

INDICE

Premessa	2
CAPITOLO 1- La costituzione dell'io	4
1.1 L'importanza di costruire precocemente un'identità.....	5
1.2 Identità e certezza	7
1.3 Identità vs categorizzazione	8
CAPITOLO 2 - Il ruolo dei social nella costruzione dell'identità	10
2.1 Social e identità confezionate	15
2.2 Social e loro uso problematico.....	16
2.3 Social ed emozioni	18
2.4 "Homo sentimental" e relazioni.....	21
CAPITOLO 3 commenti e conclusioni.....	22
CAPITOLO 4 - Ulteriori considerazioni.....	25
Bibliografia.....	33

Premessa

Questo lavoro esplora l'influenza esercitata dai social network sul processo di costruzione dell'identità durante la fase adolescenziale ed il rapporto tra identità virtuale ed identità reale.

Se è vero che la domanda "io chi sono?" accompagna l'uomo nel corso della sua intera vita, è tuttavia evidente che l'interrogativo sull'identità personale è particolarmente rilevante durante l'adolescenza, epoca in cui il soggetto si trova impegnato a scegliere una propria prospettiva di sviluppo, a dare significato e forma alla sua esistenza, ridefinendo il sé e costruendo il proprio destino.

Quali sono oggi le fonti cui i giovani attingono o i fattori che li condizionano in questo processo di costruzione delle loro identità?

Analizzando le abitudini quotidiane degli adolescenti due dati emergono in maniera quantitativamente evidente: i ragazzi sono continuamente collegati alla rete e comunicano prevalentemente attraverso i social network.

Conoscere i giovani implica quindi necessariamente conoscere le modalità e le finalità con cui essi utilizzano questi mezzi.

Molti studi dedicati a questi temi concordano nell'individuare il sentimento di appartenenza ad un gruppo, fortemente alimentato dai social, quale fattore rispondente al bisogno di certezza degli esseri umani e quale difesa dall'angoscia correlata alla solitudine ed all'isolamento tanto frequentemente esperiti o temuti dagli adolescenti.

Essere in rete viene quindi a rappresentare per molti adolescenti la possibilità di essere con qualcuno, di essere come qualcuno, di avere un'identità rassicurante, in quanto condivisa. Particolarmente interessante risulta inoltre il fatto che nei social più utilizzati dagli adolescenti sia richiesta ad ogni utente la costruzione di un proprio profilo, una sorta di

identità virtuale appunto, con cui si vive in rete. Quest'identità viene spesso costruita in modo artefatto, così da risultare gradita ed adeguata a quelle che gli adolescenti individuano come aspettative della "rete".

Il vantaggio di questo sentimento di accettazione ed appartenenza ad una realtà che supera l'individuo, impedisce a molti giovani fruitori dei social di accorgersi della rinuncia alla propria identità personale, a favore dell'identità gruppale.

Attraverso una ricerca sul campo, nell'ambito di questo lavoro, sono stati studiati tempi, modi e vantaggi correlati all'utilizzo dei social da parte di soggetti di età compresa tra gli 11 ed i 16 anni.

Dall'analisi dei dati di questa ricerca sono emersi il progressivo abbassamento dell'età dei fruitori dei social e l'ampliamento esponenziale dei tempi trascorsi in rete. Tutto ciò impone ai ragazzi, con sempre maggiore anticipo, la costruzione di identità virtuali, che vengono così a precorrere cronologicamente l'elaborazione di solide identità reali. In assenza di competenze e consapevolezza adeguate ad un'analisi critica delle dinamiche relazionali mediate dalla rete, gli adolescenti si trovano così ad essere vittime inconsapevoli di processi di depersonalizzazione.

CAPITOLO 1

LA COSTITUZIONE DELL'IO

Diversi autori ritengono che il tema dell'identità sia una questione interessante, perché riguarda ogni soggetto e caratterizza l'intero arco della vita.

La nostra società sempre più multiculturale e multi-etnica produce profondi e costanti cambiamenti nell'identità del soggetto.

Sicuramente l'età che più delle altre si imbatte con la questione identità, fino alla formulazione della domanda "chi sono io?" e l'adolescenza. Spesso questa domanda non si presenta in modo diretto ed esplicito, ma indiretto, e spesso a causa di vari inconvenienti che mettono in difficoltà la persona, specialmente inciampi di natura relazionale, difficoltà di rapporto con amici o fidanzati.

"E' durante l'adolescenza e la giovinezza che il problema della formazione dell'identità diventa cruciale per il soggetto, impegnato a scegliere una propria prospettiva di sviluppo, a dare significato, forma e continuità alla propria esistenza, ridefinendo il sé e costruendo il proprio destino" (Aleni Sestito 2004 pag. XVI)

A rendere particolarmente difficile questo processo si pone il "rapporto asimmetrico tra le richieste e le proposte che la società occidentale contemporanea rivolge ai giovani e le effettive possibilità che questi ultimi hanno di rispondere a tali richieste, per la complessità ed ambiguità del curriculum culturale oltre che per la vastità e ricchezza di risorse e suggestioni offre." (Aleni Sestito 2004 pag. XVI)

Il contesto sociale sempre più dinamico e mutevole offre sì nuove opportunità ma contestualmente aumenta anche il disorientamento, quindi le persone sono costantemente alla ricerca di nuovi equilibri. "la ricerca di un tale equilibrio dinamico tra l'essere sempre se stesso e contemporaneamente raggiungere nuovi traguardi, superando l'indeterminatezza, l'incertezza, la confusione e la crisi d'identità, passa attraverso l'esplorazione delle alternative offerte dal proprio contesto di vita e di sviluppo, attraverso, l'individuazione e sperimentazione dei sé possibili, la ricerca di congruenza tra le diverse immagini e rappresentazioni di se, elaborate nel corso della propria esistenza a partire dalle prime identificazioni infantili.

Pertanto la formazione dell'identità implica la negoziazione ed il confronto tra soggetto ed oggetto, tra sé ed altri significativi, tra una generazione e l'altra, in una sequenza di transazioni, nell'ambito delle quali il soggetto, nel definire sé stesso, costruisce e ricostruisce di continuo anche la relazione con l'ambiente, mediante processi di interpretazione della realtà e di ricerca di senso." (Aleni Sestito 2004 pag. XVII)

1.1 L'IMPORTANZA DI COSTRUIRE PRECOCEMENTE L'IDENTITÀ

La costruzione dell'identità è quindi un processo fondamentale che aiuta la persona a stare bene con sé stessi e con gli altri.

Chi non riesce a costruire una identità chiara, sarà in balia degli altri; chi ha una identità definita, tende ad avere maggiore autostima e vivrà un maggior benessere nei rapporti con gli altri.

"Nella formazione dell'identità assume fondamentale importanza la dimensione relazionale e, all'interno di questa, la ricerca di significato considerata come quel peculiare processo dello sviluppo umano che consente di raggiungere sempre nuovi e migliori equilibri nella relazione tra soggetto e contesto e di soddisfare al tempo stesso aspettative individuali e sociali" (Aleni Sestito 2004 pag. XVI)

Gli adolescenti nel difficile lavoro di costruzione dell'identità si confrontano con la realtà intera, ma in modo particolare assume profonda rilevanza il ruolo dei coetanei che " al contempo sono lo specchio nel quale l'adolescente guarda per vedere la propria immagine riflessa, e sono fonte di informazioni, valutazioni e giudizi inerenti il sé." (Aleni Sestito 2004 pag. XVI)

Prestando attenzione a come si presentano le persone che vengono osservate, che contribuiranno alla formazione dell'identità, si noterà persone in crisi di identità, loro stesse alla ricerca "dietro all'attuale domanda di identità vi è il tentativo -in qualche caso disperato- di fuggire alle nuove forme di esclusione sociale, derivanti dal mutamento strutturale innescato dai processi di globalizzazione. Enfatizzare l'identità, infatti consente di dare corpo ad una lotta non solo per sentirsi inclusi e per includere qualcuno, ma anche per escludere qualcun altro, soprattutto se tale dimensione viene evocata nelle sue forme collettive. Queste ultime sono peraltro in grado di contrassegnare nuove configurazioni sociali, tanto che, con sempre maggiore frequenza anche il linguaggio comune adotta l'espressione 'società multietnica' o 'società multiculturale' per designare la tipica configurazione storico-sociale del mondo contemporaneo." (Cesareo 2005 p.46)

Questo tipo di società fornisce sicuramente grandi spunti di arricchimento e di novità, ma immediatamente anche profonda incertezza, come dice

Bauman questa è una 'società individualizzata', cioè "quando incontriamo una persona per strada o sul treno non sappiamo più con certezza chi abbiamo davanti, né cosa abbiamo in comune: può essere italiana o straniera, eterosessuale od omosessuale, cristiana o musulmana, sposata o divorziata, formale o informale, amante della letteratura o appassionata di telenovelas, occupata regolarmente o in nero. La diversità penetra lentamente, ma implacabilmente nella nostra vita quotidiana, rendendola più ricca, ma nello stesso tempo più difficile da affrontare. In sostanza, ciò implica ripensare la nostra concezione della realtà sociale, e in modo particolare il rapporto io-noi." (Cesareo 2005 p.50)

1.2 IDENTITÀ E CERTEZZA

Questa complessità, deve essere compresa interpretata, rielaborata, il che non è affatto facile e occorre avere degli strumenti adeguati per poterlo fare, altrimenti l'incertezza che emerge spaventa e fa stare male. Come sostiene Patrizia Catellani professore ordinario di Psicologia Sociale, facoltà di scienze politiche Università Cattolica di Milano "Il bisogno di certezza è strettamente correlato ad un altro bisogno degli esseri umani, quello di appartenere ad un gruppo di persone almeno in parte simili a noi, che condividono la nostra visione del mondo, i nostri valori di riferimento, le nostre convinzioni. Infatti, il confronto sociale con altri simili consente spesso di rafforzare le nostre convinzioni e quindi consolidare la nostra certezza soggettiva. Al contrario l'isolamento sociale e l'impossibilità di identificarci con una categoria sociale significativa aumentano la probabilità che diveniamo preda dell'incertezza."(Catellani 2005 p.39)

Per cercare di superare questa condizione che produce disagio psicosociale secondo Hogg, si tenta la riduzione dell'incertezza soggettiva favorendo un processo di depersonalizzazione, un processo attraverso il quale le persone "giungono a percepire sé stesse più come esemplari intercambiabili di una categoria sociale che come personalità uniche definite dalle proprie differenze individuali rispetto agli altri."(Catellani 2005 p.20)

Il vantaggio che si ottiene con questa categorizzazione, che fa però perdere la soggettività, ma offre all'individuo il vantaggio di pensare i propri atteggiamenti e valori, come più oggettivi perché appartenenti ad un gruppo sociale, siamo alla psicologia delle masse.

"Il prototipo categoriale è al contempo descrittivo e prescrittivo. Atteggiamenti, convinzione comportamenti conformi al prototipo sono percepiti sia come tipici del gruppo, sia come appropriati ed attesi da tutti i membri del gruppo, nel senso che chi non si comporta in un certo modo verrà percepito come deviante rispetto al gruppo." (Catellani 2005 Pp. 20-21)

Questo modo di procedere sarà praticato come difesa e in modo più evidente nei contesti sociali fortemente in cambiamento.

1.3 IDENTITÀ VS CATEGORIZZAZIONE

La Catellani afferma ancora "categorizzare sé stessi nei termini di una categoria sociale significa dunque poter contare su un prototipo chiaro e ben definito a proposito di come pensare, sentire e comportarsi. Questa possibilità acquista particolare rilevanza in contesti caratterizzati da continui e rapidi cambiamenti, nei quali la certezza che le persone hanno

nei confronti dei propri pensieri, sentimenti o comportamenti è messa a dura prova. In questi contesti, aumenta dunque la probabilità che le persone si identifichino con categorie sociali che offrono loro un prototipo chiaro a cui conformarsi." (Catellani 2005 p.22)

Alcuni studi fatti da autori americani nei college, hanno dimostrato "che più le persone sono incerte a proposito della definizione di sé, più sono orientate a identificarsi con gruppi omogenei, ossia con gruppi nei quali vi è un alto adeguamento dei componenti ai comportamenti prototipici del gruppo." (Catellani 2005 p.21)

"Studi fatti all'università di Princeton hanno mostrato che gli studenti inizialmente più incerti erano quelli più orientati a entrare nelle associazioni o gruppi che essi percepivano come caratterizzati da maggiore omogeneità e differenziazione rispetto ad altri. Una seconda rilevazione effettuata al termine dell'anno accademico ha mostrato che gli studenti che avevano sviluppato una più forte identificazione con i gruppi più omogenei erano anche quelli che mostravano una più forte riduzione dell'incertezza relativa al Sé rispetto all'inizio dell'anno.

L'identificazione con categorie sociali dai confini chiari e ben definiti aiuta dunque a ridurre l'incertezza, a ritrovare una collocazione stabile in una realtà altrimenti percepita come troppo incerta e imprevedibile. Una identificazione di questo tipo può tuttavia anche accentuare la rigidità e stereotipia dei processi di categorizzazione sociale, in particolare può condurre a un'accentuazione da un lato del favoritismo nei confronti del proprio gruppo, dall'altro dalla discriminazione nei confronti di gruppi diversi dal proprio" (Catellani 2005 pp.21-22).

CAPITOLO 2

IL RUOLO DEI SOCIAL NELLA COSTRUZIONE DELL'IDENTITÀ

Dopo aver fornito alcune idee sull'importanza della costruzione dell'identità del soggetto, e sulle principali dinamiche su cui si forma, voglio mettere in evidenza che nell'attuale contesto sociale il confronto così importante con i coetanei è mediato dai social network, veicolo privilegiato di scambio di informazioni e molto spesso è il principale mezzo per costruire relazioni sociali.

Oggi i social sono il principale veicolo di informazione, di svago, e la principale occasione di incontro e socializzazione tra i giovani e con le persone in generale.

Per cercare di capire di più quale impatto hanno i social sui giovani si è deciso di somministrare ed analizzare un questionario a degli studenti dalla scuola del primo anno della secondaria di primo grado fino al secondo anno della secondaria di secondo grado.

Dal questionario emerge come questi mezzi vengano sempre più impiegati da ragazzi in modo sempre più precoce, e che occupano via via un tempo crescente nell'arco della giornata dei giovani.

È ormai evidente che le relazioni tra questi ragazzi siano in modo preponderante impiegate intorno e dentro il mondo dei social.

Per capire maggiormente questo mondo in dinamico cambiamento, ci si è avvalsi dello studio fatto da alcune università italiane, che è diventato poi un'interessante libro del titolo "pubbliche intimità".

Già il titolo contiene in sé la novità che questo approfondimento permette di rilevare.

Un primo contributo è stato trovato un Bauman che sostiene nel suo testo del 2011 "Facebook, l'intimità e l'estimità" che "l'uomo contemporaneo diventa un collezionista di emozioni, smette di essere soggetto nella costruzione della sua identità e, sotto il vessillo di emozioni collettive indotte, diventa oggetto di una falsa storia costruita che trasforma il sentimento vero in surrogato di intimità affettiva." (Bauman 2011 p.32)

Ritengo che se questo fenomeno accada agli adulti, negli adolescenti sia presente in maniera amplificata.

Già indicativo è il tempo che si trascorre mediamente in rete e in modo particolare sui social, dai dati audiweb del 20 giugno 2013 ci danno queste cifre: adulti tra i 35-54 anni 1h e 36 minuti al giorno, 25-34 anni 1h e 45 minuti, 18-24 anni 1h e 48, in questa ricerca non erano previsti minori, che abbiamo invece deciso di andare a studiare attraverso un questionario proposto a giovani dall'età compresa tra gli 11-16 anni.

Come già detto in precedenza le persone hanno bisogno degli altri per capire chi sono, per costruire la loro identità, hanno bisogno di socializzare, in questo i social si mostrano di grande aiuto e rispondono ad alcuni importanti bisogni che la ricerca ha messo opportunamente all'attenzione.

"-Bisogno di sicurezza: in un social Network le persone con cui ci si relaziona sono "amici" e si può scegliere con chi essere amici;

-bisogno associativo: con questi amici è possibile comunicare, scambiare opinioni e quant'altro;

-bisogno di autostima: è possibile scegliere gli amici o essere scelti; in questo caso si ha la percezione di validità sociale da parte del soggetto;

-bisogno di autorealizzazione: è possibile raccontare sé stessi, dove ci si trova, che ruolo sociale si riveste.

Da quanto appena esposto ricaviamo che il social network rappresenta, quindi, un'opportunità che risponde a precisi bisogni del soggetto: permette di relazionarsi con persone reali superando il vincolo del faccia a faccia, ovvero la contiguità spazio temporale; consente di allargare la propria rete sociale anche a persone che non si conoscono; permette di scegliere la modalità di presentazione del se (come e quando), decidendo cosa raccontare, quali aspetti svelare, e di scoprire le identità delle persone con le quali si è in contatto." (De Santo 2014 p.47)

A fronte di questi vantaggi, la relazione si impoverisce e perde di consistenza, a causa delle nuove modalità di relazione, ad evidenziare questo c'è Sherry Turkle "Nei social network le persone si riducono a profili. Con i nostri apparecchi mobili spesso ci parliamo muovendoci e con poco tempo a disposizione. Non facciamo più la domanda aperta, come stai?, bensì domande più limitate come devo sei?. Sono buone domande per sapere la posizione dell'interlocutore, ma sono meno buone per aprire un dialogo sulla complessità dei sentimenti. Siamo sempre più connessi l'uno all'altro, ma stranamente più soli: nell'intimità, nuove solitudini." (De santo E. pp. 49)

Se l'identità si costruisce nel rapporto tra identità personale e identità sociale, essendo quest'ultima caratterizzata da legami deboli tipici dei gruppi e non delle comunità, è chiaro che le identità dei soggetti saranno mediamente identità individuali più deboli e incerte. I "legami forti sono quelli instaurati da vincoli di sangue (famiglia), emozionali (amicizia), e di luogo (vicinato). Questi legami costituiscono la comunità dove il rapporto è

reciproco sentito dai partecipanti e fondato su una convivenza durevole intima ed esclusiva. Il risultato è un legame che rende i membri simili tra loro creando un vincolo permanente.

La società è basata, invece su legami deboli: un insieme di soggetti che si incontrano per motivi occasionali o strumentali e si accordano per rispettare una serie di principi comuni. La regola di base è quella dello scambio di mercato, nulla viene fatto senza contropartita, il legame è basato sulle prestazioni. Nella società i soggetti vivono in maniera indipendente e isolata: per questo motivo, il tentativo di entrare nella loro sfera privata viene percepito come intrusione.

I legami forti rafforzano l'individuo, i legami deboli permettono di allargare la sua area agendo da ponte verso nuovi soggetti e nuove esperienze." (De Santo 2014 pp.50-51)

Ma allora sorge una domanda, sono i social che favoriscono legami deboli, oppure è il nostro stile di vita a costruire legami deboli, e i social cercano di provvedere a sopperire a una mancanza di rapporti?

Propendo per questa tesi così come sostiene l'autore "La costituzione di una comunità è alquanto difficoltosa, occorre avere iterazioni frequenti, i nostri ritmi di vita, spesso, non lo consentono. Accanto a stili di vita frenetici possono esserci altre problematiche di natura soggettiva: la timidezza, l'ansia sociale, la mancanza di persone con interessi simili. A questi problemi i social offrono una risposta efficace dal momento che l'iterazione con altri membri può essere istantanea e priva di barriere all'entrata". (De Santo E. 2014 pp.52)

A mio avviso il problema che i social pongono, non è rappresentato dal fatto che rendono le relazioni sociali meno significative, ma che in parte sopperiscono a questa mancanza, così che le persone non percepiscano

troppo questa insoddisfazione, consolidando la situazione che si sta creando, fornendo rapporti sostitutivi.

La cosa paradossale nei social c'è la mostrano gli adolescenti che vanno a cena insieme, si siedono attorno ad un tavolo, e poi ognuno piuttosto che relazionarsi con il vicino, chatta con altri in rete, sicuramente per loro è più facile.

I social offrono il vantaggio di poter cambiare, costruire, nascondere la propria identità, ma questo è vantaggioso solo per le persone che hanno difficoltà a definire la loro identità, i social gli permettono di cavarsela rimanendo nella indefinitezza, piuttosto che cercare una soluzione efficace e soddisfacente, il prezzo che poi si paga è che mantenere un'identità fluida produrrà nel tempo dei problemi.

"Se io posso facilmente cambiare la mia identità è vero che anche l'intervento esterno può modificare facilmente il modo in cui gli altri percepiscono la mia identità. Ne consegue una 'identità fluida', flessibile precaria, mutevole e incerta. Se un'identità fluida può offrire dei vantaggi per un adulto (che si presume abbia un'identità già formata) decisamente non lo è per un adolescente che sta cercando di costruire la propria." (Riva 2010 p.67)

Come sostiene Erickson E. "Il superamento della crisi d'identità tipico della fase adolescenziale richiede l'integrazione di una serie di componenti, di tipo personale, (attitudini e capacità) di tipo sociale (inserimento nei ruoli sociali) di tipo esperienziale (identificazioni infantili ed emotive)". (Erickson 1995 p.77)

"Essere in un mondo in cui l'unione tra reale e virtuale porta alla moltiplicazione delle identità può rallentare tale processo, con conseguenze rilevanti sul piano dei rapporti personali e sociali. La generazione dei 'nativi digitali' nati e vissuti con le nuove tecnologie, sembra sostituire la

stabilità e il futuro con un eterno presente privo di certezze e di legami".
(Riva 2010 pag.149)

Questa incertezza e precarietà delle relazioni è aumentata da quel fenomeno che Goleman definisce 'Analfabetismo Emotivo' "si intende la mancanza di consapevolezza e quindi di controllo delle proprie emozioni e dei comportamenti ad esso associati; la mancanza di consapevolezza delle ragioni per le quali si prova una certa emozione, l'incapacità di relazionarsi con le emozioni altrui. L'incapacità di riconoscere le emozioni dell'altro impedisce anche di comprendere le proprie, portando al disinteresse emotivo o, all'estremo, alla psicopatìa." (Goleman 1995 p. 91.)

2.1 SOCIAL E IDENTITÀ PRECONFEZIONATE

L'adolescente è quindi in crisi, (dal greco Krisis scelta, momento di passaggio) che di per se questo non sarebbe un problema, ma addirittura l'opportunità di capire che si può andare avanti, che esistono soluzioni, quindi applicato alla ricerca dell'identità, che si deve cercare di definire, rielaborare la propria identità, il rischio è che i modelli di identità predefiniti proposti dai social, possano fungere da palliativo, non aiutando a cercare la propria dimensione identitaria, ma fermandosi a modelli prefabbricati, che non soddisfano ma che possono rappresentare un buon compromesso, per avere un'identità sociale in linea con le prescrizioni del gruppo sociale. A sostenere questa tesi è Jaron Lanier "secondo il quale le piattaforme social (Facebook per esempio) riducono il processo di costruzione dell'identità all'adozione da parte degli utenti di formati preconfezionati (template) sapientemente costruiti dagli sviluppatori delle

piattaforme stesse. Più che essere dei semplici suggerimenti per aiutare gli utenti nella definizione del profilo o comunque nella gestione di una determinata attività in Rete, questi template diventano veri e propri standard "scelte multiple" "menù a tendina" cui tutti si devono adeguare in qualche modo.

Ci stiamo auto-riducendo, stiamo riducendo la nostra umanità a delle formule standard in modo da adattarci ai requisiti standard richiesti da una macchina un database, un software". (Lanier 2010 Pp. 68-69)

Questi processi appena descritti, in un soggetto formato e consapevole, non causerebbero nessun tipo di difficoltà, sarebbero dei semplici strumenti innovativi, che utilizzati al servizio di propri scopi personali, potrebbero risultare addirittura efficaci al raggiungimento di obiettivi altrimenti non praticabili; ma messi in mano di soggetti in formazione, spesso poco consapevoli di se e quindi fragili nella struttura della loro personalità, questi strumenti potenti e affascinanti possono diventare addirittura pericolosi, fino a creare veri e propri problemi di dipendenza.

2.2 SOCIAL E USO PROBLEMATICO DEGLI STESSI

Secondo Riva G. Il disturbo di dipendenza da internet "di natura psicofisiologica è caratterizzato da dipendenza, perdita delle relazioni interpersonali, modificazione dell'umore, alterazione del vissuto temporale, attenzione completamente orientata all'utilizzo compulsivo del mezzo" (Riva 2008 pp.228.)

Secondo Young che si occupa di Cyberpsicologia "la dipendenza da internet è un disturbo del comportamento che costringe i soggetti che ne

soffrono ad un uso ossessivo degli strumenti digitali, in particolare dei servizi di comunicazione della rete. Tale disturbo comportamentale è descritto come l'incapacità di una persona di saper controllare e gestire tempi e modi di utilizzo di internet, le cui conseguenze comportano l'emergere di disturbi nell'area psicologica, relazionale, educativa e lavorativa i cui sintomi rispecchiano quelli della dipendenza da sostanze." (Servidio R. 2014 p.84)

Questi disturbi essendo differenti da quelli tradizionali, gli studiosi hanno preferito identificarli con nuove dipendenze, poiché la dipendenza in questo caso non è l'assunzione di una sostanza e i comportamenti messi in atto sono socialmente accettati.

L'espressione "dipendenza da internet" ha creato non poche dispute nella comunità scientifica.

L'oggetto della discussione riguarda la causa della dipendenza: è internet a causare la dipendenza oppure il soggetto è affetto da problemi di natura psicologica o psichiatrica che si manifestano attraverso un uso eccessivo della rete.

"Secondo autori come Beard e Wolf è più corretto parlare di uso problematico di internet, piuttosto che di dipendenza da internet, in quanto è l'uso di internet a creare nel soggetto dei disturbi che ne influenzano negativamente la personalità con pesanti ripercussioni sulla vita quotidiana". (Servidio 2014 p. 84)

Alcuni autori come Casas J. Hanno evidenziato nei loro studi come i soggetti con disordini della personalità sono più vulnerabili verso lo sviluppo di particolari tipi di comportamenti devianti e problematici come vittimizzazione, violenza domestica, dipendenza ecc.

Da uno studio effettuato con un questionario riconosciuto come il Big Five, si sono estrapolate le seguenti conclusioni: i soggetti introversi rispetto agli

introversi sono più inclini a spendere gran parte del proprio tempo in attività sociali online piuttosto che in contesti di vita reale. Gli introversi preferiscono usare gli ambienti della comunicazione digitale per colmare le ridotte relazioni sociali della vita reale percepite come problematiche.

Rispetto all'Amicalità che è un altro tratto di personalità, si è visto che gli intervistati che avevano un basso livello di autostima, che aumentava la difficoltà a creare nuovi legami, li rendeva più inclini a spendere il proprio tempo in internet, piuttosto che cercare di realizzare nuovi legami in contesti di vita reale.

La coscienziosità è l'altro elemento significativo, i più coscienziosi sapevano salvaguardarsi maggiormente dal rischio di dipendenza da internet.

2.3 SOCIAL ED EMOZIONI

I soggetti sono sempre più avviati verso una progressiva individualizzazione, causata dalla difficoltà di instaurare relazioni soddisfacenti ed affidabili, questa è prodotta dalla cultura complessa che viviamo, i social forniscono come già detto un supporto per far sì che questa progressiva solitudine non divenga troppo pesante, "il ruolo più importante di internet nella strutturazione delle relazioni sociali è il suo contributo al nuovo modello di socialità basato sull'individualismo. Sempre più le persone si organizzano in Network sociali che comunicano tramite computer. Così non è internet a creare un modello di individualismo in rete, ma è lo sviluppo di internet a fornire un supporto materiale adeguato per la diffusione dell'individualismo in rete come forme dominante di socialità"(Ponziano 2014 pp.117)

La complessità in sé non rappresenta un aspetto negativo, anzi è una opportunità di incremento della libertà, aumentano le opzioni disponibili, che affinché il soggetto possa trarne vantaggio, deve poter impegnarsi ulteriormente utilizzando le sue qualità riflessive e di ragionamento per orientarsi al meglio e scegliere opportunamente.

Questo processo ad oggi risulta difficile "All'interno della società complessa, in cui diventa sempre più difficile progettare e realizzare il proprio futuro, le persone non sempre sono capaci di prendere decisioni pienamente consapevoli in grado di orientare le proprie scelte. Questo non solo rende fallibile le scelte, ma spesso induce a fare affidamento sui sentimenti che guidano le pratiche riflessive."(Ponziano 2014 pp.130)

Se le emozioni dominano il criterio di orientamento, le cose si complicano ulteriormente, perché le persone cambieranno i loro orientamenti a seconda di come cambiano e le emozioni, e come è esperienza comune le emozioni sono piuttosto mutevoli e fortemente condizionate dagli accadimenti, soprattutto di natura relazionale.

Dipendere dalle emozioni significa in qualche modo dipendere dalle relazioni che le generano, questo fatto è facilmente osservabile negli adolescenti, che vivono dipendenti dalle loro emozioni e da quello che le generano, è piuttosto comune assistere a momenti di gioia o disperazione a seconda della quantità dei "mi piace" che ricevono o no su Facebook piuttosto che sugli altri social.

La vita è sempre più nutrita dalle emozioni, e dalla qualità di queste, raccontare le proprie emozioni sta diventando il nuovo modo di comunicare, si arriva a perdere il pudore "I social media trasportano emozioni e le fanno condividere. Funzionano come un sistema integrativo di pulsioni, desideri, frustrazioni, che circolano alla velocità della luce" (Kerckhove Derrick, 2014 pp.141)

"La società tecnologica e iper organizzata riemerge prepotentemente con la cultura dell'intrattenimento e con la diffusa frequentazione dei social network, serbatoi di emozioni forti facilmente e rapidamente fruibili che riducono l'emozione ad oggetto di mercato"(Lacroix 2002 p. 54).

Questo modo di ridurre le relazioni a proprio uso e consumo, le trasforma in "stati liquidi", come li chiama Bauman, rendendoci ancora più incapaci di costruire la nostra identità.

"Il profilo delle persone che frequentano i Social Network è prevalentemente narcisistico, accentuato dal fatto che le pressioni del capitalismo contemporaneo hanno reso difficile avere legami reali e autentici, a tal punto che l'idea stessa di cosa sia una relazione è continuamente sabotata, come a ben evidenziato Bauman; e ciò rende impossibile instaurare relazioni interpersonali significative, gratificanti e portatrici di un equilibrio emotivo non effimero. In più, la cultura dilagante dell'intrattenimento promette di alleviare le angosce in un mondo dove le competizioni non hanno fine e così pure le frustrazioni, con il risultato di indurre a consumare oggetti e sostanze compensative: tutto ciò per non provare quelle sensazioni e stati d'animo negativi che le 'illusioni indotte' hanno contribuito ad alimentare. Non riconoscere il disagio e la sofferenza che crea questo contesto esterno aggrava le conseguenze sulla definizione della propria identità e sulla relazione se-altro, ridotta sempre più ad un atto riflessivo ed unilaterale."(Siciliano 2014 pp.150-151)

La relazione con l'altro è fondamentale nel determinare chi siamo noi, almeno finché il processo di costruzione dell'identità è in via di sviluppo, quando ancora non sappiamo chi siamo, saremo fortemente condizionati dal giudizio degli altri, da come ci trattano da quello che ci dicono, questo accade in modo determinante con gli adolescenti che sono fortemente coinvolti nel lavoro di ridefinizione del proprio io, che si stanno

apprestando a rivedere quanto acquisito nel contesto familiare e lo stanno confrontando con tutti gli altri nuovi rapporti.

"In un processo "ordinario" della costruzione della propria identità il chi sono, nella dimensione individuale del se, si commisura con la consapevolezza di 'che cosa sono io per gli altri', ovvero con l'immagine di sé che gli altri ci rimandano nella quotidianità, veicolata da modelli, valori e credenze che il contesto socio culturale impone per essere visibili e accettati. Non a caso il riconoscimento da parte dell'altro rappresenta un'altra dimensione dell'identità: e quanto più gli altri ci danno conferma che per loro ci siamo, che abbiamo valore e che possiamo contare sulla loro disponibilità, tanto più noi ci sentiamo riconosciuti e certi di esistere." (Siciliano 2014 p.152)

Con l'avvento della psicologia e psicoanalisi si è avvertita sempre più l'esigenza di prendere in considerazione l'aspetto dell'emotività delle persone, si è ripensata anche l'intimità che è "quel processo di apertura di sé all'altro che serve ad assicurare la continuità di una relazione pura. Ciascuno dei partner appare disponibile non solo a rivelare all'altro le proprie preoccupazioni e i propri bisogni, ma anche ad essere vulnerabile nei suoi confronti". (Giddens 1991 p.72)

2.4 "HOMO SENTIMENTALIS" E RELAZIONI FLUIDE

Di conseguenza l'ascesa "dell'homo sentimental" un individuo impegnato a comunicare l'io più profondo, la propria sfera emotiva viene cambiata e trasformata in qualcosa da poter comunicare, di cui si può discutere.

Questo processo nuovo è stato però subito stravolto ed estremizzato e questi contenuti più personali e ricchi sono presto divenuti prodotti da

mettere in vetrina come sostiene Serg Tisseron "negli attuali rapporti sociali si è passati dall'affermazione del valore dell'intimità a quella che lui definisce "estimità": non più un processo di apertura reciproca all'altro, ma semplicemente un mostrarsi, come prodotti in vetrina". (Tisseron S. 2001 p.69)

Questo concetto fa pensare a come le persone che accettano questa modalità di rapporto tendano ad assumere condotte narcisistiche, "il narcisista è quel soggetto che non sapendo tollerare le complesse richieste degli altri, si rapporta con loro esclusivamente attraverso rappresentazioni parziali, che siano a misura dei suoi bisogni, ponendo attenzione solo a ciò che può andare a beneficio del proprio se.

Facebook sembra proprio favorire questo tipo di modalità relazionale: nel momento in cui abbiamo costantemente a disposizione una lista di contatti a cui rivolgerci, siamo portati a trattare i nostri friends alla stregua di un pubblico indistinto la cui unica funzione è quella di confermare l'immagine che vogliamo offrire di noi stessi." (Boccia Artieri 2014 pp.186-187)

L'intimità proposta in questo modo pubblico, non è più l'occasione per consolidare rapporti sociali, ma è semplicemente un mezzo per catturare l'attenzione e promuovere in modo narcisistico il proprio io, questo come osserva Sennet "l'aumento dell'intimità produce una riduzione della socievolezza" (Sennet 2006 p.327)

La ricerca svolta e pubblicata nel libro Pubbliche intimità, arriva nelle sue conclusioni a confermare l'effetto amplificante dei social, cioè nei social si ripropone quanto di fatto si vive nella realtà "c'è un rapporto stretto e una sostanziale sintonia tra relazioni in presenza e relazioni mediate, tra mondi offline e online: le famiglie già caratterizzate da un buon livello di comunicazione fuori dai network tecnologici riescono a riprodurre le condizioni di questo dialogo intergenerazionale anche sui social, mentre le

famiglie con deficit di comunicazione offline non riescono a sfruttare appieno le possibilità offerte degli strumenti social. Si potrebbe parlare, dunque, di un processo di assimilazione fortemente condizionato dalle condizioni socioculturali preesistenti.” (Taddeo 2014 pp.21)

3 COMMENTI E CONCLUSIONI

Essendo la “facilitazione” il primo dei vantaggi attribuiti all'uso dei social, è impensabile che la frequenza e la modalità di utilizzo cambi, finché i giovani fruitori non acquisiranno una maggiore abilità e propensione alla comunicazione vis à vis.

Credo che, lasciati da soli, senza un sostegno esterno che li aiuti a superare le difficoltà che incontrano nelle relazioni interpersonali, gli adolescenti non riusciranno a produrre cambiamenti nelle loro modalità di comunicazione, né tanto meno abbandoneranno ciò che sperimentano come una facilitazione.

Rispetto ai contenuti che vengono veicolati attraverso i social, prevalgono in larga misura foto o immagini; i concetti sono quindi fondamentalmente mediati da immagini, che favoriscono più facilmente la veicolazione di contenuti emotivi, confermando quanto già affermato nel primo capitolo.

I social, contrariamente a quanto dichiarato dalla maggior parte degli intervistati secondo cui servirebbero per comunicare soprattutto con gli amici, di fatto rappresentano principalmente un'occasione per mettersi in mostra, confrontarsi, cercare di capire cosa fanno gli altri; vengono utilizzati come passerella dove ognuno afferma il fatto di esserci, pur temendo nel contempo il giudizio degli altri.

Osservando e commentando le moltissime foto postate specialmente su Facebook, si può notare che quasi mai i protagonisti sono “in posa”, o almeno non lo sono nel senso classico del termine. Le immagini non ritraggono quasi mai la figura intera, ma al contrario sono quasi sempre tagliate o centrate su alcuni dettagli; i volti sono spesso contratti in smorfie simpatiche o ridicole, frequentemente coperti in parte dalle mani.

Sono molti i ragazzi che invitati a spiegare per quali ragioni postino foto con le caratteristiche sopra descritte rispondono che con foto così non si può muovere la critica: “sei venuto/a male”.

A tale riguardo si rileva dunque una contraddizione, da un lato si rintraccia infatti il culto dell'immagine, sempre super ricercata, ma dall'altro si teme il giudizio degli altri, timore che viene quindi aggirato utilizzando foto che vengono costruite proprio con l'intento di “non venire bene”.

Apparire è dunque qualcosa che attrae ma è contemporaneamente temuto. La quasi totalità dei ragazzi intervistati si vanta nel dire che a loro non importa del giudizio degli altri, ma poi nello stesso tempo cercano il giudizio, andando a vedere se ricevono i “mi piace”, e non fanno altro che stare a criticare cosa fanno, dicono e postano i loro amici.

Questo modo d'agire fa pensare a persone in delicato equilibrio nella loro identità, desiderosi di essere originali, e contestualmente sempre pronti a seguire le ultime mode, così da sentirsi perfettamente in linea con quello che fanno gli altri.

Un altro dettaglio importante è la crescente popolarità degli youtubers, che stanno aumentando di numero e vengono sempre più seguiti nelle loro iniziative. Essi rappresentano un modello per i più giovani, molti dei quali desiderano aprire dei loro canali sperando di diventare ricchi, famosi e popolari come loro.

Questi youtubers, lanciano nuove mode, coniano nuove parole e nuovi modi di parlare, riuscendo a condizionare fortemente le modalità espressive dei più piccoli.

Due caratteristiche accomunano questi nuovi opinion leader: le innumerevoli parolacce con cui commentano i loro video ed il costante prendere in giro tutti.

I più giovani si lasciano coinvolgere da queste modalità senza neanche accorgersene.

Il vero problema dei social è rappresentato da alcune caratteristiche degli innumerevoli contenuti che passano in rete: sempre più numerose sono infatti le condotte devianti giudicate “normali”, solo perché diffuse. L'etichetta “lo fanno tutti”, diventa il passepartout per la legittimazione di condotte e modalità di comunicazione, in realtà fortemente discutibili, la cui ampia diffusione mette però in crisi la capacità critica degli adolescenti. Se questo fenomeno costituisce un pericolo in senso generale, lo è particolarmente per gli adolescenti, cioè per persone che si trovano a vivere una fase della loro vita in cui l'elaborazione delle capacità critiche è ancora in fieri.

CAPITOLO 4

ULTERIORI CONSIDERAZIONI

Come si è cercato di mettere in evidenza con questo scritto, ormai i Social Network sono strumenti entrati nella vita della maggior parte delle persone, ne hanno modificato le abitudini e gli stili relazionali; sono dei nuovi mezzi, che come tutte le novità possono offrire grandi opportunità, e nello stesso tempo amplificare vecchi problemi.

Rispetto alle opportunità, dobbiamo sicuramente riconoscere che il loro avvento ha facilitato la comunicazione tra persone, l'ha velocizzata e ha abbattuto i costi. Le informazioni circolano oggi più velocemente, ci si può confrontare con un maggior numero di opinioni, elementi questi che potenzialmente esaltano la libertà individuale.

In merito ai rischi correlati all'utilizzo dei Social Network, credo che questi mezzi ripropongano le vecchie criticità correlabili alla psicologia delle masse. Soffermandosi un po' sulle dinamiche di funzionamento delle masse, così come proposte da studi psicosociali storici, si osservano molteplici elementi di continuità rispetto agli stili di fruizione dei Social da parte delle nuove generazioni.

Vedendo come molti adolescenti si comportano quando si rapportano con i loro amici, on-line o nei gruppi, si può constatare che: "La massa è straordinariamente credula, è acritica, per essa non esiste l'inverosimile. Pensa per immagini, che si richiamano vicendevolmente per associazione... I sentimenti della massa sono sempre semplicissimi e spropositati. La massa quindi non conosce né dubbi né perplessità". (Le Bon 1895 p.64)

Quanto appena citato ben descrive e spiega i comportamenti dei giovani fruitori dei Sociali, ragazzi alimentati da mutevoli emozioni espresse con immagini sempre più preferite alle parole.

Questi adolescenti sembrano estremamente lunatici ed esagerati nelle loro reazioni, in verità molto spesso sono soltanto allineati alla psicologia della massa che determina il loro modo di pensare: "La massa corre subito agli estremi, il sospetto sfiorato si trasforma subito in evidenza inoppugnabile, un'antipatia incipiente in odio feroce". (Le Bon 1895 p.79)

Non di rado gli adolescenti vengono descritti come stupidi e immorali, definizione spesso disancorata dalla constatazione che con un'identità debole si è più facilmente inclini a seguire la dinamica delle masse.

"La massa riguardo al vero o al falso non conosce dubbi ed è consapevole della propria grande forza, essa è al tempo stesso intollerante e pronta a credere all'autorità. Rispetta la forza e soggiace solo moderatamente all'influsso della bontà, che ai suoi occhi rappresenta solo una sorta di debolezza... Quando gli individui si ritrovano riuniti in una massa, tutte le inibizioni scompaiono e gli istinti crudeli, brutali e distruttivi che sonnecchiano si risvegliano... la capacità intellettuale della massa sta sempre al di sotto di quella del singolo... la ragione e gli argomenti logici non riuscirebbero a lottare contro certe parole... le masse non conoscono la sete per la verità hanno bisogno di illusioni cui non possono rinunciare" (Le Bon 1895 p.139).

Anche McDougall, parlando della massa sembra descrivere molti comportamenti adolescenziali, in modo particolare sembra spiegare il motivo per cui spesso attraverso i social si riscontrano modalità comunicative banali, inconsistenti, "le intelligenze più piccole attirano al loro livello quelle più grandi. Queste ultime vengono ostacolate nella loro attività perché l'esaltazione dell'affettività crea comunque condizioni

sfavorevoli al lavoro intellettuale valido, perché i singoli sono intimiditi dalla massa e il loro ragionare non procede libero ed infine perché in ogni singolo individuo viene sminuito il senso di responsabilità per le proprie azioni."(Freud 1921 p.273)

Se appartenere ad una massa sembra così sconveniente perché allora il soggetto ne è attratto?

I vantaggi di sentirsi parte della massa sono notevoli, ma sicuramente quello che conta più di tutti è "l'esaltazione, prodotta in ogni singolo dell'affettività; in altre condizioni raramente gli affetti umani acquistano proporzioni quali quelle che si producono in una massa, e per i membri di questa è una gradita sensazione quella di perdere il senso della loro limitatezza individuale". (Freud 1921 p.274)

"All'interno di una massa e per influsso di questa, il singolo subisce una modificazione spesso profonda della propria attività psichica. La sua affettività viene straordinariamente esaltata, la sua capacità intellettuale si riduce in misura considerevole." (Freud. 1921 pag. 278)

Durante l'adolescenza, momento di particolare ampliamento delle conoscenze e degli orientamenti individuali, si pone più intensamente che in altre fasi della vita, il problema di come costruire il rapporto con gli altri. Di tale ampliamento i ragazzi colgono l'importanza e contemporaneamente la difficoltà; spesso si trovano nel disagio di non aver capito ancora cosa vogliono, chi sono, scoprendosi inadeguati alle relazioni così tanto anelate, non sanno come proporsi, come rendersi interessanti e allora scelgono la scorciatoia offerta dalla psicologia delle masse.

Quest'ultima affermazione spiega come specialmente l'adolescente tenda ad esaltare la sua componente emozionale, rimanendone nel contempo soggiogato, in balia.

È così che i social, utilizzando il canale emotivo e delle immagini, diventano per i giovani un ottimo catalizzatore e facilitatore delle relazioni, suscitando grande interesse e coinvolgimento.

Il vero problema non risiede quindi nei nuovi mezzi che restano pur sempre semplici veicoli benché molto più potenti di quanto lo siano stati i vecchi mass, media, televisione, radio e giornali.

Come sempre, il problema è invece l'uso che se ne fa.

Forse la vera novità dei Social è l'accessibilità sia in entrata che in uscita.

Chiunque può mettere informazioni in rete di cui è molto difficile verificarne la fonte, questo è un elemento che dovrebbe essere presente a tutti i fruitori.

Il fatto che una notizia o una informazione sia molto diffusa non significa che sia vera e attendibile, quindi questi mezzi non possono essere utilizzati con ingenuità.

Credo che il vero problema risieda proprio qui, non si dovrebbe essere ingenui, ma come si può pretendere che dei ragazzini di 11 anni non lo siano?

La responsabilità ritorna quindi su chi si prende cura dei giovani che affrontano l'utilizzo di questi mezzi come un gioco. Fare i genitori, gli insegnanti, gli educatori oggi è molto più difficile ed impegnativo di quanto lo fosse un tempo; oggi siamo di fronte ad una "complessità sociale" senza precedenti, e insegnare alle nuove generazioni a confrontarsi con una società così fatta, credo debba essere il compito, difficile ma affascinante, che dovrebbe vederci impegnati nel prossimo futuro.

Sempre di più si parla a proposito di tale compito di "life skills". L'OMS pubblica nel 1993 il Documento "life skills education in schools" che contiene l'elenco delle abilità personali e relazionali utili per gestire positivamente i rapporti tra il singolo e gli altri soggetti. Si tratta di

“competenze sociali e relazionali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le varie situazioni; di rapportarsi con autostima a sé stessi, con fiducia agli altri e alla più ampia comunità (dalla famiglia, alla scuola, al gruppo degli amici e conoscenti, alla società di appartenenza, ecc). La mancanza di tali skills socio-emotive può causare in particolare nei ragazzi e nei giovani, l’instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta a stress”.

Il “nucleo fondamentale” delle skills of life è costituito dalle seguenti abilità e competenze:

1. *Decision making (capacità di prendere decisioni)*: competenza che aiuta ad affrontare in maniera costruttiva le decisioni nei vari momenti della vita. La capacità di elaborare attivamente il processo decisionale, valutando le differenti opzioni e le conseguenze delle scelte possibili, può avere effetti positivi sul piano della salute, intesa nella sua eccezione più ampia.
2. *Problem solving (capacità di risolvere i problemi)*: questa capacità, permette di affrontare i problemi della vita in modo costruttivo.
3. *Pensiero creativo*: agisce in sinergia rispetto alle due competenze sopracitate, mettendo in grado di esplorare le alternative possibili e le conseguenze che derivano dal fare e dal non fare determinate azioni. Aiuta a guardare oltre le esperienze dirette, può aiutare a rispondere in modo flessibile alle situazioni di vita quotidiana.
4. *Pensiero critico*: è l’abilità ad analizzare le informazioni e le esperienze in maniera obiettiva. Può contribuire alla promozione della salute, aiutando a riconoscere e valutare i fattori che influenzano gli atteggiamenti e i comportamenti.
5. *Comunicazione efficace*: sapersi esprimere, sia sul piano verbale che non verbale, con modalità appropriate rispetto alla cultura e alle

situazioni. Questo significa essere capaci di manifestare opinioni e desideri, bisogni e paure, esser capaci, in caso di necessità, di chiedere consiglio e aiuto.

6. *Capacità di relazioni interpersonali*: aiuta a mettersi in relazione e a interagire con gli altri in maniera positiva, riuscire a creare e mantenere relazioni amichevoli che possono avere forte rilievo sul benessere mentale e sociale. Tale capacità può esprimersi sul piano delle relazioni con i membri della propria famiglia, favorendo il mantenimento di un importante fonte di sostegno sociale; può inoltre voler dire essere capaci, se opportuno, di porre fine alle relazioni in maniera costruttiva.
7. *Autoconsapevolezza*: ovvero sia riconoscimento di sé, del proprio carattere, delle proprie forze e debolezze, dei propri desideri e delle proprie insofferenze. Sviluppare l'autoconsapevolezza può aiutare a riconoscere quando si è stressati o quando ci si sente sotto pressione. Si tratta di un prerequisito di base per la comunicazione efficace, per instaurare relazioni interpersonali, per sviluppare empatia nei confronti degli altri.
8. *Empatia*: è la capacità di immaginare come possa essere la vita per un'altra persona anche in situazioni con le quali non si ha familiarità. Provare empatia può aiutare a capire e accettare i "diversi"; questo può aiutare a migliorare le interazioni sociali, per esempio in situazioni di differenze culturali o etniche.
9. *Gestione delle emozioni*: implica il riconoscimento delle emozioni in noi stessi e negli altri; la consapevolezza di quanto le emozioni influenzino il comportamento e la capacità di rispondere alle medesime in maniera appropriata.

10. *Gestione dello stress*: consiste nel riconoscere le fonti di stress nella vita quotidiana, nel comprendere come queste ci “tocchino” e nell’agire in modo da controllare i diversi livelli di stress.

Gli obiettivi individuati dall’OMS queste competenze che dovrebbero essere sempre più acquisite come il principale mezzo per orientarsi nella vita, possono essere sintetizzati nei tre seguenti punti:

- Migliorare il benessere e la salute dei bambini e degli adolescenti tramite l’apprendimento di abilità e competenze utili per affrontare varie situazioni, anche di fronte all’imprevisto o a situazioni di forte stress emotivo (es. perdita di una persona cara; disoccupazione; insuccesso scolastico o professionale; fallimento in campo affettivo; ecc...)
- Prevenire comportamenti a rischio (es. malattie trasmesse sessualmente; uso di sostanze psicotrope; cattiva alimentazione; ecc...)
- Formare i genitori, gli insegnanti, gli educatori in genere e/o eventuali animatori per sistemazioni di tempo libero (es. sport).

Persone che si stimano, sicure di sé, con una identità ben costruita, con una discreta cultura di base, non avranno troppa difficoltà a muoversi senza incappare in grandi pericoli sociali.

Se in passato il conoscere se stessi era un privilegio di pochi colti studiosi o filosofi, credo che oggi debba essere considerata un’abilità di base, come il conoscere l’inglese e i mezzi informatici, conoscenze senza le quali si risulta moderni analfabeti. È proprio di "analfabetismo affettivo" che parla Bauman Z. a proposito dell’attualità, come conseguenza di una società "liquida", dove cioè c’è crisi del legame sociale a causa del crescente individualismo, crisi accentuata dal venir meno di punti di riferimento, sociali e morali.

L'evidente disagio sociale che si sta vivendo nella nostra società, ed in particolare tra i giovani, rende urgente una stretta collaborazione, tra tutti i soggetti a vario titolo coinvolti con i minori, per promuovere competenze relazionali di base, finalizzate a formare soggetti liberi e consapevoli, per realizzare una “nuova civiltà”.

A proposito di questa “nuova civiltà” vorrei concludere con una citazione di Freud, presa dal suo scritto, *L'avvenire di un'illusione*. "Due sono le caratteristiche umane molto diffuse cui va addebitato il fatto che gli ordinamenti civili possono essere mantenuti solo tramite una certa coercizione: gli uomini non amano spontaneamente il lavoro e le argomentazioni non possono nulla contro le loro passioni.

Si dirà che l'indole delle masse umane qui descritta al fine di provare l'inevitabilità della coercizione al lavoro, non è nient'altro che il risultato di ordinamenti civili difettosi, a causa dei quali gli uomini si sono esacerbati e sono diventati vendicativi e intrattabili. Le nuove generazioni, educate con amorevolezza ed ad avere grande stima del pensiero, avendo sperimentato fin dai primi anni di vita i benefici della civiltà, avranno certamente un diverso atteggiamento verso di essa, la sentiranno come il loro patrimonio più inalienabile e saranno pronte a sopportare i sacrifici, di lavoro e di soddisfacimento pulsionale, necessari per preservarla. Potranno fare a meno della coercizione e si differenzieranno poco dai loro capi. Se finora in nessuna civiltà sono mai esistite masse umane di qualità siffatta, ciò è dovuto alla circostanza che nessuna civiltà ha ancora trovato gli ordinamenti atti a influire sugli uomini in questo modo, e fin dall'infanzia." (Freud 1927 pag. 438)

BIBLIOGRAFIA

- Aleni Sestito L. *Processi di formazione dell'identità in adolescenza*. ed. Liguori Napoli 2004
- Bauman Z. *Facebook, l'intimità e l'estimità* ed. Laterza Bari 2011
- Bauman Z. *Conversazioni Sull'educazione* ed. Erikson Trento 2015
- Boccia Artieri G. in *Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Catellani P. *Identità multiple in una società globale. In Identità e appartenenza nella società globale* ed. Vita e Pensiero Milano 2005
- Cesareo V. *La domanda di identità in una società multiculturale. In Identità e appartenenza nella società globale* ed. Vita e Pensiero Milano 2005
- De Santo E. *L'iterazione sociale nell'era dei social network. In Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- De Santo E. *I social network tra teoria e prassi In Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Erickson E.H. *Gioventù e crisi di identità*, ed. Armando, Roma 1995
- Freud. S. *Psicologia delle masse e analisi dell'io Opere vol 9* ed. Boringhieri Milano 1921
- Freud S. *L'avvenire di un'illusione Opere vol. 10* ed. Boringhieri. Milano 1927
- Giddens A. *Identità e società moderna*, ed. Ipermedium, Napoli 1991
- Goleman D. *Intelligenza emotiva*, ed. Rizzoli, Milano 1995
- Kerckhove Derrick, in *Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Lacroix M. *Il culto dell'emozione* ed. Vita e pensiero Milano 2002
- Lanier J. *Tu non sei un gadget*, ed. Mondadori Milano 2010

- Le Bon G. *Psychologie des foules* (Parigi) 1895 Traduzione di Villa G. Longanesi Milano 1970
- Ponziano R. *La riflessività nei siti di Social Network in Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Riva G. *I Social Network*, il Mulino Bologna 2010
- Servidio R. *Uno studio esplorativo sul rischio di dipendenza da internet in studenti universitari*, in *Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Servidio R. *Il rischio della dipendenza da internet*, in *Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Sennet R. *Il declino dell'uomo pubblico*, ed. Mondadori Milano 2006
- Siciliano Wilma *Homo conscius versus homo sentiens in Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014
- Taddeo G. Tirocchi S. *Networked Families. Media e social nelle relazioni familiari in Pubbliche intimità*, ed. Franco Angeli Milano 2014