

Il benessere percepito e il ruolo dei media

Una ricerca su 50mila persone in Italia è giunta alla sorprendente conclusione che le reti sociali on-line hanno un impatto negativo sulla percezione del benessere.

The Physics arXiv Blog

Le reti sociali on-line permeano le nostre vite con effetti di ampia portata. Molti le utilizzano per collegarsi ad amici e famiglie in paesi lontani del mondo, per progredire nelle loro carriere lavorative e per allacciare nuove conoscenze. Ma una serie di dati mostrano che non si può dare per scontato che l'impatto delle reti sociali on-line sia positivo, anzi. Alcuni studi testimoniano che le reti sociali on-line possono avere conseguenze dannose. Il problema è oggetto di controversie, legate a risultati contrastanti spesso limitati a piccoli gruppi di soggetti, come gli studenti universitari.

Fabio Sabatini, della Sapienza Università di Roma, e Francesco Sarracino, dello STATEC, l'Istituto di Statistica lussemburghese, hanno provato a fare chiarezza sui fattori coinvolti in questo spinoso problema, analizzando i dati di un'indagine condotta su circa 50mila persone in Italia. L'indagine prende in considerazione lo stato di benessere soggettivo e raccoglie informazioni dettagliate sulle modalità individuali di interazione con Internet.

Il problema che Sabatini e Sarracino si sono posti è se l'utilizzo delle reti on-line riduca o meno il benessere personale e, se sì, in che modo.

Multipurpose Survey on Household è il database di Sabatini e Sarracino. Si tratta di un'indagine effettuata ogni anno su 24mila nuclei familiari italiani, corrispondenti a 50mila persone, dall'Istituto Nazionale di Statistica. I due studiosi hanno preso in considerazione i dati degli anni 2010 e 2011. L'elemento più importante di questa indagine è la sua rappresentatività su scala nazionale, a differenza dei gruppi selezionati di studenti universitari.

L'indagine pone una domanda specifica: «Quanto siete soddisfatti della vostra vita attuale?». La scala di risposte va da «del tutto insoddisfatto» (0) a «del tutto

soddisfatto» (10). Questi punteggi garantiscono una misura affidabile dello stato di benessere soggettivo.

L'indagine si articola anche in altre domande dettagliate su quante volte si incontrano gli amici e sul livello di fiducia negli altri. Viene anche chiesto come ci si comporta quando ci si collega a reti sociali on-line come Facebook e Twitter.

Sabatini e Sarracino hanno studiato la correlazione tra il benessere soggettivo e altri fattori come la frequentazione di reti sociali. In quanto statistici, hanno posto grande attenzione a non cadere in false correlazioni legate a variabili endogene, in cui un parametro apparentemente indipendente è in realtà correlato con un fattore inosservato riferibile all'errore.

I due studiosi hanno scoperto, per esempio, che le interazioni faccia a faccia e la fiducia reciproca sono strettamente correlate con le sensazioni di benessere. In altre parole, se ci si fida di chi si ha intorno

e si intrattengono rapporti positivi con gli altri, si valuterà il proprio stato d'animo in termini più ottimistici. Ma, ovviamente, le interazioni sulle reti sociali on-line non sono faccia a faccia e ciò potrebbe minare la fiducia che si ripone nelle persone con cui si viene a contatto on-line. È questa perdita di fiducia che può intaccare la percezione soggettiva del benessere più che il rapporto che si intrattiene on-line.

Sabatini e Sarracino prendono in considerazione il fenomeno dal punto di vista statistico e sostengono che «dai dati risulta che l'utilizzo delle reti sociali gioca un ruolo positivo nel sentirsi bene perché favorisce i rapporti faccia a faccia nel mondo reale, mentre la semplice frequentazione dei siti sociali è associata a una minore fiducia negli altri. L'effetto complessivo della rete sulla sensazione di benessere personale è decisamente negativa».

Si tratta di un risultato importante perché è la prima volta che il sistema delle reti sociali viene studiato all'interno di un campione rappresentativo a livello nazionale.

Sabatini e Sarracino evidenziano particolarmente il ruolo delle affermazioni discriminatorie e delle frasi che incitano all'odio sui media sociali che a loro parere minano alla base le idee stesse di fiducia e benessere. Una maggiore moderazione, concludono i due statistici, migliorerebbe radicalmente la sensazione di benessere di chi frequenta le reti sociali. ■

I risultati della ricerca di Fabio Sabatini e Francesco Sarracino, al di là dello specifico contesto – italiano e mediatico – in cui è stata condotta, pone un problema fondamentale per la discussione sulla cosiddetta qualità della vita. Se il benessere percepito è più importante dei parametri economici a cui si fa spesso riferimento, e se questo benessere percepito risente largamente del contesto relazionale in cui si muovono i soggetti di riferimento, anche il problema della disuguaglianza, su cui ci si continua a interrogare, assume dimensione ulteriori, che manifestano significative valenze mediatiche. Ci si può sentire bene anche trovandosi in qualche difficoltà economica, se chi ci sta intorno non aggiunge alle difficoltà le frustrazioni del confronto. Il rischio è che, in questo modo, possano venirsi a creare dei veri e propri ghetti socio-culturali, ovvero che chi ha la responsabilità della cosa pubblica, tenti di diffondere false speranze, sostituendo ai dati di fatto una percezione mediaticamente condizionata. La ricerca di Sabatini e Sarracino si muove tra questi due rischi: da un lato conferma che la realtà, anche quella relazionale, si dimostra più forte di molte mediazioni improprie, pure non escludendole, e, dall'altro lato, sembra suggerire un possibile ruolo positivo dei media, come testimoni privilegiati di una diversità che si apre comunque a confronti non convenzionali fuori di noi. (g.p.j.)