



Look Up: ho 422 amici, eppure sono solo!

Riflessioni sull'uso dei social ispirate dalla visione del cortometraggio *Look Up* di Gary Turk

<https://www.youtube.com/watch?v=dvVg3klfRg>

Sicuramente la nostra generazione è quella dell'era digitale, di internet e dei social. Da una parte, possiamo senz'altro dire che questa è stata un'invenzione straordinaria soprattutto in campo lavorativo, ma questo uso quotidiano dei social network, chat, Whatsapp nella vita di tutti i giorni secondo me ha impoverito e sminuito le relazioni reali tra le persone. Condivido ciò che viene detto nel video allegato che sembra essere un grido di allarme a non buttare via il tempo. Personalmente, non ritengo di fare un uso eccessivo dei social. Nella mia vita quotidiana la tecnologia ha un ruolo importante ma non primario. Infatti, io non penso di essere un soggetto molto dipendente dai social, però faccio largo uso della tecnologia. Mi capita, per esempio, nonostante io preferisca i libri cartacei, di leggere sul mio tablet o di passare ore ascoltando la musica con gli auricolari. Riesco comunque a passare parte del mio tempo libero offline.

Per quanto mi riguarda non trovo bello e gratificante condividere alcune mie informazioni personali, sfoghi, difficoltà, stati d'animo tramite i social. Non mi rende felice o più felice la condivisione a tutti i costi, non mi sento meglio o più considerata se qualcuno condivide o approva tramite social un mio pensiero. Penso invece che per molti miei coetanei questo diventi un bisogno, una necessità.

In questo anno di pandemia, i vari dispositivi ci hanno permesso di studiare, lavorare, condividere piccoli momenti con gli altri. Soprattutto, abbiamo cercato in questo strumento, la possibilità di continuare ad avere una certa sorta di normalità (purtroppo interrotta). I social, le videochiamate, le chat hanno senz'altro contribuito ad accorciare le distanze ma secondo me non ci hanno reso ugualmente felici perché la socializzazione virtuale non è come condividere personalmente, non è avere un rapporto umano diretto con una persona. Un social network non può essere un sostituto di una persona perché è solamente un dispositivo elettronico, certamente importante, ma che può anche creare illusioni; un incontro con una o più persone è vita reale in ogni senso. Ritengo, infatti, che ci si possa sentire più gratificati e sereni frequentando le altre persone, condividendo interessi ed emozioni vere.

Può infatti accadere che qualcuno utilizzi i social per dare di sé un'immagine diversa da quella reale, soprattutto soggetti non motivati da autostima e quindi molto insicuri. Questo lo trovo molto triste, perché penso non sia giusto e tanto meno appagante dare una rappresentazione di noi stessi che non ci appartiene. Bisognerebbe imparare ad accettarsi, perché alla fine è l'imperfezione che deve essere una forza e non la ricerca assoluta della perfezione. I social in questo possono aiutare e peggiorare la situazione. Ogni giorno, infatti, veniamo sottoposti a immagini di corpi, vite che all'apparenza sono perfetti e vincenti, facendo sì, che soprattutto i più giovani si sentano a disagio e cerchino di imitare qualcosa che in realtà non esiste. Non dimentichiamoci però che i social sono anche fondamentali mezzi di comunicazione che sono essenziali per diffondere messaggi importanti, ad esempio messaggi contro ogni tipo di dipendenza. Per questo penso che il vero problema sia che molte persone non ne sappiano fare un uso corretto e consapevole anche perché ogni social ha

caratteristiche e finalità di uso diverse. Con l'utilizzo di questi dispositivi digitali, è più facile compiere azioni che normalmente non avremmo fatto, soprattutto è più facile ferire le persone, perché con loro non abbiamo un confronto diretto, non li guardiamo negli occhi, ma abbiamo solo un semplice scambio di messaggi che attenua la capacità di capire la portata delle nostre azioni. I social sono, come ho già detto, uno strumento importante che non andrebbe messo in mano a bambini inesperti ma disinvolti che non possono apprendere quale sia la loro pericolosità, sia la loro importanza (un bambino non ha molti strumenti per difendersi da esperienze che possono rivelarsi spiacevoli).

In questi lunghi mesi di isolamento il più grande amico dei bambini è diventato proprio il computer. Quest'anno di pandemia ha creato una generazione di adolescenti sempre più soli, sofferenti e asociali spesso e volentieri troppo impegnati a guardare i cellulari e non ciò che accade intorno a loro. Ha cambiato di molto la nostra modalità di comunicazione e ci ha portato anche ad affrontare stress e ansia.

Chiaramente non possiamo però identificare i social e i loro annessi come qualcosa di solo negativo, anche se molti ragazzi oggi sviluppano un attaccamento così grande ai social, facendo di essi il centro del proprio mondo. Questo fa risultare difficile qualsiasi tentativo di distacco dal mondo virtuale. In parte posso capire quello che provano questi ragazzi, il centro delle notizie e di collegamento con il resto del mondo oggi arriva in gran parte da Internet. E' normale, quindi, dopo essere stati abituati a fare un uso giornaliero di questi mezzi che ci si senta "isolati" stando qualche giorno senza di essi.

Anch'io inizialmente proverei questo sentimento, però sono anche sicura che dopo poco mi abituerei al cambiamento, capendo come investire il mio tempo in maniera diversa, ma sempre soddisfacente. Concludo dicendo, che la tecnologia e i social sono strumenti che vanno usati correttamente. Questo sarebbe veramente opportuno. Una persona che ne fa utilizzo deve essere al corrente sia dei benefici che dei rischi che corre. Quando usiamo questi mezzi dobbiamo essere quindi responsabili non solo per noi stessi ma anche per gli altri che possono risentire del nostro comportamento inadeguato. Non dimentichiamo mai che la cosa più importante è evitare che diventino strumenti di isolamento sociale perché come ci dice il protagonista di questo video : " Ho 422 amici eppure sono solo , nessuno mi conosce " .