



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna

STUDI E DOCUMENTI

Marzo 2017

n.16

'Essere connessi' in adolescenza tra nuove possibilità e rischi: il ruolo degli adulti

di

Annalisa Guarini

Professoressa associata in Psicologia
dello Sviluppo e dell'Educazione
annalisa.guarini@unibo.it

Antonella Brighi

Ricercatrice confermata in Psicologia
dello Sviluppo e dell'Educazione
antonella.brighi@unibo.it

Alessandra Sansavini

Professoressa ordinaria in Psicologia
dello Sviluppo e dell'Educazione
alessandra.sansavini@unibo.it

Parole chiave:

social networks, cyberbullismo, adolescenza, adulti

Keywords:

social networks, cyberbullying, adolescence, adults

Il rapido crescere delle tecnologie e la loro diffusione capillare ha rappresentato una nuova sfida per chi si occupa di adolescenti nel ruolo di educatore, insegnante, genitore e professionista. È necessario riflettere su come l'utilizzo delle tecnologie abbia modificato il processo di socializzazione tra gli adolescenti, aprendo nuove possibilità di relazione, accanto ad alcuni rischi.

La prima questione è: perché gli adolescenti hanno così bisogno di *essere connessi*? L'essere connessi, ovvero sviluppare e mantenere relazioni positive tra pari, rappresenta un aspetto cruciale per gli adolescenti nel formare la propria identità, contribuendo al loro benessere psicologico. Nel lento e faticoso percorso di costruzione della propria identità, gli adolescenti hanno bisogno di svincolarsi dall'influenza dei genitori e le relazioni con gli amici diventano un 'utero sociale' in cui essere accolti e rassicurati (Caprara e Fonzi, 2000). Ai nostri giorni questo bisogno di essere connessi e in relazione con i pari si declina anche attraverso l'uso delle tecnologie, essere connessi diventa quindi parteci-

pare a *social network* e a gruppi *WhatsApp*.

L'utilizzo della rete apre quindi nuove possibilità: l'essere parte di gruppi *on line* permette agli adolescenti di sentirsi ascoltati e apprezzati, riducendo il senso di solitudine e isolamento. L'uso dei *social network* può rafforzare le relazioni già esistenti e costruire nuove reti sociali soprattutto per adolescenti che hanno maggiori difficoltà nelle relazioni faccia a faccia per timidezza e per ansia nella gestione delle relazioni sociali (Brighi *et al.*, 2015). Tuttavia, accanto a queste potenzialità l'utilizzo della rete può comportare alcuni rischi.

Nei casi di *cyberbullismo* qualcuno della rete di *connessione* può prendere in giro, escludere o diffamare la reputazione inviando foto e video compromettenti (per approfondimenti si veda Genta, Brighi, Guarini, 2009; 2013). Il dolore della vittima per queste aggressioni si amplifica, perché il gruppo dei pari non funziona più come un 'utero sociale' che doveva accogliere o come quella 'zattera' ancorata al presente, che permette di esplorare la propria identità (Caprara e Fonzi, 2000). Il senso di solitudine diventa esponenziale perché non solo qualcuno ha agito l'aggressione, ma altri hanno condiviso l'immagine compromettente o hanno indicato "mi piace", rinforzando l'attacco e l'offesa con un grave danno per la reputazione dell'adolescente che sta cercando la propria identità.

Una seconda considerazione riguarda un altro tema centrale nel mondo delle relazioni degli adolescenti. Le relazioni, sia quelle reali che quelle virtuali, sono il luogo dove gli adolescenti raccontano e svelano qualcosa di sé (*self-disclosure*; Cotterell, 2007). Raccontare qualcosa di sé è una dimensione positiva e necessaria per sviluppare relazioni più intime e più vere e per mantenere queste relazioni nel tempo. L'utilizzo della rete può in alcuni casi essere positivo, come nel caso di ragazzi che attraverso *blog* o brevi video su *YouTube* esprimono i loro desideri e i loro talenti. Tuttavia, se in passato l'adolescente sperimentava gruppi allargati (ad esempio tifoserie, movimenti giovanili), gruppi più piccoli (amici più stretti con rapporti più intimi) e rapporti diadici (Berti e Bombi, 2013) in cui poter esercitare a livelli diversi la possibilità di aprirsi e di confidarsi, oggi con le tecnologie questi diversi gruppi si sovrappongono e si contaminano e agli adolescenti vengono richieste competenze sociali nuove, che prima non erano necessarie con piccoli gruppi di amici (Cotterell, 2007). Raccontare qualcosa di sé agli altri attraverso la rete può diventare molto pericoloso, ad esempio quando gli adolescenti utilizzano le loro bacheche e i loro profili come diari segreti. I segreti intimi, i pensieri ancora non elaborati e le difficoltà possono diventare *pubblici* per reti amplissime di persone, rendendo vulnerabile l'adolescente. Questo meccanismo viene definito *disinibizione on line* (Suler, 2004). Al chiuso della propria stanza gli adolescenti non sono consapevoli di chi leggerà il proprio *post*, non vedono volti e persone, ma solo uno *smartphone* o un *computer* con la percezione di parlare con se stessi.

La terza riflessione è che l'utilizzo delle tecnologie ha modificato le dimensioni di spazio e di tempo nel processo di socializzazione tra adolescenti, permettendo di essere connessi anche con persone lontane in qualsiasi momento. In relazione allo spazio, la linea immaginaria che come adulti tracciamo tra mondo reale e virtuale e mondo *on line* e *off line* in realtà non esiste e i due mondi coesistono, si sovrappongono e si mescolano continuamente (Wellman, 2004). Gli amici possono essere incontrati a scuola, nello *sport pomeridiano*, ma sono gli stessi con cui gli adolescenti si tengono in contatto attraverso i *social network* o i gruppi di *WhatsApp*. A questi amici possono sommarsi amici conosciuti solo in rete, che tuttavia si possono incontrare e conoscere anche nella vita reale. Una simile riflessione emerge anche rispetto alla variabile tempo.

La socializzazione non avviene più in tempi stabiliti, ma può avvenire durante l'intero arco della giornata, tutti i giorni della settimana. Questo cambiamento dei tempi e degli spazi ha in sé elementi di positività, ma anche alcuni rischi. L'aspetto positivo è sicuramente la fluidità delle interazioni, la possibilità di ampliare la rete di contatti e il poter mantenere relazioni con persone che sono lontane da noi (Genta, Brighi e Guarini, 2009). Al contrario, i rischi per gli adolescenti si manifestano quando non c'è equilibrio tra mondo *on line* e *off line*. Un primo rischio è quello di distaccarsi dalla realtà, scegliendo di vivere solo nel mondo virtuale, a discapito delle relazioni nel mondo reale.

Alcuni studi hanno infatti mostrato che un uso eccessivo di *Internet* è associato a relazioni più deboli con i pari e con la famiglia (Genta, Brighi e Guarini, 2013). Un secondo rischio è quello di creare *identità multiple* in funzione dei diversi contesti virtuali vissuti, rendendo difficile il compito di costruzione del sé dell'età adolescenziale. Infine, nei casi di adolescenti a rischio di devianza è possibile sviluppare una dipendenza dalla rete. In letteratura si parla di *Internet addiction*, *problematic Internet use* e in questi casi l'utilizzo di *Internet* porta una modifica del tono dell'umore con sintomi di assuefazione e astinenza, come in caso di abuso di sostanze (Genta, Brighi e Guarini, 2009; Brighi et al., 2015).

Una quarta riflessione ci porta a riflettere sul ruolo delle tecnologie e delle informazioni veicolate dai *social network* nel formare la mente degli adolescenti; sappiamo infatti che in adolescenza la struttura e il funzionamento del cervello vanno incontro a numerosi cambiamenti (Berti e Bombi, 2013). L'utilizzo delle tecnologie e della rete ha dei vantaggi importanti per gli adolescenti perché permette loro di cercare informazioni sugli ultimi avvenimenti, svolgere ricerche per la scuola, cercare notizie che riguardano la salute (Guarini et al., 2013). Accanto a questi vantaggi, emergono tuttavia alcuni rischi. Il primo rischio è quello della non veridicità delle informazioni. Soprattutto in riferimento alla salute, alcune informazioni legate al controllo del peso o legate alla sessualità possono essere sbagliate, inducendo l'adolescente a comportamenti pericolosi (Guarini et al., 2013). Il secondo rischio è

quello dell'omologazione. Già nel 2001 Maffei aveva messo in luce i rischi dell'uso prolungato della televisione: lo stesso messaggio/stimolo inviato a tantissime persone sempre nello stesso modo può portare ad un'omologazione del pensiero e di quello che Maffei definisce 'cervello collettivo'. Questo rischio può essere esteso all'uso della rete e dei *social network*. Il pensiero morale dell'adolescente può formarsi a partire da informazioni diffuse attraverso *social network*, ma anche attraverso video divulgati in rete, creando false credenze, diminuendo la capacità di discernimento e modificando le norme sociali.

L'insieme di queste riflessioni indica la necessità che gli adulti si riappropriino della loro funzione educativa nell'accompagnare gli adolescenti nella vita *on line*, promuovendo al massimo le potenzialità della rete e riducendone i rischi. L'utilizzo della rete e dei *social network* è parte dell'esperienza di socializzazione dell'adolescente che gli adulti hanno il compito di conoscere e comprendere.

In questa direzione, in riferimento alla prima riflessione del presente contributo sull'importanza di *'essere connessi'*, gli adulti hanno il dovere di riconoscere questo bisogno come fondamentale per l'adolescente, favorendo relazioni positive tra pari e lavorando sul ruolo di responsabilità non solo di chi mette in atto comportamenti di aggressione ed esclusione, ma anche di chi diffonde le offese, le commenta o semplicemente le rinforza indicando *"mi piace"*. A questo scopo il Servizio SERES del Dipartimento di Psicologia dell'Università di Bologna si occupa da anni della sensibilizzazione e della formazione di insegnanti e genitori nel cogliere i *campanelli di allarme* e nel proporre percorsi di intervento in classe per migliorare le relazioni e per favorire il dialogo tra scuola e famiglia.

In riferimento alla seconda riflessione relativa alla *self-disclosure*, il ruolo degli adulti è quello di aiutare gli adolescenti a comprendere il difficile limite tra privato e pubblico, evitando comportamenti di apertura e di confidenze verso un pubblico mondiale. È importante aiutare l'adolescente a scoprire l'importanza di saper distinguere gli amici che possono essere *'contenitori sicuri'* delle proprie confidenze, dal gruppo allargato di amicizie e conoscenze.

Rispetto alla terza riflessione relativa alla dilatazione dello spazio e del tempo, gli adulti hanno il ruolo di aiutare l'adolescente a mantenere un equilibrio tra vita *on line* e *off line*. Appare necessario che gli adulti considerino la vita *on line* come centrale nel processo di crescita e di socializzazione dell'adolescente, ma avendo sempre l'attenzione di proporre esperienze significative e stimolanti nella vita reale. È quindi fondamentale che gli adulti *co-costruiscano* con gli adolescenti regole nell'utilizzo delle tecnologie, sia come luoghi dove utilizzarle che come tempi nell'arco della giornata, rispettando il bisogno di socializzazione degli adolescenti. È importante, inoltre, che gli adulti coltivino un dialogo anche per le esperienze *on line* che gli adolescenti vivono, chiedendo loro cosa fanno *on line*, chi incontrano e se vivono esperienze piacevoli. Questa apertura al dialogo è necessaria perché gli

adolescenti possano percepire gli adulti come un punto di riferimento con cui confrontarsi in caso di dubbi e di difficoltà nelle esperienze in rete (Genta, Brighi e Guarini, 2013).

Infine, in riferimento alle informazioni presenti in rete, gli adulti hanno il compito di aiutare gli adolescenti ad imparare a riconoscere le informazioni attendibili, a confrontare diverse fonti e a non divulgare notizie non veritiere.

In conclusione, possiamo sintetizzare il ruolo degli adulti nei confronti degli adolescenti con le parole di Maffei (2001), che indica come obiettivo per ognuno di noi lo sviluppo "di un cervello originale e armonico nelle sue funzioni".

Riferimenti bibliografici

A.E. Berti, A.S. Bombi, *Corso di psicologia dello sviluppo*. Terza edizione, Il Mulino, Bologna, 2013.

A. Brighi, S.M.E. Nicoletti, A. Guarini, *Psychological wellbeing and the use of the Internet in adolescence*. In R.H. Shute e P.T. Slee, *Mental Health and Wellbeing through Schools: The Way Forward*, Routledge, London, 2016.

G.V. Caprara, A. Fonzi, *L'età sospesa. Itinerari del viaggio adolescenziale*. Firenze, Giunti, 2000.

J. Cotterell, *Social Networks in Youth & Adolescence*, Routledge, London, 2007.

M.L. Genta, A. Brighi, A. Guarini, *Bullismo elettronico. Fattori di rischio connessi alle nuove tecnologie*, Carocci, Roma, 2009.

M.L. Genta, A. Brighi, A. Guarini, *Cyberbullismo. Ricerche e strategie di intervento*, Franco Angeli, Milano, 2013.

A. Guarini, A. Brighi, M.L. Genta, *Stili di vita on line e off line degli adolescenti in Emilia-Romagna. I quaderni del Corecom, 2*, 2013.

L. Maffei, *Plasticità cerebrale: implicazioni per la psicologia. Psicologia Clinica dello Sviluppo*, 2001.

J. Suler, *The on line disinhibition effect. CyberPsychology and Behavior*, 2004.

B. Wellman, *Connecting Community: On-and Off-Line. Contexts*, 2004.