



RELAZIONE INCONTRO APParenti: adulti e norme

(FASCIA PRE-ADOLESCENZA)

14 marzo 2022 h 17:00 - 19:00

Relatori:

- Leopoldo Grosso; psicologo e psicoterapeuta, Gruppo Abele di Torino
- Simona Baracco; psicologa e formatrice "Università della Strada Gruppo Abele" - Torino

L'incontro affronta il tema delle problematiche relative a un non adeguato utilizzo del digitale, con particolare attenzione in merito a possibili interventi educativi o clinici, nonché al contributo dei genitori nella comprensione e nella gestione di tali fenomeni. In primo luogo, è necessario comprendere la differenza fra un intervento di tipo educativo, che consta quindi di un processo di ri-educazione all'utilizzo del digitale, e un intervento di tipo clinico, che si rende necessario invece qualora la compromissione del funzionamento del ragazzo sia troppo severa per limitarsi ad un intervento educativo. È sempre necessario, infatti, tenere presente il quadro generale della vita del ragazzo: se continua a frequentare i pari nella vita reale, se si è registrato un calo nel rendimento scolastico, se presenta interessi plurimi a cui ancora si dedica attivamente...

In ogni caso, sia che si tratti di un intervento educativo che di un intervento clinico, quando si "opera" su problemi di utilizzo errato del digitale, vi sono tre fasi principali che riguardano attivamente sia i ragazzi che i genitori:

- *1° fase*: dedicata al contenimento delle conflittualità familiari emerse e al mantenimento di uno stato di tregua relativamente stabile, al fine di evitare escalation relazionali di tipo negativo. In questa fase si parte quindi dalla quotidianità familiare turbata dall'utilizzo del digitale, tenendo presente entrambe le parti coinvolte nella relazione. È quindi necessario analizzare le rappresentazioni sia dei genitori sia dei figli. I genitori possono avere delle rappresentazioni del problema falsate (e ingigantite) dalle loro ansie, nonché dalla scarsa comprensione dei mezzi tecnologici: non è sufficiente limitarsi ad ascoltare un genitore che affermi che il figlio "sta tutto il giorno al computer", ma è necessario espandere tali affermazioni, al fine di comprendere se derivino da dati reali o se riguardino una percezione erronea del genitore. Può anche capitare, inoltre, che il genitore riversi sul figlio bisogni inconsci o vecchie rappresentazioni di sé. Questo processo di "decostruzione" delle rappresentazioni non deve, tuttavia, tradursi in una negazione totale delle ansie emerse, ma è necessario ascoltare attentamente entrambi i genitori (spesso sono le madri a cominciare tali percorsi terapeutici, e sia i figli che i padri si sentono "trascinati" in un contesto terapeutico di cui non vogliono fare parte) al fine di verificare la presenza di determinati indicatori comportamentali che effettivamente provino la presenza oggettiva di un problema. Studi hanno, infatti, dimostrato la presenza di diverse conseguenze di tipo sintomatico derivate da problematiche di "Iper-connesione": disturbi del sonno, irregolarità dei pasti, stanchezza eccessiva, carenza di movimento, mal di schiena, affaticamento degli occhi, mal di testa, sindrome del tunnel carpale. La gravità delle manifestazioni sintomatiche e della compromissione è, inoltre, legata ad una formula matematica che moltiplica la quantità di tempo impiegata nell'utilizzo delle nuove tecnologie con la frequenza di tale utilizzo (QxF). Dopo aver considerato attentamente la presenza di indicatori comportamentali oggettivi della presenza di un problema di "Iper-connesione" e aver analizzato le rappresentazioni di genitori e figli (che spesso e volentieri non coincidono), si procede a "decostruire" tali rappresentazioni, che prima erano date per certe, facendone emergere le contraddizioni, al fine di raggiungere un compromesso, che è la chiave di ogni percorso.

- *2° fase*: ci si concentra sulla comprensione di bisogni ed esigenze del ragazzo. Spesso infatti la dipendenza dall'utilizzo del digitale è solo la manifestazione esterna di altre problematiche più profonde: l'uso delle nuove tecnologie non è dettato da mode, ma è spesso un meccanismo di risposta ad ansie e problematiche reali. Inoltre, bisogna sempre tenere presente che l'uso di internet, cellulari, computer e altri mezzi tecnologici non rappresenta automaticamente un problema, ma al contrario può rivelarsi, in determinate occasioni, una risorsa, come nel caso di ragazzi isolati socialmente che utilizzano tali mezzi per entrare in contatto con un mondo di cui altrimenti non riuscirebbero a fare parte. Un tale concetto non è limitato ai nuovi mezzi digitali, ed è altresì applicabile anche agli adulti: basti pensare alle persone anziane incapaci ad uscire di casa, ma che guardano la tv per diverse ore al giorno per avere un contatto (anche se mediato) col mondo. Infine, bisogna tenere presente l'importanza di comportamenti coerenti (è impossibile condannare l'utilizzo della tecnologia di un figlio ma poi mettere in atto tale comportamento di fronte a lui): la coerenza di comportamento è la prima variabile educativa di cui tenere conto.

- 3° fase: si facilita la mediazione familiare tramite il riconoscimento reciproco dei bisogni fino ad arrivare a compromessi accettabili per tutte le parti coinvolte. Il riconoscimento dei bisogni reciproci è tanto fondamentale quanto complesso: mentre un genitore che vieta al figlio l'utilizzo del cellulare lo fa nel tentativo di educare e plasmare un adulto equilibrato (e quindi tendenzialmente ha un intento non punitivo), un figlio, oltre a sentirsi escluso dai suoi pari, percepisce una vera e propria privazione di un bisogno e di un diritto che per lui è primario. Questo avviene perché la rivoluzione digitale ha oramai talmente cambiato le dinamiche di crescita e di socializzazione dei ragazzi (ma non solo), dal creare nuovi bisogni e necessità: è necessario, quindi, che i genitori mantengano la mente aperta e siano disposti a cambiare i propri schemi mentali relativi ad educazione e genitorialità anche in conseguenza dei cambiamenti tecnologici e sociali. Tali risultati non si ottengono ovviamente in una sola seduta, ma necessitano di interventi prolungati e incontri che spesso si protraggono per mesi, anche nel caso di un intervento di tipo educativo e non clinico.

Un altro aspetto che può riguardare l'utilizzo (nonché l'abuso) del digitale è la concettualizzazione dei rischi da parte dei ragazzi, che si divide in tre tipologie principali:

- rischi necessari: rischi che è necessario i ragazzi corrano al fine di crescere e maturare.
- rischi superflui: rischi non necessari, ma che i ragazzi corrono in quanto imitano i loro pari
- rischi maligni: rischi non necessari che il ragazzo corre autonomamente, ma che il gruppo dei pari non corre, limitandosi ad assistervi (l'analisi del rischio precedentemente attuata ha portato il gruppo a decidere di non correrlo).

Nel contesto di un'analisi del rischio, e nello specifico nell'ambito dei "rischi necessari", non si può pensare di proteggere i ragazzi impedendogli di correre qualsivoglia rischio, ad esempio, tramite privazioni totali della tecnologia: è necessario educare al rischio, anche per rendere tale classificazione sempre più efficace (in ogni caso, i rischi si presentano ad ogni età, quindi sarebbe impossibile proteggerli in eterno).

Nel contesto dell'uso delle nuove tecnologie, tenendo presente tutti i concetti emersi durante l'incontro, ciò che è necessario fare è non fossilizzarsi nelle proprie rappresentazioni falsate dall'ansia e dalla poca conoscenza dei mezzi in essere, ma insegnare fin da piccoli ai propri figli ad utilizzare efficacemente tali mezzi, al fine di evitare possibili problematiche future. Difatti, è opportuno "abituarsi" e accettare fin da subito l'idea che tali mezzi, prima o poi, faranno parte della vita dei figli, malgrado le possibili privazioni e il controllo che si può esercitare durante la loro crescita (privazioni e controllo che comunque possono a loro volta causare vissuti di ansia, disagio e patologie nei bambini e nei ragazzi): è impossibile erigere un muro di fronte al cambiamento della società.

In ogni caso, ad oggi la ricerca è ancora agli inizi per quanto riguarda questi fenomeni: attualmente, ad esempio, gli studiosi non hanno trovato un accordo nemmeno sulla definizione (o addirittura sull'esistenza) di un disturbo da uso eccessivo delle nuove tecnologie. Inoltre, anche le esperienze di utilizzo efficace e proficue di tali tecnologie sono state raramente "provate scientificamente": ad esempio, spesso sono gli insegnanti di singole scuole a provare a mettere in atto programmi di educazione digitale o di didattica mista. Per questo è necessario continuare a sperimentare, in un continuo processo a tentativi ed errori, anche nell'ambito di singole famiglie, in quanto sia tecnologia che società sono in continuo cambiamento: considerando le nuove tecnologie degli strumenti (né positivi né negativi) li si può utilizzare e sperimentare gli effetti e le potenzialità anche in ambito educativo.

Genova, 14 marzo 2022

Relazione a cura di Annamaria Falcione, Operatrice volontaria di Servizio Civile del Comune di Genova; Progetto R.E.P

Progetto INFOrmiamoci e APPLichiamoci - Essere presenti nel tempo 2.0
Realizzato con il contributo della Presidenza del Consiglio dei ministri
Dipartimento per le politiche della famiglia



**Dipartimento
per le politiche della famiglia**
Presidenza del Consiglio dei Ministri