



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna

STUDI E DOCUMENTI

Giugno 2018
n.21

Siamo tutti nomofobici?

di

Chiara Brescianini

Dirigente tecnico, Dirigente amministrativo -
Ufficio III dell'Ufficio Scolastico Regionale per
l'Emilia-Romagna
brescianini@istruzioneer.gov.it

Parole chiave:

Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-
Romagna, social network, cyberbullismo,
paura della disconnessione

Keywords:

Regional Scholastic Office for Emilia-
Romagna, social network, cyberbullismo,
fear of missing out

Nell'introdurre le innovazioni promosse dall'Amministrazione centrale in merito alle azioni relative al contrasto al *cyberbullismo* e alle azioni in senso più ampio promosse dall'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna, da oltre un decennio, in tema di sviluppo delle competenze tecnologiche dei docenti, di innovazione didattica e di uso consapevole della rete, anche attraverso il Servizio Marconi TSI (Tecnologie della Società dell'Informazione), ci si sofferma su alcuni concetti di recente utilizzo, introdotti dal rapporto ormai diffuso di uso (talora abuso) della rete e dello *smartphone*, sia fra gli adulti che fra i ragazzi e i bambini.

Quanto indicato si basa sul presupposto che come amministrazione scolastica e come comunità scolastica risulta improduttivo demonizzare, ovvero santificare, l'uso di uno o più *device*, ma risulta invece necessario comprenderne gli effetti, per quanto attiene la scuola, sul versante delle ricadute cognitive oltre

che emotivo-relazionali. L'impatto delle tecnologie sulla vita di ciascuno di noi, infatti, prefigura cambiamenti sotto tutti i profili, che per ora intravediamo e cerchiamo di affrontare, gestendoli sul campo, ma ai quali assisteremo nei prossimi decenni, sia dal punto di vista comportamentale che cognitivo e certamente relazionale.

1. Nomofobia e sindrome della vibrazione fantasma

Gli esperti stanno analizzando il nuovo fenomeno della *nomofobia* (parola composta da *no* + *mobile* + *phobia*), legata all'uso compulsivo dei *social network* e dello *smartphone* e alcune ricerche recenti hanno indicato, fra l'altro, che 6 ragazzi su 10 vanno a letto in compagnia dello *smartphone* e oltre la metà degli utenti di telefonia mobile manifesta ansia se resta senza connessione (batteria, mancanza di credito o assenza di rete, ecc.)¹.

Aldilà della *querelle* fra apocalittici o integrati nell'uso dello *smartphone*, in chiave strettamente didattica e di apprendimento è necessario riflettere sul fatto che gli studi dimostrano, fra le altre evidenze non di interesse diretto in ambito scolastico, che:

- veniamo interrotti ogni 180 secondi da notifiche e informazioni da *smartphone* con conseguente necessità di circa due ore per recuperare il tempo perso fra notifiche, e-mail, ecc. e circa 24 minuti per riprendere il picco attentivo disturbato;
- non riusciamo ad allontanarci dallo *smartphone* per più di 20 centimetri;
- negli USA 1.000 persone sono rimaste ferite perché camminavano a testa bassa con il cellulare (cosiddetta *sindrome dello sguardo basso*);
- 3 incidenti stradali su 4 sono causati da distrazione, sempre più per colpa dello *smartphone*. Guardare il telefono vuol dire distrarsi, e guidare 110 metri bendati, per 10 secondi;
- 9 persone su 10 soffrono della *sindrome della vibrazione fantasma* (fonte Ansa), cioè pensano erroneamente che il loro cellulare gli stia vibrando in tasca, indicando l'arrivo di e-mail o messaggi. A rilevarlo è uno studio del *Georgia Institute of Technology*, pubblicato sulla rivista *Computers in Human Behaviour*. Un fenomeno che si verifica quando si porta sempre il telefono in tasca, che finisce per diventare parte del proprio corpo allo stesso modo degli occhiali, che ci si dimentica di indossare. Gli studi propongono due teorie esplicative, l'una che la tecnologia sta modificando il nostro cervello, l'altra è che siamo semplicemente ansiosi, ma le interpretazioni indicate non sono necessariamente dicotomiche e possono coesistere. Tutti questi diversi tipi di

¹ Riferimento: ricerca britannica Yougov.

tecnologie, tra cui e-mail e messaggi finiscono per rendere nervosi e irritabili per il dover rispondere a messaggi e posta².



Immagine 1 - Nomofobia

2. Siamo contagiati dal punto di vista emotivo dalla rete?

Interessante il recente filone di studio dedicato al *contagio emozionale*, con particolare riferimento allo studio realizzato da Facebook su quasi 700.000 utenti, manipolando i *feed* delle notizie per valutare gli effetti sulle emozioni. I dettagli dell'esperimento sono stati pubblicati in un articolo intitolato "*Prove sperimentali di contagio emotivo su vasta scala attraverso reti sociali*" pubblicato negli atti del giornale della *National Academy of Sciences* degli Stati Uniti d'America.

I risultati di sintesi mostrano che Facebook ha la capacità di fare sentire bene o male le persone, semplicemente modificando ciò che appare nel *feed* di notizie. I risultati hanno mostrato che le emozioni condivise su Facebook influenzano le nostre, costituendo prove sperimentali per un contagio su vasta scala con i *social network*.

Facebook ha manipolato i *feed* di notizie per creare un contagio emotivo attraverso un sistema automatizzato volto a identificare parole positive o negative relative a un dizionario elettronico, riducendo il contenuto positivo in alcuni *feed* di notizie degli utenti. In tal modo è emerso che quando il contenuto positivo era ridotto, una percentuale maggiore di parole negli aggiornamenti dello stato delle persone era negativa e una percentuale minore era positiva. Quando la negatività è stata ridotta, si è verificato l'opposto.

² Riferimento: <https://www.ilpost.it/2016/02/22/vibrazioni-immaginarie-cellulare/>.

Questa ricerca apre scenari, a tratti preoccupanti ma certamente innovativi, rispetto alla comune premessa che, in termini emotivi, sia necessario accompagnare l'interazione verbale con segnali non verbali dal punto di vista comunicativo, mentre l'esperimento ha mostrato che l'interazione di persona e gli aspetti non verbali non sono strettamente necessari per il contagio emotivo, ribaltando il caposaldo della comunicazione per cui è necessaria la componente analogica e digitale oltre agli aspetti sia linguistici che verbali.

La ricerca sopra indicata si basa sulla teoria del *contagio emotivo* ossia del fenomeno di provare le emozioni di una persona e manifestare i comportamenti correlati che provocano analoghe emozioni o comportamenti, comprese le espressioni, le vocalizzazioni, le posture e i movimenti, in altre persone, anche con forme e modi diversificati. Chiara la definizione di Gerald Schoenewolf del *contagio emotivo* come "un processo in cui una persona o un gruppo influenza le emozioni o il comportamento di un'altra persona o gruppo attraverso l'induzione conscia o inconscia di stati emotivi e atteggiamenti comportamentali"³. Il comportamento è stato rilevato nell'uomo, nei primati e nei cani ed ha un rilevante impatto sulle organizzazioni formali e non.

Dal punto di vista relazionale questo assunto è fondamentale per favorire sincronia emotiva fra individui ed ancora più importante in età adolescenziale-preadolescenziale ove i riferimenti e il *modeling* cognitivo ed emotivo si sposta dagli adulti di riferimento (genitori, insegnanti, ecc.) alla prevalenza dei pari, con fenomeni di emulazione, quindi, non solo ascrivibili agli aspetti interiori ma anche a quelli più profondi. Se si aggiunge che la fascia di età citata coincide, perlopiù, con la prima dotazione personale di uno *smartphone* che consente accesso ai *social network*, constatiamo l'influenza su azioni ma anche sulla componente emotiva, con conseguente necessità fondamentale di lavorare seriamente e in modo condiviso fra varie agenzie educative, ivi compresa la scuola, sull'uso consapevole della rete e dei *social network*⁴.

³ Schoenewolf, G., (1990). Emotional contagion: Behavioral induction in individuals and groups. *Modern Psychoanalysis*; 15, 49-61; https://en.wikipedia.org/wiki/Emotional_contagion#cite_note-schoenewolf-2.

⁴ Studio completo ai link:

- <https://www.forbes.com/consent/?toURL=https://www.forbes.com/sites/gregorymcneal/2014/06/28/facebook-manipulated-user-news-feeds-to-create-emotional-contagion/#58d7347439dc>

- <http://www.pnas.org/content/111/24/8788.full>.

Riferimenti: *Contagion Through Social Networks* pubblicati nel giornale *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*.

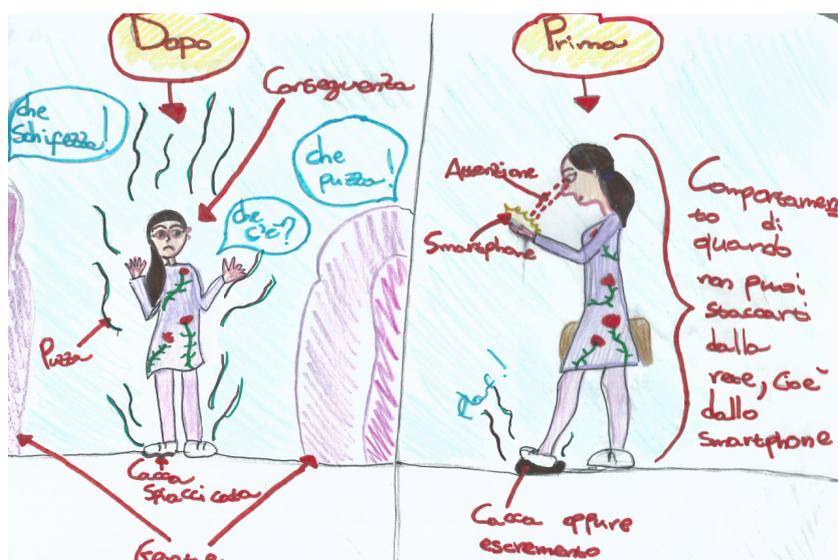


Immagine 2 - Dipendenza da smartphone

3. Le linee di orientamento per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo nelle scuole

La Legge 71/2017 (G.U. 127 del 3.6.2017), relativa a "Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del *cyberbullismo*" e approvata il 29 maggio 2017, prevede due assi portanti di riferimento: maggiore controllo sul *web* e lavoro di prevenzione attraverso la scuola. Viene, per la prima volta a livello normativo, recepita la definizione legislativa sul *cyberbullismo*, identificato come qualunque forma di pressione, aggressione, molestia, ricatto, ingiuria, denigrazione, diffamazione e furto d'identità, alterazione, acquisizione illecita, manipolazione, trattamento illecito di dati personali in danno di minorenni, realizzata per via telematica.

Si prevede inoltre la richiesta, da parte del minore sopra i 14 anni vittima di *cyberbullismo* (anche senza che il genitore lo sappia), dell'oscuramento, rimozione o blocco dei contenuti diffusi in rete, al gestore del sito internet o *social media*. Entro 48 ore, se non si è provveduto, il minore (con il genitore) può rivolgersi al Garante della *privacy*, che provvede direttamente nelle successive 48 ore. È prevista la "procedura di ammonimento" da parte del Questore, che inviterà il minore con un genitore a non ripetere gli atti fino a quando non vi è querela o denuncia, così come accade per *stalking*, ingiuria, diffamazione, minaccia o trattamento illecito di dati personali in rete; l'ammonimento funge certamente anche come azione "educativa e di responsabilizzazione". Presso la Presidenza del Consiglio è istituito un tavolo tecnico per la redazione del *Piano di azione*, integrato per il contrasto e la prevenzione del *cyberbullismo*, con carattere interistituzionale.

Per quanto riguarda la scuola nello specifico, si chiede di individuare in ogni istituto un referente per le iniziative contro il *cyberbullismo*. Il dirigente scolastico è tenuto ad informare le famiglie dei minori coinvolti in atti di bullismo informatico, e ad attivarsi con azioni educative.

4. L'educazione al rispetto

Con nota 5515 del 27 ottobre 2017 il MIUR ha diffuso le *Linee Guida nazionali* (art. 1 comma 16 L. 107/2015) e le *Linee di orientamento per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo nelle scuole* (art. 4 L. 71/2017), presentate al Teatro Eliseo di Roma il 27 ottobre 2017. Attraverso l'approfondimento delle tematiche riportate nel Piano, le istituzioni scolastiche sono chiamate ad avviare azioni tese a coinvolgere studenti, docenti, genitori, al rispetto delle differenze e al superamento dei pregiudizi.

Come noto, infatti, il comma 16 dell'art. 1 della L. 107/2015 prevede che il Piano triennale dell'offerta formativa elaborato dalle istituzioni scolastiche autonome "assicura l'attuazione dei principi di pari opportunità promuovendo nelle scuole di ogni ordine e grado l'educazione alla parità tra i sessi, la prevenzione della violenza di genere e di tutte le discriminazioni, al fine di informare e di sensibilizzare gli studenti, i docenti e i genitori sulle tematiche indicate dall'articolo 5, comma 2, del decreto legge 14 agosto 2013, n. 93, convertito, con modificazioni, dalla legge 15 ottobre 2013, n. 11". Si rimanda al riguardo anche a nota MIUR prot. 1830 del 6 ottobre 2017 sui primi orientamenti al riguardo⁵.



Immagine 3 - Amicizie in rete

⁵ <http://www.miur.gov.it/-/orientamenti-concernenti-il-piano-triennale-dell-offerta-formativa>.

5. Le Linee guida contro il cyberbullismo

Le *Linee guida* sono state elaborate dal gruppo di lavoro istituito con Decreto Dipartimentale n. 1140 del 30 ottobre 2015, allo scopo di fornire indicazioni destinate alle istituzioni scolastiche di ogni ordine e grado in merito a quanto sancito dal comma 16 della legge 107 citata. Si risponde così alla necessità di fornire alle scuole indicazioni per coniugare formazione e informazione per l'educazione contro ogni forma di discriminazione e per la promozione del rispetto alle differenze, in connessione con le Indicazioni Nazionali per il 1° ciclo di istruzione (2012) e con il Documento di indirizzo su Cittadinanza e Costituzione (2009).

Come sopra ricordato, la Legge 71/2017 prevede la redazione di apposite *Linee guida* da parte del MIUR. Le "*Linee di orientamento per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo*" danno continuità alle *Linee guida* emanate nell'aprile del 2015, apportando le integrazioni e le modifiche necessarie in linea con i recenti interventi normativi, e da intendersi come documento in fieri, flessibile e oggetto di periodici aggiornamenti, al fine di avere a disposizione uno strumento di lavoro in grado di rispondere alle sfide educative e pedagogiche introdotte dall'evolversi costante e veloce delle nuove tecnologie.

È auspicabile l'armonizzazione fra lo stanziamento delle risorse, l'avvio delle formazioni e delle azioni progettuali e lo svilupparsi dell'anno scolastico, al fine di rendere efficaci le azioni intraprese. Ad oggi l'Amministrazione centrale ha chiesto agli Uffici Scolastici Regionali nel corso della primavera 2018 i nominativi dei docenti per successive azioni di formazione⁶.

6. Le azioni dell'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna

L'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna ha compreso da numerosi anni la necessità di connettere bisogni formativi, pratica didattica e innovazioni tecnologiche ed ha proposto alle scuole emiliano-romagnole il Servizio Marconi TSI (Tecnologie nella Società dell'Informazione), peculiarità dell'Emilia-Romagna, costituito da un gruppo di insegnanti che si occupano di didattica con le nuove tecnologie. Ogni utile informazione sull'attività del Servizio è disponibile sui seguenti siti: www.istruzioneer.gov.it e <http://serviziomarconi.w.istruzioneer.it>.

Fra le altre azioni, il Servizio Marconi TSI ha accompagnato le azioni del *Piano Nazionale Scuola Digitale*, coordinando le attività di formazione dei docenti, e, più

⁶ Riferimenti ai link:

- <http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2017/10/30/piano-nazionale-per-leducazione-al-rispetto-lin/index.html>;
- www.noisiamopari.it;
- www.generazioniconnesse.it.

in generale, le iniziative di formazione dei docenti dove è prevalente l'aspetto tecnologico. Ancora, nella sua componente di Centro Territoriale di Supporto, il Servizio Marconi *supporta* negli aspetti tecnologici (impiego di *device hardware, software* e altri ausili) l'attività dell'USR E-R e delle scuole in tema di inclusione e integrazione scolastica. In oltre un quindicennio di attività l'Ufficio Scolastico per l'Emilia-Romagna con il Servizio Marconi TSI ha rappresentato un riferimento permanente per le scuole del territorio, garantendo continuità e organicità all'azione del *Piano Nazionale Scuola Digitale*, sostenendone uno sviluppo funzionale, condividendo e mettendo a sistema le buone esperienze preesistenti e fornendo una continua azione formativa verso i docenti.

Punto fondante dell'azione del Servizio Marconi TSI consta nell'agire costantemente su tre campi di azione: quello tecnico, legato ai modelli di dotazione proposti alle classi, quello metodologico e quello formativo, come ambiti interconnessi e integrati. L'idea è quella di superare il lavoro in laboratorio informatico, che si è rivelato dispendioso in termini di risorse economiche ma anche umane, di tempi e di organizzazione per le scuole, evitando una 'macchina' per ogni alunno. Si prevede infatti un'azione mista di *device* integrati che si completano nelle diverse funzionalità, sempre nella possibilità di un'ulteriore espansione del sistema (in *Bring Your Own Device - BYOD* o con altri acquisti). L'eterogeneità di strumenti e marche, che in prima battuta potrebbe sembrare un limite, costituisce una ricchezza per la possibilità di lavorare in classe o fuori dalla classe, individualmente con *device* differenti o in modalità cooperativa, condividendo e operando, anche simultaneamente su alcuni *cloud* specifici.

Trasversalmente, attraverso le azioni sulle tre dimensioni ricordate, in Emilia-Romagna si è consolidata la rete collaborativa di docenti, sia attraverso momenti di incontri *de visu* sia in rete, affiancando quindi momenti formali ad ambienti informali come i *social* più diffusi, che si rivelano sempre più un servizio fondamentale ove l'amministrazione dialoga con tutti gli attori, facilitando l'accesso alle esperienze, alle risorse e alle competenze, offrendo una base e una opportunità di condivisione, costituendo un'azione di collegamento fra i docenti e operando una vera e propria azione di disseminazione sul territorio dei concetti, dei modelli e degli aspetti formativi in modo capillare e collaborativo. Una *community* per l'apprendimento che, nel facilitare le relazioni, innesta meccanismi virtuosi di conoscenza e condivisione dell'agire scolastico quotidiano.

Ad oggi, in Emilia-Romagna, si contano numeri importanti di plessi con LIM, classi 2.0 e dotazione tecnologica innovativa che presuppongono uno sforzo continuo in termini di formazione e aggiornamento dei docenti, anche alla luce del fatto che molte delle competenze informatiche acquisite negli anni passati dagli insegnanti risultano oggi obsolete o non necessarie. La sfida centrale per l'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna è l'accompagnamento all'investimento tecnologico da realizzare *sui* e *con* i docenti, per arrivare agli

studenti. Anche i rapporti con le famiglie sono migliorati con l'introduzione del digitale, sia a livello di comunicazione didattica, come quasi tutte le esperienze 2.0 della prima fase hanno sottolineato, visto il vantaggio della condivisione *on line* e dell'accesso diretto della famiglia alla documentazione e ai prodotti del lavoro, sia a livello più formale con l'introduzione del registro elettronico.

Il Servizio Marconi TSI sta sviluppando, inoltre, anche le nuove tematiche del *coding*, del *tinkering* e della robotica con il progetto RoboCoop Azione Coop Estense e con altre collaborazioni e iniziative sul territorio, in un'efficace integrazione fra pubblico, privato e associazionismo.

In tema di formazione, con il Servizio Marconi TSI si sono realizzate numerose azioni di approfondimento, sia con proposta diretta (es. "Appuntamenti in Sala Ovale" in sede o sul territorio) sia con azioni di accompagnamento all'innovazione in tema di *coding*, sviluppo del pensiero computazionale, *tinkering* e microrobotica; alcune di queste esperienze si riferiscono specificamente alla scuola dell'infanzia e costituiscono pertanto una sorta di sperimentazione nella sperimentazione, con risultati qualitativi oltre che quantitativi importanti.

Di rilievo l'azione di Formazione/Accompagnamento in tema di interazioni (in digitale) connessa alla tematica dell'Europa, con l'organizzazione e la gestione di percorsi formativi finalizzati all'uso della piattaforma *eTwinning*, supporto al Programma *Erasmus+* che si concretizza nella realizzazione di servizi di *helpdesk* per le scuole su problematiche didattico-organizzative legate alle attività *eTwinning* ed *Erasmus+*; corsi sulla progettazione e la collaborazione in *eTwinning*; azione di coordinamento e di gestione tecnico-organizzativa delle attività del consorzio (*Erasmus+* KA1) per la mobilità degli animatori digitali e presenza attiva negli incontri di diffusione-supporto realizzati in Emilia-Romagna.

Nel corso degli ultimi anni, l'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna ha realizzato attività di supporto e di intervento nelle azioni formative relative ai temi del *cyberbullismo*, dell'uso consapevole della rete e dell'uso didattico dei *social network*, collaborando nella progettazione di iniziative rivolte ai docenti e, in particolare, ai referenti per tali tematiche presso le scuole sedi di Centri Territoriali di Supporto della regione (CTS). In questo contesto si collocano inoltre gli interventi di informazione-formazione indirizzati ai rappresentanti delle Consulte Provinciali degli Studenti, articolati secondo un calendario che ha previsto la realizzazione di 9 incontri da febbraio ad aprile 2017 in ogni provincia dell'Emilia-Romagna.

Delle azioni indicate è possibile prendere visione di dettaglio consultando la rivista *on line* "Studi e Documenti" al link <http://istruzioneer.gov.it/media/studi-e-documenti/>.

Per approfondimenti sull'attività del Servizio Marconi TSI è possibile consultare il link: <http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/wp-content/uploads/>

2017/04/16_17-11-Piano-Nazionale-Scuola-Digitale-e-formazione-dei-docenti-attivita-del-Servizio-Marconi.pdf.

Per approfondire:**a) Quadro di insieme documentale Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna**

Azioni di contrasto al bullismo e al *cyberbullismo*: sitografia con materiali utili per la formazione dei docenti:

<http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2015/11/05/internet-a-scuola-e-nella-vita-di-bambine-bambi/index.html/>.

Linee orientamento MIUR, 2015:

http://www.istruzione.it/allegati/2015/2015_04_13_16_39_29.pdf.

Nota dell'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna (comprensiva di allegati tecnici con *link* e riferimenti):

<http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2016/12/04/protocollo-dintesa-per-le-scuole-sulluso-consap/index.html>.

Protocollo d'intesa interistituzionale Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna, Polizia Postale, Garante infanzia e adolescenza, CORECOM, Università di Bologna, Dipartimento di psicologia:

<http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2017/01/18/protocollo-di-intesa-sulluso-consapevole-delle-/index.html>.

Percorso formativo interistituzionale "I social servono o no":

<http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2017/01/18/protocollo-di-intesa-sulluso-consapevole-delle-/index.html>.

Esiti 1° giornata percorso formativo interistituzionale "I social servono o no" del 7.2.2017 - Safer Internet Day 2017:

<http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2017/02/07/i-social-servono-o-no-i-modulo-formativo-7-febbraio-2017/index.html>.

Incontri per le Consulte Provinciali degli Studenti "Social Tour": <http://archivi.istruzioneer.it/emr/istruzioneer.it/2016/12/14/incontri-per-la-consulta-provinciale-degli-studenti-i-social-servono-o-no-istruzioni-per-luso/index.html>.

Pubblicazione "Riflessioni Social... con le mai in rete" - Quaderno n. 42/2018 della Collana "I Quaderni dell'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna":

<https://drive.google.com/file/d/1ZAC9HWywhaUgdldxOdCJw3ZDHtVal0R/view>.

b) portale dedicato al cyberbullismo dell'Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna

<http://cyberbullismo.cts.istruzioneer.it/>

c) per approfondire a valenza divulgativa

"Pillole di conoscenza" dal sito nazionale Consulta - Coordinamento studenti Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca, in particolare:

- Di chi sono le foto e i video che pubblici:
<http://www.pillolediconoscenza.it/di-chi-sono-le-foto-e-i-video-che-pubblichi/>.
- Fare marketing con Facebook:
<http://www.pillolediconoscenza.it/fare-marketing-con-facebook/>.
- Chi sono gli amici dei miei amici:
<http://www.pillolediconoscenza.it/chi-sono-gli-amici-dei-miei-amici/>.
- Devo smettere di usare Facebook:
<http://www.pillolediconoscenza.it/devi-smettere-di-usare-facebook/>.
- I social network sono pericolosi:
<http://www.pillolediconoscenza.it/i-social-network-sono-pericolosi/>.
- Cosa conosce un social network su di me:
<http://www.pillolediconoscenza.it/cosa-conosce-un-social-network-su-di-me/>.
- Chi paga i social network:
<http://www.pillolediconoscenza.it/chi-paga-i-social-network/>.