

Una droga chiamata smartphone

Un documento del Senato avverte i danni della dipendenza da social. Sono pericolosi come la cocaina gli adolescenti sono le vittime più vulnerabili: sempre più soli e chiusi. Lo psicologo Feder: «Basta allarmi la scuola diventi più appassionante»

NICCOLÒ ZANCAN

Sono collegati al mondo, ma sono soli. Sono dipendenti dai cellulari come da una droga. Sono disattenti. Incapaci di fantasia. Si tagliano per provare dolore e vomitano il cibo appena mangiato. Cosa sta succedendo alle ragazze e ai ragazzi del 2022?

Secondo il rapporto firmato dalla settima commissione del Senato - Istruzione pubblica e Beni culturali - molti di loro si stanno letteralmente bruciando il cervello a furia di vivere nel telefono. «A preoccupare maggiormente è la progressiva perdita di facoltà mentali essenziali, le facoltà che per millenni hanno rappresentato quella che sommariamente chiamiamo intelligenza: la capacità di concentrazione, la memoria, lo spirito critico, l'adattabilità, la capacità dialettica. Sono gli effetti che l'uso, che nella maggior parte dei casi non può che degenerare in abuso, di smartphone e videogiochi produce sui più giovani. Niente di diverso dalla cocaina. Stesse, identiche, implicazioni chimiche, neurologiche, biologiche e psicologiche».

Sono queste le parole della relazione finale, scritta dall'ex direttore del *Quotidiano Nazionale* Andrea Cangini. Parole che fanno paura. Così come è spaventoso l'elenco di disturbi che deriverebbero dall'uso smodato del cellulare: «Miopia, obesità, ipertensione, diabete, alienazione, depressione, irascibilità, aggressività, insonnia, insoddisfazione, diminuzione dell'empatia».

Sono stati chiamati a parlare psichiatri, psicologi, pedagogisti, grafologi, neurologi, poliziotti. Hanno raccontato quello che vedono incrociando il mondo dei giovani. E dopo undici audizioni comprese nel periodo fra il 9 maggio 2019 e il 9 giugno 2021, quindi attraversando la pandemia, la commissione ha steso un rapporto a dire poco allarmante. Il cervello dei ragazzi rischia di «atrofizzarsi». «Non è esagerato dire che il digitale sta decerebrando le nuove generazioni, fenomeno destinato a connotare la classe dirigente di domani. Lo smartphone, ormai, non è più uno strumento, ma è diventato un'appendice del corpo. Soprattutto nei più giovani. Un'appendice da cui, in larga parte, dipendono la loro autostima e la loro identità». E se il telefono è indicato come la causa, la conclusione è una sfilza di divieti. Secondo i relatori,

bisogna scoraggiare l'uso del cellulare ai minori di quattordici anni, bisogna vietare i social per i minori di tredici anni, bisogna rendere obbligatorie le applicazioni che permettono ai genitori di controllare il telefono dei figli. Bisogna vietare l'accesso ai siti per adulti e vietare l'uso degli smartphone in classe (il ministro dell'Istruzione Giuseppe Valditara per ora si è limitato a una circolare che non prevede sanzioni in caso di inadempienze). **Ma davvero serve vietare?**

«Si educa alla libertà e con la libertà. Ma serve anche il rispetto delle regole. Bisogna sapere reggere l'urto e dire dei no. Quello che sta succedendo interroga innanzitutto gli adulti. **La prima cosa è esserci.** Servono adulti coerenti. Capaci di portare a riflettere i figli. Conta l'esperienza. Conta esserci nelle ferite dell'altro. La strada non è spiegare, non è la parte logica. Ma quella emotiva». Simone Feder è educatore e psicologo alla Casa del giovane di Pavia. Dice che la pandemia ha peggiorato la situazione. Tutti i sintomi sono esplosi. Attacchi di panico, ansia, disturbi dell'alimentazione, autolesionismo. «Abbiamo fatto una grande ricerca su 20 mila giovani. In certe città la percentuale di ragazzi che dice di essersi fatto del male volontariamente arriva al 39%. La rete è il posto che frequentano di più. Il 55% usa il telefono anche di notte. L'82% usa il telefono anche mentre è con gli amici. Il 16% ha dichiarato di aver scambiato foto in rete. L'unico compagno è il telefono. Dentro tutto questo noi dobbiamo esserci, dico noi adulti: la fatica è nostra».

Non tutti sono d'accordo. Il paradosso è che l'allarme sui ragazzi che stanno perdendo la testa potrebbe essere l'ennesimo allarme che li allontana. O meglio: l'ennesimo atto di terrore. Ne è convinto lo psichiatra e psicoterapeuta **Federico Tonioni**, responsabile del dipartimento che cura le dipendenze giovanili all'ospedale Gemelli di Roma. «Oggi ogni cosa è allarmistica. Quello che proponiamo agli adolescenti è una sorta di fine del modo. Bomba atomica di Putin. Pandemia. Ghiacciai che si sciolgono. Continui messaggi terrificanti. Come possiamo pretendere che non provino rabbia di fronte a questa catastrofe permanente?». Sull'uso del cellulare: «Io ho un altro tipo di pensiero. Non ho visto un decremento delle facoltà cognitive. Prevale il linguaggio per immagini su quello delle parole. È un processo evolutivo di fronte al quale la scuola italiana si dimostra del tutto inadeguata, ecco perché molti ragazzini abbandonano. Perché è una scuola inutile. Una scuola di una noia mortale. Lo dico con parole ancora più chiare: non credo che i miei pazienti di oggi siano più rincoglioniti di quanto lo fossimo noi alla loro età. È un tempo nuovo. Non sono i ragazzi il problema, **io sono sconcertato da certi genitori**».