



Social media e socialit  , quali sono le conseguenze sui giovani?

Descrizione

Ormai da anni i social media rappresentano uno strumento di comunicazione enorme per i giovani di tutto il mondo. Tutti potranno concordare nel dire che non se ne pu  fare pi  a meno e questo purtroppo ha creato nel tempo un grandissimo disagio per la societ  odierna; infatti, ultimamente ci stiamo rendendo conto di quanto i messaggi e gli standard che ci vengono proposti quotidianamente, creano un forte senso di inadeguatezza in moltissimi adolescenti e non solo. In principio questi strumenti rappresentavano unicamente come mezzo di comunicazione e tale utilizzo non ha mai creato alcun disagio. Se consideriamo ad esempio Facebook, tutti sappiamo che, quando fu inventato, non era altro che uno strumento di condivisione di massa. Tuttavia, con lâ avvento del â   tasto mi piace    , sono iniziate a nascere dinamiche distruttive nella mente delle persone. Purtroppo ogni qualvolta qualcuno pubblica una foto su un qualsiasi sito, nasce un bisogno incontrollato di ricevere quanti pi  like possibili. Si pu  dire che in qualche modo câ    un  ossessione vera e propria per il giudizio altrui e soprattutto per lâ  approvazione degli altri. Infatti, in diversi studi,   stata trovata un  associazione significativa tra uso massiccio dei social network e problemi psicologici. Questi comprendono ansia, sintomi depressivi, stress o, nei casi pi  lievi, una semplice riduzione del benessere soggettivo e dell  autostima arrivando in casi estremi alla dismorfofobia. Proprio quest  ultima patologia mentale e  stata riscontrata per lo pi  nei giovani, tale condizione causa una totale mancanza di autostima, nello specifico le persone che ne sono affette non si riconoscono guardandosi allo specchio e riscontrano nella loro fisicit  inestetismi inesistenti o quasi impercettibili agli altri. Esempi di dismorfofobia sono lâ  anoressia e la bulimia. Questa   la prova che câ    un significativo problema a livello sociale. I social mostrano tutto ci   che si pu  immaginare ma soprattutto ogni cosa alla quale si pu  aspirare e molto spesso accade che le persone vedendo questi video o post sentano la profonda necessit  di raggiungere quegli standard a tutti i costi. Spesso infatti molti ragazzi mettono a repentaglio la propria vita pur di ottenere fama o anche solo like in pi .

Ma se queste sono le conseguenze psicofisiche, ce ne sono altre che rientrano nella sfera della dipendenza da social. Ogni giorno statisticamente, la persona media italiana trascorre circa sei ore connessa a Internet, di cui due ore e mezza sono dedicate a social network e app di messaggistica come per esempio Whatsapp. Di base se fosse un utilizzo volto unicamente alla comunicazione a distanza sarebbe un modo egregio di utilizzare questi mezzi, ma cos  non  ; infatti una persona su 5 utilizza app di messaggistica per parlare con persone presenti nella stessa stanza nella stessa

abitazione. Questi sono dati allarmanti se pensiamo che praticamente in una giornata ,composta da 12 ore, 6 vengono passate sui social network.

Tale condizione ha delle forti ripercussioni a livello sociale in quanto numerosissimi giovani cominciano a presentare problemi di socializzazione. Almeno una volta ci Ã capitato di vedere intere famiglie a cena fuori e ogni membro di quella famiglia messaggiare al telefono senza tregua, invece di parlare con i propri cari.

Ã sicuramente un aspetto molto frustrante tenendo conto che la famiglia dovrebbe essere basata sulla condivisione e invece viene ignorata per scrollare video a ripetizione sui mass media. Non si deve credere, perÃ², che questo accada solo nella comunicazione intrafamiliare, niente affatto, questi eventi sono quotidiani per gli adolescenti, che confrontandosi con la vita di tutti i giorni non sono in grado di risolvere problemi banali della vita o semplicemente a compilare moduli ordinari. Ci sono dati allarmanti, dell'indagine Piac- Ocse, che riguardano l'analfabetismo funzionale: in Italia, questo fenomeno riguarda il 27,7 % dei cittadini tra i 16 e i 65 anni. Queste persone in sostanza sono in grado di leggere e di scrivere, ma non sono in grado di comprendere le informazioni che acquisiscono e pertanto neanche di applicarle. Ã davvero preoccupante un dato del genere in quanti piÃ¹ di un quarto della popolazione ha questo tipo di difficoltÃ . Sembra quasi che la societÃ d'oggi sia fondata su valori inesistenti. Una causa scatenante potrebbe essere sicuramente la facilitÃ con la quale viaggiano le informazioni di ogni tipo; infatti, se si fa attenzione si puÃ² notare che ogni tipo di notizia che sia di un giornale o su profili social di informazione, non Ã piÃ¹ attendibile al 100%. Durante una cogestione studentesca un giornalista, Marco MazzuÃ² per l'AdnKronos, ha affermato che anche le fonti piÃ¹ affidabili ricevono informazioni non del tutto corrette o peggio interpretate in modo del tutto errato. Purtroppo questa Ã una conseguenza dell'enorme quantitÃ di improvvisazione del lavoro giornalistico, fatto di ricerca e di impegno quotidiano. Non c'Ã da stupirsi se gli adolescenti non distinguono piÃ¹ la realtÃ dalla finzione. A tutto ciÃ² perÃ² ci sono vari rimedi. Per esempio nei social come instagram esistono funzioni per limitare l'utilizzo non moderato del social. Per prima cosa, c'Ã un timer nel quale si puÃ² impostare un tempo massimo di utilizzo e questo avvertirÃ quando sarÃ raggiunto. Oppure ci sono delle applicazioni che automaticamente, sempre attraverso un timer, chiudono i social dopo la durata di tempo prestabilita. In fine, nei casi piÃ¹ estremi esistono delle scatole nelle quali mettere il telefono e impostare sempre una durata massima di tempo nel quale il cellulare rimarrÃ serrato nel contenitore. Si spera di non dover mai arrivare a provvedimenti cosÃ radicali. Non dobbiamo diventare dipendenti da uno strumento che dovrebbe solo aiutarci a vivere meglio e a comunicare con le persone alle quali teniamo. Tutti dovrebbero mobilitarsi per aiutare i giovani in difficoltÃ e stare accanto loro per fargli capire che la realtÃ Ã fuori da questi strumenti luminosi che in molti casi non fanno altro che tirare fuori tutte le nostre insicurezze e paure. Utilizzando in modo responsabile questi mezzi riusciremo a migliorare la qualitÃ della vita in modo significativo. Mobilitiamoci non solo per noi stessi ma anche per coloro che dipendono dai social.

Melissa Gentile