'interesse, la consapevolezza, il fascino e la partecipazione. Abbiamo visto che, con le sfide bufala, la copertura può essere promossa dalla buona intenzione di sensibilizzare, ma può essere controproducente e creare allarme da parte di organizzazioni che cercano di promuovere la sicurezza.

Gli esperti hanno suggerito che le linee guida per i media potrebbero avere un ruolo nell'affrontare questo problema e hanno indicato linee guida che esistono riguardo alla segnalazione di suicidi.⁴⁶ Nel Regno Unito, la guida sviluppata dall'associazione Samaritans affronta la necessità di riflettere attentamente su come il suicidio è presentato nei media per evitare l'emulazione o i cluster di suicidi. Seguendo le linee guida del Regno Unito, il National Institute for Clinical Excellence ha sviluppato un utile standard di qualità per l'informazione sui suicidi da parte dei media.^{47 48} Altri esempi di linee guida importanti e credibili per la prevenzione dei suicidi sono le linee guida "Recommendations for reporting on suicide" (raccomandazioni per l'informazione sui suicidi) negli Stati Uniti e "Preventing suicide: a resource for media professionals" (prevenzione dei suicidi: una risorsa per i professionisti dei media) dell'Organizzazione Mondiale della Sanità.⁵⁰

⁴⁶<https://www.samaritans.org/about-samaritans/media-guidelines/media-guidelines-reporting-suicide/>

⁴⁷<https://www.nice.org.uk/guidance/qs189/chapter/Quality-statement-3-Media-reporting>

⁴⁸Questo standard di qualità si basa sulle seguenti fonti: la guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità Preventing suicide: a resource for media professionals; Media guidelines for reporting suicide dell'associazione Samaritans; il Codice di trasmissione dell'Ufficio federale delle comunicazioni (OFCOM); Independent Press Standards Organisation (IPSO). Le linee guida NICE sulla prevenzione del suicidio nelle comunità e nei contesti di detenzione delinea i criteri chiave per parlare del tema. Questi includono l'uso di un linguaggio sensibile che non stigmatizzi o possa in altro modo turbare le persone colpite, riducendo le notizie speculative, evitando di presentare dettagli sui metodi, e fornendo storie di speranza e di ripresa, nonché indicazioni per ricevere supporto.

⁴⁹<https://www.reportingonsuicide.org/> Queste linee guida nascono da una collaborazione tra esperti di prevenzione dei suicidi, professionisti della salute pubblica, giornalisti e organizzazioni mediatiche

⁵⁰https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/resource_media.pdf – guida basata sulle evidenze e nata da un'analisi delle indagini sui suicidi per emulazione

Potenziali implicazioni per le sfide pericolose e le sfide bufala

In contrasto con la copertura mediatica, l'associazione Samaritans trova che quando ci si impegna direttamente a lavorare con gli individui, parlare direttamente di suicidio con chi si ritiene possa avere questo genere di pensieri è l'approccio più protettivo e può aiutare direttamente una persona in difficoltà⁵¹. Questo suggerisce che sia necessario fare una distinzione tra l'attenzione mediatica, la generale sensibilizzazione su sfide pericolose e sfide bufala e, come si è detto, parlare candidamente e direttamente con gruppi di giovani che possono essere a rischio. Tuttavia, la guida per la prevenzione dei suicidi di cui sopra (e le analisi dell'impatto dei media su cui si basano) suggerisce che le linee guida dei media potrebbero giocare un ruolo importante nel ridurre l'impatto negativo di sfide pericolose e bufale.

Diverse esperienze di bufale – linee guida dei media tedeschi

Un risultato interessante della ricerca TVE è stato che l'esposizione e l'impatto delle bufale in Germania è inferiore rispetto agli altri Paesi in cui è stato condotto il sondaggio. È possibile che le bufale (e le sfide bufala) abbiano avuto una diffusione più limitata in Germania, che riflette le diverse risposte dei media e del pubblico. Ci è stato segnalato che il codice della stampa tedesca pone restrizioni sulle notizie che contengono dettagli sulle vittime, sui bambini e su malattie, ferite e suicidi (sezione 8)⁵². Può essere opportuno studiare più approfonditamente come mai la Germania si distingua per il ridotto impatto delle bufale.

Linee guida per siti e piattaforme che ospitano contenuti generati dagli utenti

Oltre alla guida per i media tradizionali, Samaritans ha pubblicato anche una guida per i siti e le piattaforme che ospitano contenuti generati dagli utenti. Questa guida include bufale che parlano di suicidi, sfide e patti⁵³ come categorie di contenuti che dovrebbero avere la priorità nelle strategie di moderazione (ad esempio, bloccando i termini di ricerca dannosi relativi alle bufale che riguardano i suicidi). Sarebbe preziosa un'ulteriore guida specifica su come affrontare i contenuti generati dagli utenti in cui gli utenti condividono avvertimenti su bufale che riguardano suicidi come se fossero vere.

5.4 Idee dal gruppo di esperti per interventi a livello di piattaforma

Il gruppo di esperti ha considerato possibili interventi a livello di piattaforma e ha evidenziato il ruolo essenziale di una moderazione tempestiva e della rimozione delle sfide pericolose per prevenire l'esposizione. In termini di supporto agli approcci di alfabetizzazione mediatica, il gruppo ha ritenuto che ci siano molte strade importanti per le piattaforme, compresa una chiara informazione e linee di segnalazione per consentire agli utenti di segnalare questi contenuti. Inoltre, gli esperti hanno rite-

⁵¹<https://www.samaritans.org/how-we-can-help/if-youre-worried-about-someone-else/supporting-someone-suicidal-thoughts/>

⁵²La Dra. Jutta Croll, membro de nuestro panel de expertos de Alemania, sugirió que la reducción de la exposición y el impacto podría ser el resultado del cumplimiento de las claras directrices que los medios de comunicación deben seguir para informar sobre este tipo de contenido.

<https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/>
Véase también [Reducing_access_to_harmful_self-harm_and_suicide_content_online_FINAL.pdf](https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/) (samaritans.org)

⁵³<https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/>
Cfr. anche [Reducing_access_to_harmful_self-harm_and_suicide_content_online_FINAL.pdf](https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/) (samaritans.org)

nuto che le piattaforme potrebbero impiegare in modo proattivo gli influencer dei social media per produrre contenuti per influenzare, educare e informare su questi argomenti. Questi potrebbero essere volutamente promossi sulla piattaforma, in modo da raggiungere un vasto pubblico. Gli esperti ritengono che le piattaforme avrebbero una migliore comprensione di come rendere le sfide pericolose meno affascinanti, o le alternative più desiderabili, e potrebbero lavorare con i giovani creatori per progettare insieme (e testare) contenuti efficaci di questo tipo. Questo potrebbe aiutare a contrastare la tendenza di alcuni influencer a cercare di guadagnare seguito o approvazione compiendo sfide rischiose.

Un ulteriore intervento suggerito dagli esperti è stato quello di imporre pause e mettere a disposizione più strumenti educativi sulla piattaforma e informazioni sulle sfide nel punto in cui gli utenti incontrano i contenuti. Sebbene si sia d'accordo sull'importanza dei processi di moderazione per sopprimere attivamente le sfide pericolose, si è ritenuto che, per le sfide inutili, antisociali o sgradevoli ma non rischiose, sia più utile mettere a disposizione sulle piattaforme educazione e informazione. Nel momento in cui si diffonde, la piattaforma potrebbe mettere a disposizione ulteriori informazioni (in termini neutrali/fattuali) su una sfida – potenzialmente sotto forma di pop up. Tra i suggerimenti per il contenuto troviamo messaggi come: “altri utenti hanno segnalato che questa attività può causare danni” per le sfide, o “altri utenti hanno segnalato che si tratta di una bufala creata per causare disagio – condividerla aumenterà la sua popolarità e farà sì che altre persone la vedano” per le sfide bufala.

Gli esperti sono consapevoli dei rischi di conseguenze indesiderate, perché ad esempio le etichette di avvertimento sul contenuto possono servire a rendere il contenuto più affascinante e ad aumentarne il consumo, ma si sono detti d'accordo che informazioni fattuali di basso profilo potrebbero essere utili. Abbiamo visto dalla ricerca di TVE che gli adolescenti valutano il rischio leggendo i commenti e guardando i video di avvertimento; quindi, sembra che i giovani siano influenzati dai contenuti in questa fase.

Gli esperti hanno discusso sul fatto che le tecniche di incoraggiamento per creare approcci di cambiamento dei comportamenti funzionino o meno con i giovani, e si è rimarcata la necessità di approcci discreti, il cui impatto sia testato e che siano monitorati nel tempo (in quanto possono diventare meno efficaci se le pause o altri tentativi di influenzare il comportamento diventano normali per i giovani). Si è inoltre concordato che gli approcci debbano essere coordinati, riconoscendo che la soppressione dei contenuti su una piattaforma comporta il rischio di aumentare la visibilità su altre piattaforme, a meno che non ci sia uno sforzo coordinato e sistematico tra le piattaforme.

Necessità di informazioni autorevoli e tempestive sulle sfide

Gli esperti hanno identificato la necessità di informazioni specifiche, di alta qualità e utili sulle singole sfide pericolose e sulle sfide bufala, che possono essere condivise in modo tempestivo. Un unico punto centrale (o un sito web ricercabile) potrebbe contenere e diffondere informazioni basate sulle evidenze e ridurre la confusione e le voci che possono aumentare la viralità di alcuni di questi contenuti, compresi i contenuti “secondari” (ad esempio segnalazioni e video e post di avvertimento). Le informazioni utili comprenderebbero informazioni sulla diffusione, sulla metodologia della sfida pericolosa o della bufala e dati sulla sua origine, sulla portata e i potenziali impatti sulla salute fisica e mentale della partecipazione. Questo approccio collettivo indipendente potrebbe anche aprire la strada a un approccio più coerente a questo contenuto su diverse piattaforme.

Parte 6: Raccomandazioni

I dati che abbiamo a disposizione suggeriscono che la maggioranza dei bambini non partecipa in prima persona a sfide di alcun tipo (comprese quelle divertenti e sicure) e che solo una piccola minoranza dei partecipanti è coinvolta in quelle pericolose. Tuttavia, dato l'impatto che le sfide pericolose possono avere sui singoli bambini che le praticano, è importante capire come possiamo migliorare la sicurezza e il lavoro di prevenzione in questo settore.

Abbiamo rilevato che, quando si tratta di sfide pericolose, la vulnerabilità e le motivazioni dei partecipanti possono essere complesse e comprendere fattori sociali, emotivi, culturali e di sviluppo che sfuggono agli interventi semplicistici o ai messaggi che puntano sull'astinenza. Questo rapporto suggerisce l'importanza di fornire ai bambini, così come a genitori, educatori, insegnanti e comunità, informazioni e strumenti per meglio valutare, affrontare e gestire questo rischio online. In questa sezione finale riassumiamo le idee utili e le strategie di prevenzione che abbiamo identificato e discusso in questo rapporto.

Le nostre raccomandazioni qui di seguito si concentrano su un'efficace educazione sulla prevenzione e su approcci preventivi rivolti principalmente a bambini e giovani (e a coloro che si occupano di loro o lavorano con loro). Tuttavia, è importante sottolineare che l'educazione alla prevenzione (sebbene sia il focus di questo rapporto) non è l'unica soluzione e che un certo numero di soggetti ha un ruolo chiave nell'affrontare le sfide pericolose in modi che vanno oltre l'educazione e l'alfabetizzazione mediatica. In particolare, è chiaro dalla nostra esplorazione di questo problema che le piattaforme stesse hanno una responsabilità essenziale in relazione all'efficace moderazione dei contenuti. Le piattaforme dovrebbero dare la priorità all'identificazione e alla rimozione di questi contenuti e dovrebbero usare proattivamente gli algoritmi per far emergere le sfide pericolose e impedire che questi contenuti siano visti dagli utenti più giovani. Le piattaforme hanno inoltre la responsabilità di assicurarsi di trasmettere messaggi chiari ed educativi all'interno dei loro servizi e flussi di segnalazione user-friendly in modo che gli utenti siano incoraggiati a segnalare contenuti dannosi e pericolosi e siano in grado di farlo facilmente.

Raccomandazioni su approcci di prevenzione efficaci

Raccomandazioni per le organizzazioni (comprese le ONG, le organizzazioni comunitarie o le scuole) che sviluppano programmi di prevenzione per ridurre i comportamenti a rischio (comprese le sfide pericolose):

- Considerare il corpo di ricerca esistente e il solido consenso su ciò che contribuisce a un'efficace educazione alla prevenzione.⁵⁴
- Progettare interventi e programmi in modo da riconoscere l'impulso dei giovani a imparare nuove abilità, e sviluppare e superare le sfide nell'ambito della crescita. Fornire modi per aiutare i bambini e i giovani a distinguere tra rischio accettabile e inaccettabile (rico-

⁵⁴<https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-and-resources/resources/key-principles-effective-prevention-education>

noscendo che correre rischi può creare opportunità positive per la crescita personale, purché i rischi siano proporzionati e compresi). Dove possibile, offrire scelte alternative e opportunità di esplorare e sperimentare che siano significative e divertenti.

- In linea con la filosofia dell'UNCRC e il diritto dei bambini e dei giovani alla partecipazione e ad avere voce in capitolo negli interventi che li riguardano – coinvolgere i bambini e i giovani nella coprogettazione/creazione di materiali educativi e promuovere la partecipazione o la guida di coetanei o di giovani ambasciatori.
- Considerare di utilizzare una serie di strategie che coinvolgano i bambini e li incoraggino a pensare criticamente alle pratiche online in uno spazio in cui non sono giudicati. Considerare la progettazione e l'utilizzo di approcci di apprendimento attivo ed esperienziale, compresa la gamification o le attività in cui i giovani possono mettere alla prova le abilità e sperimentare diversi approcci che possono poi utilizzare quando si confrontano con contenuti rischiosi.
- Gli interventi avranno più successo se sono sostenuti e rafforzati dalle comunità locali. Gli interventi dovrebbero includere e coinvolgere i bambini locali, i genitori e le scuole (nonché, dove possibile, qualsiasi altro spazio più informale in cui i bambini trascorrono il tempo nelle loro comunità).
- Incoraggiare i genitori ad adottare interventi efficaci con i loro figli, inquadrandoli intorno a una comunicazione aperta e al pensiero critico. Aiutare i genitori a riconoscere che rimuovere i dispositivi o semplicemente dire ai bambini di non usarli può essere controproducente.
- Per i bambini più piccoli, riconoscere che l'educazione sulla prevenzione deve essere appropriata e correlata alle loro capacità in via di sviluppo. Potrebbe essere necessario concentrarsi su come aiutarli a riconoscere quando qualcosa li sconvolge o li confonde e dare loro la capacità e la fiducia per allontanarsi.

Raccomandazioni per le ONG locali, le organizzazioni comunitarie, le scuole o i gruppi di genitori quando si considera come affrontare specificamente le sfide pericolose:

- Includere le sfide pericolose in strategie educative e di alfabetizzazione mediatica che siano basate sull'evidenza e la cui efficacia sia valutata indipendentemente.
- Quando si lavora con un gruppo specifico di bambini e giovani, decidere se è appropriato nominare una sfida in modo specifico se sta causando preoccupazione. In alcuni contesti risulta più autentico e protettivo menzionare direttamente la questione piuttosto che girarci intorno, ma questo richiederà un giudizio equilibrato. Realizzare interventi guidati dai bambini tenderà a indicare se è opportuno nominare direttamente una sfida o meno.
- Quando si lavora con i bambini, è opportuno riconoscere il valore dell'inoculazione psicologica, che può essere ottenuta parlando di tipi di sfide invece che di casi specifici (ad esempio, sfide che hanno un impatto sul corpo e che possono causare gravi danni fisici).
- Abbiamo riscontrato che raramente è utile aumentare semplicemente la consapevolezza (ad esempio tra i genitori, o in una comunità scolastica) con interventi una tantum. Gli

interventi richiedono tempo di riflessione, discussione, approfondimento e strutturazione delle informazioni, segnalando anche ulteriore supporto e consigli pratici su cosa fare. Sarebbe utile combinare questi approcci con gli interventi esistenti di alfabetizzazione mediatica e di competenza sociale ed emotiva.

- Riconoscere che i giovani vogliono partecipare e cercano opportunità di compiere scelte positive – offrire loro informazioni sulle sfide accurate, oneste e utili e che li aiutino a valutare il rischio. Questo si collega a fornire informazioni migliori e più utili (e affidabili) sia online che offline.
- Seguendo la ricerca sulle norme sociali, condividere il fatto che la maggior parte dei giovani in realtà non partecipa alle sfide pericolose.

Raccomandazioni per le piattaforme online di migliorare l'alfabetizzazione e includere approcci educativi (per una discussione più completa delle responsabilità del settore, incluse le strategie essenziali di moderazione e rimozione, cfr. sopra):

- Affrontare l'attuale mancanza sulle piattaforme di risorse dedicate all'alfabetizzazione mediatica su sfide pericolose per giovani, genitori ed educatori. Fornire informazioni sulla piattaforma su come valutare e segnalare sfide potenzialmente dannose e su come riconoscere le bufale.
- Collaborare con i creatori e gli influencer per fornire indicazioni sulle sfide pericolose e ridurre l'appetibilità della partecipazione e dell'impegno (condivisione, mi piace e commenti).
- Sostenere il processo decisionale dei giovani creando momenti nel viaggio dell'utente in cui è incoraggiato a fermarsi e riflettere quando incontra informazioni sulle sfide (comprese quelle false).
- Esplorare la fattibilità di sostenere un team di esperti indipendenti che lavorino su più piattaforme per monitorare, controllare e classificare le sfide (comprese le bufale) e fornire informazioni fattuali e tempestive su quelle che rappresentano un rischio di danni fisici o emotivi.
- Sostenere gli educatori all'alfabetizzazione mediatica per offrire programmi di prevenzione efficaci che siano completi, multistratificati e basati sull'evidenza, anche con un contributo ai costi.

Raccomandazioni per le forze dell'ordine, la salute pubblica, le scuole, le organizzazioni dei media e altre fonti affidabili:

- Dove possibile, offrire messaggi pubblici chiari su cosa sono le sfide bufala, con informazioni derivanti dalla scienza della prevenzione, spiegando come funzionano e come possiamo proteggerci a vicenda dal loro impatto. Tra le altre cose, evitare allarmismi e avvertimenti inutili che attirano traffico su contenuti inquietanti

- Assicurarsi che le spiegazioni delle “sfide bufala” siano chiare e specifichino che le narrazioni sono bugie progettate per causare paura e panico, ma anche che farsi coinvolgere da sfide bufala può portare i giovani in contatto con individui che usano il falso contenuto per sfruttarli e danneggiarli.
- Sviluppare e/o seguire le linee guida dei media sulle sfide pericolose e le sfide bufala, attingendo alle best practice relative alle notizie sui suicidi. Questo è importante per evitare di aumentare l’esposizione a contenuti dannosi e per aiutare a inquadrare risposte di educazione alla prevenzione più costruttive (e meno dettate dal panico).