



Scuola di Reportage Goffredo Parise

V Edizione - 2024 | 2025

Menzione speciale

SOLITUDINE DIGITALE, COME LA PANDEMIA HA INFLUENZATO LE DINAMICHE RELAZIONALI

di **Anastasio Mazzero**

Liceo "Leonardo da Vinci" - Treviso

Dal primo momento in cui ho incontrato Alessandro, ho trovato in lui qualcosa di contraddittorio: da un lato è una persona solare, dall'altro è un ragazzo riservato che preferisce trascorrere il tempo in disparte.

Anche i suoi hobby sono eterogenei: ama l'arte, la filosofia, il cinema e la musica, ma è anche un ragazzo estremamente attivo e appassionato di palestra.

Quando siamo in compagnia con altri stiamo bene, anche se ogni volta finisce per separarsi e stare al telefono mentre noi continuiamo il discorso. Sembra che sia sempre in prestito, che stia aspettando il momento giusto per staccarsi dal gruppo.

È capitato spesso di prendere appuntamento per uscire e lui annulla all'ultimo minuto.

All'inizio ho cercato di essere comprensibile "ognuno ha i suoi problemi", pensavo, col tempo però mi sono deciso a capire il motivo per cui non riesce mai veramente a integrarsi. Mi racconta che è iniziato tutto durante la quarantena, è lì che si è chiuso in sé stesso, ha scoperto i social e da lì ha sviluppato una sorta di dipendenza da cui non è mai veramente riuscito ad uscire.

"È stato un periodo difficile per tutti, ma per me è stato diverso" mi spiega. È sempre stato consapevole di essere un ragazzo introverso, già alle medie faticava ad aprirsi con gli altri e stava spesso da solo; la solitudine, in un certo senso, era per lui un porto sicuro. Per questo motivo l'isolamento imposto dal Covid ha semplicemente reso le sue abitudini più "normali". Inizialmente si sentiva quasi confortato da quella solitudine forzata. Col tempo si è reso conto però che quella situazione lo stava isolando ancora di più.

Ma facciamo un passo indietro nel tempo. Marzo 2020, primo lockdown. Ad Alessandro sembra quasi di essere in vacanza dalla scuola, è felice di avere qualche giorno a casa senza sveglie alle sei del mattino e corse per l'autobus. È felice di avere tutto quel tempo a disposizione, non dover incontrare nessuno, non avere nulla da fare. Una pacchia. Mano a mano che la quarantena si prolunga però, la totale assenza di contatto diretto con altri coetanei diventa sempre più difficile da sostenere. Le sue giornate si svolgono tutte allo stesso modo: si alza dal letto, accende il computer per le lezioni a distanza,

passa un'oretta o due in chiamata con un amico. Il resto del tempo, niente. E quando dico niente, intendo niente.

Quando il mondo si è fermato per la prima volta a causa del virus, il rapporto di Alessandro con le piattaforme è abbastanza tiepido. Non è uno di quelli che stanno tutto il giorno sui social. Anzi, li scopre tardi, non è un appassionato: ma qualche settimana dopo l'inizio della pandemia inizia a utilizzarli per davvero. I suoi genitori non sono d'accordo, ma la noia è troppa, così lo fa di nascosto.

Instagram, Telegram, Reddit. Si immerge in quel mondo senza rendersi conto di quanto tempo ci stia. Si accorge ben presto che fatica a controllare il tempo passato su quelle piattaforme: "ti consumano", afferma oggi.

Gli domando se la quarantena abbia influenzato il suo utilizzo dei dispositivi elettronici e dei social anche dopo che è finita: "Assolutamente sì". In quei mesi il suo utilizzo di dispositivi elettronici è "quadruplicato" e da lì non è più tornato indietro. La didattica ha un ruolo in tutto questo: prima non sapeva quasi neanche accendere un computer, ma per seguire le lezioni ha dovuto imparare, non c'erano alternative.

I social gli hanno fatto scoprire quanto si può fare con un semplice smartphone e così ha iniziato a passarci sempre più tempo. Tutt'ora ci sono giornate in cui non ha voglia di fare niente, giornate che passa davanti a uno schermo. A volte si chiede come facesse prima, nella sua vita predigitale.

Oggi gli sembra impossibile stare senza Tik Tok e Youtube.

Ma non è solo il tempo speso sui social: è che si sente cambiato, ha perso forza di volontà e intraprendenza. Guardare i social gli toglie la voglia di fare, di studiare, di leggere e spesso anche di uscire. Ricorda bene quella volta in cui, pur di non abbandonare una live su YouTube, ha detto a un amico che era via e non poteva raggiungerlo.

Gli domando se ora stia più da solo rispetto a prima, se sia più difficile riprendere una vita normale, relazionarsi con gli altri.

"È complicato, è difficile staccarsi e ricominciare. Forse se non fosse stato per tutti quei mesi in isolamento, non sarei mai finito sulle piattaforme" spiega.

Quello che ha vissuto Alessandro, lo hanno provato milioni di altre persone in tutto il mondo.

Al tempo del lockdown, Facebook registra un aumento del 70%, mentre applicazioni come TikTok e Twitch, fino a quel momento applicazioni come altre, diventano a livello globale i social più usati. Tik Tok in particolare. Nel 2019 aveva 385 milioni di utenti attivi al mondo, poi nel 2024 sono saliti a 1,6 miliardi: un aumento del 315%, il più alto di tutte le piattaforme. In Italia la crescita di utenti è stata ancora più alta, 2,5 milioni nel '19, a quasi 21 milioni nel 2024, quasi dieci volte di più. Twitch e Tik Tok non sono più solo piattaforme di intrattenimento: sono diventate un rifugio, un luogo in cui avere delle interazioni personali, che possano compensare l'assenza di relazioni e che nello stesso tempo le rendono sempre più difficili.

Negli anni pre-pandemia molte persone tentavano di dosare il tempo trascorso online, consapevoli degli effetti negativi di un uso eccessivo. Ma poi si sono rotti tutti gli argini.

La digitalizzazione ha subito un'accelerazione senza precedenti, spingendo anche chi era più restio ad adattarsi al nuovo scenario.

La FOMO (Fear of Missing Out), la paura di perdersi qualcosa, si è diffusa soprattutto tra i giovani, alimentata dal costante confronto con le vite apparentemente perfette mostrate da content creators sui social.

L'utente medio trascorre 6 ore e 40 minuti al giorno online, di cui 2 ore e 23 minuti sono dedicati

ai social media, secondo il rapporto "Digital 2024" di We Are Social.

Sherry Turkle, psicologa e sociologa del MIT, in *Alone together* e *Reclaiming Conversation: The Power of Talk in a Digital Age*, tratta di temi connessi a questo fenomeno, come il costante bisogno di ottenere like e commenti, un meccanismo che ha trasformato l'interazione online in una continua ricerca di validazione esterna foriera di frustrazione continua, specie in assenza di relazioni autentiche e reali. È aumentata la connessione, ma il senso di isolamento non è scomparso. Anzi. Le interazioni sono sempre più brevi, superficiali e spesso insoddisfacenti.

C'è una marcata differenza qualitativa tra il tempo speso in compagnia o in solitudine, come spiega l'economista Luigino Bruni.

"Il problema è che il tempo speso da soli è un tempo consumato, mentre quello impiegato con gli altri è un tempo investito. È vero che partecipare a un'attività sociale richiede uno sforzo iniziale, un costo di attivazione: uscire di casa, coordinarsi con gli altri, affrontare imprevisti. Ma questo tempo è un investimento, perché genera ricordi, emozioni e legami autentici.

Al contrario, il tempo trascorso da soli davanti a uno schermo non richiede alcun tipo di impegno iniziale. È immediato, semplice, privo di ostacoli. Ma proprio per questo rischia di trasformarsi in un consumo passivo. Guardiamo video, scorriamo post, ascoltiamo musica da soli, tutto senza muoverci da casa".

Quando, grazie alla tecnologia, tutto diventa accessibile, efficiente, veloce, performante è difficile spostarsi poi nelle relazioni reali, portatrici spesso di attrito, di fatica.

"Ma la gioia – spiega il professor Bruni - è desiderare chi ci desidera: nessuno oggetto, nessuno schermo può farlo. Sono le persone possono desiderarci e renderci veramente felici".

Voliamo questa domanda: Cosa ci riserva però il futuro?

Saremo più in grado di coltivare relazioni autentiche e senza mediazioni o siamo condannati a restare soli in un mondo di schermi?

Team di docenti anno scolastico 2024|2025

- **Lisa Iotti**

Giornalista d'inchiesta di **Presadiretta - Rai 3**. Dirige il team di docenti della **Scuola di Reportage Goffredo Parise**, giornalista ed autrice di docufilm per **Rai 3** e **Sky**.

- **Toni Capuozzo**

Veterano del giornalismo d'inchiesta, scrittore, blogger, ha lavorato per la carta stampata e per la televisione: **TG 5, Terra, Mixer**. Per diverse testate giornalistiche televisive ha seguito in particolare le guerre balcaniche, i conflitti in Somalia, in Medio Oriente e la guerra sovietico-afghana.

- **Riccardo Staglianò**

Giornalista, saggista, studioso di nuove tecnologie e del loro effetto sulla società. Inviato per il **Venerdì di Repubblica**.

- **Emiliano Poddi**

Scrittore. Autore per la compagnia di musica e teatro "Accademia dei Follì" di Torino. Insegna alla **Scuola Holden di Torino** dal 2005.