



L'amore al tempo del web è una cena a lume del display

Dai sentimenti alla quotidianità come ci cambia l'iper-connessione

HANNO MIGLIORATO LA VITA, MA CI VUOLE PIÙ EDUCAZIONE

JUAN CARLOS DE MARTIN
SEGUE DALLA PRIMA PAGINA

Per non parlare degli smartphones, che fino a poco fa appesantivano le tasche solo dei più fanatici, ma ora rappresentano oltre il 50% dei telefoni venduti al mondo. Cambiamenti molto rapidi che riguardano miliardi di persone: è inevitabile che i problemi siano elevati al cubo. Problemi, ma anche benefici, o le reti sociali non avrebbero tanto successo: vengono apprezzate soprattutto perché offrono un'alternativa alla posta elettronica, giudicata da molti (soprattutto i più giovani) limitata e formale, per condividere video, libri, musica, eventi, fotografie, testi, notizie sulla propria vita personale. Invece di «lettere»



che si impilano inesorabilmente, un flusso continuo di stimoli, come una radio accesa in sotto-

fondo, più discreta e meno esigente della posta.

Se i benefici sono chiari, meno chiaro è come usare in maniera ottimale questi strumenti, ovvero, come minimizzare i problemi che ogni tecnologia porta con sé. Come abbiamo detto, si tratta di una confusione dovuta all'estrema novità del fenomeno, fisiologica, ma comunque importante da chiarire. Un primo ordine di problemi deriva dal fatto che molti utenti non hanno ancora capito che le reti sociali sono piattaforme pubbliche. Usare Facebook non è come telefonare a un amico: è piuttosto come uscire sul balcone con un megafono e rivolgersi a una piazza. La differenza, anche giuridica, è enorme, e col tempo inizierà a essere chiara a sempre più persone, che impareranno a sorvegliare con più attenzione il loro linguaggio online.

Il secondo ordine di problemi deriva dal fatto che proprio in quanto attraenti «radioline» che ricevono e trasmettono bocconi di informazione le reti sociali sono potentissime macchine della distrazione. Nessuno si sorprenda: sono state progettate apposta. Le conseguenze sociali e personali possono però essere molto negative. Innanzitutto per lo spreco di tempo: alla «Grande Ladra» tv si stanno affiancando altre ladre di tempo, le reti sociali. Ma anche per i danni alle relazioni personali e professionali: è ormai molto frequente, soprattutto in Italia, vedere coppie in locali pubblici che invece di parlarsi interagiscono col loro schermo tascabile o professionisti che, incollati allo smartphone, passano le riunioni dedicando un'attenzione molto parziale a ciò che dice chi li circonda. Sono problemi che, sia pure in forme e contesti diversi, abbiamo però già affrontato molte volte: col telefono, con la tv e persino col libro, per cui qualche secolo fa abbiamo dovuto sviluppare appropriate norme d'uso sociali. Si tratta ora di fare lo stesso anche per i social media, puntando sullo sviluppo delle competenze per resistere alla distrazione e sulla comprensione dei danni che può fare un uso improprio.

il caso
FEDERICO TADDIA

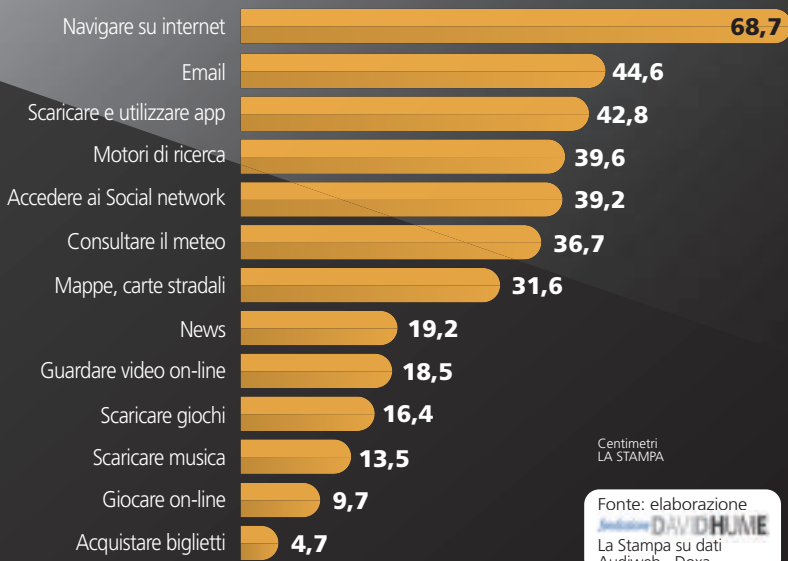
Lui e lei, in un romantico ed elegante ristorante cittadino, con una forchetta in una mano e lo smartphone nell'altra, silenziosamente concentrati nel comunicare: rigorosamente con altri. La cena a lume di display è il fotogramma più diffuso dell'amore al tempo dei social network, emblema di come i dispositivi mobili stiano cambiando le nostre abitudini quotidiane.

«I cellulari di nuova generazione nascono proprio per permettere il processo di multitasking e, quindi, è come se portassimo in giro con noi una moltitudine di mondi in cui vogliamo essere contemporaneamente - spiega Alberto Pellai, medico psicoterapeuta e autore del libro "Lasciatemi crescere in pace" (Erickson) -. Sono strumenti di connessione nel mondo on line, ma di netta disconnessione nel mondo off-line: senza accorgercene trascorriamo più tempo durante la cena con gli occhi verso lo schermo invece che verso la persona che abbiamo di fronte». L'aggiornamento delle news, il controllo delle mail, un'occhiata al proprio Facebook, la pubblicazione di una foto su Instagram, un commento politico lanciato al volo su Twitter: le giornate ormai sembrano volare sui binari, paralleli ma intersecati e sovrapposti, della realtà e della virtualità. Dal bagno, mentre ci si fa la doccia e si sovrapposti, della realtà e della virtualità. Dal bagno, mentre ci si fa la doccia e si sovrapposti, della realtà e della virtualità. Dal bagno, mentre ci si fa la doccia e si sovrapposti, della realtà e della virtualità.

Secondo una ricerca statunitense, il 79% delle persone consulta lo smartphone entro 15 minuti dal risveglio e il 62% la fa ancora prima di scendere dal letto. E Facebook rimane il social network più frequentato: viene visitato 13,8 volte al giorno, con una permanen-

Attività più diffuse su smartphone

% DI PERSONE TRA GLI 11 E I 74 ANNI CHE POSSIEDONO UNO SMARTPHONE - GIUGNO 2013



Centimetri
LA STAMPA

Fonte: elaborazione
DAVID HUME
La Stampa su dati
Audiweb - Doxa

za media 2 minuti e 22 secondi. Il 46% lo controlla mentre fa commissioni, il 48% in palestra, il 47% in cucina e più del 50% mentre è davanti alla tv. «Guardare un film o un programma mentre lo si commenta in diretta ha un elemento socializzante, ma non dà la possibilità al cervello di vivere totalmente l'intensità emotiva dell'esperienza - aggiunge Pellai -. Ed essere interrotti continuamente da messaggi che arrivano sul nostro dispositivo sempre acceso durante lo studio o il lavoro, oltre a distrarre, abbassa notevolmente la qualità del nostro operato: il cervello per offrire il massimo delle prestazioni deve perdersi nelle rappresentazioni mentali di quello che sta facendo, senza essere costretto a fermarsi e ricominciare continuamente».

Dagli studi tv, dove gli ospiti dei talk politici buttano un occhio al display alla ricerca delle ultime agenzie, ai conve-

gni di qualsiasi livello, dove i relatori tra un intervento e l'altro mandano un tweet o rispondono ad un sms, passando per le riunioni di lavoro, gli studi medici, i teatri e le palestre di yoga: lo sdoganamento dello smartphone attivo ha varcato tutti i confini. «Anche in Chiesa si vedono persone con il cellula-

re acceso che scorrono i propri profili durante l'omelia - dice Pellai -. Neppure in uno spazio sacro e intimo, che dovrebbe metterci in connessione con il trascendentale, riusciamo a frenare il bisogno di mantenere questo cordone virtuale con l'esterno. Gli smartphone ci offrono infinite possibilità, ma dobbiamo inserirle in un giusto contesto e acquisire consapevolezza che viviamo in una dimensione di iperstimolazione e a forte rischio di isolamento: non esiste ancora una App - conclude - capace di sostituirsi alle relazioni umane».

IL BELLO
Con i nuovi cellulari è come se vivessimo in tanti mondi

IL BRUTTO
Trascorriamo ore a guardare lo schermo e non chi abbiamo di fronte

93,6%
degli italiani tra gli 11 e i 74 anni possiede un telefono cellulare. In numeri assoluti sono 44,1 milioni

40,9%
della popolazione tra gli 11 e i 74 anni (19,3 milioni di persone) accede a internet dal suo telefono cellulare

10,1%
degli italiani tra gli 11 e i 74 anni (4,8 milioni di persone) dichiara di accedere a internet dal suo tablet

74,7%
degli italiani usa il computer a casa. Il tasso di penetrazione è ancora più elevato quando si parla delle fasce di età più giovani (tra 11 e 34 anni)

90%
il tasso di penetrazione di internet per quel che riguarda laureati (98%), diplomati (93%), dirigenti e docenti universitari (100%)

60%
degli 11-34enni accedono a internet da smartphone, soprattutto i residenti del Centro-Nord nei centri più popolosi