

FAMILIA ÎN ERA DIGITALĂ (II)

Pr. prof. univ. dr. Ioan C. TEȘU

Facultatea de Teologie Ortodoxă „Dumitru Stăniloae” din Iași

Abstract

Among the effects produced by technology addiction, one of outmost importance is the loss of genuine connection between the members of a family. Alongside this one, the relationship between parents and children suffers, as well. The amount of time the youngsters spend in the company of gadgets becomes grater than the amount of time spent connecting with the members of their family. Not few are the children which adress the issue of missing their devices more than missing their parents, when being faced with the impossibility of reaching any of the two previously mentioned. In most cases, children search for a stronghold in the internet and its social media platforms, without realising that, on a surface level of human relationships development system, lies the isolation and the feeling of loneliness. The way of rectifying this disfuncionality involves the cultivation of genuine connection with human beings and not with insentient objects such as technological devices.

Keywords: Digital technology, „Net Generation”, spiritual life, digital adiction, discernment.

Cyber sau hypercomunicarea – apusul comuniunii sau dispariția „cărării de la om la om”

Dacă gânditorul francez Jean-Claude Larchet¹ vorbea despre o infiltrare a tehnologiei în viața lumii și a omului contemporan, de

¹ „Nici o altă tehnologie nu s-a infiltrat în activitatea noastră zilnică pentru un timp atât de îndelungat, nu a solicitat atenția și intervenția noastră atât de constant, nu a invadat atât de mult viața noastră privată, familială și privată, nu a pătruns atât de profund în lăuntrul vieții noastre sufletești. Nici o altă tehnologie nu a transformat atât de mult raporturile noastre cu spațiul și timpul, felul nostru de a vedea lumea, relațiile noastre cu ceilalți, reprezentarea pe care o avem despre noi, natura și ritmul activităților noastre de la serviciu și din timpul liber, forma noastră de comunicare, ca și natura, structura și forma vieții noastre psihice și intelectuale. Și nici o altă tehnică, prin influența exercitată asupra modului nostru de a fi, care constituie textura existenței noastre, nu a avut un impact atât de important asupra vieții noastre spirituale”. Cf. Jean-Claude Larchet, *Captivi în internet*, în românește de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2018, pp. 5-6.

la cele mai fragede vârste și până la apusul vieții, alți autori vorbesc despre o invadare, de către mijloacele tehnologiei digitale, a spațiului, nu doar public sau profesional, ci și familial și privat. Oriunde ne-am afla, avem ocazia să observăm părinți preocupați mai mult să răspundă apelurilor telefonice sau să inițieze altele, ori să trimită emailuri și SMS-uri, decât să dea curs întrebărilor și dorințelor copiilor, ceea ce le-ar fi dezvoltat celor din urmă gradul de sociabilitate, anduranță și reziliență, de empatie, prietenie și compasiune. Ca urmare, acești copii vor căuta răspunsuri și se vor orienta tot către tehnologie, ca efect al comportamentului părinților.

Nu întâmplător, părinții vor vedea în dispozitivele digitale o „bonă electronică”, ideală pentru copiii lor, iar aceștia – copiii, vor căuta în aparatura *high-tech* un părinte și prieten, un mentor și educator, un sfetnic și confident, alături de care vor începe să petreacă mai mult timp decât în prezența părinților biologici.

Același apus al comunicării și, mai ales, al comuniunii se prelungește și la alte vârste, din viața copiilor. Colegi și colege, prieteni și prietene, aflați în apropiere fizică, dar preocupați fiecare de *smartphone*-ul său, cu aplicații mult mai atractive decât comunicarea reală, ale cărei reguli par a le fi uitat, în favoarea „comunicării mediate de tehnologie”.

Nu sunt cadre izolate, ci aproape generalizate, cele în care tinerii îndrăgostiți, în loc să se privească în ochi și să se strângă de mână, au privirea ațintită pe ecranul telefonului inteligent. Dacă reușește să îl atragă mai mult decât persoana iubită, înseamnă că este cu adevărat „inteligent”, dispunând de un arsenal de subjugare, mai bogat decât sentimentele umane, pe care i le-ar fi putut împărtăși aceasta. Dacă telefonul este mai „inteligent”, capacitățile noastre mintale par a fi, însă, mai slabe, iar sentimentele mai diluate.

Tot astfel, în loc să își șoptească „vorbe de amor”, ei își manifestă interesul și iubirea față de celălalt, căutând pe net și arătându-și, pe telefon, clipuri, imagini, fotografii, *selfie*-uri, care li se par a fi adevărate declarații de dragoste, pe care ei nu le mai pot rosti, pentru că au uitat „limbajul iubirii” autentice și lexicul lui bogat, care i-ar fi introdus în starea sufletească necesară.

Căutând să binedispună „persoana iubită”, un tânăr, de exemplu, îi va „împărtăși” sau „mărturisi” acesteia nivelul de joc la care a ajuns cu băieții din grup, lucru care pe ea nu o interesează deloc.

„Iubita”, la rândul ei, îi va întoarce declarația de dragoste acestuia, vorbindu-i despre tot mai larga ei rețea de socializare, despre „like”-urile primite și cererile de acceptare obținute, paradoxal, de la persoane străine, nu de la „iubitul” ei.

Mai departe, tânărul se va scufunda și mai mult în joc, vrând să îi demonstreze iubitei capacitatea și abilitatea lui, pentru ca fata să se simtă atrasă de „eroismul” său, dobândit prin violență și sânge „digital”. Ca multe alte tinere, și ea va posta fotografiile prin care să impresioneze, și nu doar pe prietenul ei tot mai absent față de ea și mai implicat în lumea virtuală, deși se află lângă ea, în „persoană”, ci și pe „alții”, dacă s-ar putea pe „toți”. Și unii dintre aceștia chiar „au ochi” pentru ea. Fata se simte ignorată și marginalizată în preocupările iubitului ei. Băiatul se simte trădat și înșelat. Însă aceasta este iubirea „mediată” de tehnologia digitală, fără a mai vorbi despre alte pericole și capcane, precum sextingul, pornografia, în variate forme, etc.

Chiar și în cadrul familiilor, care se întemeiază tot mai greu, mai rar și mai târziu, specialiștii vorbesc despre „singurătatea în doi”, o singurătate mai apăsătoare și mai dureroasă decât cea din pustiu sau reclusiune; sau despre „apocalipsa comunicării”, datorate faptului că soții petrec mai mult timp în lumea digitală, fiecare cu dispozitivul lui, în rețeaua, cu programele și aplicațiile favorite. Timpul de calitate petrecut de cei doi se restrânge tot mai mult, convorbirile empaticе, asertive, ca o împărtășire și primire de sentimente, cu ajutorul cuvintelor, devin tot mai rare. Trăiesc „împreună, dar alături” sau, după cum spunea o autoare, fiecare cu ochii în telefonul lui, adică „atât de aproape și totuși atât de departe unul de celălalt”². Sau și mai real: „Singuri, împreună”³, asemenea titlului inspirat al unei lucrări.

Într-o astfel de lume, părinții tot mai ocupați, evident, să lucreze, să se îndatoreze și apoi să plătească cu dobândă, pentru a le oferi copiilor ceea ce nu au avut ei, îi „pasează” „bonei digitale”. Nu realizează că adevărata rată pe care o plătesc, și cu o dobândă mult mai mare, pe întreaga viață, este nefericirea copiilor, datorată nu

²Dr. Mary Aiken, *The Cyber Effect. Psihologia comportamentului uman în mediul online*, traducere de Vasile Bontaș, Editura Niculescu, București, 2019, p. 17.

³Sherry Turkle, *Alone Together. Why we expect more from technology and less from each other*, Basic Books Printing House, 2017.

lipsei banilor, ci absenței lor, ca părinți, iar „în absența autorității parentale, Google devine răspunsul la întrebările vieții”⁴. Or, este știut faptul că „nici un program informatic din lumea aceasta nu se poate compara cu un părinte implicat și iubitor, care îți îndrumă pașii în viață”⁵.

Acesta este doar începutul sau debutul, pentru că „în viitor, tehnologia va pune stăpânire pe lumea noastră, va fi inseparabilă de viața noastră de zi cu zi și va fi înglobată în structuri și obiecte pe care nu le-am considerat niciodată înainte drept „tehnologie”. Viața oamenilor se va desfășura în interiorul unei rețele ticsite de persoane și de lucruri „inteligente”, interconectate, cu deosebiri abia perceptibile între om și mașină, *on-line* și *off-line*, virtual și material. (...) Cantitatea de tehnologie digitală din lume va înregistra o creștere colosală în următoarele decenii. Zeci de miliarde, poate chiar mii de miliarde de obiecte de uz curent, de la îmbrăcăminte la aparate electrocasnice, vor fi dotate cu putere de procesare, vor fi echipate cu senzori și vor fi conectate de internet. Aceste dispozitive „inteligente” vor fi capabile să ia propriile decizii, culegând, prelucrând și valorificând informațiile asimilate din lumea înconjurătoare. Pe măsură ce tehnologia și designul se vor îmbunătăți, s-ar putea să nu mai observăm că obiectele digitale sunt chiar „tehnologie”⁶.

„Familia digitală” – comunicare vs comuniune?

Referindu-se la problemele familiei contemporane, moraliștii observă o alterare a valorilor care i-au dat, altădată, stabilitate și trăinicie. Se vorbește, tot mai des, despre un „conflict între generații”, despre lipsa de comunicare sau „apocalipsa comunicării” și „singurătatea în doi” dintre soți, iar unele dintre rănilor tot mai grave și mai des întâlnite ale familiei actuale sunt: violența fizică și psihică, infidelitatea, avortul, divorțul etc.

⁴ Gary Chapman, Arlene Pellicane, *Creșterea copiilor în era tehnologiei. Copii sociabili într-o lume a ecranelor*, traducere de Raluca Mirăuță, Editura Casa Cărții, Oradea, 2018, p. 193.

⁵ *Ibidem*, p. 200.

⁶ Jamie Susskind, *Politica viitorului. Tehnologia digitală și societatea*, traducere din limba engleză de Adina Ihora, prefață de Claudiu Degeratu, Borint Books, București, 2019, p. 57.

Multe dintre aceste „răni” ale familiei contemporane se datorează pătrunderii „duhului lumesc” în căminul altădată creștin, iar tehnologia digitală, dacă nu avem un comportament înțelept față de ea, este un adevărat „călăreț al Apocalipsei”, ce anticipă dezastrul și sfârșitul. Ea a pătruns în viața noastră, în activitatea noastră profesională, în căminul nostru, în bucătărie, baie și dormitor, și nu doar la modul fizic, ci producând schimbări în relațiile cu ceilalți membri ai familiei noastre, ba chiar și în profunzimile minții și ale sufletului nostru.

De câteva decade, însă, și pe măsură ce mijloacele tehnice de relaționare și de comunicare au performat, asistăm, parcă, la diminuarea, poate chiar la pierderea fiorului prieteniei și al iubirii dintre două persoane îndrăgostite, a sfielii care exista, altădată, între soți, a cuminenței copiilor față de părinți și a emoției curate și înalte dintre oameni. Se vorbește, astăzi, tot mai des despre egoism și narcisism, despre indiferență față de suferința altora, despre diminuarea și lipsa empatiei, în relație cu cei încercați, a respectului și fidelității între soți, a prețuirii și ajutorării părinților abandonați și uitați. S-ar părea că sentimentele intense s-au ofilit, în mare măsură, locul lor fiind luat de cuvinte puține și scurte, ca în e-mail-uri sau SMS-uri, cu care ne-am obișnuit atât de repede.

Încă de la o vârstă fragedă, copiii par a se simți tot mai stincheri în compania altora, nu doar adulți, ci chiar și de o vârstă cu ei. Nu mai știu să inițieze și nici să întrețină o conversație, iar mai târziu, o prietenie și o căsnicie. Minteă lor procesează informațiile și sentimentele ca un computer, căutând, pe scurtătură, utilitatea, eficiența și finalitatea. Chiar și rețelele sociale digitale, care au fost create pentru a pune în legătură persoane diferite, din locuri îndepărtate, lasă, adeseori, loc depresiei și deprimării. Sintagme precum „stres digital”, „amnezie digitală”, „depresie de calculator”, „de internet”, „de Facebook” sau chiar cea de „demență digitală” fac tot mai des parte nu doar din lexicul de specialitate, ci din concretul vieții cotidiene, o viață petrecută tot mai mult în compania dispozitivelor digitale, adeseori mai mult decât în relație cu familia și cu cei apropiați. Altminteri, se insinuează și se instalează vicleana „nanofobie”, teama de a nu avea acces imediat la dispozitivele digitale, sau perfida „FOMO” – frica de a fi deconectat sau de a lipsi ori a nu fi prezent la momente importante, la care alții sunt de față.

Nu trebuie să ne mai mire faptul că pe un asemenea *background* se vorbește despre o tot mai largă izolare și înstrăinare între oameni și despre alienarea persoanei, despre trăirea, încă de aici și de acum, a iadului, sub forma sentimentului de gol ontologic, de vid existențial, de eșec sau fiasco al întregii existențe. Astăzi, vedem tot mai des această lipsă de adevărată comunicare și de reală și sinceră comuniune, încă din momentele în care copiii au cea mai mare nevoie de dragostea și de atenția noastră. La locurile de joacă, vedem „din ce în ce mai multe mame și mai mulți tați, preocupați mai degrabă de telefonul lor inteligent decât de copiii care se joacă la groapa cu nisip. După cum o arată și cercetările psihologului Melody Bacon, putem fi împreună, fără a vorbi între noi. Cel care discută adesea cu tinerii constată că multora le este din ce în ce mai greu să-l privească în ochi pe cel cu care vorbește. Preferă să privească ecranul tactil. Când se întâmplă din ce în ce mai frecvent ca abia să vorbim când suntem unul în prezența celuilalt și să nu facem altceva decât să trimitem sms-uri, pentru a evita discuțiile sau din teama de a nu dezvălui prea mult din starea sufletească a fiecăruia, atunci se poate pune sub semnul întrebării sensul faptului că suntem împreună”⁷.

Specialiștii în rezolvarea problemelor de cuplu au constatat, cu stupefacție, că, în general, într-o familie obișnuită, care este împreună întreaga zi, un tată petrece, în medie, 38 de ore pe săptămână în compania mijloacelor digitale: televizor, tabletă, laptop, smartphone etc., în timp ce cu soția sa discută doar 24 de minute pe săptămână. Iar, chiar și în aceste puține momente de interrelaționare, soții vorbesc cel mai adesea despre probleme administrative, referitoare la nevoile zilnice și la modul de satisfacere a lor, la cheltuieli, datorii, rate și dobânzi și doar arareori despre ei și despre copii, despre proiectele comune de altădată, ca și cum doar cele dintâi le-ar ocupa întreaga viață și le-ar absorbi total timpul.

O constatare și mai dramatică, pe care au făcut-o terapeuții de familie, este că, deși mama are o relație mai apropiată cu copiii cărora le-a dat viață, același tată discută cu copilul său doar 3,5 minute pe săptămână, și atunci când simte nevoia să pună în ordine

⁷ Catarina Katzer, *Cyberpsihologia. Viața în rețea: Cum ne schimbă Internetul?*, traducere din limba germană de Cora Radulian, Editura ALL, București, 2018, p. 273.

anumite aspecte ale comportamentului acestuia: rezultatele de la școală, relațiile cu prietenii, ascultarea de părinți etc., de parcă nu ar avea absolut nimic altceva de vorbit cu el, legat de atât de numeroasele întrebări existențiale și probleme sentimentale profunde și delicate. Mulți dintre acești copii, privați de dragostea părinților, se află în etape și momente din viața lor, când caută și au nevoie de răspunsuri edificatoare la frământările lor. Și, din cauza tăcerii și a ignorării din partea părinților, le vor afla de la alții, în alte părți, nu totdeauna cele mai curate moral și nici potrivite pentru dezvoltarea lor optimă: pe internet, site-uri de socializare, anturaj, gașcă.

„Singuri, împreună” sau „împreună, dar alături”

Adeseori, trăim împreună, dar alături. Ne aflăm, fizic, unul lângă altul, dar suntem departe emoțional sau, după titlul deja menționatei lucrări: *Alone Together* – „Singuri, împreună”⁸. Am devenit „atât de obișnuiți să comunicăm prin intermediul dispozitivelor, încât ne pierdem capacitatea de a ne conecta la nivel personal, profund, în timp real”⁹. Într-o astfel de familie, membrii ei au devenit parcă mai atașați de dispozitivele lor digitale, neînsuflețite, decât de persoanele alături de care trăiesc. De altfel, o cercetare științifică interesantă a demonstrat că 46% dintre persoane par a avea mai multă grijă de *gadget*-urile lor, decât de propria persoană. Acestea spun că ar prefera să fie rănite fizic, să le ia foc locuința, să le fie lovită și avariata mașina, să petreacă patru ore într-un blocaj rutier, ba chiar o noapte în închisoare sau chiar să își rupă piciorul, decât să pățească ceva telefoanele lor¹⁰.

În prezent, la nivel global, șase din zece familii se dezmembrează, cea mai mare parte a lor, în primii patru ani, astfel încât numărul soților care se despart prin divorț a devenit mai mare decât al celor pe care îi desparte moartea, deși cu toții au promis, la

⁸ Sherry Turkle, *Alone Together. Why we expect more from technology and less from each other*, Basic Books Printing House, 2017.

⁹ Amy Blankson, *Viitorul fericii. Cinci strategii moderne de echilibrare a productivității și a stării de bine în era digitală*, cuvânt înainte de Schawn Anchor, traducere din limba engleză de Vasile-Radu Filip, Editura Vellant, București, 2019, p. 67.

¹⁰ Adam Alter, *Irezistibil. Dependența de tehnologie și afacerile din spatele ei*, traducere din engleză de Emilia Vasiliu, Editura Publica, București, 2017, p. 40.

începutul căsătoriei, fidelitate și statornicie, „până când moartea îi va despărți”.

În variate forme, unele mai atrăgătoare decât altele, începând cu designul personalizat și până la programele și aplicațiile derulate, dispozitivele digitale ne ademenesc, iar atunci când ne-au cucerit, ne răpesc timpul care ar fi putut fi alocat altor activități, mult mai importante și prioritare, cu efecte asupra relațiilor dintre membrii familiei și persoanele apropiate.

Specialiștii au constatat că o creștere a consumului de media, de la trei la șase ore pe zi, a dus la o reducere semnificativă a timpului petrecut cu părinții, de la 29,5%, la 23%, iar cu prietenii, de la 28%, la 22,9%¹¹. De la această cercetare și până în prezent, timpul zilnic, petrecut de un adolescent în spațiul virtual a crescut de la șase, la nouă ore, ceea ce înseamnă că timpul petrecut cu părinții și prietenii, și așa redus, s-a înjumătățit. Un timp mai redus înseamnă, deseori, și un timp lipsit de calitate, o prezență formală și convențională, pe lângă sau pe deasupra problemelor reale, legate de relația cu partenerul, părinții și prietenii. Datele științifice existente arată că mediile digitale contribuie la înstrăinarea dintre părinți și copii, la alterarea calității relațiilor dintre ei. Astfel, când consumul digital al tinerilor creștea cu câte o oră pe zi, intensitatea și calitatea relației existente scădea, cu 13%, față de părinți, și cu 24%, în cazul prietenilor¹².

Făcând un instantaneu moral asupra societății contemporane, un autor contemporan descria astfel efectele tehnologiei asupra relațiilor dintre părinți și copii: „Prietenii stau «împreună, dar singuri», absorbiți de lumea virtuală din interiorul telefoanelor lor inteligente și dând prea puțină atenție celor din lumea reală. Părinții își duc copiii în parc ca să-și petreacă întregul timp citind alerte și notificări pe telefon, în loc să se implice în activități importante de joc cu copiii lor. Partenerii de viață, care cândva se uitau la televizor împreună și își împărtășeau ce mai aflau, acum folosesc al doilea ecran, în timp ce încearcă să-și împartă atenția între tabletă, telefon sau laptop, programul de la televizor și partener”¹³.

¹¹ Manfred Spitzer, *Demența digitală. Cum ne tulbură mintea noile tehnologii*, traducere din germană de Dana Verescu, Editura Humanitas, București, 2020, p. 170.

¹² *Ibidem*, p. 170.

¹³ Adam Gazzaley, Larry D. Rosen, *Mintea distrată. Creiere vechi într-o lume puternic tehnologizată*, traducere din engleză de Ruxandra Vișan, Editura Trei, București, 2019, p. 205.

Într-o cercetare, făcută în anul 2016, cu 1.200 de adolescenți și părinții lor, 50% dintre tineri au recunoscut că se simt dependenți de dispozitivele mobile. Însă și părinții erau dependenți de acestea, în proporție de 27%. În ce privește relația dintre ei, în timp ce 77% dintre părinți considerau că adolescenții lor sunt distrași de dispozitive și nu le acordă atenție atunci când sunt împreună, 41% dintre copii spuneau același lucru despre părinții lor¹⁴.

Între dorul de persoane și teama lipsei dispozitivelor digitale (nanofobie)

Am făcut, deja, referire la studiul care constata că 46% dintre oameni spun că nu ar suporta să trăiască fără telefoanele lor (unii ar prefera să fie ei înșiși răniți fizic decât să le pățească ceva telefoanele)¹⁵. După 10 minute de privare de telefon, făceau simptome de „nanofobie”, datorată lipsei tehnologiei, precum iritabilitate, anxietate, iar dacă aceasta continua, stare psihică abătută și depresie, în diferite grade.

Un studiu efectuat asupra copiilor de 4-6 ani a demonstrat un adevăr și mai dureros, acela că 54% dintre ei au preferat să privească la televizor, decât să stea în compania părinților¹⁶. Multe persoane se atașează emoțional de dispozitivele lor, în mod deosebit de smartphone, care le ține loc de prieten, sfetnic, ba chiar soț sau soție și părinte. Și, astfel, ajung să simtă, în absența acestuia, o stare de dor, mai mare decât au resimțit față de persoane, chiar apropiate. „În multe cămine”, arăta un autor, „copiilor le este mai dor de computere sau de alte dispozitive electronice decât de tatăl sau de mama lor. Iar aceasta se întâmplă pentru că ei își petrec mare parte din timp jucând jocuri video, uitându-se la televizor sau trimițând mesaje prietenilor. Copiii sunt influențați în tot mai mare măsură de forțe din afara familiei, însă au nevoie de energia și tonusul date de timpul petrecut alături de părinții lor.”¹⁷

Un moralist sesiza faptul că, „în absența autorității parentale, Google devine răspunsul la întrebările vieții”¹⁸. Iar un alt autor

¹⁴ A. Blankson, *op. cit.*, p. 42.

¹⁵ A. Alter, *op. cit.*, p. 40.

¹⁶ Adina-Brîndușa Baciu, *Adicția digitală – boală a societății postmoderne*, Editura Pro Universitaria, București, 2019, p. 82.

¹⁷ G. Chapman, A. Pellicane, *op. cit.*, p. 161.

¹⁸ *Ibidem*, p. 193.

afirma că lumea noilor tehnologii „a fracturat comunicarea cu generația precedentă, cea a părinților și educatorilor”¹⁹. Cât despre cei mai în vârstă, bunicii, dacă mai trăiesc, sunt „apelați” sau „accesați” la anumite momente semnificative din istoria familiei tradiționale, dar și atunci, nepoții lor, „nativi digitali”, se amuză copios de stângăcia lor în folosirea *gadget*-urilor.

Precum arată, însă, toate studiile asupra acestui subiect, atât pentru dezvoltarea armonioasă a copiilor, cât și pentru mulțumirea sufletească a părinților, care se sacrifică pentru ei, nevoia cea mai importantă, atât a unora, cât și a celorlalți, nu este aceea de a fi în trend cu noile apariții, upgrate, ale dispozitivelor *high-tech* și a relaționa prin intermediul lor, ci nevoia de iubire necondiționată, din partea părinților, și de discernământ și maturizare, din partea copiilor. Adică, în loc de a fi conectați prin intermediul dispozitivelor, ei trebuie să fie conectați real, pe calea sentimentelor și a energiilor, pe care acestea le emană și care îi leagă. La fel de interesant, precum arăta un studiu pe această temă, „copiii chiar au nevoie să-și stingă în mod regulat dispozitivele, astfel încât să înțeleagă granițele clare dintre lumea virtuală și cea reală. Deoarece cortexul prefrontal, regiunea creierului care controlează impulsurile, nu își încheie dezvoltarea până pe la 25 de ani, părinții nu ar trebui să fie surprinși dacă copiilor mai mici care au telefoane inteligente le lipsește controlul impulsurilor și constată că devin dependenți mai repede”²⁰. Este ceea ce specialiștii numesc „deconectare strategică”²¹ de la dispozitive și comunicarea reală, empatică și asertivă, în sintonie, armonizare și comuniune sufletească.

Ca unul care „posedă capacitatea remarcabilă de a crea rețele sociale vaste și superficiale, însă este cu totul nepotrivit pentru a genera legături interumane valoroase și apropiate”²², spațiul digital este „cu totul nepotrivit pentru a genera legături interumane valoroase și apropiate”²³, acestea fiind marcate de superficialitate, lipsă de implicare și grabă.

¹⁹ Iacopo Casadei, Andrea Bilotto, *A fi părinte în vremurile Facebook și WhatsApp*, traducere de Marius Constantin, Editura Lizuka Educativ, f.l., 2016, p. 9.

²⁰ A. Blankson, *op. cit.*, p. 190.

²¹ *Ibidem*, p. 190.

²² G. Chapman, A. Pellicane, *op. cit.*, p. 46.

²³ *Ibidem*, p. 46.

Distanțarea fizică sau absența reală, excluderea părinților din preocupările copiilor, indiferent cărei părți dintre acestea se datorează, conduce și la distanțarea emoțională. În aceeași casă, numită ideal „cămin”, acum trăiesc generații diferite, fiecare având în posesie și uz dispozitive de generație mai veche, părinții, și mai nouă sau ultimă, copiii. Și, din acest punct de vedere, specialiștii au constatat un paradox, acela că familiile de situație materială modestă fac eforturi deosebite pentru a le oferi copiilor tehnologie cât mai performantă, în timp ce producătorii de IT restrâng, până la interzicere, accesul lor la aceasta.

Situații în care pe bancheta din spate a mașinii stau doi frați care „butonează”, fiecare, *smartphone*-ul personal, nevăzând și neauzind ce se întâmplă lângă ei, sunt deja curente. Ca, de altfel, și grupurile de prieteni care se întâlnesc, uneori chiar în număr mare, pentru a comunica și care, după câteva fraze sau minute de dialog, se apleacă fiecare asupra telefonului inteligent. Ați avut ocazia să vedeți un băiat și o fată, „îndrăgostiți”, dar care, stând pe o bancă retrasă, nu își fac declarații de dragoste, nu se îmbrățișează, nu se sărută, ci fiecare este cufundat deplin în jocul digital favorit sau acaparat de rețeaua de socializare? Dar, într-un restaurant, doi soți care, dacă nu au comandat meniul online, măcar până îl primesc, se scufundă în SMS-uri sau soluționarea unor probleme „urgente”, cu ajutorul *smartphone*-ului? Ciudat: să ieși cu persoana iubită sau cu prietenii și să comunici cu străinii! Să te afli cu soția, dar să răspunzi la întrebările colegilor! S-ar părea că, într-adevăr, pentru oamenii de azi, centrul lumii sunt Pixelii, nu oamenii²⁴.

Constatând că „generația viitoare se află în pericolul de a pierde arta conversației personale”²⁵, un analist al acestor realități digitale și morale observa: „ironic este că acel dispozitiv electronic, ce ne conectează cu oameni din celălalt capăt al lumii, poate, la fel de bine, să ne despartă de oamenii de lângă noi. Poți conversa față în față cu bunica ce locuiește în alt oraș sau chiar în altă țară; computerele ne facilitează o asemenea conexiune puternică și minunată. Însă de cele mai multe ori, copiii nu își folosesc dispozitivele pentru a conversa pe Skype cu bunica, ci se uită la desenul favorit, joacă un joc nou sau navighează pe site-ul preferat. În căminul modern,

²⁴ *Ibidem*, p. 12.

²⁵ *Ibidem*, p. 41.

timpul petrecut în fața ecranelor ia rapid locul timpului petrecut cu cei din familie”²⁶. Sau, cum remarcă o altă autoare, „cele mai fericite locuri nu sunt cele conectate cu fire fizice, ci cu circuite personale și emoționale profunde”²⁷.

Redescoperirea „artei conversației” și a apropierii, în familie

Cercetări aprofundate arată că îndepărtarea de tehnologie, chiar și pentru un timp limitat, crește cu 88% concentrarea la învățare, cu 57% colaborarea eficientă și cu 42% calitatea socializării interumane²⁸. Straniu, simpla prezență a unui smartphone, chiar și închis, în proximitatea noastră, așa cum arată studiile, afectează semnificativ calitatea dialogurilor noastre și profunzimea sentimentelor pe care le exprimăm în cadrul acesteia²⁹.

Cel mai important lucru, care contribuie la dezvoltarea sănătoasă și armonioasă a copiilor, fizic și emoțional, „este o relație pozitivă între părinte și copil, caracterizată de interacțiuni blânde și iubitoare, în cadrul cărora părinții și cei care au grijă de copil reacționează sensibil la semnalele celui mic și îi pun la dispoziție activități potrivite vârstei care să cultive curiozitatea și învățarea”³⁰.

A sta, ore în șir, în fața unui ecran, fără a interacționa cu alți copii și nici chiar cu membrii familiei, cu care locuim sub același acoperiș, este o dependență nocivă, cu efecte pentru întreaga viață, nu doar pentru copilărie. Dimpotrivă, copiii care petrec timpul în compania părinților și a altor copii „învață să interpreteze semnalele emoționale și prin *feedback* repetat: ai putea să crezi că motivul pentru care colegul tău de joacă ține în mână o jucărie este pentru că vrea să vă jucați împreună, dar dacă te uiți la chipul lui vei înțelege că este pe punctul de a o folosi ca armă. Interpretarea emoțiilor este o aptitudine delicată, care se atrofiază, dacă nu este exersată și se rafinează odată cu exercițiul”³¹.

²⁶ *Ibidem*, p. 46.

²⁷ A. Blankson, *op. cit.*, p. 161.

²⁸ *Ibidem*, p. 168.

²⁹ A. Alter, *op. cit.*, p. 28.

³⁰ *Ibidem*, p. 264.

³¹ *Ibidem*, p. 257.

Copiii dobândesc abilități sociale mult mai bogate „atunci când petrec mai mult timp cu alți copii într-un mediu natural, decât atunci când își petrec o treime din vieți lipiți de ecrane luminate”³².

Însă rolul părinților este capital. Părinții sunt cei dintâi care trebuie să vegheze asupra lor. Mai întâi, sunt datori să le ofere un exemplu demn de urmat. Copiii, de la cele mai fragede vârste, imită ceea ce văd în jurul lor și, în primul rând, la părinții și membrii familiei lor, la educatori și persoanele cu care intră în contact. Dacă tatăl are obiceiul ca, atunci când se întoarce acasă, să se cufunde în fotoliu, în fața televizorului, iar mama să se așeze în fața laptopului sau să ia telefonul în mână și să tasteze, nu trebuie să ne mirăm că și copilul va proceda la fel. Mai întâi, prefăcându-se și el că tastează, iar când crește, punând și condiții ca părinții să-i cumpere și lui tabletă și telefon și făcând crize, apoi, când este întrerupt din „navigație”. Astfel, „pentru a fi un model sănătos pentru copii, părinții ar trebui să vorbească mai puțin la telefonul mobil și să utilizeze cât mai puțin tehnologia digitală în prezența acestora, să fie permanent conectați la viața reală, să participe la plimbări și jocuri în natură, să iubească și să protejeze natura, să citească ziare, reviste, cărți, să meargă la concerte, la expoziții, să practice un sport. Copiii trebuie învățați să scrie cât mai mult de mână, să deseneze, să memoreze poezii pentru a-și dezvolta atenția, creativitatea, memoria, concentrarea, pe de o parte, iar pe de altă parte, să aibă timpul ocupat cu activități benefice dezvoltării lor armonioase, nu cu un terminal, oricare ar fi el”³³.

Lipsa comunicării dintre soți și a părinților cu copiii este, în multe cazuri, cea care îi aruncă pe aceștia din urmă în capcanele și hățișul tehnologiei, în păienjenișul rețelelor sociale, în care ei caută acceptare și înțelegere. În astfel de situații, ei „cred că lumea reală nu este la fel de bună ca cea virtuală. (...) Ca părinți, nu reușim să ni-i facem prieteni pe copiii noștri. Le cerem doar să învețe temeinic. Stresul pe care îl resimt, grijiile, durerea – nu putem să vedem nimic din toate acestea. Ne pasă doar de studiile lor. Așadar, unde își caută prieteni? Pe internet. Lumea virtuală este plină de tot felul de extravagante vizuale și sonore. Simulări care nu pot fi găsite nicăieri în altă parte”³⁴.

³² *Ibidem*, p. 258.

³³ A.-B. Baciu, *op. cit.*, p. 203.

³⁴ A. Alter, *op. cit.*, p. 271.

Atunci când este vorba despre adolescenți, s-ar părea că, la ei, comunicarea directă, pare a fi o provocare. „Tehnologia digitală se dezvoltă foarte repede și oferă permanent noi posibilități de comunicare rapidă, dar, în paralel, și noi metode de a te menține conectat tot mai mult timp.

Rețelele de socializare, «adevărații prieteni» ai copiilor și adolescenților, reușesc practic să le fure copilăria și tinerețea. Timp prețios din viața lor, relațiile cu oamenii reali, formarea și educarea pe principii sănătoase sunt înlocuite cu o raportare falsă la viață, creată și întreținută de lumea virtuală.”³⁵

Analiștii efectelor tehnologiei digitale asupra relațiilor dintre membrii familiei, dintre soți, dintre părinți și copiii recomandă insistent identificarea și cultivarea unor activități comune, stabilirea unor programe comune familiei, în care împărtășirea gândurilor, proiectelor, bucuriilor, temerilor să fie preocuparea centrală.

Unii autori recomandă ca masa, care altădată era un moment sacru, să fie luată împreună, pe cât posibil, totdeauna, de către întreaga familie, în absența tehnologiei, ca un prilej de comuniune între ei și de mulțumire față de Dumnezeu, Dăruitorul tuturor. La mesele în familie, care ar trebui luate împreună, de toți membrii ei, măcar de trei ori pe săptămână, „ne punem la curent cu activitățile și sentimentele de zi cu zi ale celorlalți, iar astfel împărtășim cunoștințe importante despre ce înseamnă să fim oameni – genul de informații pe care nu le putem găsi pe Google. La mesele în familie, transmitem valori și atitudini de la o generație la alta.

Mesele în familie le oferă copiilor șansa rară de a-și exercita răbdarea, respectul și aptitudinile de ascultare în conversațiile cu ceilalți. Aceste obiceiuri vor dăinui, deoarece se fundamentează consecvent, în timp. Copiii își consolidează atenția voluntară. Discutând cu adulții, își cultivă gândirea critică, capacitatea de reflecție și abilitatea de a-și formula ideile proprii într-o atmosferă de siguranță emoțională.”³⁶

³⁵ A.-B. Baciu, *op. cit.*, p. 178.

³⁶ Lucy Jo Palladino, *Copiii în epoca dependenței de tehnologie. Noile dispozitive digitale și riscurile utilizării lor excesive*, traducere de Miruna Andriescu, Editura Polirom, Iași, 2015, pp. 184-185.

Referitor la atmosfera care trebuie cultivată la mesele în comun, același autor recomandă: „Nu irosiți acest timp prețios, uitându-vă la televizor, trimițând mesaje sau apelând la alte mijloace electronice care distrag atenția.

Evitați atitudinea critică și disputele, nu vă puneți copilul la punct.

Nu vă exteriorizați tensiunile care vă copleșesc.

Priviți-vă interlocutorii în ochi, ascultați-i cu interes și cu atenție susținută.

Adresați întrebări neamenințătoare, care să stimuleze o conversație veselă.

Creați o atmosferă caldă, relaxantă.

Faceți multe comentarii pozitive, chiar și afirmații simple – de pildă, la cât de bine vă simțiți când sunteți cu toții împreună la masă. Lăsați-i pe copii să decidă în cât mai multe privințe – de exemplu, să hotărască ora. Meniul și muzica de fundal adecvată. Puneți pe masă o lumânare aprinsă, pentru a semnala că e timpul să lăsați deoparte *smartphone*-urile și să luați masa împreună.”³⁷

Nu doar relațiile cu părinții, bunicii sau membrii familiei au avut de suferit, de pe urma excesului de tehnologie digitală, ci, precum am văzut, și prietenii și relațiile de iubire.

Relațiile inițiate pe internet, căsătoriile cu persoane cunoscute *online* sunt tot mai frecvente. Din 600 de persoane menționate într-o cercetare, 50% s-au cunoscut pe internet și au avut și curiozitatea de a-și muta relația din lumea virtuală în cea reală. Dintre aceștia, 22% s-au logodit, s-au căsătorit sau trăiesc în parteneriat cu o persoană cunoscută pe internet. Și, ca un aspect pozitiv, legat de tehnologia digitală, după doi ani de la debutul lor, aceste relații, inițiate pe internet, erau la fel de stabile în timp, ca și relațiile tradiționale, încheiate prin cunoaștere directă³⁸. Și mai interesant este faptul că într-o analiză cu 19.000 de persoane căsătorite, cei care s-au întâlnit pe internet și-au descris căsnicia ca fiind mai stabilă și mai fericită decât cea a cuplurilor care s-au cunoscut în lumea reală.

Într-un sondaj cu peste nouăsprezece mii de persoane care s-au căsătorit între 2005 și 2012, cei care s-au întâlnit pe internet și-au

³⁷ *Ibidem*, p. 185.

³⁸ A. Blankson, *op. cit.*, p. 66.

descrie relația ca fiind mai fericită și mai stabilă decât cuplurile care și-au început povestea de dragoste în mediul real³⁹.

A apărut chiar o nouă modă: *divorțul online*. O cercetare făcută în SUA arată că 39% dintre parteneri, atunci când ajung la divorț, preferă să încheie relațiile pe cale electronică, prin SMS, email sau un mesaj WhatsApp, evitând calea neplăcută și dureroasă a argumentelor și deciziilor unilaterale, a căutării unor moduri de reparare și de recuperare a relației și de conviețuire. Cei care, inițial, au crezut că nu vor putea trăi nici măcar o clipă în absența celuilalt nu își mai acordă nu doar o nouă șansă, ci nici măcar câteva minute, pentru a discuta și argumenta, explica, scuza și ierta, ei își comunică în cuvinte scurte, pentru că nu au dreptul la mai multe „caractere”, hotărârea. De rest, se ocupă instanța.

Nemaivăzându-l pe celălalt plângând în fața noastră, poate chiar implorându-ne să îi mai dăm o șansă de a rămâne împreună, spre binele unor copii mici și nevinovați, ne căutăm plăcerea mai departe, singuri și într-o altă companie. Ne amăgim că pierderea nu este grea, când, în fond, cu fiecare nouă relație, nici nu intuim că riscul despărțirii, care ne pândește, crește exponențial.

Iar în toată această poveste, cu sfârșit emoțional tragic, tehnologia ne este complice. Încercăm să ne redefinim pe noi și să ne reconstruim fericirea în altă parte, cu altcineva și altfel. Plecăm în necunoscut, fără a fi învățat din lecția relației disfuncționale, anterioare. Credem că povestea nu se va mai repeta, că nu vom mai cădea în greșelile trecutului, de a iubi și a fi iubiți. Acum vom calcula și vom judeca, vom aprecia și vom hotărî, dacă ne vom mai implica, investind timp și afecțiune. Nu ne dăm seama că noi înșine ne condamnăm să rețrăim scenariul, cu mai mult dramatism și cu o suferință mereu amplificată de sentimentul repetat al eșecului. Iar în această aventură, fără o destinație clară, implicăm și niște copii, lipsiți de orice fel de vină și cu toate acestea, condamnați chiar de părinții lor, cei care ar fi trebuit să le fie iubitori și ocrotitori. Și, inclusiv de această dată și în această formulă, a divorțului *online*, ne ascundem lacrimile, sub masca anonimatului, trădând nepuțința și slăbiciunea noastră.

Calea de a înlătura toate aceste disfuncționalități din viața de familie este identificarea și cultivarea unei adevărate „culturi a

³⁹ Dr. M. Aiken, *op. cit.*, p. 229.

„mariajului”, care să aibă în centrul său principii înalte și responsabile de implicare într-o relație, care să conducă spre prietenie și căsnicie, iar în cadrul familiei – cultivarea valorilor morale înalte, referitoare la rolul și rostul soților, unul în viața celuilalt, și a părinților, în viața copiilor. Astfel, familia va fi restabilită și întărită, devenind un colțișor de rai, prezent în lumea și în viața aceasta, o „mică biserică” sau „biserica de acasă” și rai potențial.