

Tommaso Favino Literary Competition 2021

1). I social media sono mezzi di cambiamento – sono ormai parte integrante della nostra vita quotidiana, quindi è un fatto indiscutibile che il nostro approccio alla vita oggi è molto diverso da quello delle generazioni passate. Instagram, Twitter e Facebook sono solo alcuni dei social più famosi che registrano giornalmente aggiornamenti, apprezzamenti e condivisioni da tutte le parti del mondo. L'idea di essere collegato con la gente in tutto il mondo è sbalorditiva, senza nessun dubbio, ma questi social media non influenzano sempre le persone in modo positivo. Infatti, la società moderna si basa sull'uso dei social network che soddisfa il nostro desiderio di comunicazione e di affetto, ma che si traduce anche in tratti di narcisismo, di bassa autostima e di depressione.

È vero che i social media influenzano il modo in cui ci comportiamo, particolarmente a causa del fatto che tutti possono restare anonimi e nascondersi dietro una maschera sui social; è per questo, senza nessun dubbio, c'è chi finge di essere un intellettuale quando non lo è affatto, chi spera di apparire bello (o bella) ritoccando le proprie foto, chi scrive di aver un lavoro appagante quando questo non corrisponde assolutamente alla verità. Spiegare questi comportamenti è difficile - molti psicologi e sociologi hanno dedicato la loro vita a capire queste idee – ma secondo me, sono collegati con il conformismo. Gli individui cercano di evitare situazioni conflittuali e, per non creare spiacevoli attriti, tendenzialmente adottano scelte conformiste - è per questo che i social media sono così popolari oggi.

Non è scioccante che quelli che usano di più i social media siano i giovani, che fanno parte di questa generazione 'fluida' e che sono cresciuti sotto l'influenza della tecnologia. È per questo che, per noi giovani, i social media hanno un grande impatto sulla nostra vita e sul nostro comportamento. Gli psicologi e i sociologi hanno trovato che per i giovani l'idea di condividere foto ed esperienze non è solo un modo di comunicazione, ma è anche un modo di "fare colpo" sui follower e sugli amici. Dunque, esistono molti elementi di narcisismo a causa di questo bisogno di fare bella figura, visto che molti sono tentati di mostrare una vita

diversa da quella reale pur di ottenere commenti e like. Non solo le foto, ma anche le stories, ci permettono di condividere quello che stiamo facendo; secondo me, i giovani usano queste reti sociali, e decidono di far parte di quest'identità collettiva, per dire agli amici: "guarda cosa sto facendo adesso. L'accento va sull'adesso, sul qui e ora". Al mio parere, il motivo di questi comportamenti è il bisogno di appartenere e di affetto, due bisogni fondamentali dell'uomo.

Molti giovani amano i social, ma penso che usarle non sia sempre una cosa positiva, particolarmente a causa della bassa autostima e del cyberbullismo. Mettere continuamente a confronto la propria vita con quella degli altri può far insorgere un senso di inadeguatezza e all'errata conclusione che la propria vita sia noiosa e triste. Aumenta così la sensazione di solitudine e di vuoto che può portare a momenti di depressione o a esacerbare una patologia depressiva già latente. Per esempio, il mio amico del cuore ha sofferto di bassa autostima l'anno scorso, perché non riusciva a smettere di guardare il suo telefonino e le foto degli altri; infatti, mi ha detto che "tutti gli altri si divertivano più di lui" e che non si era mai sentito così isolato. Anch'io, quando guardo le foto degli altri in cui si divertono un sacco, mi sento triste e non capisco perché non sono stato invitato a festeggiare con loro – è vero, far d'una mosca un elefante è sempre una cosa negativa, ma è difficile evitare di farlo mentre si usano le reti sociali.

Non solo questo, ma io sono stato vittima dell'uso eccessivo dei social network tre anni fa, e dopo quest'esperienza ho deciso di pensare al mio rapporto con i social media e di usarli in modo più moderato. Se si usano sconsideratamente i social network si può diventare isolati e si può perdere quasi del tutto il contatto con la realtà, come quello che mi è successo. Avere tanti amici e contatti sui social non è la stessa cosa di averli nella vita reale, e per me è stato difficile capire quest'idea. Anche se avevo tanti follower sui social, non uscivo mai con gli amici e preferivo stare nella mia camera, usando il mio cellulare per ore e ore – ero dipendente dai social e questo ha influenzato tutti gli aspetti della mia vita e non ero più una persona socievole e estroversa a causa della mia ossessione. Inoltre, la mia

situazione è diventata peggiore – pensavo di non poter essere felice senza ottenere commenti e like, e credo ancora adesso che questo sia il caso per molti giovani oggi. Dopo averne pensato a lungo, mi sono reso conto che il mio unico motivo per presentarmi sui social media era il mio egocentrismo e che non volevo più essere al centro dell'attenzione, grazie ai consigli dei miei genitori.

Infatti, mentre parlavo dei social media con i genitori, mi hanno dimostrato che esistono molti punti di vista su questo argomento. Pensano che, se usati male, i social network siano una quasi totale perdita di tempo, un coacervo di disinformazione e un veicolo per il consumismo più sfrenato. Non ne sono d'accordo, ma capisco il loro punto di vista, particolarmente dato che le persone che siamo sui social non sono quelle che siamo in realtà allora perché preoccuparsi di una vita artificiale? Anche se quest'idea, di poter dare un'immagine di sé diversa da quella reale sui social, sembra scioccante per molti adulti, è senza nessun dubbio una realtà per i giovani oggi – non solo ciò, ma illudersi è ora uno stile di vita per loro, spiegando questi comportamenti di narcisismo. Esistono i giovani che guardano Instagram senza voler essere più simili alle foto che vedono lì? Io direi di no, perché è la stessa cosa per me e per tutti i miei amici.

Tuttavia, non è giusto dire che i social media sono una perdita di tempo, perché presentano molti aspetti vantaggiosi per la vita moderna. Si può comunicare con persone di tutto il mondo, per esempio io invio messaggi al mio studente di scambio italiano attraverso Instagram, anche se non lo vedo da due anni. Inoltre, i social diffondono notizie in tempo reale e durante il periodo della mia vita in cui passavo la maggior parte del mio tempo al cellulare, ricevevo tutte le mie informazioni dai social network. Per le persone che sono timide o isolate, i social sono importanti; non solo per entrare in contatto con gli altri, ma anche per avere più fiducia in se stessi. Ma tutti sanno che non c'è molta differenza tra la fiducia ed il narcisismo, allora bisogna sempre essere prudenti sugli spazi virtuali.

Insomma, ho un'opinione divisa sull'uso dei social: cioè, i social cambiano

continuamente, rappresentano un mezzo di comunicazione istantanea, ma allo stesso tempo si basano sul narcisismo e sul egocentrismo delle persone che vivono in questo mondo dove quasi tutti vogliono mettersi in mostra. L'uomo è per natura un essere sociale, come ha detto il filosofo Aristotele, allora non deve stupire che siano stati creati degli strumenti come questi social per stabilire delle connessioni. Eppure nessuno avrebbe mai immaginato quanto hanno cambiato le nostre vite e i nostri comportamenti; dopo aver riflettuto sul mio rapporto con i social, posso dire che ciò che conta è sfruttare al massimo questi mezzi di comunicazione in modo consapevole, e non soccombere di fronte alla vita artificiale che esiste sugli spazi virtuali.