

**EDITRICE ASSOC. CULTURALE
"MONS. GIUSEPPE CENTRA"**
Piazzetta della Madonnella, 1
04010 Rocca Massima (LT)



www.associazionecentra.it
E-mail: info@associazionecentra.it
Tel. **06.96699010**
C.F. **91056160590**

Direttore Responsabile:
Virginio Mattoccia

Responsabili
Redazione, Sviluppo e Diffusione:
Aurelio Alessandroni
Remo Del Ferraro
Enrico Mattoccia

**Questo numero è stato inviato
in tipografia per la stampa
30 MARZO 2015**

ISCRIZIONE AL N° 1017 DEL 15 / 01 / 2002
DEL REGISTRO NAZIONALE DELLA STAMPA
DEL TRIBUNALE DI LATINA

Stampa: Nuova Grafica 87 srl
Via del Tavolato, 2597 - Pontinia (LT)
Tel. 0773.86227

Questo numero è stampato in 1.500 copie
e distribuito gratuitamente
I manoscritti anche se non pubblicati non si restituiscono

La testata de "Lo Sperone" si riserva il pieno ed esclusivo diritto di pubblicazione e stampa a propria insindacabile discrezione senza alcun preavviso né autorizzazione. La collaborazione, a qualsiasi livello e sotto qualsiasi forma, è gratuita salvo esplicito e scritto diverso accordo. Manoscritti, foto ed altro anche se non pubblicati non si restituiscono. Riproduzioni e citazioni sono lecite, purché si citi, espressamente e in forma completa la fonte, autore dell'articolo, titolo dell'articolo, numero, data e pagina della testata.

SMARTPHONE MANIA

Ormai il telefono cellulare è diventato uno strumento indispensabile a tutti, in particolare gli smartphone di nuova generazione hanno invaso il mercato e le preferenze della maggior parte dei consumatori. Si tratta effettivamente di tecnologie molto utili che offrono ormai moltissimi servizi oltre alla telefonia (foto, telecamera, connessione internet ecc.); proprio queste caratteristiche ne hanno favorito una diffusione rapidissima ed estesa.

Oltre agli innegabili vantaggi, è molto importante conoscere i rischi che derivano da un uso non corretto di tali strumenti. Purtroppo il loro utilizzo, specie per i giovani, è diventato così massiccio e continuativo da creare importanti conseguenze sia psicologiche che comportamentali. In alcuni casi si può anche parlare di una vera e propria "dipendenza": chi ne soffre non riesce a staccarsi, neppure per poco tempo, dal proprio smartphone

che deve essere sempre acceso e connesso in attesa di nuovi messaggi o notifiche; ogni attività viene scandita dal controllo costante del proprio telefonino e spessissimo la *percezione del tempo* trascorso è *alterata* (un'ora sul telefonino può apparire al soggetto che lo usa come un tempo ristretto di appena pochi minuti). Può accadere inoltre che la comunicazione con lo smartphone, in quanto più veloce e facile, diventi *un sostituto della comunicazione reale* faccia a faccia. La comunicazione filtrata dalle nuove tecnologie è molto più semplice e rapida ma più superficiale e soggetta a fraintendimenti in quanto manca tutto il *messaggio non verbale* (gesti, intonazione della voce, espressioni facciali ecc.). Queste tecnologie favoriscono una "ininterrotta reperibilità", ovvero un contatto e una comunicazione pressoché continui: non ci sono vuoti o pause, si può comunicare in qualsiasi momento e ovunque. Le persone diventano in questo modo sempre meno abituate ad attendere e a tollerare temporanee separazioni e momenti di solitudine. Questa continua attivazione non è salutare, al contrario è importante sapere staccarsi senza difficoltà evitando un uso troppo massiccio. I telefonini inoltre hanno rinforzato alcuni comportamenti ansiosi: il possesso del cellulare garantisce sicurezza perché permette un contatto continuo e per molte persone questo significa *abbassare il proprio livello di ansia*: basta pensare a quanti genitori regalano lo smartphone al proprio figlio così da controllarlo meglio. Il telefonino è anche diventato un vero e proprio *status symbol*: il possesso dei modelli più nuovi e alla moda è un requisito sociale che permette di ottenere l'apprezzamento e la considerazione da parte degli altri, spesso a discapito delle possibilità economiche familiari.



Dott.ssa Nicoletta Agozzino Psicologa Psicoterapeuta
info@psicologia-agozzino.com

**SERVIAMO FRESCHEZZA
DA PIÙ
DI UN SECOLO.**

CUOMO
dal 1910

OGNI MATTINO DALL'AGRO PONTINO

www.mozzarellecuomo.it
info@cuomolatticini.it

**OGNI MATTINO
DALL'AGRO PONTINO**

Sede e stabilimento di:
Via delle Scienze, 6 - 04011 Aprilia
Tel. 06 928 62 91
Fax 06 928 62 91 20