

Social dannosi Nuove sfide per i docenti

Daniele
Nappo*



Nel 2023 secondo varie rilevazioni circa 5,2 miliardi di persone, ben oltre la metà della popolazione mondiale, navigano sui social network inconsapevoli dell'impatto che queste reti digitali hanno sulla salute mentale dei giovani. Si deve aiutare i giovani a disintossicarsi dai social. Il loro uso continuo non fa bene e non permette loro di avere la percezione della realtà e del loro aspetto personale. Purtroppo quello che appare in questi canali è una sovrastruttura della realtà, vengono continuamente proposti dei modelli di lontanissima bellezza estetica o di difficile attuabile prestigio anche se va detto che i ragazzi di oggi percepiscono una maggiore capacità d'inclusività del vario e del diverso. I social media sono pieni di influencer di moda e fitness che pressano gli adolescenti ad assimilare ideali di bellezza o stili di vita insensati e impossibili a chi ha comuni disponibilità economiche. La scuola deve aiutare gli studenti a capire che devono staccarsi dai social e usare il loro tempo libero per dedicarsi ad hobby, passioni, volontariato. Sappiamo come, in questo momento, i giovani stiano vivendo un momento di bassa autostima, di disagi psichici e di disturbi alimentari: è evidente che i social rendono ancora più fragili quei punti di spaccatura. La correlazione tra uso dei social network e salute mentale è oggetto di forte attenzione da parte dei ricercatori. Va detto però che il problema vero è la 'consumazione' distorta. Gli adolescenti vivono una vera "paura di non esserci", di venir tagliati fuori dagli eventi. Con l'effetto di produrre ulteriore compulsione ad essere ininterrottamente collegati in Rete. Il Web può offrire certamente delle nuove possibilità di esprimersi. È quindi fondamentale che i professionisti della salute familiarizzino con il mondo digitale per intercettare questa crescente domanda di aiuto. Anche in questo caso la scuola ha un ruolo fondamentale di educazione a un uso corretto e ridotto dei social media.

*Direttore Scuola Freud