

Jean Twenge, lo smartphone e i ragazzi iperconnessi e fragili



Iperconnessi è il saggio molto denso, chiaro e diretto di una psicologa californiana che descrive l'infelicità e i vari ritardi di maturazione emotivi e cognitivi dei ragazzi americani tra i 13 e i 20 anni (www.jeantwenge.com, Einaudi, 2018, 371 pagine effettive, euro 19).

Una grande percentuale di ragazzi e ragazze nati intorno al 2000, che sono **cresciuti con lo smartphone** costantemente in mano, passano la maggior parte del tempo connessi, o a fare giochi digitali. E passano troppo tempo in compagnia dei loro genitori, quasi al livello dei ragazzini di dieci anni. Molti ragazzi e ragazze preferiscono addirittura passare quasi tutto il loro tempo in camera da letto durante le vacanze estive, giocando online o guardando dei telefilm scaricati dalla rete. Questa particolare classe di età viene definita iGeneration ed è caratterizzata da queste qualità: immaturità, iperconnessione, incorporeità (poche relazioni faccia a

faccia), instabilità (piccoli e grandi problemi emotivi), isolamento, incertezza (lavorativa e non), inclusività (tolleranza). Le reti sociali di questi adolescenti si allargano quasi solo online e vengono fatte sempre meno feste, poiché ci vuole troppo tempo a programmarle, e se si beve troppo si mette a rischio la reputazione e la sicurezza emotiva e fisica (ci sarà sempre qualcuno pronto a fotografare e a taggare).

La rete ha attirato tutta l'attenzione dei ragazzi e il tempo impegnato nelle relazioni faccia a faccia nel mondo reale si sta riducendo in maniera molto preoccupante. La libertà di movimento legata al possesso della patente di guida e la piena libertà sessuale, vengono posticipate di almeno uno o due anni rispetto alle generazioni precedenti. Naturalmente le loro scarse abilità pratiche e relazionali stanno rallentando e complicando il loro inserimento nel mondo del lavoro. Ad esempio molti ragazzi **parlano pochissimo al telefono e non sono in grado di gestire una telefonata educata.**

In media gran parte degli adolescenti esaminati dalla psicologa californiana **controllano "il cellulare più di ottanta volte al giorno"** (p. 5), e vengono descritti come molto individualisti, narcisisti e molto preoccupati dalle disuguaglianze di reddito percepite attraverso le innumerevoli allusioni alla dura competizione, fatte dalla scuola, dalla politica, dalla televisione e dalla pubblicità. Per questo motivo molti ragazzi individualisti perdono incredibili quantità di tempo nel guardare le foto e le attività degli amici o addirittura di "conoscenti" mai conosciuti di persona (amici virtuali).

I ragazzi "all'ultimo anno delle superiori passano ogni giorno una media di due ore e un quarto a mandare i **messaggi col cellulare, due ore su Internet**, un'ora e mezza con qualche gioco elettronico e circa mezz'ora in video chat... Totale: sei ore al giorno in compagnia dei nuovi media, e stiamo parlando esclusivamente del loro tempo libero" (p. 75). Per i più giovani il **telefono è come una droga** o come un innamorato: è la prima cosa vedono la mattina ed è l'ultima che vedono la

notte (avere il **telefono vicino anche la notte** risulta molto rassicurante, p. 74).

I ragazzi iGeneration leggono pochi libri e riviste (nemmeno online). Nel 2015 in USA, i quotidiani sono stati letti dal 10 per cento dei cittadini, rispetto al 70 per cento di dieci anni prima (p. 91). Il distacco dalla carta stampata e dalla lettura ha comportato un grosso calo delle competenze universitarie, nei voti di ammissione, nella scrittura e nell'analisi dei testi (p. 93). Anche se esiste l'obbligo a farlo, "quasi tutti i docenti raccontano che i loro studenti non leggono il testo" o i testi indicati. Quindi "agli iGeneration servono libri di testo che prevedano momenti interattivi – video da condividere, questionari – ma anche libri meno lunghi e di registro più colloquiale" (p. 95).

L'aspetto più positivo di questa generazione è la grande creatività nella socializzazione a breve termine e nelle loro capacità di superamento di molti tabù sociali ingiustificati. Ma purtroppo "sono in prima linea nella peggior epidemia di disturbi psichici degli ultimi decenni, che dal 2011 a oggi ha visto salire alle stelle i casi di depressione e suicidio tra gli adolescenti" (p. 5).

Lo stile di vita americano condiziona in maniera impressionante gli stili di vita dei ragazzi di tutte le **società più tecnologizzate**, quindi dobbiamo renderci conto che stiamo allevando delle nuove generazioni molto forti fisicamente, ma molto deboli psicologicamente. Del resto anche in Giappone e in Cina, i giovani hanno già delle grandi difficoltà nella socializzazione, nelle relazioni sentimentali e nella riproduzione. Quindi in molte nazioni, e a tutti i livelli (anche accademici), nasceranno dei nuovi gruppi sociali composti da persone troppo infantilizzate e rimbambinite.

***Jean Twenge** è nata nel 1971 e insegna Psicologia alla San Diego University in California. Grazie alle sue ricerche sulle generazioni americane ha pubblicato altri due*

libri: *Generation Me* e *The Narcissism Epidemic*. Per approfondimenti: www.youtube.com/watch?v=T6IBLFELDxc (2018).

Nota personale – A quanto pare molti americani sono diventati più iperprotettivi degli italiani, forse soprattutto gli abitanti delle grandi città, a causa della piccola e grande criminalità. A mio modesto parere nel migliore dei casi stiamo creando una generazione di grandi ficcanaso digitali. Molti ragazzi diventano dipendenti della caccia ai like e alcuni non smettono mai. Altri “smettono di farsi incantare dal simulacro della caccia ai like, ma di norma accade sono dopo che sono usciti dall’adolescenza”, intorno ai ventuno anni (p. 83). Forse la salute cognitiva di molti adolescenti italiani verrà salvata da una delle lingue più mentalmente libere e precise del mondo (*Ama l’italiano*, i segreti e le meraviglie della lingua italiana, <https://annalisaandreoni.it>, 2017).

Nota ludica – I giochi online hanno una distribuzione bimodale: molti adolescenti li usano tantissimo e altri li ignorano. Le ragazze molto appassionate stanno aumentando. Nel 2016 soltanto il 30 per cento dei quattordicenni usava Facebook almeno una volta al mese, mentre l’80 per cento usava Instagram... “il 59 per cento dei giovani fra i diciotto e i ventinove anni usava Instagram” (Pew Research Center, p. 85). Le immagini portano via meno tempo delle parole, ma una singola immagine fuori dal contesto può mentire e può incasinare la vita più di mille parole.

Nota sul bullismo – Oggi le vite sociali dei più giovani si svolge principalmente online “e uno di loro su tre subisce il bullismo senza nemmeno uscire di casa” (p. 126). Diventa quasi impossibile impedire questa forma di bullismo senza uscire dai social. Negli Stati Uniti “dal 2007 il tasso di omicidio tra adolescenti è diminuito, mentre è aumentato il tasso di suicidio”. E per la prima volta da quando si studia il fenomeno, nel 2011 “il tasso di suicidio tra gli adolescenti è stato più alto del tasso di omicidio nella stessa fascia d’età... nel 2014 il tasso di suicidio superava del 32 per cento quello di omicidio”. Però le cause della depressione sono

svariate e “negli anni Novanta il tasso di suicidio era ancora più elevato” (p. 127). Comunque il cyberbullismo nel 2016 ha riguardato il 34 per cento degli adolescenti, mentre nel 2007 era il 19 per cento” (Cyberbullying Research Center, p. 125). Per approfondimenti italiani sul bullismo: <https://albertorossetti.com> (psicoterapeuta).

Nota finale – L’individualismo estremo si riflette nella continua ricerca di sicurezza e nel declino costante dell’impegno civile, nonostante l’aumento del grado di tolleranza nei confronti di quasi tutti i generi di diversità. Poi si riflette nell’instabilità delle relazioni sentimentali. Per ora quasi tutte le problematiche esposte nel libro riguardano più da vicino le classi medie e alte della società americana. Nel giro di pochi anni il ritardo di maturazione emotiva riguarderà probabilmente tutte le classi sociali. Il ritardo di maturazione cognitiva potrebbe danneggiare tutte le fasi della vita. La crisi economica spinge a rinunciare le relazioni stabili e forse anche ai figli. Forse “gli Stati Uniti assomiglieranno sempre più all’Europa, dove i tassi di natalità sono al di sotto del tasso di ricambio generazionale e il matrimonio è un optional” (p. 288). In effetti i matrimoni e i figli comportano molti problemi e rischi individuali: emotivi, economici, lavorativi, abitativi, logistici, di carriera, ecc.

Nota iperfinale – “Quando frequentavo le superiori io, se fossi andato in giro a dire: “Ecco una mia foto, dimmi che ti piaccio”, mi avrebbero dato un pugno. Se una ragazza avesse distribuito a destra e a manca fotografie in cui appariva nuda, la gente avrebbe pensato che le serviva uno psicanalista. Adesso, sono solo i selfie della domenica ” (Paul Roberts, p. 84, ha scritto *The Impulse Society*; [qui trovate una sua conferenza](#) del 2014).

Nota apocalittica – Anche l’incremento dei debiti legati ai prestiti universitari e degli anni da dover passare nel ruolo indesiderato e prolungato di moderni schiavi finanziari, stanno mettendo in crisi la salute psicologica di innumerevoli studenti americani (p. 161 e p. 209). Il debito medio di un

laureando nel 1993 era di 9727 dollari, nel 2005 è diventato di 22575, mentre nel 2016 ha raggiunto i 37173 dollari (p. 232). Inoltre l'esagerato bisogno di protezione sta minando il diritto mentale della libertà di ascolto, di confronto e di espressione: in molti atenei americani sono comparsi degli "spazi protetti", e "se gli studenti si sentono turbati dai discorsi di un relatore invitato a tenere una conferenza nella loro facoltà, si riuniscono in un apposito locale e si consolano a vicenda". Qualche burocrate sconsiderato ha diffuso l'allucinante idea che bisogna tutelarsi "dalle persone che la pensano in modo diverso" (p. 185). "Un'università non protegge, nelle università si impara e ci si fanno domande". A volte ci si sente a disagio e si chiama imparare (p. 192). Del resto molti ragazze e ragazzi immaturi si sentono "la prima generazione totalmente impossibilitata a sfuggire ai propri problemi" (Faith Ann Bishop, ventenne, p. 145, testimonianza di resa mentale resa al *Time*). Ma non basterebbe alzare le chiappe e andare a trovare qualche amico o un parente? Ma noi "Ci lasciamo distrarre dai dettagli più futili e tutto diventa intrattenimento" (Vivian, 22 anni, p. 209). Qui ci sono delle altre riflessioni americane: <http://anationofwimps.com>; <https://lisa-wade.com/american-hookup>; www.peggyorenstein.com/main-st.