



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

Corso di Laurea Magistrale in Psicologia dello Sviluppo e dell'educazione

Tesi di Laurea Magistrale

RELAZIONE TRA USO DEI SOCIAL MEDIA E QUALITÀ DELLE RELAZIONI TRA PARI.

Relationship between Social Media use and Quality of Peer Relations.

Relatore:

Prof. Gianluca Gini

Relatrice esterna:

Dott.ssa Federica Angelini

Laureanda: Arianna Piccoli

Matricola: 2050550

Anno Accademico 2022/2023

INDICE

INTRODUZIONE	5
CAPITOLO 1: L'IMPORTANZA DELLE RELAZIONI TRA PARI IN ADOLESCENZA.....	6
1.1. L'Adolescenza: definizioni e caratteristiche generali.....	6
1.2. L'amicizia tra gli adolescenti.....	9
CAPITOLO 2: L'INFLUENZA DEI SOCIAL MEDIA NELLE RELAZIONI TRA PARI	15
2.1. Le nuove tecnologie: il Web e i social media	15
2.2. L'influenza dei social media sulle qualità delle relazioni d'amicizia	19
2.3. Il supporto sociale online.....	22
2.4. La competenza sociale.....	23
2.5. La frequenza di utilizzo dei social media.....	25
2.6. La pressione sociale percepita sui social media.....	26
CAPITOLO 3: LA RICERCA	28
3.1. Introduzione allo studio	28
3.2. Obiettivi e domande di ricerca.....	30
3.3. Metodo	32
3.3.1. Partecipanti	32
3.3.2. Procedura.....	33
3.3.3. Strumenti	34
3.4. Risultati	40
3.4.1. Analisi descrittive delle variabili di interesse	40
3.4.2. Analisi di correlazione tra le variabili di interesse.....	42
3.4.3. Analisi di regressione relativa alle qualità delle relazioni amicali... ..	44
CAPITOLO 4: DISCUSSIONE E CONCLUSIONI	46
4.1. Discussione	46
4.2. Possibilità di intervento	50
4.3. Conclusioni	51
BIBLIOGRAFIA.....	53

INTRODUZIONE

Al giorno d'oggi i giovani adolescenti ricercano sempre modalità nuove per interagire e comunicare quotidianamente fra di loro. Una di queste modalità maggiormente diffuse, soprattutto dopo il Covid-19, si rispecchia nei social media. “Nell'ultimo decennio si è assistito a un crescente interesse nella comprensione del ruolo svolto dai social media nelle esperienze adolescenziali, comprese le relazioni di amicizia” (Angelini et al., 2022).

Gli adolescenti usano i social per divertirsi, per poter entrare in contatto con una rete di persone più ampia, per costruirsi una propria identità e creare e mantenere legami sociali. In particolare, l'utilizzo di queste piattaforme, e le loro caratteristiche, giocano un ruolo centrale nell'influenzare le dinamiche che si formano nei rapporti tra pari, talvolta, condizionando positivamente o negativamente le qualità delle relazioni stesse. Parker e Asher (1993) hanno proposto sei caratteristiche importanti delle amicizie: intimità, convalida, compagnia, supporto strumentale, conflitto e risoluzione dei conflitti.

Nonostante i numerosi studi presenti nella letteratura attuale relativi all'influenza dei social sui rapporti tra pari, il seguente studio propone alcune novità nell'analisi di specifici fattori. Sono state considerate, infatti, solo alcune delle qualità che caratterizzano le amicizie tra adolescenti, per mostrare ancor più nel dettaglio come i social sia diventati degli strumenti ampiamente condizionanti.

La ricerca ha coinvolto 301 studenti di un Liceo Statale in provincia di Treviso, ai quali è stato somministrato un questionario volto ad indagare l'utilizzo dei social media da parte degli adolescenti e le relazioni di amicizia che si creano fra di loro.

Per analizzare i dati raccolti e investigare le associazioni tra le variabili di interesse, è stato utilizzato un modello di regressione multipla. I risultati ottenuti confermano solo alcune delle ipotesi di ricerca iniziali suggerendo, quindi, un'effettiva necessità di ampliare la letteratura in merito all'influenza delle caratteristiche specifiche dei social sulle qualità delle relazioni amicali.

CAPITOLO 1

L'IMPORTANZA DELLE RELAZIONI TRA PARI NELL'ADOLESCENZA

1.1 L'adolescenza: definizioni e caratteristiche generali

Secondo l'American Psychological Association (APA), l'adolescenza è quel periodo della vita che va dai 10 ai 18 anni d'età, in cui “la maggior parte delle caratteristiche biologiche, cognitive, psicologiche e sociali di una persona cambiano in modo interrelato da ciò che è considerato infantile a ciò che è considerato adulto” (Lerner, 2010, p.1). Proprio per questo Piaget la definisce come un “cammino verso l'equilibrio” (Piaget, 1967, p.11).

Stanley Hall fu uno dei primi psicologi a dedicarsi allo studio di questo argomento, definendo l'adolescenza un periodo colmo di turbamenti e contraddizioni ma, allo stesso tempo, una nuova nascita. (Berti, Bombi, 2018). Anna Freud, invece, riteneva che la crescita dell'individuo fosse caratterizzata da linee, sovrapposte e in continua evoluzione, “la cui congruenza o incongruenza è indice di normalità o patologia” (Albiero, 2021, p.66). Secondo i primi approcci all'interno degli scenari di ricerca di molti studiosi, si rileva una comune tendenza a delineare la figura dell'adolescente come in continua lotta con il mondo sociale e con sé stesso. Questa rimane tuttavia un'ipotesi, poiché alla luce delle analisi dei dati rilevanti non sono mai state raccolte conferme empiriche. Gli studiosi descrivono l'adolescenza come un “momento di auto-esplorazione” (Steinberg, 2001), in cui il compito degli adolescenti è la ricerca di un equilibrio per arrivare allo sviluppo di una maturità coerente, stabile e permanente nel corso del tempo, abbandonando quella fase di dipendenza infantile dall'adulto per raggiungere una propria autonomia. Lo sviluppo è quindi un progressivo equilibrarsi, un passaggio continuo da uno stato di minor equilibrio ad uno di equilibrio superiore (Piaget, 1967).

I diversi cambiamenti che l'adolescente si trova ad affrontare in questo periodo coincidono con l'inizio della pubertà, un processo fisiologico che incide non solo dal punto di vista fisico, ma anche

da quello psicologico. In relazione al corpo, secondo la psicologia dello sviluppo, i cambiamenti possono essere divisi in tre categorie:

1. Caratteri sessuali primari, ovvero tutti i cambiamenti del corpo che sono direttamente coinvolti nel processo riproduttivo, come la crescita del pene e la comparsa del menarca.
2. Caratteri sessuali secondari, che indicano la moltitudine di cambiamenti che accompagnano la pubertà, come lo sviluppo delle mammelle, la crescita del pelo pubico, i cambiamenti di voce ecc.
3. La forte crescita corporea, considerata una categoria a parte in quanto prevede un drastico aumento in altezza e peso. (Belsky, 2009).

Questi fenomeni sono, nel loro insieme, il processo di cambiamento fisico più massiccio dopo quelli avvenuti durante la prima infanzia. La differenza più importante è che l'individuo in questa fase è consapevole di ciò che accade al proprio corpo. A tal proposito, i cambiamenti somatici che caratterizzano questo stadio sono spesso inattesi, rapidi e repentini, per questo gli adolescenti rischiano di sperimentare sentimenti di disagio per la propria immagine corporea.

Lo sviluppo fisico non comprende solo i cambiamenti somatici legati al corpo, ma anche una vasta riorganizzazione della struttura e del funzionamento cerebrale, che comportano notevoli effetti sull'emotività e sul comportamento degli adolescenti (Steinberg, 2014, B.J. Casey, 2015). Alla luce degli studi effettuati, sono stati evidenziati due processi alla base del controllo del comportamento: i processi caldi, definiti anche come "sistema cerebrale socioemotivo", le cui basi cerebrali si trovano nel sistema limbico e i processi freddi, definiti anche come "sistema cerebrale di controllo cognitivo", i quali corrispondono alle regioni corticali prefrontali. È proprio in quest'ultime che si verificano alcune delle maggiori trasformazioni cerebrali:

- la sinaptogenesi, un periodo di proliferazione di nuove sinapsi che porta ad un aumento della materia grigia (Albiero, 2021), seguito da un processo di sfoltimento di quelle meno utilizzate. È grazie a

questo che migliorano le capacità di ragionamento e le abilità di base di elaborazione, come la memoria di lavoro e la fluidità verbale;

- la mielinizzazione degli assoni, processo che aumenta la capacità di comunicazione e conduzione neurale grazie ad una progressiva crescita della materia bianca. Questo fenomeno induce un maggiore potenziamento delle funzioni esecutive, necessarie per mettere in atto comportamenti adattivi e orientati al futuro, che riguardano tutte quelle capacità di pianificazione, controllo degli impulsi, valutazione dei rischi e dei benefici che una certa azione comporta (Casey, Getz, Galvan, 2008).

A fianco a questi cambiamenti, primo fra tutti, ha luogo una redistribuzione dei recettori della dopamina. La dopamina è responsabile della spinta eccessiva, da parte dell'adolescente, a ricercare in modo costante gratificazione e piacere, inducendolo a mettere in atto comportamenti a rischio senza curarsi delle conseguenze negative che ne possono derivare. Siegel spiega che nei giovani tale spinta a cercare gratificazione si manifesta in tre modi:

1. l'aumento di impulsività, che comporta l'attuazione di comportamenti senza riflettere;
2. una maggiore predisposizione a sviluppare dipendenze;
3. l'iper-razionalità, una modalità di ragionamento e analisi delle situazioni che non tiene conto dell'insieme ma solo di una o più sue parti, sovrastimando così i benefici potenziali di un'azione e una minimizzazione degli esiti negativi (Conti,2022).

L'impatto che i cambiamenti fisiologici e cognitivi hanno sulla vita dell'adolescente non può essere scisso dal contesto sociale in cui è inserito. L'ambiente è complice nel determinare le diverse trasformazioni che l'individuo subisce e, i vari contesti sociali in cui l'adolescente fa esperienza (famigliare, scolastico, relazionale e lavorativo), sono interconnessi fra di loro: ciò che avviene in uno può influire direttamente su ciò che accade nell'altro. Inoltre, "il senso stesso che assumono per l'individuo le trasformazioni dell'adolescenza è profondamente influenzato dai valori e dalle richieste dell'ambiente circostante" (Berti, Bombi, 2018, p.407).

1.2. L'amicizia tra gli adolescenti

Come già riportato nel paragrafo precedente, per comprendere al meglio lo sviluppo dell'adolescente nella sua globalità, è indispensabile analizzare l'ambiente sociale in cui è inserito. Uno dei contesti più importanti e che più influenza la crescita dell'individuo è rappresentato dal rapporto con i coetanei. Nonostante la famiglia resti un fattore di protezione centrale per il benessere e l'adattamento del ragazzo, i pari sono il fulcro attorno al quale ruota il mondo dell'adolescente. Ogni individuo, nel corso della sua vita, sente il bisogno dell'appartenenza, di sentirsi integrato, accettato e di costruire relazioni stabili, significative e con un certo grado di intimità (Albiero, 2021). Baumeister e Leary (1995) hanno parlato di appartenenza definendola come un bisogno di dipendenza reciproca che, se soddisfatto, permette di sperimentare una sensazione di forte interdipendenza.

Con il termine "*amicizia*" si denomina un fenomeno complesso, dinamico, frutto di un processo relazionale che coinvolge almeno due individui (Hartup, Stevens, 1997). Durante l'adolescenza, l'amicizia diventa una fonte importante di intimità, in quanto gli adolescenti cercano di diventare autonomi rispetto ai loro genitori.

I rapporti con i pari possono essere articolati in due dimensioni differenti (Hinde, 1997):

1. i **rapporti amicali**, ovvero relazioni che coinvolgono almeno due persone. Si tratta quindi di un'esperienza diadica, caratterizzata dalla scelta volontaria di costruire una relazione chiusa, basata sull'attrazione reciproca e sul piacere di condividere il proprio tempo e la propria vita l'uno con l'altro. Se da una parte l'amicizia può comprendere aspetti positivi come vicinanza, intimità, cura e sicurezza, dall'altra ne comprende anche di negativi come conflitto, competizione, dominanza e ostilità (Albiero, 2021). Da alcuni studi svolti sono emersi fattori di grande importanza che devono essere presi in considerazione quando le relazioni interpersonali significative sono solo all'inizio della loro formazione. Questi aspetti comprendono la vicinanza, intesa come prossimità geografica, che aumenta la possibilità dell'instaurarsi di un rapporto amicale tra due persone; l'attrazione fisica, intesa come bellezza fisica, che ha un ruolo significativo non solo nella scelta del partner ma anche nelle

relazioni amicali; la somiglianza, intesa come condivisione di valori, credenze, interessi e opinioni che determina la simpatia fra due persone. In merito a quest'ultimo criterio è stato proposto uno studio comprendente un campione di 516 partecipanti (bambini e adolescenti), su cui analizzare le caratteristiche di personalità in relazione all'ipotesi di somiglianza come criterio di scelta dell'amicizia. Per valutare le caratteristiche di personalità, è stato utilizzato il Big Five Questionnaire di Goldberg e i risultati hanno supportato l'ipotesi di attrazione per somiglianza come criterio principale nella selezione degli amici (Tani, F., Rossi, S., & Smorti, M., 2005). L'adolescente mostra maggiore gratificazione nel socializzare con chi condivide obiettivi e interessi. I rapporti d'amicizia sono quindi basati sulla reciprocità, intesa come volontà da parte di due adolescenti di creare un rapporto interdipendente, attraverso comportamenti, attenzioni e sensibilità reciproche (Myers, 2008).

Alla base dell'amicizia non ci sono né vincoli né imposizioni di alcun tipo, ma unicamente la volontà decisionale di entrambe le persone coinvolte. Sono stati però riconosciuti, oltre alle componenti precedentemente descritte, diversi elementi che caratterizzano le relazioni d'amicizia adolescenziali:

- la *preferenza*, manifestata dall'intenzione di spendere molto tempo con un amico piuttosto che con altri;
- *l'affetto* e il *divertimento*, caratteristiche che nascono dalla condivisione di scopi e passioni comuni;
- la *stabilità*, poiché alcune amicizie durano a lungo mentre altre per un breve periodo di tempo. Essa tende a crescere in modo lineare dalla fanciullezza all'adolescenza senza subire variazioni in seguito;
- la *regola dell'uguaglianza*, che prevede una valutazione equilibrata tra ciò che si dà e ciò che si riceve;
- *l'interdipendenza*, che si esprime nell'impegno da parte degli adolescenti di trascorre del tempo insieme condividendo attività ed esperienze comuni;
- la *fiducia nell'altro*, sviluppata nel tempo grazie allo scambio di opinioni e idee che permettono agli amici di conoscersi meglio (Berndt e Perry, 1986).

I legami stretti che si creano durante l'adolescenza rivestono una funzione adattiva fin dai primi anni dell'infanzia. È grazie a questo che gli adolescenti riescono a soddisfare bisogni di tipo sociale, cognitivo e affettivo e ad affrontare compiti evolutivi piuttosto complessi, che emergono nelle diverse fasi dello sviluppo. Secondo il Professore Kenneth H. Rubin (2004), le amicizie risultano indispensabili nel fornire sostegno e supporto sociale, rafforzando la sensazione di sicurezza nell'adolescente e aiutandolo a far fronte agli eventi stressanti tipici di questo periodo. Al tempo stesso, sentirsi accettato e ben voluto all'interno di un rapporto amicale, aumenta il livello di autostima e diminuisce il sentimento di solitudine che può nascere in questa fase dello sviluppo. Sono molteplici gli eventi stressanti a cui un adolescente deve far fronte, tra i cambiamenti fisici, cognitivi ed emotivi e, proprio per questo, l'amico diventa il maggiore interlocutore per uno scambio di esperienze private. Per questo motivo Sullivan (1953) paragona la funzione dell'amico a quella di uno specchio, in cui l'adolescente può riflettersi.

Un'altra funzione molto importante attribuita alle relazioni amicali è rappresentata dall'apprendimento di norme e dal potenziamento di abilità e competenze. L'adolescente ha la possibilità, attraverso questi rapporti, di esercitarsi in una sorta di "palestra", in cui acquisire nuove conoscenze e capacità in merito alla comprensione degli altri, il senso di sé e l'acquisizione del proprio ruolo (Schaffer, 1998; Rabaglietti, Ciairano, 2009). Le amicizie rappresentano quindi un'opportunità per imparare norme, valori, regole sociali e capacità di condivisione, offrendo così un contesto per lo sviluppo del sé sociale (Albiero, 2021). Inoltre, i rapporti amicali permettono di sperimentare comportamenti relazionali costruendo, così, una base sicura di fiducia negli altri. I legami stretti, infine, possono avvantaggiare la creazione della consapevolezza di sé e dell'identità personale. Grazie a questi rapporti è possibile vedere sé stessi attraverso gli occhi dell'altro, sperimentando un'esperienza di reale intimità (Bukowski, Hoza, 1989). Il legame amicale diventa così un rifugio sicuro estremamente importante per aiutare l'adolescente a comprendere l'idea di non essere diverso dagli altri, pur avendo caratteristiche uniche e originali.

2. i **gruppi di pari**, intesi non solo come insieme di individui che fanno parte della stessa fascia d'età, ma anche come membri di un gruppo che intrattengono una relazione intensa di tipo continuativo, fondata sulla condivisione di esperienze, valori e interessi rilevanti per il singolo e per il gruppo (Fermani, 2011). Gli psicologi Muzafer Sherif e Carolyn Wood Sherif (1964) hanno definito il gruppo come “laboratorio sociale”, in cui gli adolescenti possono sperimentare comportamenti e scelte autonome, durante il complesso percorso di costruzione dell'identità. Anche i gruppi, come le relazioni amicali, si formano per similarità e per la condivisione di alcune attività. I ragazzi si scelgono sulla base di caratteristiche comuni ben precise come gli stili comunicativi, le mode, i contesti culturali, sociali e scolastici. I gruppi possono essere distinti in:

- *gruppi formali*, che fanno riferimento ad attività sportive, religiose, politiche, socioeducative e culturali. Sono basati su regole esplicite, dichiarate e sono previste delle figure adulte con funzioni di controllo. Molto spesso i giovani partecipano a queste associazioni perché ne condividono gli ideali, per riempire il tempo libero o per aiutare gli altri (Palmonari 2001; Fermani 2011; Fermani, 2008);
- *gruppi informali*, che si riferiscono ad aggregazioni spontanee e naturali di adolescenti, i quali condividono interessi e il proprio tempo libero divertendosi attraverso attività non specifiche. Questa tipologia di gruppo può essere molto utile all'adolescente per imparare e sperimentare nuove strategie di coping per affrontare i problemi, soprattutto quelli relazionali, oppure per ricevere e accettare aiuto sociale dai pari quando ne ha bisogno (Palmonari 2001; Fermani 2011).

Oltre la distinzione appena fatta, i gruppi di pari possono essere divisi in *gruppi ristretti* (“clique”, cricca), formati da un piccolo insieme di giovani legati da un rapporto amicale intimo e le *compagnie* (“crowd”), composti da aggregazioni di giovani più numerose che si frequentano più o meno regolarmente. Le compagnie sono piuttosto funzionali nell'adolescenza, poiché permettono ai ragazzi non solo di condividere valori e interessi, ma anche di usarle come “mappa” che li aiuta ad orientarsi nel mondo (Belsky, 2009).

Ogni gruppo adolescenziale aderisce e rispetta delle “norme”, la cui accettazione comporta non solo l'appartenenza al gruppo stesso, ma anche il modo in cui si viene percepiti dagli altri. Le regole che

vengono maggiormente nominate dai giovani si riferiscono principalmente alla lealtà interpersonale, come il rispetto per gli impegni presi, non tradire la fiducia, mantenere le confidenze, non giudicare e non interferire con le scelte altrui (Berti, Bombi, 2018). Solitamente nei gruppi informali le regole e le norme condivise seguono un gergo più specifico, dalla condivisione dei costumi, lo stesso modo di parlare, le pettinature, gli abiti fino agli accessori. Nei gruppi formali, invece, le regole vengono stabilite dall'alto e poi espresse ai giovani e chi le trasgredisce viene espulso dal gruppo (Fermani, 2011).

Le amicizie nell'adolescenza, però, non inglobano solo aspetti positivi ma anche negativi. Molto spesso questi rapporti così intensi possono aumentare la probabilità che l'adolescente metta in atto comportamenti a rischio. L'euforia che deriva dallo stare insieme influenza il modo in cui i giovani decidono di comportarsi, diventando in molti casi irrazionali. È proprio da questo che possono nascere atti devianti, intesi come diffusione di comportamenti delinquenti commessi attraverso i rapporti sociali (Belsky, 2009). La devianza viene descritta come violazione di norme e regole di tipo sociale, economico, culturale, relazionale ecc. I dati raccolti da diversi studi hanno confermato che in questa fascia d'età risulta esserci un picco maggiore di comportamenti antisociali, che possono raggiungere livelli di gravità differenti. Dalle assenze scolastiche e le fughe da casa, si possono aggiungere atti illegali come piccoli furti, vandalismo e risse, o crimini ancora più seri come rapine e omicidi. Gli psicologi hanno analizzato a fondo le motivazioni alla base della delinquenza, riscontrando nelle variabili sociologiche (livello socioeconomico e/o etnia), nelle caratteristiche individuali (come il grado di intelligenza) e nei fattori relazionali (un ambiente familiare conflittuale con stili educativi incoerenti, o il gruppo di coetanei già coinvolti in attività antisociali), le maggiori cause dei comportamenti a rischio. Secondo diversi autori, gli adolescenti violano le norme e le regole per affermare sé stessi, attraverso comportamenti oppositivi, e per essere accettati dal gruppo dei pari (Berti, Bombi, 2018).

È possibile diminuire l'incidenza della delinquenza e dei comportamenti a rischio avvalendosi dei fattori protettivi. I principali fattori protettivi individuati sono:

- la **scuola**, nota come area di passaggio tra la realtà familiare e la società in cui l'adolescente si imbatte. Se l'ambiente scolastico in cui il giovane è inserito è adeguato, può allora diventare un contesto favorevole in cui insegnare e facilitare l'accettazione delle norme sociali (Borca, Cattelino e Bonino, 2002);
- la **famiglia**, i cui compiti non terminano nella fanciullezza ma si estendono fino all'inizio dell'età adulta. Una delle principali funzioni dei genitori riguarda il monitoraggio e il controllo del comportamento dei figli, non inteso come forma di controllo restrittiva, ma piuttosto come conoscenza della loro vita. Questo è possibile solo se i canali comunicativi rimangono aperti. Si può affermare, in conclusione, che i rapporti amicali e i gruppi di coetanei nell'adolescenza favoriscono un positivo adattamento psicosociale e un conseguente miglioramento dell'autostima nel corso dello sviluppo. L'eccessivo bisogno di conformarsi e di essere costantemente coinvolto nelle dinamiche di gruppo possono però diventare disfunzionali per il singolo individuo, tanto da portarlo, alla lunga, ad assumere comportamenti molto rischiosi verso sé e gli altri.

CAPITOLO 2

L'INFLUENZA DEI SOCIAL MEDIA NELLE RELAZIONI TRA PARI

2.1. Le nuove tecnologie: il Web e i Social Media

Negli ultimi anni l'uso delle nuove tecnologie e di Internet è aumentato in modo esponenziale, in particolare tra gli adolescenti. Milani, Osualdella e Di Blasio (2009) hanno sottolineato come il 77,9% dei preadolescenti e adolescenti italiani (11-18 anni) utilizza Internet, e che il 30% degli utenti di Internet nel nostro paese ha un'età compresa tra i 14 e i 24 anni. La maggior parte degli adolescenti ne fa uso per completare i compiti, giocare, guardare video e foto, ma soprattutto per contattare e comunicare con i coetanei (Caso, 2015). Si può parlare, quindi, di “*rivoluzione digitale*”, in quanto la tecnologia diventa un vero e proprio ambiente da abitare, un'estensione della mente umana (Cantelmi, Giardina Grifo, 2002).

Gli adolescenti si relazionano sempre più con le nuove tecnologie, motivo per cui diversi autori hanno definito la generazione attuale una “generazione digitale”. Il ricercatore americano Marc Prensky (2001) ha introdotto l'espressione di **nativo digitale**, per riferirsi alle generazioni di bambini e adolescenti che fanno un uso massiccio dei media digitali e che riescono ad utilizzarli in modo intuitivo, senza sforzo. Si diventa quindi nativi digitali dedicando una significativa quantità di tempo ed energie nell'interazione con i nuovi media.

“L'utilizzo delle nuove tecnologie ha come effetto un progressivo e profondo mutamento delle modalità cognitive dei ragazzi (apprendimento, memoria, pensiero, linguaggio), con la conseguente radicale trasformazione della comunicazione” (Dini, 2010, p.3).

La comunicazione è una delle dimensioni più importanti nella vita di un individuo; le persone, infatti, comunicano ogni giorno in molteplici modi, scegliendo volontariamente la modalità che preferiscono e che meglio trasmette ciò che vogliono comunicare. Una delle principali modalità adottate negli ultimi anni dai soggetti è rappresentata dai media. Viene utilizzato il termine *medium* per indicare

ogni strumento che permette alle persone di comunicare senza il limite posto dalla contiguità spazio-temporale, specifico della comunicazione faccia a faccia (Riva, 2012). Se da una parte i media facilitano il processo di comunicazione, dall'altra si pongono in mezzo all'interazione che avviene tra due individui, sostituendo così l'esperienza diretta con una indiretta, mediata. Ponendosi nel mezzo, i media diventano strumenti di cambiamento, poiché influenzano la comunicazione tra soggetti. Questa influenza agisce sugli individui su tre livelli:

1. *fisico*, comprendente tutte le caratteristiche fisiche del medium, dalla tastiera touch del tablet al mouse del pc, condizionando il modo di comunicare delle persone;
2. *simbolico*, poiché ogni medium è dotato di un'interfaccia, la quale deve essere compresa dal soggetto per poter essere utilizzata correttamente;
3. *pragmatico*, in quanto ogni medium ha delle pratiche specifiche indipendenti, che devono essere apprese per poterlo usare adeguatamente (Riva, 2019).

È proprio a causa dei cambiamenti e delle trasformazioni che i media impongono a chi li usa, che Lev Vygotskij (2007) definisce il rapporto tra uomo e medium bidirezionale, poiché da una parte l'uomo riesce a superare i vincoli imposti dall'ambiente esterno avvalendosi dei media, ma dall'altra modifica sé stesso utilizzandoli.

Molti studiosi e ricercatori considerano i social network l'anima dei media digitali. Il termine “**social network**” viene comunemente usato per indicare un sito internet o un App con cui gli utenti possono scambiarsi messaggi e condividere contenuti (WhatsApp, Instagram, Facebook, Snapchat, Twitter, YouTube, Tik Tok ecc.). Lo strumento che ha permesso la nascita dei nuovi media è stato il computer, inizialmente utilizzato come contenitore di dati digitali ma successivamente, grazie ai social media, è diventato un mezzo di comunicazione fondamentale nella costruzione e condivisione della realtà sociale e dell'identità personale dell'individuo (Riva, 2019). I social media permettono ai nativi digitali di gestire la propria identità sociale e le proprie relazioni in nuovi modi, condividendo, creando e commentando contenuti multimediali. Di fatto i social sono integrati nella quotidianità

degli adolescenti che, attraverso un “click”, riescono a compiere azioni complesse comodamente e a raggiungere realtà molto lontane.

Le ricercatrici americane Boyd ed Ellison (2007) ritengono che i social media siano caratterizzati da tre elementi primari: uno spazio virtuale, in cui l'utente può creare e mostrare il proprio profilo, accessibile agli altri utenti dello spazio; la possibilità di creare una lista di altri utenti, con cui è possibile entrare in contatto e comunicare; la possibilità di analizzare caratteristiche specifiche della propria rete, come i messaggi mandati o le connessioni degli altri utenti.

Nesi, Choukas-Bradley e Prinstein (2018), invece, sostengono che i social media sono dotati di caratteristiche uniche che creano un contesto sociale ben distinto:

- **asincronicità**, intesa come intervallo di tempo tra gli aspetti di una conversazione. Questi aspetti comprendono la velocità di trasmissione nella consegna dei messaggi, la misura in cui le interazioni possono avvenire simultaneamente, in parallelo e la misura in cui un messaggio può essere elaborato con cura, in cui può essere riprovabile. Grazie a questa caratteristica, gli adolescenti possono intrattenere contemporaneamente più conversazioni con i coetanei;
- **permanenza**, si riferisce alla misura in cui i messaggi e/o i contenuti rimangono accessibili dopo un'interazione. Oggi nella maggior parte dei social media i giovani sono a conoscenza del grado di permanenza dei contenuti (foto, video, messaggi, audio ecc);
- **dimensione pubblica**, che evidenzia come gli adolescenti possono comunicare con un pubblico di coetanei, adulti ed estranei in una misura in cui offline non sarebbe possibile. Grazie a questa caratteristica è quindi possibile per i giovani comunicare con grandi gruppi di persone;
- **disponibilità**, intesa come la facilità con cui si può accedere e condividere contenuti nelle diverse piattaforme, indipendentemente dalla posizione fisica, senza doversi spostare;
- **assenza di segnali**, intesa come mancanza dei segnali interpersonali tipici della comunicazione faccia a faccia (tono di voce, tocco fisico, gesti, espressioni facciali). A causa

di questa caratteristica il numero di modi in cui le informazioni possono essere espresse è ridotto;

- **quantificabilità**, che comprende tutte quelle metriche sociali numeriche che prima non potevano essere prese in considerazione offline. Si tratta di indicatori quantificabili come il numero di Mi piace, dei seguiti e dei seguaci, il numero delle visualizzazioni, delle condivisioni e perfino gli orari in cui i contenuti sono stati pubblicati;
- **visualità**, quella caratteristica attraverso cui un mezzo, come Instagram o Snapchat, riesce a enfatizzare i contenuti creati da condividere attraverso l'uso di "filtri" incorporati nell'applicazione stessa.

I social media sono diventati, soprattutto per gli adolescenti, un luogo quotidiano di incontro e relazione. Per questo motivo è importante analizzare i diversi aspetti che li definiscono, così da poter comprendere al meglio le relazioni che si formano tra pari. Altre motivazioni tra le più comuni per cui i social possono essere utilizzati sono:

- ricerca di informazioni;
- ricerca di validazione e stima sociale;
- controllare ciò che fanno gli altri;
- trovare argomenti per potersi confrontare e poterne discutere con gli altri;
- esprimere sé stessi;
- rilassarsi e/o divertirsi;
- Esprimere le proprie opinioni e i propri pensieri (Throuvala et al., 2019; Pertegal et al., 2019; Whiting & Williams, 2013)

La letteratura attualmente presente su questi strumenti dimostra una forte associazione tra il tempo trascorso dagli adolescenti che utilizzano queste piattaforme e l'aumento dell'autostima, del capitale sociale (risorse a cui è possibile avere accesso attraverso le proprie relazioni sociali), dell'esplorazione sicura dell'identità e maggiori opportunità di auto-rivelazione. Ognuno di questi

processi risulta fondamentale per uno sviluppo sano dell'identità e la ricerca di un senso di sé coerente.

Le diverse ricerche confermano che l'utilizzo di questi strumenti può aiutare l'adolescente a confrontarsi con gli altri nel percorso di ricerca di sé, sentendosi meno solo, maggiormente compreso e più sicuro (Uhls, Ellison, Subrahmanyam, 2017).

I social network però, soprattutto se utilizzati durante le prime fasi di vita (medie e superiori), possono avere effetti negativi sulla concentrazione e sul rendimento scolastico. Inoltre, possono promuovere comportamenti malsani come l'uso di sostanze, la mancanza di attività fisica, abitudini alimentari alterate e gravare sulla qualità del sonno (Kuss & Griffiths, 2017; Sampasa-Kanyinga, Chaput & Hamilton, 2019). Alcuni giovani possono sviluppare un uso problematico dei social media sperimentando anche depressione e ansia. In alcuni casi, possono alterare le abilità sociali, poiché il loro sviluppo può essere limitato dalla costante connessione abbassando così le capacità attentive (Woods & Scott, 2016).

Adoperare in modo scorretto queste tecnologie può, quindi, portare ad un uso problematico dei social con conseguenze pericolose e dannose per gli adolescenti.

2.2. L'influenza dei social media sulle qualità delle relazioni d'amicizia

Come precedentemente detto, i social giocano un ruolo fondamentale nelle relazioni amicali. Grazie alle loro caratteristiche, come permanenza, dimensione pubblica e disponibilità, gli adolescenti hanno la possibilità di connettersi e comunicare fra loro in ogni momento e in ogni luogo.

Parker e Asher (1993) hanno proposto sei caratteristiche importanti delle amicizie:

1. **intimità**, fa riferimento alla comunicazione di pensieri, opinioni, informazioni personali e sentimenti a un altro, ovvero l'amico;

2. **convalida**, ovvero prendersi cura di un amico e farlo sentire importante dimostrandogli affetto, interesse e sostegno;
3. **compagnia**, riferita al desiderio di passare del tempo con l'amico, condividendo attività comuni e divertendosi insieme;
4. **supporto strumentale**, mostrandosi disponibili e protettivi nei confronti dell'amico;
5. **conflitto**, riferito ai litigi o fraintendimenti che si possono creare con un amico;
6. **risoluzione dei conflitti**, ovvero la capacità di chiarire i litigi che possono crearsi con un amico.

Nesi, Choukas-Bradley, Prinstein, (2018) hanno presentato un nuovo modello integrativo, definito Transformation Framework, che aiuta a capire i meccanismi alla base delle relazioni tra pari all'interno del contesto dei social media. Questo modello sottolinea come i social giochino un ruolo sostanziale nel modellare le esperienze e i comportamenti degli adolescenti, come l'amicizia, lo status sociale e la vittimizzazione tra pari. Secondo gli autori, i social media ad oggi devono essere considerati come nuovo contesto del tutto reale, in cui le sue diverse caratteristiche possono modificare il modo di interagire tra gli adolescenti. I molteplici elementi che caratterizzano i social possono trasformare le relazioni tra coetanei adolescenziali modificando la frequenza e l'immediatezza delle interazioni, amplificandole. Possono, inoltre, alterare la natura qualitativa delle interazioni (ad esempio, una comunicazione più ampia e un migliore supporto sociale), offrendo nuove opportunità per comportamenti compensatori (ad esempio, maggiori possibilità per gli adolescenti emarginati di connettersi con i coetanei) e/o creando comportamenti del tutto nuovi (Nesi et al., 2018).

Nel dettaglio, grazie alla continua disponibilità dei social gli adolescenti possono ricevere aiuto dai loro amici nel momento in cui ne hanno bisogno (disponibilità), o possono esprimere i propri sentimenti in molteplici modi, ad esempio pubblicando post relativi al proprio stato d'animo con la possibilità che un amico li noti e fornisca loro supporto (permanenza). Inoltre, la dimensione pubblica tipica di questi strumenti permette all'adolescente di avere a disposizione una vera e propria comunità

di persone su cui poter fare affidamento nel caso di necessità. Dall'altra parte però, caratteristiche come disponibilità e permanenza possono provocare un senso di pressione nell'adolescente, poiché può sentirsi in obbligo di dover sempre essere presente attraverso i social nel supportare e aiutare i propri amici, ad esempio, dovendo rispondere con molta frequenza ai messaggi. In altri casi, invece, grazie alla mancanza di segnali nella comunicazione sui social, l'adolescente può sentirsi maggiormente a suo agio nell'esternare le proprie emozioni e il proprio sé con gli amici, raggiungendo così nel rapporto una profondità e intimità superiore. All'opposto, la mancanza dei segnali caratteristici della comunicazione faccia a faccia può portare a maggiori fraintendimenti e incomprensioni nei rapporti amicali creando, di conseguenza, dei conflitti. È molto frequente, ad esempio, interpretare erroneamente l'intenzione di un messaggio ricevuto da un amico. Questo accade poiché viene spesso attribuita un'accezione negativa al messaggio, in quanto l'assenza del tono di voce, dell'espressione facciale o dei gesti non permettono la giusta comprensione del significato attribuito dall'amico a quel messaggio. Se da una parte l'assenza di segnali aumenta la possibilità di conflitti, dall'altra l'asincronicità dei social può aiutare a migliorare i processi comunicativi tra pari. Gli intervalli che intercorrono tra una risposta e l'altra, possono dare il tempo necessario all'adolescente di elaborare le emozioni causate dal conflitto, calmarsi e inviare all'amico una risposta ponderata con cura. Con la nascita dei social è stata creata una dimensione del tutto nuova che permette ai giovani di testimoniare, attraverso la pubblicazione di foto e video, l'importanza dei propri rapporti e il tempo trascorso insieme ai loro amici (visualità). Allo stesso modo, il supporto sociale, la convalida e l'affermazione dei rapporti tra pari vengono espressi tramite l'utilizzo di Mi Piace, la condivisione di post pubblicati dagli amici e i commenti alle foto (quantificabilità) (Angelini, Marino, Gini, 2022).

A conferma di quanto riportato, è stato proposto uno studio da Angelini et al. (2022) i cui risultati confermano la significatività delle caratteristiche dei social percepite dagli adolescenti e il notevole ruolo che ricoprono nelle interazioni tra pari, modificandone la qualità dei rapporti.

2.3. Il Supporto Sociale Online

Oltre alle caratteristiche dei social media, sono presenti altri processi online che possono essere associati alla qualità delle relazioni amicali. Uno tra questi è il **supporto sociale online** percepito.

Per supporto sociale si fa riferimento ad uno scambio di aiuti o risorse nelle relazioni d'amicizia tra adolescenti (Cohen et al., 1985), che aiuta a mantenere l'intimità e la profondità tipiche dei rapporti stretti, forti. Grazie ad alcuni studi recenti è stato possibile notare come l'utilizzo dei social media rivesta un ruolo importante nella percezione del supporto sociale tra i giovani, poiché la possibilità di ricevere supporto non solo nell'interazione faccia a faccia ma anche online, risulta fondamentale per gli utenti. Attraverso queste piattaforme, gli amici possono manifestare il proprio affetto in modalità del tutto nuove e creative, dimostrando così il loro supporto attraverso, per esempio, condivisioni di foto insieme, video ecc. Proprio per ognuno di questi motivi, è molto probabile che le interazioni di supporto online possano avere effetti positivi sulla qualità delle relazioni amicali aumentando, di conseguenza, il senso di vicinanza percepito (Pouwels et al., 2021; Uhls et al., 2017).

Nello specifico, il supporto sociale online è stato preso in considerazione all'interno di uno studio condotto da Angelini et al. (2022) basato sul modello di Transformation Framework (Nesi et al., 2018), poiché considerato uno dei processi coinvolti in dimensioni specifiche delle qualità dell'amicizia tra gli adolescenti. Secondo questo modello, alcune funzioni dei social posso essere associate al supporto online come, ad esempio, le caratteristiche di permanenza e pubblicità dei contenuti, le quali possono aumentare la probabilità e la frequenza di ricevere supporto online sia da amici stretti che da una vasta rete. Invece, caratteristiche come asincronicità e assenza di segnali, che in alcune situazioni possono gravare sulla qualità delle relazioni aumentando il rischio di fraintendimenti nella comunicazione online, in altri casi possono rendere più semplice e immediato il supporto online percepito. I risultati ottenuti da questo studio confermano un'associazione positiva tra le funzionalità tipiche dei social media e il loro ruolo nel supporto sociale online e, di conseguenza, nell'influenzare la qualità delle relazioni.

2.4. La Competenza Sociale

Una variabile molto importante che interviene nell'utilizzo dei social media è la competenza sociale. Nella competenza sociale, o socio-emotiva, gioca un ruolo centrale l'intelligenza emotiva. Salovey e Mayer (1997) hanno definito **l'intelligenza emotiva** come "la capacità di monitorare e dominare le emozioni proprie e altrui, servendosene per guidare il pensiero e l'azione" (Antognazza & Sciaroni, 2009, p.7). La letteratura presente conferma come uno sviluppo appropriato delle competenze socio-emotive porti ad un miglioramento dell'intelligenza emotiva e, consequenzialmente, a:

- rendimento scolastico migliore;
- bassi livelli di comportamenti aggressivi e antisociali;
- minor grado di consumo di droghe, alcol e/o tabacco;
- bassi livelli di depressione e ansia;
- strategie di coping migliori (Cebollero-Salinas, Cano-Escoriaza, Orejudo, 2022).

Queste competenze, però, necessitano l'acquisizione di conoscenze e abilità che permettono all'individuo di comprendere le proprie emozioni e quelle degli altri nella loro globalità, di gestirle al meglio così da costruire e mantenere relazioni interpersonali.

Goleman (1995) ha evidenziato molteplici competenze socio-emotive:

1. *l'autoconsapevolezza*, cioè la capacità di valutare, capire e gestire i propri pensieri, valori e stati emotivi. Il riconoscimento delle proprie emozioni è un aspetto fondamentale che permette di conoscere a pieno sé stessi e mantenere un continuo contatto con la propria persona;
2. *l'autogestione*, che si riferisce alla capacità di saper regolare i propri stati interni, le proprie emozioni così da saper controllare l'impulsività di fronte a situazioni stressanti. Buone capacità di autogestione permettono all'individuo di valutare al meglio i diversi aspetti delle circostanze in cui si trova, così da poter scegliere in modo consapevole e responsabile come agire;

3. *l'empatia*, ovvero la capacità di riconoscere e comprendere gli stati d'animo e le emozioni degli altri. Una persona empatica è una persona in grado di individuare somiglianze e differenze negli altri e di accoglierle accettando, di conseguenza, anche i suoi stati interni;
4. *l'abilità interpersonale*, che fa riferimento alla capacità di saper creare e mantenere relazioni positive e gratificanti con gli altri, di gestire al meglio i conflitti interpersonali che si possono verificare e di chiedere aiuto nel momento in cui si è in difficoltà. L'abilità interpersonale comprende quattro competenze distinte: la capacità di organizzare i gruppi coordinando gli sforzi di una rete di individui, di negoziare soluzioni prevenendo conflitti e risolvendo quelli già in atto, di stabilire legami personali entrando in connessione con gli altri, e di analizzare la situazione sociale riconoscendo e comprendendo i sentimenti, le motivazioni e le preoccupazioni altrui.

La dimensione socio-emotiva risulta, quindi, essenziale per relazionarsi in modo efficace con gli altri nei diversi contesti di socializzazione, compreso il mondo virtuale. Diversi studi, come quello proposto da Zych et al., dimostrano la tendenza degli adolescenti ad esprimere e confrontarsi in merito alle proprie emozioni sui social. La condivisione degli stati emotivi online può però sfociare in fraintendimenti e conflitti, per questo è importante possedere una buona competenza sociale. Le competenze socio-emotive utilizzate online sono le stesse adoperate nell'interazione faccia a faccia, ciò che cambia sono le caratteristiche legate al contesto in cui avviene la socializzazione.

Per valutare le competenze sociali impiegate nei social media dagli adolescenti, è stato progettato un questionario apposito: il questionario e-COM. La costruzione relativa agli item del questionario si basa su un quadro di riferimento che comprende un modello di cinque competenze, riadattate per questo studio:

- coscienza emotiva;
- autoregolazione emotiva;
- autonomia emotiva;

- competenza emotiva;
- capacità di affrontare la vita (considerata dal quadro di riferimento, ma esclusa dall'analisi di ricerca in quanto non è possibile applicare questa dimensione all'ambiente virtuale).

L'obiettivo dello studio era quello di valutare, attraverso la creazione di uno strumento apposito, le competenze socio-emotive degli individui nella loro interazione con gli altri online. I risultati ottenuti dimostrano e confermano che alti livelli di competenza sociale nel contesto online permettono agli individui di coltivare buone relazioni sociali virtuali (Cebollero-Salinas et al., 2022).

2.5. La Frequenza di utilizzo dei Social Media

Nei paragrafi precedenti è stato visto come i social media siano ormai diventati un fenomeno molto ampio e diffuso. Risulta oramai assodato che gli adolescenti facciano un uso quotidiano e frequente dei social media. “Al giorno d’oggi, utilizzare i social media ed essere “sempre online” è normativo per gli adolescenti nati in un mondo tecnologico in cui interagire con gli altri online è considerato lo status quo” (Griffiths & Kuss, 2017). Non stupisce, quindi, che trascorrere del tempo online sia diventato un comportamento del tutto abituale. Per questo è importante comprendere ulteriormente questi strumenti e come agisce sulla vita degli adolescenti e sulle loro relazioni amicali, considerandone le modalità di utilizzo.

I modelli di utilizzo dei social analizzati e presentati in letteratura sono due:

1. un primo modello di utilizzo è quello *passivo* caratterizzato, per l'appunto, da un utilizzo passivo dei social da parte dell'utente, nel quale quest'ultimo si limita a osservare i contenuti condivisi dagli altri (come ad esempio visualizzare foto, video, stati o scorrere i feed senza commentare), senza cercare di stabilirne una connessione sociale. È stato riscontrato come l'utilizzo passivo dei social possa avere un effetto dannoso sull'adattamento sociale degli individui. Burke, Marlow e Lento (2010), hanno scoperto che le attività passive su Facebook

erano associate a legami più deboli e ad un maggiore rischio di sperimentare sensazioni di solitudine, portando ad un declino del benessere affettivo;

2. un secondo modello di utilizzo è rappresentato dalla modalità di interazione *attiva* sui social. Questa modalità di utilizzo è caratterizzata da scambi diretti di comunicazione, da interazioni volontarie con gli altri utenti e da creazione e condivisione di contenuti (ad esempio attraverso i “Mi Piace” e i commenti ai post degli altri, pubblicando foto, video o aggiornamenti del proprio stato). Alcuni studi hanno dimostrato come l’interazione attiva sui social sia associata a sensazioni positive di coinvolgimento sociale e minor livelli di solitudine (Chen, Fan, Liu, Zhou e Xie, 2016).

In entrambe le modalità di utilizzo dei social sembra esserci un elemento che funge da mediatore: **l’autostima**. L’autostima fa riferimento ad un giudizio generale che esprime il grado di approvazione o disapprovazione di sé stessi (Rosenberg, 1965). Un buon grado di autostima rappresenta un senso positivo del proprio valore, mentre gli individui che sperimentano bassi livelli di autostima hanno la tendenza a sentirsi inutili, soli e non benvenuti, percependo sé stessi come fallimento. L’utilizzo passivo dei social sembra essere la modalità maggiormente diffusa tra gli adolescenti. Tazghini e Siedlecki (2013) hanno proposto uno studio sulla relazione tra l’utilizzo di Facebook e l’autostima, dimostrando come una bassa autostima possa portare gli adolescenti ad un maggior utilizzo passivo delle piattaforme social e confermando l’ipotesi che questa modalità di utilizzo possa minare l’autostima stessa. È anche vero che non tutti gli utenti che si approcciano passivamente ai social si interfacciano con questi effetti negativi. È infatti stato constatato che buoni livelli di autostima e di autoregolamentazione nell’adoperare questi strumenti, non abbiano effetti negativi sull’utilizzo passivo delle piattaforme social (Chen et al., 2016).

2.6. La Pressione Sociale percepita sui Social Media

I social media offrono agli adolescenti molteplici opportunità di interazione sociale tra pari, ma aumentano anche il rischio di un cambiamento nei comportamenti interpersonali.

Uno dei principali comportamenti interpersonali problematici riscontrati è la **co-ruminazione**, che implica un impegno eccessivo da parte degli adolescenti in conversazioni su problematicità che uno dei due, o entrambi, possono riscontrare nelle esperienze vissute quotidianamente (Rose, 2002). La ruminazione, associata al bisogno di un confronto sociale online, non aiuta a trovare possibili soluzioni a potenziali problemi, ma si concentra sugli aspetti negativi delle esperienze vissute e sulle cause e le conseguenze che questi possono avere.

Mentre un tempo questo meccanismo era adottato principalmente nelle interazioni faccia a faccia, ad oggi queste conversazioni possono verificarsi anche nel contesto virtuale, privatamente e pubblicamente, grazie alle caratteristiche di asincronicità e disponibilità dei social (Nesi, Dredge, Maheux, Roberts, Fox, Choukas-Bradley, 2021).

Se da una parte la co-ruminazione porta a concentrarsi maggiormente sugli aspetti negativi di un'esperienza vissuta, dall'altra genera un senso di pressione sociale percepita nel dover essere costantemente reattivi e disponibili nelle comunicazioni online. Le diverse caratteristiche dei social facilitano la comunicazione e l'interazione tra pari, ma creano delle aspettative di risposte assidue che possono aumentare il rischio di sviluppo di conflitti nelle relazioni amicali (Yang, 2021). Molti adolescenti che sviluppano questo senso di pressione sono caratterizzati da una "mente permanentemente online" (Klimmt et al., 2017), che porta ad un alto consumo di risorse cognitive ponendo l'individuo in situazioni potenzialmente stressanti.

Il supporto online tra pari è fondamentale per poter creare e mantenere dei legami profondi e duraturi nel corso del tempo, ma le aspettative di immediata disponibilità nel fornire dei riscontri agli amici o, viceversa, le aspettative di ricevere istantaneamente una risposta, possono minare profondamente la qualità delle relazioni.

CAPITOLO 3

LA RICERCA

3.1. Introduzione allo studio

Come è stato visto nel Capitolo 1, l'adolescenza è un periodo molto critico, caratterizzato da forti cambiamenti nello sviluppo fisico, cognitivo e sociale. In particolare, in questa fase di vita l'adolescente è spinto a creare legami amicali con i pari, da una parte per potersi confrontare con loro su diverse tematiche tipiche di questo periodo, dall'altra per il bisogno di formare legami profondi, intimi e duraturi. Se un tempo era possibile socializzare unicamente in modalità offline nella vita reale, faccia a faccia, al giorno d'oggi è possibile comunicare e interagire con i pari anche attraverso i social media. I social media hanno portato ad un rapido cambiamento nelle modalità adottate per relazionarsi (Verduyny et al., 2017). Questi strumenti hanno creato un nuovo contesto in cui gli adolescenti possono esprimersi, condividendo i loro stati d'animo e le loro esperienze vissute con una rete di persone che non sarebbe possibile raggiungere con la sola interazione offline.

Il presente studio si concentra sul ruolo che gli elementi caratteristici dei social media possono avere sulle relazioni amicali modificandone, talvolta, la qualità percepita. Nonostante nell'ultimo decennio l'interesse per il ruolo svolto dai social media nelle esperienze adolescenziali sia ampiamente aumentato, gli studi che si concentrano sulla relazione tra le loro caratteristiche specifiche e la qualità percepita delle relazioni amicali, non forniscono sufficienti informazioni che permettono di comprendere al meglio questa associazione (Angelini et al., 2022).

Nel capitolo precedente sono state descritte le variabili analizzate nello studio sulla base della letteratura presente osservando, soprattutto, la loro associazione con la qualità dei rapporti di amicizia in adolescenza.

Il seguente studio presenta diversi elementi di novità rispetto alla letteratura attuale. Molte ricerche hanno analizzato come l'uso dei social possa giocare un ruolo, positivo o negativo, nelle relazioni tra

pari, ma gli studi che si sono concentrati su specifiche caratteristiche del contesto dei social media sono ridotti. In particolare, questa ricerca prende in considerazione una delle molteplici caratteristiche dei social media, in quanto da studi precedenti, è risultata una delle più salienti nello spiegare le dinamiche relazionali tra amici: la disponibilità dei social media.

Un ulteriore elemento di novità è rappresentato da una variabile che, al giorno d'oggi, è sempre più condizionante nei rapporti tra pari e che viene troppo spesso sottovalutata. La pressione percepita dai giovani nel dover essere costantemente disponibili e presenti per i loro amici sui social media può aumentare la probabilità di conflitti e minare il rapporto stesso, per questo motivo è stato deciso di analizzare nel dettaglio l'incidenza che questa variabile ha sulla qualità dei rapporti di amicizia.

Inoltre, nella letteratura attuale viene ampiamente descritta l'importanza del supporto tra pari nel periodo adolescenziale, ma restano poche le ricerche che hanno analizzato il supporto sociale tra pari percepito online. Il presente studio si occupa di esaminare i livelli di supporto tra pari percepito sui social media e gli effetti che questa variabile può avere sulle relazioni amicali che si creano tra gli adolescenti.

Oltre agli elementi precedentemente descritti, anche la competenza sociale sembra giocare un ruolo molto importante all'interno dei rapporti amicali. Per questo motivo, il seguente studio si occupa di analizzare se alti o bassi livelli di sviluppo della competenza sociale, adottata sui social media, possano influire significativamente sulle relazioni tra pari, migliorandone o peggiorandone la qualità.

Molte ricerche, inoltre, si sono concentrate sull'analisi della frequenza di utilizzo dei social media da parte degli adolescenti, così da poter comprendere il grado di influenza che possono avere nella loro quotidianità. Questo studio si focalizza invece nell'esaminare la frequenza di utilizzo dei social media in relazione ai rapporti di amicizia tra pari.

Per riassumere, la qualità percepita delle relazioni tra pari è stata analizzata in termini di *convalida*, *intimità* e *compagnia* percepite, e in associazione alle seguenti variabili:

1. la caratteristica di **disponibilità dei social media**, riferita a quanto questi siano utilizzabili in qualsiasi momento indipendentemente dal luogo fisico;
2. la **frequenza di utilizzo dei social media**, in particolare nel loro uso da parte degli adolescenti (per esempio, per socializzare con gli amici);
3. la **competenza sociale**, che si riferisce alla capacità di saper comprendere e gestire le proprie emozioni e quelle degli altri;
4. il **supporto online percepito**, inteso come aiuto reciproco tra pari, fornito attraverso le piattaforme online, nei rapporti amicali;
5. la **pressione percepita** a dover essere sempre presenti per i propri amici, a causa della continua disponibilità dei social.

3.2. Obiettivi e Ipotesi di Ricerca

Questa ricerca ha l'obiettivo di comprendere il ruolo dei social media sulla qualità percepita delle relazioni tra pari (variabile dipendente), prendendo in considerazione diverse variabili (variabili indipendenti) con lo scopo di analizzare in che misura possano migliorare o peggiorare la qualità percepita dei rapporti tra amici in adolescenza.

È stato possibile effettuare la ricerca analizzando i dati raccolti attraverso la somministrazione del questionario "Social Media e Relazioni di Amicizia". Delle molteplici variabili comprese nel questionario, il presente studio ne considera solo alcune, sulla base delle quali sono state formulate le diverse ipotesi di ricerca:

- la prima ipotesi di ricerca fa riferimento alla variabile "**Disponibilità dei Social Media**", una delle caratteristiche principali dei social media, intesa come facilità con cui si può accedere ai

contenuti che si trovano sulle diverse piattaforme, senza i limiti spazio-temporali che invece sono imposti dalla comunicazione faccia a faccia (Nesi, Choukas-Bradley e Prinstein, 2018). Tale variabile è stata inserita nello studio poiché risulta uno degli aspetti centrali che rende i social uno strumento di comunicazione del tutto nuovo (Riva, 2019). L'obiettivo è comprendere se questa proprietà possa giovare o meno ai rapporti amicali tra adolescenti.

- *Ipotesi di ricerca 1: la percezione di continua disponibilità dei social media, è associata positivamente alla qualità delle relazioni amicali tra adolescenti.*
- La seconda ipotesi di ricerca è riferita alla variabile “**Frequenza di utilizzo dei Social Media per interagire con gli amici**”, che si riferisce in particolare alle modalità adottate dagli adolescenti nell'utilizzo di queste piattaforme in modo attivo (Burke, Marlow e Lento, 2010; Chen, Fan, Liu, Zhou e Xie, 2016). Questa variabile è stata presa in considerazione nella ricerca poiché da studi precedenti è emerso che diverse modalità di utilizzo potrebbero essere associate ad una maggiore o minore qualità percepita della relazione amicale (Burke et al., 2010; Chen et al., 2016).
 - *Ipotesi di ricerca 2: utilizzare i social media in modo attivo, cioè per socializzare con gli amici, può contribuire a una maggiore qualità percepita della relazione.*
- La terza ipotesi riguarda la variabile “**Competenza Sociale sui Social Media**”. La letteratura attuale conferma come uno sviluppo appropriato delle competenze socio-emotive porti ad un miglioramento dell'intelligenza emotiva e, di conseguenza, a buoni livelli di adattamento personale e socio-relazionale (Cebollero-Salinas, Cano-Escoriaza, Orejudo, 2022). Tale variabile, misurata nel contesto specifico dei social media, è stata considerata nel seguente studio poiché sembra esserci una relazione tra buoni livelli di competenze socio-emotive e la capacità di instaurare relazioni sane e stabili nel corso del tempo.
 - *Ipotesi di ricerca 3: avere un buon livello di competenza sociale è associato a una maggiore qualità delle relazioni con gli amici.*

- La quarta ipotesi di ricerca fa riferimento alla variabile **“Supporto tra Pari Online Percepito”**, ovvero uno scambio di aiuti o risorse nelle relazioni d’amicizia tra adolescenti, che aiuta a mantenere l’intimità e la profondità tipiche dei rapporti stretti, forti (Cohen et al., 1985). L’obiettivo è di comprendere se la percezione di un buon supporto ricevuto online dagli amici possa avere effetti positivi sulla qualità delle relazioni amicali.
 - Ipotesi di ricerca 4: *percepire supporto da parte dei pari sui social media è associato positivamente alla qualità dei rapporti amicali.*
- La quinta ipotesi riguarda la variabile **“Pressione Sociale Percepita Online”**, intesa come un senso di pressione sociale percepita nel dover essere costantemente reattivi e disponibili nelle comunicazioni online con gli amici. Le diverse caratteristiche dei social facilitano la comunicazione e l’interazione tra pari, ma creano delle aspettative di risposte assidue che possono aumentare il rischio di sviluppo di conflitti nelle relazioni amicali (Yang, 2021). Questa variabile è stata presa in considerazione con l’obiettivo di capire se questa percezione possa effettivamente influire negativamente sui rapporti amicali.
 - Ipotesi di ricerca 5: *la pressione percepita online dagli adolescenti nel dover essere sempre presenti e reattivi nelle risposte, può avere effetti negativi sui rapporti amicali.*

Oltre alle variabili appena citate, sono state prese in considerazione anche due variabili di controllo, rappresentate dal genere e l’età degli studenti che hanno partecipato allo studio.

3.3. Metodo

3.3.1. Partecipanti.

La presente ricerca è stata effettuata a diverse classi del Liceo Statale “Duca degli Abruzzi”, situato a Treviso. Gli studenti a cui è stato somministrato il questionario sono tutti regolarmente iscritti all’Anno Scolastico 2022/2023.

Le classi coinvolte in questo studio sono state 12. In particolare, hanno partecipato al questionario tre classi dell'indirizzo "Scienze Umane", due classi dell'indirizzo "Economico-Sociale", tre classi dell'indirizzo "Linguistico", due classi dell'indirizzo "Scienze Applicate" e, infine, due classi dell'indirizzo "Scientifico". Sono stati coinvolti studenti di tutte le classi, dalle prime alle quinte.

La somministrazione del questionario è avvenuta in due momenti differenti, a distanza di 6 mesi l'uno dall'altro: alla prima hanno partecipato 238 studenti di età compresa tra i 13 ed i 20 anni ($Metà=16.39$ e $DS=1.64$). Per quanto riguarda il genere degli studenti, i risultati riportano che su 301 partecipanti 171 (56,6%) si identifica nel genere femminile e 66 (21,9%) nel genere maschile, mentre mancano le relative informazioni per il resto dei partecipanti.

Alla seconda somministrazione i partecipanti che hanno compilato il sondaggio risultano 244, di età compresa tra i 14 ed i 20 anni ($Metà=16.65$ e $DS=1.67$). Per quanto riguarda il genere degli alunni, i risultati riportano che su un totale di 244 partecipanti 174 (57,8%) si identificano nel genere femminile, 69 (22,9%) si identificano nel genere maschile e 1 studente (0,3%) si identifica nell'opzione "Altro".

3.3.2. Procedura.

Il primo contatto con il "Liceo Statale Duca degli Abruzzi" è avvenuto a ottobre del 2022 tramite mail. Dopo alcune settimane di attesa di risposta, c'è stato un contatto telefonico con il responsabile delle attività scolastiche della sede centrale, il quale ha riportato all'attenzione del Preside il seguente studio. Successivamente, è stato fissato un colloquio individuale in presenza con il Preside per illustrargli nei dettagli gli obiettivi della ricerca e le modalità di raccolta dati. A seguito del colloquio e dell'avvenuta approvazione da parte del dirigente, la scelta delle classi a cui somministrare il questionario è stata concordata con il responsabile dell'attività. Dopodiché, il responsabile ha diffuso

una circolare contenente il link del consenso da firmare per i genitori dei ragazzi minorenni, divulgata sulla piattaforma online della scuola “Google Classroom”.

È stato deciso e comunicato che la modalità di somministrazione del questionario sarebbe avvenuto attraverso smartphone, poiché le classi scelte erano distribuite nelle tre diverse sedi e non tutte erano fornite di aule informatiche.

La prima raccolta dati è avvenuta a dicembre 2022. Ogni incontro con le diverse classi prevedeva una prima parte introduttiva di presentazione dello studio, dei suoi obiettivi e una breve spiegazione del questionario da compilare. In ogni classe in cui è avvenuta la raccolta dati sono stati ribaditi più volte il completo anonimato e la totale disposizione da parte dello studioso a rispondere a qualsiasi domanda o dubbio in merito al questionario.

La seconda raccolta dati è avvenuta, all'incirca, sei mesi dopo a fine maggio del 2023. Le modalità di somministrazione e le classi scelte non sono state modificate rispetto alla prima raccolta.

3.3.3. Strumenti.

La raccolta dati si è svolta attraverso l'utilizzo di un questionario “self-report” denominato “Social Media e Relazioni di Amicizia”.

Ai partecipanti è stato chiesto di esprimere la propria esperienza rispetto ad alcune domande relative all'uso quotidiano dei social media e alle proprie relazioni amicali, sia online che offline. Il sondaggio è stato effettuato per comprendere le diverse modalità di impiego che gli adolescenti fanno quotidianamente dei social media. Non era presente nessuno scopo clinico e, dunque, non vi era alcun obiettivo di individuare adolescenti con problematiche clinicamente significative. Il tempo previsto per la compilazione era di circa 30/40 minuti. L'anonimato è stato garantito e non sono state inserite all'interno del questionario domande che potessero far risalire all'identità dei singoli partecipanti. Le informazioni raccolte sono state utilizzate esclusivamente a scopo di ricerca.

Per il seguente studio, sono state selezionate le scale e gli item specifici inerenti a quanto presentato nelle ipotesi di ricerca. Di seguito vengono presentate le scale che sono state prese in considerazione per lo svolgimento dell'analisi dei dati:

- *Qualità percepita dell'amicizia.*

Per la misura della qualità percepita dell'amicizia, è stato utilizzato la versione breve del "Friendship Quality Questionnaire- Revised". La scala è composta da un totale di 18 item suddivisi in 6 sottoscale, che corrispondono alle sei dimensioni che caratterizzano la qualità dell'amicizia: 1. Convalida; 2. Conflitto; 3. Risoluzione dei conflitti; 4. Aiuto e guida; 5. Compagnia; 6. Intimità. Nel seguente studio sono stati presi in considerazione solo i costrutti di convalida, intimità e compagnia. Ai partecipanti è stato chiesto di esprimere il proprio grado di accordo su una scala Likert a 5 punti: 1= "Per niente vero per me", 2= "Poco vero per me", 3= "Abbastanza vero per me", 4= "Molto vero per me", 5= "Completamente vero per me". È stato calcolato il punteggio medio degli item relativi alle tre dimensioni di qualità dell'amicizia, tale che più è alto è il punteggio ottenuto, più è alta la qualità percepita della relazione. L'alpha di Cronbach mostra una buona affidabilità in entrambe le somministrazioni ($\alpha = .83$ in T1, $\alpha = .85$ in T2). Di seguito sono riportati gli item considerati:

1. I miei amici/amiche mi fanno sentire bene rispetto a quello che penso;
2. I miei amici mi dicono che sono bravo/a in quello che faccio;
3. Io e i miei amici/amiche ci facciamo sentire importanti e speciali a vicenda.
4. Io e i miei amici/amiche ci raccontiamo sempre i nostri problemi;
5. Io e i miei amici/amiche parliamo delle cose che ci rendono tristi;
6. Parlo con i miei amici/amiche quando sono arrabbiato/a per qualcosa che mi è successo;
7. Io e i miei amici/amiche condividiamo il nostro tempo libero insieme;

8. Io e i miei amici/amiche pensiamo alle cose che potremmo fare insieme;

9. Io e i miei amici/amiche ci divertiamo molto insieme.

- *Disponibilità dei Social Media.*

La “Perceived Social Media Features Scale” è stata elaborata da Angelina e colleghi (2022) e si basa sul quadro di trasformazione proposto da Nesi et al. (2018), in cui gli studiosi affermano l'importanza di comprendere i cambiamenti che avvengono nelle esperienze tra pari all'interno del contesto dei social media. La scala in totale comprende 8 sottoscale, relative alle 8 caratteristiche dei social media: 1. Asincronicità, 2. Permanenza, 3. Pubblicità, 4. Disponibilità, 5. Assenza di segnali, 6. Quantificabilità, 7. Visibilità, 8. Algoritmo. Per il presente studio è stata presa in considerazione solo la sottoscala relativa alla caratteristica di disponibilità. Ai partecipanti è stato richiesto di esprimere il loro grado di accordo rispetto alla percezione della presenza di ciascuna caratteristica, su una scala Likert a 5 punti: 1= “Per niente vero per me”, 2= “Poco vero per me”, 3= “Abbastanza vero per me”, 4= “Molto vero per me”, 5= “Completamente vero per me”. È stato calcolato un punteggio medio dei due item relativi alla disponibilità, tale che maggiore è il punteggio, più alta è la presenza percepita di tale caratteristica.

Gli item sono i seguenti:

1. Penso che sia possibile condividere facilmente nuovi contenuti sui social media o accedere ai contenuti condivisi da altri indipendentemente da dove ci si trovi (ad es., anche se siamo lontani da quelle persone).

2. Credo che sia facile contattare altre persone e comunicare con loro tramite i social media, anche se si è molto distanti.

- *La frequenza di utilizzo attivo dei Social Media.*

La frequenza di utilizzo attivo dei social media è stata valutata attraverso la “Frequency of Social Media Use” (Marino et al., 2016; Siciliano et al., 2015), utilizzando un solo item:

1. “Quanto spesso in un giorno infrasettimanale, accedi ai social media, in particolare per comunicare e interagire con i tuoi amici?”

Ai partecipanti è stato richiesto di esprimere il loro grado di accordo con questo item attraverso la scala Likert a 5 punti: 1= “Mai”, 2= “Raramente”, 3= “Di tanto in tanto”, 4= “Piuttosto spesso”, 5= “Molto spesso”.

- *Supporto tra pari Online percepito.*

Per la misura del supporto percepito online, sono stati utilizzati i tre item che compongono la sottoscala “Peer support”, della “Social and Emotional Health Survey” di Furlong et al. (2013), che misura il supporto percepito da parte dei pari nel contesto offline. Gli item sono stati riadattati al contesto online, aggiungendo la frase “*Sui social media...*” prima di ogni item.

Gli item sono i seguenti:

1. Sui social media c'è almeno un amico/a cui importa davvero di me.
2. Sui social media c'è almeno un amico/a con cui parlare dei miei problemi.
3. Sui social media c'è almeno un amico/a che mi aiuta quando ho un periodo difficile.

È stato chiesto ai partecipanti di esprimere il loro grado di accordo su una scala Likert a 4 punti: 1= “Per niente”, 2= “Un pò”, 3= “Abbastanza”, 4= “Molto”. È stato calcolato un

punteggio medio dei tre item relativi al supporto tra pari online percepito, tale che maggiore è il punteggio, più alta è la presenza percepita di tale caratteristica.

L'alpha di Cronbach mostra una buona affidabilità della scala, ed è pari a ($\alpha = .91$ in T1).

- *Pressione sociale percepita Online.*

La scala proposta da Hall e Baym (2012) “Perceived social pressure to be responsive scale of Entrapment”, comprende 5 elementi principali che misurano la pressione sociale percepita nel dover essere reattivi sui social media. Gli item utilizzati e proposti nel seguente studio sono:

1. Mi sento sotto pressione perché devo essere disponibile per i miei amici/amiche attraverso i social media.

2. Mi sento stressato dalla frequenza con cui i miei amici/amiche mi contattano sui i social media.

3. Mi sento obbligato a rispondere rapidamente ai messaggi e ai post dei miei amici/amiche sui social media.

4. Mi sento obbligato a condividere sui social media ciò che sto facendo.

5. Mi sento obbligato a usare i social media per tenermi in contatto con i miei amici/amiche.

Ai partecipanti è stato chiesto di esprimere il loro grado di accordo su una scala Likert a 5 punti: 1= “Per niente vero per me”, 2= “Poco vero per me”, 3= “Abbastanza vero per me”, 4= “Molto vero per me”, 5= “Completamente vero per me”. È stato calcolato un punteggio medio dei degli item relativi alla pressione sociale percepita online, tale che maggiore è il punteggio, più alta è la presenza percepita di tale caratteristica.

L'alpha di Cronbach mostra una buona affidabilità della scala, ed è pari a ($\alpha = .74$ in T1).

- *La competenza sociale.*

Il questionario sulle competenze socio-emotive online “Social Emotional e- Competencies” (e-COM), è stato elaborato da Cebollero-Salinas et al. (2022) per valutare le competenze socio-emotive nel contesto online. Gli item che compongono il questionario fanno riferimento a 5 competenze principali:

1. Coscienza emotiva.
2. Autoregolamentazione emotiva.
3. Autonomia emotiva.
4. Competenze emotiva
5. Capacità di affrontare la vita.

Nel presente studio è stata presa in considerazione solo la sottoscala sulla competenza sociale, che comprende i seguenti cinque item:

1. Prima di fare uno scherzo ai miei amici/amiche sui social media sono in grado di immaginare come si sentiranno.
2. Ho un buon controllo delle mie emozioni quando sono sui social media.
3. Controllo le emozioni che esprimo attraverso i social media.
4. Anche se qualcosa mi infastidisce sui social media, sono in grado di rispondere ai miei amici/ amiche con le buone maniere.
5. Prima di dire qualsiasi cosa ai miei amici/amiche sui social media, sono in grado di immaginare le conseguenze.

È stato chiesto ai partecipanti di esprimere il loro grado di accordo sulla scala Likert a 5 punti: 1= “Per niente vero per me”, 2= “Poco vero per me”, 3= “Abbastanza vero per me”, 4= “Molto vero per me”, 5= “Completamente vero per me”. È stato calcolato un punteggio medio dei

degli item relativi alla competenza sociale, tale che maggiore è il punteggio, più alta è la presenza percepita di tale caratteristica.

L'alpha di Cronbach calcolato è pari a ($\alpha = .83$ in T1).

3.4. Risultati

Dopo aver effettuato la raccolta dati, è stata svolta la loro analisi adoperando il programma PSPP Statistics. È stata condotta prima un'analisi di correlazione tra le variabili di interesse, e poi è stato creato un modello di regressione lineare multipla, che ha permesso di indagare il possibile ruolo svolto dalle variabili d'interesse come fattori di protezione o di rischio, nel contesto dei social media, per la qualità percepita delle relazioni amicali fra gli adolescenti.

3.4.1. Analisi descrittive delle variabili di interesse.

Prima di procedere con la verifica delle ipotesi, di seguito vengono riportati alcuni dati descrittivi relativi ai partecipanti, alle loro reti di amicizia e al loro utilizzo quotidiano dei social media.

Essendo centrale nello studio, e nelle ipotesi di ricerca, le relazioni tra pari e l'influenza dei social su queste, risulta interessante osservare alcuni dati raccolti in merito alle reti amicali degli adolescenti online e offline. Ai partecipanti è stato chiesto di scegliere l'immagine che meglio rappresentasse la propria rete di amicizie, riflettendo sulla quantità di amici con cui hanno un'interazione sia offline (cioè, quelli che frequentano e interagiscono di persona) che online (cioè, sui social media). (*Figura 1*).

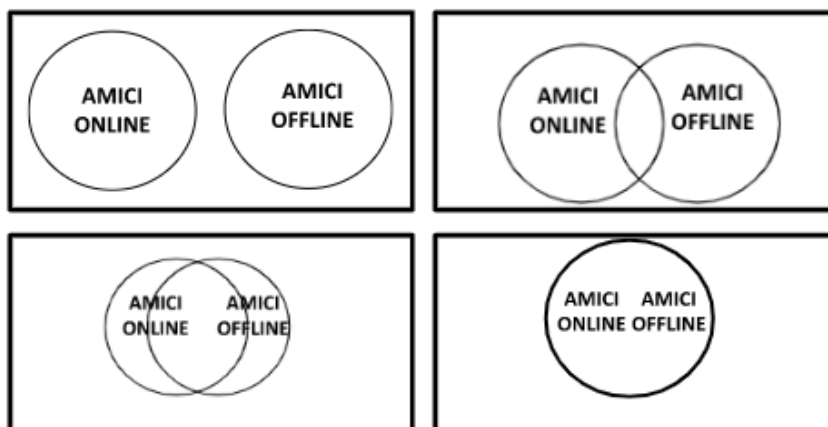


Figura 1. Interazione con gli amici offline anche online

È stato possibile osservare che il 6,3% dei ragazzi mantiene separati i rapporti online da quelli offline, il 9,6% riporta una piccola sovrapposizione tra le reti amicali online e offline, il 25,6% instaura rapporti con i pari offline mantenendo quasi completamente gli stessi anche online e il 39,2% riporta di avere la stessa rete di amicizie sia offline che online.

I partecipanti hanno, inoltre, espresso delle preferenze in merito all'utilizzo di alcune piattaforme social: Instagram (68,4%), Facebook (2,7%), Whatsapp (78,7%), Snapchat (38,2%), TikTok (50,8%), Telegram (10,6%). Questi dati confermano quanto riportato dalla letteratura presente nei capitoli precedenti, cioè che i social sono diventanti a tutti gli effetti una nuova realtà di comunicazione e interazione tra gli adolescenti.

Nella tabella che segue (*Tabella 1*), invece, vengono presentate le statistiche descrittive relative alle variabili d'interesse che sono state considerate nel presente studio: 1. Qualità delle relazioni amicali (convalida, intimità, compagnia), 2. Genere, 3. Età, 4. Disponibilità dei social, 5. Supporto tra pari online percepito, 6. Competenza sociale sui social media, 7. Frequenza di utilizzo dei social per interagire con gli amici, 8. Pressione sociale percepita online.

Tabella 1. Analisi descrittive delle variabili di interesse.

Variabile	Media	Deviazione Standard
1. Qualità relazioni amicali (convalida, intimità, compagnia) (T2)	3,64	.60
2. Qualità delle relazioni amicali (convalida, intimità, compagnia) (T1)	3,61	.60
3. Genere	-	-
4. Età	16.40	1.65
5. Disponibilità dei social	4.40	.68
6. Supporto tra pari online percepito	2.94	.94
7. Competenza sociale	3.54	.81
8. Frequenza di utilizzo dei social per interagire con gli amici	4.23	.84
9. Pressione sociale percepita online	1.82	.73

3.4.2. Analisi di correlazione tra le variabili di interesse.

Di seguito viene riportata l'analisi di correlazione, con l'obiettivo di indagare le relazioni esistenti tra la variabile dipendente (la qualità delle relazioni amicali) e le altre variabili ipotizzate come possibili elementi che migliorano o peggiorano i rapporti tra pari. La tabella presente (Tabella 2) mostra i coefficienti ottenuti dall'analisi di correlazione. Osservando la tabella è possibile notare come la qualità dell'amicizia correli positivamente con quasi tutte le altre variabili considerate. Ogni correlazione risulta essere statisticamente significativa, ma alcune si sono rivelate più forti di altre.

Ad esempio, la qualità dell'amicizia presenta correlazioni forti con la variabile riferita al supporto tra pari online percepito ($r = .318, p < .001$), con la competenza sociale ($r = .338, p < .001$) e in modo moderato con la frequenza di utilizzo dei social per interagire con gli amici ($r = .203, p < .01$). È possibile riscontrare, inoltre, una correlazione positiva meno forte con la variabile relativa alla caratteristica di disponibilità dei social ($r = .167, p < .05$).

Solo la variabile riferita alla pressione sociale percepita online correla negativamente con la qualità percepita dell'amicizia ($r = .187, p < .05$).

Infine, in merito alle variabili di controllo, il genere correla negativamente e in modo moderato con le qualità delle relazioni amicali ($r = .205, p < .01$).

Tabella2. Analisi di correlazione tra le variabili di interesse.

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Qualità relazioni amicali (convalida, intimità, compagnia) (T2)								
2. Qualità relazioni amicali (convalida, Intimità, compagnia) (T1)	.720***							
3. Genere	-.205**							
4. Età	.014	-.183**						
5. Disponibilità dei social	.167*	-.073	.235***					
6. Supporto tra pari online percepito	.318***	-.164*	.054	.171**				
7. Competenza sociale	.338***	-.181**	.056	.245***	.261***			

8. Frequenza di utilizzo dei social per interagire con gli amici	.203**	-.134*	.011	.268***	.330***	.287***	
9. Pressione sociale percepita online	-.187*	-.124	.074	.101	.022*	.068	.036*

Note: * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

3.4.3. Analisi di regressione relativa alle qualità delle relazioni amicali.

L'analisi di regressione è stata realizzata al fine di indagare la relazione tra la variabile dipendente e le molteplici variabili indipendenti considerate. Nel modello di regressione, la variabile dipendente è rappresentata dalle qualità delle relazioni di amicizia, in particolare convalida, intimità e compagnia, mentre le variabili indipendenti fanno riferimento alla caratteristica di disponibilità dei social media, al supporto sociale online percepito, alla competenza sociale, alla frequenza di utilizzo dei social per interagire con gli amici e alla pressione sociale percepita online. Sono state considerate, inoltre, come variabili di controllo nel modello: il genere e l'età dei partecipanti e la qualità dell'amicizia misurata in T1.

I risultati del modello di regressione mostrano come la variabile dipendente relativa alle qualità di convalida, intimità e compagnia sia associata negativamente a due variabili, ovvero la pressione sociale percepita online ($\beta = -.16, p < .001$) e la variabile di controllo genere ($\beta = -.13, p < .05$); inoltre, risulta significativo anche l'effetto della variabile relativa alla qualità dell'amicizia misurata a T1 ($\beta = .67, p < .001$). Per quanto riguarda le altre variabili indipendenti, non sono emerse altre associazioni statisticamente significative con il fenomeno di riferimento. La varianza spiegata per la qualità dell'amicizia a T2 è pari al 55%.

Tabella 3. Analisi di regressione rispetto alle qualità delle relazioni amicali.

Variabili Indipendenti	β	p
Qualità relazioni amicali (convalida, intimità, compagnia) (T1)	.70	p=.0
Genere	-.18*	p<0.05
Età	-.01	p=.772
Disponibilità dei social	.07	p=.180
Supporto tra pari online percepito	.02	p=.516
Competenza sociale	.02	p=.713
Frequenza di utilizzo dei social per interagire con gli amici	-.01	p=.727
Pressione sociale percepita online	-.13***	p=.001
R ²	.55	
N	244	

CAPITOLO 4

DISCUSSIONE E CONCLUSIONI

4.1. Discussione

Il presente studio è stato condotto con l'obiettivo di individuare ulteriori evidenze relative ad un fenomeno già presente in letteratura, ma poco approfondito: l'influenza dei social media sulla qualità percepita delle relazioni amicali.

“Impegnarsi in relazioni con i coetanei è uno dei compiti di sviluppo più importanti nell'adolescenza, non sorprende che la natura interattiva dei social media attragga i giovani offrendo uno strumento online per entrare in contatto con i coetanei e sentire di appartenere al gruppo” (Moreno & Uhls, 2019).

La ricerca si concentra sulle qualità delle relazioni di amicizia; in particolare si pone l'obiettivo di osservare e individuare l'influenza positiva che le specifiche variabili indipendenti possono avere sulle qualità dei rapporti stessi. È stato possibile effettuare questo studio grazie alla somministrazione di un ampio questionario, relativo all'utilizzo dei social media e delle relazioni amicali, a 301 studenti di un Istituto Superiore.

Le ipotesi presentate includono diverse variabili come fattori positivi che possono migliorare le qualità dei rapporti tra pari. A tal proposito, la maggior parte delle variabili di interesse presentano delle evidenze in letteratura, ma queste non sono sufficienti per comprendere l'effettiva influenza che possono avere nelle amicizie tra gli adolescenti. Oltre alla presenza di correlazioni statisticamente significative, sono state ipotizzate delle relazioni tra le variabili indipendenti e la variabile dipendente. Per tale motivo è stato utilizzato un modello di regressione multipla dal quale si è ipotizzato risultassero delle associazioni positive, statisticamente significative, nel caso delle variabili relative a: la disponibilità dei social media, la frequenza di utilizzo dei social media per interagire con gli

amici, la competenza sociale sui social media e il supporto tra pari online percepito. In merito alla variabile relativa alla pressione sociale percepita online, invece, si è ipotizzato risultasse un'associazione negativa statisticamente significativa. In riferimento al genere e all'età non sono state presentate delle ipotesi specifiche, ma sono state ugualmente inserite come variabili di controllo allo scopo di osservare la loro relazione con la variabile dipendente.

Prima di analizzare il modello di regressione lineare multipla, sono state osservate le correlazioni esistenti tra le variabili d'interesse. Tutte le variabili indipendenti, per cui si è ipotizzato che abbiano effetti positivi sulla qualità percepita delle relazioni amicali, correlano con la variabile dipendente. Solo una delle variabili, ovvero la pressione sociale percepita online, risulta correlare negativamente. L'esito dell'analisi condotta attraverso il modello di regressione lineare multipla, conferma quanto riportato precedentemente: la pressione sociale che gli adolescenti possono percepire online, nel dover rispondere in modo immediato, essere sempre presenti e disponibili con gli amici, può avere un effetto negativo sui rapporti amicali; ciò significa che il modello presenta un'associazione statisticamente significativa con la variabile dipendente. Nonostante le risposte agli item da parte degli adolescenti, la significatività riportata dal modello di analisi conferma l'ipotesi iniziale e gli esiti degli studi riportati da Yang (2021), in cui i risultati riportano un'effettiva pressione sociale percepita online da parte degli adolescenti e la percezione a dover essere sempre reattivi.

Tale risultato è in linea con quanto atteso; infatti, si prevede che al diminuire della pressione sociale percepita online, la qualità delle relazioni amicali aumenti.

Tra le correlazioni positive statisticamente significative ottenute, la più debole risulta essere quella relativa alla percezione di continua disponibilità dei social media. Questo esito differisce dall'ipotesi iniziale, ma potrebbe risultare piuttosto interessante, poiché si tratta di una delle variabili che mostra il maggior numero di risposte elevate agli item proposti. Tuttavia, anche gli studi condotti in merito a questa variabile, sono discordanti; secondo le evidenze riportate in letteratura, da un lato la disponibilità può aiutare a chiedere aiuto agli amici distanti in un momento di bisogno, dall'altro può

aumentare il senso di oppressione nel dover essere sempre presenti per gli altri (Angelini et al., 2022). Gli esiti ottenuti dal modello di regressione multipla confermano la scarsa correlazione tra la variabile in questione con la variabile dipendente; il modello non presenta alcuna associazione significativa tra la disponibilità dei social media e la qualità percepita delle relazioni di amicizia tra adolescenti. Nonostante i risultati non siano in linea con l'ipotesi attesa, confermano la necessità di operare studi aggiuntivi sull'argomento.

Le restanti variabili di interesse, che si ipotizza abbiano effetti positivi e migliorino la qualità delle relazioni amicali, risultano correlate in maniera positiva, moderata e statisticamente significativa con la variabile dipendente.

La variabile indipendente relativa al supporto tra pari online percepito mostra una correlazione significativa molto forte con la variabile dipendente. Ciò risulta in linea con l'ipotesi attesa e con le evidenze riscontrate in letteratura, in quanto i giovani sentono il bisogno di sostegno sociale ed emotivo, oltre che di condividere informazioni intime con i propri amici (Angelini et al., 2022). Nonostante sia presente una forte associazione tra il fenomeno di riferimento e la variabile in questione, il modello di regressione multipla non mostra alcuna associazione statisticamente significativa con la variabile dipendente. Non è quindi possibile confermare l'ipotesi iniziale, ma i risultati ottenuti dall'analisi di correlazione rimandano ugualmente all'idea di un'importanza considerevole relativa al supporto tra pari online percepito.

Allo stesso modo, la variabile riferita alla competenza sociale presenta una forte correlazione significativa con la qualità percepita delle relazioni tra pari. I risultati ottenuti dal modello di regressione non mostrano, però, alcuna associazione statisticamente significativa tra la variabile dipendente e la competenza sociale. Questo differisce dall'ipotesi attesa ma, soprattutto, dalle evidenze riscontrate secondo cui le competenze socio-emotive svolgono un ruolo chiave, nell'ambiente specifico online, nello sviluppo sociale e, di conseguenza, nelle relazioni amicali (Cebellero-Salinas et al. 2022).

Per quanto riguarda la correlazione tra la frequenza di utilizzo dei social media da parte degli adolescenti e la variabile dipendente, i risultati mostrano un'associazione moderatamente significativa. I dati raccolti confermano quanto riportato da Milani, Osualdella e Di Blasio (2009) nel loro studio, poiché circa il 60% dei partecipanti fa un uso frequente dei social media, mentre solo il 6% ha affermato di usarlo raramente o non usarlo mai. Nonostante questo, il modello adoperato per l'analisi non presenta alcuna relazione statisticamente significativa tra la variabile in questione e la qualità percepita delle relazioni amicali. L'ipotesi iniziale non è quindi confermata e differisce da quanto riportato nella letteratura attuale. Infatti, a differenza di quanto riscontrato dal modello di regressione del presente studio, secondo Nesi et al. (2018) il frequente uso dei social media da parte dei giovani può modellare le relazioni tra pari, i processi di socializzazione e i comportamenti adottati nei rapporti diadici.

La variabile di controllo relativa all'età non mostra alcuna correlazione con la variabile dipendente; invece, la variabile di controllo relativa al genere risulta correlare significativamente con essa. Questo potrebbe indicare che anche il genere giochi un ruolo importante influenzando sulla qualità dei rapporti tra pari. Inoltre, gli esiti ottenuti dal modello di regressione mostrano un'associazione statisticamente significativa tra la variabile di controllo relativa al genere e la variabile dipendente. Questo potrebbe significare che le differenze tra i due generi possano influire sulle modalità e le dinamiche che si vengono a creare tra gli adolescenti. Sarebbe utile approfondire la questione con studi aggiuntivi, per capire nel dettaglio gli effetti delle differenze di genere sulla qualità percepita dei rapporti di amicizia.

Per riassumere, nonostante i risultati ottenuti dall'analisi di correlazione tra la variabile dipendente, riferita alla qualità percepita delle relazioni amicali, e le variabili indipendenti confermino le ipotesi iniziali, il modello adottato per l'analisi di regressione non mostra alcuna associazione significativa positiva tra le variabili indipendenti e il fenomeno di riferimento. L'unica ipotesi confermata risulta essere quella relativa ad un'associazione negativa tra la pressione sociale percepita online e la qualità percepita delle relazioni di amicizia.

I risultati finora descritti prendono già in considerazione la variabile relativa alla qualità percepita delle relazioni amicali misurata a T1.

4.2. Possibilità di intervento

Il presente studio e la letteratura già esistente relativi all'influenza dei social media sulle qualità delle relazioni amicali, confermano l'essenzialità per gli adolescenti di costruire e mantenere dei legami d'amicizia intimi e profondi. Essendo l'adolescenza un periodo fortemente critico, risulterebbe utile ed efficace proporre degli interventi nelle scuole per sensibilizzare i giovani in merito all'uso dei social media e alle loro molteplici caratteristiche. Fornire loro una visione guidata di questi strumenti e delle conseguenze che il loro utilizzo può comportare, potrebbe migliorare le modalità adottate dagli adolescenti nel loro uso.

Inoltre, insieme agli interventi di sensibilizzazione, è possibile proporre degli interventi che comprendano l'uso di *role playing*, una tecnica di stimolazione che consiste nella rappresentazione scenica di una situazione o un'interazione personale, in cui l'individuo assume il comportamento della situazione immaginaria. Agli studenti viene richiesto di rappresentare alcuni ruoli mentre altri, che si trovano in classe, fungono da osservatori. Questa tecnica permette, a chi ne prende parte, di vivere delle probabili situazioni che si possono verificare e analizzare successivamente il comportamento maggiormente funzionale da poter adottare, nel caso in cui la situazione immaginaria rappresentata si verificasse realmente.

Infine, questo tipo di intervento può aiutare gli adolescenti a sviluppare adeguatamente la competenza sociale, fondamentale nelle interazioni interpersonali.

4.3. Conclusioni

Gli adolescenti si interfacciano ogni giorno con il mondo del web, sempre più in evoluzione. In particolar modo, i social media rappresentano uno strumento che permette di comunicare, di interagire con gli altri e di instaurare nuove relazioni. Questi strumenti diventano, a tutti gli effetti, una parte fondamentale nella vita di ogni ragazzo, influenzandone il pensiero, i comportamenti e le esperienze con i pari.

Per questo motivo è molto importante che la ricerca e gli studi relativi a tale fenomeno, approfondiscano ulteriormente gli effetti che i social media possono avere quotidianamente nella vita degli adolescenti, individuandone gli aspetti funzionali e disfunzionali.

Il presente studio è stato condotto allo scopo di indagare il fenomeno delle qualità delle relazioni amicali influenzate dai social media, concentrandosi sull'individuare alcuni elementi che possono avere degli effetti positivi su di esse e, di conseguenza, migliorarle. La ricerca suggerisce la presenza di alcuni fattori che possono influire positivamente sui rapporti tra pari, con la necessità, però, di studi aggiuntivi.

Seppur è presente la necessità di ulteriori ricerche, il presente studio fornisce delle informazioni utili che possono aiutare a comprendere come un uso adeguato e funzionale dei social media possa giovare sulle relazioni amicali tra adolescenti.

BIBLIOGRAFIA

Albiero, P. (2021). *Il benessere psicosociale in adolescenza. Prospettive multidisciplinari*. Roma: Carocci.

Angelini, F., Marini, C., Gini, G. (2022). Friendship quality in adolescence: the role of social media features, online social support and e-motions. *Current Psychology*, 1-17.

Antognazza, D., & Sciaroni, L. (2009). Progetto di ricerca: Chiamale emozioni. *Rapporto finale*.

Baumeister, R. F., Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.

Belsky, J. (2009). *Psicologia dello sviluppo. Periodo prenatale, infanzia, adolescenza*. Bologna: Zanichelli.

Berndt, T. J., & Perry, T. B. (1986). Children's perceptions of friendships as supportive relationships. *Developmental psychology*, 22(5), 640.

Berti, A., E., Bombi, A., S. (2018). *Corso di psicologia dello sviluppo. Dalla nascita all'adolescenza*. Bologna: Il Mulino.

Borca, G., Cattelino, E., Bonino, S. (2002). Insuccesso e insoddisfazione scolastica in adolescenza. *Età evolutiva*, 71, 67-75.

Boyd, D., M., Ellison, N., B. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230.

Bukowski, M., Hoza, B. (1989). Popularity and friendship: Issues in theory, measurement, and outcome. *Peer Relationships in Child Development*, 15-45

*Burke M., Marlow C. e Lento T. (2010), Social network activity and social well-being. *Postgraduate Medical Journal*, 85, 455-459.

- Cantelmi, T., Giardina Grifo, L. (2002). *La mente virtuale*. Milano: Edizioni San Polo.
- Casey, B. J., Getz, S., & Galvan, A. (2008). The adolescent brain. *Developmental review*, 28(1), 62-77.
- *Casey, B., J. (2015). Beyond simple models of self-control to circuit-based accounts of adolescent behavior. *Annual Review of Psychology*, 66, 295-319.
- Caso, D. (2015). L'uso di Internet e il benessere psicosociale in adolescenza: uno studio correlazionale. *Psicologia Della Salute*, 2, 141–155.
- Cebollero-Salinas, A., De Escoriaza, J. C., & Hernández, S. O. (2022). Social Networks, Emotions, and Education: Design and Validation of e-COM, a Scale of Socio-Emotional Interaction Competencies among Adolescents. *Sustainability*, 14(5), 2566.
- *Chen, W., Fan, C. Y., Liu, Q. X., Zhou, Z. K., & Xie, X. C. (2016). Passive social network site use and subjective well-being: a moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 64, 507–514.
- Cohen, S., Mermelstein, R. J., Kamarck, T. W., & Hoberman, H. M. (1985b). Measuring the functional components of social support. In *Springer eBooks* (pp. 73-94).
- Conti, V. (2022). Processi tematico-dopaminergici nella letteratura giovanile. *Comparatismi*, (7).
- Dini, C. (2010). Giovani e psicopatologia del virtuale. *Profiling*. I profili dell'abuso, 3(2).
- Fermani, A. (2008). Adolescenti e gruppi dei pari. Processi di transizione. in B. Pojaghi. *Giornate di studio con Wim Meeus*. Macerata: EUM. 49-71.
- Fermani, A. (2011). *Le relazioni amicali in adolescenza*. Aras Edizioni.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*.
- Griffiths, M. D., & Kuss, D. (2017). Adolescent social media addiction (revisited). *Education and Health*, 35(3), 49-52.

- Hartup, W. W., & Stevens, N. (1997). Friendships and adaptation in the life course. *Psychological Bulletin*, 121(3), 355–370.
- Hinde, R. A. (1997b). *Relationships: A Dialectical Perspective*.
- Klimmt, C., Hefner, D., Reinecke, L., Rieger, D., & Vorderer, P. (2017). The permanently online and permanently connected mind. Mapping the cognitive structures behind mobile Internet use. *In Permanently online, permanently connected* (pp. 18-28). Routledge.
- Lerner, R. M., Boyd, M. J., & Du, D. (2010). Adolescent development. *The Corsini encyclopedia of psychology*, 1-2.
- Milani, L., Osualdella, D., & Di Blasio, P. (2009). Quality of interpersonal relationships and problematic Internet use in adolescence. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 681-684.
- Moreno, M. A., & Uhls, Y. T. (2019). Applying an affordances approach and a developmental lens to approach adolescent social media use. *Digital Health*, 5, 1–6.
- Myers, D. G. (2008). *Social psychology*. Boston: McGraw-Hill Companies.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018). Transformation of adolescent peer relations in the social media context: Part 1—A theoretical framework and Application to dyadic peer Relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 267–294
- Nesi, J., Dredge, R., Maheuw, A., J., Roberts, S., R., Fow, K., A., Choukas-Bradley, S. (2021b). Peer Experiences via Social Media. *Elsevier*.
- Palmonari, A. (2001). *Gli adolescenti*. Il Mulino.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611–621.

- Pertegal, M., A., Oliva, A., Rodri'guez-Meirinhos, A. (2019b). Development and validation of the Scale of Motives for Using Social Networking Sites (SMU-SNS) for adolescents and youths. *PLOS ONE*, 14(12), e0225781.
- Piaget, J., (1967). *Lo sviluppo mentale del bambino e altri studi di psicologia*.
- Pouwels, J. L., Valkenburg, P. M., Beyens, I., van Driel, I. I., & Keijsers, L. (2021). Social media use and friendship closeness in adolescents' daily lives: An experience sampling study. *Developmental Psychology*, 57(2), 309–323.
- Rabaglietti, E., Ciarano, S. (2009). "It's Saturday..I'm Going Out With My Friends": Spending Time Together in Adolescent Stories. *Psychology of Relationships*, 281-302.
- Riva, G. (2012). *Psicologia dei nuovi media*. Bologna: Il Mulino.
- Riva, G. (2019). *Nativi digitali. Crescere e apprendere nel mondo dei nuovi media*. Bologna: Il Mulino.
- *Rose, A., J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child Development*, 73(6), 1830-1843.
- Rosenberg, M. (1965b). *Society and the Adolescent Self-Image*. In Princeton University Press eBooks.
- Rubin, K. H. (2004). Three Things to know about Friendship. *Newsletter International Society for the Study of Behavioral Development*, 46(2), 5-7.
- Sampasa-Kanyinga, H., Chaput, J. P., & Hamilton, H. A. (2019). Social media use, school connectedness, and academic performance among adolescents. *The journal of primary prevention*, 40, 189-211.
- Schaffer, H., R. (1998). *Lo sviluppo sociale*. Milano: Raffaello Cortina.
- Sherif, M., Sherif, C. (1964). *Reference groups exploration into conformity and deviation of adolescence*. (Under the editorship of Gardner Murphy.).

- *Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity. Lessons from the New Science of Adolescence*.
- Steinberg, L., Morris, A., S. (2001). Adolescent Development. *Annual Reviews Psychology*, 52, 83-110.
- Sullivan, H., S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York, Norton.
- Tani, F., Rossi, S., & Smorti, M. (2005). I criteri di scelta degli amici nell'infanzia e nell'adolescenza: Un'indagine sulle caratteristiche di personalità. *Età Evolutiva*, 81, 31-41.
- Tazghini, S., & Siedlecki, KL (2013). A mixed method approach to examining Facebook use and its relationship to self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 827-832.
- Throuvala, M., A., Griffiths, M., D., Rennoldson, M., Kuss, D., J. (2019). Motivational processes and dysfunctional mechanisms of social media use among adolescents: A qualitative focus group study. *Computers in Human Behavior*, 93, 164-175.
- Uhls, Y. T., Ellison, N. B., & Subrahmanyam, K. (2017). Benefits and costs of social media in adolescence. *Pediatrics*, 140, S67–S70.
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274-302.
- Whiting, A., Williams, D. (2013). Why people use social media: a uses and gratifications approach. *Qualitative Market Research: An International Journal*, 16 (4), 362-369.
- *Woods, H., C., Scott, H. (2016). Sleepy teens: social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51(1), 41-49.
- Yang, C. (2021). Social media social comparison and identity processing styles: Perceived social pressure to be responsive and rumination as mediators. *Applied Developmental Science*, 26(3), 504–515

*opere non direttamente consultate