

# Coltivare la fiducia (I): «Altro che videogiochi»

«Working on Trust» (Coltivare la fiducia) è una serie di video che si propone di aiutare i genitori nell'educazione dei figli. Gli insegnamenti di san Josemaría, un entusiasta della libertà e del compito educativo dei genitori, ci serviranno da punto di riferimento.

07/05/2018

**Guida per utilizzare il video**

Educare alla libertà e all'uso della tecnologia. Internet costituisce una delle novità più innovative sul piano economico, sociale, scientifico e culturale degli ultimi tempi. Da internet abbiamo ricevuto molti vantaggi; ma nello stesso tempo la facilità di accesso dei bambini a tanta informazione, immagini, giochi, *software*, applicazioni, reti sociali... crea seri problemi ai genitori. La pornografia online, la violenza eccessiva di alcuni videogiochi e altre dipendenze possono causare seri danni, specialmente nei minorenni.

I genitori debbono adottare una strategia concentrata sull'aiutare i figli a utilizzare adeguatamente i vari smartphones, tablet, videogiochi e computer personali. In tal modo essi potranno sviluppare una sana autostima, impareranno ad avere amici reali, e trarranno beneficio, arricchendosi, da attività come la lettura e lo sport.

Insegnare ai tuoi figli come esercitare la moderazione nell'uso della tecnologia richiede un impegno risoluto nel quale tu e il tuo coniuge dovete avere idee comuni. Significa dare ai bambini il buon esempio, mettere dei limiti in casa all'uso delle apparecchiature, e costruire la fiducia attraverso il dialogo, proponendo loro alcune attività alternative che li aiutino a crescere e svilupparsi; per esempio, uscire con gli amici, intrattenersi con giochi da tavolo, aiutare in casa...

Proponiamo una serie di domande che ti possono aiutare a trarre altri vantaggi da questo video, quando lo vedrai con i tuoi amici, a scuola o in parrocchia.

## **Domande per il dialogo**

■ Qual è l'età migliore per cominciare a usare la tecnologia? Quanto tempo, al massimo, dovrebbero usarla i bambini durante la giornata? Alcuni

genitori pensano che un bambino sia pronto ad avere dispositivi personali quando è capace di mantenere in ordine la sua camera; voi che cosa ne pensate?

■ Qual è il modo migliore di guidare e dirigere l'uso personale della tecnologia per essere sicuri che sarà un arricchimento anziché finire per diventare una dipendenza? In che modo è possibile porre limiti ai bambini, e che tipo di limiti è bene porre, tenendo conto dell'età? Alcuni genitori si assicurano che i loro figli non utilizzano i loro apparecchi chiudendosi in camera e altri non permettono ai figli di usarli quando si avvicina l'ora di andare a dormire. Quali altre strategie ti vengono in mente?

■ Quali sono le migliori pagine web e le applicazioni che sono contemporaneamente divertenti e capaci di arricchire, e che possono

aiutare i bambini a svilupparsi intellettualmente, culturalmente e creativamente? Come possono i genitori assicurarsi che sia una lotta positiva anziché concentrarsi sugli aspetti negativi? Esistono studi o ricerche interessanti che siano stati pubblicati su questo tema e che potrebbero aiutare i genitori?

■ Come possono i genitori ottenere con facilità che i figli parlino con loro delle immagini e delle pagine problematiche che vedono nei loro strumenti? Esistono sistemi che aiutino a iniziare a parlare di questo argomento? Pensa alle migliori esperienze che hai avuto nello stimolare la libertà responsabile e la temperanza in questo campo; conosci libri, articoli, blog, pagine web e/o *podcast* che ti sono sembrati utili in questi casi?

■ Hai pensato alla possibilità di mettere in casa tua dei filtri a

internet? O ai cellulari della famiglia? Sai in che modo i tuoi figli utilizzano YouTube? Esistono apparecchi in grado di aiutare i bambini e gli adolescenti a regolarsi meglio nell'uso della tecnologia? Alcuni suggerimenti si possono trovare qui.

## Proposte operative

■ Assicurati che tu e il tuo coniuge abbiate un orientamento identico su quando e come aiutare ognuno dei vostri figli a vivere la temperanza nell'uso della tecnologia. Riflettete insieme su come i figli utilizzano le ore di una giornata normale. Questo può aiutare a programmare dei momenti per fare quattro passi insieme, fare gite o qualche attività in casa (giochi da tavolo, ping pong, ecc.). Di solito queste sono buone occasioni per avere conversazioni significative con i vostri figli.

■ Assicurati che nella vostra casa ci siano alcune regole chiare: non utilizzare gli strumenti elettronici mentre si mangia, lasciare la porta aperta quando si sta consultando internet, non permetterne l'uso prima di andare a letto...

\* Prega ogni giorno per i tuoi figli, per la loro temperanza e la loro responsabilità personale. Insegna loro a pregare lo Spirito Santo perché li illumini e insegni loro a fare un buon uso del tempo. Grazie al tuo esempio e alla tua lotta personale per essere temperante in questo campo, insegna loro che l'uso eccessivo della tecnologia può mettere in difficoltà la capacità di una persona di vivere in armonia con gli altri e di coltivare sane relazioni. Dimostra con le tue azioni l'importanza di avere attenzione verso gli altri per sviluppare relazioni interpersonali, piuttosto che passare molto tempo guardando la televisione.

■ I bambini staranno attenti ai tuoi sforzi per vivere la temperanza e l'autocontrollo in ciò che riguarda la tecnologia. Più che parlare, i genitori debbono fare. I figli dovrebbero poter trovare sempre nei genitori uno sguardo di amore incondizionato e rendersi conto che i genitori hanno piacere di stare con loro.

### **Meditare con la Sacra Scrittura e con il Catechismo della Chiesa Cattolica**

■ “Se uno ama la giustizia, le virtù sono il frutto delle sue fatiche. Essa insegna infatti la temperanza e la prudenza, la giustizia e la fortezza, delle quali nulla è più utile agli uomini nella vita” (*Sapienza 8, 7*).

■ “La temperanza è la virtù morale che modera l'attrattiva dei piaceri e rende capaci di equilibrio nell'uso dei beni creati. Essa assicura il dominio della volontà sugli istinti e

mantiene i desideri entro i limiti dell'onestà. La persona temperante orienta al bene i propri appetiti sensibili, conserva una sana discrezione...” (*Catechismo della Chiesa Cattolica*, 1809).

■ “La carità è paziente, è benigna la carità; non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell’ingiustizia, ma si compiace della verità. Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta” (*1 Corinzi*, 13, 4-7).

■ “Dio infatti non ci ha dato uno spirito di timidezza, ma di forza, di amore e di saggezza” (*2 Timoteo* 1, 7).

## **Meditare con Papa Francesco**

■ “Cari giovani, non siamo venuti al mondo per “vegetare”, per passarcela comodamente, per fare

della vita un divano su cui addormentarsi; al contrario, siamo venuti per un'altra cosa, per lasciare un'impronta. [...] Gesù è il Signore del rischio, è il Signore del sempre “oltre”. Gesù non è il Signore del *comfort*, della sicurezza e della comodità. Per seguire Gesù, bisogna avere una dose di coraggio, bisogna decidersi a cambiare il divano con un paio di scarpe che ti aiutino a camminare su strade mai sognate e nemmeno pensate” (*Giornata Mondiale della Gioventù in Polonia*, 30 luglio 2016).

■ “Devo ricevere lo Spirito che mi porta alla Parola con docilità, e questa docilità - non fare resistenza allo Spirito - mi porterà a questo modo di vivere, a questo modo di agire. Ricevere con docilità la Parola, conoscere la Parola e chiedere allo Spirito la grazia di farla conoscere, e poi dare spazio perché questo seme germogli e cresca in quegli

atteggiamenti di bontà, mitezza, benevolenza, pace, carità, padronanza di sé: tutto questo fa lo stile cristiano” (*Omelia*, 9 maggio 2017).

Una famiglia che non mangia quasi mai insieme, o in cui a tavola non si parla ma si guarda la televisione, o lo *smartphone*, è una famiglia «poco famiglia». Quando i figli a tavola sono attaccati al computer, al telefonino, e non si ascoltano fra loro, questo non è famiglia, è un pensionato. Oggi rifletteremo su una qualità caratteristica della vita familiare che si apprende fin dai primi anni di vita: la *convivialità*, ossia l’attitudine a condividere i beni della vita e a essere felici di poterlo fare” (*Udienza* 11 novembre 2015).

## **Meditare con san Josemaría**

Il mutamento della situazione familiare ai nostri giorni conduce, a volte, a sperimentare una certa

difficoltà nel comprendersi, e può addirittura nascere l'incomprensione, verificandosi così il cosiddetto "conflitto di generazioni". Come lo si può superare?

Il problema è vecchio, anche se oggi lo si costata forse con maggiore frequenza o in modo più acuto, dato il rapido ritmo di evoluzione che caratterizza la società attuale. È perfettamente comprensibile e naturale che i giovani e gli adulti vedano le cose in maniera diversa: è successo sempre così. Ci sarebbe da meravigliarsi, semmai, che un adolescente ragioni come un adulto. Tutti abbiamo provato moti di ribellione nei riguardi degli adulti, quando cominciammo a formarci autonomamente un criterio; e tutti, man mano che passavano gli anni, abbiamo anche capito che i nostri genitori avevano ragione in tante cose, frutto della loro esperienza e

del loro affetto. Spetta pertanto innanzitutto ai genitori – che hanno già attraversato l’età difficile – favorire la comprensione, con flessibilità, con prontezza di spirito, evitando con un amore intelligente ogni possibile conflitto.

Consiglio sempre i genitori di cercare di farsi amici dei loro figli. Si può sempre armonizzare l’autorità paterna, necessaria all’educazione, con un sentimento di amicizia che porta a mettersi in qualche modo allo stesso livello dei figli. I ragazzi – anche quelli che sembrano meno docili e affezionati – desiderano sempre in cuor loro questa vicinanza, questa fraternità con i genitori. IL segreto del successo è sempre la fiducia: che i genitori sappiano educare in un clima di familiarità, senza mai dare un’impressione di sfiducia; sappiano concedere la giusta libertà e insegnino ad amministrarla con

responsabile autonomia. È preferibile che qualche volta si lascino ingannare: la fiducia data ai figli fa sì che essi stessi provino vergogna di averne abusato e si correggano; se invece non hanno libertà, se vedono che non c'è fiducia in loro, si sentiranno spinti ad agire sempre con sotterfugi. (*Colloqui*, 100).

\*\*\*\*\*

Link per continuare a riflettere

- Family and Media ha pubblicato una ricerca sul rapporto tra tecnologia e adolescenza: [clicca qui per scaricarlo gratuitamente.](#)
- **Interaxion Group** è una piattaforma che vuole offrire contenuti e formazione ai genitori e agli educatori sull'uso da parte degli adolescenti dei Social Media.

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it/article/coltivare-la-  
fiducia-i-altro-che-videogiochi/](https://opusdei.org/it/article/coltivare-la-fiducia-i-altro-che-videogiochi/)  
(17/01/2026)