

I nativi digitali: quale prospettiva evolutiva per l'adolescenza? Una disamina socio-cognitiva della tecnologia

Dott.ssa Annamaria

Venere, Sociologa Sanitaria,

Criminologa

L'adolescenza è il periodo della vita di ogni individuo legato a importanti ristrutturazioni e modificazioni sul piano psicofisico, comportamentale, sociale e cognitivo. Lo sviluppo adolescenziale è peraltro indispensabile per consentire al soggetto di costruire la propria identità personologica e sociale adulta. In definitiva, l'adolescenza è la fase attraverso cui ogni individuo abbandona la ritualità infantile, per abbracciare il vasto campo dell'adulità. Può accadere, però, che lo sviluppo adolescenziale, legato alla ricerca d'indipendenza e libertà dalla famiglia di origine, spesso concluda il proprio processo evolutivo con difficoltà. In questo ventaglio di possibili problematicità, rientra anche l'influenza negativa che può avere l'utilizzo della tecnologia, del mondo digitale e dei social network. Se da un lato questi mezzi consentono all'adolescente di ampliare la propria sfera sociale, dall'altro

nascondono insidie e pericoli che approfittano della vulnerabilità, fragilità e ingenuità di cui la stessa adolescenza è inevitabilmente caratterizzata. Tutte quelle condizioni che definiscono e caratterizzano l'adulto, avvengono in quel periodo della vita che si contraddistingue per il passaggio dallo stato di bambino a quello di adulto. Può accadere, però, che lo sviluppo adolescenziale, spesso termini il proprio processo evolutivo con difficoltà. In questo ventaglio di possibili problematicità, rientra anche l'influenza negativa che può avere l'utilizzo della tecnologia, del mondo digitale e dei social network che tendono ad assomigliare a grandi murali dove giornalmente si "appendono" pagine di emozioni, a volte rappresentate solo da semplici "emoticon".

Può accadere che i ragazzi, infatti, pur essendo in grado di usare gli strumenti tecnologici odierni, non riescano a difendersi dai pericoli che in essi si nascondono. Ciò, a sua volta, può condurre alla creazione di falsi miti, credenze, amicizie inesistenti, problematiche di autostima e narcisistiche, fino alla vera e propria dipendenza dal mondo virtuale (Vrioni, 2019), elementi che finiscono per avere conseguenze sull'intera costruzione evolutiva dell'identità cognitiva e sociale del futuro adulto.

ASPETTI EVOLUTIVI PSICOSOCIALI DELL'ADOLESCENZA.

Sotto il profilo evolutivo generale, l'adolescenza può essere suddivisa in tre scomparti principali: lo sviluppo corporeo, lo sviluppo cognitivo e quello sociale. L'intreccio tra dinamiche maturative di natura cognitiva, affettiva e sociale comporta un ridimensionamento radicale delle modalità anteriormente esperite, di pensarsi e percepirsi, in relazione a una mente e a un corpo che transitano dallo stadio infantile a quello, più incerto, della giovinezza adulta (Stramiglia, 2010). Dal punto di vista corporeo, la maturazione fisica adolescenziale apporta cambiamenti nell'ambito della sfera sessuale, per effetto del ruolo sempre più preponderante degli ormoni femminili e maschili. La trasformazione del corpo, come la crescita in

altezza, il cambio del-la voce, la peluria, l'aumento degli organi sessuali sono elementi che definiscono importanti stravolgimenti fisici e che si riflettono in una diversa percezione psicologica del sé. Il disagio, in questo caso, si genera dalla difficoltà, per l'adolescente, di accettare il "nuovo" corpo e i difetti comparsi in esso. Sul piano cognitivo lo sviluppo è segnato dal pruning sinaptico, con lo sfoltimento di sinapsi tra le cellule del sistema nervoso centrale scarsamente utilizzate e il rafforzamento di quelle maggiormente utilizzate. Si abbandonano, in altre parole, gli atteggiamenti e i pensieri infantili per abbracciare quelli adulti. Oltre al pruning avviene la maturazione del sistema limbico, responsabile delle emozioni e degli impulsi, nonché l'aumento della corteccia prefrontale, deputata alle funzioni esecutive del controllo degli impulsi e delle decisioni. L'im maturità dei lobi prefrontali e del sistema limbico inciderà significativamente sul comportamento del soggetto (Vrioni, 2019). Sotto il profilo sociale, infine, l'obiettivo per l'adolescente è acquisire una nuova autonomia e una rinnovata identità, che gli permetta di accettare psicologicamente tutti i cambiamenti psicofisici cui è andato incontro. In tal senso, il confronto con i pari e con gli adulti non è altro che la ricerca di una nuova costruzione identitaria che l'adolescente sta cercando di mettere in atto, attraverso il cosiddetto processo di separazione - individualizzazione

L'INFLUENZA DEL DIGITALE NELLO SVILUPPO SOCIO-COGNITIVO ADOLESCENZIALE.

Lo sviluppo sociale e cognitivo degli adolescenti contemporanei è influenzato dagli strumenti digitali di comunicazione, oggi giorno sempre più sofisticati, che mettono a dura prova il sistema nervoso, a causa della rapidità del pensiero, del ragionamento e del sistema spazio temporale che presuppongono. I ritmi accelerati della tecnologia, infatti, rimodellano i processi cognitivi,

rendendoli più sintetici, e con essi anche le capacità linguistiche, emotive e comunicative del soggetto. In un ambiente iperconnesso, pertanto, la fragilità evolutiva dell'adolescente non ne risentirà soltanto sotto il profilo dello sviluppo cognitivo, ma anche della vera e propria costruzione identitaria, soprattutto a livello narcisistico (Cesareo & Vaccarini, 2012). Se l'obiettivo principale di un adolescente è l'acquisizione di autonomia e di un preciso profilo identitario adulto, confrontare il sé ideale con quello reale è indispensabile per trovare un equilibrio tra "ciò che il ragazzo è" e "ciò che vorrebbe essere" (Campanini, 2009). La ricerca di equilibrio presupporrebbe anche un bilanciamento tra la gratificazione narcisistica interiore e quella esteriore, e tra il desiderio di autonomia e quello di dipendenza, necessari per introdursi con efficacia all'interno della vita adulta. Il mondo digitale, se sopravvalutato, rischia di spezzare proprio la ricerca di questo equilibrio e condurlo, invece, verso una dimensione che non ha più confini psicologici. Ripensare a un nuovo corpo, al suo vissuto e connetterlo con l'immaginario, sarà cioè ancora più complesso di prima (Stramaglia, 2010). Molto spesso, infatti, la supposta autogrificazione dei social conduce a un narcisismo mediatico legato all'apparenza. La condivisione d'immagini o foto, ha come fine ultimo se stessi, e quindi una gratificazione auto-riferita, che diviene povera dal punto di vista relazionale e affettivo. Ciò conduce all'evitamento di occasioni di confronto, con il rischio di influenzare negativamente tutto il processo di costruzione identitaria che dovrebbe altresì essere tipico dell'adolescenza e che verrebbe sostituito da una diversa forma di dipendenza: quella virtuale. In questo modo si arriva non a formare un adulto, bensì a creare un eterno adolescente, giacché il mondo digitale si nutrirà proprio di quelle fragilità che il giovane dovrà risolvere se vuole approdare all'adulthood.

COME PREVENIRE L'INFLUENZA NEGATIVA DEL DIGITALE?

Poiché la tecnologia è entrata a far parte della vita degli adolescenti con sempre maggiore insistenza, è importante saper prevenire le conseguenze negative derivanti da un abuso del digitale. Per riuscirci, l'attenzione va posta sulle famiglie, che sul piano educativo e sociale, dovranno ritornare in primo piano circa lo sviluppo dell'adolescente. Attraverso la famiglia, il computer non deve essere considerato come uno strumento mediatore per svolgere determinati compiti evolutivi, ma come il mezzo attraverso il quale costruire relazioni importanti che poi entrano a far parte del vivere quo-tidiano del soggetto. In altre parole, la famiglia, assieme alla scuola, deve saper instillare nell'adolescente alcuni principi evolutivi basilari: l'autoregolazione del comportamento e l'alternanza degli stimoli virtuali con quelli reali (Lancini, 2015). Costruire l'identità sociale e cognitiva del futuro adulto è un processo lungo e difficile. Per l'adolescente significa cercare il proprio Sé individuale nelle varie forme di confronto reciproco e relazionale. Se ciò viene ridotto a un mero confronto virtuale, si rischierebbe di perdere l'orientamento e il senso della persona, con conseguenze psicologiche anche molto gravi e, talvolta, irrimediabili.