Generazione Z: fuga dallo smartphone?

written by Luca Ricolfi | 20 Aprile 2024

Non è un momento felice per gli smartphone e per i social: da un anno a questa parte le voci che ne sottolineano ogni sorta di pericoli sono sempre più numerose. Fra le più recenti il possente studio di Jonathan Haidt sulla *Generazione ansiosa*, uscito poche settimane fa negli Stati Uniti, e il recente manifesto del professor Juan Carlos De Martin (*Contro lo smartphone. Per una tecnologia più democratica*).

Per certi versi, questo allarme improvviso mi stupisce un po', visto che le prove della dannosità del telefonino e della "vita online" c'erano già una quindicina di anni fa, grazie al lavoro di tanti scienziati, medici, psicologi e sociologi. È del 2012 l'uscita in tedesco di *Digitale Demenz* (*Demenza digitale)*, di Manfred Spitzer. Nello stesso anno, in Italia, il linguista Raffaele Simone, uno dei più acuti osservatori dei cambiamenti cognitivi connessi alla tecnologia, pubblicava *Presi nella rete. La mente ai tempi del web*, lucida descrizione dei danni cognitivi delle nuove tecnologie. E l'elenco delle analisi critiche tempestive potrebbe continuare.

Dunque – torniamo a chiederci – perché solo adesso ci si accorge di quel che si sapeva già 10-15 anni fa? Perché fino a pochi anni fa solo un'esigua minoranza di studiosi e cittadini era disposta a riconoscere gli inconvenienti delle tecnologie della comunicazione?

Di ragioni, verosimilmente, ve ne sono più di una, ampiamente intrecciate fra loro. Ma la più importante credo sia che, per riconoscere i danni, abbiamo dovuto attendere che i danni stessi uscissero dal mondo ristretto dei laboratori, degli esperimenti scientifici e dei ragionamenti teorici, e si

mostrassero – per così dire – in campo aperto. Il che significa: che potessimo vederli concretizzati, quei danni, sulla pelle, nei vissuti e nelle menti di un'intera generazione, quella che è entrata nell'adolescenza quando l'accesso ai social stava diventando di massa grazie allo smartphone. Come hanno ampiamente documentato gli psicologi americani Jonathan Haidt e Jean Tewnge, il punto di svolta è il triennio 2010-2012, allorché esce il primo vero smartphone (iPhone 4) e l'accesso ai social si sposta dal computer fisso allo smartphone stesso. Le cavie di questo colossale esperimento di psicologia sociale sono le ragazze e i ragazzi delle ultime due generazioni (Z e alpha) nate dopo la fine degli anni '90, e di cui solo ultimamente abbiamo cominciato a percepire la fragilità, i limiti e le sofferenze.

Quel che è successo è che, a un certo punto, il disagio è divenuto troppo tangibile perché si potesse continuare a negarlo, sottovalutarlo, o non riconoscerne le cause. A renderlo percepibile ha indubbiamente contributo la mera osservazione dei comportamenti giovanili, sempre più intrappolati nella morsa fra autolesionismo e aggressività, ansia e depressione, iperconnessione e ritiro sociale. Ma l'apporto decisivo lo hanno dato e lo stanno dando le statistiche che, specie nel mondo di lingua inglese e nei paesi nord-europei, documentano non solo l'estensione del disagio, ma la rapidità con cui si è diffuso dopo il 2012 e la selettività con cui ha colpito le ultime generazioni, lasciando sostanzialmente indenni le generazioni più anziane. È solo negli ultimissimi anni che è divenuta schiacciante l'evidenza statistica su precocità dell'uso dello smartphone, tempo medio di connessione, ubiquità della pornografia, diffusione dei più svariati sintomi di disagio, particolarmente gravi fra le ragazze.

Soprattutto, è solo grazie agli studi più recenti (di Twenge e Haidt, in particolare) che, una dopo l'altra, sono cadute tutte le spiegazioni di comodo dell'esplosione del disagio

giovanile: alla prova dell’analisi statistica, l’unica spiegazione che regge è quella che fa risalire il disastro al cocktail smartphone + social media.

Non si sottolineerà mai troppo l’importanza di questo risultato. Fino a ieri, dare uno smartphone a una ragazzina di 12 anni senza imporre anche drastiche limitazioni d’uso, poteva apparire una scelta imprudente o coraggiosa, a seconda dei punti di vista. Oggi, alla luce di quel che sappiamo, è solo un imperdonabile azzardo.

Un azzardo di cui – anche qui a giudicare dalle statistiche – sembrerebbero via via più avvertiti i giovani delle ultime generazioni. Le più recenti indagini sulla generazione Z rivelano segnali di allontanamento dai social e sempre più frequenti ritorni ai telefonini tradizionali (i cosiddetti flip phone, economici e senza connessione internet), quasi si sentisse il bisogno di una pausa di disintossicazione dai veleni della rete. Segno che, alle volte, i giovani sono più saggi dei loro genitori.

(uscito sul Messaggero il 19 aprile 2024)