



anthropologica

ANNUARIO

DI STUDI
FILOSOFICI

2020

NOI TECNO-UMANI
PANDEMIA, TECNOLOGIE,
COMUNITÀ

A CURA DI
LEOPOLDO SANDONÀ E
FRANCESCA ZACCARON

EDIZIONI MEUDON

anthropologica



ANNUARIO DI STUDI FILOSOFICI
DELL'ISTITUTO JACQUES MARITAIN

| DIRETTO DA

Giovanni GRANDI e Luca GRION

| COMITATO DI DIREZIONE

Andrea AGUTI, Luca ALICI, Francesco LONGO, Fabio MACIOCE, Fabio MAZZOCCHIO,
Simone GRIGOLETTO, Alberto PERATONER, Leopoldo SANDONÀ, Francesca SIMEONI,
Gian Paolo TERRAVECCHIA, Pierpaolo TRIANI

| SEGRETERIA DI REDAZIONE

Stefano MENTIL

| COMITATO SCIENTIFICO

Rafael ALVIRA (Università di Navarra); Enrico BERTI (Università di Padova);
Calogero CALTAGIRONE (Università di Roma-LUMSA);
Giacomo CANOBBIO (Facoltà Teologica dell'Italia settentrionale); Carla CANULLO (Università di Macerata);
Gennaro CURCIO (Istituto Teologico di Basilicata); Antonio DA RE (Università di Padova);
Gabriele DE ANNA (Università di Udine); Mario DE CARO (Università di Roma Tre);
Giuseppina DE SIMONE (Pontificia Fac. Teologica dell'Italia Meridionale);
Fiorenzo FACCHINI (Università di Bologna); Andrea FAVARO (Università di Padova);
Maurizio GIROLAMI (Facoltà Teologica del Triveneto); Piergiorgio GRASSI (Università di Urbino);
Gorazd KOCIJANČIČ (Lubiana); Markus KRIENKE (Facoltà Teologica di Lugano);
Andrea LAVAZZA (Centro Universitario Internazionale di Arezzo); Franco MIANO (Università di Roma-
TorVergata); Marco OLIVETTI (Università di Roma - LUMSA); Paolo PAGANI (Università di Venezia);
Donatella PAGLIACCI (Università di Macerata); Gianluigi PASQUALE (Pontificia Università Lateranense);
Antonio PETAGINE (Università Pontificia della Santa Croce - Roma);
Gaetano PICCOLO (Pontificia Università Gregoriana); Roger POUIVET (Università di Nancy 2);
Roberto PRESILLA (Pontificia Università Gregoriana); Vittorio POSSENTI (Università di Venezia);
Edmund RUNGGALDIER (Università di Innsbruck); Luciano SESTA (Univrsità di Palermo);
Giuseppe TOGNON (Università di Roma-LUMSA); Matteo TRUFFELLI (Università di Parma);
Carmelo VIGNA (Università di Venezia); Susy ZANARDO (Università Europea di Roma)

| DIRETTORE RESPONSABILE

Andrea DESSARDO

Registrazione presso il tribunale di Trieste n. 1258 del 16 ottobre 2012

anthropologica
ANNUARIO
DI STUDI
FILOSOFICI | 2020

NOI TECNO-UMANI

PANDEMIA, TECNOLOGIE, COMUNITÀ

A CURA DI
LEOPOLDO SANDONÀ, FRANCESCA ZACCARON

EDIZIONI **M**EUDON

Questo volume è stato pubblicato con il sostegno
della Regione Friuli Venezia Giulia
e del Progetto Culturale della CEI - Fondi 8x1000 della Chiesa Cattolica

Gli scritti proposti per la pubblicazione sono *peer reviewed*

© 2021 Edizioni Meudon
Istituto Jacques Maritain
Via Diaz, 4
34121 - Trieste (TS)
www.edizionimeudon.eu
segreteria@maritain.eu
tel. +39.040.365017 - fax +39.040.364409

È vietata la riproduzione, anche parziale, non autorizzata con qualsiasi mezzo effettuata, compresa la fotocopia, anche a uso interno o didattico. L'illecito sarà penalmente perseguibile a norma dell'art. 171 della legge n. 633 del 22.04.1941.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form or by any electronic or mechanical means including information storage and retrieval systems without permission in writing from the publisher, except by a reviewer who may quote brief passages in a review.

Progetto grafico e stampa a cura di F&G Prontostampa - Trieste

ISBN 978-88-97497-32-5 ISSN 2239 - 6160

INDICE

INTRODUZIONE	
Leopoldo Sandonà, Francesca Zaccaron	9
PARTE PRIMA	
L'era tecnologica <i>in atto</i>	
Gian Paolo Terravecchia	
<i>Egopoiesi e TIC. Ragioni per un modello 4C</i>	15
Leopoldo Sandonà	
<i>Cura e téchne. Prospettive della medicina e questioni onto-antropologiche</i>	27
Giuseppe Notarstefano	
<i>Economia mossa o motore del tecnologico?</i>	39
Letizia Mingardo	
<i>Il diritto delle macchine. Tecnodiritto e intelligenza artificiale in una prospettiva critica di informatica giuridica</i>	51
PARTE SECONDA	
Una <i>Bildung</i> rinnovata per l'era tecnologica?	
Markus Krienke	
<i>Svolta nell'antropologia? Su rischi e opportunità dell'IA per la filosofia</i>	67
Filippo Pianca	
<i>La narrativa dell'intelligenza artificiale: soggettività etica e riduzionismo antropologico</i>	83
Francesca Zaccaron	
<i>Educare al tempo della pandemia di Covid-19</i>	
<i>Riflessione e sperimentazione nella costruzione di una online learning community</i>	97
Alberto Pellai	
<i>Le implicazioni psicologiche in ambito educativo relativamente alla diffusione e all'utilizzo delle nuove tecnologie</i>	111

PARTE TERZA

Un nuovo lessico *dall'era tecnologica*

Adriano Fabris

La comunicazione all'epoca del coronavirus: questioni antropologiche ed etiche 125

Carla Danani

Abitare il futuro tecnologico: quale dimensione politica 137

Luca Peyron

Per una spiritualità della trasformazione digitale 149

Luciano Floridi

Il capitale semantico: la sua natura, il suo valore e la sua "curation" 163

Abstract 187

Profili degli Autori 291

Indice dei nomi 297

LE IMPLICAZIONI PSICOLOGICHE IN AMBITO EDUCATIVO RELATIVAMENTE ALLA DIFFUSIONE E ALL'UTILIZZO DELLE NUOVE TECNOLOGIE

ALBERTO PELLAI

1 | CRESCERE DAVANTI E DENTRO GLI SCHERMI

L'utilizzo di Internet, la pervasiva presenza degli schermi nella vita e nel contesto familiare, la fruizione diretta degli schermi (perché lo strumento è nelle loro mani) o indiretta (perché sono accesi in un luogo in cui è rilevabile la presenza di un minore) rappresentano elementi connotati da una diffusione sempre maggiore tra i soggetti in età evolutiva. La recente emergenza sviluppatasi su scala globale derivante dalla diffusione dell'infezione da Covid 19 ha probabilmente amplificato e accelerato l'ingresso degli strumenti di connessione e il loro utilizzo nel percorso di crescita. La riconversione della scuola, da "scuola in presenza" a "scuola in remoto", con il conseguente ricorso all'utilizzo dello strumento della didattica a distanza ha reso necessario mettere a disposizione anche dei più piccoli schermi e connessioni, per poter rimanere coinvolti e aggiornati all'interno delle programmazioni educative sviluppate dai loro docenti. L'emergenza Covid ha generato un processo definito, da più parti, di iper-connessione, che potremmo descrivere come un eccessivo ricorso alla virtualizzazione di esperienze che solitamente vengono invece vissute non attraverso la mediazione di uno schermo ma all'interno del principio di realtà. I dati di ricerca confermano tale fenomeno. Nel corso degli ultimi anni, l'utilizzo di Internet e dei nuovi media è divenuto sempre più pervasivo fra le fasce più giovani della popolazione¹. Nel 2018 i minori di età compresa fra i 9 e i 17 anni di età hanno speso in media 2,6 ore al

¹ Cfr. Common Sense Media, *Landmark report*, 2015, <https://www.commonsensemedia.org/about-us/news/press-releases/landmark-report-us-teens-use-an-average-of-nine-hours-of-media-per-day>; J. M. Twenge, *Iperconnessi. Perché i ragazzi oggi crescono meno ribelli, più tolleranti, meno felici e del tutto impreparati a diventare adulti*, Einaudi, Torino 2019.

giorno connessi alla Rete, con una crescita sostanziale del numero di utilizzatori rispetto agli anni precedenti². Tale fruizione dell'online in età evolutiva spesso si verifica senza accompagnamento e sostegno educativo dei genitori o di altre figure adulte di riferimento, la cui assenza o latitanza espone i minori ad un rischio di aumentata adozione di comportamenti che possono avere un impatto negativo sul loro stato di salute³. Nel Regno Unito, il report dell'OfCom⁴ evidenzia come almeno il 49% dei giovani in fascia di età compresa fra 5 e 15 anni possieda uno smartphone (dato in ulteriore crescita rispetto all'anno precedente, che lo attestava intorno al 44%); la situazione italiana è praticamente sovrapponibile, con una percentuale del 45% nella stessa fascia d'età. In Italia, l'accesso a Internet è sempre più precoce, considerato che la prima frequentazione del territorio online avviene già a 9 anni e mezzo, tendenzialmente prima per i maschi che per le femmine. Negli Usa il 30% dei genitori ricorre allo smartphone per distrarre o calmare i bambini già durante il primo anno di vita, il 70% lo fa al secondo anno. In Italia otto bambini su dieci fra i tre e i cinque anni sanno usare il cellulare dei genitori. E il 50% degli adolescenti lo tiene acceso notte e giorno. L'età più frequente in cui si riceve in regalo il primo smartphone è dieci anni, ma spesso accade anche prima. Molti bambini accedono a Internet dalla propria camera, senza la supervisione di un adulto. In molti casi i cellulari sono sempre connessi, grazie alle reti wi-fi e ad abbonamenti che prevedono molti giga di navigazione.

2 | IL RISCHIO DIRETTO E INDIRECTO

Considerata la pervasività – sia qualitativa che quantitativa – che la presenza degli schermi dell'online ha nella vita dei minori, è ipotizzabile che molti genitori non abbiano compreso l'impatto che essi possono avere sulla vita e sul benessere dei loro figli. I dati sopracitati parlano da soli. Qualcosa è entrato nella vita di chi sta crescendo e ne sta impattando stili di vita e processi di apprendimento, crescita

² Cfr. G. Mascheroni - K. Ólafsson, *Accesso, usi, rischi e opportunità di internet per i ragazzi italiani. I risultati di EU Kids Online 2017*, EU Kids Online e OssCom, Milano 2018, <https://www.miur.gov.it/documents/20182/0/EU+Kids+Online+Italy+report+Gennaio+2018.pdf>.

³ Cfr. United Nations News, *Online predators put millions of children at risk during COVID-19 pandemic lockdown*, 2020, <https://news.un.org/en/story/2020/04/1061742>; WHO, *Excessive screen use and gaming considerations during #COVID19*, 2020, <http://www.emro.who.int/mnh/news/considerations-for-young-people-on-excessive-screen-use-during-covid19.html>.

⁴ Cfr. OfCom "Children and parents: media use and attitudes" report, 2017, https://www.ofcom.org.uk/_data/assets/pdf_file/0020/108182/children-parents-media-use-attitudes-2017.pdf.

e relazioni interpersonali. La correlazione tra uso dei *devices* elettronici e effetti sulla salute in età evolutiva è stata evidenziata in molti studi scientifici.

Per esempio, si è dimostrato che all'aumento del tempo speso davanti ad uno schermo per attività di svago si associano una minore attività fisica e maggiori rischi di sovrappeso e obesità per bambini e adolescenti⁵. L'uso intensivo di dispositivi connessi alla Rete favorisce poi la tendenza a rimanere svegli fino a tardi, con una conseguente riduzione della quantità e della qualità del sonno⁶. Altre ricerche mostrano come al crescere del tempo speso davanti ad uno schermo aumentino anche i rischi per il benessere psicologico con una riduzione di abilità e competenze cognitive ed emotive, quali per esempio un calo della curiosità, dell'autocontrollo, della capacità attentiva, del *problem solving* e della stabilità emotiva⁷. L'aumento delle occasioni di accesso alla Rete si associa infine ad un incremento dei comportamenti a rischio messi in atto dai minori o vissuti sulla loro pelle, quali cyberbullismo, sexting, adescamento online ed esposizione a contenuti pornografici⁸.

Le implicazioni educative e psicologiche derivanti da tutto ciò per i soggetti in età evolutiva sono numerose. Sempre più precocemente vengono agiti comportamenti a rischio, vengono precocizzate o slatentizzate esperienze non fase-specifiche (ovvero quelle esperienze per le quali il soggetto non possiede le competenze emotive e cognitive necessarie per la loro gestione ed elaborazione, in funzione del suo livello di sviluppo). Fare prevenzione è di grande importanza, ma al tempo stesso sempre più complesso. La presenza pervasiva dei mezzi nelle nostre case,

⁵ Cfr. M. A. Chiasson - R. Scheinmann - D. Hartel et al., *Predictors of obesity in a cohort of children enrolled in WIC as infants and retained to 3 years of age*, in "J. Community Health", 41, 2016, pp. 127-133; E. de Jong - T. L. S. Visscher - R. A. HiraSing - M. W. Heymans - J. C. Seidell - C. M. Renders, *Association between TV viewing, computer use and overweight, determinants and competing activities of screen time in 4- to 13-year-old children*, in "Int. J. Obes.", 37, 2013, pp. 47-53.

⁶ Cfr. O. Bruni - S. Sette - L. Fontanesi - R. Baiocco - F. Laghi - E. Baumgartner, *Technology Use and Sleep Quality in Preadolescence and Adolescence*, in "J Clin Sleep Med.", 11(12), 2015, pp. 1433-1441; N. Cain - M. Gradisar, *Electronic media use and sleep in school-aged children and adolescents*, in "A review Sleep Med.", 11(8), 2010, pp. 735-742.

⁷ Cfr. M. J. Babic - J. J. Smith - P. J. Morgan - N. Eather - R. C. Plotnikoff - D. R. Lubans, *Longitudinal associations between changes in screen-time and mental health outcomes in adolescents*, in "Ment. Health and Phys. Act.", 12, 2017, pp. 124-131; L. D. Rosen - A. F. Lim - J. Felt et al., *Media and technology use predicts ill-being among children, preteens and teenagers independent of the negative health impacts of exercise and eating habits*, in "Comput. Hum. Behav.", 35, 2014, pp. 364-375; F. Yang - A. R. Helgason - I. D. Sigfusdottir - A. L. Kristjansson, *Electronic screen use and mental well-being of 10-12-year-old children*, in "Eur. J. Pub. Health", 23, 2013, pp. 492-498; J. M. Twenge - W. Keith Campbell, *Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study*, in "Preventive Medicine Reports" 12, 2018, pp. 271-283.

⁸ Cfr. Mascheroni - Ólafsson, *Accesso, usi, rischi e opportunità di internet per i ragazzi italiani*.

l'abitudine a farne un utilizzo eccessivo e sregolato da parte degli stessi adulti, impedisce a chi cresce di avere di fronte a sé modelli educativi coerenti e competenti. Del resto, non possiamo trascurare il fatto che più di un quarto degli adolescenti ha accesso a Internet nella solitudine della propria camera. La camera è il luogo della privacy e dell'intimità per eccellenza: un luogo in cui il minore si percepisce quindi al sicuro e massimamente protetto. Poter interagire virtualmente con il resto del mondo stando comodamente sicuri nella propria stanza, fornisce ai ragazzi la percezione che stando "lì dentro" nulla di realmente pericoloso può raggiungerli o interessarli. Per esempio, nella mia esperienza clinica ho ascoltato una preadolescente che, coinvolta in una grave situazione di "adescamento online" da parte di un adulto che l'aveva convinta ad esibirsi senza veli davanti alla webcam del proprio schermo, così ha affermato, in fase di rielaborazione della propria esperienza:

«È vero, quello che quel signore mi chiedeva era strano e da qualche parte dentro di me sapevo che non andava bene. Del resto, però, io ero al sicuro nella mia stanza e lui chissà dove. Mentre facevo quelle cose, avevo la certezza che nulla avrebbe potuto farmi male, perché io ero nella mia camera e nessuno, lì dentro, sarebbe mai potuto venire a cercarmi».

È una confessione ingenua, ma anche molto realistica.

Prima di cliccare, pensa!

È davvero così che funziona la mente di un preadolescente: sta nel qui ed ora, non considera le implicazioni e le conseguenze che possono derivare dalle azioni a rischio che vengono messe in atto. E soprattutto, non va in profondità a cercare quello che c'è, ma non si vede. Del resto, uno dei problemi grandi delle navigazioni online dei giovanissimi è proprio dovuto al fatto che i loro click spesso sono agiti sotto l'effetto dell'impulsività e quasi mai sostenuti da un pensiero che li guida. "Clicco, dunque sono" è il mantra che spesso annulla invece uno slogan che da più parti, ai ragazzi, viene fatto arrivare attraverso messaggi e iniziative educative e preventive, ovvero: "Prima di postare, pensa". Il fatto, inoltre, che gran parte delle navigazioni dei giovanissimi avvenga nella privacy della propria camera da letto li espone anche ad una diminuzione delle loro performance scolastiche e di studio. La camera, infatti, è il luogo in cui il giovane si trova ad adempiere a tutti i compiti di studio, operazione che lo vede spesso agire in multitasking con un occhio sul libro di scuola ed un altro sullo schermo dove verifica cosa succede nei social frequentati dagli amici oppure cerca attivamente qualcosa con i motori

di ricerca. Docenti ed educatori da più parti hanno sollevato un grido d'allarme per questa modalità di fruizione degli schermi, che avviene in contemporanea con lo studio, togliendo ad esso concentrazione, attenzione, memorizzazione e quindi, qualità. È innegabile che l'uso degli schermi interferisca in modo sostanziale con gli obiettivi e gli stili di apprendimento in età evolutiva. Sono aspetti sui quali molti adulti mancano di consapevolezza e di conseguenza non definiscono regole di utilizzo degli strumenti elettronici, non forniscono limiti e indicazioni chiare ai minori in relazione ad aspetti quali-quantitativi, che questi stessi non sono in grado di autoregolare in totale autonomia. Ci troviamo così di fronte a bambini e adolescenti per i quali, a volte, lo smartphone diventa una sorta di vera e propria parte del corpo, che rimane attaccata alla mano, trasportata in ogni movimento del suo proprietario, al punto da non separarsene nemmeno in occasione dei pasti o del sonno notturno. Anche nel contesto clinico, noi psicoterapeuti ci confrontiamo spesso con genitori che sono completamente disorientati e confusi in seguito alla digitalizzazione e alla virtualizzazione massiccia che connota l'esistenza dei loro figli. Una difficoltà innegabile diventa, di conseguenza, trovare l'approccio educativo adeguato di fronte ad un fenomeno divenuto così massiccio e pervasivo in tempi talmente rapidi da rendere quasi impossibile il tempo della riflessione e dell'elaborazione. Proprio come succede davanti alla tastiera, su cui si schiacciano click e si compiono azioni con una velocità superiore a quella del pensiero che dovrebbe supportarli, così anche di fronte ai figli, molti genitori si trovano davanti ad uno status quo che in tempi rapidissimi li rende ascrivibili alla categoria degli "iperconnessi". Così diventa obbligatorio individuare strategie di reindirizzamento della vita digitale e online dei propri figli, senza mai essersi nemmeno messi a pensare ad un progetto educativo vero e proprio, in grado di farla avvenire all'interno di una "cornice" chiara sia all'adulto che al minore.

3 | IPERCONNESSI E INFELICI

La necessità che gli adulti sappiano governare, da un punto di vista educativo, l'eccessiva presenza e potenza che gli strumenti elettronici hanno nella vita dei minori, è la conclusione cui giunge Jean Twenge dopo aver studiato cosa succede a chi vive da iperconnesso. Quello della Twenge rappresenta, forse, l'allarme più forte lanciato al mondo degli adulti, all'interno di un suo libro intitolato *I-Gen* (tradotto in Italia con il titolo di *Iperconnessi*) in cui ha disegnato il primo profilo completo ed esaustivo della generazione di coloro che attraversano la pre-adolescenza e l'adolescenza tenendo costantemente tra le mani uno strumento

elettronico solitamente connotato dalla lettera «I», come I-Phone, I-Pad (e più in generale, smartphone o tablet), elemento da cui l'autrice ha poi coniato la sua definizione di I-Gen. Sulla base di numerosi studi scientifici e ricerche, Twenge ha messo a fuoco le caratteristiche psicologiche, le abitudini e gli interessi di chi sta crescendo, evidenziandone alcune criticità sulle quali invita genitori ed educatori a tenere alta la riflessione educativa. La Twenge si riferisce, nel suo libro, agli adolescenti statunitensi ma la realtà da lei descritta non differisce molto da quella di moltissime altre nazioni occidentali, compresa l'Italia. La Twenge afferma che gli attuali adolescenti sono più tristi e depressi, più soli e a rischio dei loro coetanei nati 10, 20 e 30 anni fa. Come a dire: chi è adolescente oggi cresce con più fattori di rischio e meno fattori di protezione. E questo si traduce, concretamente, in una riduzione evidente e conclamata delle condizioni di salute e benessere dei giovanissimi. Il libro di Twenge è stato criticato per aver interpretato in maniera causale delle semplici correlazioni. È vero: Twenge individua alcune delle relazioni tra benessere dei soggetti in età evolutiva e il loro utilizzo dei media digitali, ma non ci dice se tra di esse vi è un rapporto di causa-effetto. Tuttavia, il libro della Twenge è stato il primo che ha documentato e raccontato al mondo una verità che molti implicitamente già avevano intuito: più ci si muove nell'online, più occorre essere consapevoli che molti aspetti della nostra salute saranno impattati da questa pratica. Del resto, una recentissima meta-analisi⁹ basata sui dati provenienti da 40 ricerche coinvolgenti complessivamente 33.650 studenti adolescenti, ha fornito solide evidenze per cui l'utilizzo compulsivo dello smartphone in adolescenza risulta correlato con ansietà, depressione, impulsività e ridotta qualità del sonno.

Se il fattore di rischio è identificato dalla Twenge nello smartphone sempre connesso, il fattore di protezione che risulta carente – e il cui deficit perciò produce danni nella vita dei nostri ragazzi – è la relazione nella vita reale. L'autrice, invitando i genitori a proporre regole, limiti e confini chiari ai minori per evitarne l'iper-connessione, fornisce anche ai suoi lettori un'indicazione precisa sulla base dei dati di ricerca da lei analizzati: ritardate il più possibile l'accesso alla vita online in età evolutiva e favorite le relazioni nella vita reale. Sherry Turkle, autrice di un altro volume che ha fatto molto discutere intitolato *La conversazione necessaria*¹⁰, conferma il trend individuato da Twenge: a fronte di una perdita di abitudine dei giovani più digitalizzati alla conversazione faccia a faccia, essa si dimostra invece

⁹. Cfr. Y. Li - G. Li - L. Liu - H. Wu, *Correlations between mobile phone addiction and anxiety, depression, impulsivity, and poor sleep quality among college students: A systematic review and meta-analysis*, in "Journal of Behavioral Addictions", 9, 3, 2020, pp. 551-571.

¹⁰. Cfr. S. Turkle, *La conversazione necessaria*, Einaudi, Torino 2016; *Id.*, *Insieme ma soli. Perché ci aspettiamo sempre più dalla tecnologia e sempre meno dagli altri*, Einaudi, Torino 2019.

insostituibile in molti ambiti della vita umana e, in fin dei conti, anche per la nostra felicità.

4 | L'ISOLAMENTO SOCIALE

Le parole di Twenge e Turkle suonano ancora più inquietanti per chi sta crescendo un figlio nel terzo millennio, se consideriamo che esiste evidenza di ricerca che mostra come il pericolo di insuccesso evolutivo e di isolamento sociale sia più che concreto, quando si cresce sbilanciando sempre di più la propria presenza all'interno del mondo virtuale e sacrificando perciò il coinvolgimento nel reale. Le relazioni che noi possiamo allacciare e vivere dentro allo schermo ci fanno mettere in gioco attitudini e competenze molto diverse da quelle necessarie per vivere invece una socializzazione basata sulla presenza fisica e sul contatto diretto, viso a viso con chi ci sta di fronte. Lo sa bene il Giappone, Paese che si è confrontato per primo con la cosiddetta «sindrome degli Hikikomori» poi declinata, nel mondo occidentale, in sindrome da isolamento o ritiro sociale. Gli Hikikomori sono soggetti giovani, di età compresa tra i 19 e i 30 anni, che vivono rimanendo reclusi nella propria stanza, collegati con l'esterno solo attraverso le proprie tecnologie e riducendo al massimo, se non addirittura eliminando del tutto, qualsiasi contatto nella vita reale con persone reali. Ad oggi la migliore definizione che ne è stata data è quella fornita da Teo e Gaw¹¹, che hanno elencato i sei criteri che permettono di includere un soggetto all'interno di questo quadro comportamentale problematico:

1. trascorrere la maggior parte della giornata, pressoché ogni giorno, all'interno della propria casa;
2. evitare in modo persistente ogni situazione sociale;
3. evitare in modo persistente e attivo ogni relazione sociale;
4. sperimentare disagio o un senso di inadeguatezza totale all'interno nell'ambito della routine quotidiana che connota l'esperienza di vita di un soggetto di pari età all'interno del medesimo contesto sociale;
5. permanere in questa condizione per un tempo minimo di sei mesi;
6. essere connotati da tutti gli elementi sopracitati in assenza di una contemporanea diagnosi di altro disturbo psichiatrico quale fobia sociale, disturbo depressivo maggiore, psicosi o disturbo evitante di personalità.

Anche nei Paesi Occidentali ci stiamo ora confrontando con un numero crescente di casi molto simili alla condizione di Hikikomori e il ritiro sociale sembra

¹¹ Cfr. A. R. Teo - A. C. Gaw, *Hikikomori, a Japanese culture-bound syndrome of social withdrawal? A proposal for DSM-5*, in "Journal of Nervous and Mental Disease", 198, 6, 2010, pp. 444-449.

essere, tra l'altro, un residuo clinico lasciato nei soggetti più fragili e vulnerabili proprio dal tempo di lockdown vissuto in conseguenza dell'emergenza correlata alla pandemia da COVID 19. È chiaro che Internet non possa essere considerato la causa per questa tipologia di problema, ma rappresenti decisamente un fattore di rischio che contribuisce a slatentizzare lo stato di isolamento in soggetti già predisposti a tale problema, fornendo loro lo strumento attraverso il quale il loro allontanamento progressivo dal vivere nel reale progressivamente si attua.

Le neuroscienze hanno fornito negli ultimi anni molte spiegazioni che ci consentono di comprendere perché in età evolutiva esistono alcune fasi specifiche che presentano maggiore vulnerabilità nei confronti dei rischi rappresentati dalla navigazione online e che possono predisporre anche allo sviluppo di problemi di natura clinica. Sempre la ricerca neuroscientifica, da più parti, ha posto l'attenzione su come fare esperienze online in età evolutiva possa avere come conseguenza lo sviluppo di reti neuronali completamente differenti da quelle messe a punto nei processi di socializzazione e di azione concreta che avvengono nella vita reale e nei rapporti di prossimità fisica¹². Sulla base di queste evidenze il neuropsichiatra Manfred Spitzer tratteggia un quadro che potrebbe apparire eccessivamente fosco ma che indubbiamente ha il merito di farci riflettere sugli effetti negativi di lungo termine conseguenti alla digitalizzazione come oggi la conosciamo, scrivendo così: «Gli studi più recenti dimostrano che le aree del cervello responsabili del comportamento sociale non si sviluppano in maniera normale (nella socializzazione on line). Le conseguenze sono difficilmente prevedibili, ma devono comunque farci pensare. I giovani sanno sempre meno come comportarsi, che cosa possono permettersi e che cosa vogliono. Non hanno sufficienti opportunità di confrontarsi su questi temi con progetti reali nel mondo reale. Internet è costellata di fallimenti sociali: fingere di essere un altro, truffare, fino ai comportamenti criminali veri e propri. In Rete si può mentire, perseguitare, spillare soldi, essere aggressivi, diffamare e calunniare senza limiti. Non deve quindi sorprendere se i social network provocano nei giovani utenti solitudine e depressione. I fattori di stress principali della nostra società sono la mancanza di autoregolazione, la solitudine e la depressione, i quali provocano la morte neuronale e sul lungo periodo favoriscono lo sviluppo della demenza. Nei nostri bambini la sostituzione dei contatti umani reali con i network digitali può provocare una riduzione del cervello sociale. Corriamo il pericolo che

¹² Cfr. R. Richards et al., *Adolescent screen time and attachment to peers and parents*, in "Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine", 164, 3, 2010, pp. 258-262; Y. K. Lee et al., *The dark side of smartphone usage. Psychological traits, compulsive behavior and technostress*, in "Computers in Human Behavior", 31, 2014, pp. 373-383.

Facebook e Co. riducano il cervello sociale globale. In questo scenario è davvero inquietante constatare che oggi Facebook viene utilizzato da quasi un miliardo di persone»¹³.

5 | LA VULNERABILITÀ DEI PREADOLESCENTI E DEI GIOVANI ADOLESCENTI

Tra tutti i soggetti in età evolutiva, i preadolescenti rappresentano probabilmente il sottogruppo più a rischio rispetto alle problematiche che ho delineato fin qui. Da più parti si è parlato, in questi anni, di emergenza educativa per via della crescente diffusione di comportamenti a rischio agiti o subiti nell'online quali sexting, adescamento, uso della pornografia in preadolescenza, cyberbullismo. Queste parole, che erano praticamente sconosciute a chi si occupava di infanzia e preadolescenza fino a una decina di anni fa, sono oggi preoccupazioni educative e preventive che non si possono evitare. E che riguardano in particolar modo proprio i preadolescenti che, per le caratteristiche di sviluppo e trasformazione del loro funzionamento mentale, si rivelano particolarmente vulnerabili in questo senso. Oggi, grazie alle tecniche di neuroimaging che ne hanno studiato in modo dinamico trasformazioni e sviluppo, sappiamo che nel cervello in preadolescenza si verifica uno sviluppo intenso e accelerato delle aree deputate all'emotività (il cosiddetto sistema limbico), mentre la parte che si occupa delle funzioni cognitive è ancora profondamente immatura. La maturità cognitiva è il risultato di connessioni (sinapsi) che si generano nel corso dell'età evolutiva e che permettono ad aree differenti del cervello di comunicare e integrarsi tra loro. Man mano che queste connessioni aumentano, i ragazzi acquisiscono una progressiva consapevolezza di sé e delle proprie azioni, e una maggiore capacità di autoregolare le emozioni, competenza che perciò si presenta poco presente nel corso della preadolescenza e che progressivamente si va affinando via via che si procede verso l'età adulta. La cabina di regia della parte cognitiva è la corteccia prefrontale, ovvero quell'area localizzata dietro la fronte, che è deputata allo svolgimento di funzioni cognitive complesse, quali la risoluzione dei problemi, l'inibizione degli impulsi aggressivi, la sintonizzazione con i bisogni emotivi delle persone di fronte a noi, la previsione delle conseguenze delle nostre azioni. Questa area del cervello matura molto più lentamente rispetto alla parte emotiva, comportando, perciò, che un preadolescente si trovi spesso in balia del controllo di quest'ultima che lo spinge

13. M. Spitzer, *Demenza Digitale. Come la nuova tecnologia ci rende stupidi*, Corbaccio, Milano 2015, pp. 111-112.

a ricercare esperienze in grado di procurargli un intenso stato di eccitazione e la gratificazione immediata. In base a tale evidenza, perciò, il problema principale del preadolescente, in termini di funzionamento mentale, consiste nel trovarsi in balia dell'iperattivazione del suo cervello emotivo, possedendo ridotte competenze cognitive, condizione che lo spinge più facilmente a fare un uso sregolato, poco responsabile e illimitato – sia in termini qualitativi che quantitativi – del mondo online. Lo spazio web si palesa al preadolescente alla stregua del Paese del Balocchi di collodiana memoria. Il giovanissimo diventa, in tale senso, una sorta di maldestro e sprovveduto Pinocchio che facilmente può essere ammaliato dal Lucignolo di turno che progressivamente lo spinge ad abbandonare la dimensione del reale (dove c'è da sudare e faticare, esporsi al rischio di insuccesso, ansia e frustrazione) per gettarsi a capofitto nella dimensione virtuale, dove è facile coinvolgersi in situazioni che permettono di sperimentare facilmente sensazioni ed emozioni molto intense, connotate da piacevolezza e gratificazione immediata.

Se questa è la realtà in cui il percorso evolutivo di un minore, soprattutto in preadolescenza, rischia di disorientarsi, diventa fondamentale per il mondo adulto programmare, in questa fase della crescita, esperienze e progetti in cui possa avvenire un buon allenamento delle funzioni cognitive superiori (quelle gestite dai lobi frontali) e al tempo stesso un notevole contenimento delle attivazioni emotive che rischiano di travolgere il giovanissimo, ancora incapace di regolarle e canalizzarle. Purtroppo è quasi impossibile affrontare questo bisogno educativo all'interno dell'ambiente online, che per sua natura aggancia la parte emotiva del cervello, la tiene in ostaggio, la eccita e la iperstimola, spesso impedendole di rimanere connessa e integrata con la parte cognitiva.

6 | UNA NUOVA EDUCAZIONE DIGITALE DIVENTA NECESSARIA

Ecco, perciò, che diventa necessario oggi ripensare a un nuovo modello di “benessere digitale” che possa essere promosso da un mondo adulto che sia realmente consapevole di rischi e opportunità impliciti nella vita online dei giovanissimi. Tale mondo adulto deve avere le competenze necessarie per sostenerne la crescita e non lasciare orfani, oltre che sguarniti delle adeguate competenze per la vita, i minori di cui deve curare la crescita. Si deve investire in un'educazione digitale che sia prima di tutto appannaggio degli adulti. Sono loro che devono definire quali sono i territori esplorabili, i comportamenti fase-specifici adeguati e gli utilizzi funzionali ai bisogni di crescita dei minori. In questo senso devono essere educati e formati a conoscere non solo il mondo online ma anche l'impatto che esso ha

sulle funzioni mentali in età evolutiva, alla luce delle evidenze che ci forniscono le neuroscienze. Se oggi molti genitori possono affermare di aver lasciato i loro figli in una condizione di abbandono e solitudine all'interno delle loro navigazioni online, domani dobbiamo invece puntare sul fatto che mamme e papà sappiano gestire questo aspetto della crescita con consapevolezza, accortezza, competenza e soprattutto autorevolezza. Si rende necessaria un'azione condivisa in cui tutte le agenzie educative cooperino aiutando il mondo della famiglia ad avere una visione adeguata della presenza delle tecnologie all'interno della loro vita. In questa azione condivisa un ruolo prioritario dovrebbe essere giocato dal mondo della scuola e dai pediatri di libera scelta che sin dai primi giorni di vita del bambino diventano i referenti principali del suo stato di salute. Mentre la scuola può fornire un'educazione digitale alla famiglia attraverso progetti specifici di formazione e counselling rivolti ai genitori (che peraltro sono già in atto in molte realtà) e nel contatto diretto tra educatore/docente e genitori, i pediatri potrebbero inserire nella loro anamnesi delle condizioni di salute del bambino, all'interno dei bilanci di salute che periodicamente effettuano con tutti i loro piccoli pazienti, un'azione di educazione alla salute digitale fornendo ai genitori le informazioni e i consigli più adeguati in funzione dell'età del bambino e dei suoi bisogni di sviluppo.

Più in generale, oggi si rivela più che mai necessaria la formazione di tutti i professionisti e gli specialisti che si occupano di età evolutiva. Se è vero che i comportamenti online dei giovanissimi ne impattano il benessere in modo multidimensionale (corpo, mente, relazioni), allora chi si occupa di minori deve avere una conoscenza più che adeguata di tali effetti sulla salute, e al tempo stesso deve saper sostenere la famiglia nell'operare le giuste scelte educative e comportamentali al proprio interno. Oltre a pediatri e docenti di ogni ordine di scuola, dovrebbero essere formati su questo tema psicologi e pedagogisti, allenatori sportivi e animatori di attività formative e aggregative rivolte ai più piccoli (per esempio il mondo delle parrocchie, degli oratori, lo scoutismo, gestori di campus e centri estivi), aiutandoli a comprendere come raccontare ai genitori e ai ragazzi come si fa a essere «nativi digitali» prendendo il meglio della tecnologia, senza subirne gli effetti collaterali e indesiderati. Queste figure professionali inoltre devono diventare dei veri e propri «coach» – ovvero allenatori – della vita digitale delle famiglie che con loro si interfacciano, proponendo stili di utilizzo, definendo in modo condiviso per la comunità in cui operano regole, norme, limiti e confini che la famiglia senta e consideri utili e funzionali per il benessere al proprio interno.

Infine, l'educazione digitale dovrebbe diventare una disciplina che entra a scuola per integrarsi sia con i programmi curricolari sia con tutte quelle altre «educazioni» che oggi si rivelano necessarie per sostenere la crescita in un contesto

di vita sfidante e complesso: educazione civica, educazione emotiva, educazione affettiva e sessuale. In questa direzione già molte scuole hanno sviluppato progetti preventivi che aiutano i minori a comprendere le regole di protezione, i comportamenti appropriati e l'utilizzo delle nuove tecnologie. Allo stesso tempo, in un contesto di iper-connesione quale quello attuale, si dovrà anche pensare che gli effetti negativi di tale fenomeno potranno essere compensati o semplicemente tamponati dalla realizzazione di programmi preventivi che rispondono ai principi presenti nel modello della Life Skills Based Education (LSBE), proposto dall'Organizzazione Mondiale della Salute e finalizzato ad "allenare alla vita" le nuove generazioni, fornendole di quelle abilità associate al "saper essere" che la vita virtuale sembra limitare se non addirittura compromettere, proprio perché esse vanno presidiate e formate all'interno della vita reale e di relazione reali. Nella lista delle Life Skills, descritte nel modello OMS, sono incluse empatia, autoregolazione emotiva, comunicazione efficace, gestione dello stress e pensiero critico, competenze che potrebbero risentire in modo negativo dall'eccesso di virtualizzazione della crescita e che, perciò, devono rappresentare obiettivi formativi cui gli adulti – oggi in particolare – devono prestare una specifica attenzione educativa.