

# I nuovi media nella vita dei ragazzi

**Mediaticino2.0 - Lo studio condotto dall'USI in collaborazione con alcune scuole indaga l'impatto del consumo mediatico sul benessere e sul rendimento scolastico degli allievi nel passaggio dalla pre-adolescenza all'adolescenza**

/ 26.07.2021

di Stefania Hubmann

L'utilizzo dei dispositivi digitali e in particolare dello smartphone da parte dei giovani evolve, in parte aumenta, ma senza esplodere come magari ci si poteva attendere a seguito del lockdown. Abbastanza stabili anche gli indicatori del loro benessere. Questo quanto emerge dai primi risultati relativi al 2020 dello studio [Mediaticino2.0](#), un progetto dell'Università della Svizzera italiana (USI) che dal 2014 coinvolge oltre mille partecipanti. I bambini di allora sono oggi adolescenti inseriti in una formazione post-obbligatoria. La percentuale di chi possiede uno smartphone è vicina al totale. Notevole l'aumento, però già a partire dal 2018, di coloro che dispongono di un PC con accesso a Internet. Nell'uso dei social media irrompe, rispetto agli anni precedenti, Tik Tok, mentre a una nuova domanda sull'impiego dello smartphone a letto prima di dormire oltre il 70% degli interpellati risponde con «spesso» o «sempre». Dati che convalidano la decisione del team di ricerca, guidato da Anne-Linda Camerini dell'Istituto di salute pubblica dell'USI, di utilizzare i medesimi per promuovere un uso consapevole dello smartphone.

All'impatto del consumo mediatico sui giovani, l'USI si interessa quindi da tempo con un progetto avviato come unicum a livello cantonale e nazionale. Grazie a Mediaticino (oggi Mediaticino2.0) è stato possibile seguire la medesima coorte, composta da oltre mille ragazze e ragazzi, su un lungo periodo monitorando l'evoluzione dei loro comportamenti e del loro benessere. Precisa Anne-Linda Camerini: «Nel 2014, quando ha preso avvio lo studio, la coorte era composta da allievi di quarta elementare. Un'età allora interessante per iniziare un'indagine sull'uso delle nuove tecnologie, mentre adesso tenderemmo ad anticipare di qualche anno. Grazie alla collaborazione delle scuole pubbliche e di due istituti privati abbiamo potuto seguire questi allievi durante la scuola media e oltre. Oggi frequentano una scuola professionale, il liceo o la scuola cantonale di commercio».

I dati per elaborare lo studio sono sempre stati ricavati da un sondaggio annuale fra gli allievi accompagnato, fino al termine della scuola media, da uno biennale destinato ai genitori. Per assicurare l'anonimato dei partecipanti - spiega la responsabile della ricerca - è stato utilizzato il codice scolastico di ogni allieva/o in modo da riuscire a seguirli nel tempo nel rispettivo percorso. La raccolta dei voti finali serve da parte sua a valutare l'impatto dell'uso degli strumenti digitali sul rendimento scolastico. Dal 2018, grazie a un finanziamento del Fondo Nazionale Svizzero per la Ricerca Scientifica (FNRS), Mediaticino ha potuto introdurre la app Ethica installata da circa un centinaio di partecipanti sul proprio smartphone. Ethica funziona automaticamente registrando il tempo in cui la batteria è accesa senza identificare il tipo di uso. La nostra interlocutrice evidenzia come ricerche che si spingono in quest'ultima direzione siano invece già una realtà negli Stati Uniti.

«Si tratta di rilevamenti possibili attraverso uno screenshot dello schermo programmato ogni cinque secondi, così da poter analizzare a quali fini viene utilizzato il mezzo digitale». Pur non arrivando fino a questo punto, lo studio Mediaticino evolve in sintonia con le nuove tecniche di ricerca e per questo dal 2018 è denominato Mediaticino2.0.

L'introduzione di Ethica ha permesso di constatare che i dati tracciati dalla app combaciano con quanto dichiarato dai giovani nei questionari. Nel 2018, ad esempio, il tempo di utilizzo medio al giorno era di 1 ora e 50 minuti secondo i dati tracciati a fronte di 1,5-2 ore riportate nei brevi questionari inviati tramite l'applicazione. Ciò dimostra che i partecipanti alla ricerca sono consapevoli del tempo trascorso in interazione con lo smartphone e si esprimono liberamente al riguardo.

Tornando ai dati raccolti nel 2020 - per la prima volta in autunno invece che in primavera, in concomitanza con un parziale ritorno alle lezioni in presenza - emerge come smartphone e PC siano stati utilizzati «spesso» o «sempre» per motivi legati allo studio da circa la metà dei partecipanti. Benché con lo smartphone messaggiare rimanga l'attività principale, fare i compiti e interagire con i compagni in chat di gruppo sono azioni risultate in crescita fino a oltre il 30% di risposte indicanti «spesso» o «sempre» (oltre il 70% per i messaggi), percentuale analoga a chiamate e foto+video. Dal 2018 al 2020 questi ultimi impieghi, così come i selfie, sono però in costante diminuzione. Per quanto riguarda i social media, oltre al già citato Tik Tok, risultano ad alto gradimento Instagram, Snapchat e YouTube. Altra indicazione sui social network: il genere femminile ne fa un uso maggiore, motivato dal comunicare con gli altri e dal conservare ricordi di esperienze. I maschi sono invece più incentivati da stimoli legati all'intrattenimento e al divertimento o dal tenersi occupati. Anne-Linda Camerini rileva inoltre come l'obiettivo di utilizzare i social media sia soprattutto quello di vedere cosa postano gli altri e quindi di rimanere aggiornati e in contatto con gli amici, in particolare se in quel momento altri tipi di relazione sono limitati. Pure da sottolineare, fra il 2019 e il 2020, un aumento significativo della necessità di guardare contenuti nuovi e diversi, possibile conseguenza del lockdown e della scuola a distanza. Invitati ad esprimersi anche su sensazioni indicatrici del loro benessere (solitudine, stress, autostima e tristezza), i giovani nell'autunno 2020 sembravano sentirsi abbastanza bene, in linea con gli anni precedenti. «Una capacità di resilienza che conferma come a quell'età si riesca a recuperare piuttosto velocemente», commenta la ricercatrice.

Quest'anno Mediaticino2.0 entra in una nuova fase costituita dalla diffusione dei propri risultati, affinché le giovani generazioni, ma anche i genitori e la popolazione in generale, possano disporre di elementi a favore di un impiego consapevole dello smartphone. Questa messa in pratica delle analisi fin qui condotte è possibile grazie a un ulteriore sostegno del FNRS erogato attraverso il programma Agorá. Mediaticino2.0 ha così ottenuto i mezzi finanziari necessari per agire nella società. Anne-Linda Camerini: «Il punto di partenza di questa serie di iniziative è costituito dall'analisi relativa all'impatto dell'impiego dello smartphone sul rendimento scolastico. Lo studio evidenzia che seguendo le raccomandazioni internazionali dell'ONU - un'ora di attività fisica al giorno, 8-10 ore di sonno per notte (a livello di scuola media) e un massimo di due ore davanti allo schermo (non prima di dormire) - l'andamento scolastico migliora».

A partire da settembre sono quindi previste, in collaborazione con altrettanti partner presenti sul territorio, diverse iniziative di informazione e sensibilizzazione. Fra queste, una serie di atelier organizzati in collaborazione con L'ideatorio dell'USI e destinati agli allievi di quarta e quinta elementare, come pure dei quattro anni di scuola media, improntati a un approccio giocoso e collaborativo. Agli insegnanti che li accompagneranno sarà consegnato del materiale informativo con dati relativi al Ticino in modo che ci si possa meglio identificare nella problematica. Agorá prevede inoltre una tavola rotonda durante la manifestazione luganese Autunno Digitale e alcuni incontri in piazza destinati in primis ai genitori. «La maggior parte di questi ultimi - conclude la ricercatrice -

ha dimostrato nei questionari di riconoscere che l'educazione in questo ambito è un compito della famiglia, da svolgere con il supporto della scuola. Essi rappresentano per i figli un modello, per cui è importante spiegare a quali strumenti possono ricorrere per gestire al meglio le nuove tecnologie. Secondo la letteratura internazionale, la conoscenza di cui devono disporre i genitori per confrontarsi con i figli su questo argomento non nasce tanto da precisi interrogativi dei primi verso i secondi quanto piuttosto da un clima familiare aperto e spontaneo che spinge i giovani a esprimersi liberamente favorendo il dialogo».