
Adolescenti e nuove tecnologie nel periodo post-pandemico

Autore: Dorotea Piombo

Fonte: Città Nuova

L'adolescenza è un periodo “naturalmente” critico per tutti gli esseri umani, ma il periodo pandemico sembrerebbe aver influito sul rapporto tra i giovani e i social media.

La letteratura nazionale e internazionale ci indica che la pandemia da COVID-19 ha avuto un **notevole impatto** sulla salute degli adolescenti. **L'adolescenza è un periodo in cui sono presenti dei rischi relativi allo sviluppo di disturbi dell'adattamento** e, in presenza di stressor ambientali, tali disturbi si potrebbero intensificare. In particolare, la letteratura evidenzia come gli adolescenti, durante la pandemia, siano stati esposti al rischio di sviluppare **sintomi depressivi e ansiogeni con conseguenti problemi relazionali, del comportamento ed emotivi, incrementando il rischio di dipendenza tecnologica**. È importante sottolineare che l'emergenza Covid ha reso sempre più invasiva la presenza delle nuove tecnologie nella vita degli adolescenti, abbassando ulteriormente l'età in cui i ragazzi entrano in possesso di uno smartphone. Da un'indagine **ANSA**, emerge uno studio sugli stili di vita degli adolescenti italiani, realizzato dal **Laboratorio Adolescenza e Istituto di ricerca IARD** su un campione di oltre 10.500 studenti tra i 13 e i 19 anni. È emerso che, nell'anno della pandemia **l'80% degli adolescenti ha utilizzato i social, "più che in passato" e tra questi il 45% ha precisato "molto più che in passato"**; infine, il 76,5% ha affermato di non spegnere il cellulare neanche durante la notte. Sicuramente, utilizzare piattaforme digitali, durante il periodo pandemico, in generale, ha svolto un'azione molto importante, sia per la **continuità degli studi, grazie alla DAD** (didattica a distanza), sia per **sentirsi “a contatto” con amici e parenti**. In quel periodo l'utilizzo della rete rappresentava l'unico strumento comunicativo, ma oggi, in cui la pandemia sembra diventata un fenomeno gestibile, quanto e in che modo influisce sulla vita dei ragazzi? La tecnologia e l'utilizzo massivo dei videogiochi, sono funzionali allo sviluppo delle *life skills* (competenze di vita) di cui parla l'**Organizzazione Mondiale della Sanità**? Da un lato, i giovani desiderano riprendere in mano la propria vita e la libertà di vivere una quotidianità che **non sia “a distanza” ma “in presenza”**, da un altro lato però si trovano quasi “intrappolati” in una modalità “acquisita” di comunicazione e di vivere la dimensione del gioco online. Uno studio condotto dall'**Ordine degli Psicologi della Lombardia** ha evidenziato un potenziale rischio di **assuefazione dalle tecnologie**, in particolare per quanto riguarda i videogiochi. **L'incertezza “per il futuro”** si è rivelata la maggior fonte di stress. Tuttavia sembrerebbe emerso un mantenimento delle relazioni con i genitori e il miglioramento delle relazioni amicali, oltre la presenza di una forte **“resilienza”** (capacità di far fronte allo stress). In conclusione, risulta di rilevante importanza la **promozione del dialogo tra giovani e adulti per favorire un uso più consapevole delle nuove tecnologie** e contribuire in modo concreto allo sviluppo delle potenzialità degli adolescenti, in questo periodo così tanto critico della loro vita. Come disse **Bruner** nel 1976, l'adulto dovrebbe essere capace di creare una sorta di **“scaffold”**, (impalcatura) per aiutare il giovane nel suo processo di apprendimento. __

Sostieni l'informazione libera di Città Nuova! Come? [Scopri le nostre riviste](#), [i corsi di formazione agile](#) e [i nostri progetti](#). Insieme possiamo fare la differenza! Per informazioni: rete@cittanuova.it __