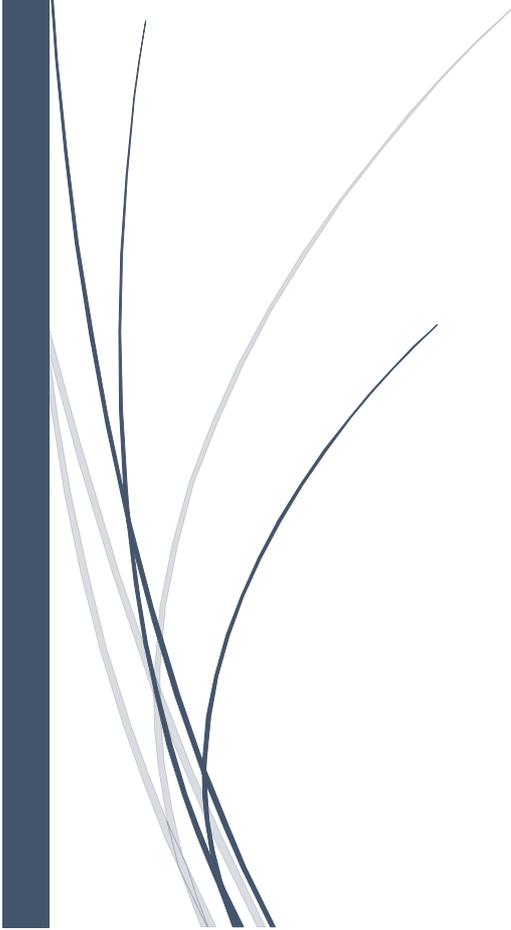


02/03/2017

MURAGLIA DIGITALE TRA GENITORI E FIGLI

SI DISCUTE TANTO E SI PARLA POCO



Dott.ssa Francesca Gabriele
PSICOLOGA E PRISCOTERAPEUTA

I media sono entrati prepotentemente nelle nostre case e nelle vite dei nostri figli e in qualche modo condizionano la loro vita e la loro voglia di essere nel mondo così come il mondo richiede.

Bambini, preadolescenti e adolescenti si fanno persuadere molto facilmente e temono di essere diversi dagli altri, di fare brutta figura, di rimanere fuori dal mondo e cadere nel ridicolo se non fanno e non vivono le cose che vivono gli altri. Purtroppo tutto quello che dà questo tipo di scenografia sono situazioni inutili perché si viene a sapere un mare di sciocchezze che non c'entrano con la vita reale, bisogna vestirsi in un certo modo, parlare in un certo modo, bisogna mantenere un modello di vita che è dato dai mass media e quindi c'è questa grande finzione a cui i ragazzi credono ed è molto difficile per genitori ed insegnanti riportare questi ragazzi all'idea di una situazione reale e viva perché sono come ipnotizzati da queste situazioni.

L'**Australian Psychology Society** australiana si pone come osservatorio annuale dei disturbi che la Dipendenza dai Social Network crea negli adolescenti. Rispetto a soli cinque anni fa, oggi più del 60% dei giovani soffre di livelli eccessivi di Stress e di Depressione. Il dato più preoccupante che emerge dalla nuova ricerca è che non si cerca aiuto, ma si usa la Dipendenza stessa come auto-terapia.

Più della metà degli adolescenti che leggono in continuazione i Tweet e gli Status degli amici pensano di non divertirsi abbastanza.

Non soltanto di "perdersi qualcosa mentre sono sconnessi", ma proprio di essere inferiori ai coetanei.

Il Complesso di Inferiorità produce conflitti interiori di Insicurezza e Paura, spesso talmente profondi da raggiungere la Depressione.

Nessuno dei soggetti intervistati ricorre a una terapia o chiede aiuto, neppure chi è più facoltoso o chi è più istruito e ha un ambiente familiare sereno e facilitante.

Il dato è preoccupante perché la Dipendenza non può che auto-alimentarsi, se si avvia un processo di auto-terapia.

Inoltre, secondo i dati raccolti dall'**Osservatorio Nazionale Adolescenza**: per tre adolescenti su dieci il buongiorno si vede da quanti "like" collezionano i loro post. Averne tanti equivale a tante approvazioni che accrescono l'autostima, la popolarità e quindi la sicurezza personale. Mentre i commenti dispregiativi, ma anche pochi like condizionano l'umore e l'autostima in negativo, tanto che il 34% ci rimane molto male e si arrabbia quando non si sente apprezzato.

Perché si arriva a tutto questo? Cosa è successo a questi adolescenti che si nascondono e si esprimono con un #, un like, ecc.? Lo smartphone è una protesi della loro identità, le chat e i social network un'estensione della personalità, una sorta di hard disk esterno in cui inserire tutta la propria vita. Il concetto di privacy e identità è diventato condiviso e quindi diventa quasi scontato che utilizzino tutti i mezzi tecnologici a loro disposizione per trovare uno spazio personale, una dimensione che troppe volte non si riesce a creare nel mondo reale. Selfie, grooming, cyberbullismo, sexting, social mode in cui alcool e corpi magrissimi sono i protagonisti e stanno diventando i compagni di viaggio di questi adolescenti. Vittime di un'informazione strumentalizzata e distorta, di messaggi mediatici devianti.

Fondamentalmente manca un'educazione tecnologica efficace, manca una scuola in grado di contenere questi adolescenti sempre più dis-connessi, che trascorrono dalle 7 alle 13 ore della loro giornata fuori dalla scuola attaccati ad uno smartphone. Una generazione di insonni e di ansiosi che sfuggono al controllo genitoriale, cresciuti con uno smartphone in mano al posto del ciuccio. C'è un gap intergenerazionale troppo evidente e marcato tra genitori, insegnanti e figli/alunni. (Manca, 2016).

Sempre più di frequente, i genitori mi chiedono delle ricette salva figli definendoli maleducati, trasgressivi, immaturi che sfuggono al dialogo navigando in Internet, un mondo che loro a malapena conoscono.

Gli adulti si sentono in difficoltà, non hanno i codici per decifrarlo, e invece di sfidarsi tendono ad arretrare, così i ragazzi in rete si creano una vera e propria seconda famiglia, dove tra amici veri o virtuali arrivano davvero a sostituire i punti di riferimento familiari.

Gli adulti, i nativi cartacei, per prima cosa devono informarsi, formarsi e conoscere per poter educare, senza dimenticare di dare il buon esempio perché i figli imparano soprattutto attraverso ciò che vedono.

La trasgressività è una caratteristica universale dell'adolescenza, età in cui il rapporto con le regole educative e sociali viene rivisto e di norma messo in discussione; per questo è difficile capire fino a che punto può essere considerata espressione di un desiderio di crescita e di maggiore autonomia e quando invece è un segnale di disagio individuale, familiare e/o sociale. Cogliere questa differenza è importante in quanto aiuta gli adulti ad assumere un atteggiamento più adeguato, a decidere quando e come punire, negoziare o perdonare.

Aiutare l'adolescente a divenire consapevole del significato inconscio espresso dai suoi comportamenti gli permette di essere maggiormente in grado di orientarli e controllarli. Comprendere le determinanti affettive di un comportamento non significa giustificarlo. La giustificazione genera deresponsabilizzazione, perché spesso invoca l'incidenza di determinanti esterne all'individuo, la legittimazione affettiva va alla ricerca di ragioni soggettive connesse alle emozioni dell'individuo e ne conserva quindi la responsabilità personale. (Maggiolini, 2003).

I ragazzi hanno il piacere di trasgredire e quindi può darsi che a vostra insaputa si iscrivano a queste reti sociali e si iscrivano bluffando sull'età, se no non possono avere l'ok dal sistema. Siete responsabili delle loro azioni, siete responsabili dei loro pensieri, siete responsabili delle loro scelte, perché loro si chiamano minori. Se noi stiamo lavorando su un percorso etico con i figli, è chiaro che nel momento in cui permettiamo loro una falsità, una bugia, come ad esempio l'età trasformata, noi gli stiamo dicendo che non è vero che l'etica passa dalla verità, dalla sincerità, dalla chiarezza, dalla trasparenza, che non è vero che è necessario essere etici al mondo. Ma gli stiamo dicendo che è necessario essere furbi. Allora molto spesso le persone pensano che la furbizia sia un atto di intelligenza. No, la furbizia è sicuramente il primo passo verso una devianza. Una devianza che può essere diventare bugiardi, diventare persone trasgressive e via così, fino ai parametri della delinquenza. Quindi non permettiamo un'associazione genitore-figlio su una bugia. Non dobbiamo assolutamente permetterlo. La nostra coerenza deve rimanere fondata su un'etica per cui le bugie non si dicono. Quello che è molto importante pensare è che durante l'infanzia, ma anche all'età di quattordici anni, la realtà virtuale, se ripetuta per un tempo troppo lungo, diventa nella mente dei ragazzi una realtà vera. Questo è molto importante se parlate di videogiochi, di situazioni di chat e dei social network.

La maggior parte di noi sa che, nei social network, le persone possono crearsi un personaggio inventato.

Questo aspetto è molto interessante, perché ci dà la possibilità di capire meglio i nostri figli.

Ad esempio, provate a leggere con curiosità il profilo dei vostri figli su Facebook. Come mai hanno messo determinate configurazioni di sé e non altre? Iniziate a parlare con i vostri figli di quello che loro scrivono sul profilo, così li aiuterete a capirsi, ad accettare delle parti di sé e a comprendere perché ne nascondono delle altre. Anche voi, empatizzando con le loro paure, li potrete davvero aiutare. Si confronteranno con la propria immagine, per capirla e per conoscersi meglio. Questi sono aspetti positivi del mondo virtuale, perché se la conoscenza diventa consapevolezza, loro impareranno molte cose sulle proprie paure, sui propri timori, sul problema del piacersi e del piacere. L'analisi di un profilo deve farvi capire su cosa dovrete assicurare i vostri figli perché abbiano meno paure, su cosa dovrete rafforzarli e su cosa dovrete aiutarli a trovare coraggio.

Per sostenere le capacità creative degli adolescenti, gli adulti dovrebbero mantenere una giusta distanza, ESSERCI senza esprimere giudizi critici svalutativi. Tra adolescenti e adulti può esistere una relazione positiva reciproca e ci si può incontrare tra generazioni anche attraverso Internet: la cultura adulta, riuscendo a mantenere una buona relazione con i giovani, diviene più aperta ai cambiamenti e alle innovazioni; la cultura giovanile, se supportata da quella adulta, può svilupparsi in direzione creativa mantenendo un legame più saldo con la realtà. La presenza attenta e collaborativa di adulti capaci di sostenere gli adolescenti permette loro di sviluppare in modo armonioso la propria identità personale.

Riferimenti bibliografici:

Generazione Hashtag. Adolescenti dis-connessi (M. Manca, 2016)

Adolescenti trasgressivi. Le azioni devianti e le risposte degli adulti (E. Riva, A. Maggiolini, 2003)