

Comunicazione & Social media

Cellulare: regolare la distanza nella comunicazione e nelle relazioni

di Nicola Buoninfante

Il processo tecnologico sta cambiando le nostre abitudini. Siamo una generazione sempre connessa che ci cala in una realtà che sta modificando il modo di comunicare. Gli adolescenti più di altri possono essere travolti dalla dipendenza tecnologica.



Sono i nativi digitali, tutti coloro che nati nella nuova generazione, *digitale*, dividono il modo in on-line e off-line. Le nuove generazioni ormai travolte dal turbine delle tecnologie pare non possano fare al meno di essere connessi ad internet, con il rischio di diventare dipendenti di questo mondo virtuale che alcune volte ci allontana dalla realtà. Ogni singola comunicazione è mediata in tutto o in parte da uno smartphone e le dinamiche relazionali sono fortemente influenzate da uno

strumento elettronico. Possiamo inviare un messaggio a dieci persone diverse contemporaneamente, dare una parola di conforto attraverso un messaggio o dichiararsi ad una ragazza/o attraverso un "post" o lasciarsi su una "chat". Ma chi corre il rischio di pagare le conseguenze di questo nuovo modo/rapporto comunicazionale, sono proprio gli adolescenti sempre più adattati ad un rapporto relazionale non verbale.

Questo fenomeno di attaccamento, anche ossessivo, al cellulare preoccupa i genitori che vedono i propri figli non distogliere mai lo sguardo dal proprio telefonino. Anche quando vanno a letto, per leggere l'ultimo messaggio o inviare l'ultimo post della giornata.

Il cellulare offre la possibilità di nascondere l'effetto emozionale e coprire le proprie insicurezze. Con questo strumento tecnologico siamo in grado di gestire l'avvicinamento o l'allontanamento dagli altri. Ci si può nascondere dall'impatto emotivo diretto, ponendo in secondo piano le proprie insicurezze relazionali.

Questo è un fenomeno inarrestabile di un progresso tecnologico che avanza inesorabilmente, che rende e costringe l'individuo ad adattarsi alla tecnologia. Ormai gli smartphone hanno raggiunto un livello altissimo di tecnologia, attraverso i quali si possono avere accesso a tantissimi servizi, più o meno utili, più o meno seri, tali da rendere questo strumento quasi indispensabile. Il telefonino ha innescato una modalità comunicativa basata sulla velocità. La velocità con cui si riescono a contattare gli altri, la velocità con cui si riesce a fruire delle informazioni per ogni utilizzo. Possiamo definire il telefonino lo strumento attraverso il quale si soddisfano numerosi bisogni. Questo non significa demonizzare la tecnologia, anzi, ben venga, se questa porti ad una semplificazione delle attività ed ad una maggiore facilità nella fruizione di servizi, ma non bisogna diventarne schiavi.

Oggi si parla di “nomofobia” un nuovo termine che identifica quella categoria di persone che manifestano la paura di rimanere sconnessi dalla rete mobile e non poter essere in contatto con gli altri. Il termine “nomofobia” è di derivanza inglese, dal termine “no-mobile” in aggiunta al suffisso “fobia”.

Oggi forse siamo tutti un po' nomofobi, con la paura di restare senza batteria, di dimenticare lo smartphone, di non avere campo, la continua fissazione di controllare il telefono per dare uno sguardo a ciò che accade sulle varie “app” o sui vari social.

Nei casi più estremi si può nascondere la paura della solitudine o di abbandono che potrebbe manifestarsi come un eccessivo attaccamento a questa moderna tecnologia terminando in una vera forma di dipendenza.

Spesso lo smartphone può diventare uno strumento che genera ansie. Per sua natura il telefonino rappresenta uno strumento che è sempre online, nel quale la persona si identifica come una persona sempre reperibile. Proprio quest'ultimo elemento, la “reperibilità”, amplifica quello stato di ansia che investe non soltanto i giovani ma anche i genitori e più in generale la popolazione smartphone. Ecco, che nel momento in cui iniziamo a porci delle domande, del quale; “non ha letto il messaggio, non risponde al telefono, non risponde al post, perché ritarda nel rispondermi, ecc...”, si manifesta la relazione persona – smartphone, che sviluppa ansie e stress con implicazioni sul rapporto con gli altri.

Ci si può mantenere vicini e presenti costantemente alle persone a cui si è legati affettivamente, gestendo l'ansia da separazione e la distanza, costruendo un “ponte telefonico” che attraversa infiniti spazi in pochissimo tempo.

Ma l'utilizzo eccessivo soprattutto nei ragazzi, che hanno accesso a social network e svariate “app”, possono portare quest'ultimi a crearsi una identità virtuale più che una identità individuale. Amplificando il senso di solitudine, creando attorno quel vuoto rappresentato da una realtà che si fonde con la finzione. Speriamo di non assistere ad una generazione attorniata da decine di “contatti” ma in profonda solitudine.