



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

Corso di laurea in Scienze e Tecniche Psicologiche

Elaborato finale

**Studenti universitari e social media: com'è cambiato
il rapporto in seguito al periodo pandemico**

*University students and social media: what changed in
the relationship after the pandemic*

Relatore
Prof. Gini Gianluca

Laureando: Alessandro Ongaro
Matricola: 1221303

Anno Accademico 2022 - 2023

Indice

-Introduzione_____	3
Capitolo 1	
Sfera didattica: insegnamento telematico e impatto sull'apprendimento_____	5
-1.1 L'insegnamento in pandemia_____	5
-1.2 Il ruolo della didattica come fattore protettivo_____	9
Capitolo 2	
Sfera sociale: Conseguenze dell'isolamento e ruolo dei social media_____	13
-2.1 Conseguenze della pandemia sulla socievolezza dei giovani universitari_____	13
-2.2 il ruolo dei social media tra fattore protettivo e mezzo di comunicazione_____	19
-Conclusioni_____	25
-Bibliografia_____	27

Introduzione

Il 21 febbraio 2020 vengono rilevati i primi casi in Italia di infezione derivata da COVID-19, vedendo Bergamo e Vo' Euganeo come i primi focolai. L' 8 marzo 2020, tramite un decreto-legge, avviene un'ulteriore stretta alla mobilità della popolazione come tentativo di arginare la diffusione del virus: comincia il periodo di "lockdown". Questo è un evento che, nel bene e nel male, sarà considerato storico, portando cambiamenti in numerosi ambiti. L'obiettivo di questo elaborato è quello di riportare una parte di questi cambiamenti, concentrandomi in particolare sull' evoluzione della didattica e della socializzazione in ambiente universitario e sul ruolo ricoperto dalle nuove tecnologie, come i social media. La letteratura scientifica è ormai ricca di studi sull'impatto del lockdown e del COVID-19 in diversi ambiti, siano essi sanitari, sociali, economici o didattici. Nel periodo immediatamente successivo alla chiusura quasi totale della nazione, ancora non si poteva sapere quali sarebbero stati gli effetti di tale isolamento sulla popolazione, seppur una revisione sistematica della letteratura scientifica condotta da Silvia Minozzi, Rossella Saulle, Laura Amato e Marina Davoli (19 aprile 2021) hanno riscontrato un buon numero di studi (42 valutavano gli effetti sulla salute fisica e 27 su quella psicologica) condotti con accettabile affidabilità (59,6% di alta qualità, 96% per quelli di coorte) in 11 banche dati al 1 settembre del 2020. La maggior parte di questi studi venne condotto su un campione di popolazione con età compresa tra gli 0 e i 20 anni (Minozzi et al., 2021), andando perciò a ridurre l'applicabilità dei risultati. Questa revisione è stata condotta con l'aiuto di un software di machine learning per effettuare uno screening iniziale della rilevanza degli studi, questo coadiuvato da 2 ricercatori che,

in maniera indipendente, estraevano degli abstract dagli studi selezionati e ne valutavano la qualità metodologica tramite delle griglie apposite (Come la Newcastle-Ottawa scale o NOS, una NOS modificata per le indagini trasversali) (Minozzi et al., 2021), mentre “gli studi di coorte risultavano adeguati se il periodo di lockdown veniva confrontato con lo stesso di anni precedenti, in modo da tener conto della variabilità stagionale e se il follow-up era di almeno un mese dall’inizio del lockdown” (Minozzi et al., 2021, pg 3). I dati sono dunque presenti e considerati affidabili, ed essi riportano un certo interesse su come la popolazione studentesca ha reagito sulle chiusure e sulla modalità alternative d’insegnamento, non riservando però lo stesso trattamento ai giovani adulti alle prese con l’università (per lo meno, non in quel periodo).

Capitolo 1

Sfera didattica: Insegnamento telematico e impatto sull'apprendimento

1.1 L'insegnamento in pandemia

Uno dei più importanti cambiamenti avvenuti nella didattica in seguito al lockdown è, senza dubbio, l'impossibilità a continuare l'insegnamento denominato "frontale", ossia quello che avviene all'interno di una classe con la presenza di almeno un insegnante e almeno un/a alunno/a. "Il 100% delle scuole ha attivato la didattica a distanza" (Piano Scuola 4.0, MIUR, pg. 5), ovvero sia la creazione di classi virtuali (tramite software come ZOOM, GOOGLE Meet o Skype) alle quali parteciparvi tramite collegamento internet, webcam e microfono. Secondo il "Digital Economy and Society Index (DESI)" del 2020, ossia l'indice utilizzato dall'unione europea per valutare la digitalizzazione degli stati membri e l'effettivo utilizzo di essa per generare benessere, l'Italia è risultata al 25o posto su 28 con 43,6 punti (DESI 2020, European Commission). Il "DESI" del 2022 mostra un miglioramento notevole: 18° su 27 con 49,3 punti (DESI 2022, European Commission). Questo ben dimostra il grande impegno e investimento messo in atto, sia esso voluto o "forzato", ma per lo stesso motivo questa transizione non è stata priva di problemi. L'insegnamento telematico è un approccio che potrebbe sembrare "inferiore" a quello classico, ma si è potuto osservare che la qualità percepita dell'apprendimento sono equiparabili, mentre tra i fattori che realmente incidono sul risultato finale risultano "le competenze digitali di insegnanti e studenti, la disponibilità di piattaforme, strumenti e accesso a internet e, soprattutto, l'attitudine degli insegnanti verso l'insegnamento on-

line, inclusi le loro competenze e i loro repertori di pratiche” (Morselli, Dell’ Anna, Bellacicco, Stadler-Altman, 2021,pg. 3). Incrociando i dati prima riportati del DESI con l’importanza data all’attitudine degli insegnanti verso l’insegnamento telematico, possiamo supporre quindi che in parte vi sia l’insorgenza dell’“effetto Rosenthal”, dove la poca fiducia riposta nella didattica digitale porta alla percezione di un peggioramento degli insegnamenti che a sua volta, abbassando la qualità dei feedback dagli studenti, rinforza il circolo vizioso. “Per quanto riguarda la formazione universitaria, molti studi hanno evidenziato la capacità e prontezza di reazione delle istituzioni nel predisporre le necessarie infrastrutture e offrire servizi di supporto alla docenza” (Morselli et al., 2021, pg. 3). Questa maggior capacità d’adattamento potrebbe essere associata a diverse variabili, come la maggior autonomia media degli universitari rispetto a studenti tra i 5-18 o per la presenza di corsi o intere università che già offrivano un servizio telematico, i quali potrebbero essere stati usati come benchmark o spunto, oppure potrebbero aver avuto una funzione di “stimolare la competizione” sui servizi offerti dalle università. In qualsiasi caso, le opinioni, così come gli studi effettuati sul gradimento della modalità didattica a distanza, sono tendenzialmente discordanti: “Alcuni docenti hanno dichiarato che la didattica a distanza rappresenta un’opportunità per migliorare l’accessibilità e favorire l’innovazione didattica [] Per alcuni studenti le lezioni e gli esami online hanno rappresentato un vantaggio, sia in termini di accessibilità [] che di mobilità, specialmente tra coloro che hanno notevoli difficoltà nel raggiungere la sede universitaria” e “ tra i docenti universitari italiani risulta maggiormente diffusa l’opinione che la didattica a distanza abbia reso le lezioni meno dialogiche e innovative, portando ad un ritorno ad

un modello didattico più tradizionale e principalmente trasmissivo (Ramella & Rostan, 2020). Nonostante ciò, oltre la metà si dimostra favorevole a mantenere modalità di insegnamento misto anche in futuro.” (Morselli et al., 2021,pg 4). Nello stesso studio viene effettuata un’indagine sulle “opportunità e sfide per i docenti delle facoltà [] durante il lockdown primaverile del 2020” (Morselli et al., 2021,pg 4). La ricerca avviene attraverso la somministrazione di un questionario nel quale sono presenti sia domande a risposta chiusa che a risposta aperta. Gli intervistati sono stati 44, con un’età media di 48,7 anni e l’esperienza media di insegnamento è risultata di 12,9 anni. I risultati ottenuti indicano “Quasi metà dei partecipanti pensa che la modalità online permetta più possibilità di quella in presenza.” (Morselli et al., 2021,pg 5) e che “l’86% degli intervistati ha utilizzato una maggior quantità di tempo per preparare le lezioni”, probabilmente perché vi era la necessità di compiere registrazioni e la preparazione di materiali che precedentemente non esistevano, o solo in parte. Il 79% riporta che sarà possibile mantenere una modalità duale di insegnamento,“anche se un’analisi tematica più ravvicinata rivela tanti se e tanti ma (N=32): solo a certe condizioni (N=13), per esempio avendo le prime lezioni in presenza; possibile ma non auspicabile (10); solo per 4 risposte la combinazione potrebbe funzionare bene”(Morselli et al., 2021,pg 6). Essendo stata sondata solamente l’opinione di 44 professori “della Facoltà di Scienze della Formazione della Libera Università di Bolzano”, questo studio non è certamente determinante, però può porre luce su come l’emergenza pandemica abbia “costretto” l’educazione ad evolversi, seppur temporaneamente, permettendo in futuro la ritenzione di idee e modalità prima inesplorate. Non bisogna inoltre dimenticare che avere la possibilità di

frequentare da casa le lezioni gioca un fattore estremamente importante sull'inclusione riguardo soggetti fragili e/o caregiver, normalmente in difficoltà nel seguire lezioni tradizionali: "Considerando in modo specifico la comunità studentesca, possiamo affermare che una quota tutt'altro che insignificante di iscritti agli atenei italiani comprende studenti fragili (ANVUR. Rapporto ANVUR)" (nell'anno accademico 2019-2020, il 36,1% dei nuovi immatricolati risulta affetto da disabilità superiore o uguale al 66%) e "Solo i caregiver rappresentano il 6,5% del totale" (Garavaglia, Terrenghi, 2022, pg 207). È stato utilizzato un questionario al quale hanno partecipato, su base volontaria, gli studenti alla conclusione degli anni accademici 2020/2021 e 2021/2022 del corso di laurea triennale dell'università degli studi di Milano, ed è emerso che "circa i tre quarti dell'universo degli studenti sarebbe veramente in grado di partecipare alle attività didattiche senza difficoltà serie e specifiche." e "Nel complesso circa 9 studenti su 10 affermano, infatti, che il dual mode è estremamente funzionale e che, al massimo, presenta qualche problematica risolvibile e poco impattante sul regolare svolgimento della lezione." (Garavaglia, Terrenghi, 2022, pg 208). Una buona parte del corpo studentesco preso in esame trova l'insegnamento a distanza funzionale e il "30% circa degli studenti [] dichiara di essere iscritto nella speranza di poter usufruire ancora di una formazione online e che spera di non dover abbandonare o trasferirsi qualora questa opportunità non dovesse verificarsi." (Garavaglia, Terrenghi, 2022, pg 209). Confrontando i dati, si può inferire che la visione di questa evoluzione sia leggermente diversa tra professori e studenti, dove i primi la vivono come sì una buona opportunità, ma anche come un lavoro ulteriore e solo se in affiancamento al metodo "tradizionale",

mentre gli studenti apprezzano la libertà di fruizione del materiale e il notevole risparmio economico su vitto, alloggio e trasporto, senza però completamente rinunciare alla frequentazione dell'ambiente universitario.

1.2 Il ruolo della didattica come fattore protettivo

Quando un elevato numero di persone si sono ritrovate a dover scendere a patti con l'isolamento forzato, il comfort derivato dalla presenza di una routine composta da attività conosciute e familiari è venuto meno, obbligandole a trovare attività che potessero effettivamente praticare, tra cui l'uso di dispositivi multimediali. Per gli universitari vale lo stesso discorso, dovendo però mantenere le scadenze scandite dalla vita accademica e presentando lo studio come una possibile valvola di sfogo e passatempo. Potrebbe sembrare un fattore positivo, e in certi casi può certamente portare a un miglioramento, ma di contro se il senso di auto-efficacia risulta non adeguato o ci si sente inadeguati di fronte a tale sfida, un sentimento più che umano diventa l'evitamento di una tale attività che porta ad aumentare il distress, innescando una spirale discendente. Uno studio condotto da Chiara Ghislieri insieme ad altri suoi colleghi ha cercato proprio di far luce su come il fit accademico, inteso come "la percezione di compatibilità tra le proprie caratteristiche e quelle previste/richieste dal percorso formativo frequentato (Schmitt et al., 2008) nelle dinamiche di malessere e benessere di chi studia" (Ghislieri et al., 2023, pg. 43), possa essere risultato un fattore protettivo durante il periodo del secondo lockdown (marzo-aprile del 2021 circa). I dati sono stati raccolti tramite un questionario somministrato a volontari, circa 10.212 da 11 atenei italiani, il 62% delle risposte

provengono da studenti in atenei del sud e isole e il 71% dei partecipanti sono di sesso femminile. Gli item hanno misurato engagement, esaurimento e Fit accademico, i primi due disposti su scale di frequenza da 1 a 5, il terzo con una scala di accordo da 1 a 10. I risultati mostrano la dipendenza da internet e il carico di studio percepito in correlazione positiva con l'esaurimento emotivo, mentre il Fit accademico lo è con l'engagement (Ghislieri et al., 2021). E' necessario tenere a mente la poca eterogeneità dello studio poiché sono state riscontrate delle differenze di dati tra componenti maschili e femminili: queste ultime hanno mostrato infatti risultati più alti di ansia da esame e una maggior paura di essere contagiate. Oltre a ciò, una buona parte dei partecipanti ha usufruito di servizi telematici di accademie allocate in regioni che hanno avuto una difficoltosa digitalizzazione d'emergenza e questo è risultato uno dei fattori che hanno contribuito ad un aumento del distress. Quindi un alto engagement è correlato positivamente con il fit accademico, il quale potrebbe risultare scontato, ma è pur vero che il carico di studio, alto engagement o meno, è correlato con l'esaurimento nervoso: anche uno studente che ama ciò che studia ed è altamente motivato può andare incontro ad un esaurimento emotivo. Nel mondo del lavoro si sente spesso parlare di workaholism, per l'ambito universitario è stato coniato il termine studyholism ed entrambi indicano una situazione di ossessione o dipendenza, rispettivamente, dal lavoro e dallo studio. Come è possibile ipotizzare, di fronte al prospetto di rimanere bloccati dentro un ambiente per un periodo di tempo indefinito senza particolari svaghi, più di qualche studente deve aver pensato su come sfruttare la situazione per migliorare i propri voti o portarsi avanti con lo studio, andando incontro a problematiche motivazionali, mentali o fisiche (ad esempio

abbandonando gli studi in seguito ad un burnout). Uno studio di Yura Loscalzo, Costanza Ramazzotti e Marco Giannini ha cercato di riportare le fluttuazioni dello “study engagement” e del studyholism in seguito al periodo pandemico nella popolazione universitaria. Il test è stato effettuato su un sotto-campione di 202 studenti, selezionati tra 6075. L’età è tra i 19 e i 52 anni e, anche in questo studio, vi è una forte prevalenza di partecipanti di genere femminile (86,1%) provenienti in leggera maggioranza dall’Ateneo di Firenze (55%). I risultati sono chiari: l’ 83,7% dei partecipanti ha riportato effetti negativi, il 47,5% effetti positivi e il 10,4% effetti neutrali. In seguito sono stati effettuati ulteriori test per determinare se gli effetti positivi sono correlati ad un livello alto di study engagement e basso di studyholism e viceversa per gli effetti negativi, ossia alto livello di studyholism e basso di study engagement: questi test, avvenuti tramite t di student, hanno supportato l’ipotesi per lo studyholism, ma non per lo study engagement (Loscalzo, Ramazzotti, Giannini, 2021). Con questa affermazione, si può evincere che la presenza di una dipendenza/ossessione dallo studio è direttamente correlata alla presenza di effetti negativi, ma non è così invece per l’engagement e gli effetti positivi, ergo è più urgente tenere a bada la prima che incentivare la seconda.

Riassumendo, il Fit accademico è risultato importante durante la pandemia poiché ha agito in maniera positiva con la motivazione e il senso di auto-efficacia, proteggendo in parte gli studenti dall’esaurimento emotivo. La mancanza di ulteriori svaghi e la quasi-costrizione al ripiegarsi sui libri per combattere la noia e la solitudine hanno aumentato il livello di studyholism che, insieme all’importanza assegnata all’andamento

accademico, hanno probabilmente creato un effetto “paraocchi”, portando a stridere con gli effetti positivi del Fit.

Capitolo 2

Sfera sociale: Conseguenze dell'isolamento e ruolo dei social media

2.1 Conseguenze della pandemia sulla socievolezza dei giovani universitari

Con l'isolamento di marzo 2020 si è reso necessario trovare un modo per continuare a offrire accesso ai servizi essenziali come i generi alimentari, farmaci, sanità pubblica ed istruzione. Quest'ultima è stato deciso, per salvaguardare la salute pubblica, di erogarli in via telematica che, come accennato prima, risulta tramite una connessione internet e uno strumento multimediale. Ma è stato trascurato, per questioni di necessità, l'ambito sociale. I giovani tra i 18 e i 25 anni che fino a qualche giorno prima godevano di una certa dose di libertà personali, si è ritrovata a dover scendere a patti con la solitudine, oppure con il tornare alle regole familiari dalle quali ci si era sottratti. Questa "costrizione", oltre alla comune mancanza di spazi personali nei quali vivere la propria indipendenza, ha fatto sì che molti giovani si affidarono all'internet non solo come mezzo didattico ma anche come luogo all'interno del quale svagarsi, socializzare e sfogarsi. Questo ha accentuato i problemi derivati dalla dipendenza dall'internet che, seppur non ancora riconosciuta in maniera ufficiale dal DSM-5 come una dipendenza da non sostanza, è senza dubbio divenuto un problema rilevante, specialmente in seguito alla smodata presenza di fruitori anche molto giovani di questo sfaccettato mezzo. Un altro problema non indifferente è legato al cambio del metodo comunicativo: secondo Albert Mehrabian (1971), il linguaggio umano si basa per il 7% su fattori verbali, il 38% sui paraverbali e per ben il 55% su quelli non verbali. Comunicando attraverso uno schermo

o solo attraverso la voce (telefonando) andiamo ad alterare, se non addirittura a perdere, quasi il 90% delle informazioni contenute nella comunicazione. Uniamo ciò alla presenza di una “latenza comunicativa”, ossia un ritardo dovuto a limiti materiali, come una connessione scadente o la comunicazione tramite messaggi, e possiamo tracciare una mappa delle difficoltà relazionali che sono comparse tra gli universitari con l’isolamento. A queste difficoltà Anna Lisa Palermiti, Maria Giuseppina Bartolo, Rocco Servidio, Flaviana Tenuta e Angela Costabile hanno cercato di assegnare una presenza misurabile grazie ad uno studio compiuto nell’università della Calabria. A questo studio hanno partecipato 454 studenti e studentesse rispondendo ad un questionario nel quale erano presenti scale validate sulla paura da COVID-19, Depressione, ansia, stress e l’ IREQ-1 (Internet Related Experiences Questionnaire, versione Italiana, Servidio et al., 2019). Come per i precedenti studi, ritengo utile comunicare che il campione era composto dal 91,9% da studentesse e dall’8,1% da studenti di età compresa tra i 18 e i 25 anni, questo perché come poi vedremo, ci sono state delle differenze di risposte che sembrerebbero correlate al genere. I risultati riportano che i mezzi dotati di un accesso ad internet, come i computer, tablet e telefonini, sono stati utilizzati dal 68,2% per la didattica a distanza, dal 58,6% per mantenere i rapporti interpersonali e dal 20,2% per ricercare informazioni sulla pandemia (Palermiti et al., 2021). Le analisi sulle correlazioni mostrano che la paura per il COVID-19 è correlata positivamente con l’ ansia e la depressione, mentre il rischio da dipendenza da internet è correlato positivamente con tutti i 3 fattori precedentemente elencati, ma negativamente con l’ età. Le differenze fra generi sono un minor punteggio per gli studenti sugli item di ansia e depressione e paura

da COVID-19 ($M=2,11$ $DS=0,485$ contro $M=2,65$ $DS=0,543$) e per il rischio da dipendenza da internet associata a conflitti intrapersonali ($M = 2.10$, $DS = .520$ contro $M = 1.92$, $DS = .543$), mostrando come le studentesse siano meno affette da fattori interni come l'autostima o gli atteggiamenti (Palermi et al., 2021). Una delle conclusioni che trae questo studio è di porre attenzione in particolare ai legami familiari, importanti non solo per questioni emotive, economiche e pratiche, ma anche per via delle strategie di coping che vengono messe in atto, contribuendo come ulteriore fattore protettivo. Purtroppo, come ci si poteva aspettare, non sempre tutte queste strategie sono messe in atto efficacemente e uno dei possibili risultati è l'isolamento sociale volontario. Questo fenomeno, comparso e analizzato per la prima volta in Giappone alla fine degli anni 80, viene altresì definito come "Hikikomori", formato dall'unione di due verbi: "hiku" (tirarsi indietro, scomparire) e "komoru" (isolarsi, confinarsi) (Coppola, Masullo, 2021). Come da tradizione per i termini giapponesi, si può ipotizzare il comportamento di chi lo presenta: Essi attuano infatti "attuano un volontario e consapevole ritiro dalla vita sociale e da ogni forma di socialità face to face per ritirarsi nella propria abitazione e diradare, fino nei casi più severi ad azzerare, ogni rapporto sociale veicolato dalla presenza fisica o dall'interazione diretta (Saito 2013)" (Coppola et al., 2021, pg 2). Con l'avvento del distanziamento sociale in seguito alla pandemia di COVID-19, questi atteggiamenti hanno ricevuto un'accezione quasi positiva o virtuosa, seppur slegati dalla volontarietà dell'individuo. Per essere un caso di hikikomori devono essere presenti dei fattori, primo tra tutti la volontarietà del ritiro sociale (sia esso parziale o totale) e la durata di esso di almeno 6 mesi, una fobia sociale e/o scolare con una non necessaria

ma comune dipendenza da dispositivi elettronici e da internet (Coppola et al., 2021). Dzierzinski (2003) afferma che gli individui con problematiche di isolamento sociale volontario seguono una “carriera” comune con lo sfociare nell’autoreclusione, iniziando da pressioni sociali (spesso da ambienti scolastici e/o familiari) e continuando per una spinta al conformismo, utilizzando il ritiro sociale come segno di protesta. Saito (2013) invece ha ampliato il concetto introducendo la “spirale negativa” come condizione comune a molti hikikomori: frequenti pensieri disfunzionali, familiarità con alti livelli di ansia, bassa autostima, autoefficacia e povere strategie di coping. In Giappone il contesto sociale presenta delle particolarità comuni ai paesi asiatici, risultando una società collettivista: viene enfatizzata l’interdipendenza di ogni individuo all’interno della collettività e la priorità delle finalità collettive su quelle individuali (Sagliocco 2011). Questo porta la collettività giapponese a rifiutare tutto ciò che ne mina l’armonia e, di conseguenza, a far provare sensi di colpa, vergogna e negazione alle famiglie con figli affetti da tali problematiche (solitamente maschi tra i 18 e i 27 anni, figli unici o primogeniti da famiglia di ceto sociale medio/alto) (Coppola et al., 2021). La rigida struttura gerarchica presente sia nelle organizzazioni che all’interno del nucleo familiare non fa altro che peggiorare la situazione: il primogenito generalmente assume la responsabilità della famiglia, spesso incentivando una devozione tale verso la sfera lavorativa da intaccare quelle emotive e relazionali del nucleo familiare. La donna assume quindi un ruolo quasi solitario nella crescita della prole, creando spesso una interdipendenza madre-figli che risulterebbe in un attaccamento disfunzionale verso contesti sociali extrafamiliari, percepiti come “estranei”. In Italia i primi casi di hikikomori

sono stati verificati intorno al 2007 e, secondo le stime della Società Italiana di Psichiatria, hanno raggiunto tra i 100'000 e i 120'000 casi nel 2018. Il prototipo di recluso volontario italiano risulta: tra i 14 e i 20 anni, vive nel nord-Italia, è figlio unico e ha una buona probabilità di avere genitori separati o divorziati. A differenza di quello giapponese, l' hikikomori italiano non rifiuta a priori la società, dimostra anzi dei tentativi di conformismo che falliscono per via di specifici fattori individuali e contestuali (Coppola et al., 2021). Secondo Bagnato (2017) la scuola italiana ha un ruolo molto importante nello sviluppo dell' hikikomori per via dell'estremamente sociale metodo valutativo, con immediate condivisioni dei risultati in tempo reale alla collettività e dando adito ai dati della dispersione scolastica tra i 13 e i 15 anni (MIUR 2019), mentre le università in generale si stanno muovendo in una direzione opposta, ossia cercando di evitare di pubblicare all'intera collettività i risultati, in quella che potrebbe essere definita da alcuni una "gogna" pubblica. Con l' avvento del lockdown, si è rivelata l'opportunità di osservare l'interazione di un elevato numero di persone in contesti sovrapponibili a quelli degli isolati sociali volontari. In particolare, lo studio effettuato da Marianna Coppola e Giuseppe Masullo ha voluto prendere in esame le opinioni e gli atteggiamenti dei giovani hikikomori nel periodo tra il 9 marzo e il 4 maggio 2020 nei confronti del confinamento e distanziamento sociale, all'uso massiccio e obbligato della comunicazione e socializzazione online, oltre a venir prese in esame anche le principali emozioni sperimentate durante il lockdown. Il contesto virtuale preso in esame consiste in un gruppo Facebook a tema hikikomori con 4590 iscritti circa, analizzando circa 253 post con argomento l'emergenza COVID-19. I risultati mostrano principalmente la presa

di 2 posizioni, una conservatrice e una destigmatizzante: la prima comporta la volontà di definire le differenze tra l'isolamento sociale involontario e quello volontario, combattendo le minimizzazioni del fenomeno da parte degli "involontari" e dei media; la seconda invece comporta lo sfruttare la situazione dove il comportamento degli hikikomori è considerato "virtuoso" rispetto al passato e utilizzarla come standardo per cercare di togliere lo stigma dell'isolamento sociale volontario ed elevarlo ad atteggiamento positivo. Le opinioni riguardo la socialità online possono essere invece riassunte coi termini funzionalità, velocità e a-corporeità: la funzionalità riguarda gli evidenti benefici apportati dagli strumenti online che hanno permesso a miliardi di persone di continuare a soddisfare i propri bisogni didattici, sociali e lavorativi ; la velocità, come ci si può immaginare, è la caratteristica che maggiormente risalta nelle socializzazioni online rispetto alle face to face, permettendo il proliferare e lo svilupparsi di articolate comunità online; l'a-corporeità indica il vantaggio del non doversi esporre fisicamente durante le interazioni, permettendo a chiunque di porsi nella maniera che ritiene più consona senza problematiche legate all'autostima o alla visione che si ha della propria corporeità. Tra le emozioni emerse da questo studio, le 3 predominanti sono la rabbia, la paura e la motivazione alla ripartenza: rabbia come sfogo verso la società e gli adulti ritenuti responsabili delle crisi presenti (ricordo che l'età registrata degli hikikomori è tra i 14 e i 20 anni); paura per la propria salute e per le inevitabili, oltre che frequenti interazioni coi propri familiari a causa del confinamento, provocando uno stato di ansia; motivazione alla ripartenza riguarda l'inaspettata volontà di uscire da quell'ambiente che precedentemente risultava l'unico "porto sicuro", andando a

sottolineare come l'isolamento sia di origine volontaria, ricercandolo qualora venga a mancare. In conclusione, con la pandemia si è potuto osservare le reazioni di questo gruppo di persone, i quali fanno in modo di mettere in evidenza sia le differenze rispetto agli isolati involontari che sfruttare l'occasione per sottolineare la virtuosità del loro comportamento, in modo forse da placare il disagio interno che provano per via della loro condizione. La pandemia ha avuto dunque effetti molto pesanti sulla salute mentale della popolazione, l'ultimo report della OECD del 12 maggio 2022 (Organisation for Economic Cooperation and Development) infatti riporta come i giovani tra i 15 e i 24 anni abbiano più probabilità (tra il 30% e l'80%) di segnalare sintomi depressivi o legati all'ansia rispetto agli adulti e come sia generalmente più che duplicato nella maggior parte degli stati europei nel periodo 2020-2021 (circa il 10% in più rispetto al 2019). Si rende quindi necessario porre una certa attenzione a mantenere attivi i canali terapeutici e di aiuto, come molte università hanno fatto per via telematica. Il report dell' OECD (2022) consiglia inoltre di porre particolare attenzione all'impatto che il COVID ha avuto sull'occupazione giovanile, penalizzata in maniera sproporzionata e rendendo difficile l'ingresso di giovani laureati o laureandi nel mondo del lavoro, intaccando il senso di autoefficacia, la fiducia per il futuro e, dal punto di vista più pratico, le disponibilità economiche che supporterebbero ulteriori studi e l'economia nazionale.

2.2 Il ruolo dei social media tra fattore protettivo e mezzo di comunicazione

Nei precedenti capitoli più volte è stata sottolineata l'importante ruolo che hanno ricoperto le piattaforme di socializzazione e comunicazione, altresì definiti social media.

Essi infatti non solo hanno permesso un funzionamento dei settori produttivi mondiali, seppur in maniera ridotta, ma soprattutto hanno svolto una funzione protettiva verso le persone costrette all'isolamento forzato, permettendo il controllo e contenimento di sintomatologie legate all'ansia e alla depressione. Inoltre, i social media sono stati ampiamente utilizzati anche a livello statale per dirigere in maniera più efficace possibile il periodo di lockdown, seppur alcuni paesi abbiano agito in maniera diversa: la Cina ha eseguito una quarantena dura, veloce e localizzata per cercare di mantenere attiva la produzione mantenendo basso il numero di contagiati, la Svezia invece ha agito con manovre più leggere, con forti raccomandazioni contro le aggregazioni sociali e rendendole illegali nel caso superassero le 50 persone (Tsoy, Tirasawasdichai, Kurpayanidi, 2021). L'Italia, essendo anche il primo paese europeo contagiato, ha iniziato fin da subito con le chiusure, arrivando a quella generalizzata dell'8 marzo 2020 e anticipando gli stati confinanti come la Francia e l'Austria. Johnson & Kaye (2004) hanno riscontrato che la credibilità dei blog è superiore rispetto ai media tradizionali come la televisione, questo perché vi è l'idea che le informazioni riportate siano state personalmente vissute dall'autore e confermate dai diversi editor o fruitori dell'articolo. Questo però può far passare come veritiere quelle informazioni che, una volta verificate tramite fonti attendibili, non lo sono: questo è considerato uno tra gli aspetti più dannosi dei social media. Durante la grave crisi pandemica infatti, ci sono stati grossi problemi di disinformazione, combattuta in parte dalle principali aziende del settore (ad esempio META) tramite l'utilizzo di controllori terzi sulla veridicità di tali informazioni e con la soppressione dei post considerati dannosi. Questa malleabilità può essere attribuita a

diversi aspetti, ad esempio Kasperson et al. propongono nel 1988 il “modello di amplificazione sociale del rischio”, il quale propone di come la percezione del rischio può, passando attraverso delle “stazioni d’amplificazione” (siano esse entità sociali o singoli individui), venire amplificata o ridotta. Anche la paura provata dalla popolazione è un fattore importante da tenere a mente, in quanto essa è capace di alterare la percezione delle informazioni e la strategie preventive messe in atto: Janis (1967) suggerì come utilizzare volontariamente l’attivazione derivata dalla paura (altresì detti “Appelli alla paura”) per persuadere i soggetti a compiere determinate azioni, la quale segue una U inversa. Man mano che aumenta il livello di paura però avviene il cosiddetto “effetto boomerang”, provocando un evitamento del messaggio da parte dei destinatari, non ottenendo la risposta sperata. Questo effetto è stato utilizzato ampiamente attraverso i social media per promuovere l’autoisolamento e la vaccinazione, oltre che a comportamenti considerati responsabili. Un’altra modalità persuasiva che è stata osservata attraverso i social media può essere spiegata attraverso la “Cognitive Evaluation Theory” (CET): essa prevede che eventi interni ed esterni siano capaci di influenzare le motivazioni intrinseche ed estrinseche (Tsoy et al., 2021). Le intrinseche portano al compimento di determinate azioni e/o attività per il solo piacere derivato dallo svolgimento delle stesse o per il valore che si dà personalmente al completamento di tale evento, mentre le estrinseche riguardano il compiere un atto per il solo scopo di avere una ricompensa esterna: lo stipendio potrebbe essere considerato una motivazione estrinseca e il piacere di migliorare nel proprio lavoro una intrinseca. Riguardo la pandemia, lo sfruttamento della motivazione estrinseca può riguardare il

bisogno di sentirsi competenti qualora si agisca nell'ambiente esterno, usando l'imposizione delle regole per possibile accettazione sociale, per evitare pericolose conseguenze (problemi di salute) o il giudizio della comunità (Tsoy et al., 2021). I social media si dimostrano perciò un potente strumento comunicativo che, se usato coscientemente ed efficacemente, può svolgere un lavoro superiore a qualsiasi altro media attualmente presente verso un numero maggiore di persone e più velocemente. Tutta questa potenza però si rivela un'arma a doppio taglio: nel caso un'informazione falsa o errata sia condivisa, si applicherebbero gli stessi fattori prima citati, creando un grosso problema di disinformazione con possibili conseguenze su più piani (le morti da mancata vaccinazione per via della circolazione di informazioni errate sono un esempio). Oltre il lato informativo e di coordinamento emergenziale però, i social media si sono rivelati utili anche come fattori protettivi verso la popolazione isolata per via delle misure di contenimento. Uno studio condotto sulla popolazione spagnola da Aviana O. Rosen e collaboratori ha mostrato un aumento cospicuo di utilizzo dei social media e si sono interrogati su che effetti può aver avuto questo fenomeno sui fruitori. In particolare, l'applicazione "whatsapp" ha avuto un incremento d'utilizzo dell'83% in Spagna, il più alto registrato, tanto da elevarla a piattaforma sociale da semplice software di messaggistica (Rosen et al., 2022). La ricerca è avvenuta tramite l'utilizzo sia di un metodo qualitativo che di uno quantitativo: il primo si tratta di 40 approfondite interviste semi-strutturate, utilizzate per ottenere i punti di vista e le percezioni in maniera più completa ed esaustiva. Il reclutamento del campione si è svolto a tranches, dove la prima riguardava i soggetti considerati più a rischio, mentre le altre 2 riguardava

soggetti meno a rischio, riuscendo a creare un gruppo equilibrato e applicabile alla popolazione. Il metodo quantitativo riguarda invece la raccolta di dati in 2 diversi momenti (aprile 2020 e aprile 2021) tramite la somministrazione di questionari, 6789 alla prima ondata e 3500 alla seconda. Il campione comprendeva soggetti spagnoli almeno maggiorenni, anche qui considerabili rappresentativi della popolazione. I risultati dell'intervista semi strutturata indicano 42 citazioni di "whatsapp", 7 di "instagram", 4 di "facebook", 1 di "twitter " e 4 di "youtube" , oltre che l'utilizzo di numerosi termini associabili all'uso di social network e 80 citazioni di "videochiamate" (Rosen et al., 2022). I risultati del metodo quantitativo invece riportano un sostanziale aumento dell'uso dei social media per entrambi i sessi (75,5% per le donne e 66% per gli uomini), con una prevalenza tra i soggetti di età compresa tra i 18 e i 34 anni. La prima ondata(aprile 2020) mostra che il 47,1% dei partecipanti che hanno ammesso un aumento dell'utilizzo dei social media hanno precedentemente riportato che li avrebbero utilizzati nel caso avessero avuto bisogno di un sostegno emotivo e del 47,9% nel caso avessero avuto bisogno di sostegno per l'acquisto di genere alimentari e di prima necessità. Il 28,5% che ha riportato un aumento della solitudine ha mostrato anche un aumento dell'uso delle piattaforme sociali. Per la seconda ondata sono state riscontrate correlazioni simili a quelle presenti nella prima ed è stato ipotizzato che chi ha avuto minor difficoltà nell'approvvigionarsi è perché ha avuto un maggior supporto sociale, mentre chi ha avuto maggiori difficoltà ha incrementato l'utilizzo delle piattaforme sociali (il 20,6% ha ammesso difficoltà, di cui il 49,2% ha riportato incremento dei social network), portando a pensare che si siano rivolte a esse per cercare supporto. Oltre alla

ricerca di quest'ultimo, ci sono state diverse istanze di utilizzo di questi software per provare nuovi hobby, cercare soluzioni per mantenersi in salute o per ampliare le proprie capacità. Uno studio di Aksoy et al (2021) ha notato una correlazione tra influenza dei social media e paura per il COVID-19, ma allo stesso tempo ne è stata trovata una tra l'influenza sia familiare e dei social media con una maggior coscienza verso il proprio benessere, riportando l'intraprendere di nuovi hobby, sport e alimentazioni più salutari. Uno studio simile effettuato in Gran Bretagna (Goodyear et al., 2021) ha riportato l'ampio utilizzo di social network per l'organizzazione della propria salute, ricercando esercizi fisici, ricette salutari e metodi per relazionarsi con coetanei e familiari, seppur esistano un numero non trascurabile di fattori contestuali e variabili che possono incidere sull'uso che ne viene fatto. Tutti questi dati portano a riconoscere un aumento dell'utilizzo delle piattaforme sociali, ma che questo aumento possa essere anche attribuito ad una maggior percezione di supporto sociale da parte dei fruitori, oltre che a sfruttarli per migliorare il proprio benessere fisico e la propria salute.

Conclusioni

La pandemia di COVID-19 e tutte le sue conseguenze, come la chiusura generalizzata e l'isolamento preventivo, hanno influenzato un numero consistente di ambiti: è aumentata la richiesta di microprocessori, portando attenzione sulle vicende che vi stanno dietro anche al grande pubblico; si comincia a prestare una maggior attenzione ai cambiamenti climatici (ricordo bene i canali di Venezia che hanno ospitato delle specie precedentemente impensabili come i delfini); la sanità e la farmacologia sono finite sotto i riflettori, così come i danni che la disinformazione può creare; la bassa natalità di numerosi paesi sviluppati è divenuta sempre più pressante. Per quanto riguarda la didattica e il benessere, la prima ha mostrato i suoi limiti (speso derivati dalla bassa digitalizzazione) e i suoi lati di forza (la capacità di fungere da protezione emotiva nei momenti più complessi), mentre il secondo ha portato a porsi delle domande esistenziali su cosa sia davvero importante, come la conseguente attuazione di scelte che sacrificano la produttività in cambio di un maggior controllo sulla propria vita (licenziamenti di massa, più persone scelgono lavori meno retribuiti ma che lasciano maggior tempo per se stessi, la minor disposizione ad accettare compromessi in ambito relazionale e lavorativo). Abbiamo anche visto che la pandemia ha spinto, per questioni di necessità, ad un netto miglioramento delle infrastrutture digitali e ad un maggior uso dei social media sia come luogo "virtuale" per socializzare che come possibile piattaforma comunicativa e informativa. Gli universitari sono una popolazione che si trova nel mezzo del processo di trovare la propria strada e abbandonare abitudini ed atteggiamenti considerati infantili in favore di quelli considerati più appropriati al mondo degli adulti,

sottolineando la criticità di questa fase. L'università in particolare si rivela un banco di prova per questo mondo a loro ancora sconosciuto e, proprio per questo, durante la pandemia le scelte effettuate da queste organizzazioni sono state fondamentali ed impattanti, qualsiasi sia stato il risultato. Ancora non siamo a conoscenza di tutti gli effetti a medio-lungo termine della pandemia e del conseguente isolamento sociale, ma purtroppo temo che non si faranno attendere e non saranno leggeri. La maggior attenzione verso la salute mentale e l'introspezione effettuata durante il lungo tempo a disposizione però, si rivelano un messaggio di speranza per un futuro dove queste non saranno semplicemente etichettate come "inconvenienti" o "tabù", ma normalizzeranno l'esternare i propri problemi con persone capaci di aiutare senza sentirsi in difetto o inadeguati.

Bibliografia

- *Aksoy, N. C., Kabadayi, E. T., & Alan, A. K. (2021). An unintended consequence of Covid-19: Healthy nutrition. *Appetite*, 166, 105430.
- ANVUR. (2022). *Gli studenti con disabilità e DSA nelle università italiane. Una risorsa da valorizzare*. https://www.anvur.it/wp-content/uploads/2022/06/ANVUR-Rapporto-disabilita_WEB.pdf
- *Bagnato, K. (2017). *L'hikikomori: un fenomeno di autoreclusione giovanile* (Vol. 1140, pp. 1-106). Carocci.
- Coppola, M., Masullo, G., Coppola, M., & Masullo, G. (2021). Autoisolamento sociale volontario ed emergenza Covid-19: uno studio netnografico tra i giovani Hikikomori italiani durante la pandemia. *Cambio. Rivista sulle trasformazioni sociali*.
- *Dziesinski, M. J. (2006). *Investigations into the phenomenon of acute social withdrawal in contemporary Japan* (Doctoral dissertation, M. Sc. Thesis, Sociology, University of Hawai'i, Manoa).
- European Commission. (2020). *Digital Economy and Society Index (DESI)2020*. https://ec.europa.eu/newsroom/dae/document.cfm?doc_id=66918
- European Commission. (2022). *Health at a Glance: Europe 2022: State of the Health in the EU Cycle*. OECD Publishing. https://health.ec.europa.eu/system/files/2022-12/2022_healthatglance_rep_en_0.pdf
- European Commission. (2022). *The Digital Economy and Society Index (DESI) (2022)*. <https://ec.europa.eu/newsroom/dae/redirection/document/88764>

Garavaglia, A., & Terrenghi, I. (2022). Analisi dell'esperienza formativa universitaria prima e dopo la pandemia: Il caso di un corso di laurea triennale in area umanistica. *DIDATTICA*, 207-210.

Ghislieri, C., Sanseverino, D., Dolce, V., Ingusci, E., Manuti, A., Spagnoli, P., & Addabbo, T. (2023). Fit the lockdown.

Goodyear, V. A., Boardley, I., Chiou, S. Y., Fenton, S. A., Makopoulou, K., Stathi, A., ... & Thompson, J. L. (2021). Social media use informing behaviours related to physical activity, diet and quality of life during COVID-19: a mixed methods study. *BMC Public Health*, 21, 1-14.

*Janis, I. L. (1967). Effects of fear arousal on attitude change: Recent developments in theory and experimental research. *Advances in experimental social psychology*, 3, 166-224.

*Johnson, T. J., & Kaye, B. K. (2004). Wag the blog: How reliance on traditional media and the Internet influence credibility perceptions of weblogs among blog users. *Journalism & mass communication quarterly*, 81(3), 622-642.

*Kasperson, R. E., Renn, O., Slovic, P., Brown, H. S., Emel, J., Goble, R., ... & Ratick, S. (1988). The social amplification of risk: A conceptual framework. *Risk analysis*, 8(2), 177-187.

Loscalzo, Y., Ramazzotti, C., & Giannini, M. (2021). Studyholism e Study Engagement in relazione alle conseguenze sullo studio dovute alla pandemia da Covid-19: Uno studio pilota quali-quantitativo su studenti universitari [Studyholism and Study Engagement in relation to the consequences on study due to the Covid-19

pandemic: A qualitative quantitative pilot study on university students].
Counseling, 14(2), 79-91.

Mehrabian, A. (1971). *Silent messages*. Belmont, CA: Wadsworth.

Ministero dell'Istruzione e del Merito. (2021). *Piano Scuola 4.0*.
https://www.miur.gov.it/documents/20182/6735034/PIANO_SCUOLA_4.0.pdf/

Ministero dell'Istruzione e delle Ricerche (2019), *La dispersione scolastica nell'anno scolastico 2016-2017 e passaggio all'anno scolastico 2017-2018*.

Minozzi, S., Saulle, R., Amato, L., & Davoli, M. (2021). Impatto del distanziamento sociale per covid-19 sul benessere psicologico dei giovani: una revisione sistematica della letteratura. *Recenti progressi in medicina, 112(5)*, 360-370.

Morselli, D., Dell'Anna, S., Bellacicco, R., & Stadler-Altman, U. M. (2021). L'insegnamento online durante la prima ondata di pandemia. Un sondaggio in una Facoltà di Scienze della Formazione. In *Ricerca e didattica per promuovere intelligenza, comprensione e partecipazione: Atti del X Convegno della SIRD 9-10 aprile 2021. I Tomo* (pp. 141-157). Pensa MultiMedia.

Palermi, A. L., Bartolo, M. G., Servidio, R., Tenuta, F., & Costabile, A. L'impatto psicosociale della pandemia da COVID-19 sui giovani universitari. *Quaderni del Dipartimento di Linguistica, 119*.

*Ramella, F., & Rostan, M. (2020). Universi-DaD. *Gli accademici italiani e la didattica a distanza durante l'emergenza Covid-19*. Università degli Studi di Torino.

*Ricci, C., & Mazzone, U. (2009). Hikikomori: narrazioni da una porta chiusa. Aracne.

Rosen, A. O., Holmes, A. L., Balluerka, N., Hidalgo, M. D., Gorostiaga, A., Gómez-Benito, J., & Huedo-Medina, T. B. (2022). Is social media a new type of social support? social media use in Spain during the COVID-19 pandemic: A mixed methods study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3952.

*Sagliocco, G. (Ed.). (2011). *Hikikomori e adolescenza: fenomenologia dell'autoreclusione; seminario di studi e approfondimenti per un'ipotesi di cura*. Mimesis.

*Schmitt, N., Oswald, F. L., Friede, A., Imus, A., & Merritt, S. (2008). Perceived fit with an academic environment: Attitudinal and behavioral outcomes. *Journal of vocational behavior*, 72(3), 317-335.

*Servidio, R., Bartolo, M. G., Palermi, A. L., Casas, J. A., Ruiz, R. O., & Costabile, A. (2019). Internet addiction, self-esteem and the validation of the Italian version of the Internet Related Experiences Questionnaire. *European Review of Applied Psychology*, 69(2), 51-58.

*Tamaki, S., & Angles, J. T. (2013). *Hikikomori: Adolescence without end*. University of Minnesota Press.

Tsoy, D., Tirasawasdichai, T., & Kurpayanidi, K. I. (2021). Role of social media in shaping public risk perception during COVID-19 pandemic: A theoretical review. *International Journal of Management Science and Business Administration*, 7(2), 35-41.

*= Articoli non direttamente consultati