

Internet ti rende stupido?

di Nicholas Carr

Articolo originale: *Does the Internet Make You Dumber?* - 5 giugno 2010, Wall Street Journal

Il filosofo romano Seneca può aver espresso il meglio di se più di 2.000 anni fa: "Essere ovunque è come essere da nessuna parte". Oggi, Internet ci concede facile accesso a una quantità senza precedenti di informazioni. Ma un crescente numero di evidenze scientifiche suggeriscono che la Rete, con le sue costanti distrazioni e interruzioni, ci sta anche trasformando in pensatori occasionali e superficiali. **(PROBLEMA)**

Il quadro che emerge dalla ricerca è profondamente preoccupante, almeno per chi apprezza, nel pensiero umano, la profondità piuttosto che la velocità. Queste ricerche dimostrano che le persone che leggono un testo costellato di link, comprendono meno di quelli che leggono un tradizionale testo lineare. Le persone che guardano presentazioni multimediali ricordano meno di quelli che acquisiscono informazioni in un modo più calmo e focalizzato. Le persone che sono continuamente distratte da e-mail, avvisi e altri messaggi capiscono meno di quelli che sono in grado di concentrarsi. E le persone che si destreggiano tra molte attività sono meno creative e meno produttive rispetto a chi fa una cosa alla volta.

Il filo comune in queste disabilità è la divisione dell'attenzione. La ricchezza dei nostri pensieri, i nostri ricordi e persino la nostra personalità influisce sulla nostra capacità di concentrarci e di mantenere la concentrazione. Solo quando prestiamo un'attenzione profonda a un nuovo frammento di informazione siamo in grado di associarla "significativamente e sistematicamente alla conoscenza già presente in memoria", scrive il neuroscienziato premio Nobel Eric Kandel. Tali associazioni sono essenziali per padroneggiare concetti complessi. **(ARGOMENTO 1)**

Quando siamo costantemente distratti ed interrotti, come noi tendiamo ad essere online, i nostri cervelli non sono in grado di creare connessioni neurali forti ed espansive che diano profondità e carattere distintivo al nostro pensiero. Noi diventiamo semplici unità di elaborazione del segnale, che pilotano rapidamente frammenti di informazione in ingresso o in uscita dalla memoria di breve termine. **(TESI)**

In un articolo pubblicato su Science nel 2009, Patricia Greenfield, una psicologa dello sviluppo, ha esaminato dozzine di studi su come le diverse tecnologie dei media influenzano le nostre capacità cognitive. Alcuni di questi studi hanno indicato che particolari attività al computer, come i videogiochi, possono migliorare la "alfabetizzazione visiva", aumentando la velocità con cui le persone riescono a spostare la loro attenzione tra icone e altre immagini sullo schermo.

Altri studi, tuttavia, hanno rilevato che tali cambiamenti repentini di messa a fuoco, anche se appropriatamente eseguiti, determinano una riflessione meno rigorosa e "più automatica". In un esperimento condotto presso la Cornell University, per esempio, alla metà di una classe di studenti è stato permesso di utilizzare computer portatili connessi a Internet durante una lezione, mentre l'altra metà doveva tenere spenti i propri computer. In un test eseguito subito dopo, coloro che hanno navigato sul Web hanno avuto un risultato più scadente sul contenuto della lezione. **(ARGOMENTO 2a)** Mentre non sorprende che la navigazione sul Web distrarebbe gli studenti, ciò dovrebbe essere un allarme per le scuole che stanno cablando le aule nella speranza di migliorare l'apprendimento.

La Greenfield ha concluso che "ogni mezzo sviluppa alcune abilità cognitive a scapito di altre". Il nostro crescente utilizzo dello schermo per informarci, ha detto, ha rafforzato l'intelligenza visuo-spaziale, che può migliorare la capacità di fare lavori che implicano il tenere traccia di molti segnali simultanei, come il controllo del traffico aereo. Ma questo è stato accompagnato da "debolezze nuove nei processi cognitivi di ordine superiore", inclusi "il vocabolario astratto, la consapevolezza, la riflessione, la capacità di fare inferenze induttive, il pensiero critico e l'immaginazione." Stiamo diventando, in una parola, meno profondi.

In un altro esperimento, recentemente condotto alla Stanford University, un team di ricercatori ha sottoposto a vari test cognitivi un gruppo di 49 persone che attuano normalmente molte attività multitasking e un gruppo di 52 persone che attuano il multitask molto meno frequentemente. Il primo gruppo di multitaskers ha avuto risultati peggiori in tutte le prove. **(ARGOMENTO 2b)** Erano più facilmente distratti, avevano un minor controllo sulla loro attenzione, ed erano molto meno in grado di distinguere le informazioni importanti da quelle banali. I ricercatori sono rimasti sorpresi dai risultati. Avevano previsto che il gruppo di multitaskers avesse acquisito dei vantaggi dall'intensa attività sullo schermo. Ma non era così. In realtà, i forti multitaskers non erano nemmeno più bravi a fare multitasking. Erano molto meno abili a passare tra le varie attività rispetto ai non multitaskers. "Ogni cosa li distrae", ha osservato Clifford Nass, il professore che dirige il laboratorio di Stanford.

Sarebbe una buona cosa se gli effetti negativi sparissero non appena spenti computer e cellulari. Ma non è così. La struttura cellulare del cervello umano, gli scienziati hanno scoperto, si adatta facilmente agli strumenti che utilizziamo, compresi quelli per la ricerca, memorizzazione e condivisione delle informazioni. Modificando le nostre abitudini mentali, ogni nuova tecnologia rafforza alcuni percorsi neurali e ne indebolisce altri. Le alterazioni cellulari continuano a plasmare il nostro modo di pensare anche quando non stiamo utilizzando la tecnologia.

Il neuroscienziato pionieristico Michael Merzenich crede i nostri cervelli vengano "massicciamente rimodellati" dall'uso sempre più intenso del web e dei relativi media. **(ARGOMENTO 3)** Negli anni '70 e '80, Merzenich, ora professore emerito presso l'Università della California a San Francisco, ha condotto una famosa serie di esperimenti sul cervello dei primati che ha rivelato come i circuiti neurali cambiano ampiamente e velocemente in funzione dell'esperienza. Quando, per esempio, Merzenich ha riordinato i nervi della mano di una scimmia, le cellule nervose nella corteccia sensoriale dell'animale rapidamente si sono riorganizzate per creare una nuova "mappa mentale" della mano. In una conversazione alla fine dell'anno scorso, mi disse che era profondamente preoccupato per le conseguenze cognitive delle costanti distrazioni e interruzioni con cui Internet ci bombarda. L'effetto a lungo termine sulla qualità della nostra vita intellettuale, ha detto, potrebbe essere "mortale".

Ciò che sembra essere danneggiato dalla navigazione in internet è la nostra capacità di impegnarci in attività più tranquille, dalle modalità di pensiero adatte alla contemplazione, alla riflessione e introspezione. Il Web non ci incoraggia a rallentare. Esso ci mantiene in uno stato di perpetua locomozione mentale.

E' rivelatore, e doloroso, confrontare gli effetti cognitivi di Internet con quelli della tecnologia dell'informazione precedente, il libro stampato. Considerando che Internet disperde la nostra attenzione, il libro la concentra. A differenza della schermata, la pagina promuove la contemplatività.

La lettura di una lunga sequenza di pagine ci aiuta a sviluppare un raro tipo di disciplina mentale. **La tendenza innata del cervello umano, dopo tutto, è quella di essere distratti. La nostra predisposizione è di essere consapevoli di tutto ciò che succede intorno a noi. I nostri frenetici cambiamenti di messa a fuoco erano un tempo cruciali per la nostra sopravvivenza. Essi riducevano la probabilità che un predatore ci sorprendesse o che una fonte di sostentamento ci sfuggisse.** **(ANTITESI)**

Leggere un libro è praticare un innaturale processo di pensiero.

(ARGOMENTO 1A) Questa pratica richiede di porsi in quello che TS Eliot, nel suo poema "Quattro quartetti", ha denominato "il punto fermo di un mondo che gira". **Dobbiamo creare o rafforzare i collegamenti neurali necessari per contrastare la nostra distrazione istintiva, guadagnando così un maggior controllo sulla nostra attenzione e sulla nostra mente.**

(CONCLUSIONE)

E' questo controllo, questa disciplina mentale, che rischiamo di perdere quando passiamo sempre più tempo a scansionare e selezionare informazione online.

Se la lenta progressione di parole di una pagina stampata ha ridotto la nostra voglia di essere inondati da stimolazioni mentali, Internet invece ce la ripropone. **(CONFUTAZIONE)** E ci riporta al nostro stato nativo di distrazione, mentre ci presenta molte più distrazioni di quanto i nostri antenati abbiano mai dovuto sostenere.