



Conte Vlad Tepes, detto Dracula – Kunsthistorisches Museum, Vienna (in deposito presso il Castello di Ambras, Innsbruck)

## #Vamping

Abbiamo avuto un'invasione aliena?

Dracula ed i suoi accoliti sono risorti dalle pagine del famoso romanzo di Bram Stoker o dai numerosi film?!

Oppure siamo capitati nella saga paranormale di Twilight??!

Nulla di tutto ciò, i vampiri della notte sono i nostri adolescenti, che imitano i loro coetanei statunitensi nell'ultima moda in voga. Vamping significa tirare fino a tarda notte come i vampiri, si indica l'abitudine degli adolescenti a passare notti insonni al computer, chattando sui social network cercandosi a vicenda per tenersi compagnia nel cyberspazio o divorando serie televisive fino alle prime luci dell'alba, appunto come vampiri. I ragazzi si attivano di notte, quando genitori dormono impugnano smartphone o notebook per entrare nel fantastico mondo di WhatsApp, Facebook, WeChat o Twitter e chattare, dove ai discorsi, agli sguardi e agli abbracci si sostituiscono i "like", i "condividi", i "retweet" o l'estenuante binge-watching su YouTube. Instagram è piena di foto con l'hashtag #vamping, selfie col computer acceso nel buio pesto oppure scritte che dicono: «Una volta di notte dormivo», «Dovrei dormire ma ho un sacco di cose da fare», o «Chi è sveglio?».

Perché questo?

La voglia di socializzare migra su un altro livello, quello virtuale, dove dietro una tastiera è facile nascondersi, il tempo che un adolescente non riesce a dedicare durante il giorno per la sua socialità, causa lo studio, la scuola, lo sport, viene recuperato di notte. In U.S.A. il fenomeno è più eclatante, in Italia il tempo dedicato è minore, ma secondo gli esperti non tarderà a prendere piede anche qui.

I risultati del vamping sono poche ore di sonno, poca attenzione a scuola, irritabilità, emicranie, abuso di antinfiammatori e analgesici e danni alla vista, dal momento che un'eccessiva esposizione alla luce di monitor, smartphone e tablet affatica gli occhi, specie in un contesto buio come quello notturno. Molto spesso i genitori si accorgono di tale fenomeno solo dopo l'avvertimento da parte degli insegnanti che vedono questi ragazzi addormentarsi sui banchi di scuola ogni giorno.

Come correre ai ripari?

Molto spesso parte della concausa sono i genitori stessi, che per avere un attimo di pace hanno nel passato delegato alla televisione ed adesso al computer la funzione di babysitting. Soluzioni possibili sono: parlare con i propri ragazzi, essere presenti come esempio, avere un dialogo con loro non invasivo volto ad un controllo "da lontano", consigliare i ragazzi di connettersi con persone conosciute per mantenere un controllo soft sui contenuti visualizzati e la tipologia di contatti, evitare però il tentativo di accedere ai loro profili social per vedere le loro attività. Anche verificare che le ore passate sul pc o tablet dai ragazzi non superino il livello di guardia è di estrema importanza.

Un'ulteriore sicurezza, visto la pubblicità mirata che viene fatta sui social network, è che non venga effettuata l'associazione automatica con i market Google o AppStore con una carta di credito, i ragazzi, se ciò avviene, hanno facile accesso all'acquisto incontrollato di applicazioni, giochi e contenuti multimediali. Un'attenzione particolare va alle impostazioni di sicurezza dei propri profili (per esempio, l'impostazione del PIN su ogni acquisto su Google, o le restrizioni tramite codici e password su iOS) essi rappresentano una prima efficace barriera. Questi i consigli degli esperti a questo nuovo fenomeno.