

SOCIAL MEDIA...*quel sottile confine tra pubblico e privato...*

Maria Vittoria Biondi

Psicologa

I social media, è indubbio, sono ormai entrati a far parte delle nostre vite in maniera importante, con una sistematicità quasi scontata e ampiamente utilizzata da diverse fasce di utenza ogni giorno, modificando le nostre modalità di comunicazione.

Va tenuto conto che, specie nel periodo pandemico legato all'epidemia di Covid 19, i social hanno assunto una grande centralità quali strumenti in grado di garantire collegamenti, informazioni sanitarie, relazioni, attività di scambio e di lavoro. Insieme all'indiscussa opportunità offerta da tali mezzi, non vanno sottovalutati i rischi che a volte si celano nella loro fruizione, legati ad uso improprio, eccessivo o poco informato.

Con l'espressione "*social media*" si fa riferimento a tutti quei mezzi di comunicazione che rendono possibile la creazione, condivisione e scambio di contenuti generati dagli utenti attraverso l'uso di piattaforme web-based.

Nell'ultimo decennio, le piattaforme dei social media si sono inserite sempre più significativamente nelle dinamiche della vita quotidiana, influenzando le interazioni tra persone, strutture istituzionali e pratiche professionali. Lungi dall'essere piattaforme neutre, i social media hanno cambiato le condizioni e le regole dell'interazione sociale e della comunicazione. Non si tratta solo di piattaforme attraverso cui condividere post o seguire personaggi pubblici, ma sono anche community per la creazione di contenuti, luoghi d'incontro virtuali, forum di discussione, così come strumenti da utilizzare all'interno di una più ampia strategia di marketing e advertising. (Rif.1)

I *media* e le reti sociali non sono da considerare entità statiche, ma apparati socio-tecnici che funzionano come elementi di mediazione che veicolano messaggi per un insieme di attori sociali di vario genere (individui, istituzioni, aziende ecc.), mettendoli in comunicazione. In sociologia le reti sociali sono costituite da gruppi di individui connessi da relazioni sociali, che possono essere: familiari, amicali, lavorative o di sola conoscenza. Quando si parla di social media ci si riferisce a un gruppo di applicazioni che si basano sui fondamenti ideologici e tecnologici del Web 2.0 e che permettono la creazione e lo scambio di contenuti generati dagli utenti. (Rif.2)

L'avvento dei *social media* cambia ruoli e modi della comunicazione: non si parla più di messaggi unilaterali di tipo "one to many", ma di messaggi multidirezionali del tipo "many to many". Il "monologo" diventa un "dialogo" tra utenti, media e aziende, in cui la comunicazione tra emittente e ricevente si alternano in un flusso continuo di ruoli, ma privo di gerarchie. A differenza dei media tradizionali, nei media sociali tutti i soggetti sono al medesimo livello. L'emergere di nuove tecnologie alla portata di tutti e di una rete internet accessibile ha trasformato gli utenti da fruitori di contenuti a produttori attivi degli stessi: tutti possono creare contenuti che chiunque può modificare, condividere e distribuire secondo propri parametri. (Rif.3)

Merita ricordare come nasce il fenomeno social, cos'è un *social network*? La definizione "ufficiale" afferma che si tratta di una rete sociale composta da individui connessi tra loro da legami sociali, quindi tendenzialmente da rapporti relazionali, lavorativi, familiari, interessi comuni o anche da conoscenza casuale (Rif.4). Il concetto di rete sociale nasce già alla fine del 1800 quando i teorici del tempo definivano questo aspetto dei rapporti tra persone "gruppo sociale", ovvero due o più persone che interagiscono tra di loro condividendo, caratteristiche simili, ideali e senso di unità. Per cui la storia dei social network parte molto prima dell'avvento dell'epoca digitale. Il primo social appartiene a *SixDegrees*, nato nel 1996 dalla mente di Andrew Weinreich e lanciato l'anno successivo, incentrato sulla *teoria dei sei gradi di separazione* secondo la quale ogni individuo è collegato a qualunque altra persona attraverso una catena di conoscenze composta da un massimo di 5 intermediari. Nonostante SixDegrees avesse dalla sua un'idea vincente, doveva fare i conti con un periodo storico non altrettanto buono. Il web era ancora acerbo, non accessibile a tutti, e malgrado il milione di iscritti la piattaforma non cresceva abbastanza, così nel 2000 il social chiuse i battenti.

Nel 2003 nasce **Myspace** il social per gli artisti emergenti, primo vero social ad essere riconosciuto a livello mondiale. Un sito che offriva la possibilità di creare un proprio profilo personale e consentiva di connettersi ad una rete sociale costituita da altri profili, blog, musica, gruppi musicali. Myspace, uno tra i primi social network a diffusione globale, ha avuto un forte impatto a livello mediatico tanto da diventare, nel giugno del 2006, il sito più visitato negli Stati Uniti, superando Google.

Nel 2003 Mark Zuckerberg crea **Facemash**, un social network che ha lo scopo di raccogliere e rendere disponibili dati e volti degli studenti dell'Università di Harvard, per facilitarne le relazioni. Viene chiuso quasi immediatamente per violazione di privacy e copyright. Nel 2004 Zuckerberg insieme ad alcuni colleghi lancia **Facebook** un servizio gratuito universitario con finalità sociali, che permette collegamenti tra persone conosciute e/o sconosciute. Facebook negli anni è stato soggetto a svariate modifiche, aprendosi ad utenti di tutto il mondo, mantenendo comunque la sua formula principale, un profilo utente che può connettersi ad altri profili o pagine.

Nel tempo entrano a far parte del mercato altri social con finalità differenti, che oggi si diversificano anche per fasce d'età e di contenuto. **Twitter**, permette di pubblicare testi brevi con un limite massimo di 240 caratteri, viene utilizzato principalmente per la condivisione di notizie, fornisce un'informazione veloce, sintetica, focalizzata. **LinkedIn** improntato all'ambito lavorativo, crea collegamenti tra aziende, collaboratori, imprese, fungendo da grande catalizzatore. **Instagram** nasce per condividere immagini, foto, luoghi, diviene poi mezzo per la condivisione di storie brevi, che durano 24 ore. **YouTube**, primo social che apre alla condivisione di video, oggi dà possibilità di accedere a qualunque tipo di contenuto. **WhatsApp**, utilizzato quotidianamente da migliaia di persone permette scambi velocissimi e senza limite quantitativo. **TikTok** in cui si alternano suoni, immagini, storie, mini video di contenuto personale.

La componente mediale nel tempo è cambiata: negli anni '90 era caratterizzata da solo testo, nel 2000 da foto più testo, poi da spazi multimediali, l'avvento di YouTube ha introdotto anche la componente video.

Un mondo quello dei social network oggi vastissimo che apre a una molteplicità di usi possibili in ambito informativo, personale, lavorativo, scientifico, sociale.

In Italia, secondo i dati di We Are Social, Global Digital Report 2022, è stimato che su una popolazione di 60 milioni di abitanti accedono a internet 51 milioni di utenti, di cui 43 milioni sono utenti social media.

Viene stimato un utilizzo giornaliero delle tecnologie digitali decisamente significativo:

- Internet: 6h e 9 min. al giorno
- Social media: 1h e 47 min. al giorno
- Televisione: 3h e 12 min. al giorno
- Streaming musica: 1h e 05 min. al giorno
- Gaming: 48 min al giorno

L'età media delle persone che navigano oscilla tra i 16 e i 64 anni e tra i social network maggiormente utilizzati in Italia troviamo: Whatsapp 90,8%, Facebook 78,6%, Instagram 71,4% , Fb messenger 51,1% , Telegram 45,3%, TikTok 28,9% , Twitter 28,2% , LinkedIn 27,6%, solo per citarne alcuni.

Le persone usano i social media per rimanere aggiornati (news 48%), per mantenere contatti con amici e familiari (46,8%) e per riempire il proprio tempo libero (46,1%) . (Rif. 5)

Da questi dati si evince come in tempi relativamente brevi si è assistito a progressivo cambiamento della comunicazione, specie tra i giovani, sempre meno diretta e più delegata ai social network.

Fenomeno che si è reso particolarmente evidente nel periodo pandemico, in cui i social hanno assunto una centralità indiscussa, sia per gli aspetti sanitari di informazione, prevenzione, aggiornamento, che per le possibilità offerte, specie durante il lockdown, di poter mantenere i rapporti con l'esterno. Tale dato emerge anche dagli esiti di una **ricerca** intitolata "Voci e racconti degli adolescenti al tempo della pandemia" condotta nel secondo anno di Covid da Sabina Tassinari dell'Osservatorio adolescenza del Comune di Ferrara e Mariateresa Paladino del servizio Politiche sociali e socioeducative della Regione Emilia Romagna. Realizzata su un campione di 20.750 ragazzi tra gli 11 ai 19 anni la ricerca ha evidenziato che tra i giovani solo il 40,7% ha tenuto contatti diretti con gli amici. Sono aumentate invece le attività più stanziali e intensificate altre modalità di svago come chattare (+65,1%), ascoltare musica (+60,3%), e guardare la tv (+45,6). In aumento anche la propensione all'informazione (+49,7%), soprattutto sul Covid e sull'emergenza sanitaria. (Rif.6)

Questi dati confermano in maniera indiscussa il significativo aumento di accesso ai social specie da parte dei più giovani, elemento che emerge in maniera sempre più evidente.

Nell'ambito di queste nuove forme di comunicazione, la cui utilità è ormai universalmente riconosciuta, ove tutto è veloce, immediato, spesso visivamente esplicitato, a volte si rischia vengano persi di vista aspetti privati, relazionali, collettivi, individuali di cui si dovrebbe tener conto con maggiore attenzione.

Rendere pubblico qualcosa di privato, una parte del corpo, uno stato d'animo, una modalità di porsi, un determinato pensiero, un'immagine, un aspetto intimo, dovrebbe tener conto che ciò che diviene pubblico lascerà tracce, non solo in quel momento ma in maniera permanente. Tale consapevolezza spesso viene persa di vista, surclassata dalla velocizzazione con cui i mezzi di comunicazione sono improntati e da modalità rapidissime di accesso e utilizzo degli stessi.

L'aspetto estremizzato della temporalità, come per le "*storie*"- narrazioni che restano pubbliche solo 24 ore, può produrre forme di dipendenza che si strutturano gradualmente e in modo sempre più significativo e possono arrivare ad interferire significativamente con le proprie attività quotidiane. Al contempo la delega comunicativa ad uno strumento indiretto può produrre situazione di sospensione caratterizzate da ansia e insicurezza permanente, che minano il benessere della persona in qualunque fascia d'età. In questa ottica, particolare attenzione andrebbe posta ai minori la cui consapevolezza non è ancora pienamente sviluppata.

Vi sono *bambini* anche molto piccoli che vantano di avere un loro *profilo YouTube*, con molti iscritti. Attività spesso incentivate dai genitori, di cui essi stessi si gratificano in un preoccupante fraintendimento confusivo tra il gioco dei bambini e loro componenti narcisistiche, che a volte gli impedisce di osservare più realisticamente quanto può verificarsi tra rischi e benefici. I bambini in queste attività giocano, usando strumenti diversi da quelli di 60 anni fa ma giocano, inventano personaggi, storie, combattimenti, avventure, con una modalità che crea attesa, curiosità. Da un certo punto di vista potremmo comparare tale sospensione, ricca di suspense, a quanto accadeva molti anni or sono con i fumetti di Topolino, Tex, Diabolik, che uscivano una volta alla settimana e vedevano stuoli di bambini in trepidante attesa, di una nuova avventura dei loro personaggi preferiti. Oggi tutto è più evoluto, i social network offrono indubbiamente nuove possibilità, ma al contempo vi è spesso la tendenza a richiedere tutto subito, a una domanda ci si aspetta immediata risposta, portando a saltare spazialità e temporalità, ovvero quello spazio di attesa vuoto, ma ricco di immaginazione, fantasia, tanto importante nei processi evolutivi e di strutturazione della propria personalità.

Ciò accade anche tra gli adulti, dove oggi è di uso comune rispondere con un simbolo (emoticon) piuttosto che stare a scrivere una e-mail, che dal punto di vista temporale è riconosciuta surclassata dai social. Interessante che si chiamino social in quanto richiamano l'idea di una socialità condivisa, di fatto a volte più ideativa che concreta... diciamo che si tratta di una socialità spesso idealizzata, poco pensata, all'insegna di un click. Di fatto oggi troppo di frequente le relazioni sono poco mentalizzate, fluttuanti tra idealizzazione e oggettivizzazione, dove si rischia di perdere di vista sé e l'altro.

I social sono lo specchio della nostra *società ad impronta egocentrata*: ci si mostra, racconta, rappresenta con modalità a volte molto lontane da ciò che davvero si è, creando a volte gravi scollamenti tra immaginazione e piano di realtà. Ad esempio la possibilità di entrare in relazione usando nickname (nomignolo/soprannome) (Rif.7), strutturare falsi profili, può incentivare in individui fragili, ma non solo, l'adesione progressiva a un falso sé in cui si confonde profondamente ciò che si racconta di essere e ciò che di fatto si è. Spesso il nickname nasce dall'esigenza di apparire appetibili, interessanti, ma cela insicurezza, paura di non essere accolti, accettati, riconosciuti in quanto tali. Se lì per lì può risultare facile scorciatoia per arrivare all'altro, rischia a lungo termine di divenire di difficile "coabitazione", "vestire un abito non proprio" non solo mette a disagio ma non è certo rappresentativo di se stessi. Di frequente queste "trappole per allodole" lasciano spazio a molti dubbi, tante paure e una grande solitudine. Lo prova il fatto che chi si conosce a mezzo social spesso trascorre un lungo tempo scrivendo, posticipando a volte all'infinito la possibilità di un incontro a cui poi non si può sfuggire dal piano di realtà. Allora si accampano scuse, o si stoppano le comunicazioni, in modo che l'ideale di sé venga salvaguardato, impedendo a se stessi di evolvere verso una più sana accettazione della propria persona e una reale possibilità di misurarsi con l'altro.

Rispetto poi a cosa si pubblica e quali aspetti censori andrebbero tenuti presenti si potrebbe molto disquisire, in quanto i confini di ciò che è lecito e cosa non lo è ha subito negli anni di fatto una grande trasformazione. Interno ed esterno, coperto o scoperto, pubblico o privato, tutto è possibile, legittimato a volte incalzato.

Molti social sono divenuti spie delle nostre vite, con la grande inconsapevolezza che dietro a tutto ciò si cela un sistema che si occupa meramente di economia e mercato, non certo prioritariamente della tutela delle persone. Di questo, specie i più giovani, sono spesso ben poco informati, cliccano autorizzazioni chilometriche sulla privacy senza nemmeno leggere, pur di acquisire un contenuto, inconsapevoli di alimentare essi stessi questa economia di mercato.

Andrebbe pertanto strutturata una maggiore possibilità di confronto per i giovani, finalizzata ad una più puntuale attenzione alle modalità di uso degli strumenti informatici, ai confini di ciò che è pubblico e ciò che merita di rimanere privato, ai rischi insiti in scelte a volte ben poco riflettute, che potrebbero metterli a rischio o precludere loro luoghi di lavoro o opportunità future.

D'altronde ripristinare una maggior coscienza e una temporalità in cui si può anche leggere prima di "cliccare" non è cosa da poco, in una tale organizzazione all'insegna della velocità, richiede un grosso lavoro collettivo fin dai primi anni di vita.

Gli strumenti digitali, indubbiamente di grande utilità ci facilitano in maniera plurima, sono stati e sono tuttora di grande importanza e non a caso hanno assunto una significatività maggiormente riconosciuta durante la pandemia, ovvero in situazione di emergenza sanitaria .

Al contempo non possiamo sottovalutare che è in corso una crisi mondiale della salute mentale, soprattutto fra i giovanissimi. L'incidenza di depressione e ansia fra adolescenti è raddoppiata rispetto a prima della pandemia, un'ampia metanalisi pubblicata su JAMA Pediatrics, che ha incluso 29 studi condotti su oltre 80.000 giovani e ha dimostrato che oggi un adolescente su 4, in Italia e nel mondo, ha i sintomi clinici di depressione e uno su 5 segni di un disturbo d'ansia. Lo affermano gli esperti della Società Italiana di NeuroPsicoFarmacologia: un adolescente su 4 ha sintomi di depressione da Covid. Questo diffuso disagio mentale rischia di mettere una seria ipoteca sulla salute futura dei giovani. (Rif.8)

Pertanto vanno incentivate politiche sanitarie più attente ai bisogni dei ragazzi, vanno forniti aiuti e supporti psicologici, ogni strumento andrebbe utilizzato con coscienza, che presuppone conoscenza e formazione, aspetti questi ultimi su cui purtroppo poco si è investito, creando grossi gap che mettono a maggior rischio di utilizzo inappropriato.

Negli anni pre-covid alcune scuole si sono attivate per formare ragazzi, docenti e genitori, che spesso risultano meno informati dei loro figli rispetto ai progressi tecnologici. Grande svantaggio questo, che pone i giovani o i bambini in una posizione privilegiata e di scelta, in cui si perde di vista l'inversione di ruolo che può crearsi quando il genitore abdica rispetto alla sua funzione di filtro e di protezione preventiva, a causa delle sue mancate competenze digitali.

In aiuto alle famiglie è da poco stato presentato il *Meta Family Center*, che porterà genitori e tutori di tutto il mondo ad avere a disposizione in un «*unico posto centrale*» tutti i **tool** e le informazioni di cui hanno bisogno **per controllare cosa fanno in rete i più piccoli**. Ed inoltre familiarizzare con le nuove tecnologie, i loro possibili usi, costruire nuove «*abitudini digitali positive, insieme*» ai propri ragazzi. La sezione più corposa è un **hub educativo** dove i genitori hanno accesso ad articoli, video, tutorial, tip pratici su come parlare con i più piccoli dei social media e costruire un clima di fiducia, che porti questi ultimi a sentire di poter condividere in famiglia quello che succede loro mentre navigano in Rete. (Rif.9) Riconosciamo quindi l'importanza e l'utilità dei mezzi digitali quale luogo di informazione, scambio, relazione, conoscenza e condivisione, ma non sottovalutiamo la necessità di un'informazione e formazione indispensabile per un uso sempre più consapevole di quanto la tecnologia ci mette a disposizione.

E' indubbio che in questa ottica andrebbe attivata una politica più mirata che permetta la fruizione di strumenti ad ogni livello: individuale, scolastico, sociale, con un'adeguata competenza acquisita e aggiornata in sinergia con la continua evoluzione degli strumenti tecnologici sempre in divenire.

Questo risulta elemento primo a tutela di ogni fascia d'età, e in special modo a tutela dei giovani e dei più piccoli, un mondo quello dei minori a volte sottoposto a organizzazioni sociali e familiari non sempre in linea con i loro bisogni, a cui andrebbe posta maggiore attenzione, una più accurata vigilanza rappresentando la radice delle generazioni future.