

SCUOLA

Didattica a distanza, ecco i danni. E la chiamano normalità

EDUCAZIONE

25_11_2020



Roberto
Marchesini



Finalmente abbiamo qualche dato che ci permetta di rispondere a una importante domanda: quali sono gli effetti del *lockdown* e della Didattica a distanza (Dad) subambini e ragazzi?

Partiamo da una recente ricerca del Gaslini di Genova condotta su 6800 soggetti in tutt'Italia. Emerge che «nel 65% e nel 71% dei bambini con età rispettivamente minore o maggiore di 6 anni sono insorte problematiche comportamentali e sintomi di regressione. Per quel che riguarda i bambini al di sotto dei sei anni i disturbi più frequenti sono stati l'aumento dell'irritabilità, disturbi del sonno e disturbi d'ansia (inquietudine, ansia da separazione). Nei bambini e adolescenti (età 6-18 anni) i disturbi più frequenti hanno interessato la "componente somatica" (disturbi d'ansia e somatoformi come la sensazione di mancanza d'aria) e i disturbi del sonno (difficoltà di addormentamento, difficoltà di riveglio per iniziare le lezioni per via telematica a casa)».

Faccio presente che «difficoltà di addormentamento, difficoltà di riveglio» sono in genere associate a una tendenza depressiva, mentre i «disturbi del sonno» sono ormai **considerati** tipi della prolungata esposizione a schermi elettronici. Infatti il movimento, i colori forti, la luce violenta e le onde elettromagnetiche alterano i cicli circadiani, riattivando l'organismo. Tornando ai ragazzi tra i 6 e i 18 anni, «è stata osservata una significativa alterazione del ritmo del sonno con tendenza al "ritardo di fase" (adolescenti che vanno a letto molto più tardi e non riescono a svegliarsi al mattino), come in una sorta di "jet lag" domestico. In questa popolazione di più grandi - prosegue la ricerca del Gaslini - è stata inoltre riscontrata una aumentata instabilità emotiva con irritabilità e cambiamenti del tono dell'umore».

Una rassegna mondiale ha riscontrato, nei ragazzi tra i 6 e i 18 anni, l'emergenza di una serie di atteggiamenti causati dal *lockdown*: incertezza, paura e isolamento; disturbi del sonno, incubi, inappetenza, agitazione, inattenzione (non disattenzione: inattenzione) e ansia da separazione.

In Scozia il *lockdown* sembra aver provocato sintomi simili a quelli del PTSD (sindrome post-traumatica da stress), in genere causato da un evento traumatico, catastrofico o violento. In genere, il PTSD è la sindrome dei soldati coinvolti in combattimenti pesanti. Oltre a questo, sono stati rilevati stress, preoccupazione, ansia e senso di solitudine. **In Francia: stress, depressione e ansia.**

A tutto questo vanno aggiunti i danni, non sperimentalmente rilevati, provocati dalla mancanza di sport e movimento, fondamentali per uno sviluppo psico-fisico

equilibrato dei ragazzi; e la depravazione di sole e aria aperta. Conosciamo anche l'importanza del gruppo dei pari nello sviluppo dei minorenni; ma non possiamo ancora dire quali saranno le conseguenze della sua depravazione.

Concentriamoci ora sulla Dad. Avviene tramite un *media device* (computer, tablet o cellulare) e può svolgersi tramite trasmissione dal vivo o registrata. Io stesso sto sperimentando questa forma didattica e posso assicurare che il tempo di attenzione, rispetto alla modalità «in presenza», crolla drammaticamente nella versione «*live*» (figuriamoci in quella registrata). Se poi ci aggiungiamo le difficoltà tecniche legate alla connessione, alla «tenuta» dei programmi e alla funzionalità delle periferiche (web-cam, microfoni, cuffie...), possiamo avere un'idea del livello di questa forma didattica. Per non parlare degli scherzi («Prof, non sentoooooo!!!») e dell'incombente presenza dei genitori.

Come se tutto questo non bastasse, dobbiamo aggiungere a questo disagio anche gli effetti dell'uso dei *media device* per molte ore al giorno (qualcosa ci ha già detto la ricerca del Gaslini). L'*Italian Journal of Pediatrics* ha pubblicato una rassegna sulle ricerche che riguardano l'uso di questi apparati nei bambini sotto i sei anni. Ne risulta una importante riduzione dei punteggi in matematica e nell'attenzione, con una importante perdita di efficienza. Abbiamo inoltre: obesità, sedentarietà, comportamenti alimentari dannosi, mal di testa, problemi al collo e alle spalle; disturbi del sonno (li abbiamo già incontrati); danni agli occhi (fatica, irritazione e secchezza degli occhi); infine, una ridotta interazione tra i bambini e i genitori. Tutto questo, come abbiamo detto, riguarda i bambini in età pre-scolare; ma per quale motivo questi effetti non dovrebbero riguardare i ragazzi in età scolare che usufruiscono della Dad?

A quanto ne so, molti genitori possono confermare tutto ciò che la ricerca ha rilevato. Insomma: il quadro è preoccupante, per non dire drammatico. I genitori accettano tutto questo perché sono convinti che si tratti di un sacrificio temporaneo, in attesa di tornare alla normalità: scuola in presenza, giochi, relazioni, aria aperta e sano movimento. Non vorrei deludere nessuno, ma i media, all'inizio di questa faccenda, hanno lanciato una nuova parola d'ordine: «Nuova normalità». Il complottismo non piace a nessuno, quindi l'uso contemporaneo e massiccio di questa locuzione sarà sicuramente un caso: un'idea venuta improvvisamente e contemporaneamente a politici e giornalisti. Anche se fosse: perché non credergli? E se questa fosse davvero la «nuova normalità»? Se davvero stessimo sperimentando la «nuova scuola» (oltre alla «nuova sanità»)?

Potrebbe essere. Cari genitori: avete mai preso in considerazione l'*home schooling*?