10 marzo 2017 10:34

Social network. Usarli e sentirsi soli. Studio

di Redazione



Alcuni ricercatori dell'Universita' di Pittsburgh (Pennsylvania) si sono interessati alla relazione che potrebbe esistere tra i tempi trascorsi o persi sui social network e la sensazione di isolamento di coloro che utilizzano questi social. I risultati del loro studio, realizzato nel 2014, viene ora pubblicato dall'American journal of preventive medicine. (http://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797(17)30016-8/fulltext)

La metodologia:

Una rosa di 1.878 americani 19-32enni sono stati interrogati sulla frequenza di uso e i tempi li' trascorsi, ai margini del "tempi di lavoro", su undici reti sociali: Facebook, YouTube, Twitter, Google Plus, Instagram, Snapchat, Reddit, Tumblr, Pinterest, Vine (RIP), Linkedln.

Hanno risposto ad un questionario per determinare il loro "isolamento sociale percepito", con cui il campione valuta "la percezione di essere evitato, escluso, indipendente, staccato o sconosciuto dagli altri". Lo scopo non era di definire l'isolamento "oggettivo" del soggetto, ma, per il soggetto, di dirgli il grado di isolamento nel quale ha l'impressione di vivere. "La percezione di essere isolato socialmente e di essere da solo -e non solo la mancanza oggettiva di connessioni sociali- e' particolarmente legata a delle malattie fisiche e mentali", ricordano nell'introduzione i ricercatori.

Le conclusioni:

I dati raccolti hanno permesso ai ricercatori di dire che esiste un legame importante tra "l'isolamento sociale percepito" e una forte utilizzazione delle reti sociali, "anche dopo aver preso in considerazione dei fattori demografici e sociali che avrebbero potuto influenzare i risultati":

- comparate le persone che utilizzano i social network per mesi una mezzora al giorno, quelli che lo fanno per piu' di 112 minuti hanno due volte piu' possibilita' di risentire un isolamento sociale percepito piu' elevato;
- comparate le persone a quelle che hanno visitato delle reti sociali meno di nove ore per settimana, le persone che le hanno visitate piu' di 58 volte hanno tre volte in piu' di possibilita' di risentire un isolamento sociale percepito piu' elevato.

"Noi siamo dei creatori fondamentalmente sociali, ma la vita moderna ha tendenza a metterci in dei compartimenti piuttosto che a farci avvicinare. Si puo' avere l'impressione che le reti sociali ci permettano di riempire questo vuoto sociale, ma io penso che questo studio suggerisca che non puo' essere la soluzione che le persone sperano", dice il professo Brian Primack, che ha diretto lo studio.

I ricercatori producono diverse ipotesi, piu' o meno credibili, per cercare di spiegare questo legame. A stare troppo online, ci si sentira' piu' soli perche:

- "piu' si passa del tempo su Internet, meno tempo si ha per delle interazioni nella vita reale";
- "alcune caratteristiche della vita online facilitano il sentimento di esclusione. Per esempio, quando un individuo scopre delle fotografie di un evento al quale non e' stato invitato";
- "essere esposto ad una rappresentazione idealizzata della vita altrui, puo' suscitare gelosia e fa risentire che la

propria vita e' deludente e triste a confronto".

Un legame, ma non dei legami casuali

Chi tra noi perde il proprio tempo sui social, e sono estremamente coscienti di perderlo, si riconoscono in alcune parole e alcune conclusioni del professor Primack. Questa e' l'impressione di passare molto piu' del tempo necessario a fare F5 su Facebook, nei circoli di Pinterest, a vedere il proprio flusso Twitter scorrere sullo schermo, per essere sicuro di non perdere niente.

Se siete arrivati fin qui in questo articolo, vuol dire che la materia vi interessa, piu' che la condivisione del suo titolo sui social network (bravo!). Se i ricercatori notano che le persone che hanno passato la maggior parte del tempo sui social network sono anche quelle che si considerano come le piu' isolate, dicono che i social network sono la ragione di questo isolamento. Nessun legame di casualita' puo' essere scientificamente dimostrato. "Non sappiamo ciò che per primo appariva: l'uso delle reti sociali o l'isolamento sociale percepito", dice la professoressa Elizabeth Miller, coautrice dello studio.

La domanda alla quale i ricercatori non possono rispondere e': ci si sente soli perche' si passa troppo tempo online, o passiamo troppo tempo online perche' ci si sente soli? "Questa potrebbe essere una combinazione delle due. Ma anche se c'e' un isolamento sociale all'inizio, quest'ultimo non e' stato rimosso dal maggiore tempo passato online".

La studio fa attenzione a non cascare nella soluzione binaria facile di dire che tutto e' colpa dei social network. Partendo da una constatazione medica nota (l'aumento dell'isolamento dei giovani in Usa), tenta di comprendere la sua relazione con un aspetto della vita quotidiana che non sta sparendo (il 90% dei "giovani adulti" americani era sui social network nel 2014, secondo il Pew Research Center) e col merito di aprire le future strade di ricerca non considerando questo supporto della tecnologia unicamente sotto un aspetto negativo o pessimista.

Questo approccio del "bicchiere mezzo pieno", porta essenzialmente a questa conclusione:

- ok, il forte uso dei social network e' legato ad un forte isolamento percepito;
- ma esso "potrebbe anche offrire delle opportunita' di socializzazione che non sono ottimizzate";
- alcuni individui dicono che il loro tempo passato online comporta delle interazioni con altri individui, ma queste non "si traducono in vere interazioni sociali";

"Come conseguenza, una delle leve di intervento potenziali per i poteri pubblici, sarebbe di provare ad aiutare a trasformare queste interazioni online in relazioni piu' importanti e concrete".

(articolo di Luc Vinogradoff, pubbicato sul quotidiano Le Monde del 10/03/2017)