



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

Università degli Studi di Padova

Dipartimento di Studi Linguistici e Letterari

Corso di Laurea Magistrale in Strategie di Comunicazione

Classe LM-92

Tesi di Laurea

Connessioni interrotte: la fine delle relazioni nell'era digitale

Relatore
Prof. Cosimo Marco Scarcelli

Laureando
Andrei Sebastian Ilovan
Matricola 2085500/LMSGC

Anno Accademico 2023/2024

Sommario

1.0 INTRODUZIONE	2
2.0 CAPITOLO TEORICO	6
2.1 La comunicazione mediata.....	6
2.2 Virtual Love	9
2.3 Amore liquido	13
2.4 Digital surveillance	15
2.5 Digital possessions.....	16
2.6 Relationship dissolution model.....	18
2.7 Romantic Relational Breakups	20
3. CAPITOLO METODOLOGICO	24
3.1 La ricerca qualitativa.....	24
3.2 L'intervista.....	25
3.3 Il campionamento	28
3.4 La popolazione di riferimento	30
3.5 Analisi Tematica	37
3.6 Posizionamento e limitazioni della metodologia	38
4.0 CAPITOLO ANALISI	41
4.1 Modalità e motivazioni di rottura	41
4.2 Utilizzo del telefono all'interno della relazione e post rottura	52
4.3 Comportamento sul proprio profilo social post rottura	67
4.4 Comportamento verso il profilo dell'ex partner post rottura	75
4.5 Digital possessions e mantenimento	81
4.6 Opinioni sulle modalità di chiusura delle relazioni	89
5.0 CONCLUSIONI	101
BIBLIOGRAFIA.....	108
APPENDICE	115
Traccia d'intervista	115
Hai qualcosa da aggiungere?	117

1.0 INTRODUZIONE

L'amore è ovunque, l'amore è in chiunque, l'amore può avere diverse forme, l'amore può essere una persona, un ricordo, qualcosa che avverrà in futuro. L'amore può essere romantico, può iniziare, mutare e adattarsi, può essere dimostrato e può essere trascurato, può essere una priorità o può essere dato per scontato.

L'amore c'è, è un sentimento che allo stesso tempo scambussola e centra una persona, che agita ma calma, che fa volare molto in alto con un senso di leggerezza inaudito, ma allo stesso tempo, da quel volo, ogni tanto si cade; si cade e ci si scontra violentemente con il terreno, scompare quella leggerezza e subentra il dolore.

Si, l'amore può cambiare, mutare in tantissime forme, ma può anche finire e ciò può accadere per moltissime motivazioni e accade da secoli se non da millenni.

In passato, quando due persone decidevano di dividere le loro strade e concludere la relazione che stavano vivendo, era raro avere altri contatti con l'ex partner, al giorno d'oggi la nuova piazza pubblica chiamata social media permette invece che questo avvenga molto di più.

La possibilità di poter contattare chiunque in qualsiasi momento dà modo alle persone di poter parlare attraverso le piattaforme di messaggistica istantanea quando si vuole e da dove si vuole, ma soprattutto protetti da uno schermo, allo stesso modo i social permettono di vedere aggiornamenti sulla vita di chiunque.

È interessante collegare i due fenomeni, la fine dell'amore e l'utilizzo dei social media, per comprendere dunque quali siano le dinamiche di comunicazione digitale nelle relazioni in fase di rottura e post rottura, per vedere al giorno d'oggi quali comportamenti vengono messi in atto in quelle specifiche circostanze e in quegli spazi virtuali come social network e applicazioni di messaggistica istantanea.

La curiosità verso il tema in questione nasce dal fatto che ho potuto ascoltare nell'arco degli anni moltissime storie di relazioni che sono volute al termine, in alcuni casi esse erano molto diverse tra loro, in altri però avevano punti in comune, comportamenti simili messi in atto da chi raccontava, motivazioni più disparate per cui avveniva la

chiusura. Tutto ciò mi ha incuriosito a tal punto dal voler comprendere e indagare in profondo la relazione tra chiusure relazionali e smartphones.

L'amore non ha regole e non ha forme ben definite, allo stesso modo non ha un manuale da seguire nel momento in cui tra due persone finisce, è interessante però scoprire se ci sono pattern che le persone seguono, o se ci sono invece comportamenti che le persone sperano che vengano messi in atto nel momento in cui una relazione prende la strada della fine.

L'obiettivo di questa ricerca è, quindi, rispondere alla domanda "Come i giovani adulti, al giorno d'oggi, utilizzano i social e le applicazioni di messaggistica istantanea, nelle relazioni in fase di rottura?" L'analisi è volta quindi alla comprensione della gestione del momento di distanziamento dal proprio ex partner all'interno degli spazi virtuali come, ad esempio, il profilo Instagram: vengono mantenute le foto pubblicate con l'ex partner o vengono rimosse? Il contatto sui social tra i due cessa o prosegue? Il controllo dei social dell'ex partner aumenta?

La ricerca effettuata è di tipo qualitativo, che preferisce approfondire e arrivare al dettaglio invece di rimanere solo alla visione del quadro generale. La metodologia utilizzata è quella dell'intervista semi-strutturata, definita da una traccia di intervista precedentemente preparata che verrà poi seguita nel momento in cui le persone verranno intervistate; esse saranno completamente libere nelle risposte che vorranno dare.

La traccia d'intervista utilizzata è stata creata dopo aver consultato la letteratura presente per comprendere i macro-temi dai quali poi sono nate le domande. Il campionamento effettuato in questo caso è di tipo non probabilistico, non si pretende dunque una rappresentatività statistica.

Il reclutamento è avvenuto soprattutto attraverso il passa parola e attraverso la modalità "a palla di neve". Il campione è, dunque, composto da 20 soggetti, 10 di genere maschile e 10 di genere femminile.

L'analisi effettuata è di tipo tematico, un processo nel quale vengono identificati i temi di maggiore interesse all'interno dei dati raccolti, con i quali si è presa poi familiarità, per poi creare dei codici attraverso i quali i dati vengono organizzati.

È stato effettuato a priori uno studio dello stato dell'arte, la letteratura già presente riguardo i temi che questa tesi tratta, primo tra tutti la comunicazione mediata, l'interazione tra soggetti che avviene attraverso l'utilizzo delle tecnologie digitali, approfondendo anche il concetto di ribalta e retroscena e di network society.

In seguito è stato studiato il tema del Virtual love, le dinamiche delle interazioni interpersonali come l'amore romantico collegato alle applicazioni di messaggistica istantanea e dei social media, ponendo attenzione sulla presentazione negli spazi online che i soggetti effettuano di loro stessi e sulle modalità che le persone all'interno di una relazione hanno di mantenere il contatto frequente, ad esempio attraverso "sweet nothings", messaggi che non hanno un vero e proprio contenuto particolare ma che sono legati alla routine, all'attrarre l'attenzione dell'altro partner nel momento in cui i due sono distanti. È stato poi approfondito anche il modello dello sviluppo relazionale e le sue cinque fasi.

È stata poi posta l'attenzione anche sul concetto di "Amore Liquido" di Zygmunt Bauman, un'analisi critica del concetto di amore e di relazioni amorose nella società odierna, legandosi anche alla tecnologia moderna.

Un altro tema approfondito è stato quello della digital surveillance, comportamenti messi in atto da uno dei due partner che presuppone l'utilizzo della tecnologia digitale per monitorare i comportamenti del proprio partner, arrivando in alcuni casi al fenomeno del cyberstalking.

È stato poi studiato il tema delle Digital Possessions, l'insieme di contenuti virtuali che le persone possiedono, evidenziando come alla fine di una relazione essi siano un importante strumento di mantenimento dei ricordi.

Il relationship dissolution model è un altro argomento che è stato approfondito, esplorando le fasi del processo di rottura che le relazioni romantiche attraversano per arrivare alla conclusione della stessa, ponendo l'attenzione anche sul modello di comunicazione negativa di Gottman (1994) che sancisce quattro tipologie di comportamento negativo.

Infine, si è posta l'attenzione su ciò che la letteratura esistente metteva a disposizione sui romantic relational breakups, parlando di qualità delle alternative, di

investimenti nella relazione, di emozioni provate nelle rotture relazionali, ma anche degli effetti che una rottura può avere sullo stato di salute fisica, oltre agli effetti che ha a livello emotivo. Si è parlato anche della teoria dell'attaccamento e di come l'abilità di recupero post rottura dipenda molto da individuo a individuo.

2.0 CAPITOLO TEORICO

In questo capitolo verrà fatta una rassegna della letteratura esistente riguardo diversi ambiti connessi alla domanda di ricerca dello studio effettuato. Per quanto concerne le dinamiche di comunicazione digitale nelle relazioni in fase di rottura è interessante osservare primo tra tutti come base il tema della comunicazione mediata, in quanto lo studio si concentra su ciò che è avvenuto nel mondo virtuale. In seguito, si approfondirà l'argomento del Virtual love, dell'amore romantico e della sua espressione in un contesto virtuale e la teoria dell'amore liquido; legato ad esso verrà considerato il tema della Digital Surveillance, i Romantic Relational Breakups, il Relationship Dissolution Model e verrà trattato anche il tema delle Digital possessions.

2.1 La comunicazione mediata

La comunicazione mediata è l'interazione tra diverse persone che avviene attraverso l'utilizzo delle tecnologie digitali. Walther (1996) definisce la comunicazione mediata come "impersonale, interpersonale e iperpersonale" in quanto oltre che offrire possibilità di connessioni nuove allo stesso tempo priva l'interazione di alcune caratteristiche della comunicazione faccia a faccia legate ad esempio alla comunicazione non verbale.

Secondo Joinson (2003) la comunicazione mediata porta gli individui ad una sensazione di anonimato e di controllo sull'auto presentazione del sé che effettuano online, fenomeno definito da Walther (2007) come autopresentazione selettiva, in quanto le persone gestiscono la propria presentazione online potenzialmente anche differendo da ciò che avviene fuori dallo spazio virtuale.

Hargittai e Hsieh (2010) in "Predictors and consequences of differentiated social network site uses" hanno analizzato i diversi utilizzi dei social network e come questi contribuiscano a creare disuguaglianze nell'accesso e nell'uso delle piattaforme digitali. Sottolineano come fattori quali reddito, età e istruzione possano creare disuguaglianze nell'utilizzo e nell'accesso dei social network, influenzando così le dinamiche di inclusione e partecipazione online.

Il lavoro che Erving Goffman ha effettuato, concentrandosi prevalentemente sulla comunicazione faccia a faccia, è stato spesso ripreso da autori come Meyrowitz che ha esteso le sue teorie alla comunicazione mediata.

Nella comunicazione mediata da video e audio le persone che partecipano alla stessa sperimentano una sensazione di co-presenza nello stesso posto, con il conseguente sviluppo delle norme che organizzano l'interazione stessa (Ackerman et al., 1997; Heath and Luff, 1992).

Molti autori hanno utilizzato il concetto di Goffman di ribalta e retroscena negli studi della comunicazione mediata, Meyrowitz ha, però, contestato questo utilizzo in quanto, secondo lui, la mediazione espone, involontariamente, alcuni fattori appartenenti al retroscena a soggetti non direttamente voluti e questo crea una "regione di mezzo". Aoki (2007) crea, invece, il concetto di più ribalte durante la comunicazione mediata, mentre Ling (1997) sostiene che i cellulari creino delle ribalte parallele che assottigliano la distanza tra ribalta e retroscena. Molte delle teorie presenti, quindi, sostengono che la comunicazione mediata diminuisca la distanza tra ribalta e retroscena.

L'uso maggiore che viene fatto di internet è proprio quello di socializzazione con gli altri (Pew Project on the Internet and American Life, 2000; UCLA Center for Communication Policy, 2000), questo porta opinioni discordanti riguardo le conseguenze e la natura che i contatti sociali mediati portano. Il fatto che l'uso di internet sia un'attività solitaria o meno dipende dalle migliaia di attività che possono essere effettuate (Baym, Zhang, Lin, 2004, *Social Interactions Across Media: Interpersonal Communication on the Internet, Telephone and Face-to-Face*).

Wright e Webb (2011) in "Computer mediated communication in personal relationship" sottolineano il ruolo che la comunicazione mediata ha nelle relazioni interpersonali, sostenendo il valore positivo che ha la sua capacità di semplificare la condivisione delle emozioni, delle esperienze e dei pensieri tra soggetti anche geograficamente distanti. Questo facilita il mantenimento ma anche la formazione di nuove relazioni interpersonali tra persone diverse.

La prospettiva che vede internet come un cyberspace al di fuori della vita quotidiana, invece di vederlo come parte di essa (Haythornthwaite and Wellman, 2002;

Miller and Slater, 2000) presume un' inferiorità rispetto al mondo reale, come sostenuto da Kraut et al. (1998) le relazioni sociali mediate hanno una minor qualità e sono più deboli e potrebbero e dovrebbero essere sostituite con interazioni e relazioni faccia a faccia in quanto se lo stesso tempo passato a costruire la medesima relazione online fosse stato usato faccia a faccia costituirebbe un legame più forte.

In realtà, la divisione non è così netta, in quanto la maggior parte delle interazioni virtuali avvengono tra persone che hanno anche interazioni faccia a faccia; quindi, la comunicazione virtuale viene utilizzata più per il mantenimento della relazione stessa (Baym, Zhang, Lin, 2004, Social Interactions Across Media: Interpersonal Communication on the Internet, Telephone and Face-to-Face).

Manuel Castells ha elaborato il concetto di Network Society per la prima volta nel 1996 in "The Rise of the Network Society", rivisitandolo nelle edizioni del 2000, del 2010 e del 2023. La network society viene definita come la struttura sociale dell'età dell'informazione, allo stesso modo in cui la "industrial society" era la struttura sociale dell'età dell'industria. Essa si riferisce a tutte le società, allo stesso tempo non tutti sono inclusi nella stessa ma tutti ne siamo contaminati nelle nostre esperienze di vita. (Castells, 2023, The Network Society Revisited,).

La Network Society si è espansa con il passare del tempo, venendo accelerata anche a causa dei cambiamenti tecnologici, culturali e istituzionali. La digitalizzazione è avvenuta in tutti gli aspetti della nostra vita, rivisitando i modi di vita che le persone hanno. Ciò che Castells (2023) ritiene che sia da aggiungere e integrare nella teoria della Network Society sono primo tra tutti l'enorme importanza che hanno guadagnato i Social Network nelle nostre vite; il loro uso è aumentato cambiando così alcune dei pensieri che inizialmente lui aveva avuto come il fatto di social come luogo di comunicazione libera, ciò che ha compreso con l'esperienza è che la libertà di questi spazi dipende dall'uso che le persone fanno della libertà in questione, dipende dall'orientamento che loro hanno, se verso i loro interessi e valori o se verso l'interesse comune. (Castells, 2023, The Network Society Revisited,).

2.2 Virtual Love

Le dinamiche che circondano le relazioni interpersonali quali anche l'amore romantico sono profondamente cambiate con l'avvento delle applicazioni di messaggistica istantanea e dei social media. Ellison, Heino e Gibbs (2006) in "Managing Impressions Online: Self-Presentation Processes in the Online Dating Environment" hanno evidenziato come queste piattaforme siano degli intermediari sociali che facilitano l'interazione tra persone. Le stesse danno, però, la possibilità agli individui di gestire la propria identità a proprio piacimento, potendo anche influenzare le informazioni che gli altri utenti ricevono e di conseguenza la percezione che questi hanno, facendo nascere così dei potenziali rischi legati alla manipolazione o all'inganno attraverso l'immagine che una persona dà di sé online.

Come evidenziato da Whitty (2007) ci sono molti studi che si sono concentrati su come gli individui si presentano negli spazi online, sostenendo che le persone sono molto selettive nelle modalità di auto-presentazione virtuali. Walther et al. (2001) sottolineano il fatto che la auto-presentazione offline, quindi nella vita quotidiana e reale è strategica, ma nella comunicazione mediata tutto ciò è molto più controllabile, questo porta ad una sorta di idealizzazione del proprio partner.

Altri studiosi come Bargh et al. (2002) e Mckenna et al. (2002) si sono concentrati su un'altra ramificazione legata alla presentazione del sé online, cioè quale tipo di presentazione è più probabile che porti la persona ad avere una relazione romantica, prendendo ispirazione dal lavoro di Rogers (1951) che stabiliva una differenza tra il "true self" e il "actual self", dove il primo è composto dalle caratteristiche che le persone possiedono, che vorrebbero esprimere ma non sempre riescono. Al contrario, "actual self" è l'insieme delle caratteristiche che gli individui possiedono e che esprimono nei contesti sociali in cui si trovano (Higgins, 1987).

L'argomento della presentazione del sé nelle piattaforme online non può non legarsi al mondo delle dating app, luoghi virtuali utilizzati prevalentemente per la conoscenza di nuove persone, al fine di creare possibili connessioni, romantiche e non. In "Dressing up Cinderella: interrogating authenticity claims on the mobile dating app tinder" (2016) Duguay analizza le modalità di auto-presentazione nella piattaforma Tinder. Gibbs, Ellison e Lai (2011) identificarono che una delle cose che preoccupa di più

le persone che utilizzavano questa applicazione di dating era proprio legata al fatto di presentare male sé stessi. Questo evidenzia come ci sia un'assenza di controllo di autenticità. (Duguay, 2016).

Nel 1956 Horton e Wohl crearono il termine “relazioni para-sociali” per descrivere tutte quelle relazioni che vengono portate avanti attraverso programmi radio o televisivi tra i performer e gli ascoltatori. Gergen (2002) mise l'attenzione sul fatto che la carta stampata, la televisione, la radio e internet hanno contribuito a creare uno stato pervasivo di assenza presente, escludendo però i telefoni da questa argomentazione in quanto essi riescono a far mantenere i confini con le proprie relazioni intime dato che possono condividere ciò che vogliono anche solo con la propria cerchia.

Broadbent (2009) sostiene che i media digitali incoraggiano l'intimità, in quanto le persone attraverso loro possono parlare a prescindere dal tempo e lo spazio in cui si trovano.

In “Constant connection as the media condition of love: where bonds become bondage” (Su, 2016) venne effettuata una ricerca legata alle coppie in Cina, nella quale emerge la questione dei “sweet nothings”, messaggi senza senso o senza contenuti particolari che crescono quando una coppia inizia a frequentarsi, sono ad esempio messaggi legati alla routine, il buongiorno e la buonanotte o aggiornamenti durante la giornata; Le conversazioni “cuore a cuore” sono state di gran lunga superate da queste chat basate sui “sweet nothings”.

Nonostante questo tipo di chat possano sembrare banali, hanno invece un importante ruolo all'interno della relazione legato alla funzione fatica della conversazione (Malinowski 1923; Jacobson 1960) in quanto le coppie rimangono in contatto attirando vicendevolmente l'attenzione dell'altro e stabilendo un contatto psicologico.

La messaggistica istantanea consente quindi una sorta di chat sincrone che rendono possibile la ritualizzazione delle attività giornaliere tra i due partner (Constant connection as the media condition of love: where bonds become bondage. Su, 2016).

La costante connessione rende possibile una condivisione di ciò che vediamo o di ciò che sentiamo in tempo reale, creando una conversazione continua, senza dover aspettare di essere insieme fisicamente prima di poter parlare di ciò che ci succede (Ling;

Donner, 2009). Il prototipo perfetto di condivisione in tempo reale attraverso i media è la videochiamata.

Il problema che emerge con la costante condivisione e connessione in tempo reale è che le due persone all'interno della relazione non sono in realtà in grado di vivere pienamente il momento mentre lo condividono con l'altro, ciò trova la sua spiegazione in ciò che Goffman (1963) disse riguardo alla copresenza, cioè che rende le persone "unicamente accessibili, disponibili e non soggette a nessun altro". La condivisione in tempo reale attraverso, ad esempio, la videochiamata chiede un orientamento sia comportamentale sia cognitivo verso il partner, ciò vuol dire che bisogna innanzitutto essere vicino al mezzo da utilizzare ma anche disponibili e questo porta spesso dei conflitti tra la vita qui e la vita lì. (Constant connection as the media condition of love: where bonds become bondage. Su, 2016).

L'altro lato della medaglia dell'essere costantemente in contatto è quando le risposte non arrivano o non velocemente come si vorrebbe, Licoppe (2004) comprese che la continua connessione con l'altro accende i riflettori su una nuova questione nelle relazioni, in quanto quando questa connessione è assente la si sente come un silenzio che ha delle conseguenze emozionali.

Quando la risposta attesa non arriva apre le porte a innumerevoli dubbi e possibilità legate allo stato del partner ma anche della relazione. Questo genere di pensieri sono simili a quelli che avvenivano quando la comunicazione avveniva tramite lettere scritte, ciò che è cambiato è, però, il tempo che le persone ritengono ragionevole aspettare, una volta intorno alle settimane, al giorno d'oggi ore o minuti. (Constant connection as the media condition of love: where bonds become bondage. Su, 2016).

Le relazioni romantiche sono sicuramente uno degli aspetti più importanti della vita, come sono anche un'importantissima risorsa per un proprio benessere e una propria realizzazione (Miller, 2018), molti studi si sono concentrati proprio sull'intersezione tra relazioni amorose romantiche e la costante crescita dell'uso dei social media (Bezeq, 2020; Pew Research Center, 2021).

Il termine relazione romantica viene definito come una mutua e volontaria serie di azioni che avviene tra due partner, caratterizzate da intimità e affetto (Collins et al., 2009; Frampton & Fox, 2018).

Knapp (1978) creò un modello dello sviluppo relazionale che consiste in cinque fasi che portano al “coming together”, queste fasi sono: initiating, experimenting, intensifying, integrating e bonding, dove initiating si riferisce alle prime interazioni che avvengono tra due persone, experimenting è la fase in cui si aggiungono elementi sulla base dei quali si può giudicare se l’altro è adatto per noi, intensifying è quando aumenta l’impegno e la relazione inizia a nascere gradualmente, integrating è quando la coppia inizia a rivolgersi con un “noi” avendo una sorta di identità pubblica condivisa, per ultima la fase del bonding, dove le persone proclamano pubblicamente la loro relazione (Knapp et al., 2014).

Questo modello è stato ripreso e analizzato da molteplici autori, tra cui Fox et al. (2013) per esplorare e comprendere che ruolo avesse Facebook all’interno dello stesso modello, soprattutto per quanto riguarda la pubblica dichiarazione di essere in una relazione.

L’avvento dei social media, soprattutto negli ultimi anni, ha dato alle persone in una relazione nuove modalità per costruire le proprie relazioni e per comunicare le stesse agli altri, soprattutto condividendo sui loro profili contenuti legati al proprio status amoroso (Papacharissi, 2018). Nella fascia d’età tra i 18 e i 29 anni viene considerato molto importante dimostrare sui social media quanto il proprio partner e la relazione in cui ci si trova sia importante (Vogels & Anderson, 2020).

Boyd (2010) ha definito quattro diversi tipi di affordances riguardo gli spazi mediati: La persistenza, collegata alla durabilità di ciò che viene pubblicato online; la visibilità che riguarda la potenziale audience che può venire a contatto con i contenuti pubblicati; La diffondibilità cioè la possibilità di poter condividere il contenuto; la ricercabilità cioè l’abilità di rendere rilevante il contenuto.

Molti studi dimostrano come attività legate alla propria relazione su Facebook rendano un beneficio alla coppia, come ad esempio cambiare il proprio status da single a “in una relazione”, pubblicare fotografie di coppia o anche solo pubblicare sulla bacheca

del partner, interessarsi agli stessi eventi o essere parte degli stessi gruppi (Emery et l., 2014, 2015; Toma & Choi, 2015).

Altrettanti studi evidenziano, invece, l'altra faccia della medaglia dei social media legati alle relazioni amorose, come la difficoltà di mantenere la propria privacy o la gelosia che il partner può provare per azioni che vengono effettuate sui social o il controllo che può nascere o continuare dopo che una relazione arriva alla fine.

Alcune scuole di pensiero paragonano l'utilizzo di immagini sui social network riguardanti le proprie relazioni amorose con le dimostrazioni di affetto che avvengono offline (Online construction of romantic relationships on social media, Goldberg; Yeshua-Katz; Marciano. 2022).

2.3 Amore liquido

In "Amore Liquido", Zygmunt Bauman indaga il concetto di amore e relazioni amorose nella società odierna, caratterizzata da un continuo crescere di insicurezza e instabilità ma anche fragilità. Bauman sostiene che l'amore riflette un concetto di modernità liquida in quanto caratterizzato da una transitorietà delle connessioni che vengono instaurate (Bauman, 2003).

Ciò che alimenta questo cambiamento secondo Bauman è il fatto che l'essere umano è portato dal contesto in cui si trova a puntare sempre più all'individualismo, ciò crea anche paura di poter finire in impegni proiettati in un arco temporale più lungo preferendo così relazioni temporanee e meno vincolanti (Tay, Allen, 2011).

Il paragone effettuabile nello scenario appena presentato è tra amore e beni di consumo, punto cardine della società materialista odierna; l'amore in questo caso si allinea alle logiche di mercato e di consumismo, trasformando così le relazioni in qualcosa da utilizzare e poi gettare via, proprio come gli oggetti, nel momento in cui si trova qualcosa di nuovo e di più attraente (Illouz, 2007).

Bauman pone l'attenzione su come questo tipo di visione del mondo e dell'amore porti ad una mentalità la quale scaturirà solo insoddisfazione ed insicurezza, in quanto la felicità immediata continuamente ricercata non permette di mettere in atto comportamenti che vadano a costruire legami profondi e duraturi (De Boton, 2004).

Un'altra critica mossa da Bauman si lega all'utilizzo della tecnologia moderna che permea la società e il mondo in cui ci troviamo. Egli sostiene che la stessa abbia molteplici aspetti positivi e di facilitazione di contatti e connessioni, ma allo stesso tempo contribuisca ad isolare emotivamente i soggetti.

I social network e le piattaforme di interazione virtuale nonostante aumentino notevolmente le opportunità di incontro e nuove conoscenze, allo stesso tempo proporzionalmente fanno aumentare il tipo di qualità delle interazioni, rendendole superficiali e disimpegnate, non ricollegabili al valore che le connessioni reali hanno (Turkle, 2011).

L'amore liquido, quindi, si pone come una sfida che le persone e la società devono affrontare, richiedendo una riflessione che abbia del critico nel momento in cui l'attenzione si pone sulle relazioni interpersonali e sulle modalità in cui ci avviciniamo e in cui interpretiamo le stesse. (Bauman, 2012).

Beck e Beck-Gernsheim (1995) sostengono che un altro aspetto che delinea il concetto di amore liquido deriva dalla paura di fallimento della relazione intrapresa e dal doversi dimostrare in situazioni sentimentali alle volte anche vulnerabili, questo aspetto porta una preferenza a relazioni superficiali e per niente impegnative dalle quali non deriva alcun senso di responsabilità e nelle quali non bisogna mostrarsi vulnerabili in quanto le connessioni tra persone sono flebili.

Schwarz (2011) si lega al concetto di rapida gratificazione dei social media legandoli al tema dell'amore, spostandosi sul tema delle dating app, sostenendo che esse diano un forte slancio alla formazione di connessioni ma allo stesso tempo accelerano anche la dissoluzione delle stesse facendo entrare le persone in un loop di precarietà emotiva

Conseguentemente, come sostenuto da Bauman (2003), costruire un amore solido al giorno d'oggi è complesso, necessita una forte consapevolezza della società in cui viviamo e richiede un costante impegno per resistere alle pressioni a cui ci pone la modernità liquida.

2.4 Digital surveillance

Come definito da Tokunaga (2011) per digital surveillance si intende l'utilizzo delle tecnologie digitali a disposizione dei soggetti, come i social media, i cellulari e le applicazioni di tracciamento per sorvegliare, monitorare e tenere traccia delle interazioni e delle comunicazioni che il proprio partner ha con altri soggetti al di fuori della relazione.

I comportamenti inclusi in questa tipologia di sorveglianza sono il controllo dei social del partner attraverso la lettura delle chat che instaura con altri soggetti* oppure utilizzare strategie per conoscere gli spostamenti che la persona in questione effettua attraverso il GPS.

L'obiettivo dietro questo comportamento sorvegliante varia dalla ricerca di rassicurazione, possessività o controllo, ma può generare all'interno di una relazione dinamiche che influenzano in maniera negativa la qualità e la salute della relazione.

Tokunaga (2011) ha svolto una ricerca che sottolinea come la sorveglianza digitale sia uno slancio per la gelosia facendo scaturire sia conflitti ma anche dinamiche che portano poi alla rottura nelle relazioni amorose. Sorvegliare le attività del partner e poter ottenere informazioni sulle modalità di comunicazione e conversazione che effettua nelle chat private può finire per aumentare insicurezze date anche da interpretazioni non corrette di ciò che si legge che creano poi emozioni negative.

Reed et al. (2016) nel loro studio hanno constatato che il continuo accesso a questo tipo di informazioni personali del partner può instaurare una sorta di dipendenza nella quale il controllo si trasforma in una forma di potere che finisce per diventare persino abuso psicologico nei casi in cui uno dei partner effettua un controllo costante tentando di limitare la libertà dell'altro di interagire ed agire nella maniera che lui ritiene più opportuna.

In "More information than you ever wanted: Does Facebook bring out the green-eyed monster of jealousy?" (2014) Muise, Christofides e Demarais hanno indagato come la digital surveillance porti in alcuni casi interpretazioni che si discostano dalla realtà dei fatti, ciò porta ad un aumento di gelosia ma anche di insicurezza, generando a volte anche gelosia retroattiva, quindi legata al passato della persona in questione, condannando così persino legami passati a trasformarsi in rapporti percepiti come minacce.

In “Cyberstalking and the technologies of interpersonal terrorism” di Spitzberg e Hoobler (2002) viene portato a galla il fenomeno del cyberstalking, comportamento nel quale la tecnologia viene utilizzata per effettuare atti intimidatori e persecutori verso il partner, aggravando in maniera esponenziale l’abuso e le dinamiche di potere all’interno della relazione.

Un continuo monitoraggio, l’invio di messaggi dal contenuto minaccioso, la raccolta e il controllo di informazioni personali per effettuare comportamenti manipolatori sul partner può generare stati psicologici che portano a provare stress, ansia e paura dell’abuso che si sta ricevendo, trasformando così il partner in vittima di una chiara persecuzione.

Ciò che bisogna effettuare, quindi, è riconoscere le differenze tra un uso sano delle tecnologie all’interno di una relazione e comportamenti intrusivi e manipolatori come sottolineato da Elphison e Noller (2011) all’interno della loro ricerca “Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction”. Stabilire confine reciproci legati all’individuale privacy digitale può contribuire a cercare di prevenire ed evitare situazioni dannose all’interno della coppia.

2.5 Digital possessions

Le digital possessions, come definito da Odom, Zimmerman e Forlizzi (2011) in “Teenagers and their virtual possessions; design opportunities and issues” sono oggetti digitali o contenuti che gli individui possiedono, possono includere messaggi di testo, email, fotografie, profili social e documenti. Queste digital possessions hanno un significato e un valore emotivo, personale e affettivo;

Belk (2013) evidenzia il fatto che le persone vedono le digital possessions come estensioni del sé, portando così alla nascita di un forte legame con gli oggetti materiali, il quale può influenzare le dinamiche relazionali creando sia connessioni ma anche gelosie.

Lo studio effettuato da Miller et al. (2016) evidenzia come le digital possession abbiano un ruolo molto importante sia nella costruzione ma soprattutto nel mantenimento della memoria e dei ricordi della coppia ma anche all’identità della stessa. Le coppie condividono e conservano questi oggetti digitali al fine di rendere il legame più forte ma anche nei momenti significativi per ricordarli e commemorarli.

Leaver in “Intimate surveillance: normalizing paranoia and distributed cognition in digital memory work” (2017) ha approfondito il concetto delle implicazioni emotive e della divisione dei possedimenti digitali dopo la rottura di una relazione. Nella sua ricerca ha evidenziato come le digital possessions creino e influenzino dinamiche emotive in una coppia durante la rottura e dopo la fine della relazioni, ad esempio la divisione di queste può essere paragonabile alla spartizione di beni materiali ed avere forti ripercussioni sia dal lato emotivo che da quello psicologico.

Le digital possessions sono simboli di esperienze e dell'identità che la coppia ha vicendevolmente creato durante la relazione, Leaver (2017) sottolinea il fatto che questi possedimenti digitali mantengono un forte legame emotivo anche in seguito alla rottura, complicando il normale distacco che dovrebbe avvenire durante la rottura. Il processo di guarigione può essere, quindi, rallentato dalla difficoltà di cancellare questo tipo di ricordi e ciò provoca disagio emotivo.

Un ulteriore aspetto degno di nota riguardo le digital possessions nel post rottura di relazioni amorose riguarda la gestione della privacy e delle informazioni personali in quanto il fatto che l'ex partner possa conservare l'accesso a contenuti intimi e personali può generare ansia e insicurezza, portando così l'ormai ex coppia a tensioni e conflitti. Questa tipologia di situazione necessita il fatto di stabilire nuovi confini per poter proteggere la propria privacy. (Leaver, 2017)

Questo tipo di possesso post rottura può persino portare a dinamiche di sorveglianza e controllo, ad esempio un ex partner potrebbe minacciare di diffondere questi contenuti, utilizzando la minaccia come atteggiamento manipolatorio, fenomeno noto come DIVISE (diffusione illecita di video e immagini sessualmente esplicite) e questo può avere forti conseguenze per la vittima.

Come suggerito da Leaver (2017) una buona e rispettosa gestione delle digital possessions durante e post rottura è importante per raggiungere e gestire in maniera ottima le implicazioni emotive che questo tipo di avvenimento porta ai singoli. Le ex coppie dovrebbero trovare strategie di gestione dei possedimenti digitali discutendo e stabilendo fin dal principio i comportamenti da tenere in caso di separazione e rottura.

Un ulteriore approfondimento riguardo le digital possessions si lega alla situazione di lutto e della memoria postuma in quanto le stesse diventano strumenti per aiutare l'elaborazione del lutto e per il mantenimento del ricordo della persona in questione. Nello studio di Brubaker et al. (2013) viene evidenziato come i profili social e il resto dei possedimenti digitali sono cruciali per la costruzione di una memoria condivisa ma anche per dare un qualche supporto emotivo per l'elaborazione di una situazione dolorosa.

2.6 Relationship dissolution model

Duck (1982) ha sviluppato Il Relationship dissolution model, un modello che descrive ed analizza le fasi del processo di rottura che le relazioni romantiche attraversano prima di arrivare al termine.

Sequenzialmente, ogni relazione arrivata in questo punto specifico, attraversa diversi stati chiamati fasi; la fase iniziale viene denominata come fase Interpersonale, essa è costituita da momenti di riflessione profonda da parte di una o di entrambe le persone coinvolte nella relazione, legate a caratteri problematici e di insoddisfazione che si stanno vivendo nella coppia. Durante questa fase i componenti della coppia iniziano a sentire una sorta di distanza emotiva e ridimensionano le aspettative verso i partner e i propri bisogni, ciò porta ai primi pensieri riguardo ad una eventuale separazione (Duck, 1982)

La seconda fase, detta fase Dyadica, è caratterizzata da momenti di confronto e comunicazione riguardo i problemi precedentemente iniziati a percepire. Le discussioni crescenti legate ai momenti di sconforto e insoddisfazione possono essere sia tentativi di risoluzione di questi problemi ma anche presa di coscienza dell'impossibilità di poterli risolvere. Secondo Baxter (1984) è cruciale in questo momento la qualità delle conversazioni e della comunicazione che avviene tra i due partner in quanto questa fase potrebbe portare ad una decisione di terminazione della relazione.

La terza fase, la fase Sociale, è il momento in cui i due partner coinvolgono l'ambiente relazionale circostante, come familiari, amici e conoscenti, nel processo di realizzazione e di decisione. Il coinvolgimento di altri soggetti può essere volto a convalidare ciò che i soggetti provano, a ricercare una sorta di supporto emotivo o di ricercare consigli legati alle situazioni che si stanno vivendo (Duck 1982).

Felmlee in “No couple is an island: a social network perspective on dyadic stability” (2001) ha sottolineato come il supporto ricevuto in questa fase è fondamentale e può influenzare la stabilità che la relazione ha.

La condivisione dei pensieri e problemi legati alla storia che si sta vivendo con altri può, quindi, sia rafforzare il pensiero di portare la relazione al termine ma anche in alcuni casi fornire nuovi punti di vista che aiutano il soggetto in questione ad effettuare tentativi di salvataggio della stessa.

La quarta fase è la fase di Grave-dressing, quella che segue la decisione di terminare la relazione. Questo momento è caratterizzato da una forte ricerca di dare senso alla rottura da parte degli individui, essi tentano di ricostruire una spiegazione che sancisca la fine del rapporto, aiutandoli così a non perdere autostima e ad affrontare la fine della relazione che viene percepita come un lutto. Duck (1982) descrive questa fase come un processo nel quale si tenta di reinterpretare gli eventi al fine di renderli accettabili in primis per sé stessi ma anche per gli altri, gli individui tentano quindi di attribuire colpe ad eventi esterni o a dinamiche interne alla coppia piuttosto che a difetti legati alle persone stesse.

La quinta ed ultima fase viene denominata fase di Resurrection e venne introdotta da Rollie e Duck nel 2006; in questa fase gli individui vivono un momento di ricostruzione del sé e di esplorazione di nuove opportunità, riflettendo su ciò che si è imparato dalla fine della relazione, iniziando così a ricostruire la loro vita. Questa fase è associata all’opportunità di crescita personale in cui gli individui prendono coscienza di loro stessi e di ciò che hanno vissuto, preparandosi così ad affrontare relazioni future con maggiore consapevolezza.

Le fasi del processo di dissoluzione relazionale vengono influenzate da diversi fattori, di contesto e interpersonali. Ciò che è determinante per la salute della relazione sono la qualità della comunicazione tra i due partner e le modalità di gestione dei conflitti che diventano entrambe cruciali nel momento in cui in una relazione nascono problemi. Gottman (1994) ha sviluppato un modello che stabilisce quattro tipologie di comunicazione negativa che prevedono la dissoluzione relazionale, definiti “quattro cavalieri dell’apocalisse”. Questi quattro comportamenti sono: il disprezzo, la difensività, il criticismo e il stonewalling (muro di pietra).

Il disprezzo è il comportamento più distruttivo, si esplica con l'utilizzo di insulti, sarcasmo, tenere un atteggiamento di superiorità, deridere l'altro e utilizzare un linguaggio del corpo di tipo negativo quali chiusura corporale e alzare gli occhi al cielo. Tutto ciò denota mancanza di rispetto per il partner.

Per quanto riguarda la difensività, invece, è tutto l'insieme di reazioni di auto protezione alle critiche che si percepiscono, non si affrontano le preoccupazioni bensì si nega la propria responsabilità effettuando delle contro accuse nei confronti del partner, amplificando la negatività.

Il criticismo, invece, implica attacchi diretti al proprio partner, criticando per l'appunto personalità e carattere dello stesso invece di esprimere un problema. Gottman (1994) effettua una distinzione tra criticismo e il lamentarsi, in quanto nelle prime viene a mancare una visione positiva del partner, mentre le seconde si concentrano su comportamenti specifici.

Lo Stonewalling, definito anche muro di pietra, avviene quando uno dei partner si chiude completamente a livello emotivo, ritirandosi perciò dall'avvenire dei conflitti utilizzando comportamenti quali il silenzio, il non mantenimento del contatto visivo o l'allontanarsi dal luogo in cui stava avvenendo il conflitto. Gottman e Levenson (2000) hanno determinato come il meccanismo di stonewalling impedisca che i conflitti si risolvano, rovinando ulteriormente la relazione.

2.7 Romantic Relational Breakups

In una relazione amorosa un fattore molto importante è la soddisfazione, Rusbult (1983) ha stabilito la teoria dell'investimento, la quale approfondisce una prospettiva che studia come le persone decidono se mantenere l'impegno di una relazione o se concluderla.

Questo modello evidenzia come la decisione di concludere o meno una relazione si basa su tre fattori molto importanti: la soddisfazione che si ha nella relazione, le alternative che si hanno e l'entità di investimenti fatti all'interno della relazione.

La soddisfazione relazionale è basata su come i bisogni e le aspettative che i partner hanno vengono soddisfatte all'interno della relazione, maggiore è la soddisfazione maggiore sarà l'impegno che le persone impiegheranno per mantenere la relazione, in

quanto la stessa viene percepita gratificante e significativa, al contrario, minore è la soddisfazione più semplice sarà la presa di posizione di chiudere la relazione. (Rusbult, 1983)

La qualità delle alternative riguarda tutte le opportunità che i partner hanno al di fuori della relazione nella quale sono. La percezione che fuori ci possano essere occasioni o alternative migliori sotto il punto di vista di avere nuovi partner oppure di trarre beneficio dall'essere single aumenterà la probabilità che il partner in questione termini la relazione. Contrariamente se le possibilità al di fuori vengono percepite come meno appaganti, meno attraenti e più scarse l'individuo tenderà a rimanere nella relazione in cui si trova (Rusbult et al 1998).

L'entità degli investimenti effettuati all'interno della relazione si basa su tutte le risorse che l'individuo ha utilizzato e investito. Si tratta di tempo dedicato alla persona, sforzi effettuati, emozioni, ma anche denaro o qualsiasi tipo di risorsa materiale. Maggiore saranno gli investimenti effettuati più sarà complesso concludere la relazione perché la perdita di tutto ciò che si è investito nel tempo viene percepito come eccessivamente onerosa. (Rusbult, 1983)

Le emozioni che una rottura relazionale comporta possono essere molto profonde e allo stesso modo possono influenzare il benessere sia psicologico che fisico delle persone coinvolte. Sbarra e Emery (2005) hanno effettuato uno studio attraverso il quale hanno dimostrato come le rotture romantiche causano una larga gamma di reazioni emotive ed esse variano in base a diversi fattori come la durata della relazione, l'intensità emotiva presente nella coppia e le modalità di rottura.

Le rotture improvvise, che si presentano senza alcun tipo di preavviso recano un forte stress emotivo rispetto a quelle che avvengono in maniera più graduale attraverso negoziazione e comunicazione tra i partner (Sbarra & Emery, 2005)

Oltre agli effetti che la fine di una relazione può avere a livello emotivo, Kiecolt-Glaser et al. (1987) in "Stressful Personal Relationships: Endocrine and Immune Function" hanno mostrato come lo stress di una rottura relazionale possa danneggiare e compromettere il sistema immunitario, rendendo così gli individui più propensi a malattie

o infezioni. Lo stress che questo genere di situazioni causa aumenta il livello di cortisolo influenzando in maniera negativa anche la qualità del sonno e l'appetito.

Davis et al. (2003) sostengono come anche le differenze di genere abbiano un ruolo nelle risposte emotive date alle rotture relazionali. Ciò che hanno dimostrato è che le persone di genere femminile tendono a provare più angoscia emotiva rispetto alle persone di genere maschile dopo una rottura, questo può essere legato al fatto che le donne investono maggiormente nelle relazioni mentre gli uomini sono più soliti a non focalizzarsi troppo sulla rottura ma a distrarsi evitando di affrontare le proprie emozioni.

Uno studio che offre un ulteriore approfondimento sulle modalità in cui le persone affrontano le rotture è quello effettuato da John Bowlby (1980) nel quale ci ha offerto la teoria dell'attaccamento che ci aiuta a comprendere le reazioni emotive alle rotture. Bowlby sostiene che le relazioni e i legami che stringiamo con i caregiver nell'infanzia influenzano poi le modalità in cui, da adulti, affrontiamo relazioni e separazioni in età adulta. Gli stili di attaccamento da lui stabiliti sono tre: attaccamento sicuro, attaccamento ansioso e attaccamento evitante.

Le persone con un attaccamento di tipo sicuro possiedono una percezione positiva sia di sé stessi come persone e anche degli altri, denotando una certa fiducia nelle relazioni che creano. Durante le rotture relazionali queste persone affrontano il dolore cercando di trarne poi qualcosa di costruttivo.

Gli individui con un attaccamento ansioso possono invece avere una forte paura dell'abbandono che crea in loro una paura costante legata alla relazione che vivono. Queste persone provano molta difficoltà a lasciare andare gli individui durante le separazioni.

Le persone con l'attaccamento di tipo evitante mantengono invece una forte distanza emotiva nelle relazioni. Durante le rotture possono inizialmente sembrare poco colpiti perché tendono a sopprimere ciò che provano, ma a lungo termine possono poi soffrire di una sensazione di isolamento emotivo.

La ricerca di Eastwick et al. (2007) ha esaminato il fatto che le persone tendono a prevedere il proprio stato emotivo post rottura sopravvalutando sia l'intensità che la durata di ciò che provano dopo la rottura. Le persone tendono ad aspettarsi una sofferenza

prolungata nel tempo e molto intensa, ma ciò che gli studi dimostrano è che nonostante il forte impatto iniziale il dolore diminuisce molto più rapidamente di quello che ci si aspetta.

Lo studio ha sottolineato che l'abilità di recupero post rottura varia molto da individuo a individuo; mentre alcuni possono avere un recupero rapido altri invece possono impiegare molto più tempo per riuscire a superare la rottura e questo è influenzato da diversi fattori quali il supporto emotivo ricevuto dalle relazioni interpersonali che si hanno e dalle strategie di coping messe in atto.

3. CAPITOLO METODOLOGICO

Questa ricerca cerca di comprendere come i giovani adulti affrontano la fine di una relazione amorosa al giorno d'oggi. Il focus è sull'utilizzo dei social, delle applicazioni di messaggistica istantanea e sulla messa in atto della propria identità online in relazione con quella degli ex partner. La domanda di ricerca su cui è basato questo lavoro di tesi è: "Come giovani adulti (21-29 anni) utilizzano i social e le applicazioni di messaggistica istantanea nelle relazioni in fase di rottura?".

Il lavoro è volto alla comprensione delle dinamiche di comunicazione digitale, diretta o indiretta, che vengono utilizzate come strategie nel momento in cui una relazione sta volgendo alla sua fine.

3.1 La ricerca qualitativa

La ricerca qualitativa, come descritto da Cardano (2011), ha diversi tratti che accomuna tutte le tecniche che essa contiene, il primo riguarda l'adottare una metodologia che preferisce l'approfondimento del dettaglio alla delineazione del quadro intero.

L'obiettivo delle scienze sociali in generale è quello di comprendere e governare la complessità di ciò che si sta studiando. La complessità in questione si collega alla vicinanza tra chi osserva e chi deve essere osservato, portando alla scelta tra due diverse strade, o la semplificazione dell'oggetto oppure alla riduzione del dominio osservato. La ricerca qualitativa è solita utilizzare la riduzione del dominio osservato, diminuendo il campione ma focalizzandosi sui dettagli più profondi mentre la ricerca quantitativa è solita utilizzare la semplificazione dell'oggetto.

Un altro tratto che accomuna tutte le tecniche di ricerca qualitativa sul quale sia Goffman che Blumer concordano è la priorità dell'oggetto sul metodo, è il ricercatore che sceglie e adatta il metodo da utilizzare per lo studio in base a come le persone campione della ricerca si comportano, non viceversa.

Blumer, in Interazionismo Simbolico, sostiene che: "la realtà esiste nel mondo empirico e non nei metodi usati per studiarlo. [...] I metodi sono meri strumenti messi a punto per identificare e analizzare il carattere resistente del mondo empirico e, in quanto tali, il loro valore sta nella loro capacità di mettere in grado di svolgere questo compito" (1969).

Quando si parla di ricerca qualitativa è doveroso soffermarsi sull'aspetto dell'interattività che le pratiche di ricerca hanno, primo tra tutti l'esempio dell'osservazione partecipante in cui ci si immerge completamente nel contesto di ciò che stiamo analizzando. La ricerca qualitativa (Cardano, 2011) plasma le proprie strategie e le forme di dialogo in base alle caratteristiche e ai comportamenti dei soggetti su cui verte lo studio.

3.2 L'intervista

L'intervista di ricerca si divide in due diverse tipologie in base alle modalità di interlocuzione tra intervistatore e persona intervistata: strutturata o discorsiva (Cardano, 2011)

L'intervista strutturata è precedentemente creata attraverso un copione che l'intervistatore dovrà seguire e nel quale sono determinati tutti i quesiti che esso dovrà porgere alla persona con cui si sta interfacciando, la quale avrà, invece, una batteria di risposte tra le quali scegliere quella che meglio si sposa con i propri pensieri.

L'intervista discorsiva, invece, non ha una traccia predeterminata, ma è definita solo nei contenuti che devono essere affrontati, l'interlocuzione viene strutturata nel corso dell'interazione che avviene tra l'intervistatore e l'intervistato. Come definito da Cardano in "La ricerca qualitativa", l'intervista discorsiva è una tecnica che genera l'interazione sociale su cui appunta l'attenzione; un'interazione nella quale gli intervistati sono – di necessità – consapevoli di interloquire con un ricercatore.

All'interno delle interviste discorsive possiamo trovare diverse ramificazioni nelle quali si possono distinguere: intervista guidata o libera.

Nell'intervista guidata l'intervistatore segue una traccia precedentemente preparata che contiene i temi sui quali vuole raccogliere risposte, definisce un ordine di successione ma non è obbligato a seguirlo, ha una funzione di guida per ottimizzare il processo di intervista con formulazioni linguistiche appropriate. (Cardano, 2011)

Nell'intervista libera, invece, l'intervistatore propone il tema sul quale vuole che la conversazione verta attraverso una domanda per poi acquisire un atteggiamento di ascolto lasciando piena libertà alla persona intervistata nel disegnare la struttura che il suo discorso avrà. (Cardano, 2011)

È presente una terza ramificazione di intervista discorsiva, il “questionario camuffato”, che è di base un’intervista discorsiva mal riuscita, nella quale la persona intervistata è portata a rispondere velocemente alle domande che gli sono poste e dove turni di parola di intervistatore e intervistato hanno lunghezza simile. Questo è spesso dovuto ad una mala progettazione della traccia o al fatto che la persona intervistata non sia propriamente socializzata al ruolo in questione (Cardano, 2011).

Per questo lavoro di ricerca verrà utilizzata l’intervista semi strutturata che, come viene definito in “L’intervista biografica. Una proposta metodologica” di Rita Bianchi (2002), si caratterizza per il fatto che venga posta la stessa serie di domande a tutti gli intervistati i quali sono completamente liberi di scegliere le modalità di risposta. La traccia di intervista è fissa ma essa può prendere variazioni per situazioni varie che si possono presentare durante la conversazione come, ad esempio, evitare di porre la domanda successiva se nella precedente, il discorso si è ampliato e la risposta è già stata ricevuta. Il quesito contiene di norma delle sotto-domande volte ad una migliore comprensione della macro-domanda effettuata inizialmente.

La traccia d’intervista (Cardano, 2011) richiede un lavoro di progettazione molto accurato, l’intervistatore solleciterà delle risposte, e questo può avvenire con due modalità:

- Ponendo domande per suscitare i discorsi attesi
- Inventando domande in base agli argomenti che emergono durante l’intervista

Jean Claude Kaufmann (2007) suggerisce che la migliore domanda non è quella che è scritta nella traccia che stiamo seguendo ma quella che l’intervistatore crea sulla base della strada che l’intervista sta percorrendo intrapresa da ciò che la persona intervistata sta dicendo.

Questo ci aiuta a denotare un primo punto sulla traccia di intervista, non si tratta di un elenco di domande che vanno tassativamente lette dall’intervistatore, bensì di promemoria da cui trarre temi e formulazioni delle domande, in quanto la cosa più importante sono le risposte, non le domande. (Cardano, 2011)

Per quanto concerne i ruoli attribuiti nel processo di intervista, alla persona intervistata viene attribuito il ruolo di protagonista quando gli si chiede di parlare delle

proprie esperienze vissute nella sua vita; gli viene attribuito il ruolo di testimone quando deve apportare testimonianze su ciò che gli è accaduto nel suo contesto di vita. Può essergli attribuito anche il ruolo di esperto nel momento in cui debba parlare di eventi nei quali non ha direttamente partecipato, ma lontani nel tempo o nello spazio. (Cardano, 2011).

In “La ricerca qualitativa” di Cardano, vengono definite alcune indicazioni di massima riguardo alla stesura della traccia di intervista, prima tra tutti l’organizzazione della traccia partendo da temi attorno ai quali generare la conversazione con l’intervistato, preparare diverse formulazioni per ciascun tema e costituire una gerarchia tra gli stessi temi.

La traccia di intervista utilizzata è stata redatta dopo lo studio della letteratura presente, individuando così i macro-temi su cui lavorare per creare le domande da porre alle persone intervistate, che spaziano dalle azioni che loro stesse hanno messo in atto, ma anche domande su pensieri o idee che queste persone hanno in merito alla chiusura di relazioni amorose e alle modalità in cui le stesse possono volgere verso la fine.

La traccia di intervista formulata per questa tesi contiene otto quesiti con le relative sotto domande, le quali verranno poste solo nel caso in cui la risposta non arrivi già dalla domanda iniziale.

L’inizio avviene con la presentazione dell’intervistatore che chiede anche all’intervistato di effettuare una breve presentazione di sé stesso, per rompere il ghiaccio e poter partire inizialmente con domande generali sulla sua ultima relazione, per poi proseguire indagando sulla rottura, sui comportamenti messi in atto e sulle dinamiche di comunicazione digitali avvenute nel momento della rottura.

A tutte le persone intervistate è stato spiegato che, se mai la questione fosse diventata triggerante o se avessero qualsiasi tipo di esigenza, potevano recedere dall’intervista o evitare di rispondere alla domanda posta, la libertà dell’individuo nell’esprimersi è stata tutelata, non limitando in alcun modo ciò che volevano spiegare.

Le interviste hanno avuto varia durata, tra i 15 e i 25 minuti e a tutti gli intervistati è stata fatta firmare una liberatoria con la quale concedevano l’autorizzazione di effettuare la registrazione dell’intervista all’intervistatore e di trattare le informazioni raccolte.

3.3 Il campionamento

Il campionamento è un processo attraverso il quale viene definito un profilo di intervistati attraverso un lavoro di tipicizzazione che identifica categorie cui attribuiamo le proprietà che riteniamo rilevanti per le finalità del nostro studio, (Cardano, 2011).

La scelta del campione da analizzare porta alla decisione dei soggetti che faranno parte della ricerca, essi saranno diversi tra loro sulla base di criteri che siano funzionali alla finalità della stessa ricerca, per questo la scelta effettuata è basata sulla significatività dell'esperienza e della collocazione dei soggetti che verranno intervistati (G. Gianturco, 2004, L'intervista qualitativa). Gli intervistati possono essere suddivisi, secondo Gorden 1975, in:

- Gli informatori, i quali danno informazioni sulla situazione in cui verrà svolta la ricerca

- I privilegiati, persone direttamente collegate all'argomento di ricerca che posseggono informazioni rilevanti per lo studio che si sta effettuando

- I soggetti significativi, che conferiscono informazioni strettamente collegate all'argomento della ricerca ma in maniera più generale

La scelta delle persone da intervistare, nel concreto, si basa su quattro domande che l'intervistatore deve porsi nel momento in cui effettua la selezione (G. Gianturco, 2004, L'intervista qualitativa):

- Chi ha l'informazione rilevante?

- Quali sono i soggetti più accessibili fisicamente e socialmente?

- Chi è più disponibile a fornire informazioni?

- Chi è più capace a fornire informazioni precise?

In "La ricerca qualitativa", Cardano parla della difficoltà del passaggio dal "tipo di persona" alla persona in carne ed ossa, in quanto la definisce come una scommessa il cui esito dipende dall'attendibilità delle fonti che ci hanno guidato a determinare la persona in questione come adatta allo studio che dobbiamo effettuare.

Se il campione inizialmente selezionato non dimostra un'eterogeneità, si rende necessaria un'integrazione al fine di avere un campione rappresentativo, in quanto uno dei criteri in base ai quali viene selezionato un campione è il principio di rappresentatività, secondo cui i campioni devono rispecchiare, anche se in scala ridotta, la popolazione sulla quale vogliamo indagare (Della Porta, 2014).

Il campionamento effettuato per questa ricerca è di tipo non probabilistico, in quanto le unità campionarie non sono state estratte in modo casuale e per questo motivo, per questa tipologia di campionamento non si pretende una rappresentatività statistica (Cardano, 2011).

Il campione è stato reclutato con tre modalità differenti, partendo dal presupposto che le caratteristiche che le persone ricercate dovevano avere erano:

- Avere tra i 21 e i 29 anni
- Aver concluso una relazione negli ultimi 5 anni
- Essere stati in possesso di un telefono cellulare durante la fine della stessa relazione

Il reclutamento è avvenuto maggiormente tramite il passaparola, attraverso il quale le persone volontariamente si sono offerte a partecipare a questo progetto spinte da una propria curiosità circa l'argomento trattato, sono state effettuate delle storie Instagram tramite il mio profilo personale per effettuare una call to action, alla quale hanno risposto altre persone.

L'ultima modalità di campionamento è stata quella a "palla di neve", in quanto è stato chiesto ai partecipanti se possedessero conoscenze di persone con le caratteristiche ricercate per questa ricerca.

Il campione si compone, dunque, di dieci persone di genere maschile e dieci persone di genere femminile, in età universitaria, restituendo così un campione totale di venti soggetti.

In base alle risorse che una ricerca ha a disposizione il numero delle interviste che vengono effettuate può variare, chiaramente maggiore è il numero di interviste effettuate maggiore sarà la l'approfondimento effettuato nello studio in questione (Della

Porta, 2014), un criterio utilizzato per poter comprendere il numero di interviste adatto da effettuare è quello della “saturazione della conoscenza”, ossia quando non emergono più nuove questioni ci si può fermare.

3.4 La popolazione di riferimento

La popolazione di riferimento per questa ricerca sono i giovani adulti dai 21 ai 29 anni. Sono stati coinvolti venti soggetti, dieci di genere maschile e dieci di genere femminile.

Nome	Genere	Anno di nascita	Esperienza di rottura
Asja	Femminile	2000	Erano a casa dell'ex partner, lei percepiva da un po' che ci fosse qualcosa che non andava, nonostante continue rassicurazioni da parte di lui con parole dolci. Quel giorno, invece, lui le ha confessato di non provare più le stesse cose e che sentiva che c'erano differenze nel modo di essere tra loro, i sentimenti erano quindi cambiati da parte sua e sentiva queste differenze come insormontabili e per questo ha quindi deciso di concludere la relazione.
Delia	Femminile	1999	Durante il periodo della relazione ci sono state svariate rotture con poi seguenti riavvicinamenti. Lei durante tutto il periodo della relazione si sentiva manipolata e sopraffatta dalle azioni che il suo ex partner voleva ma il sentimento non le permetteva di reagire. Con il passare del tempo, però, ha cambiato atteggiamento e sentiva il sentimento diminuire e affievolirsi, fino ad un giorno in cui decise di chiudere perché da parte sua, di sentimenti, non ce n'erano più.

Alice	Femminile	1999	Nella relazione avvenivano molto spesso discussioni tra i due, lei non si sentiva apprezzata dal proprio partner ma, al contrario trascurata. Spesso riceveva critiche sul suo modo di essere, di fare e di comportarsi e questo scaturiva in lei una sensazione che il partner volesse in realtà una persona diversa da lei. Tutto questo l'ha portata ad allontanarsi e ad avvicinarsi ad un'altra persona che le dava le attenzioni che le mancavano e ciò ha portato alla chiusura della relazione dopo alcuni tira e molla.
Giorgia	Femminile	1999	Durante la relazione si sentiva sempre messa da parte e non apprezzata, dicendo di sentirsi data per scontata. Con il tempo ha iniziato a comprendere che il comportamento dell'ex partner non era in linea con ciò che lei voleva davvero, iniziando quindi a distaccarsi e a provare sempre meno interesse verso di lui. Prima che la relazione finisse ci sono stati due tradimenti da parte di entrambi, lei ha dunque deciso di concludere la relazione.
Michela	Femminile	1998	Il rapporto tra i due subì un violento cambiamento dopo aver scoperto che il proprio partner frequentava applicazioni di dating e siti di incontri, in quanto questo ha portato una forte diminuzione della fiducia. Da un certo punto in poi lei sostiene di iniziare a percepire un fastidio che l'ex partner provava nei suoi confronti, confessato ad un certo punto da lui. Lui un giorno decide di portare a galla una sensazione che aveva, quella dell'incompatibilità nella relazione e

			per questo motivo ha deciso di allontanarsi e finire la relazione
Morena	Femminile	1996	Durante la relazione non ha mai percepito apertura da parte dell'ex partner nel cercare di comprendere le sue necessita e di venirle in contro, al contrario sentiva una forte imposizione da parte del partner e lei, al contrario, non riusciva ad imporsi per una questione caratteriale. Sulla relazione ha poi iniziato a pesare anche la distanza e sono iniziate a nascere frequenti discussioni tra i due partner, che hanno portato l'intervistata a concludere la relazione via whatsapp, per evitare situazioni in cui si urlava o si litigava.
Nadia	Femminile	1999	Se per lei dopo un periodo insieme era subentrata una forte stabilità nella relazione con progetti futuri, per il suo partner invece le differenze caratteriali iniziavano a pesare sempre di più. La diversità di pensiero legata alla femminilità che lei decideva di mettere in atto ha portato alla chiusura della relazione, in quanto lui ricercava una donna con i canoni stabiliti dalla società e percepiva come una mancanza il modo che lei aveva di vivere la sua femminilità.

Roberta P.	Femminile	2000	Il suo ex partner tendeva a sparire, lei reagiva a questo atteggiamento soffrendo e non cercandolo, fino ad un giorno in cui ha deciso di volere una spiegazione in quanto la sua assenza la stava preoccupando, precipitandosi a casa sua ha scoperto che non si trovava lì. Questo le ha fatto comprendere che l'interesse da parte dell'ex partner fosse minimo nei suoi confronti, cercava di giustificare fino al momento in cui hanno avuto un confronto e sono emerse diverse necessità nella coppia, lei voleva inseguire i suoi sogni proseguendo gli studi, lui voleva una donna che badasse alla casa e che fosse più disposta al ruolo di cura.
Roberta R.	Femminile	2000	Lei soffriva molto per i cambiamenti che aveva notato nell'ex partner con il passare del tempo, mettendosi in discussione e dandosi molte colpe. Erano presenti da parte dell'ex partner moltissime mancanze, soprattutto anche emotive nel momento in cui la persona intervistata ha subito un lutto. Si sentiva trascurata e ha cercato conforto nelle braccia di qualcun altro. Ha deciso di chiudere la relazione a malincuore, in quanto era ancora innamorata ma ha compreso che la persona in questione le generava troppa sofferenza.
Viola	Femminile	1998	Lei aveva notato una forte diminuzione dei suoi sentimenti nei confronti dell'ex partner, la distanza ha contribuito a questo in quanto non riusciva ad integrare la persona in questione con la sua nuova vita

			lontano da lui in quanto non lo percepiva felice della sua scelta. Si è, poi, avvicinata ad un'altra persona e ha deciso di chiudere la relazione con molta difficoltà.
--	--	--	---

Alex	Maschile	1996	La distanza fisica tra i due ha portato un allontanamento anche emotivo da parte dell'ex partner. Lei non è stata presente in un momento difficile vissuto dall'intervistato e ha iniziato a far emergere le insicurezze nei confronti del rapporto in questione legate ai dubbi sul proseguire o meno. Le cose andavano bene per messaggio, quando si vedevano stavano bene ma nel momento in cui ci si salutava lei ci teneva a ripetere che non sapeva se volesse più essere fidanzata, fino ad un giorno in cui, in macchina, lei ha comunicato la volontà di chiudere definitivamente la relazione.
Anthony	Maschile	1996	Il periodo del Covid 19 è stato ciò che ha portato la sua relazione alla fine, in quanto l'intervistato si è sentito da un certo punto in poi sopraffatto dall'ansia che l'ex partner aveva. Ciò l'ha portato a perdere interesse nei confronti dell'ex partner e nei confronti della relazione. Per questo ha deciso di comunicare la volontà di chiudere definitivamente la relazione, che aveva già avuto dei problemi in passato provati a risolvere con delle pause di riflessione non andate a buon fine

Davide	Maschile	1996	Ricevette un messaggio con scritto “mi manchi”, che ha fatto scaturire in lui paura di legarsi troppo a questa persona in quanto la vedeva come una cosa troppo impegnativa per il momento. La cosa è poi scemata piano piano fino ad un giorno in cui si sono incontrati e lui ha deciso di chiudere.
Filippo	Maschile	2000	La fine del periodo di quarantena post Covid 19 ha fatto scaturire in lui molti pensieri legati alla volontà di conoscere nuove persone e dubbi legati alla relazione che stava vivendo. Dopo un periodo in cui si è fatto molte domande legate alla volontà di proseguire o meno la relazione ha compreso che non era ciò di cui aveva bisogno al momento, portandolo quindi a chiudere la relazione.
Lorenzo	Maschile	2000	Non si sentiva più coinvolto emotivamente al suo ex partner, c'erano difficoltà di comunicazione legate alla distanza e difficoltà legate al fatto che lui voleva più indipendenza e il suo ex partner richiedeva, invece, molto del suo tempo. Dopo averci ragionato ha compreso di averla tirata fin troppo per le lunghe e che non era in grado di proseguire.

Nicholas	Maschile	1995	Erano presenti nell'ex partner molti problemi sul lato psicologico che si riversavano sulla relazione e su di lui. L'ex partner spariva per settimane e mancava di rispetto ripetutamente fino a portare l'intervistato a decidere di chiudere la relazione, anche per le aggressioni verbali che riceveva ripetutamente la rottura è avvenuta in chat.
Emilio	Maschile	1997	La relazione è stata un susseguirsi di tira e molla, l'ex partner screditava e spesso usava parole d'odio verso l'intervistato che si sentiva, però, plagiato e non riusciva a rendersi conto della situazione che stava vivendo, fino a un giorno in cui ha deciso che era troppo e ha chiuso la relazione.
Giacomo	Maschile	1997	Sentiva che l'ex partner fosse molto più presa di lui, sentiva che si proiettava nel futuro e che era molto gelosa. L'intervistato sostiene che anche problemi psicologici hanno influito sulla chiusura in quanto l'ex partner minacciava di farsi del male. Per lui tutti questi si sono trasformati in campanelli d'allarme che l'hanno portato a chiudere la relazione, anche perché tutto ciò stava riesumando ricordi di situazioni pregresse della sua vita e di relazioni passate.

Leonardo	Maschile	2000	Percepiva una forte differenza con l'ex partner e aveva compreso con il tempo di non voler più proseguire, nel momento in cui ha deciso di comunicarlo via chat lei non ha più risposto e allo stesso modo lui non l'ha più contattata.
Andrea	Maschile	1998	Non si sentiva più legato come un tempo, il calo di attenzioni verso l'ex partner l'ha portata ad avvicinarsi ad altre persone, lasciandolo, quindi, per un altro.

3.5 Analisi Tematica

L'analisi tematica è un processo nel quale vengono identificati dei temi o pattern all'interno di dati qualitativi (Braun & Clarke 2006). I dati raccolti vengono poi utilizzati per cercare di dare una risposta alla domanda di ricerca che ci si pone. Si tratta di un metodo, non di una metodologia, in quanto non è legato ad alcuna teoria in particolare e questo lo rende molto flessibile e utilizzabile in una moltitudine di ambiti diversi. (Doing a Thematic Analysis: A Practical, Step-by-step Guide for Learning and Teaching Scholars, Maguire & Delahunt, 2017).

L'analisi tematica è, quindi, un metodo che lavora sia per riflettere la realtà circostante, ma anche per comprendere ciò che c'è al di sotto di ciò che noi chiamiamo realtà (Braun & Clarke, Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 2006)

Una buona analisi tematica si discosta dal semplice riassumere ciò che si raccoglie, in quanto i dati vengono interpretati. (Doing a Thematic Analysis: A Practical, Step-by-step Guide for Learning and Teaching Scholars, Maguire & Delahunt, 2017)

Braun & Clarke (2006) effettuano una distinzione tra due tipologie diverse di temi, ossia quelli semantici e quelli latenti, i temi semantici riguardano la superficie, quello che

viene esplicitamente detto dalla persona intervistata, mentre i temi latenti sono ciò che è presente al di sotto di ciò che viene esplicitamente detto, come le ideologie.

Gli step per effettuare una buona analisi tematica sono prima di tutto prendere familiarità con i dati raccolti, leggere le trascrizioni delle interviste effettuate, più e più volte, aggiungendo le prime note; In seguito bisogna procedere creando i primi codici, organizzando i dati raccolti in essi. Si prosegue cercando i temi di maggiore interesse, come hanno spiegato Braun e Clarke (2006) non ci sono regole per stabilire ciò che un tema è, organizzando i codici in temi che ci dicono qualcosa sulla nostra domanda di ricerca. I temi vanno poi controllati e modificati, aggiustandoli in base alla strada che la nostra analisi sta prendendo, per poi definire l'essenza di ogni tema, comprendere cosa il tema in questione ci sta dicendo e come, se sono presenti, i micro-temi interagiscono con il macro-tema e tra di loro. L'analisi si conclude con la redazione di un report. (Doing a Thematic Analysis: A Practical, Step-by-step Guide for Learning and Teaching Scholars, Maguire & Delahunt, 2017)

3.6 Posizionamento e limitazioni della metodologia

Se la ricerca quantitativa cerca di rivelare la verità a prescindere dai bias che il ricercatore ha, la ricerca qualitativa dipende totalmente dalla soggettività dello stesso, in quanto le persone che utilizzano il metodo della ricerca qualitativa devono impegnarsi a comprendere, attraverso la riflessività, come la soggettività (in altre parole i bias) può modellare e modellare la loro ricerca. (Francisco M. Olmos-Vega, Renée E. Stalmeijer, Lara Varpio & Renate Kahlke, 2023)

Esistono diverse definizioni che cercano di stabilire cosa sia la riflessività, in “A practical guide to reflexivity in qualitative research” (2023) Francisco M. Olmos-Vega, Renée E. Stalmeijer, Lara Varpio & Renate Kahlke, dopo aver effettuato una rassegna della letteratura e navigato tra le varie definizioni che esistono, hanno proposto la seguente lettura: “La riflessività è un set di pratiche multiforme, continue e collaborative, attraverso le quali il ricercatore coscientemente critica e valuta come la loro soggettività e il contesto in cui si trovano influenza i processi della ricerca”.

Ci sono diversi obiettivi che si perseguono quando si utilizza la riflessività nelle ricerche qualitative, come cercare di neutralizzare la propria soggettività, comprendere che sia presente, spiegarla o anche capitalizzarla (Gentles et al. 2014). In alcune scuole di

pensiero viene proposto il fatto che l'obiettivo della riflessività è spiegare l'impatto che il ricercatore ha sulla propria ricerca, facendo ciò il ricercatore migliora la confirmability (confermabilità) della propria ricerca, cioè il grado in cui i risultati della stessa possono essere confermati da altri ricercatori, ma anche la transferability (trasferibilità) cioè quanto i risultati della propria ricerca possono essere applicati ad altre ricerche (Koch and Harrington 1998; Malterud 2001). Fermandosi alla riflessività si rischia però di cadere nella banalità di un mea culpa dei propri bias (Lingard, 2015).

L'obiettivo di molti ricercatori qualitativi è quello di capitalizzare la propria soggettività, rendendola parte della generazione dei dati della ricerca in questione (Finlay 2002b; Charmaz 2014; Koopman et al. 2020).

Sono state proposte diverse tipologie di riflessività (Finlay 2002; Walsh 2003; D'Cruz et al. 2005). Secondo Walsh (2003) sono presenti quattro diverse dimensioni del processo riflessivo: personale, interpersonale, metodologica e contestuale.

La riflessività personale porta il ricercatore a riflettere sulle sue aspettative e sulle sue reazioni, coscienti o non coscienti, in relazione al contesto, ai partecipanti e ai dati ottenuti. La riflessività interpersonale invece riguarda come le relazioni intorno al processo di ricerca influenzano contesto, le persone e i risultati (Walsh, 2003).

La riflessività metodologica invece porta il ricercatore a comprendere che impatto ha avuto la metodologia che ha scelto sui risultati della ricerca che sta effettuando (Walsh, 2003). La riflessività contestuale, invece, riguarda in particolare la comprensione del contesto culturale e storico in cui si sta svolgendo la ricerca. (Walsh, 2003).

In questo lavoro di tesi volendo effettuare un lavoro di riflessività, ciò che emerge è che da un punto di vista di riflessività personale le mie aspettative prima di iniziare la ricerca erano cercare di confermare che esistessero dei pattern specifici che le persone mettono in atto quando una relazione si sta dirigendo verso la fine, questo deriva dal fatto che nella mia vita molte volte ho ascoltato persone parlarmi di questo tipo di momento e proprio questo mi ha portato a pensare ciò.

Da un punto di vista di riflessività interpersonale le dinamiche tra me (ricercatore) e le persone intervistate possono aver innescato dei limiti in quanto parte delle persone che sono state comprese nel campione sono mie conoscenze dirette. Da un punto di vista

di riflessività metodologica sicuramente le interviste fanno emergere il fattore della desiderabilità sociale, un concetto che rappresenta il bisogno di approvazione sociale che avviene attraverso comportamenti appropriati e accettati (Marlowe e Crowne 1961).

Un limite legato alla metodologia è la numerosità del campione, dieci persone di genere maschile e dieci di genere femminile per un totale di venti persone intervistate non sono esaustive per uno studio completo e generalizzabile, questa scelta è stata effettuata per una questione di tempistiche. Per quanto riguarda la riflessività contestuale, è importante comprendere che la ricerca in questione avviene in un contesto generale in continua mutazione, le interviste sono state effettuate in parte in presenza e in parte online sulla piattaforma zoom, in particolare le interviste effettuate in maniera mediata hanno, potenzialmente, fatto perdere al ricercatore molti dettagli legati alla comunicazione non verbale.

4.0 CAPITOLO ANALISI

4.1 Modalità e motivazioni di rottura

La prima domanda effettuata ai soggetti che sono stati intervistati indagava le modalità in cui la suddetta relazione presa in questione è volta al termine. Su un totale di 20 intervistati 7 hanno subito la decisione dell'altro partner di chiudere la relazione, 12 hanno invece attivamente effettuato la scelta di porre fine alla relazione e in un solo caso, invece, la relazione si è conclusa senza che i partner prendessero davvero una decisione.

È giusto innanzitutto evidenziare un fenomeno citato frequentemente nelle interviste, le relazioni delle persone intervistate spesso sono finite ed iniziate più volte, questo processo è comunemente denominato “tira e molla”.

Alex, 28:” *Insomma lì ci sono stati dei mesi proprio in cui c'era un mezzo tira e molla, lei non sapeva cosa volesse, cosa voleva fare di me e di lei. Fino a quando... abbiamo parlato di quello che dovevamo fare.*”.

Alice, 24:” *Diciamo tutte queste cose messe insieme, poi, mi hanno portato a prendere la decisione di lasciarci, ci siamo visti in presenza, poi non è finita definitivamente, nel senso che poi ci sono stati un po' di tira e molla comunque*”.

Anthony, 27:” *Però in realtà c'erano già dei pregressi, cioè c'era stata già una pausa di riflessione che non aveva funzionato bene, c'è stato un addio-ritorno. Diciamo, era scritto nel destino, ecco.*”

Delia, 24:” *La prima rottura dopo qualche mese che pensavo fosse definitiva, invece poi ce ne sono state sono state molte altre. (...) Ero più io che lo lasciavo, poi ci ritornavo sempre, però sempre dopo mesi. Magari lui aveva altre storie, io uscivo con altre persone, però poi ci ritornavo sempre. Non so bene dire il perché*”.

Emilio,26:” *Intanto per dare un contesto, nei due anni ci siamo lasciati tantissime volte, anche se era proprio per due giorni, un giorno e così via, dove*

principalmente lei lasciava me a seguito di comportamenti suoi sicuramente molto tossici”.

Filippo, 22: ” Dopo un po ’ di tempo c’è stato un ripensamento, proprio dovuto al fatto che la decisione era stata presa un po ’ così, senza pensarci troppo, un po ’ in maniera immatura. E quindi c’è stato qualche tira e molla che poi alla fine però è andato a scemare e ci siamo divisi del tutto”

Roberta R, 23:” Tra me e lui ci sono state diverse rotture, cioè ci siamo lasciati e ripresi molte volte”.

Viola, 25: ” È stata molto travagliata, cioè è stato un po ’ un riaprirsi e richiudersi almeno un altro paio di volte nel giro di pochi mesi. Però ogni volta in realtà sono stata io. La prima volta è stata molto, molto difficile perché lui non era assolutamente d'accordo con questa rottura”.

Per quanto riguarda le motivazioni di rottura che sono emerse dalle interviste effettuate, esse sono suddivisibili in 6 campi diversi:

- **Carenza o mancanza di sentimenti del partner verso la persona intervistata (4)**

Alex, 28: ” Tutto è nato da quando praticamente lei ha iniziato ad essere molto più distante rispetto a me. È successo un episodio, Mio padre è stato male e lei non è venuta neanche a trovarmi, per esempio, per sapere come stessi io, non come stesse mio padre, ma come stessi io, come dovrebbe essere. (...) Spesso sembrava che le cose andassero bene per messaggio, quando invece dal vivo magari passavamo una bella giornata. Poi alla fine, quando era il momento di salutarsi, lei doveva ripetermi che non sapeva bene come comportarsi perché era un po stufa e che non voleva più essere fidanzata, eccetera eccetera. La fine proprio è stata un giorno di agosto. Lei mi stava a portando a casa e mi ha chiesto tu quando hai capito che dovevi lasciare la tua ex e io ho detto guarda, non è che non c'è stato un momento preciso, l'ho capito durante il tempo, forse

negli ultimi tre anni in cui siamo stati insieme e lei mi fa, per me il momento è questo. Io scendo dalla macchina e finisce lì, le ho chiesto: Mi lasci? E lei: Sì”.

Andrea, 25:” Io all'epoca non lo sapevo, tipo non è che mi ha tradito, ma mi ha lasciato per un altro alla fine.. lei praticamente già si stava sentendo con questo già da mesi e infatti l'ultimo periodo in cui stavo insieme si vedeva proprio che c'era qualcosa che non andava, però io non l'avevo capito”.

Asja, 23:” Vabbè ero a casa sua, stava guardando un film, manco mi guardava, né mi parlava, allora gli ho chiesto ma c'è qualcosa che non va? Momento di silenzio. Lui dice no. Poi ha iniziato a dirmi che nell'ultimo periodo non provava più le stesse cose. Che lui ha bisogno, come ho detto prima di organizzarsi un po' alla giornata, che io sono troppo organizzata, che devo avere un piano per due settimane almeno, altrimenti vado fuori di testa.”

Michela, 25:” Sono successe delle cose che ovviamente hanno messo in crisi la relazione, perché io avevo scoperto che lui ancora stava su tinder nonostante stessimo insieme. Avevo scoperto che lui parlava con altre ragazze e questa cosa ovviamente ha messo in crisi la relazione. Ho perdonato il fatto, sono passata avanti, funzionava che praticamente appunto, dopo che io scoprivo certe cose andava tutto bene, poi dopo ovviamente lui era una persona molto insicura, quindi continuava a cercare conferme da altre ragazze. Nell'ultimo periodo poi cominciava a dargli fastidio il fatto della mia presenza in casa, diceva che io gli invadevo i suoi spazi, che comunque non era una cosa a cui era abituato e quindi questo ovviamente metteva in crisi il rapporto. Il momento della rottura è avvenuto nel giro di due giorni, dal nulla, era stato male e mi ha detto che aveva pensato un pochino alla sua vita, non sapeva più cosa fare perché sentiva che tra noi due non funzionava, non eravamo compatibili, tutto tramite whatsapp, Dopo ci siamo incontrati il giorno dopo e siamo usciti fuori a cena. Non abbiamo affrontato l'argomento. Poi io dopo cena ovviamente ho confrontato l'argomento perché era il minimo”.

- **Carenza o mancanza di sentimenti della persona intervistata nei confronti del partner (4)**

Delia, 24:” *In realtà i problemi erano molti e inizialmente la situazione era che lui mi metteva molto i piedi in testa, quindi era un po’ manipolatore un po’ ero io diciamo che mi facevo andare bene tutto pur di stare con lui. poi dopo forse 2, 3 anni ho cominciato a capire meglio quello che volevo e quello che non volevo; quindi, ero più io che lo lasciavo. Poi ci ritornavo sempre, però sempre dopo mesi. Magari lui aveva altre storie, io uscivo con altre persone, però poi ci ritornavo sempre. Non so bene dire il perché, gli volevo bene, comunque ci stavo bene insieme, però avevo capito che non c'era più sentimento, quindi poi alla fine lui mi aveva chiesto di metterci insieme l'ultima volta io ho detto di no e poi da lì ci vedevamo ogni tanto, ma non siamo più tornati insieme. Lui non mostrava mai troppi sentimenti perché non sono una cosa che lo caratterizzava molto, quindi sembrava che andasse sempre tutto molto bene, anche se poi magari a posteriori mi confessava che ci stava male, che voleva ritornare con me, però io appunto avevo detto che da parte mia non c'era più sentimento e quindi era inutile continuare a mandare avanti questa cosa, lui sembrava accettarla, poi ogni tanto mi riscriveva (..) , ma perché secondo me neanche ci credeva molto, perché sapeva che poi ci saremmo comunque rivisti”.*

Anthony, 27:” *Ovviamente sempre mi prende a me che mi stufo. Non lo so. Dopo un po’ una persona diventa noiosa di punto in bianco. Non lo sei stato fino adesso? Bene, ad oggi lo sei. Poi c'era che eravamo in pieno periodo Covid, quindi in generale tutti stressati, odio le persone che mi mettono ansia. Quindi sta persona è diventata molto ansiosa e a una certa gli ho detto m'hai rotto il ***** e questo è stato quanto, cioè niente diritto di replica. Visto che c'era il Covid è successo all'inizio in videochiamata.. Però non mi piaceva solo videochiamata quindi dopo ci siamo visti per le stesse cose. Era diventata una*

persona ansiosa, cioè diciamo che quella è stata ovviamente la goccia che ha fatto traboccare il vaso in quella specifica situazione (...). Questo è quanto.”

Filippo, 22:” Diciamo che sicuramente la pandemia, il Covid, non ha aiutato perché abbiamo vissuto il momento di reclusione totalmente divisi, non ci siamo visti. Poi dopo, alla fine, quando si sono riaperti i cancelli, siamo un po' tornati a vivere, io sono tornato in università, ho visto nuove persone, ho conosciuto nuove persone e questo un po' mi ha fatto aprire gli occhi su quello che era il mondo. E allora da lì ho iniziato a farmi un po' di domande della serie, vale la pena che io a diciotto, diciannove anni sto così in una relazione chiuso.. Precludo alcune esperienze, eccetera. E allora ho preso una decisione un po' immatura. Come è stata la relazione in generale, ho deciso di iniziare a vivere l'esperienza dei vent'anni e quindi ho chiuso la relazione, è stata praticamente una scelta totalmente mia che lei ha dovuto subire, Diciamo che col tempo forse l'ha anche accettata”

Viola, 25:” Io non ero assolutamente più presa da quel rapporto, facevo tantissima difficoltà a integrarlo con la mia vita da fuorisede a Padova e mi sembrava che comunque lui non volesse che io fossi in questa nuova città. E che non era, cioè sì, mi diceva quanto mi voleva bene, quanto era felice per me, però poi non lo sentivo realmente e mi sono iniziata ad avvicinare un'altra persona”.

- Discussioni e mancanze all'interno della coppia (6)

Alice, 24:” La decisione è stata mia, l'ho presa io. Proprio perché c'era stato un periodo in cui continuavamo a discutere e le discussioni erano diventate anche molto pesanti. E ad un certo punto, diciamo io mi sono sentita un po' trascurata, non più apprezzata perché sembrava che lui comunque volesse una me che in fondo non ero io, quindi criticava tanti dei miei aspetti, ad esempio, diceva che sono troppo appariscente, Che me la tiravo anche solo perché ad esempio mi piaceva truccarmi, quindi insomma, cioè vedendo che mi sminuiva sotto certi punti di vista piuttosto che apprezzarmi questa cosa aveva iniziato a pesarmi. Quindi

diciamo, cioè io mi sono un po' allontanata. Poi c'era stato di mezzo anche un ragazzo che avevo conosciuto che comunque diciamo mi dava quelle attenzioni che al momento il mio ex non mi dava”.

Emilio,26:” È stata di persona, non è stata via messaggi, però molto spesso mi hai lasciato via messaggi o chiamate così via. Nell'ultima definitiva era incazzata con me e ha iniziato quindi ad urlare, semplicemente è stato un insultarmi, uscire dalla mia macchina e sbattere le porte in faccia.. Dicendomi tutte quelle parole d'odio che mi diceva già spesso, sempre, molto spesso e volentieri, quindi da allora sì, ci siamo lasciati. Trovava tutti quei pretesti per screditarti un pochino, far capire che non eri abbastanza e giocare un pochino su anche magari delle insicurezze che avevo. Quindi è stata la tipica relazione con up e down, quindi tanti alti e bassi, dove gli up magari erano anche semplicemente illusioni, perché ti abituavi veramente dei bassi che erano particolarmente bassi (...) Sì, questo tipo di persone riescono a compensare in determinati momenti con dei forti up diciamo, anche se sono veramente piccoli e quasi insignificanti rispetto alla vera relazione”.

Giorgia, 24:” La mia sensazione era di come essere sempre messa da parte in un certo senso, cioè di essere una persona che veniva data per scontato, con cui lui poteva giocare a fare il brutto e il cattivo quando voleva. Quindi piano piano lui vabbè ha fatto sempre dei pezzi e più andava avanti a fare i pezzi più io ci stavo male fino a che non sono arrivata fondamentalmente al punto di rottura in cui mi sono rotta, (...) prima ho sempre subito, cioè nel senso io ho subito praticamente per tutto il corso della relazione, poi però a una certa ho incominciato a un po' alzare la voce anche io e perché mi ero rotta di subire costantemente. E di fatto sono entrata in una, in una sorta di ordine delle idee in cui non mi interessava neanche più di fargli del male, probabilmente non è proprio moralmente giusto come ragionamento, ma dal momento che io ho sofferto come un cane per un anno e mezzo per colpa tua, perché me ne hai fatte di ogni, adesso se te ne succede pure una a te prendi e te la porti a casa. È stata una mia decisione di chiudere la

relazione, non assolutamente non di comune accordo, anche perché io gli avevo pseudo messo le corna.. Alla fine della relazione c'è stato anche un tradimento da parte sua, ma il tradimento da parte sua è stato letto come un ti ho tradito ma ho capito di amarti.(...) Io la comunicazione del tradimento l'ho fatta per messaggio, perché eravamo lontani, dicendo, però, poi vediamoci, quindi c'è stato questo confronto dal vivo. E poi da lì nel senso che non ci siamo più rivisti per parlare della rottura, ma ci sono stati comunque degli scambi per messaggio terminati con io che lo blocco su tutti i canali.”

Morena, 27:” Lui non era molto disposto, diciamo, ad ascoltare le mie esigenze, quello che volevo io, tendeva ad imporsi molto e io ho sempre avuto il vizio di dispiacermi, di fare cose.. non voler deludere, far rimanere male le persone e quindi magari diverse volte pure per evitare discussioni, magari facevo cose che non mi andava di fare. E ho velocizzato i miei tempi, che erano molto più lenti rispetto ai suoi. (...) all'ennesima discussione in cui io non mi sentivo ascoltata e lui si voleva imporre, allora ho detto, forse è meglio lasciar perdere. Lì forse non sono stata tanto corretta, però non mi interessa perché di base ci siamo lasciati per messaggi. Sì. Non dal vivo, però, conoscendo la persona.. Non volevo una persona che non era in grado di parlarmi tranquillamente dal vivo e che iniziava ad urlare a piangere o a fare l'isterica, era una cosa che mi volevo beatamente evitare. Quindi con tutto che mi sento un po' in colpa perché non è stata una cosa tanto corretta farlo per messaggi, la cosa è avvenuta per messaggi”.

Nicholas, 29:” Nella rottura finale la decisione è stata mia, perché sinceramente non si poteva andare avanti così proprio. Diciamo che se inizialmente questi problemi portati dal lato psicologico la portavano magari a sparire per una o due settimane, ti faceva un po' crollare il terreno sotto i piedi, poi sono sfociati in mancanze di rispetto molto più pesanti, alle quali all'inizio ho cercato di passarci sopra, però poi una volta che si sono ripetute anche in maniera più grave ho detto basta. La rottura è avvenuta tramite messaggio perché non c'era la possibilità di parlare, cioè inizialmente cercavo io di parlare, però era proprio

impossibile, proprio venivo aggredito verbalmente. Da quando gli ho detto basta è stata lei a voler parlare però sinceramente mi aveva portato così tanto allo stremo che proprio le dicevo no, io ho già preso una decisione.”

Roberta R., 23:” Io mi ricordo che stavo proprio male, mi ricordo che stavo male per questa cosa perché essendo già di mio una persona molto insicura, vedendo da parte sua diciamo che non c'erano più delle conferme che c'erano all'inizio.. dicevo, ma che cosa è cambiato? Ho fatto qualcosa io? non sono abbastanza per lui? Ecco, io quello che sentivo era il non essere abbastanza per lui. Infatti io glie lo dicevo. (...) Non mi dava appunto più attenzioni e mi sono, tra virgolette, lasciata andare nelle braccia di un altro, se vogliamo dirla così. In quel periodo c'era stata anche la morte di mio nonno e non mi era stato per niente vicino, quindi io anche questa cosa l'ho sentita parecchio perché in un momento comunque grave lui non c'era per me. l'ultimissima volta che ci siamo lasciati la decisione è stata presa da me perché io mi ero resa conto, col tempo avevo preso consapevolezza che lui per me era una persona tossica, cioè che mi faceva veramente del male. E quindi ho preso questa decisione a malincuore, cioè io non l'ho fatto perché non amavo più, ma perché mi ero resa conto che questa persona mi faceva male”.

- Diverse visioni di vita delle persone nella coppia (3)

Leonardo, 23:” Avevamo proprio tempi diversi in tutto, cioè non ero contento della relazione, non mi andava bene come voleva impostarla lei questa relazione principalmente, cioè sono stato io, è avvenuta in un modo un po' particolare, nel senso che eravamo entrati in una sorta di discussione, già comunque io avevo pensato di finire questa relazione entrando in questa discussione, lei forse lo aveva già percepito inizialmente. E praticamente questa relazione è finita su una chat su Whatsapp, cioè non è neanche stata detto, la chiusura.. non c'è neanche stata una chiusura vera e propria, praticamente io gli avevo detto che dovevamo parlarne, cioè, volevo parlarne di persona, volevo

parlare di una cosa e lei, lei non mi ha più risposto. È andata a finire così, io, cocciuto non gli ho più scritto”.

Nadia, 24:” Nel momento in cui la luna di miele è finita, per me è subentrata una stabilità, solida e comunque positiva. Per lui non è stata la stessa cosa, perché appunto queste differenze che ci dividevano per me erano tutti spunti su cui lavorare e su cui si poteva continuare a costruire, per lui invece erano delle prove del fatto che io non fossi la persona per lui. La rottura è stata una cosa improvvisa, nei mesi precedenti io comunque non stavo benissimo sul piano psicologico (...) Lui ricercava una femminilità direi quasi idealizzata, femminilità che io non incarnavo. (...) Un giorno gli mando un messaggio dicendogli che per me proprio non esiste femminilità, così come non esiste mascolinità e che odio le etichette, che io non mi sento né femmina né maschio. E poi il giorno dopo ci siamo incontrati e lui ha ripreso quell'argomento lì dicendomi, guarda, è vero che tu mi hai detto tu stai con me per la persona che sono e non per la femmina che sono, però in realtà.. si, è vero, sto con te per la persona che sei, però provo anche delle mancanze per quanto riguarda la femmina che sei. Quindi discorso femminilità. lui si aspettava una femmina che appunto si truccava sempre, che si vestiva in un determinato modo, che si depilava sempre, cose che per me erano proprio inaccettabili. Perché tu da maschio non mi puoi imporre, non puoi decidere tu che cosa è più femminile o meno femminile”.

Roberta P., 23:” Poi ci siamo incontrati dopo quella volta e lui aveva deciso che io ero troppo, cioè, nel senso che non stavo rispettando, diciamo, i suoi momenti di debolezza e che secondo lui non avrei mai potuto incontrare le sue aspettative future di vita, diciamo che anche nei ruoli di genere e così via che lui si aspettava nella coppia. Io essendomi appena laureata avevo deciso di iscrivermi alla magistrale, in questa cosa lui non mi aveva detto che mi appoggiava, perché insomma aveva anche un bambino a cui pensare quindi preferiva avere accanto a sé una donna più disposta al ruolo di cura. La decisione finale.. quando lui mi

diceva queste cose io gli ho detto non sono io, cioè non sono disposta a rinunciare all'università, allora lui ha deciso”.

- Disparità emotiva (2)

Giacomo, 27:” Sin dall'inizio avevo notato che l'altra persona era più presa da me rispetto a quanto lo fossi io da lei, Nel senso, sì, mi piaceva, ma non, oh mio Dio, è l'amore della mia vita. Ma ok, è una persona con cui piace passare il tempo, mi piace esteticamente, ma non saremo la coppia del secolo, insomma. Appunto, questa disparità è stata una delle ragioni anche per cui c'è stata poi la rottura. L'altra persona che corre tanto e nel suo correre tanto tendeva anche ad essere gelosa e possessiva, cioè non eravamo ancora ufficialmente fidanzati, nel senso ragazza e ragazzo e c'era già una gelosia immotivata che mi ha ricordato molto la mia prima relazione che è stata incredibilmente tossica e incredibilmente problematica e quando ho sentito questi campanelli d'allarme essenzialmente... Queste sono state le ragioni che mi hanno fatto dire ok, no”.

Lorenzo, 23:” All'inizio ero molto più coinvolto. In realtà già da metà della relazione, forse un po' inesperto, avrei dovuto chiuderla prima, però non me ne sono accorto, non l'ho realizzato a sufficienza, quindi l'ho tirata un po' troppo lunga, però sì, la decisione è stata mia di rompere. La rottura è arrivata appunto dopo un anno e qualche mese. C'era sempre stato da parte nostra allora.. Una fatica, un pochettino sulla comunicazione, più che altro proprio dovuto al fatto che eravamo a distanza, forse se fossimo stati in presenza avremmo avuto molto meno quella difficoltà. Ma un po' per il fatto che io ero una persona che aveva bisogno di un po' più indipendenza e lui invece era una persona che richiedeva molto di più del mio tempo e della mia attenzione di quanto fossi disposto a concedere, abbiamo provato abbiamo parlato di queste cose, abbiamo provato a venirci incontro l'un l'altro, però alla fine mi sono reso conto che la cosa semplicemente per me non funzionava. Non ero in grado di proseguire”.

- **Paura di legarsi (1)**

Davide, 28:” *La rottura è arrivata nel momento in cui mi è arrivato un messaggio con scritto mi manchi, Ha fatto scaturire in me una paura, se vuoi, di legarmi a questa persona in un determinato modo, perché nella mia testa prevedeva qualcosa di veramente impegnativo per quel momento. E lì è stato il punto di rottura, Dopodiché, da lì sì, ci siamo ancora continuati a sentire per altre settimane, eccetera, fino a che la cosa è proprio andata a scemare. Ci siamo continuati a sentire fino al giorno in cui, insomma, ci siamo visti. Siamo andati a Modena a bere un aperitivo e da lì ci siamo proprio guardati in faccia, lei un po' con disprezzo, però ci siamo guardati in faccia, insomma, e abbiamo... ho capito che non era, non era cosa, perlomeno non dal mio lato, quindi ho deciso di chiudere”.*

Ciò che emerge, dunque, dall'analisi delle stesse motivazioni è che la più frequente è quella incasellata sotto il gruppo di “Discussioni e mancanze all'interno della coppia”. Questo dato mostra, quindi, che un clima poco sereno che porta spesso a conflitti tra i due partner non è funzionale e porta i partner verso una rottura nella relazione.

Il caso di Leonardo (23) è l'unico caso in cui non c'è stata alcun tipo di conversazione o discussione riguardo alla rottura, concludendo la relazione attraverso messaggi lasciati in sospeso senza parlare o definire in alcun modo le motivazioni per cui la relazione stava volgendo al termine. In tutti gli altri casi i partner hanno avuto un dialogo, funzionale o meno, sulla rottura. Davide (28) è l'unico invece ad aver posto fine alla relazione che stava portando avanti per problemi attribuibili alla paura di legarsi troppo seriamente ad una persona.

In alcuni dei casi emerge il concetto dell'amore liquido di Bauman (2003) legato alla modernità liquida, soggetti come Filippo (23) e Davide (28) fanno emergere un concetto di individualismo e di paura legata al proiettarsi a relazioni longeve e di essere eccessivamente vincolati dalla persona con cui ci si sta conoscendo.

La teoria dell'investimento di Rusbult (1983) trova anche in questo caso riscontro in quanto molti dei soggetti hanno parlato di (in)soddisfazione relazionale, di alternative

che sono subentrate nella relazione e di investimenti. Le aspettative che si hanno verso il partner e verso la relazione che si sta portando avanti, quando non vengono soddisfatte portano ad un notevole grado di insoddisfazione che a sua volta diminuisce l' impegno nel far durare la relazione.

Sono state citate anche nuove persone che subentravano e che hanno contribuito alla fine della relazione, in questo caso ci si ricollega alla qualità delle alternative e delle opportunità che le persone hanno al di fuori della relazione, in quei casi la soddisfazione relazionale era molto bassa, e ciò genera una sensazione che rende le possibilità esterne alla relazione molto più allettanti di ciò che si vede nel proprio partner.

4.2 Utilizzo del telefono all'interno della relazione e post rottura

Le variabili analizzate in questa parte dell'intervista sono state le seguenti: Comunicazione continua o no durante la relazione, posizioni condivise, comportamento sui social e cambiamenti nella comunicazione nel post rottura.

La comunicazione in chat era continua per 17 intervistati su 20, dimostrando come le applicazioni di messaggistica, soprattutto in questo specifico caso Whatsapp, siano uno strumento alquanto utilizzato dalle coppie.

Alex, 28: *“Diciamo che per questi tre anni ci siamo giornalmente, dalla mattina alla sera”*

Alice, 24:” *La comunicazione tramite messaggi era continua, dalla mattina alla sera, insomma, quando non ci vedevamo”*

Andrea, 25:” *Allora il telefono lo usavamo nel senso che ci scrivevamo tutti i giorni, cioè negli anni successivi, all'inizio era un po' tipo.. ci si scriveva anche di altro, tanti argomenti”*

Anthony, 27:” *Messaggi si, sempre, in continuazione, però ci vedevamo molto spesso quindi meno rispetto altre volte, però quando non ci vedevamo era continua dal buongiorno alla buonanotte”.*

Filippo, 22:” *La comunicazione era continua dalla mattina alla sera su Whatapp. Poi dopo, certo, magari anche su qualche altro social se c’era qualche contenuto, non so Instagram ad esempio capitava, però principalmente era su whatsapp dalla mattina alla sera.*”

Emilio, 26:” *ci sentivamo nei periodi sì sicuramente tutti i giorni, poi una cosa che ho notato è che lei diciamo esigeva che io rispondessi immediatamente ad un suo messaggio, non oltre i 15 minuti, mentre lei mi poteva far aspettare sei, sette ore. lei aveva anche degli atteggiamenti un po’ punitivi, quando si arrabbiava, quando doveva creare problemi spariva. Non c’era una comunicazione né verbale né fisica così, ma nemmeno con telefonica o per messaggi spariva per magari 5 giorni. proprio silenzio punitivo”.*

Nicholas, 29:” *La comunicazione nei giorni buoni era continua, sì, ma non è avvenuto così tanto spesso guardando tutti e due gli anni.*”

Come evidenziato dalla letteratura è presente il concetto di “sweet nothings” nelle conversazioni delle persone intervistate, definiti come messaggi legati alla routine, aggiornamenti di spostamenti o il buongiorno e la buonanotte. Le conversazioni mediate rendono quindi possibile una costante connessione in attesa del momento in cui i due partner si ricongiungeranno, di fatti spesso viene sottolineato come le conversazioni erano continue nei momenti di assenza fisica.

Ciò che emerge dall’intervista di Emilio (26) o di Nicholas (29) è un altro concetto che viene portato all’attenzione dalla letteratura presente, cioè che nel momento in cui le risposte non arrivano con le tempistiche desiderate questo genera sensazioni negative nel partner che deve attendere, creando anche dubbi e preoccupazioni che fanno poi scaturire conflitti all’interno della coppia

I casi in cui la comunicazione non era continua sono tre

Davide, 28:” *Allora su questo diciamo che siamo due persone abbastanza simili in generale, che il telefono se lo ricordano giusto quando gli suona. Per cui siamo forse vecchia vecchia scuola sotto questo punto di vista. in realtà nella pratica ci si sentiva per messaggio, però erano magari messaggi veramente*

veramente piccoli. Dopodiché quello che succedeva magari era di tanto in tanto, io mentre tornavo a casa o mentre tornava a casa era un colpo di telefono”.

Giacomo, 26:” Non eravamo tutto il giorno a scrivervi, diciamo che forse c'era più frequenza nello scrivervi nella parte iniziale, finché eravamo su Hinge. Anche perché è quella parte in cui un po' ci tieni a far sì che non scemi, finché non ti sei vista di persona e magari hai capito dove può andare. Poi nel momento in cui abbiamo capito che ok, ci frequentiamo, l'avevo già chiarito comunque sin dall'inizio che sì, cioè io rispondo quando riesco, ma che non riesco a stare appunto per tutto il giorno a scrivere.”

Roberta P, 23:” Allora il telefono in realtà, cioè non è che venisse usato così tanto, perché essendo che, almeno nei primi periodi ero praticamente sempre a casa sua, veniva usato proprio nel momento in cui ero al lavoro per dire sto finendo nei momenti in cui me ne andavo da lì, per esempio quando sono stata in vacanza sì, abbiamo parlato continuamente e tutto”.

Possiamo quindi in questi tre casi comunque evidenziare che nonostante gli intervistati sostengano che la conversazione non fosse continua, comunque l'utilizzo era degno di nota, come nel caso di Roberta P (23) possiamo correlare il poco uso del telefono al molto tempo passato insieme, infatti, nel momento in cui la distanza fisica è aumentata a causa di una vacanza la conversazione è descrivibile come continua.

Nel caso di Giacomo (26) l'intervistato ha messo in chiaro con la partner la possibilità di non riuscire a rispondere molto velocemente, ma si può comunque comprendere che la conversazione giornaliera era presente anche in questo caso. Nel caso di Davide (28) vediamo che i due partner avevano rari scambi di “sweet nothing” durante il giorno nelle applicazioni di messaggistica, tenendo però come principale modalità di comunicazione le chiamate.

Possiamo quindi estrapolare un'argomentazione legata alla tipologia di relazioni che sono presenti al giorno d'oggi. Horton e Wohl (1956) coniarono il termine relazioni para sociali per parlare delle relazioni portate avanti attraverso programmi radio e televisivi tra ascoltatori e performer; al giorno d'oggi, il telefono ha un ruolo

preponderante nella vita di tutti i giorni ma anche e soprattutto nelle relazioni interpersonali, come ad esempio quelle amorose. Certamente la parte faccia a faccia non perde d'importanza, ma con il tempo aumenta l'importanza data alle interazioni effettuate in maniera mediata.

Sia nelle conversazioni continue che in quelle un po' più sporadiche emerge il concetto degli "sweet nothing" che potrebbero sembrare messaggi che non abbiano un senso in particolare ma in realtà esse hanno un ruolo fondamentale per quanto riguarda la funzione fatica della conversazione, cioè ad esempio mantenere e controllare il contatto tra mittente e destinatario.

Attraverso i continui aggiornamenti tra i partner tramite le applicazioni di messaggistica istantanea essi tagliano i tempi, accorciandoli, mettendo in piedi una conversazione continua attraverso le chat sincrone, senza dover poi attendere di vedersi faccia a faccia per potersi raccontare ciò che succede durante la giornata.

Questo tipo di situazione fa emergere anche la casistica in cui le risposte non arrivano come uno dei due partner si aspetta che dovrebbero arrivare, una volta era molto più ampio il tempo che si considerava ragionevole aspettare, al giorno d'oggi invece si è accorciato arrivando a minuti, mentre un tempo quando gli scambi comunicativi avvenivano ad esempio tramite lettere il tempo accettabile di attesa arrivava anche a settimane se non mesi.

Le posizioni condivise sono state un tema sul quale tutti gli intervistati hanno concordato, dimostrando che, almeno in questo campione, non è una pratica utilizzata tra due persone in una relazione.

Morena, 27:” *Allora le posizioni condivise no.. parlavamo molto via whatsapp”*

Michela, 25:” *Posizioni condivise? No, no, mai, mai fatto”*

Giacomo, 26:” *Allora, io non tendo a volere la posizione condivisa, cioè non mi è mai capitato che mi venisse chiesto se non per trovarci, ma temporanea al puro fine di vederci in quel momento poi si interrompe la cosa, sono un po'*

contrario a questa cosa qua sempre per il discorso che ho fiducia nell'altra persona".

Delia, 24:" Allora posizioni no, anche perché ancora non c'era questa cosa del controllo per fortuna e lui diciamo che non era uno che mi controllava molto"

Asja, 23:" Posizione, assolutamente no. Anche perché lui è molto contrario all'utilizzo del telefono di per sé"

Anthony, 27:" Allora posizioni condivise mai nella vita"

Alex, 28:" Non avevamo posizioni condivise, quello no, però sapevamo sempre dove fosse l'uno, dove fosse l'altro".

Nicholas, 29:" Posizioni condivise? No, no, no, no..."

Roberta R., 23:" Le posizioni no, non le avevamo (...) ma eravamo però costantemente aggiornati su dove sei? Cosa fai? Lui mi chiedeva sempre".

Emilio, 26:" Le posizioni condivise no, in genere no, però qualche volta in momenti di litigio lei sì, mi ha chiesto tipo una posizione condivisa oppure se non si fidava con chi fossi mi chiedeva di fare una videochiamata per dimostrare che ero con mia mamma piuttosto che con un amico e così via".

Possiamo però evincere che in molti casi la continua comunicazione tramite le piattaforme di messaggistica istantanea porta, comunque, ad un continuo aggiornamento sullo stato delle persone, discostandosi dal controllo ma avvicinandosi anche in questo caso al concetto di "sweet nothings", tranne in alcuni casi come quello di Emilio (26) in cui in assenza di fiducia venivano richieste dimostrazioni specifiche sullo stato della persona, come prove video o posizione temporanea ma non permanente.

Per quanto riguarda i social ciò che è stato preso in considerazione è la pubblicazione di contenuti multimediali quali video o fotografie legate alla relazione sui social media, il social più citato è stato Instagram.

Ciò che è emerso è che 6 intervistati sostengono di aver pubblicato più del loro partner, 4 che il partner pubblicasse più di loro, 7 che in maniera condivisa venivano

pubblicati pochi contenuti di coppia e 3 che non sono stati pubblicati contenuti legati alla relazione in questione.

I 6 casi in cui l'intervistato pubblicava più del partner sono i seguenti:

Alex, 28:” *Per quanto riguarda i social all'inizio era più, diciamo per entrambi la cosa. Poi come la relazione, è andata in picchiata. Io invece sono rimasto più o meno costante, quindi io magari pubblicavo di più e lei molto meno o sempre di meno. Magari fino ad arrivare al momento in cui neanche ricondivideva una ipotetica storia”*

Alice, 24:” *Poi si condividevamo foto insieme, più che altro sì, io e anche lui, anche se per esempio lui era in parte contrario... Ad esempio le storie sì, ma i post non li voleva usare perché diceva che il suo profilo è solo il suo profilo. Voleva condividere solo cose riguardanti lui e non la coppia”.*

Asja, 23:” *Rispetto ai social sì, abbiamo condiviso storie più io sinceramente, ma anche perché non è un utilizzatore dei social più di tanto, almeno quando era nella relazione, dopo ha iniziato a pubblicare più storie e tutte quelle robe lì”*

Emilio, 26:” *Poi per quanto riguarda i social, sì, anche questo Io sicuramente non sono un grande fanatico di social, però magari ogni tanto utilizzando Instagram come social principale, magari la storia o qualche foto insieme riuscivo a metterla. Lei apparte qualche rara volta in cui magari metteva una storia on me in generale tendeva a nascondersi sia nella vita reale ma anche sui social (..) nessuno doveva sapere di me.”*

Giorgia, 24:” *A livello social io ogni tanto pubblicavo, lui mai. Ha pubblicato forse una o due volte delle foto con me, ma per sponsorizzare un suo video musicale a cui avevo partecipato, cioè io non ho mai considerata come una foto in cui dici vabbè ci mostriamo il nostro affetto pubblicamente sui social”.*

Michela, 25:” *I post e le storie su Instagram venivano sempre da me. Cioè post no, però le storie le mettevo io e le mettevo spesso. Però a lui era una cosa*

che dava fastidio. Ha cominciato a ricondividerle solo dopo un po' che stavamo insieme e poi comunque aveva condiviso tipo che ne so cioè degli eventi tipo quella del compleanno, cioè cose un pochino più particolari. Però da lui non veniva mai. Lui penso che non abbia mai fatto una foto dove c'ero io o non abbia comunque mai scattato una foto dove c'ero io presente e questa cosa a me pesava, cioè mi faceva stare male. Lui diceva che secondo lui era un modo per mostrarsi, per dimostrare qualcosa agli altri”.

Gli intervistati mostrano un fastidio intrinseco legato al fatto che il proprio partner non pubblicasse contenuti riguardanti la coppia, specchio del fatto che i social network e la pubblicazione di contenuti sugli stessi vengono visti come dimostrazioni di affetto e di amore, infatti Alex (28) collega il poco pubblicare del partner alla relazione che “stava andando in picchiata” e Giorgia (24) sostiene che ciò che aveva pubblicato il suo partner non fosse in quello specifico caso una dimostrazione di affetto sui social. Michela (25) parla di dolore e sofferenza per il rifiuto di pubblicare del partner ed Emilio (26) parla invece di sentirsi tenuto nascosto.

Al contrario, invece, 4 intervistati hanno invece sostenuto il fatto che il proprio partner pubblicasse più contenuti riguardanti la coppia di quelli che pubblicavano loro:

Andrea, 25:” Nei social invece lei era una molto social, metteva sempre storie. Io invece sono proprio contrario. Io non lo userei neanche Instagram. Infatti ho messo tante foto di coppia solo per far contenta lei, più che per quello che volevo fare io, lei faceva le foto e le pubblicava dal mio profilo.”

Lorenzo, 23:” Partendo dai social io non sono mai stato particolarmente aperto a tutto il pubblico sulla sessualità in generale, io non ho problemi a dirlo ma se ne parlo con i miei parenti, alcuni dei quali mi seguono sui social, faccio fatica quindi non ho mai effettivamente postato o cose del genere. Non mi pare che lui neanche postasse molte cose, forse qualche foto si”.

Morena, 27:” Io un po' meno, però ad esempio lui diverse volte pubblicava foto insieme, io pure però appunto meno”.

Viola, 25:” *Lui è sempre stato una persona molto legata al telefono, infatti anche tutti i contenuti sui social, lui pubblicava molte cose, anche molte foto di noi due insieme, io no, non l’ho fatto perché ho sentito un po’ di pressione su quello*”.

In questo caso viene portata all’attenzione la questione del diverso approccio che si ha verso i social, viene sottolineato come il partner fosse più legato al telefono, più social dell’intervistato, tanto da sentire a volte pressione o al punto in cui il partner pubblicava dal profilo dell’intervistato. In uno dei casi viene evidenziato come il poco postare dell’intervistato sia legato all’orientamento sessuale e al fatto che non fosse out con alcuni famigliari che lo seguivano;

7 intervistati su 20 sostengono invece che entrambi i partner all’interno della relazione pubblicavano pochi contenuti di coppia

Anthony, 27:” *Foto di coppia in maniera sporadica, cioè tipo che ne so, un post su Instagram no, una storia insieme.. forse mezza*”

Delia, 24:” *Per quanto riguarda i social lui non condivideva molto però anche io in realtà, ma perché semplicemente non vedevo da parte sua una volontà magari facciamoci una foto. Avevamo le foto, magari le facevamo anche se poco, ma le condivideva magari per qualche compleanno. Non è che non era presente sui social, è che semplicemente non era presente con me, cioè magari metteva posti dove andavamo insieme, però non inquadrava me, tranne rari casi. Quindi diciamo, eravamo poco presenti sui social*”.

Filippo, 22:” *Allora, nei social foto di coppia proprio occasionali*”

Giacomo, 26:” *Per quanto riguarda i social diciamo che essendo in uno stato così anticipato della relazione non si era neanche posta la questione di condividiamo nei social foto insieme o meno. D’altro canto, se può essere utile io ero nei suoi amici stretti, quindi in alcuni casi non foto esplicite, ma magari qualche frasetta, qualche cosa che poteva alludere alla mia esistenza c’era*”

Leonardo, 23:” *Neanche su Instagram quasi niente perché non era così.. non so, confidenza da rendere pubblico, forse lei ha pubblicato una volta”*

Nicholas, 29:” *Foto di coppia... poche, cioè appunto in due anni penso che saranno stati tre i post”*

Roberta R, 23:” *Instagram io ancora non lo avevo, quindi non lo usavo, lui sì e lo usava molto, con post suoi ovviamente, con me quasi niente”.*

Ciò che emerge è che in molti casi era condivisa l’idea di pubblicare pochi contenuti inerenti alla coppia, in alcuni casi il comportamento tenuto dall’intervistato derivava però dal fatto che in primis il partner pubblicasse poco, in altri dal fatto che la relazione non era ancora ben consolidata, dimostrazione del fatto che pubblicare contenuti di coppia è un’azione che viene effettuata nel momento in cui la relazione raggiunge uno step superiore, dando così a queste piattaforme comunque un’importanza degna di nota anche in questo caso.

3, invece, sono i soggetti che sostengono che entrambi i componenti della relazione non hanno mai pubblicato contenuti di coppia.

Davide, 28:” *Neanche sui social non abbiamo mai pubblicato niente. (...) Come tutti Instagram per mandarsi meme stupidi insomma che trovi in giro, però nessun tipo di posizione, di foto e neanche presentazioni con i relativi amici, era una cosa confinata qui”.*

Nadia, 24:” *Allora io e lui facevamo un uso completamente diverso del telefono, nel senso lui è più grande, ha 28 anni e secondo me come bravo millennial, non era molto.. cioè Instagram aveva il profilo ma non lo utilizzava per niente, anzi spesso si perdeva proprio, evitava di usarlo perché diceva che perdeva tempo, mentre io.. per me e i social mi aiutano a stare connessa al mondo, capire cosa succede, leggere le notizie. (...) Sui social allora essendo la nostra relazione partita.. nata in un contesto di lavoro.. erano partiti dei gossip e delle polemiche quindi noi l’abbiamo tenuto nascosta questa relazione, anche un po per non dare*

soddisfazione a quelle persone di dire OK, avevamo ragione, quindi non abbiamo mai pubblicato qualcosa insieme”.

Roberta P, 23:” Su Instagram ad esempio mai pubblicato, lui nei suoi social mai nessuna foto condivisa, io solo negli amici stretti, (...) ma in realtà non era nemmeno chiaro che fossimo una coppia”.

Le attività effettuate sui social legate alla propria relazione hanno, quindi, una forte importanza e genera benefici nella coppia nel caso in cui le aspettative attese vengono rispettate, diventa quindi una questione di compatibilità anche l'utilizzo che le persone all'interno di una relazione fanno dei propri profili social, in quanto quando le aspettative non sono attese, come nelle risposte nelle applicazioni di messaggistica istantanea, questo genera sofferenza e disagio nel partner.

L'analisi dei cambiamenti comunicativi post rottura ha evidenziato diverse vie, di quattro tipologie diverse, che i partner percorrono quando una storia volge al termine:

- Conversazione continuata con messaggi sporadici per poi interrompersi (7)
- Conversazione immediatamente interrotta (7)
- Frequenti contatti da parte dell'ex partner verso l'intervistato (4)
- Frequenti contatti da parte dell'intervistato verso l'ex partner (2)

I 7 casi in cui la conversazione è continuata con messaggi sporadici per poi interrompersi sono:

Alex, 28:” Dopo la rottura per un po' abbiamo continuato a parlare (..) forse è durata per, non lo so, un paio di settimane.. Una conversazione continua, ma molto più blanda, forse non era più dal buongiorno alla buonanotte, ma qualche messaggio sporadico, poi sempre meno, fino a quando le ho scritto io un messaggio e lei mi ha risposto dopo una settimana e poi da lì è finita così, fino ad arrivare a farci solo gli auguri di compleanno e poi smettere anche quello.”

Alice, 24:” dopo la rottura la comunicazione si, si è interrotta ma mai forse del tutto, Nel senso che comunque ogni tanto c'era all'inizio magari lui mi scriveva

più che altro per chiedermi anche spiegazioni, motivazioni di quello che era successo. C'è stato un momento in cui gli ho scritto io perché ero un po' pentita della mia decisione, quindi volevo vedere se ci fosse la possibilità di avere una seconda opportunità, di darci una seconda opportunità. E quindi niente ci sono, ci siamo sentiti, diciamo saltuariamente durante i mesi dopo la rottura”

Andrea, 25:” Dopo la rottura ci scrivevamo pochissimo, abbiamo mantenuto un po' per una settimana diciamo di chat e uscire, poi da lì basta”

Delia, 24:” Dopo la rottura diciamo che era più il ci sentiamo per vederci, quindi magari non era un sentirsi tutti i giorni, ma era un sentire o ti vedo in giro oppure magari vedo una storia e ti risponde e poi ci vediamo.. era più quello lo scopo finale. io gli volevo bene, quindi magari sentire come stava mi interessava, ma da parte sua non era così. Diciamo che io cercavo un'intimità a livello intellettuale mentre lui la cercava a livello fisico.”

Giacomo, 27:” Dopo la rottura la conversazione più che altro si è trasportata, perché bisognava chiarire delle cose, nel senso che la rottura è avvenuta per messaggio con dei messaggi molto lunghi che spiegavano la mia posizione e la sua”.

Lorenzo, 23:” Dopo la rottura abbiamo avuto dei contatti, ma molto molto sporadici, non direi che siamo andati oltre ai due, tre mesi successivi, mi ricordo di avergli fatto gli auguri di compleanno e anche lui a me.”

Viola, 25:” Dopo la rottura la conversazione si è protratta per un po' di tempo, sia tramite mail sia tramite messaggi. cioè nel senso, lui ha un po' preso lo scambio del messaggio, dato che io non ero più a Roma come spazio di sfogo Però anche tipo un po' i social, cioè perché magari io mettevo una storia che ero tornata a Roma, quindi lui lo sapeva e poi mi scriveva. La questione delle mail è partita perché io prima di venire a Padova avevo regalato i biglietti per Padova e gli avevo mandato un messaggio un po' dolce, anche il primo litigio, gli avevo mandato una mail pensando vabbè, così non la legge subito si distacca un po dal

litigio, però poi la può ritrovare. E secondo me anche per questo lui ha continuato a usare le mail, perché era uno spazio neutro in cui potevi esprimerti di più e che sapeva che non stavo lì a controllarle sempre e che quindi magari, in un momento di tranquillità, potevo guardare.”

In questi casi le conversazioni si sono protratte nel tempo, non si sono chiuse con il finire della relazione, in alcuni casi per settimane in altre per mesi, certe volte perché uno dei due partner necessitava maggiori spiegazioni inerenti alla rottura, in altri si trasportava per questioni legate all’abitudine di sentire quella persona.

Un fattore molto interessante da evidenziare che è emerso in un solo caso, nell’intervista di Viola (25) è l’utilizzo della mail, definito come spazio neutro in cui ci si può esprimere e che si controlla con meno frequenza in momenti più tranquilli. La coppia ha mantenuto questa tipologia di contatto che si discosta dalla messaggistica istantanea proprio per la lentezza che caratterizza la lettura e la risposta, l’istantaneità di risposta in applicazioni come whatsapp scompare, come scompaiono i “sweet nothings” per farsi compagnia durante il giorno, emergono invece spazi di scrittura, forse più profonda, uno spazio che la coppia aveva scoperto forse per gioco, ma che alla fine è riemerso con la rottura.

Ci sono stati, invece, 7 casi in cui i soggetti hanno sostenuto il fatto che le conversazioni si sono interrotte dopo la rottura

Anthony, 27:” Con la rottura c’è stato un blocco definitivo dei messaggi, non proprio blocco fisicamente (...) ma perché non me va di mette ansia, cioè se te lascio.. cioè aspetto, ti lascio un po’ i tuoi tempi, ecco cioè magari non ti va di sentirmi, quindi non ti scrivo.”

Asja, 23:” Dopo la rottura non ci siamo più sentiti a parte per il compleanno e per un natale, poi mi ha scritto di nuovo quest’anno per il compleanno però se no non ci sentiamo.”

Davide, 28:” Dopo la rottura in un primo periodo si è chiuso tutto, poi ci siamo ribeccati nel fatidico bar, ci siamo sentiti , ci sono stati dei momenti di

ritorni, ma secondo me legati alla necessità di avere qualcuno più che di volere l'altra persona".

Emilio, 26:" Alla fine della relazione avevo raggiunto un livello tale di odio e di sofferenza, ma penso anche da parte sua, che non c'è stata più comunicazione".

Filippo, 22:" Con la rottura la conversazione si è interrotta, dopo qualche mese c'è stato un ritorno avvenuto sui social, è bastato un messaggio e un po' si era riaperta la situazione".

Leonardo, 23:" Le conversazioni si sono interrotte completamente dopo la rottura".

Roberta P, 23:" Conversazioni poche volte, ci siamo sentiti per dircene di tutti i colori e per organizzare un po' il fatto di ripotarmi le mie cose per i soldi che avevo prestato, ma non tipo ti cerco per vederti era molto pratica e di sfogo la conversazione".

In queste situazioni la rottura ha portato i soggetti a portare avanti poco, se non per nulla la conversazione, se non per questioni pratiche legate a qualche augurio o a organizzazione riguardo a soldi prestati. In due situazioni c'è stato un primo momento in cui lo stop sembrava definitivo inizialmente per poi portare in seguito ad un riavvicinamento andato poi comunque verso una chiusura.

4 soggetti sul totale dei 20 intervistati hanno invece parlato di frequenti contatti da parte dell'ex partner, molto spesso poco graditi:

Giorgia, 23:" Dopo la rottura si è completamente stoppata perché lui era diventato particolarmente insistente e mi sentivo violata in quello che era il mio spazio personale, la mia privacy (...) siccome io non volevo parlarci più visto che lui era molto insistente, dopo un tot di giorni mi ha fatto scrivere su Whatsapp da un suo amico dicendo che lui stava male. poi mi ha scritto pure lui direttamente dicendo che stava così tanto male, che aveva perso 2 3 chili perché non mangiava più, perché non beveva più e vabbè lì La mia risposta è stata, se hai bisogno di

assistenza medica, rivolgiti al tuo medico di base oppure al tuo pronto soccorso, non penso di poter risolvere il problema visto che a quanto dici sono la causa la causa del problema stesso”.

Morena, 27:” Con la rottura la conversazione non si è completamente stoppata perché appunto quando è avvenuta l’effettiva conclusione, lui non l’ha presa sul serio quindi continuava a scrivermi, però di fatto non c’erano delle conversazioni, era lui che mi scriveva e io che non gli rispondevo. Magari se insistentemente mi scriveva gli rispondevo... boh dopo giorni.. ma perché non rispettava i miei spazi e non avevo voglia, poi dopo la conversazione finale sono finite le conversazioni e adesso mi scrive solo per eventi importanti tipo lauree o funerali.”

Nicholas, 29:” Dopo la rottura lei ha cercato altri contatti prima tramite cellulare, io le ho detto ascolta, è impossibile, ci abbiamo già provato, quello che penso te l’ho già detto e basta. Lei continuava, continuava e continuava che sono stato costretto a bloccarla su Whatsapp, allora mi cercava per numero normale e sono stato costretto a bloccarla anche lì. Ha iniziato, quindi, a scrivermi con il cellulare di sua mamma o di suo papà e ho dovuto bloccare anche quelli perché stava arrivando una situazione proprio brutta”.

Roberta R, 23:” Dopo la rottura, da parte mia (la conversazione) l’avevo interrotta,, lui purtroppo no perché mi scriveva continuamente, addirittura anche su Facebook. Poi io l’ho bloccato ma ha iniziato anche a scrivermi messaggi normali, mi chiamava, scriveva agli amici.. ogni scusa era buona per parlare di me con i miei amici, con persone che avevamo in comune. Lui non riusciva a farsene una ragione e cercava ogni modo per riallacciare i rapporti con me, solo che così ha fatto solo peggio perché è diventato vero e proprio stalking”.

In questi casi gli atteggiamenti che gli ex partner hanno avuto nei confronti degli intervistati sono stati spesso ricollegati al fenomeno dello stalking, o a situazioni poco piacevoli. Emerge l’importanza di rispettare gli spazi della persona che prende la decisione di concludere una relazione ma anche di rispettare la decisione in sé, in quanto

alle volte non viene presa sul serio. Questi comportamenti hanno, in alcuni casi, portato al blocco sulle piattaforme social e di messaggistica, togliendo così la possibilità all'ex partner di poter contattare ed infastidire.

Ci sono, in conclusione, due delle persone intervistate che invece sostengono di aver contattato dopo la fine della relazione molto più frequentemente loro il proprio ex partner:

Michela, 25:” *Dopo la rottura io periodicamente trovavo una scusa ogni due giorni per mandargli un messaggio, veniva sempre da me, lui mi ha ricontattato solo dopo diciamo 5 mesi perché avevamo preso dei gatti insieme e lui doveva liberarsi, disfarsi dei gatti perché non riusciva più a tenerli”.*

Nadia, 24:” *Post rottura allora ci siamo sentiti tramite messaggio un pochino, io dovevo ancora realizzare e capire e avevo molte domande perché per me era assurdo. Dopo è capitato che io gli mandassi dei messaggi perché magari appunto dovevo dirgli o chiedergli qualcosa. Lui non mi ha mai scritto dal momento che la decisione l'aveva presa lui e sapeva che non sarebbe tornato sui suoi passi ha evitato di dar speranza nonostante questo, comunque, ai miei messaggi rispondeva sempre in maniera molto affettuosa, molto gentile, prestando molta attenzione a quello che diceva. Attenzione nel senso attenzione a non ferirmi, a non dirmi le cose sbagliate e così, poi magari capitava che rispondeva al mio messaggio dicendomi guarda, adesso non sono in condizione di risponderti perché sono fuori, ho bevuto con i miei amici, quindi non è che ti sto ignorando altro, ti risponderò domani con calma. Io alternavo momenti in cui pensavo di stare meglio e di averla superata e allora magari gli scrivevo per chiedergli come stava, per dirgli cose; quindi, ogni tanto ci sentivamo giusto per fare un check sulle nostre vite. Questa cosa è andata scemando a partire da dicembre, perché io lì mi sono resa conto che in realtà ci stavo ancora malissimo, non l'avevo superato per niente, quindi ho detto che non mi fa del bene scrivergli, non gli scrivo più. Poi è capitato una volta a gennaio, che non sono riuscita a trattenermi, quindi gli ho scritto ma*

la conversazione con lui è stata così deludente che quella volta lì ho detto ok, non serve a niente e quindi da lì non ci siamo più sentiti”.

Queste due situazioni fanno emergere due diverse ramificazioni, due motivazioni differenti per cui uno dei partner contatta ancora l'ex partner; nel primo caso la ricerca di una chat con il partner viene effettuata perché la decisione non viene accettata del tutto, si cerca ancora un contatto, una conversazione per dare una parvenza che la relazione non sia, alla fine, davvero finita.

Nel secondo caso, tranne che nell'immediato momento della rottura, viene cercata una normalità. Si cerca, in alcuni casi fallendo, di avere un rapporto civile e cordiale con l'ex partner, questo genere di situazione riapre, però, le ferite nella persona.

4.3 Comportamento sul proprio profilo social post rottura

Le variabili considerate in questa specifica domanda sono se il soggetto intervistato ha iniziato a pubblicare di più sui social, se ha effettuato cambiamenti sulla propria pagina social e il comportamento che i soggetti in questione terrebbero se qualcuno riferisse loro cose del proprio ex partner dopo la rottura.

Per quanto riguarda l'atteggiamento di maggiore attività sui social 7 soggetti hanno risposto positivamente a questa domanda

Alex, 28:” Io ricordo che sembrava quasi che dovessi far vedere a tutti che passavo un periodo brutto. Come per dire.. non so se è una ricerca d'aiuto oppure una conferma. Non lo so. Comunque era cambiato il mio modo di pubblicare, quello sicuramente”.

Delia, 24:” Io penso di aver cominciato a pubblicare un po' di più, ma perché la solita fase, sai, da single, esci e fai più cose, però non gli ho mai nascosto niente. Pubblicavo di più anche per attirare la sua attenzione, soprattutto quando magari era lui quello che mi lasciava, quindi magari volevo far vedere che stavo in un posto oppure che andavo in un altro posto, anche magari per cercare di farmi rispondere a una storia, oppure mettere qualcosa che sapevo che lui avrebbe visto

di cui parlavamo, quello sì, cercavo la sua attenzione. Questo magari nei primi quattro anni però”.

Emilio, 26:” Dopo un po' sì, ho cercato di attivarmi anche a livello personale, cercare di prendere un po' la mia vita in mano, non che sia stato attraverso i social che puoi fare qualcosa ma comunque sia un qualcosina sì, almeno in quella rottura. Sì, devo dire che forse ho reagito tra virgolette pubblicando e cambiando il mio comportamento sui social. Anche perché mi ricordo che lei mi limitava tanto anche nell'utilizzo dei social, quindi magari mi diceva non puoi seguire le ragazze, non puoi mettere storie”.

Filippo, 22:” Ho pubblicato tranquillamente, al contrario ho iniziato a pubblicare un po' di più, infatti dopo con il senno di poi è stato un chiaro segnale che proseguivo per la mia strada proprio, senza pensarci troppo”

Michela, 25:” Io lo avevo messo negli amici più stretti di Instagram e mettevo continuamente ovviamente frecciate o dei post inerenti alla rottura con frasi di canzoni, o proprio video magari sulle rotture. Cercavo in ogni modo di attirare la sua attenzione, ho fatto anche un periodo in cui avevo rimosso tutti dagli amici più stretti, lasciando solo lui, per mettere cose che vedesse lui che però non hanno scatenato nessuna reazione, se non fastidio, quando poi ci siamo incontrati di persona lui mi ha detto appunto che gli dava fastidio che io negli amici più stretti mettessi cose così tristi e deprimenti, quindi ecco ho avuto la reazione contraria”.

Nadia, 24:” io pubblicavo sui social nella speranza che lui vedesse. Lui mi aveva lasciata per il mio non essere abbastanza femminile, io poi ho avuto dei mesi in cui ho notato nel mio stile diciamo un po' un cambiamento, cioè ero diventata quella che a lui sarebbe potuta piacere e ovviamente questa cosa io la sbattevo su Instagram. Pubblicavo di più, pubblicavo un sacco con la speranza che lui vedesse e magari un po' pensasse “forse ho sbagliato”, insomma volevo che lui mettesse in discussione la sua decisione. Lui all'inizio mi guardava le storie, devo dire che

io controllavo sempre, poi invece ha smesso di guardarmi le storie, ma perché secondo me proprio lui alterna dei periodi in cui smesse di usare Instagram (...) e questa cosa mi rodeva tantissimo”,

Roberta P., 23:” *Allora sì, io ho messo un po' più di storie..”*

Analizzando le risposte positive a questo quesito, esse si possono distinguere in alcune macro categorie: c'è chi ha pubblicato di più per cercare conforto e far vedere che stava male, c'è chi lo faceva invece per attirare l'attenzione dell'ex partner e c'è chi lo faceva per un senso di rivalsa verso il proprio ex partner.

Emerge anche in questa specifica situazione il fatto che i social siano un forte strumento con il quale dimostrare sentimenti e con i quali cercare di attirare l'attenzione di pubblici specifici, in questo caso qualcuno con cui sfogarsi ad esempio amicizie o al contrario cercare di mandare qualche tipo di segnale al proprio ex partner, o mettendo in mostra il dolore o facendo vedere al contrario che si sta bene.

Tra le 13 risposte negative ricevute al quesito proposto, alcune sono state interpretate sulla base della risposta alla domanda più ampia che indagava i cambiamenti effettuati sul proprio comportamento. In molti non hanno, dunque, citato l'aumento della frequenza di pubblicazione, bensì ciò che è emerso è stato il fatto che è rimasta la medesima o che al contrario è diminuita.

Anthony, 27:” *No, perché io faccio sempre quello che voglio, sia durante la relazione che prima e che dopo. Non sono una persona di quelle che cambia in base alle situazioni in cui si trova. Cioè ancora sto nel suo profilo privato e lui sta ancora nel mio”*

Asja, 23:” *Ho pubblicato molto meno, soprattutto nel primo periodo, perché volevo staccarmi dalla cosa”.*

Davide, 28:” *No, ti direi che non ho cambiato niente, anche perché non ho un gran rapporto con i social in generale. non ho mai fatto né storie per attirare la sua attenzione piuttosto che per attirarla più su di me. Non è cambiato niente”.*

Giacomo, 26:” *Allora in realtà no, l’unica cosa, quando ci sono situazioni affini io non tendo a postare. Ogni tanto mi capita di fare quelle storie con un pezzo che sto ascoltando con sfondo generico nero. Quando sono vicino a situazioni di rottura o situazioni dove ci sono litigi con amici, tendo a fare attenzione a quello che sto postando perché non sembri una frecciatina”.*

Roberta R., 23:” *No io dopo la rottura cercavo di nascondermi tra virgolette, perché avevo paura, quindi non volevo vedesse niente, non volevo sapesse niente di me, quindi addirittura per un periodo ho cambiato anche luoghi dove uscivo abitualmente perché puntualmente me lo trovavo lì quindi avevo timore”.*

I casi in cui la frequenza di pubblicazione è rimasta la medesima si lega alle volte all’utilizzo che una persona fa del social in questione; infatti, spesso è stato citato il fatto che in generale non si è un grande utilizzatore dei social. In un caso c’è stata una forte condanna verso chi aumenta la frequenza dopo che ci si lascia. Ciò che è emerso è che ci sono stati soggetti che hanno cambiato frequenza di pubblicazione, diminuendola, per staccarsi e quasi cercare di scomparire o nascondersi.

Il secondo comportamento indagato sono stati i cambiamenti effettuati sul proprio profilo social in seguito alla rottura, 12 persone hanno dichiarato di aver cambiato qualcosa

Alex, 28:” *Un po’ Le ho eliminate, ma forse non subito. (...) Per quanto riguarda rimuovere follower che avessero un contatto con lei, credo sia successo dopo, però in realtà non seguivo tutte le persone che lei aveva come amici o altro, ne avevo un paio, soprattutto una ragazza che poi a me personalmente mi stava un po’ sul ***** a dire la verità, quindi ho detto vabbè, qui bisogna tagliare e ho rimosso. ”*

Alice, 24:” *Ma in realtà penso di non averlo fatto subito (cancellare le foto) Cioè nel senso noi avevamo un post insieme e credo di non averlo fatto subito, ma di averlo fatto recentemente. Poi quando diciamo ho rivisitato il mio profilo che io mi ricordi no, in realtà non penso di avergli mai nascosto storie o quant’altro.”*

Andrea, 25:” Allora, io il mio profilo l’ho veramente un po' messo sopra. Ho tolto tutte le foto con lei, innanzitutto, poi ho tolto anche foto mie vecchie, ho tenuto solo quelle più recenti e basta. Da lì non ho mai più fatto storie quindi non ho fatto niente del genere, né cancellato persone né nascosto storie. Non ho bloccato né tolto il follow perché la vedevo come inferiorità rispetto a lei, non volevo, lei l’ha fatto anche quando stavamo insieme di bloccarmi quando si arrabbiava, io non volevo arrivare a quei livelli, mi sono staccato senza farlo, non aprivo Instagram, non era necessario per me guardare quello che faceva anche perché appunto lei metteva circa dieci storie al giorno, quindi ne avrei avute da guardare.”

Asja, 23:” Allora, l’unica cosa che ho fatto in realtà è stata toglierlo dagli amici più stretti di Instagram, sennò per il resto no.”.

Giorgia, 24:” Foto che avevo sul profilo con lui, non mi ricordo se ne avevo oppure no, ma se le avevo sono state cancellate. Ho smesso di seguire un po di gente che avevamo in comune, perché già ai tempi quando stavo con lui, diciamo che non erano proprio delle persone che mi stavano particolarmente a genio e continuare a vedere le loro storie non mi interessava e quindi ho detto tanto vale che tolgo il follow perché proprio non mi interessa cosa stanno facendo”.

Leonardo, 23:” Sì, l’ho eliminata dai follower e dai seguiti, ho fatto questo cambiamento, perché mi dava un po' fastidio che lei appunto avesse iniziato a pubblicare di più, soprattutto negli amici stretti, comunque qualche frecciatina qua e là, ma comunque non mi interessava quindi basta, ho deciso di fare così”

Michela, 25:” Allora, ho rimosso un post dove era presente anche una foto con lui, quello l’ho tolto, poi sì, lo avevo messo negli amici più stretti di Instagram”.

Morena, 27:” Sia lui che le persone a lui vicino hanno le mie storie bloccate, all’inizio non glie le avevo bloccate, l’ho fatto dopo un po' perché all’inizio utilizzava le storie per rispondermi su Instagram, come pretesto, oppure per fare

gli screen e ripubblicarle lui negli amici stretti con il suo commento, perché magari era convinto che la storia era indirizzata alla nostra situazione invece non c'entrava un tubo".

Nicholas, 29:" *l'ho bloccata anche lì su Instagram. Io non ho mai bloccato nessuno, però parlando per la situazione che si è venuta a creare sono stato costretto a farlo".*

Roberta P., 23:" *ho smesso di seguire lui (...) è un modus operandi che di solito faccio perché dico meno vedo meglio sto, cioè dopo esperienze passate in altre relazioni in cui ho capito che per me il vedere l'altra persona cosa fa mi porta ad avere comportamenti che non sono sani nei miei confronti e nè nei confronti delle altre persone ho sempre detto che se qualcosa finisce è meglio se tolto e non vedo niente perché sennò so che mi avrebbe fatto troppo male, so che mi avrebbe tenuta lì incollata per continuare a controllare se caricasse qualcosa."*

Roberta R., 23:" *Inizialmente l'avevo bloccato su Whatsapp, su Instagram e su Facebook, cioè volevo proprio tagliare i ponti. I suoi amici non li avevo bloccati, comunque loro dopo mettevano anche storie con lui quindi magari silenziavo le storie perché non volevo proprio vedere né sapere".*

Viola, 25:" *Allora io non ho rimosso niente e nessuno, però dato che dopo ho iniziato un'altra relazione gli ho nascosto i contenuti sia a lui che a tutti gli amici per un bel po'. Anche quando poi ho detto no basta, metto tutto visibile, ero sempre un po' in difficoltà quando volevo postare un contenuto con l'altra persona che stavo frequentando. Una delle prime cose che ho cambiato è stata la foto su whatsapp che prima era con lui".*

Molti dei soggetti, quindi, hanno effettuato cambiamenti sulla loro pagina personale; i comportamenti frequenti sono stati:

- Eliminare le foto con l'ex partner
- Rimuovere follow ad amici dell'ex partner

- Eliminare il profilo dell'ex partner dai propri amici stretti
- Smettere di seguire l'ex partner
- Nascondere storie all'ex partner
- Nascondere storie agli amici dell'ex partner
- Bloccare l'ex partner
- Silenziare le storie all'ex partner
- Silenziare le storie agli amici dell'ex partner

Considerando le due variabili di comportamenti attivi post rottura tenuti dai soggetti intervistati, quindi la maggior frequenza di pubblicazione e i cambiamenti effettuati sulla propria pagina social, solamente 3 soggetti non hanno avuto alcun tipo di comportamento sui social derivante dalla rottura, denotando così un'alta percentuale di soggetti effettua azioni sui social derivanti dalla rottura.

È stato poi chiesto a 12 degli intervistati quale sarebbe stata la loro reazione nel momento in cui, dopo la rottura, qualcuno avesse loro riferito qualcosa sull'ex partner, 10 soggetti hanno risposto che sarebbe prevalsa la curiosità.

Alex, 28: " È successo che mi venissero a riferire che già stava uscendo con un'altra persona, ovviamente vai a cercare subito l'altra persona per capire chi è, però ti dico, in quel momento era più dispiacere per quello che era finito piuttosto che per lei che aveva già fatto un passo oltre. Però sì, suscitava molto interesse, soprattutto mi faceva continuare a fare questi pensieri non sani per la mia mente ma la curiosità era molto più alta rispetto all'amor proprio, ecco."

Alice, 24:" Ho sempre preferito sapere, cioè anche se magari erano cose che non mi facevano piacere, tipo appunto, ero venuto a sapere poco dopo c'eravamo lasciati che lui appunto era uscito con una ragazza nel periodo in cui eravamo in tira e molla. E anche se comunque non mi aveva fatto piacere, però io volevo sapere"

Delia, 24:” Sì, volevo sapere, cioè volevo sapere tutto quello che succedeva, infatti a volte mi sono venuti a dire, magari ci eravamo lasciati da poco, mi erano venuti a dire guarda che l'ho visto con e io ho sempre preferito sapere perché poi magari agivo di conseguenza, però preferivo sempre sapere quello che faceva”.

Emilio, 26:” Forse mi faccio del male da solo però preferisco essere sempre consapevole”.

Giorgia, 24:” Se qualcuno mi riferiva qualcosa.. era tipo sai quel gusto dell'orrido? Quando tipo continuo a guardare una cosa che però ti fa schifo, ti ripudia, però un pochino sei curiosa. Però diciamo che era sempre colorata con un'accezione molto negativa, anche perché diciamo che lui è una persona molto particolare, quindi metteva dei contenuti molto particolari (...) ma in realtà sapevo che quando lo venivo a sapere mi sarei cringhiata fortissimo e mi avrebbe dato fastidio”.

Leonardo, 23:” Se qualcuno mi avesse riferito qualcosa, non è successo, però se qualcuno l'avesse fatto forse sarei stato un po' curioso”.

Michela, 25:” Se qualcuno mi voleva riferire qualcosa su di lui io volevo sapere assolutamente, io chiedevo proprio se ci fossero novità o se magari notavo qualcosa di strano analizzavo il suo profilo social”.

Morena, 27:” Abbiamo un amico in comune che ogni tanto se ne esce con cose inerenti, più che altro quando mi raccontano cose collegate, cioè, provo dispiacere, tipo magari chiedo per capire meglio com'è la situazione, poi dico, vabe poveraccio, spero che prima o poi si faccia aiutare”.

Roberta P, 23:” Se qualcuno mi riferiva qualcosa mi incuriosiva sicuramente, ma ho sempre ritenuto che i miei amici potessero essere abbastanza maturi da capire se erano cose che io potevo o se era meglio che io non le vedessi”.

Roberta R, 23:” Se qualcuno mi riferiva qualcosa io provavo curiosità, perché comunque anche se ho preso io la decisione l'avevo presa solo perché era

una persona tossica che mi faceva del male, però non avevo smesso ancora di amarlo, quindi se qualcuno mi diceva sai che ieri l'ho isto? Io inizialmente chiedevo cosa faceva e con chi era, poi dicevo guarda no, non voglio sapere più niente. Curiosità c'era però”.

Questo mostra come la curiosità riguardo l'ex partner sia un sentimento comune quando una relazione è volta al termine, anche alcuni soggetti che avevano bloccato sui social o silenziato le storie dell'ex partner vorrebbero comunque che le persone in comune riferiscano loro novità riguardanti l'ex partner.

Ci sono, invece, due soggetti che hanno invece sostenuto che non avrebbero voluto saper nulla

Andrea, 25:” Se qualcuno mi riferiva non mi infastidivo, però non mi interessava, io in primis volevo staccarmi da tutto ciò che riguardava lei, quindi non so come definirlo, forse mi dava fastidio ma non la vivevo male, volevo semplicemente non vederla più e non averci più niente a che fare”.

Filippo, 22:” Capitava poco che la gente venisse a riferirmi cose di lei, anche perché di amicizie in comune ne avevamo poche e quelle poche tendevano un po' a restare fuori dalla situazione, se mi dicevano di averla vista in giro non mi importava più di tanto perché comunque io facevo la mia vita e lei faceva la sua”.

4.4 Comportamento verso il profilo dell'ex partner post rottura

La domanda analizzata in questo paragrafo indagava le interazioni che l'intervistato aveva con il profilo del proprio ex partner post rottura, per comprendere se si fossero innescati comportamenti di aumento del controllo o diminuzione della frequenza in cui si frequentava il profilo stesso.

Gli intervistati in questo caso si dividono a metà, 10 persone su 20 sostengono che il controllo del profilo dell'ex partner sia aumentato con la rottura.

Alex, 28:” *io ricordo che all’inizio subito andavo a vedere se magari lei posava qualcosa oppure vedere con chi era che magari mi potesse dar fastidio, o anche per il semplice fatto di vedere se magari stava bene, se si divertiva per esempio. Solo che vedevo che questa cosa mi faceva peggio, quindi parlando con degli amici mi avevano detto che magari era meglio che non andassi a cercare questa cosa o di silenziarle direttamente, quindi ho fatto questa cosa, però magari andavo lo stesso a guardare”.*

Alice, 24:” *Beh c’è stato un momento in cui io sì, frequentavo di più il suo profilo, andavo di più a vederlo. Poi mi capita, anche recentemente quando ho visto che lui si è fidanzato con la nuova ragazza, di vedere se ci fossero foto insieme visto che con me non le metteva, volevo vedere se questa cosa fosse cambiata, perché, secondo me, lui da quando ci siamo lasciati è cambiato molto, da quello che vedo sui social”.*

Andrea, 25:” *Allora subito dopo sì, andavo a controllare”*

Anthony, 27:” *Ho fatto caso che aumentava ovviamente le persone che seguiva su Instagram, più che le persone seguite aumentavano anche persone che lo seguivano e anche i like. Poi ho visto che aveva creato un gruppo di amicizie molto più ampio. Comunque, vado sempre a spulciare il profilo in generale, perché voglio vedere fino a che punto una persona si riesce a rendere ridicola, perché secondo me sono cose ridicole, nel senso, non è che devi aspettare che ti lasci se vuoi seguire qualcuno o se vuoi farti vedere da qualcuno”.*

Delia, 24:” *Io gli avevo silenziato le storie, le vedevo lo stesso ma preferivo vederle nel momento in cui lo decidevo io perché magari mi rovinavano la giornata. Il suo profilo lo controllavo ma lo facevo anche quando stavamo insieme, soprattutto però il periodo post rottura per vedere se magari aumentava di follower, perché magari lui andava ad una serata e volevo vedere chi aveva seguito, chi aveva conosciuto ecco.”*

Emilio, 26:” *Si in generale mi viene da guardare molto di più il profilo (...) perché voglio sapere cosa succede nelle vite delle altre persone, quindi sì, cercavo sempre se metteva una storia, una foto o qualcosa del genere. Con lei mi ricordavo il numero dei follower e notavo cambiamenti, ma ad esempio controllavo anche a chi metteva mi piace perché sapevo di alcune persone pericolose tra virgolette”.*

Michela, 25:” *Diciamo che c’era sempre stato (un controllo) nel senso che comunque per le dinamiche della relazione, comunque scoprendo che lui parlava con altre e tutto il resto, successe determinate cose io ero diciamo un pochino più l’indagatrice della situazione, controllavo di più chi seguiva, chi non seguiva, se aumentavano o meno. Dalla rottura questa cosa è aumentata radicalmente, quindi sì, era diventata quasi non dico un’ossessione, ma siamo lì perché comunque passavo veramente i primi tempo post rottura ore sul suo profilo social a guardarmi tutti i profili delle ragazze che seguiva, andare sul profilo delle ragazze e vedere se magari metteva like tattici o se c’era tra le storie delle ragazze qualcosa che poteva farmi collegare a lui.”*

Roberta P.,23:” *Allora c’è stato un piccolo periodo prima che io smettessi di seguirlo, giorni eh, però si parla anche di quando ci stavamo lasciando e sì, c’era un controllo maggiore in cui io guardavo chi iniziava a seguire”.*

Roberta R.,23:” *Allora io vedevo una maggior attività da parte sua, postava continuamente storie con canzoni, frasi oppure luoghi magari significativi, tutto per attirare la mia attenzione. Io controllavo di più, anche con profili falsi, avevo un profilo falso all’epoca e guardavo con quello e ai tempi c’era ancora l’opzione per vedere chi iniziava a seguire quindi io stavo sempre una marea di nomi femminili, voleva secondo me in qualche modo farmi ingelosire, era diventato tutto un teatro, molto più attivo sui social”.*

Viola, 25:” *Sì, è una persona che io non ho più rincontrato dal vivo e quindi devo dire che sì, ogni tanto tipo chiedendomi come stesse sono andata a vedere il social e quando ha iniziato a pubblicizzare il nuovo spazio in cui lavora e anche*

oggi ogni tanto vado a vedere chissà come sta e cosa fa. (...) quindi secondo me sì, maggior controllo forse perché era l'unico metodo per sapere cosa facesse”.

Di queste 10 persone che hanno dichiarato che il controllo verso il profilo dell'ex partner è aumentato dopo la fine della relazione 6 di loro sono soggetti passivi nella rottura, che sono stati, quindi, lasciati, mentre 4 sono persone che hanno attivamente preso la decisione di chiudere la relazione.

Alcuni dei soggetti sostengono che il comportamento di maggiore controllo sia stato, però, esclusivamente limitato ad un periodo breve, in quanto per motivazioni come fastidi e sofferenze hanno poi deciso di prendere provvedimenti e di bloccare le storie o direttamente le persone in questione.

Le azioni di controllo messe in atto comprendono:

- Notare se aumentasse l'attività sui social
- Notare se aumentasse il numero dei follower e dei following
- Controllare profili di persone collegate per vedere se sono presenti like dell'ex partner
- Controllare profili di persone collegate per vedere se nelle storie sono presenti contenuti riguardanti l'ex partner

Le azioni di controllo messe in atto denotano un desiderio di conoscenza dei comportamenti dal proprio ex partner dopo la rottura. Questo la maggior parte delle volte è collegato anche ad altri soggetti al di fuori della relazione ma collegati con il partner, per questo si controllano l'aumento dei follower e delle persone seguite, per comprendere nuove interazioni interpersonali che l'ex partner ha messo in atto.

Emergono nei momenti di rottura anche le insicurezze e i dubbi che si avevano verso determinate persone in relazione all'ex partner; infatti, viene citato un controllo anche dei profili delle persone potenzialmente “pericolose”, di cui si avevano già dubbi,

per cercare di trovare indizi o qualsiasi tipo di contenuto che dimostri una possibile interazione tra l'ex partner e la persona in questione

I social network danno la possibilità, quindi, di avere un continuo accesso a informazioni legate al proprio ex partner, questo scaturisce in alcuni casi in comportamenti di controllo che possono avvicinarsi al fenomeno dello stalking, allo stesso modo informazioni interpretate sulla base dei soli ed unici pensieri che si hanno possono discostarsi dalla realtà dei fatti e generare gelosia e insicurezza nei soggetti.

Un'altra strategia utilizzata dai soggetti è stata quella di silenziare le storie agli ex partner per aver modo di controllare ma nel momento in cui lo decidevano loro, in quanto apparizioni di storie dell'ex in momenti della giornata potevano influenzarne l'umore.

10 dei soggetti intervistati sostengono, invece, che il controllo verso il profilo dell'ex partner non è aumentato.

Asja, 23:” *Le mie interazioni con il suo profilo non sono cambiate, non ho fatto nulla di queste cose, l'unica cosa che ho notato è che lui probabilmente non interagendo più con il mio profilo non vede ciò che pubblico, a parte le storie, ma i post non li vede*”.

Davide, 28:” *Mi è capitato di finirci (sul suo profilo), ma non di mia spontanea volontà*”.

Filippo, 22:” *Sinceramente no, occasionalmente magari se non vedevo nessun segnale di vita andavo a vedere però sarà capitato proprio una volta, non era sistematico che andavo di continuo a controllare. All'inizio magari controllavo quando mettevo una storia se l'avesse vista*”.

Giacomo, 27:” *Allora in realtà non è cambiato particolarmente in questa situazione, Perché non andavo a guardare il suo profilo. Le uniche volte in cui andavo a guardare il profilo era perché stavo magari raccontando ad amicizia X che cosa è successo. È giusto per dare del materiale visivo*”.

Giorgia, 24:” *Il suo profilo, mi sa che dopo che si siamo mollati non l'ho più guardato perché l'ho bloccato, perché quando l'ho bloccato su whatsapp poi*

usava Instagram, quindi l'ho dovuto bloccare dappertutto, mi sono dimenticata di Facebook ma si è risparmiato di scrivermi su Facebook fino all'anno dopo, in cui mi ha fatto gli auguri”.

Lorenzo, 23:” No, allora secondo me è la questione che, visto che sono stato io a chiudere la relazione, in realtà già probabilmente ti dicevo avrei dovuto chiuderla molto prima. Probabilmente per quel momento avevo già internalizzato e avevo già accettato la morte della relazione tra di noi. Non ero particolarmente interessato a queste cose, sicuramente qualche volta avrò controllato, mi ricordo che mi è capitato di vedere storie di suoi amici che seguivo anche io, ma più avanti diciamo, chiedermi come stava, come andava”.

Morena, 27:” Allora forse o uguale a prima o meno, forse un po' meno di prima, sono diminuite le volte che andavo a vedere il suo profilo”.

Nadia, 24:” No non sono mai andata e non ci ho neanche mai pensato di andare a vedere i suoi follower. In realtà per moltissimo tempo non andavo neanche a vedere il suo profilo perché avevo paura che andando avrei scoperto che aveva smesso di seguirmi e questa cosa mi avrebbe fatto malissimo, sapere che smetteva di seguirmi perché non voleva più vedermi o vedere cose che mi riguardavano”

Nicholas, 29:” Diciamo che una volta che ho deciso non ho più voluto interessarmi neanche ai social, sinceramente non sono uno che li usa molto, e ho bloccato non per non vedere o per non far vedere. Si può dire anche nei suoi confronti una protezione, perché per quanto è un blocco, comunque, fai capire all'altra persona che deve smettere, ed è quello che ho sempre sperato. Sai che con me basta, riprendi da capo date e comincia a lavorare su di te, senza più pensare a me. Si secondo me ecco, è stata una protezione, più egoistica forse, perché ho dovuto, però ripensandoci anche per lei”.

7 dei soggetti che non hanno aumentato il controllo del profilo del proprio ex partner sono parte attiva della rottura; dunque, le persone che hanno deciso di chiudere la

relazione, solo un caso è di un soggetto che ha subito la decisione dell'ex partner e in un caso invece la decisione è stata presa di comune accordo.

Alcuni dei soggetti sostengono di non aver più visitato il profilo dell'ex partner per disinteresse, altri invece per una questione di protezione personale da eventuali momenti di sofferenza causati dalla possibilità di poter vedere contenuti indesiderati.

L'analisi di questa variabile può in qualche modo dimostrare il fatto che l'aumento del controllo è maggiormente correlato all'essere lasciati, quindi all'essere parte passiva in una rottura, mentre comportamenti di diminuzione del controllo scaturiscono in numero maggiore nel momento in cui si è parte attiva nella rottura.

4.5 Digital possessions e mantenimento

In questa parte dell'intervista sono state analizzate le risposte alla domanda inerente alle digital possession, tutto l'insieme di ricordi digitali legati alla relazione. Ciò che si voleva comprendere era il comportamento inerente al mantenimento e al legame che si ha con questi contenuti.

5 soggetti hanno dichiarato di non aver mantenuto nulla

Alex, 28:” *Le foto le ho cancellate tutte dal mio profilo ma ne ho una che è ancora tra gli archiviati. Invece nella galleria del telefono, per esempio, abbiamo fatto un viaggio a Parigi e ho cancellato tutte le foto con lei, il resto l'ho lasciato (...) Non ho cancellato tutto subito, è stata una cosa che è venuta molto dopo, almeno un anno, se non di più. Penso sia stata solo necessità anche di avere spazio sul telefono, però non è che 10 foto ti svoltano insomma, però quando ho raggiunto la consapevolezza di dire ok, questa cosa è chiusa, non ho voluto cancellare proprio tutto, però la maggior parte delle cose sai, magari whatsapp tipo ho cancellato tutte le chat perché lì c'erano 5-6000 media. L'ho cancellata dopo un po' di tempo perché mi capitava di andare a leggere o di tornare a leggere per capire cosa fosse successo. Di recente poi mi è capitato di leggere un suo messaggio che ho salvato su un'altra chat, ma è passato e le cose ormai non hanno più lo stesso valore che avevano una volta”*

Andrea, 25:” *E’ stato durissimo, ci ho messo una settimana se non di più, ogni giorno a togliere foto, ne avevo migliaia, io dovendo togliere tutte le foto dovevo quindi guardarmele una ad una, soprattutto all’inizio quando le rivedevo non è che mi faceva piacere, quindi io le ho tolte tutte, cancellate una ad una. Quelle su Instagram le ho tolte subito, le altre le avrò tolte entro il mese”*

Davide, 28:” *In questo caso ho cancellato anche la chat, perché le ultime parole che mi sono state dette mi davano fastidio, magari beccato io nel momento sbagliato o lei in una giornata di incazzatura, non so, però mi dava fastidio, me le sentivo proprio addosso, per cui come sono fatto io ho preferito prendere e chiudere tutto”.*

Giorgia, 24:” *Io ho cancellato tutte le foto con lui, all’inizio solo alcune, poi c’è stato un periodo in cui proprio scorrevo la galleria, tipo prima di andare a dormire invece di fare la scrollata su Instagram mi facevo la scollata sulla galleria e lì, a mano a mano, dicevo vabbè perché io sono sempre stata nella filosofia che se c’è stata una relazione passata non ha senso cancellare tutti i ricordi, anche se ne è un’altra di nuova, perché comunque c’è stata, ha fatto il suo corso, è finita però comunque è una parte della mia vita. Con lui no, perché con lui è stato talmente tanto orribile anche ogni volta che vedevo una sua foto, proprio le sensazioni che mi suscitavano variavano dalla rabbia al disgusto, all’angoscia, al ripudio e allo schifo. Quindi sono arrivata alla conclusione che avere determinati ricordi nella mia galleria non era una cosa che mi faceva piacere, che magari mi faceva ricordare momenti belli della relazione, ma mi suscitava veramente tanto astio quindi ho detto vabbè.”.*

Nicholas, 29:” *Io ho cancellato tutto, vedevo che mi stava facendo proprio male come cosa, ma comunque è stata una cosa che mi ha aiutato per quanto sciocca possa essere, alla fine ho preferito fare così e dalla galleria ho poi cancellato tutto. (...) questa situazione mi stava creando più un trauma che bei ricordi, quindi ho fatto così”.*

Ciò che emerge da queste risposte è che l'azione di cancellare fotografie, conversazioni o ricordi in generale legati alla coppia e all'altra persona può avvenire o per la troppa sofferenza o perché la rabbia verso l'ex partner cancella allo stesso modo i bei ricordi anche dalla mente. Si cerca quindi in qualche modo di distaccarsi dalla persona in questione anche nella vita digitale, cercare di prendere le distanze in alcuni casi dal dolore in altri dall'ex partner, a volte per un meccanismo di difesa, di protezione verso sé stessi dalla possibilità di scontrarsi con il dolore.

15 soggetti hanno invece sostenuto di aver mantenuto la maggior parte dei contenuti legati alla coppia

Alice, 24:” *No, ho tenuto tutto di lui, ho tenuto tutto perché comunque ha rappresentato alla fine la mia storia più importante, quindi non ho mai cancellato, cioè sul telefono ho ancora tutte le foto. E perché comunque c'è un ricordo, c'è un ricordo bello alla fine anche se poi è finita, cioè rimarrò sempre con un bel ricordo, quindi non me la sono sentita di cancellare le foto. Anche le storie nell'archivio ogni tanto magari mi compaiono, sai nei ricordi. Non mi dà fastidio vederle, anzi. L'unica cosa che posso dire è Instagram appunto, l'unica foto che avevamo quella sì l'ho tolta perché vabbè comunque nel profilo ormai boh, non fa più parte insomma. Quindi un conto è sono i ricordi che tieni per te, un conto è quelli che esponi al pubblico”.*

Anthony, 27:” *Io tengo tutto di tutti, qualsiasi cosa, non so perché, ma ho una mentalità probabilmente molto contorta, però non so, quando una persona vede queste cose prova rabbia, rancore, qualcosa, a me perlomeno ancora non mi è mai capitato di provare ste cose, quindi tengo tutto perché mi provocano semplicemente indifferenza o comunque sono dei momenti che ho vissuto, quindi alla fine, vuoi o non vuoi, bene o male ci ho passato del tempo con questa persona, quindi mi tengo tutto e ogni tanto me li riguardo”*

Asja, 23:” *Ho tutt'ora tutto e non ho cancellato niente, né messaggi né foto né post né storie in evidenza, ho lasciato tutto. Non c'è una motivazione, sono ricordi, io li tengo”*

Delia, 24:” *Allora io sono una persona che non cancella niente, quindi sicuramente non ho cancellato niente, magari ti dico ora come ora quando li vedo mi fanno piacere perché comunque se mettevo qualche storia, ho dei bei ricordi in linea generale, quindi mi fa piacere. Sicuramente ci sono stati momenti in cui magari poco dopo che c'eravamo lasciati magari stavo male, mi comparivano i ricordi sulle foto, sulla galleria magari, e quindi lì ci rimanevo un po' così, dicevo mi piacerebbe magari tornare a quel momento là. Però ora, siccome da parte mia c'è indifferenza, ma anzi ti voglio bene; quindi, quando mi capita qualche ricordo io lo guardo, magari mi fa piacere, ma senza nessun rancore o cose. In realtà sono un'accumulatrice seriale (...) alla fine sono sempre ricordi, preferisco tenerli e conservarli, poi prendere le cose positive perché mi piace avere un quadro generale della vita”.*

Emilio, 26:” *No, non cancello mai niente, perché io se mi lascio non le voglio proprio vedere, non ho praticamente mai visto le foto con la mia ex. Mi capita ogni tanto che vedo qualcosa, nulla di che, però tendenzialmente non cerco ma non elimino, magari le metto su un drive dove so che stanno al sicuro, però cerco di evitare ogni contatto poi vabbè su Instagram così non cancello le storie vecchie, le tengo archiviate. Anche quelle reali, magari polaroid o cose del genere, trovo sempre un posto un po' speciale per i ricordi”.*

Filippo, 22:” *No io tengo tutto, su Instagram i ricordi non li guardo mai, non li uso, ma quando mi capita magari sull'iPhone che guardo le foto e mi capitano immagini mi piace ricordare, perché comunque è stata una parte della mia vita e mi è servita sotto tremila punti, quindi non è che prendo e cancello, anzi, secondo me quello è un atteggiamento morboso che non mi piace, mi piace affrontare la situazione e quello che è successo a 250 gradi, mettere le emozioni in ballo e accettare quello che è successo, quindi sinceramente tengo tutte le foto e se le rivedo magari esce anche un sorriso”.*

Giacomo, 26:” *Ad esempio nella mia galleria io tendenzialmente tengo tutte le foto, esclusi i nudini, quelli li cancello sempre, però foto di momenti belli ce le*

*ho, le tengo perché penso ok, è finita di *****, è stata una persona di ***** o comunque ok, è finita male, però ci sono bei momenti, che guardo in un secondo momento, non con nostalgia, ma anzi che quella volta eravamo lì, mi ricordo di discorsi che facevamo. Evito ecco, storie in evidenza o cose che alludano che ci sia ancora quel tipo di attaccamento emotivo verso l'altra persona, però le foto nel telefono le tengo”.*

Leonardo, 23:” *No io le ho ancora, non sono tantissime, però sì, le ho anche ora”*

Lorenzo, 23:” *Allora ci sono sicuramente foto che ho ancora, diciamo che sicuramente l'istinto iniziale è stato quello di cancellare, ma non sono mai stato bravo a cancellare le foto perché per me è una cosa un po' caotica e difficile da fare perché mi trovo sempre sommerso da marea di foto. Diciamo che tra una cosa e l'altra non le ho più considerate più di tanto, ogni tanto mi capita di trovarmi una foto (...) foto più belle boh, magari ci penserei due volte, non lo so, penso che le foto che mi ricordano momenti belli le terrei”.*

Michela, 25:” *Allora io sono una persona che tiene tutto, quindi le foto le ho ancora tutte ma ad esempio per collegarmi ai ricordi dell'iPhone, le ho messe tra le foto nascoste così non mi appaiono, però le vado a guardare spesso, le nascondo come tutela però comunque le guardo ogni tanto. Per quanto riguarda Instagram io i ricordi li guardo quotidianamente, è una cosa che ho sempre fatto perché mi piace proprio vedere cosa facevo negli anni passati, purtroppo è successo che mmi apparissero e lì purtroppo è un impatto, perché avresti l'impulso di fare lo screen e mandarglielo e dirgli guarda cosa succedeva un anno fa, poi ovviamente uno non lo fa”.*

Morena, 27:” *Io ho mantenuto tutto, in realtà quando mi spuntano i ricordi sono abbastanza tranquilla, delle volte se ho tempo magari me le guardo anche per vedere cosa c'era, ma non ho cancellato nulla”.*

Nadia, 24:” Allora subito dopo la rottura io nella schermata del telefono ho tipo il widget dove spuntano varie foto, lì il telefono ti dà la possibilità di dire non voglio che mi mostri i ricordi con questa persona, questa è stata la prima cosa che ho fatto. Però continuavano a spuntarmi magari foto di cose che ho fatto con lui o posti in cui eravamo stati, quindi lì per lì ho rimosso proprio il widget perché non volevo vedere, perché quando mi spuntavano ci cliccavo e mi faceva stare molto male. Non vedo il senso di cancellare, sono comunque ricordi che voglio conservare anche perché mi rimane un bel ricordo della nostra storia o in generale di tutti i rapporti che sono finiti nella mia vita. Non ho mai cancellato nulla, mi piace conservare, mi piace l’idea di poter andare dopo tanto tempo a vedere quello che ho fatto. Mi è capitato ogni tanto di andare a rivedere foto vecchie, non l’avessi mai fatto perché sono *****, però è capitato di rivederle, di starci male, di dire come eravamo belli, come eravamo felici”.

Roberta P., 23:” Io li ho ancora, non mi fa male guardarli, anzi nel senso alcuni sono anche dei bei ricordi tutti insieme perché si era creato un legame anche con i miei amici e quindi sono ricordi che comprendono più persone. Quando però ad esempio con la mia attuale relazione queste foto saltano fuori me ne vergogno, cioè mi vergogno proprio che questa persona sia tra i miei ricordi. Però ecco, penso che se avessi dovuto cancellarli l’avrei già fatto. Nella galleria mi compaiono di più, mentre sui social non ho postato molto quindi anche ad esempio ricordi nelle storie non mi sembra di averne visti perché erano storie negli amici più stretti, però magari mi escono foto che non ritraggono la persona in particolare, ma quando vedo le foto del mio feed penso ah sì, ero in vacanza con **** ma tra me e me penso dio sembri sempre felice nelle foto ma non è che lo eri così tanto”.

Roberta R., 23:” Di mia spontanea volontà non ho mai cancellato nulla, né chat né foto, ho sempre tenuto tutto. Purtroppo, negli anni ho cambiato telefono e molte cose l’ho perse, ma ancora ho su Google foto le foto con lui di quando eravamo andati in vacanza, o magari screen di cose carine che mi diceva, quindi

ho tenuto tutto e ogni tanto mi compaiono anche ricordi sui social, anche su Facebook posto insomma cose vecchie che io non cancello”.

Viola, 25:” Allora ho cambiato telefono, quindi ho perso tutte le foto che avevo, però le ho perse proprio sulla memoria del telefono attuale, ovviamente ce le ho su un drive e in realtà ho conservato tutto, c’è anche ad esempio, prima parlavo delle mail, le ho tenute tutte quante, non ho cancellato niente, ho perso i messaggi con il cambio del telefono”.

La maggior parte degli intervistati che hanno raccontato di aver conservato i ricordi legati alla passata relazione mostrano un forte legame con essi, spesso li associano a momenti passati ma che comunque fanno parte della loro vita e perciò li custodiscono con cura. Emergono, però, diversi spunti di riflessione sull’argomento, come citato da Giacomo (26) l’argomento delle foto esplicite contenenti nudo o l’argomento citato da Roberta P (23) della vergogna nei confronti del nuovo partner di conservare ancora ricordi legati all’ex partner.

Viene anche citata la funzionalità dei telefoni di mettere sul proprio schermo un widget che presenti in maniera totalmente casuale fotografie della propria galleria, Nadia (24) spiega come nel momento della rottura come meccanismo di difesa ha dovuto fare a meno di quella funzionalità per evitare sorprese spiacevoli. Michela (25) invece, parla del desiderio di contattare il proprio ex partner alla visione di alcuni dei ricordi, come se fosse un impulso che deve, però, bloccare.

Di questi 15 soggetti è stata poi indagata l’eventualità di cancellare un giorno questi ricordi o comunque le tempistiche di mantenimento degli stessi, 12 di loro sostengono che il mantenimento di questi contenuti non ha una data di scadenza.

Alice, 24:” Non mi dà fastidio vederle, anzi. Non so per il momento per quanto le terrò, nonostante siano passati comunque quattro, cinque anni le ho tenute, non so se poi arriverà un memento in cui riuscirò diciamo a separarmene”.

Anthony, 28:” Penso che li manterrò finché la tecnologia non me li autoelimina”.

Asja, 23:” *Ma non c’è neanche un limite di tempo perché ho post con il mio ex del 2017. Ancora le foto le ho nel computer, non cancello niente è una cosa mia”.*

Emilio, 26:” *Non penso assolutamente che arriverà il momento in cui cancellerò i ricordi, penso al futuro, anche tra 20, 30 anni io le vorrei avere in qualche modo. Non dico che le rigarderò sicuramente, però è giusto che ci siano, voglio sapere della loro esistenza, per me è importante”.*

Filippo, 22:” *Non penso che arriverà un momento in cui le cancellerò”.*

Roberta P., 23:” *Però ecco, penso che se avessi dovuto cancellarli l’avrei già fatto”.*

Roberta R., 23:” *Penso che le terrò perché anche se è passato tanto tempo non si può cancellare, ormai è rimasto, è successo, rimane un ricordo, bello o brutto che sia, rimane un ricordo”.*

Viola, 25:” *Penso che se non l’avessi cambiato (il telefono) io non avrei cancellato nulla”.*

Ciò che possiamo far emergere da questo è che la maggior parte delle persone che ha deciso di tenere i ricordi legati alla propria ex relazione dà loro molta importanza e, associandoli a parte del loro vissuto, belli o brutti che siano sono parte della vita e per questo non hanno una data in cui poi verranno cancellati. Anche soggetti che hanno vissuto storie più travagliate, come Emilio (26) di cui abbiamo potuto ascoltare i racconti, ha deciso di conservare gelosamente tutto, paragonando i ricordi virtuali a quelli fisici, che custodisce altrettanto gelosamente, cercando, come dice lui, “un posto un po' speciale per i ricordi”.

Al contrario, 2 dei soggetti che hanno mantenuto i ricordi sostengono invece che prima o poi verranno cancellati

Leonardo, 23:” *Un giorno le cancellerò, comunque non saprei, nel senso non mi dà fastidio averle, ma se non dovessi averle non ci sarebbe nessun problema”.*

Morena, 27:” *Probabilmente a breve mi metterò a cancellare ma per una questione di spazio nel telefono, ma non perché non voglio più vedere*”.

Un solo soggetto è indeciso sulla fine che faranno i suoi ricordi digitali legati alla coppia, in quanto si definisce poco abile nel cancellare i contenuti dal telefono.

Emerge, dunque, alla fine di tutto, un forte legame che le persone hanno con le digital possessions, che siano esse fotografie, conversazioni via messaggio, video o ricordi in generale. Come sostenuto da Leaver (2017) dividersi dai possedimenti digitali è molto complesso dopo che la relazione si è conclusa, in quanto portano con loro molte implicazioni emotive alla pari del dividersi da oggetti materiali.

Molti dei soggetti portano alla luce il fatto che non siano da cancellare in quanto facciano parte di loro e del loro passato, Miller (2016) evidenziava questo importante ruolo che le digital possessions avevano nella costruzione ma anche nel mantenimento della memoria.

4.6 Opinioni sulle modalità di chiusura delle relazioni

Nel quesito posto in questo caso è stata indagata l’opinione delle persone intervistate sulle diverse modalità in cui le relazioni possono essere chiuse, facendo loro raccontare come dovrebbe avvenire una rottura

Alex, 28:” *Non c’è un manuale secondo me, ma bisogna sempre avere sensibilità e sapere che insomma, c’è un’altra persona davanti a te, non puoi fare tira e molla, oggi sì, domani forse, oppure sparire da un giorno all’altro oppure peggio ancora scrivere per messaggio. Una volta che ti rendi conto che c’è una cosa che non va più, che non ti fa stare più a tuo agio, secondo me è giusto prendere quella persona, soprattutto se si tratta di relazioni boh, durature ecco, non frequentazioni, però vale per tutti, prendere quella persona senza farla star male, farla straziare perché non capisce i tuoi comportamenti, dire quello che si ha da dire in toni normali perché tutti possono affrontare una rottura. Capita a tutti. Però sì, sicuramente di persona cercando di far comprendere le proprie ragioni, in modo tale da cercare di chiarire i dubbi che l’altra persona ha, non lasciare con*

il rammarico di non aver fatto qualcosa o meno. Avere un po' di amore verso l'altra persona, non si tratta di amore relazionale, ma cercare di alleviare la notizia visto che siamo tutti persone. Avere tatto è fondamentale”.

Alice, 24:” Non penso ci sia un modo in cui debba avvenire la rottura, ci sono troppe variabili e ogni relazione è diversa. Non so neanche se si possa parlare di giusto o sbagliato. Ci sono modi, forse, un po' meno dolorosi e altri un po' più dolorosi. Poi per me è inconcepibile il fulmine a ciel sereno, non l'ho mai compreso, nel senso che io credo che una persona è impossibile che si svegli un giorno e decida di lasciare, magari ci sono delle cose pregresse che non sono state dette prima, comunque dal momento che ci sono dei problemi bisogna parlarne, lasciare intendere, poi se le cose si aggiustano o no si vede, ma io non concepisco proprio, per me è impossibile”.

Andrea, 25:” Quando inizi ad avere qualche dubbio è giusto già tirare fuori la cosa, i problemi, secondo me, vanno tirati fuori subito o un po' dopo, appena sai che non vuoi stare con il peso addosso, anche se è una cosa piccola è giusto tirarla fuori. Almeno parlarne, poi che si possa risolvere o meno quello lo decide il tempo. Non è bello arrivare direttamente a lasciare, il giorno prima stavate bene, il giorno dopo non puoi star male, secondo me c'è una via di mezzo”.

Anthony, 28:” . Per me dovrebbe esserci sicuramente una chiacchierata chiara e definita, dove entrambe le parti spiegano le motivazioni dei loro pensieri riguardo la situazione. (...) A me aiuta un resoconto dei sentimenti dell'altra persona, sei suoi pensieri, per farmi sentire meno in colpa. Io cerco di capire prima di agire e poi te ne parlo, però se tu me ne parli a tua volta e mi dici ciò che pensi.”

Asja, 23:” Io penso che nel momento in cui c'è un problema bisogna parlarne, discuterne, poi se si va alla rottura questo è il modo giusto, parlarne. Arrivare da un giorno all'altro a dire così mentre fino al giorno prima dicevi il contrario è molto sbagliato. Bisogna parlare dei problemi quando ci sono. Non so

se esista un modo giusto per rompere, non lo so però da una certa età devi avere la maturità di affrontare faccia a faccia questo tipo di problema”.

Davide, 28:” Allora ti posso dire che secondo me la strada migliore è la sincerità, schietta e pura, che non vuol dire dire le cose in modo cattivo, ma semplicemente essere onesti prima con te stesso poi con l’altra persona e dirle guarda, qui c’è qualcosa che non va. Anche perché nel 90% dei casi la cosa che puoi fare farà star male la persona, non devi dare nessun tipo di illusioni tirando avanti o tenendola lì, non è bello, perché penso che non è una cosa che vorresti facessero a te. Per cui se domani mi frequento con una ragazza e viene fuori dopo mesi che in realtà non glie ne frega niente sinceramente dovevi dirmelo prima, stavo male una settimana. Una cosa che non sopporto e che ho fatto sono le belle rotture classiche con i messaggi, infantile, o sparire facendo ghosting, quello secondo me è proprio qualcosa che ti ferisce”.

Delia, 24:”Allora sicuramente secondo me dal vivo, ma perché penso che sia una fine dignitosa di una relazione in generale, sia che una persona ti abbia fatto male sia che ti abbia fatto bene, ma proprio perché si riesce anche ad esprimere un’emozione nel modo migliore, quindi sì, sicuramente dal vivo, poi come avviene dipende dalla relazione e tutto. Io ho sempre cercato di mantenere un rapporto diciamo civile, ma perché comunque una persona con cui ho passato tanti anni magari vorrei risentirla per un caffè, mi farebbe piacere. Certo, perché ovviamente non sono successe cose troppo gravi, se fosse stato un tradimento o magari qualcosa che mi ha fatto molto male non penso reagirei alla stessa maniera, però vorrei comunque farlo dal vivo per metterci un punto definitivo, perché forse col telefono non riesci bene ad esprimerti e soprattutto a concluderla”.

Emilio, 26:” Non penso esista un modo bello per rompere, non ci sarà mai, però sicuramente la responsabilità che hai verso una persona con cui stai, penso che è stata importante per la tua vita e viceversa, qualsiasi motivazione possa esserci stata penso che sia una cosa che debba avvenire faccia a faccia, senza

social, senza messaggi, chiamate, che non ti fanno effettivamente capire l'altra persona, anche dal linguaggio corporeo. Penso anche che non sia giusto chiuderla da un momento all'altro, ma si dovrebbe creare un processo che nel bene e nel male possa portare a un'uscita dalla relazione. A meno che non siano casi gravi, ovviamente. Va bene lasciarsi, è una cosa legittima, però puoi fare veramente tanti danni a livello psicologico ad un'altra persona, quindi non fulmini a ciel sereno. Almeno dare il tempo di razionalizzare, di capire, avere delle spiegazioni”.

Filippo, 22:” Allora, secondo me, deve essere una cosa abbastanza naturale, non deve esserci uno schema vero e proprio. Quindi non penso di avere una scaletta per dire succederà questo, questo, questo e questo, anzi. Come quando nasce una relazione, come quando si sviluppa una relazione, si vive una relazione. Tutto deve essere naturale e farsi trasportare dalla relazione. Anche la rottura deve essere abbastanza naturale, deve esserci però una riflessione dietro, non deve essere una cosa tipo oggi mi sveglio, sento che devo chiudere e chiudo. Preferisco sempre il contatto, perché se sto con una persona è perché provo rispetto per lei e questo significa che nel momento della rottura bisogna guardarsi negli occhi e dirlo. Penso che la rottura sia l'apice di un percorso, il culmine, perché si inizia parlandone in un momento e poi con il tempo avverrà la rottura vera e proprio. Quindi magari se ne parla, si cerca di migliorare, si lavora in due. Non credo appunto ci sia una scaletta, ma ci sono dei punti doverosi affinché ci sia il rispetto tra le due persone.”

Giacomo, 26:” Per me è centrale la comunicazione, durante tutta la relazione, dall'inizio alla fine e compresa la rottura. Ci deve essere una comunicazione quanto più chiara e trasparente di ciò che succede, come ci si sente, come sta andando. (...) Secondo me la cosa che assolutamente no perché è un comportamento che non sopporto è il ghosting, lo scomparire completamente senza dare risposte e lasciando che la persona si ricostruisca le risposte sulla base del niente che gli lasci. Non deve essere qualcosa di improvviso, o le lo è che perlomeno sia spiegato molto bene. Però si tendo a preferire la modalità faccia a

faccia, più che altro perché hai una componente emotiva che entra in gioco e l'aspetto emotivo è necessario per quanta difficoltà ci siano nel gestirlo."

Giorgia, 24:" Apprezzeri il confronto persona a persona, però oggettivamente sono anche dell'idea che non c'è una maniera universale per chiudere una relazione".

Leonardo, 23:" Guarda, secondo me dipende dai casi, qualsiasi sia la causa e in qualsiasi modo sia avvenuta la rottura è sempre giusta. Se capita di punto in bianco è perché comunque quella persona ha qualcosa e si sente di fare così, non è bello per l'altra persona, non lo ritengo troppo giusto, però se si sente di fare così forse è l'unica strada".

Lorenzo, 23:" Penso che bisognerebbe essere onesti ma anche delicati, nel momento in cui una persona lascia deve l'onestà all'altra persona, non dovrebbe mentire o dire balle. Bisogna andare un attimo con i piedi di piombo e cercare di spiegare tutte le cose piano piano, cercando di far sì che la persona riesca a digerirle nel mentre, per cui onesti ma non brutali. Vedo difficile il fulmine a ciel sereno, nel senso che secondo me una persona deve parlare se ci sono problemi nella relazione e cercare di risolverli, non è che uno si sveglia un giorno e decide di non amare più l'altro, dovrebbe lasciare delle bricioline date non dal fatto che ho già deciso di lasciarti, ma dal fatto che abbiamo problemi e ne abbiamo già parlato. Devi essere disponibile alle esigenze dell'altro, a rispondere alle domande e cercare di aiutarlo come puoi".

Michela, 25:" Allora ovviamente se si potesse in maniera più giusta sarebbe prendere una decisione insieme, quindi cercare comunque, magari anche prima di lasciarsi definitivamente, che ne so, di sistemare le cose o parlare delle problematiche che ci sono. Tu hai intenzione di lasciarmi, ok, parliamone e vediamo se possiamo in qualche modo sistemare la situazione invece di disfarmene come se niente fosse, come se non abbia mai avuto valore o come se quello che

importa all'altra persona non avesse rilevanza, perché io la vedo molto egoista come cosa."

Morena, 27:" La situazione ideale sarebbe che appena uno dei due o entrambi si rendono conto che le cose non vanno più ci si incontra e si parla di come sta andando, si capisce se è una cosa momentanea che si può sistemare o se è meglio chiuderla. Se ne parla per bene, si prende insieme la decisione o se uno dei due è più propenso a chiudere e l'altro no, deve accettare la decisione e basta, si separano le strade. Non trovo necessario togliersi il follow, bloccarsi sui social o sui numeri, anche perché se due persone sono adeguatamente sane dovrebbero essere in grado di gestire queste cose".

Nadia, 24:" Allora secondo me dovrebbe essere graduale, nel senso per me è inconcepibile il fatto che tu dall'oggi al domani prendi una decisione così drastica e decidi di tagliare fuori una persona dalla tua vita per sempre. Io non ne sarei capace. L'ideale sarebbe nel momento in cui inizia a balenarti l'idea che qualcosa non va nella storia, parlarne e cercare di valutare insieme se sono cose su cui si può lavorare o se sono cose proprio definitive. Prima di arrivare alla conclusione che tu con quella persona non vuoi più averci a che fare perché non è la persona giusta bisognerebbe rifletterci in coppia, anche individualmente, però molto anche in coppia".

Nicholas, 29:" Secondo me è sempre una questione di rispetto per un essere vivente, prima di tutto, ma specialmente per un essere vivente con cui hai condiviso da una settimana a dieci anni. Provi a parlarne, può capitare che è uno sfaso, ma si parla di persona, sempre di persona e si cerca una soluzione insieme. Se si vede che proprio non c'è più niente da fare lo si dice, però appunto sempre con rispetto, deve esserci da entrambe le parti comprensione. Nel mio caso, le ultime volte che la guardavo negli occhi avevo capito, ma continuavo a pensare di avere uno sfaso per tutto il periodo che avevamo passato eccetera, quindi volevo capire, capire, capire, ma era impossibile".

Roberta P., 23:” *Per me basta che sia rispettoso per entrambi, dopo nella realtà, parlo da persona che delle volte presa dal rancore può anche aver ferito come l'altra persona può aver ferito me”.*

Roberta R., 23:” *Dipende molto dalle dinamiche, dai motivi per cui due persone si lasciano. Per me il modo migliore è lasciarsi sempre in buoni rapporti, perché comunque ci dovrebbe essere rispetto tra le due parti, anche quando due persone non stanno più insieme, prima condividevano tante cose e comunque c'era amore, quindi anche dopo secondo me ci deve essere. Non dico che bisogna essere amici, però quel minimo rapporto, per non rimanere in cattivi rapporti, l'odio è brutto e lo è anche rimanere con l'astio che magari se lo incontri per strada devi cambiare strada”.*

Viola, 25:” *Non c'è un modo sbagliato o giusto per chiudere, penso però che il contatto in presenza è molto importante, per quanto possa essere difficile, mi ricordo che per me è stato tanto difficile ed era una cosa a cui volevo sottrarmi in tutti i modi, però se condividi un percorso secondo me è anche importante condividere la sofferenza e ritrovarsi faccia a faccia.”*

Da queste 20 opinioni emerge molto spesso il tema del fulmine a ciel sereno legato alle rotture, molti degli intervistati non concepiscono come lecito non avere segnali del cattivo andamento della relazione prima della conclusione. Ciò che viene detto è che è un tipo di decisione definita inconcepibile, difficile da credere e non giusta, in quanto si pensa che la chiusura di una relazione sia un percorso fatto ingiustamente da solo dalla persona che ha dubbi e perplessità non condivise con il proprio partner, il quale prosegue la sua vita nella convinzione che la relazione stia andando a gonfie vele fino al momento in cui viene comunicata l'intenzione di chiudere in maniera inaspettata.

Nelle varie descrizioni di come dovrebbe avvenire una chiusura relazionale ideale vengono spesso utilizzate parole come tatto, delicatezza, responsabilità. Si parla anche di onestà ma non brutalità e viene evidenziata e sottolineata l'importanza e la centralità della comunicazione in tutti i momenti della relazione, compresa la rottura. Una delle persone intervistate parla di naturalezza nella chiusura, intesa come tutto il contrario di scaletta,

di schema attribuibile alle rotture, definendo la chiusura del rapporto come l'apice di un percorso di ragionamento, il culmine, criticando anche in questo caso la modalità di "fulmine a ciel sereno".

Emerge in alcuni casi anche il concetto di salute mentale, collegato alla parola responsabilità, in quanto alle volte le rotture possono essere dannose persino per la salute di alcuni soggetti come evidenziato nella letteratura presente, infatti alcuni intervistati parlano, a volte esplicitamente in altri casi tra le righe, del concetto di pazienza che la parte attiva della rottura deve avere nei confronti della parte passiva.

Viene criticato in due casi il fenomeno del ghosting, situazione in cui uno dei due partner di punto in bianco sparisce senza rispondere più a nessun tentativo di contatto del partner o ex partner, considerato una forte mancanza di rispetto.

La comunicazione è, dunque, per la gran parte delle persone intervistate cruciale sia durante la relazione, sia dal momento in cui si hanno dei problemi ma anche, e soprattutto, durante la rottura. Si sostiene che bisogna condividere pensieri nel momento in cui essi iniziano a pesare, in quanto se c'è ancora speranza se ne può discutere e ci si può lavorare insieme, allo stesso modo la comunicazione deve essere chiara nel momento della rottura con spiegazioni dettagliate e chiarimenti di ogni dubbio che la persona lasciata ha.

L'ultima variabile analizzata in seguito al quesito posto è stato il pensiero che le persone intervistate hanno sul chiudere una relazione in maniera telematica. Nessuno dei 20 intervistati si è dimostrato completamente favorevole. La differenza sta, però, nei pochi casi in cui lo ritengono accettabile.

Alex, 28:" *Chiudere per messaggio, secondo me, quando ci sono comportamenti sbagliati, parlo di violenza, parole, gesti, calci, ecco lì è giusto prendere le distanze.*"

Alice, 24:" *Mai per messaggio, né al telefono, penso che qualsiasi relazione meriti una degna fine, di persona, faccia a faccia*".

Andrea, 25:" *Innanzitutto mai per messaggio, almeno avere la forza di andare lì e sapere di far male a una persona ma allo stesso tempo è corretto nei*

suoi confronti perché, se non mi ami non puoi nemmeno sforzarti a restare con me, punterei su questo, sul fatto di fare male adesso per non fare male dopo”.

Anthony, 27:” Ad oggi però penso che se dovessi chiudere una relazione tramite messaggio è perché non me ne frega assolutamente niente di quella persona. Ovviamente a meno che non ci siano cause insuperabili, che ne so, abitiamo a due tre ore di distanza”.

Asja, 23:” Da una certa età devi avere la maturità di affrontare faccia a faccia questo tipo di problema. A me è successo di chiudere una relazione in maniera virtuale, ma perché ero all'estero, ma penso sia giusti in pochi casi”.

Davide, 28:” Scriversi non è come vedersi perché quando vedi la tua persona in faccia è difficile essere capaci a mentire. Lasciare per messaggio è lecito nel momento in cui tu hai paura dell'altra persona, casi ad esempio di stalking di ragazze di cui si sente parlare tutti i giorni. (...) ecco, in questi casi penso sia più importante tutelarsi che fare le cose fatte bene con l'altra persona, per evitare situazioni in cui l'altra persona non so, può diventare violenta”.

Delia, 24:” Vorrei comunque farlo dal vivo per metterci un punto definitivo, perché forse col telefono non riesci bene ad esprimerti e soprattutto a concluderla. Penso che sia giusto chiuderla per telefono solo se entrambi non la reputano una cosa molto importante, ma anche per problemi di distanza, se è appena iniziata ed è a distanza non ne vale la pena magari vedersi dal vivo, anche se per me è sempre meglio salutarsi dal vivo, semplicemente dire grazie, arrivederci, ma non va”.

Emilio, 26:” Penso però che una frequentazione di settimane o di un mese, con una persona che conosci poco ancora non hai quel coinvolgimento.. in quel caso magari posso capire la chiamata o in relazioni magari in caso di violenza o pericolo”.

Filippo, 22:” Una modalità precisa non te la so dire, so che non lo farei mai su un social, online, a meno che le circostanze non siano per forza quelle, magari la distanza o l'impossibilità di vedersi. Preferisco sempre il contatto, perché se sto

con una persona è perché provo rispetto per lei e questo significa che nel momento della rottura bisogna guardarsi negli occhi e dirlo”.

Giacomo, 26:” Si, ritengo necessario essere faccia a faccia, se proprio non è possibile perlomeno la videochiamata, almeno vedi in faccia l’altra persona e vedi se te lo sta comunicando in modalità apatica perché non glie ne frega niente o se ci sono in gioco anche le emozioni”.

Giorgia, 24:” Allora di default ti direi che io non apprezzerei che qualcuno mi mollasse soltanto per telefono, apprezzerei il confronto persona a persona, però oggettivamente sono anche dell’idea che non c’è una maniera universale per chiudere una relazione, quindi se c’è un’esigenza particolare che ne so, sta in Australia, la relazione può essere chiusa per via telematica.”

Leonardo, 23:” Io penso che sia giusto avere un confronto di persona, lasciarsi per telefono non mi piace molto come idea”.

Lorenzo, 23:” Se una relazione ha un certo peso, superato l’anno, non ritengo che sia giusto lasciare l’altra persona per messaggio. Se la relazione dura poco, non c’è ancora coinvolgimento profondo è già più legittimo lasciare per messaggio, non è la scelta migliore ma è legittimo”.

Michela, 25:” Se c’è tanta distanza, ma ti parlo proprio distanza di km e km, di paesi diversi, posso comprendere la rottura virtuale, ma due persone vicine no, non c’è giustificazione. È una questione proprio di mancanza di rispetto nei confronti dei sentimenti dell’altra persona. Devi guardarla negli occhi l’altra persona, non nasconderti dietro uno schermo, è sempre più facile parlare di determinate cose quando non hai di fronte l’altra persona, senza avere di mezzo anche il linguaggio non verbale, vedere magari la persona che si mette a piangere o lo sguardo dispiaciuto. È una scappatoia”.

Morena, 27:” Ah beh, sicuramente parlare dal vivo e non per messaggi. In generale, appunto, preferisco che avvenga dal vivo, ma è giustificabile anche per messaggi o chiamata, nel caso di relazioni a distanza è meglio chiuderla piuttosto

che continuare a tirarla avanti, una chiamata su Skype ad esempio, almeno vedere la faccia”.

Nadia, 24:” *Ritengo accettabile la chiusura tramite messaggi solamente se c’è distanza o se non c’è possibilità di vedersi e lo ritengo accettabile solamente se viene fatto in chiamata, preferibilmente in videochiamata”.*

Nicholas, 29:” *Ci sono casi invece come il mio in cui però diventa lecito chiudere tramite messaggi, quando ad esempio manca il rispetto, quando ti trovi un muro davanti, quando non riesci a parlare perché l’altra persona ti sovrasta con parole, aggressività e sei costretto a non esternare quello che pensi”.*

Roberta P., 23:” *Io se è una storia importante non lascerei per messaggio e se mi venisse fatto chiederei per piacere di trovare 5 minuti per vederci”.*

Roberta R., 23:” *Secondo me non è accettabile rompere per telefono, a parte che il telefono non può sostituire il confronto faccia a faccia, almeno finire la relazione dal vivo direi che è il minimo, anche perché dal vivo si capiscono molte cose, anche lo stato d’animo dell’altro. Ci si può lasciare per telefono se magari viviamo in due continenti diversi”.*

Viola, 25:” *Immagino però che se due persone sono dall’altra parte del mondo e non sempre ci si può vedere, magari alle volte la sofferenza diventa troppa e il conflitto crea troppo disagio quindi magari in quei casi si può preferire farlo per messaggio. L’importante è la chiarezza, riuscire comunque a lasciare un pezzo emotivo all’altra persona”.*

All’unanimità i partecipanti alle interviste hanno espresso parere contrario alla chiusura di una relazione via messaggi, ciò che emerge e che è importante evidenziare sono i casi in cui le persone ritengono lecito, invece, che avvenga.

Ciò che viene citato molto spesso è il caso della distanza, in quel caso l’impossibilità di vedersi può giustificare la chiusura della relazione via messaggi per alcune persone, altri invece sostengono che nonostante la distanza, la relazione debba almeno essere chiusa in chiamata o, ancor meglio, in videochiamata.

Emerge anche il discorso della comunicazione non verbale, considerata un aspetto fondamentale nella chiusura di una relazione e un grande assente, dunque, nel momento di chiusura via chat.

Viene portato alla nostra attenzione anche l'argomento della violenza, fisica o emotiva, in questi casi le persone intervistate sostengono che si possa chiudere una relazione via chat anche per proteggere la propria incolumità da persone di cui si ha paura.

L'ultima motivazione che è emersa è quella del poco coinvolgimento emotivo legato alla poca durata della frequentazione, anche in quei casi si ritiene accettabile porre fine alla stessa attraverso i messaggi.

La grande importanza conferita al mondo digitale durante le relazioni, come il postare contenuti di coppia considerato come gesto di amore, lo scambio di "sweet nothings" durante il giorno per dimostrare la presenza e l'interesse all'altro, scompare nel momento in cui si chiude una relazione; il mondo social e la messaggistica istantanea non sono uno strumento considerato idoneo dai partecipanti a questa ricerca per chiudere una relazione duratura.

Porre fine ad una relazione via chat viene considerato una scappatoia, una mancanza di coraggio nell'affrontare le emozioni che l'altro partner può presentare faccia a faccia. Emerge, quindi, l'importanza di guardarsi negli occhi e di affrontarle quelle emozioni, di prendersi il tempo necessario per spiegarsi e far spiegare, per non lasciare alcun dubbio insito nella testa dell'altro, ma solo chiarezza, prendersi cura di ciò che abbiamo amato anche nel momento della chiusura, anche se non si ama più, ma dedicare il tempo necessario affinché la fine, sebbene dolorosa, sia almeno rispettosa.

5.0 CONCLUSIONI

Questo lavoro di tesi nasce con l'obiettivo di cercare di comprendere quali siano le dinamiche di comunicazione digitale nelle relazioni in fase di rottura e post rottura. La ricerca effettuata è qualitativa, adotta quindi una metodologia che predilige l'approfondimento del dettaglio e dell'andare in profondità alla comprensione generale del contesto.

Ciò che è emerso è che ci sono diverse metodologie di comportamenti che vengono messi in atto in queste specifiche situazioni di rottura e ciò dipende da molteplici fattori, primo tra tutti le dinamiche di rottura e le motivazioni che hanno portato i soggetti ad arrivare a questa decisione.

I risultati portano con loro diverse considerazioni e diverse informazioni da elaborare; ricollegandoci alla traccia di intervista creata ed utilizzata per questa ricerca la prima variabile presa in considerazione è legata a chi ha preso la decisione di chiudere la relazione, vale a dire se la persona intervistata è stata parte attiva della decisione di portare a termine la relazione o se, al contrario, ha subito la decisione dell'altra persona. In nessuna delle risposte dei venti soggetti intervistati è emersa una dinamica di rottura avvenuta per volontà di entrambe le parti.

12 delle persone intervistate hanno lasciato il partner, 7 invece hanno subito la decisione del partner di concludere la relazione; in un solo caso la relazione si è conclusa da sé, senza avere una conversazione tra le due persone.

Molti dei soggetti intervistati hanno però portato alla luce il fenomeno del "tira e molla", processo in cui le persone prima di concludere e porre fine definitivamente alla relazione si lasciano tornando insieme un determinato numero di volte

Le motivazioni di rottura che sono emerse dalle interviste sono molteplici:

- Carenza o mancanza di sentimenti del partner verso la persona intervistata
- Carenza o mancanza di sentimenti della persona intervistata nei confronti del partner
- Discussioni frequenti e mancanze all'interno della coppia
- Diverse visioni di vita dei due partner

- Disparità emotiva tra i partner
- Paura di legarsi

La motivazione di rottura più frequente portata alla nostra attenzione dalle persone intervistate è legata alle frequenti discussioni e mancanze all'interno della coppia, dimostrando che un clima non disteso, ma bensì conflittuale e di assenza emozionale porta spesso al termine le relazioni.

In questo caso, quindi, tutto ciò trova riscontro nella teoria dell'investimento di Rusbult (1983), le persone si sentono insoddisfatte dalla relazione, dagli investimenti fatti in essa e in alcuni casi emerge anche il subentro di alternative alla relazione. Le aspettative che si hanno nei confronti del partner non vengono soddisfatte e ciò fa subentrare un senso di insoddisfazione generale che porta a un minor impegno da parte dei soggetti per far durare la relazione.

L'insoddisfazione si ricollega anche al fatto di notare la qualità delle alternative al di fuori della relazione, di fatti viene citato nelle interviste un avvicinamento a soggetti esterni alla relazione nel momento in cui la relazione stessa non è più stimolante e appagante, in quanto questa sensazione rende le possibilità esterne alla relazione più allettanti di come si veda il partner.

Analizzando ciò che emerge da alcune interviste possiamo ricollegarci al concetto di amore liquido di Bauman (2003) estrapolando i concetti di individualismo, nel momento in cui uno dei partner conclude la relazione per potersi godere la vita e avere nuove esperienze, ma anche il concetto di paura legato al proiettarsi in relazioni longeve che vincolano in maniera eccessiva alla persona che si sta conoscendo.

Dopo aver, dunque, compreso le modalità e le motivazioni di rottura, ciò su cui si è indagato è stato l'utilizzo del telefono all'interno della relazione e post rottura, cercando di comprendere se la comunicazione digitale durante la relazione fosse continua, se i due partner avessero le posizioni condivise, come essi si comportavano relativamente alla propria relazione sui social e quali sono stati i cambiamenti post rottura nella comunicazione.

Ciò che è emerso è che per 17 intervistati su 20 la comunicazione sulle applicazioni di messaggistica istantanea era continua durante la relazione, dimostrando come la comunicazione digitale abbia al giorno d'oggi un importante ruolo nelle coppie.

I 3 casi che hanno dichiarato che la comunicazione non fosse continua legano però questo fatto al molto tempo passato insieme o comunque a messaggi, anche se distanziati da un intervallo di tempo maggiore, scambiati durante tutta la giornata.

Tutto ciò ci permette di effettuare una riflessione sulla tipologia di relazioni che sono presenti al giorno d'oggi, ricollegandoci al termine coniato nel 1956 da Horton e Wogl: "relazioni para sociali", certamente le relazioni al giorno d'oggi non sono vissute esclusivamente in maniera mediata, ma sicuramente emerge l'importanza e il ruolo preponderante che il telefono ha guadagnato nelle relazioni interpersonali.

Il concetto degli "sweet nothings", ad esempio, è una pratica utilizzata continuamente dalle persone in una relazione, possono sembrare a primo impatto messaggi senza senso, ma hanno invece un ruolo fondamentale per la funzione fatica della conversazione, vale a dire mantenere e controllare il contatto tra mittente e destinatario.

I soggetti, mantenendo un continuo aggiornamento via chat, accorciano i tempi e non devono più attendere di vedersi per raccontarsi ciò che capita, ma come emerso nelle interviste ciò genera anche situazioni in cui le risposte non arrivano con i tempi desiderati e questo genera sofferenza e crea dubbi legati alla relazione e al proprio partner.

Le posizioni condivise non sono invece diffuse, nessuna delle persone intervistate ha raccontato di averle avute con il proprio ex partner, legando l'argomento al discorso della fiducia. Solo in un caso la posizione condivisa veniva chiesta come dimostrazione nel momento in cui l'ex partner non si fidava di ciò che veniva detto.

È stato poi indagato come venivano utilizzati i social network in relazione alla coppia; ciò che emerge indagando su questo argomento è che molti dei soggetti intervistati non sono felici del comportamento che il proprio ex partner metteva in atto sui social, 7 persone sostengono di aver pubblicato molti più contenuti del partner mentre 4 sostengono che il partner pubblicava molto più di loro. 7 dei soggetti sostengono che i contenuti venivano pubblicati in maniera equa e 3 che non sono mai stati pubblicati contenuti di coppia.

Ciò fa emergere l'importante ruolo che i social hanno al giorno d'oggi, anche nelle dinamiche di coppia, in quanto un atteggiamento che si discosta da ciò che si auspica può creare tristezza o scontentezza nel partner. I casi in cui non si pubblicava o in cui si pubblicava poco erano legati a relazioni che si sono fermate ad uno stadio iniziale, senza raggiungere uno step successivo, o a relazioni che dovevano rimanere segrete.

Le attività effettuate sui social hanno quindi una forte importanza, in quanto come scritto nella letteratura presente pubblicare contenuti di coppia può generare benefici all'interno della stessa, ma quando le aspettative non vengono invece rispettate viene a galla anche una sorta di compatibilità che le persone vorrebbero con il proprio partner sulle modalità di gestione della propria relazione negli spazi online.

I cambiamenti comunicativi post rottura sono diversi, in alcuni casi la conversazione è continuata con messaggi sporadici per un determinato periodo, in altri la conversazione si è immediatamente interrotta con la rottura, è stato evidenziato anche in alcune situazioni un frequente contatto da parte dell'ex partner e in altri casi frequenti contatti da parte della persona intervistata.

Si è indagato, poi, il comportamento che le persone intervistate hanno tenuto sulle proprie pagine social post rottura. 7 soggetti sostengono di aver aumentato la loro attività sui social dopo la fine della relazione, in alcuni casi per cercare conforto e dimostrare di star male, in altri per un senso di rivalsa verso l'ex partner. 13 soggetti hanno, invece, mantenuto il medesimo comportamento che avevano durante la relazione anche dopo la rottura.

Per quanto riguarda invece i cambiamenti effettuati sulle proprie pagine social, 12 persone hanno dichiarato di aver effettuato modifiche legate alla cancellazione di contenuti postati con l'ex partner, rimozione di follow a persone legate all'ex partner, rimozione dell'ex partner dagli amici stretti, rimozione del follow all'ex partner, nascondere le storie all'ex partner, bloccarlo, silenziare le storie dell'ex partner e dei suoi amici.

Analizzando, quindi, i comportamenti attivi di cambiamento, quindi aumento di frequenza di pubblicazione e cambiamenti nella propria pagina social, solamente 3 soggetti in totale non hanno avuto nessun tipo di comportamento post rottura,

dimostrando anche in questo caso come i social abbiano un importante ruolo anche nelle dinamiche post rottura.

12 dei soggetti intervistati rimarrebbero curiosi della vita del proprio ex partner post rottura, prendendo con interesse un eventuale riferimento o aggiornamento sulla sua vita dopo che la relazione si è conclusa.

È stato indagato in seguito il comportamento che le persone intervistate hanno tenuto nei confronti del profilo dell'ex partner, per comprendere se è aumentato il controllo della pagina stessa o se, al contrario, è diminuito.

10 degli intervistati hanno dichiarato che il controllo sia aumentato, 6 di questi soggetti sono persone che hanno subito la chiusura della relazione, quindi che sono state lasciate. Le azioni di controllo emerse sono:

- osservare un eventuale aumento dell'attività dell'ex partner sui social
- controllare eventuale aumento di follower e following
- controllare profili di persone collegate per vedere se l'ex partner mettesse like o se la persona in questione pubblicasse contenuti riguardanti il proprio ex partner.

Ciò che emerge dall'analisi di questa variabile è che l'aumento del controllo è spesso correlato all'essere lasciati, mentre la diminuzione è collegata all'essere parte attiva della rottura, quindi lasciare.

In alcuni casi post rottura anche insicurezze e dubbi che si avevano prima della fine della relazione si ingrandiscono, vengono dunque controllati anche i profili e le attività sugli stessi di persone di cui ci si preoccupava per cercare di trovare contenuti collegati a quelli dell'ex partner.

I social network hanno, dunque un forte potere di collegare le persone tra loro, ma in casistiche come quelle delle rotture relazionali danno un continuo accesso a contenuti e informazioni dell'ex partner e ciò in alcuni casi può scaturire in dinamiche simili a quelle dello stalking.

È stato, poi, indagato il comportamento che i soggetti intervistati hanno avuto nei confronti delle digital possessions per comprendere il legame che si ha con i ricordi digitali.

5 soggetti dichiarano di aver eliminato tutto o per rabbia o per proteggersi dal dolore che i contenuti in questione potevano recare. 15 sono invece le persone che sostengono di aver mantenuto la maggior parte dei ricordi, dimostrando un forte legame con essi e facendo emergere anche quanto essi siano importanti e preziosi. 12 dei soggetti in questione non pensano di cancellarli in un futuro.

Tutto ciò fa emergere l'importanza che i ricordi hanno, nonostante siano digitali spesso vengono equiparati agli oggetti materiali. Le persone sono legate ad essi e li considerano una parte importante che nel bene o nel male hanno fatto parte della loro vita.

Come sostenuto da Leaver (2017) il legame che si ha con le digital possessions, che siano esse fotografie o qualsiasi tipo di contenuto multimediale è molto forte; dividersi da essi è molto complesso in quanto le implicazioni emotive che portano con loro è pari a quelle che hanno gli oggetti materiali.

Infine, è stata indagata l'opinione che le persone intervistate hanno sulle modalità in cui le relazioni possono essere chiuse, ciò che emerge è una forte critica al “fulmine a ciel sereno”, le persone preferiscono avere coscienza di ciò che sta accadendo nella relazione, in quanto si dà per scontato che la rottura sia un processo e che sia inconcepibile che qualcuno si svegli la mattina e lasci senza aver effettuato nessun tipo di ragionamento nel tempo. Emergono anche critiche al fenomeno del ghosting e viene portato alla nostra attenzione anche il concetto di salute mentale legato alle chiusure relazionali.

Si sostiene dunque che la comunicazione sia cruciale nelle relazioni e nei momenti in cui esse sono in crisi ed è fortemente condiviso il pensiero che la chiusura debba avere una degna fine e che quindi debba avvenire di persona, per non perdere tutti quegli aspetti di comunicazione non verbale e per non avere un comportamento di fuga dalle proprie responsabilità.

La chiusura via social viene accettata solo quando le relazioni hanno poco valore o quando si presenta una situazione di grave distanza geografica tra i due partner. Nel momento della rottura, dunque, il mondo telematico perde l'importanza che gli è stata

concessa in tutte le altre situazioni e viene considerata un'opzione solo in determinate casistiche.

Questo lavoro di tesi non è estendibile a tutta la popolazione, i risultati non sono, quindi, statisticamente significativi in quanto il campione comprendeva un totale di 20 soggetti. Apporta però un'aggiunta alla letteratura presente in quanto non sono state effettuate ricerche di questo genere sulla popolazione italiana come in questo caso.

Si potrebbe, dunque, proseguire la ricerca in numerose modalità diverse tra loro, che porterebbero una significativa aggiunta di completezza al fenomeno analizzato. Sarebbe interessante ampliare la numerosità del campione, dividere e comparare in più fasce d'età per comprendere se ci sono differenze legate a questa variabile o si potrebbe utilizzare come variabile anche l'orientamento sessuale.

Il lavoro svolto può essere quindi un punto di partenza per una comprensione approfondita del ruolo che la comunicazione digitale ha nelle relazioni interpersonali, ma apre anche le strade a future ricerche che facciano comprendere in maniera ancor più approfondita il cruciale ruolo che i social media e le applicazioni di messaggistica istantanea hanno sia nel permettere nuove forme di connessione ma anche creando nuove forme di distacco.

BIBLIOGRAFIA

Bargh, J. A., McKenna, K. Y. A., & Fitzsimons, G. M. (2002). "Can you see the real me? Activation and expression of the 'true self' on the internet." *Journal of Social Issues*, 58(1), 33-48.

Bauman, Z. (2003). *Amore liquido: Sulla fragilità dei legami affettivi*. Laterza

Baxter, L. A. (1984). "Trajectories of Relationship Disengagement." *Journal of Social and Personal Relationships*, 1(1), 29-48.

Baym, N. K., Zhang, Y. B., & Lin, M.-C. (2004). Social interactions across media: Interpersonal communication on the internet, telephone and face-to-face. *New Media & Society*, 6(3), 299–318
Wright e Webb 2011 computer mediated communication

Baym, Zhang, Lin, 2004, Social Interactions Across Media: Interpersonal Communication on the Internet, Telephone and Face-to-Face

Belk, R. W. (2013). "Extended Self in a Digital World." *Journal of Consumer Research*, 40(3), 477-500.

Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism: Perspective and methods*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
Kauffman 2007

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss, Sadness and Depression*. Basic Books.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*. Basic Books.

Brubaker, J. R., Hayes, G. R., & Dourish, P. (2013). "Beyond the Grave: Facebook as a Site for the Expansion of Death and Mourning." *The Information Society*, 29(3), 152-163.

Cardano, M. (2011). *La ricerca qualitativa*. Il Mulino.

Castells, M. (1996). *The rise of the network society*. Oxford: Blackwell Publishers Ltd.
Castells 2000

Castells, M. (2010) *The Information Age: Economy, Society, and Culture*. Malden, MA: Wiley-Blackwell.

- Collins WA, Welsh DP, Furman W. Adolescent romantic relationships. *Annu Rev Psychol.* 2009;60:631-52. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163459. PMID: 19035830.
- Duck, S. (1982). "A Topography of Relationship Disengagement and Dissolution." In S. Duck (Ed.), *Personal Relationships 4: Dissolving Personal Relationships* (pp. 1-30). Academic Press.
- Duguay, S. (2016). "He has a way gayer Facebook than I do": Investigating sexual identity disclosure and context collapse on a social networking site. *New Media & Society*, 18(6), 891-907. <https://doi.org/10.1177/1461444814549930>Gibbs ellison lai 2011
- Eastwick, P. W., Finkel, E. J., Mochon, D., & Ariely, D. (2007). Selective Versus Unselective Romantic Desire: Not All Reciprocity Is Created Equal. *Psychological Science*, 18(4), 317-319.
- Ellison, N., Heino, R., & Gibbs, J. (2006). Managing Impressions Online: Self-Presentation Processes in the Online Dating Environment. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11(2), 415-441.
- Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). "Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction." *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(11), 631-635.
- Emery, L. F., Muise, A., Dix, E. L., & Le, B. (2014). Can You Tell That I'm in a Relationship? Attachment and Relationship Visibility on Facebook. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40(11), 1466-1479.
- Feeney, B. C. (2005). "Adult romantic attachment and couple relationships." In M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal Cognition*, 373-399.
- Felmlee, D. H. (2001). "No Couple Is an Island: A Social Network Perspective on Dyadic Stability." *Social Forces*, 79(4), 1259-1287.
- Fox J, Warber KM. Romantic relationship development in the age of Facebook: an exploratory study of emerging adults' perceptions, motives, and behaviors. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 2013 Jan;16(1):3-7.

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). "Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions." *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.

Frampton, J. R., & Fox, J. (2018). Social Media's Role in Romantic Partners' Retroactive Jealousy: Social Comparison, Uncertainty, and Information Seeking. *Social media + Society*, 4(3).

Goffman, E. (1963). *Stigma. Notes on the Management of Spoiled Identity*. London: Penguin Books. Licoppe 2004

Goldberg, S., Yeshua-Katz, D., & Marciano, A. (2022). Online construction of romantic relationships on social media. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1839–1862.

Goldberg, S., Yeshua-Katz, D., & Marciano, A. (2022). Online construction of romantic relationships on social media. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1839-1862.

Gorden, R. L. (1975). *Interviewing: strategy, techniques, and tactics* (Rev. ed). Dorsey Press. della Porta, Donatella (ed.), *Methodological Practices in Social Movement Research* (Oxford, 2014; online edn, Oxford Academic, 23 Oct. 2014),

Gottman, J. M. (1994). "What Predicts Divorce? The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes." *Lawrence Erlbaum Associates*.

Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). "The Timing of Divorce: Predicting When a Couple Will Divorce Over a 14-Year Period." *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737-745.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and the Family*, 62(3), 737–745

- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). "The Seven Principles for Making Marriage Work." *Crown Publishers*.
- Harris, A. L., & others. (2012). "Teen sexting: Implications for schools." *School Psychology Forum*, 6(1), 1-13.
- Heath, C., & Luff, P. (1992). Media space and communicative asymmetries: Preliminary observations of video-mediated interaction. *Human-Computer Interaction*, 7(3), 315–346. Aoki 2007
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319–340.
- Horton, D., & Wohl, R. R. (1956). Mass communication and para-social interaction. *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes*, 19, 215–229. Broadbent 2009
- Illouz, E. (2007). *Cold intimacies: The making of emotional capitalism*. Polity Press.
- Jakobson, R. (1960). Linguistics and Poetics. In T. Sebeok (Ed.), *Style in Language* (pp. 350-377). Cambridge: Massachusetts Institute of Technology Press.
- Kiecolt-Glaser JK, Glaser R, Shuttlesworth EC, Dyer CS, Ogrocki P, Speicher CE. Chronic stress and immunity in family caregivers of Alzheimer's disease victims. *Psychosom Med*. 1987 Sep-Oct;49(5):523-35. Davis et al 2003
- Knapp, Mark & Vangelisti, Anita & Caughlin, John (2014). *Interpersonal Communication and Human Relationships*.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukhopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017–1031
- Leaver, T. (2017). "Intimate Surveillance: Normalizing Paranoia and Distributed Cognition in Digital Memory Work." *Social Media + Society*, 3(1), 2056305117701141.
- Ling, D. and Naranjo, A. (1997) Economic Risk Factors and Commercial Real Estate Returns. *Journal of Real Estate Finance and Economics*, 14, 283-307.

- Malinowski, B. (1923). The Problem of Meaning in Primitive Languages. In C. K. Ogden, & I. A. Richards (Eds.), *The Meaning of Meaning* (pp. 296-336). London: K. Paul, Trend, Trubner.
- Martin, G., Miller, D., & Slater, D. (2000). The Internet: An Ethnographic Approach. *Economic Geography*, 78, 100. Castells 2023
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. Guilford Press.
- Miller, D., Sinanan, J., Wang, X., et al. (2016). "How the World Changed Social Media." *UCL Press*.
- Muise, A., Christofides, E., & Desmarais, S. (2014). "More information than you ever wanted: Does Facebook bring out the green-eyed monster of jealousy?" *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 12(4), 441-444.
- Petric, G. (2015). "Digital Possessions and Social Surveillance: A Study of Everyday Life in the Context of Digital Technologies." *Information, Communication & Society*, 18(2), 120-136.
- Pew Research Center, May 2020, "Dating and Relationships in the Digital Age" Boyd 2010
- Pietromonaco, P. R., DeBuse, C. J., & Powers, S. I. (2004). "Attachment and health-related physiological stress processes." *Current Directions in Psychological Science*, 13(2), 71-74.
- Reed, L. A., Tolman, R. M., & Ward, L. M. (2016). "Gender matters: Experiences and consequences of digital dating abuse victimization in adolescent dating relationships." *Journal of Adolescence*, 55, 100-110.
- Review article: Hoping they'll stand still long enough to study them: Cell phone users and their phones: Larissa Hjorth, *Mobile Media in the Asia-Pacific: Gender and the Art of Being Mobile*. London: Routledge, 2008. 320 pp.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy; its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.

- Rollie, S. S., & Duck, S. (2006). "Divorce and Dissolution of Romantic Relationships: Stage Models and Their Limitations." In M. A. Fine & J. H. Harvey (Eds.), *Handbook of Divorce and Relationship Dissolution* (pp. 223-240). Psychology Press.
- Rusbult, C. E. (1983). "A Longitudinal Test of the Investment Model: The Development (and Deterioration) of Satisfaction and Commitment in Heterosexual Involvements." *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101–117
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. (1998). *Investment Model Scale*
- Sbarra, D. A., & Emery, R. E. (2005). The emotional sequelae of nonmarital relationship dissolution: Analysis of change and intraindividual variability over time. *Personal Relationships*, 12(2), 213–232.
- Schwartz, S. H. (2011). Values: Individual and cultural. In F. J. R. van de Vijver (Eds.), A. Chasiotis, & S. M. Breugelmans, *Fundamental questions in cross-cultural psychology* (pp. 463-493)
- Simpson, J. A. (1990). "Influence of attachment styles on romantic relationships." *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980.
- Spitzberg, B. H., & Hoobler, G. (2002). Cyberstalking and the technologies of interpersonal terrorism. *New Media & Society*, 4(1), 71–92.
- Su, H. (2016). Constant connection as the media condition of love: where bonds become bondage. *Media, Culture & Society*, 38(2), 232-247.
- Tay, E., & Allen, M. (2011). Designing social media into university learning: technology of collaboration or collaboration for technology? *Educational Media International*, 48(3), 151–163.
- Tokunaga, R. S. (2011). "Social networking site use and perceptions of online social support: A social capital perspective." *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(3), 137-142.

Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

Walters, R., Lukas, C., & Furey, M. (2019). "Managing Digital Possessions in Romantic Relationships: Privacy, Autonomy, and Control." *Journal of Computer-Mediated Communication*, 24(4), 192-210.

Walther, J. B. (1996). Computer-mediated communication: Impersonal, interpersonal, and hyperpersonal interaction. *Communication Research*, 23(1), 3–43. Joinson 2003

Walther, J. B. (2007). Selective self-presentation in computer-mediated communication: Hyperpersonal dimensions of technology, language, and cognition. *Computers in Human Behavior*, 23(5), 2538–2557. Hergittaj e Hsieh 2010

WALTHER, J. B., SLOVACEK, C. L., & TIDWELL, L. C. (2001). Is a Picture Worth a Thousand Words?: Photographic Images in Long-Term and Short-Term Computer-Mediated Communication. *Communication Research*, 28(1), 105-134.

Wellman, B., & Haythornthwaite, C. (2002). The Internet in everyday life. *Contemporary Sociology*, 32, 728.

Whitty, M. T. (2007). The art of selling one's 'self' on an online dating site: The BAR approach. In *Online Matchmaking* (pp. 57-69). Palgrave Macmillan.

William Odom, John Zimmerman, and Jodi Forlizzi. 2011. Teenagers and their virtual possessions: design opportunities and issues. In Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '11). Association for Computing Machinery, New York, NY, USA, 1491–1500.

APPENDICE

Traccia d'intervista

Icebreaker

Io sono Andrei, sono uno studente del corso di laurea in Strategie di comunicazione e sto svolgendo una tesi volta ad indagare le dinamiche di comunicazione digitale nelle relazioni in fase di rottura, intanto grazie per darmi una mano per questo progetto, lo apprezzo davvero molto.

Comprendo che le cose di cui parleremo possono essere in qualche modo triggeranti, per questo motivo in qualsiasi momento tu ti senta di non voler rispondere a una delle mie domande potrai assolutamente farlo, allo stesso modo se hai bisogno di qualche minuto di pausa o se vorrai interrompere l'intervista sei liberissim* di farlo.

Iniziamo con una tua breve presentazione per rompere il ghiaccio?

Domande

Pensando alla tua ultima relazione terminata

1) Parlami un po' della tua ultima relazione

- a) Come vi siete conosciuti?
- b) Come andava la relazione?
- c) Differenze tra i primi tempi e gli ultimi?
- d) Quanto tempo è durata?

2) Come è avvenuta la rottura e perché?

- a) È stata una tua decisione, della persona con cui stavi o è stata una decisione presa di comune accordo?
- b) In presenza o tramite social o messaggi?

3) Prima della rottura come utilizzavate il telefono all'interno della relazione?

- a) La comunicazione era continua?
- b) Avevate le posizioni condivise?
- c) Nei social condividevate spesso foto o video di coppia?

4) Come è cambiato tutto ciò con la rottura?

- 5) Come ti sei comportat* sui tuoi profili social nello specifico durante la rottura e nelle settimane successive?**
- a) Hai ad esempio rimosso follower, nascosto contenuti, o effettuato cambiamenti sulla tua pagina personale come cancellare post o storie?
 - b) Sui diversi social hai fatto qualcosa di diverso?
- Se un tuo amic* ti raccontasse di cosa ha visto sui social del tu ex partner come reagiresti?
- 6) Le interazioni con il profilo del tu* ex partner, invece, sono cambiate in qualche modo rispetto a quello che avveniva prima della rottura?**
- a) Hai magari notato di voler controllare il profilo dell'ex partner in maniera più frequente o al contrario hai silenziato storie e post della persona in questione?
- 7) Come ti comporti in merito ai ricordi legati alla tua ultima storia che compaiono sui social o nel tuo cellulare?**
- a) Quali sono i materiali che mantieni e quali cancelli?
 - b) Se li mantieni per quanto tempo?
 - c) C'è una differenza tra galleria e social?
- 8) Secondo te ci sono modalità giuste o sbagliate per chiudere una relazione? Come pensi che dovrebbe avvenire una rottura?**
- a) Ritieni accettabile anche la chiusura di una relazione per messaggio? Quando si parla di una frequentazione breve?
- 9) Vuoi aggiungere qualcosa?**

Hai qualcosa da aggiungere?

Qui di seguito verranno riportate le risposte che le persone intervistate hanno dato nel momento di conclusione dell'intervista, in cui chiedevo se avessero qualcosa da aggiungere.

Alex, 28:” Non so, io visto che ne ho affrontate un paio (di rotture) negli ultimi mesi, sembra che capiti proprio a puntino. Non è giusto farsi influenzare la vita perché una persona non c'è più, è giusto prendersi del tempo, insomma, di cui uno necessita per metabolizzare e capire quello che succede, però essere lucidi e non fare, adesso esco con un'altra solo per riempire quel vuoto. Cercare di prendersi un po' di tempo per un domani in cui sarai tranquillo e uscito da quello che hai passato. È fondamentale, sennò se ognuno di noi sfoga le sue frustrazioni amorose su un'altra persona andiamo a finire solo nel peggio.”

Alice, 24:” Sì, beh credo che comunque il fatto che c'è il telefono, comunque i social siano un.. uno scudo per cui ormai tante persone si nascondono. Si nascondono dietro appunto questo schermo perché non hanno il coraggio di affrontare l'argomento di persona ed è questo molto triste perché.. cioè uno dovrebbe sempre avere la possibilità di guardare l'altro negli occhi mentre si parla di una questione di questo tipo”.

Andrea, 25:” Io ho sbagliato nella relazione perché io anni prima mi sentivo già dentro una routine, sapevo di essere dentro una routine e di non volerci restare, però per una cosa o un'altra sono sempre andato avanti. Non voglio più che succeda che mi sento in una prigione d'abitudine

Asja, 23:” Ah boh, che di solito si tende a pubblicare molto di più quando.. quando si ci si lascia soprattutto le storie, perché alla fine sono molto più spicce. Tante volte si nota anche da persone esterne che ad esempio un ragazzo si è lasciato perché si è fatto il profilo social, non ce l'ha avuto per tutta la relazione, poi appena si è lasciato se l'è fatto”.

Davide, 28:” Allora io credo che i social facciano molto bene sotto alcune cose, ma sotto altre credo che facciano non ti dico male ma sotto certi punti di vista sì. Non so una volta quando facevo i primi giretti così la gelosia era un sentimento.. un qualcosa di vero, ad oggi la gelosia si lega al fatto una storia con un altro e dici ma perché non mi hai invitato? È già da lì allora inizia la gelosia, ma in questo di tutti i tipi di relazione. Quindi ogni tanto credo che sia anche molto bello staccarsi da questo tipo di cose, no? Sì, poi in generale non sono non sono fan dei social, per cui per me si potrebbero tranquillamente togliere. È secondo me uno dei motivi per cui si fa molto più fatica in generale ad avere relazioni che siano vere, relazioni per cui ci si metta se stesso e soprattutto perché ci sia chi ha paura di impegnarsi. Sono tutte molto così leggere, no? La maggior parte delle relazioni. Questo, secondo me, è un è un gran peccato”.

Delia, 24:” forse un consiglio che darei a me stessa del passato, di non controllare troppo perché non è una cosa che diciamo può portare niente di positivo, anzi e quindi in generale il controllo magari sarebbe da gestire in modo diverso, però ovviamente la persona, soprattutto quando la cosa è fresca, non riesce bene a razionalizzarla”.

Emilio, 26:” Ma semplicemente certe volte sento dire alle persone, quando magari hai una rottura, una perdita, in genere di una persona importante, certe volte si sente dire da amici, da chi ti sta vicino Sì, tranquillo, passerà, ti renderà più forte... Cose del genere che ho passato mi hanno più che farmi diventare forte, mi hanno causato traumi.. non so, dicono ti rende più forte ma in realtà forse ti rende più debole e poi ci devi lavorare a distanza di anni”.

Filippo, 22:” Un appello a tutti quelli che rompono le relazioni per messaggio quando non devono, non fatelo perché non è rispettoso, è immaturo e cioè non c'è proprio senso, quindi se stai con una persona è perché hai rispetto per quella persona. E devi continuare a portare rispetto fino alla fine”.

Giacomo, 27:” Sì che in realtà, secondo me forse sarebbe.. cioè come relazione che ti ho raccontato, quest'ultima magari meno esemplificativa per alcune cose che mi hai chiesto rispetto a quella precedente. Quella precedente era una relazione a distanza Padova, Genova e c'ha avuto una gestione diversa, perché ad esempio quando mi chiedevi, hai controllato di più i social o meno? Nel momento in cui sono stato lasciato eccetera, quella è stata, credo, la rottura che mi ha fatto più m perché era un fulmine a ciel sereno totale. Io ero cotto a puntino, quindi è stato proprio anche un doppio, una doppia pugnalata, mettiamola così. E lì, sapendo che mi aveva lasciato perché c'era un'altra persona essenzialmente che era tornata nella sua vita e quindi ha detto eh, ciao, arrangiati e mi sono messo più a controllare. Tendevo a controllare se fosse online, se avesse messo delle storie e cioè poi magari metteva le storie che nella maniera in cui le vedevo chiaramente per me alludevano all'altro tizio, guarda che adesso sono libera e queste cose qua, quindi questa cosa c'è stata del controllare un po' di più”.

Leonardo, 23:” Forse una cosa, c'è una cosa che io ritengo importante, diciamo mantenere la propria vita privata, va bene postare ecc però nei giusti limiti, non deve essere una cosa che ci scappi di mano, perché io ritengo molto importante la mia vita privata , poi certo non parlo delle foto che condivido con la mia ragazza, parlo di cose di cui ci si può pentire e dopo non puoi cancellare”.

Lorenzo, 23:” Beh, un consiglio spassionato è di non aver paura di lasciarsi quando ci si sente di farlo. È un consiglio che darei a me stesso del passato, perché è una cosa su cui ho peccato effettivamente. La voglia di avere qualcuno non deve superare il senso di non stare bene con quella persona, non deve superare la paura della solitudine. Poi se è possibile tenere buoni rapporti successivamente bene, ma non sempre funziona.”

Michela, 25:” Ma l'unica cosa che posso dirti è che secondo me, dopo la rottura ho notato su tutti i fronti, in ogni ambito delle rotture che c'ho avuto, ma anche e soprattutto in questa che c'è stata una profonda incoerenza, perché a me

aveva dato come motivazione il fatto di dover un po' ritrovare se stesso e quindi di prendersi del tempo per sé, per pensare tutto il resto... Invece ho notato che semplicemente l'unica cosa che ha fatto è stata seguire a 200 ragazze. E quindi? Di rifare quello che da fidanzato non poteva fare e che io gli avevo impedito di, tra virgolette, impedito di fare per una questione di rispetto”.

Nicholas, 29:” Ma semplicemente, sembrerà un luogo comune ma sarebbe sempre meglio riavvicinarsi di più alla materia fisica del proprio corpo. Ma in tutto, in qualsiasi cosa, anche le discussioni minime all'interno di un'amicizia, di una relazione di qualsiasi cosa quando parli dal vivo riesci anche a dire una cosa magari più tosta, cruda, dura, magari mettendo la mano sulla spalla oppure se il partner abbracciando”.

Roberta P, 23:” Allora io personalmente, da persona che ha vissuto delle rotture abbastanza importanti per me, per la mia crescita, delle volte io ci ho pensato quanto sarebbe bello essere, non so come i nostri genitori che si lasciavano e poi o se ti incontravano in giro, bene, sennò non lo so. Riconosco che soprattutto quando ero più giovane per me sono stati veramente uno strumento di auto sofferenza, mi rendo conto che se avessi smesso di guardare prima le cose sui social mi sarei risparmiata tanta sofferenza. Spero in futuro di non usarli più come mezzo se dovesse mai succedere, però ecco, ormai sono parte di noi ed è inevitabile, bisogna avere la maturità di usare il tutto con coscienza”.

Roberta R., 23:” L'unica cosa è che secondo me, per creare un rapporto vero bisogna passare il tempo di qualità con la persona. E dal vivo però, cioè quindi mettere diciamo in secondo piano i social perché a volte possono creare anche incomprensioni, che ne so, magari per messaggio si capisce una cosa piuttosto che un'altra. Secondo me allontana un po' e le emozioni non passano tanto via telefono, magari non so come ti senti tu, non capisco il tuo stato d'animo.. per me è fondamentale un riscontro dal vivo”.

Viola, 25:” Nella mia esperienza il digitale un po' ha reso tutto più difficile durante la rottura, il fatto che vivessi in un'altra città.. ma con i social network c'era la possibilità di sapere se tornavo, mi ha messo in difficoltà tante volte perché magari volevo fare una cosa che rimaneva solo per me e diventava invece motivo di rabbia per l'altra persona”.