

L'intimità

Il nostro codice genetico registra la necessità di intimità con altre persone. Nello stesso tempo sentiamo la necessità di separarci periodicamente dagli altri per rilassarci, contemplare fare quello che non vorremmo che gli altri lo sapessero. La nostra vita sociale si svolge nella ricerca di un equilibrio fra la necessità di essere con gli altri e la libertà di allontanarci da loro con la possibilità di ritornarci di nuovo. Tuttavia, negli ultimi tempi, per troppa dipendenza nella tecnologia, abbiamo perso codesto equilibrio. L'uomo moderno, per soddisfare la sua necessità di libertà e spazio personale, ha trasferito una gran parte delle relazioni interpersonali a una realtà virtuale e illusoria, dove mantiene un gran numero di contatti superficiali e "fragili". La mancanza di profondità emozionale in tale comportamento viene compensata con il dare dei dati personali che potrebbero essere abusati. È paradossale che in tale modo sacrifichiamo l'intimità pensando di proteggerla. I nostri antenati, rilevano i psicologi di evoluzione, vissero in gruppi compatti e omogenei.

Comunicarono con meno gente dell'uomo moderno ma furono più collegati fra loro. La famiglia allargata si sedeva spesso intorno al fuoco e parlava. Dividendosi l'intimità e le circostanze della vita, i membri della famiglia si conoscevano benissimo. Tuttavia, trascorrere ogni giorno, dal mattino alla sera, con le stesse dieci - quindici persone aveva poi anche i suoi svantaggi. Anche se le relazioni interpersonali sono eccezionalmente importanti per il benessere spirituale e la sopravvivenza, quelli che sono condannati nella compagnia di qualcuno e non possono nascondere niente dai loro vicini diventano frustrati.

La numerosità non sostituisce la presenza

Lo sviluppo della civilizzazione e tecnologia ha aumentato la nostra libertà di movimento ed ha separato la nostra sicurezza personale e sopravvivenza dalla presenza fisica degli altri. Ma codesto ha reso possibile l'intimità, tanta intimità. Grazie alle telecomunicazioni possiamo fondare e mantenere contatti con un gran numero di gente protetti nelle nostre case e al momento opportuno. E quando vogliamo che ci lascino in pace, stacciamo il telefono e il computer. Libertà completa!

I bambini- i nostri migliori insegnanti

Quando si diventa genitori, si ha la sensazione che tutto sia una grande preoccupazione. Invece di cedere al sentimento di impotenza e di paura, lasci che il Suo bambino Le insegni una corretta concezione del mondo.

Senza paura

Il Suo bambino non ha ancora imparato che cos'è la paura e per lui il mondo è momentaneamente un luogo bellissimo e interessante . I ragazzi non possono ancora capire che le loro azioni portano sempre delle conseguenze. Anche se quella parte Le causa la maggiore preoccupazione quando si tratta di educazione, proprio da lì si può imparare molto. Quando noi adulti abbiamo delle paure che sono conseguenze delle nostre esperienze di vita, ci vuole solo un secondo per ricordarsi com'era a essere bambini. Prendi una piccola parte del loro spirito di avventura e lo applichi alla Sua vita "adulta".

Perdoni e dimentichi

Si è accorta che dopo avere sgridato al bambino per mezz'ora perché aveva scarabocchiato le pareti della camera di soggiorno con pennarelli, non può semplicemente ignorarlo e dimenticarlo. Invece Lei continuerà a pensare per ore come poteva accadere e questo le rovinerà la giornata. A differenza di Lei, dopo solo cinque minuti il bambino viene e dice che Le vuole bene e chiede se possa avere un biscotto. Lui si è completamente dimenticato dell'episodio della Sua rabbia. Il Suo bambino Le vuole bene incondizionatamente.

Cose semplici

Ogni minuto di ogni giorno è una nuova e incredibile esperienza per il Suo bambino. Non sarebbe meraviglioso se anche Lei potesse ammirare tutto in quel modo? "Mamma, guarda la foglia", "Guarda l'aereo", e le altre cose simili che qualche volta Le possono dare sui nervi, al Suo bambino sono veramente particolari. Cerchi di dividere con lui quel miracolo. Per poter completamente capire il Suo bambino che ammira le piccole cose della vita faccia finta di essere lui per un'ora. Vada nel parco e godeteci insieme la discesa in slittino, giri sulle giostre, oppure semplicemente corra nel parco (non dimentichi di portare il bambino perché altrimenti la gente potrebbe darLe uno strano sguardo). Se nient'altro, sarà un godimento per il Suo bambino a vederLa godersela. Nella vita ci sono sempre due scelte: osservare o partecipare. Sia un partecipante nella vita e lasci che La guidi il destino.

Genitori e figli

I rapporti tra genitori e figli rappresentano da sempre una questione delicata e difficile. L'adolescenza è il periodo dei primi amori, delusioni e preoccupazioni. Quando i bambini diventano adolescenti spesso cominciano le difficoltà di comunicazione e molti ragazzi pensano che gli adulti pensano troppo a loro stessi, comunichino poco e non capiscano le loro necessità. Anche se molti bambini pensano in questo modo, molti genitori si chiedono che cosa faccia il loro figlio durante la giornata, si domandano dove vada, e da dove venga, perché non dialogano con i propri figli, si sentono esclusi dalle loro vite e ne soffrono. Loro ritengono che i figli escano troppo tardi la sera e che rimangano fuori troppe ore; temono che i ragazzi bevano alcolici o fumino, ma, invece di urlare e rimproverarli, dovrebbero chiedersi perché i figli si comportino così e dovrebbero cercare di ragionare con loro. Il problema è che nessuno ha insegnato ai genitori a essere buoni genitori. Ogni genitore applica in buona parte le regole e i modelli che ha imparato dai propri genitori. Al giorno d'oggi esistono per fortuna numerosi **libri** di grande utilità e comprensibili a tutti ed è anche possibile partecipare a **corsi per genitori** dove si può imparare a capire meglio la psicologia dei figli, le tappe della loro crescita, i metodi educativi per costruire con loro un rapporto positivo.

[Catherine Breillat, regista, sceneggiatrice e scrittrice francese](#) ha detto: [“Non abbiamo la facoltà di sceglierci da soli i genitori purtroppo. Se non esistessero i genitori non ci sarebbe nemmeno la psicanalisi.”](#)

Quali mezzi vengono usati per rubare l'identità

Vi sono una infinità di tecniche per "carpire" i dati personali all'insaputa della vittima o abusando della sua buona fede o ingenuità... L'avreste mai detto? I ladri di identità frugano a volte nei nostri rifiuti!...

Per ottenere i dati, a volte i malviventi sottraggono il portafogli, oppure la corrispondenza dalle cassette delle lettere (bollette delle utenze domestiche, estratti conto della banca, documenti assicurativi e previdenziali, cartelle esattoriali ecc.); altre volte frugano tra i rifiuti; altre ancora ottengono i dati direttamente da noi, tramite stratagemmi - come false interviste – o tramite siti web che li richiedono in fase di registrazione dell'utente, magari allettandoci con qualche servizio gratuito o gadget; altre volte, infine, li reperiscono tramite i social network o false offerte di lavoro (sul CV ci sono spesso molte informazioni personali).

Tra le più comuni tecniche impiegate per la sottrazione fraudolenta dei dati, c'è il phishing, spesso attuato tramite e-mail che si presentano come apparentemente provenienti dalla banca o società emittente della carta di credito ed invitano a cliccare su un link, che porta ad una pagina clone dell'ente in questione, dove poi ci sarà richiesto di digitarli con un pretesto. Altre volte la mail di phishing comunica presunte vincite ed altre circostanze, in relazione alle quali i nostri dati risulterebbero necessari per attivare un diritto o scongiurare un danno.

I nostri dati possono essere sottratti anche tramite intercettazione (durante il trasferimento di questi dati online, se avviene in modalità non protetta da criptazione o se il computer o altro dispositivo utilizzato è infetto da malware) o intrusione (hackeraggio) nelle banche dati di soggetti che detengono legalmente i nostri dati, ad esempio perché ci forniscono un servizio, ma questo richiede competenze e attrezzature abbastanza sofisticate.

In parte la vulnerabilità è insita nell'adozione di tecnologie che ci aprono vaste possibilità di comunicazione e condivisione (si pensi a WhatsApp) e che talora vengono utilizzate in modo troppo disinvolto. Non ci sono strumenti buoni o cattivi, ma ci sono utilizzi accorti e utilizzi incauti. Lo smartphone è oggi già a tutti gli effetti un computer, che ci consente di navigare su Internet, scaricare software e inviare/ricevere messaggi di ogni tipo (SMS, MMS, posta elettronica, messaggistica istantanea), chattare ed altro ancora. Fra queste attività, utili e gradevoli, possono insinuarsi i ladri di identità, attraverso malware e varie forme di inganno per carpire i dati dell'utente. Basta poco per aprire la porta ai malintenzionati: è noto che il sistema operativo dei tablet, degli smartphone, delle console videogiochi e dei televisori è più "leggero" e vulnerabile alle intrusioni di quello installato sui computers. Può essere sufficiente un solo accesso online tramite lo smartphone (sul quale magari scarichiamo allegramente decine di APP da siti più o meno affidabili) al conto corrente in banca, per "regalare" ai ladri di identità le nostre credenziali di accesso.

Presto lo smartphone sarà anche uno strumento di pagamento molto comune, al pari delle carte di credito: in questa rivoluzionaria potenzialità sono naturalmente insiti nuovi rischi per la sicurezza.

