



Le buone maniere sono compatibili con sms ed email

FRANCESCO MARCHIANÒ, psicologo, psicoterapeuta, formatore a Roma. Si occupa anche di conduzione di gruppi.

1.

Cellulari & co.: diventare maleducati è un attimo, vero?

Purtroppo sì. Telefonare in pubblico parlando ad alta voce dei fatti propri non solo danneggia l'udito di chi ci sta attorno, ma annienta anche le possibilità di relazione: dopo pochi minuti di ascolto "imposto", chi ci circonda sa molto di noi, ma erige attorno un muro invisibile. Ancor peggio se, mentre si è impegnati in una conversazione vis-à-vis, si consulta il telefono interrompendo il flusso di emozioni con un'intermittenza fastidiosa.

2.

E per quanto riguarda i tablet?

Si tratta di strumenti di consultazione rapida e aggiornamento in situazioni tranquille. Lo si usa per strada o nei locali? Se non è per lavoro, può apparire un'ostentazione del gadget.

3.

Parliamo dell'indispensabile sms.

Domina nelle nostre relazioni. In teoria, un mezzo discreto, ma se ci si fa prendere la mano (a volte i polpastrelli sembrano avere vita propria), diventa un modo per aggirare le attese e irrompere nella vita dell'altro senza chiedere permesso. È anche un potente strumento per superare il disagio di una conversazione al telefono o di un faccia a faccia, e proprio per questo può trasformarsi in un'arma che ferisce.

4.

Veniamo all'email e al suo (ab)uso.

Ancor più dell'sms, non ha orari. Ma a volte viene usata in modo improprio e drammaticamente per comunicazioni delicate e/o private. Mai inviarla a cuor leggero né senza averla riletta. Se se ne abusa, si creano relazioni virtuali che annientano la fisicità, il linguaggio dei corpi, gli sguardi.

5.

Un commento finale è per i social network.

Su Facebook, Twitter e Instagram le vite sono raccontate con tanta urgenza che a volte ci si chiede se sono realmente vissute. L'immediata socializzazione di un evento non arricchisce l'esperienza, ma spesso impedisce di capire il significato più privato degli avvenimenti. Se si sceglie questo strumento ripetutamente, facendo diventare pubblica la propria vita, si corre il rischio di rovinare le atmosfere più di quanto si possa immaginare. E non è poco!



CELL-GALATEO

O parli al telefono o presti attenzione a chi ti circonda: le due cose insieme sono un disastro, come dimostra l'espressione smarrita di Georgia May Jagger.

Ma la tecnologia non deve fare paura

Usare smartphone quando si è al lavoro,

essere appiccicati al cellulare, la suoneria a tutto volume che squilla durante i momenti intimi e il tempo libero: sono gli atteggiamenti indice di maleducazione, secondo il sociologo Saro Trovato dell'agenzia Found!, che ha coinvolto 1500 persone in un'indagine sulla "mobile incivility", la maleducazione declinata coi dispositivi portatili. «I luoghi in cui più spesso si manifesta sono l'ufficio, i mezzi pubblici, la camera da letto e la cucina». Perché allora non approfittare del 13 novembre, Giornata Mondiale della Gentilezza, per cambiare il modo di comunicare? Per esempio, invece di un'email al collega, gli si può scrivere un bigliettino. Altri spunti sono sul sito del Movimento per la Gentilezza (www.gentle-projects.com),

dal quale scaricare un manifesto con 10 azioni concrete per "diffondere il virus della gentilezza". Hai figli? Più che vietare smartphone & co. devi capirli. Come? Per esempio leggendo *I nuovi bambini. Come educare i figli all'uso della tecnologia, senza diffidenze e paure* (Bur, 12 €) di Paolo Ferri, esperto di nuovi media e digital kids. Un videogame davvero utile? *Tomodachi Life*, simulatore di vita reale per console Nintendo 3DS: ambientato su un'isola bizzarra, permette di trasformare i propri familiari, amici, insegnanti in personaggi. Spiega Maria Rita Parsi, psicologa e psicoterapeuta: «Il gioco consente ai bambini di capire come interagiscono le persone tra loro, relazionarsi agli altri e distinguere i comportamenti educati da quelli scorretti».