La manifestazione dei sentimenti negli adolescenti di oggi : quali caratteristiche ?

<< L'emotività degli adolescenti di oggi, e più in generale la manifestazione dei loro sentimenti, è fortemente mediata dall'uso di smartphone, tablet e social – media, all'interno dei quali le emozioni perdono la loro corporeità riducendosi perlopiù in emoticon standardizzate, click frenetici e pollici blu (vedi facebook).

Smaterializzare la fisicità delle emozioni porta, citando Levy Pierre, ad una << identità esibita senza volto davanti ad una folla enorme senza occhi>> (Cybercultura).

Quest'esperienza mediata delle emozioni, riverse in uno "spazio virtuale" senza corpo e senza tempo, crea un duplice scollamento:

- Il primo è tra l'emozione che si comunica e quella che si sente dentro di Se, dentro la propria *pancia*, poiché l'una è immediata, atemporale e priva di corporeità mentre l'altra è dilatata nel tempo, fluttuante e preme sulla propria carne.
- Il secondo divario riguarda l'emozione *pubblicata* e le conseguenze che essa può generare, su di se e sugli e sugli altri, conseguenze che sempre più spesso i ragazzi non riescono a prevedere, ad anticipare e successivamente a farvi fronte.

I ragazzi di oggi, dunque, se da un lato sono abili comunicatori digitali, dall'altro fanno fatica nell'espressione diretta dei loro sentimenti e ancor di più nella gestione delle loro conseguenze. Senza necessariamente demonizzare i social – media, parte ormai imprescindibile delle nostre vite, che ci piaccia o no, oggi più che mai è però indispensabile predisporre un'educazione emotivo - sentimentale per gli adolescenti.

E' diventata una necessità dalla quale non è più possibile sottrarsi poiché oltre ad avere una valenza educativa svolge una funzione di prevenzione rispetto a condizioni di malessere che possono sfociare in stati depressivi, ansiogeni e atti di bullismo.

E' davvero importante coinvolgere i ragazzi in momenti di scambio e di riflessione **autentica** sui sentimenti, sulle emozioni e su tutte le loro implicazioni. Ancora più efficace è se tutto ciò avviene all'interno della Scuola, palestra principale dove allenare non solo la mente, ma, si spera, anche il cuore e la *pancia* >>

Dott.ssa Lorena Pentecoste
Psicologa – Psicoterapeuta