



Parma,

28 aprile 2020 - L'idea del presente progetto nasce dalla limitata conoscenza che si ha riguardo al reale impatto che i social media possono avere sul funzionamento psicologico degli adolescenti. I social media, per definizione, sono piattaforme virtuali che permettono di creare, pubblicare e condividere contenuti generati direttamente dagli utenti. Infatti, proprio perché sono 'social', chiunque può interagire con essi e in essi, creando nuove relazioni dietro la protezione di uno schermo (pc, smartphone, tablet ecc.), oppure mantenendo contatti con chi già appartiene alla stessa rete di relazioni (Ceron, Curini, Iacus, 2014).

È

ovvio che la possibilità di mantenersi costantemente in contatto gli uni con gli altri ha i suoi vantaggi pratici, ma è quando il bisogno di contatto diviene una necessità primaria con conseguente isolamento dalla realtà, che l'uso assiduo dei social media (nello specifico per i giovani è più corretto parlare di social network) diventa fonte di non pochi problemi (Kuss & Griffiths, 2017).

I social network che oggi comunemente utilizziamo (Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat, ecc.) sono interpretati come mezzi per soddisfare bisogni personali molto diffusi fra gli adolescenti, come quelli di accettazione sociale o di accrescimento dell'autostima (Casale & Fioravanti, 2015).

Per questo motivo, oltre alla semplificazione e velocizzazione della comunicazione e alla possibilità di reperire informazioni immediate, i social media possono comportare un carico di stress, ansia, depressione e bassa autostima, molto difficile da gestire soprattutto in adolescenza, dove si è più vulnerabili emotivamente (Tang et al., 2017; Vannucci et al., 2017; Woods & Scott, 2016). In particolare, l'ansia è un disturbo molto frequente, con un andamento crescente dei sintomi dalla prima adolescenza fino alla media o tarda adolescenza (16-18 anni), fascia di età in cui i sintomi, se presenti, tendono ad amplificarsi creando problemi adattivi molto comuni (Van Oort et al., 2009).

È diffuso, inoltre, fra gli adolescenti, un senso di inadeguatezza derivabile in parte da una serie di fattori biologici che creano confusione nella gestione del proprio corpo e del proprio comportamento (Cameron, 2004). Anche le emozioni e i sentimenti, sperimentati in questa fase dello sviluppo, possono essere difficili da regolare o comprendere a causa di cambiamenti nei meccanismi sottocorticali che avvengono a questa età (Hare et al., 2008).

Nel periodo attuale, caratterizzato dalla forzata 'reclusione' dovuta al diffondersi del virus Covid-19, l'uso dei social network e di internet in generale è ciò che permette il contatto degli uni con gli altri, e può rivelarsi un'ottima risorsa per il reperimento di informazioni se usata nel modo corretto evitando di cadere nella trappola della disinformazione (Smith et al., 2020).

L'emergenza sanitaria può avere un forte impatto sulla salute mentale e psicologica e sull'inevitabile cambiamento delle abitudini, in quanto l'isolamento forzato e il malessere che ne derivano possono accrescere il carico di ansia e stress soprattutto per gli individui più fragili come gli adolescenti, i quali

potrebbero, inevitabilmente, approcciarsi ai social media in modo diverso rispetto agli stili abituali (Wang et al., 2020).

Obiettivi dello studio

Lo scopo dello studio è capire se le nostre doti emozionali, la tendenza all'ansia, depressione e stress (osservate a scopo puramente valutativo), possano incidere sull'uso dei social network/media in un periodo di emergenza. Considerando il cambiamento che il diffondersi del Covid-19 ha portato alla quotidianità, è interessante valutare l'esistenza di modificazioni nelle abitudini e nell'uso dei social media e di Internet, rispetto all'uso che ne è stato fatto in precedenza all'avvento della pandemia.

Il

carico di stress attribuibile ad essa e alla conseguente "reclusione" forzata può aver contribuito ad accentuare l'utilizzo dei social network per mantenere contatti con l'esterno e sentirsi emotivamente rassicurati, prendendo il sopravvento nell'organizzazione del "tempo libero". L'importanza di questo studio si concretizzerà nel momento in cui saranno chiarite le dinamiche di influenza tra i fattori: tendenza all'ansia e alla depressione, intelligenza emotiva e uso dei social network.

Cosa comporta la partecipazione degli studenti

La raccolta dei dati verrà effettuata attraverso la somministrazione di alcune domande in modalità online, le cui risposte saranno utilizzate nel rispetto della privacy ed elaborate esclusivamente in forma anonima. Gli studenti di età compresa fra i 16-18 anni, che vorranno partecipare allo studio fornendo il loro prezioso contributo, potranno accedere alla compilazione dei questionari attraverso il seguente link: <https://forms.gle/q6HfsDJcZ36Z61nf6>