BRICKS | TEMA

Benessere digitale e pensiero critico: un laboratorio di Philosophy for Children nella scuola primaria

a cura di:
Stella Iaria

Benessere digitale; cittadinanza digitale; scuola primaria; Philosophy for Children; pensiero critico; Media Education; DigComp 3.0; AI Literacy: SHEIP

Introduzione

Le tecnologie digitali accompagnano ormai fin dalla prima infanzia la vita dei bambini, plasmandone l'apprendimento, la comunicazione, il gioco e le dinamiche relazionali. Dispositivi mobili, piattaforme online, assistenti virtuali e sistemi basati sull'intelligenza artificiale (IA) sono parte integrante dell'esperienza quotidiana delle nuove generazioni, rendendo quanto mai urgente una profonda riflessione educativa. In questo scenario, la scuola non può limitarsi all'insegnamento di mere competenze tecniche ma è chiamata piuttosto a muoversi nell'orizzonte della Media Education[1] , con l'obiettivo di promuovere una cittadinanza digitale consapevole, aiutando gli alunni a cogliere le opportunità tecnologiche e a riconoscerne criticamente limiti, rischi e implicazioni etiche.

In quest'ottica, diventa fondamentale gettare le basi di una *AI Literacy*[2] fin dalla scuola primaria in quanto i bambini devono essere guidati a comprendere che gli algoritmi con cui interagiscono non sono entità magiche, bensì sistemi antropici governati da dati e regole statistiche. L'intento pedagogico è stimolare la capacità di interrogarsi sull'impatto che tali strumenti esercitano sul benessere personale, sulle relazioni e sui processi cognitivi.

Questa visione si inserisce coerentemente nel paradigma dello *SHEIP* [3] (*School Human and Emotional Innovation Path*), che interpreta l'innovazione come un processo capace di coniugare evoluzione tecnologica, crescita umana e benessere emotivo poiché l'innovazione scolastica si misura dalla qualità pedagogica dei percorsi attivati e dalla loro capacità di generare benessere e inclusione.

---

[1] Cfr. Pier Cesare Rivoltella, *Media Education. Idea, metodo, ricerca*, Editrice La Scuola, Brescia, 2020.

[2] Cfr. UNESCO, *Guidance for Generative AI in Education and Research*, 2023; European Commission, *Ethical Guidelines on the Use of Artificial Intelligence and Data in Teaching and Learning for Educators*, 2022.

[3] L*inee guida per l'innovazione scolastica e il benessere digitale: il modello SHEIP (School Human and Emotional Innovation Path)*, in Educazione Digitale, URL: https://www.educazionedigitale.it

---

L'urgenza di rimettere al centro il benessere emotivo e cognitivo trova una sponda istituzionale decisiva nel nuovo *DigComp 3.4[4]0* , il framework europeo per le competenze digitali dei cittadini. Quest'ultimo aggiornamento, infatti, riserva un'attenzione inedita all'impatto dei sistemi algoritmici sulla vita quotidiana, inserendo la tutela della salute e del benessere (Competenza 4.3 dell'Area Sicurezza) tra i pilastri della cittadinanza digitale. È proprio all'interno di questa cornice normativa e pedagogica che si colloca il percorso qui descritto, nato con l'obiettivo di accompagnare gli alunni a riflettere sul proprio rapporto con la rete e a sviluppare forme di autoregolazione adeguate all'età, valorizzando il dialogo come motore di crescita.

Per tradurre questa esigenza di tutela e consapevolezza in un'azione didattica concreta, si è scelto di adottare l'approccio della *Philosophy for Children* (P4C) [5]di Matthew Lipman. Questa metodologia trasforma la classe in una vera e propria comunità di ricerca, dove la domanda, il confronto e l'ascolto reciproco diventano la chiave per decodificare l'esperienza digitale. Attraverso la co-costruzione del dialogo filosofico, i bambini possono esplorare il significato profondo del loro stare online, allenando simultaneamente capacità argomentative, pensiero critico e consapevolezza etica.

Articolazione del percorso

L'esperienza, realizzata con la classe 4ª A dell'Istituto "Nuovi Orizzonti" di Reggio Calabria, ha preso la forma di un percorso laboratoriale improntato al cooperativismo e al dialogo. L'intervento è stato accolto con favore dall'istituto, rintracciandovi una forte coerenza con le priorità del proprio Piano Triennale dell'Offerta Formativa (PTOF), orientato alla cura delle relazioni e alla cittadinanza attiva. Sfruttando la sinergia tra *circle time*, lavori di gruppo, stimoli visivi e riflessioni guidate, il focus si è concentrato sull'accompagnamento degli alunni nell'esplorazione del proprio rapporto con il digitale: un approccio che ha favorito una solida consapevolezza metacognitiva, potenziando il pensiero critico e l'autoregolazione.

Modulo 1- Il semaforo del benessere digitale

Il primo incontro è stato dedicato all'esplorazione delle emozioni associate all'uso quotidiano delle tecnologie. Attraverso un *brainstorming* guidato, gli alunni hanno risposto a domande aperte (es.

[4] European Commission, Joint Research Centre. *DigComp 3.0: The Digital Competence Framework for Citizens*. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2025.

[5] M. Lipman, *Educare al pensiero*, trad. it. a cura di A. Cosentino, Roma, Carocci, 2005

«Cos'è per voi il digitale?», «Quando lo usate?», «Cosa vi piace o non vi piace fare online?»). Le parole emerse sono state raccolte su un cartellone e associate ai colori di un semaforo, rendendo visibile la pluralità delle esperienze nel gruppo classe.

In seguito, sono stati presentati scenari quotidiani vicini al loro vissuto: la visione prolungata di video, l'uso di videogiochi multiplayer, e il distacco dal dispositivo su richiesta dei genitori. I bambini hanno associato a ciascuna situazione emozioni diverse, tra cui felicità e curiosità, ma anche noia, rabbia, frustrazione e agitazione.

Dal confronto è emerso che la stessa attività può produrre effetti differenti a seconda della sensibilità individuale, del contesto e del tempo trascorso davanti allo schermo. Questa consapevolezza ha posto le basi per lo sviluppo dell'empatia digitale, intesa come capacità di comprendere che le azioni online hanno un impatto emotivo reale sugli altri.

Successivamente, gli alunni hanno classificato le attività digitali secondo la logica del semaforo:

- **Verde:** attività che favoriscono il benessere.
- **Giallo:** attività il cui effetto dipende dal contesto e dalla durata.
- **Rosso:** attività che, se svolte in eccesso, possono avere conseguenze negative.

Il confronto tra pari ha fatto emergere differenze interessanti, soprattutto riguardo all'uso dei videogiochi e alla visione di video prima di dormire. Quest'ultimo punto ha scatenato un acceso dibattito: se inizialmente molti alunni difendevano la pratica come modalità di rilassamento, la riflessione collettiva li ha portati a verbalizzare la successiva difficoltà ad addormentarsi e lo stato di strano nervosismo riscontrato il mattino seguente. Nel *circle time* conclusivo sono emerse domande significative: «Quando una cosa utile diventa negativa?», «Possiamo annoiarci senza schermo?», «Il digitale ci aiuta sempre?». Alcuni bambini hanno osservato che «a volte il tablet ti fa stare bene, ma poi non riesci a smettere», introducendo spontaneamente il tema dell'autoregolazione.



Figura n 1 . Il semaforo delle emozioni

Modulo 2-Dagli algoritmi al pensiero critico: un'esperienza di AI Literacy

Per rispondere alle sfide poste dal *DigComp 3.0* sulla comprensione dei sistemi automatizzati, il secondo modulo ha inteso demistificare il funzionamento dell'Intelligenza Artificiale e degli algoritmi di raccomandazione (che regolano i feed video o i suggerimenti nei giochi), traslandoli nell'orizzonte d'esperienza dei bambini.

L'attività ha preso le mosse da una sessione di *Philosophy for Children* avviata da un testo-stimolo incentrato su un robot antropomorfo capace di indovinare i desideri dei protagonisti. La successiva sessione di dialogo nella Comunità di Ricerca ha visto gli alunni confrontarsi su domande generate da loro stessi, quali: «Se un computer sa sempre cosa mi piace, mi conosce davvero?» e «Se scelgo sempre quello che mi consiglia lo schermo, sono ancora libero di scegliere?».

Per ancorare la riflessione filosofica a una competenza pratica, è stata proposta un'attività analogica di simulazione (*unplugged*): i bambini, divisi in piccoli gruppi, hanno interpretato a turno il ruolo di un "algoritmo di raccomandazione" e di un "utente". L'alunno-utente pescava da un mazzo di carte le proprie preferenze iniziali (es. "calcio", "disegni di animali"), mentre l'alunno-algoritmo doveva selezionare da un tabellone i contenuti successivi da mostrargli, basandosi esclusivamente sulle scelte precedenti per cercare di trattenerlo il più possibile nel gioco. I contenuti proposti variavano da video correlati a pubblicità mirate di giocattoli. Questa esperienza ha permesso agli alunni di comprendere visivamente il concetto di "nutrimento dei dati" e l'economia dell'attenzione sottesa alle piattaforme digitali, rendendo evidente come i suggerimenti automatici non nascano da una reale comprensione magica dei loro gusti, ma da calcoli ripetitivi mirati a prevederne il comportamento**.**



Figura n. 2 I bambini divisi in gruppo per l'attività laboratoriale

Modulo 3-Pensare prima di cliccare

Il terzo incontro ha spostato l'attenzione dal vissuto emotivo alla capacità di osservare criticamente i contenuti informativi e i messaggi presenti online, promuovendo la comprensione critica dei linguaggi e dei meccanismi mediali.

Per introdurre l'attività è stato proposto un breve video stimolo sul "detective digitale", figura metaforica che invita a porre domande, cercare indizi di autenticità e non fermarsi alla prima impressione. Il video ha offerto ai bambini una chiave di lettura immediata: lo spazio digitale non è uno specchio fedele della realtà, ma un ambiente costruito, nel quale ogni azione richiede attenzione, intenzionalità e responsabilità.

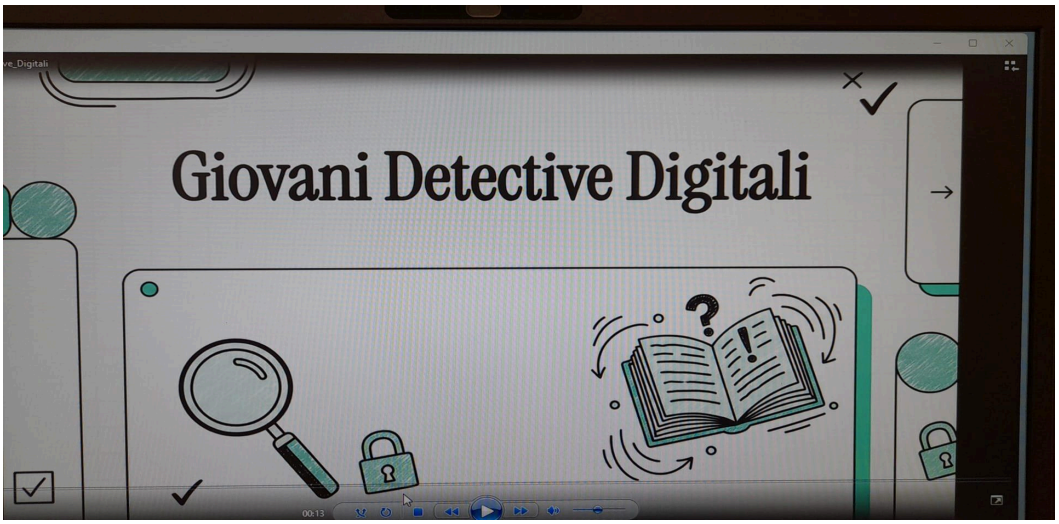


Figura n . 3 Immagine del video Il detective digitale

Vero o strano?

Successivamente sono state proposte alcune affermazioni e immagini da discutere insieme:

- Una foto può essere modificata.
- Non tutto ciò che vediamo online è vero.
- I gatti sanno parlare.

L'attività ha favorito il passaggio da risposte intuitive a ragionamenti più argomentati, costruiti attraverso il confronto tra pari. Nel dialogo è emersa una consapevolezza importante: ciò che appare online non è automaticamente vero e richiede sempre uno sguardo attento. Una delle riflessioni più significative della classe è stata: «Se lo vedo su Internet non è detto che sia vero».

Il laboratorio delle domande

Nel laboratorio delle domande, i bambini sono stati invitati a interrogarsi sul mondo della rete ispirandosi all'approccio della Philosophy for Children. Attraverso la formulazione di quesiti spontanei e il confronto all'interno della comunità di ricerca, gli alunni hanno sviluppato il pensiero critico, la capacità di argomentazione e una maggiore consapevolezza rispetto alle opportunità e ai rischi dell'ambiente digitale.

Tra le domande più significative emerse si segnalano:

- «Internet ci conosce davvero o fa finta?»
- «Perché proviamo il bisogno di guardare così tanti video di seguito?»
- «Si può essere amici veri anche senza avere un telefono?»
- «Chi c'è dietro lo schermo a decidere quello che dobbiamo vedere?»

Questa fase ha segnato il passaggio dall'uso passivo delle tecnologie alla loro problematizzazione consapevole. Il dialogo finale ha aperto spazi di riflessione sui concetti di legame sociale, presenza virtuale e controllo, mostrando una maturazione delle competenze di pensiero autonomo.

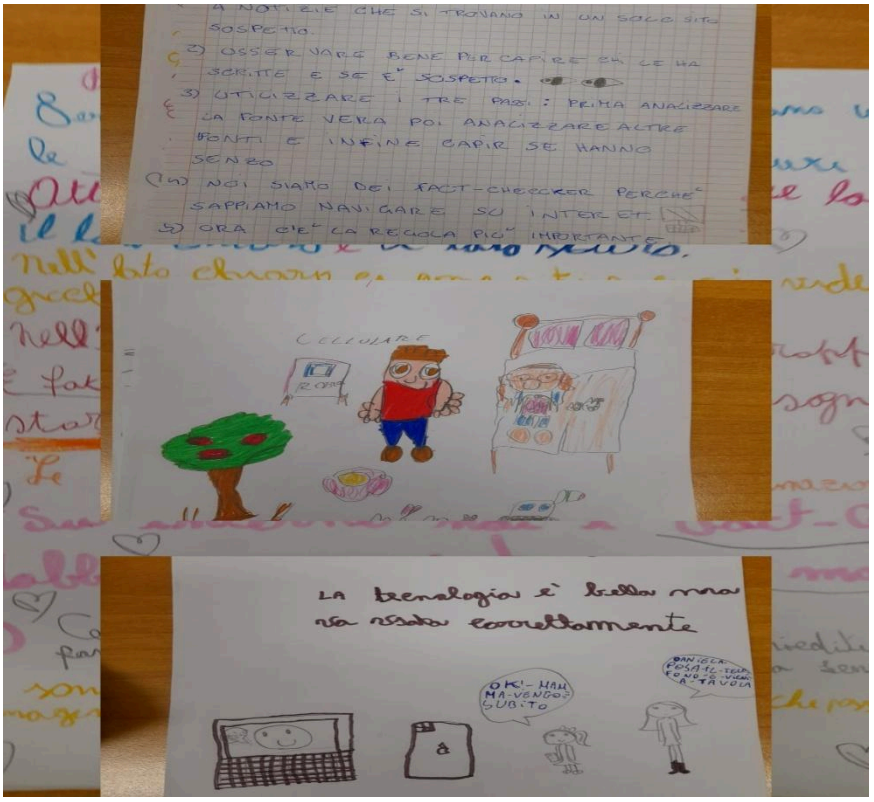


Figura n 4 I disegni prodotti dai bambini sul benessere digitale

Sintesi delle Competenze Sviluppate

Nella tabella seguente viene sintetizzato come le dimensioni metodologiche della P4C e della Media Education abbiano permesso di declinare operativamente i traguardi di competenza attesi dal framework europeo.

Area DigComp 3.0	**Competenza Specifica**	**Declinazione nella Scuola Primaria tramite la P4C**
1. Alfabetizzazione su informazioni e dati	**1.1** Navigare, ricercare e filtrare dati e contenuti digitali	Distinguere tra fatti, opinioni e contenuti generati in modo automatizzato da agenti di IA.
4. Sicurezza	**4.3** Tutela della salute e del benessere	Riconoscere l'impatto emotivo dei dispositivi e applicare strategie di autoregolazione del tempo-schermo.

Area DigComp 3.0	Competenza Specifica	Declinazione nella Scuola Primaria tramite la P4C
5. Risoluzione di problemi	**5.4** Identificare i gap di competenza digitale	Esercitare il pensiero critico per interrogarsi sul funzionamento etico e sociale delle tecnologie.

Conclusione

Il percorso realizzato dimostra come il benessere digitale possa essere promosso nella scuola primaria non tramite divieti o regole prescrittive, ma attraverso il dialogo e la costruzione condivisa di significati. La pratica filosofica ha offerto agli alunni l'opportunità di interrogarsi sulle proprie abitudini, sviluppando una maggiore consapevolezza dell'impatto che le tecnologie esercitano sul tempo, sulle emozioni e sulle relazioni.

In questa prospettiva, la cittadinanza digitale si configura essenzialmente come un'educazione alla cura di sé, del proprio benessere e delle interazioni con gli altri negli ambienti online. Scegliere di interrompere un'attività digitale, verificare l'affidabilità di un'informazione o riflettere prima di condividere un contenuto diventano così azioni concrete di responsabilità.

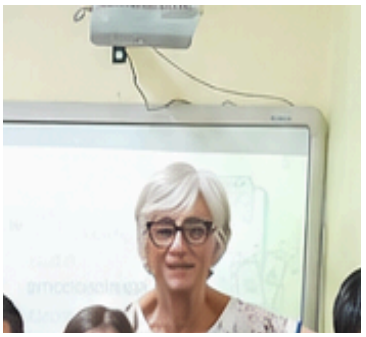
L'esperienza conferma la fattibilità di percorsi che integrino competenze digitali, pensiero critico e dimensione relazionale fin dai primi anni di scuola. In tale direzione si colloca l'AI Literacy, naturale evoluzione di questo cammino: guidare i bambini a comprendere il funzionamento e le implicazioni dell'Intelligenza Artificiale significa infatti estendere lo stesso esercizio critico alle tecnologie emergenti.

Lo slogan elaborato dagli alunni sintetizza efficacemente il senso profondo dell'intera esperienza:

«Pensare prima di cliccare è un modo per prendersi cura di sé e degli altri».



Figura n.5 La squadra al completo



Stella Iaria

Indirizzo eMail : stellaiaria2@gmail.com

Appartenenza : docente in comando presso USR Calabria

CV

Stella Iaria, docente di Filosofia e Storia e vincitrice del concorso per Dirigenti Scolastici, coordina le Équipe Formative Territoriali (EFT) dell'USR Calabria. Laureata in Pedagogia, unisce la formazione umanistica all'esperienza nelle metodologie attive e nella transizione digitale. Attualmente si sta specializzando come formatrice nell'ambito dell'Intelligenza Artificiale. È autrice dell'articolo "La tassonomia di Bloom nell'era digitale", accettato per la pubblicazione sulla rivista Orientamenti Pedagogici. Su Bricks condivide la sua visione sull'innovazione didattica e istituzionale.