

Articolo tratto dal numero n.86 ottobre 2018 de <http://www.lascuolapossibile.it>

## Ragazzi nella "rete"

### L'uso efficace delle tecnologie da parte degli adolescenti

*Scuola & Tecnologia - di Russo Raffaella*



Le tecnologie oggi rappresentano l'anima del progresso e non si parla solo di computer e smartphone, ma di attrezzature e strumentazioni in grado di portare grandi benefici all'uomo o di salvare addirittura delle vite, come nel caso della Medicina.

Molti prodotti tecnologici sono entrati a far parte della nostra quotidianità e talvolta modificano il funzionamento di alcune facoltà umane come la memoria (basti pensare ai tanti numeri di telefono registrati in rubrica) e di aspetti della sfera emotiva e relazionale. Vorrei soffermarmi su questi ultimi, facendo riferimento al mondo degli adolescenti e al loro rapporto con i *social network*.

Il **gruppo dei pari** è sempre stato il punto di riferimento per l'adolescente, ma mentre fino a venti anni fa le relazioni si vivevano per lo più in modo reale, con esperienze condivise e momenti vissuti insieme, attualmente il gruppo diventa ampio e delocalizzato, prendendo corpo in più luoghi e situazioni, grazie soprattutto ai media digitali.

Dietro lo schermo di un computer o di un cellulare, il ragazzo si connette con tanti altri coetanei contemporaneamente, ricevendo stimoli diversificati ad un'alta velocità. Nascosto

dietro lo schermo, l'adolescente può dimenticare le sue fragilità, i suoi punti deboli e le sue insicurezze, può mostrare di sé un'immagine idealizzata e forte e lo fa soprattutto attraverso la condivisione di immagini e di video.

La ricerca del *selfie* che attiri più *like* possibili è un esempio emblematico di quanto è stato finora affermato; l'importante è raggiungere il successo online, avere un alto numero di *followers*, sentirsi apprezzati e "fighi". L'adolescente non fa che amplificare con le sue modalità un vissuto che permea abbondantemente l'intera società, che punta all'apparire senza difetti, sempre felici, sempre attivi, sempre carichi, e molto poco all'essere e questo a scapito di un **pensiero simbolico**: nessuna possibilità di riflessione, nessuna necessità di fermarsi a pensare.

In un mondo così veloce e iperattivo, l'adolescente che chatta con più gruppi contemporaneamente, che si racconta tramite foto, che sa nell'immediato cosa sta facendo un suo compagno, perde di vista la possibilità di una relazione fatta di emozioni, di idee espresse e condivise, fatta essenzialmente di tempo speso per conoscersi e conoscere concretamente l'Altro.

La lontananza su un piano reale ha come conseguenza anche una deresponsabilizzazione rispetto alle azioni che si compiono, per arrivare infine alla banalizzazione del Male. Pensiamo al fenomeno del bullismo che in rete diventa ancora più forte e più tragico: attraverso il computer il bullo può far girare foto e video di una vittima ripresa mentre viene aggredita, o ancora può vendicarsi di una ragazza o di un ragazzo con cui ha chiuso una rapporto sentimentale facendo circolare foto private. È come se l'adolescente perdesse la consapevolezza di quanto male possa produrre in questo modo nei confronti dell'altra persona, ma analizzando ancora di più il fenomeno, sembrerebbe emergere un'adolescente che non conosce affatto le proprie emozioni e quelle dell'altro, che non sa definire quello che prova e soprattutto non sa gestire la rabbia in altro modo se non facendosi o facendo del male.

Non dobbiamo però pensare che la Rete sia il male e che l'uso della tecnologia debba essere represso. Sappiamo bene che l'adolescente ha bisogno di sentirsi in contatto con i pari, di identificarsi, di essere "uguale" agli altri. Tenere fuori dal mondo virtuale un ragazzo significherebbe isolarlo, rendendolo ancora più fragile.

Mi sento di dire che un ragazzo con una buona intelligenza emotiva, con un passato solido e una famiglia in grado di relazionarsi a lui anche emotivamente, difficilmente cadrà nei tranelli della Rete. Ancora una volta diventa fondamentale costruire e mantenere con i figli un dialogo sin da quando sono bambini, aiutarli a conoscere i propri stati emotivi, a nominarli e a trovare le strategie per esprimerli e gestirli, come nel caso della rabbia; ciò andrebbe fatto sin da quando sono in tenera età, evitando di imprigionarli in un mondo ovattato scervo di delusioni e frustrazioni, iper-proteggendoli da ogni possibilità di avvertire dolore.

Il dolore e la paura di fronte ai cambiamenti esistono, la frustrazione per un amico che non ci vuole più bene è reale; il bambino ha necessità di viverla e di trovare un genitore che lo accolga dandogli il tempo di parlare, senza liquidare il tutto con un *"non ci pensare"*. Abituamo i nostri figli al contrario, a pensare, a "stare" nelle situazioni anche dolorose che possono incontrare, e a saperle comunicare.

In questo modo daremo loro gli strumenti anche per cimentarsi nel mondo delle relazioni virtuali, senza che questo sostituisca quello reale, per rifugiarsi e dimenticare le paure.

Cosa possono fare dunque i genitori concretamente?

Innanzitutto sarebbe utile un **educazione al digitale**; il genitore può accompagnare il proprio figlio nelle esperienze, spiegando le opportunità che offre, ma anche i rischi e soprattutto mettendo delle regole chiare sull'utilizzo dei dispositivi. Non è possibile essere sempre online, è bene alternare con esperienze relazionali concrete, attività manuali, giochi e letture. Il genitore diventa l'esempio di quanto afferma, le stesse regole date al figlio devono essere rispettate da lui stesso; il divieto dell'uso dello smartphone durante i pasti dovrebbe valere per tutti, anche per facilitare il dialogo; le foto e i video possono allora essere utilizzati in un secondo momento come facilitatori di un racconto, sia di quanto vissuto a lavoro che di quanto sperimentato a scuola e con i coetanei. In questo modo si aiuteranno i ragazzi a passare dall'esperienza digitale a quella reale, sottolineando l'importanza delle emozioni e degli scambi relazionali vissuti non in rete, ma nella realtà quotidiana.

I media digitali possono certamente essere utilizzati anche in ambito scolastico, consentendo di diversificare le attività educative e valorizzando ciò che gli adolescenti già sanno fare. È bene partire dagli aspetti positivi dei social per lavorarci in classe. Sicuramente questi permettono una condivisione di contenuti, di immagini, di linguaggio e hanno indubbiamente un aspetto ludico e creativo.

L'insegnante ha un ruolo di guida, di aiuto nella costruzione di significato dell'esperienza digitale e può aiutare i ragazzi a passare da un uso passivo di internet ad uno attivo, per diventare soggetti e produttori di contenuti da condividere con gli altri.

Cito solo come esempio un lavoro che si può attivare nelle classi delle scuole secondarie, utilizzando differenti piattaforme on-line; si può cioè creare una *Fanpage* su Facebook di un personaggio storico, costruendone la *timeline* con gli eventi della sua vita, interviste a terzi o articoli di giornale, e successivamente anche realizzare video e condividerli attraverso Instagram e Youtube.

Raffaella Russo, psicologa e psicoterapeuta S.P.I.G.A. (Società di Psicoanalisi Interpersonale e Gruppo Analisi)