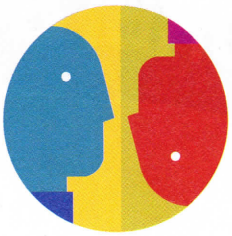
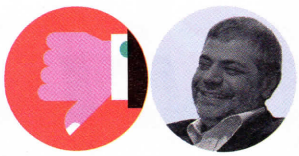
Da anni, l'uso dei social network si è consolidato fra le modalità di comunicazione, favorendo lo scambio di informazioni, commenti e stati d'animo. Ma gli esperti non sono concordi sui loro effetti...



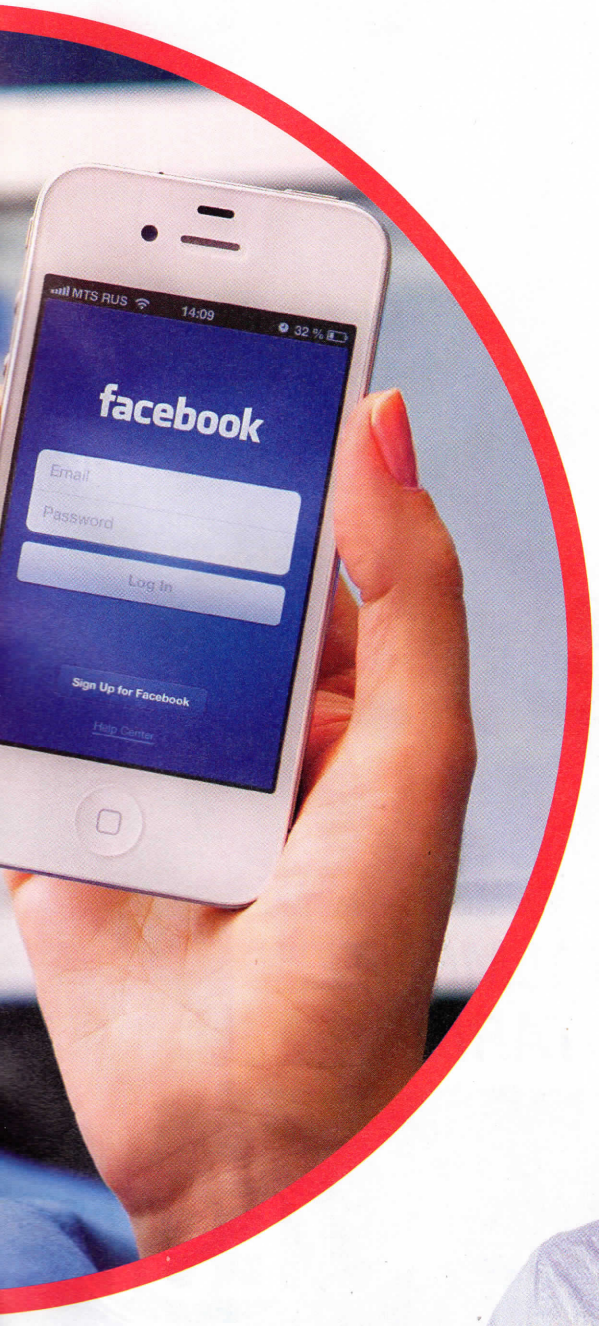
pro e contro

di **Paola Rinaldi**



È superficiale

professor **Tonino Cantelmi**, *psichiatra, psicoterapeuta, presidente dell'Associazione italiana psicologi e psichiatri cattolici, esperto in tecno-dipendenza* (***www.itci.it***)

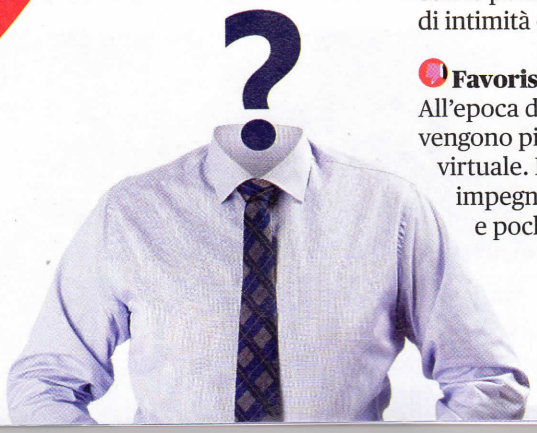


Modificano la capacità di attenzione.
Oltre a distrarre da studio e lavoro, i social network cambiano il modo e l'intensità con cui guardiamo al mondo, abituandoci a un'attenzione superficiale dovuta a un sovraccarico di stimoli e richieste fra chat, messaggi istantanei e continui aggiornamenti ai profili.

Amplificano la tendenza al narcisismo.
L'obiettivo di chi utilizza strumenti come Facebook, Instagram o Twitter è ottenere il consenso degli altri utenti, attraverso like, condivisioni e numero di "seguaci". Alla ricerca di popolarità, la vita raccontata su Internet spesso non corrisponde a quella reale, perché deriva da una selezione delle foto migliori e dalla scrittura di commenti che non ci appartengono davvero. Risultato: più ci concentriamo su come rappresentarci, più ci allontaniamo da noi stessi.

Impediscono l'elaborazione personale dei fatti.
Le esperienze vissute vengono immediatamente condivise in rete, sotto forma di racconto, video o fotografie, suscitando i commenti di altre persone. In qualche modo, questo influenza la modalità di vivere le situazioni, che non vengono più elaborate sulla base della propria emotività, ma di una coscienza collettiva.

Stravolgono il concetto di intimità.
Rispetto agli incontri faccia a faccia, quelli virtuali favoriscono il confronto su tematiche e informazioni personali che un tempo venivano condivise solamente con le persone più care. Questo demolisce il senso di intimità e abbatte troppo in fretta le barriere.



Favoriscono relazioni più superficiali.
All'epoca dei social network, esperienze e progetti non vengono più vissuti insieme, ma solo condivisi in forma virtuale. L'amicizia perde la sua profondità, non costa impegno né dedizione, ma si regge su fili invisibili e poche (se non nulle) frequentazioni.