



L'APPROFONDIMENTO

a cura di **Cristina Costarelli**

IL FENOMENO DELLE CHALLENGE E IL MONDO DEI SOCIAL

UN UTILIZZO NON ADEGUATO ED ECCESSIVO DI TUTTA LA COMUNICAZIONE SOCIAL HA RAREFATTO LE RELAZIONI VERE ED HA GENERATO CONFUSIONE TRA REALE E VIRTUALE. ALCUNI SPUNTI DI RIFLESSIONE E INTERVENTI

È di fine gennaio la notizia del grave accadimento che ha riguardato una bambina di 10 anni di Palermo che non ce l'ha fatta dopo un gioco terribile in cui ha tentato di sfidare la morte con una cintura stretta al collo. Il suo cellulare ha ripreso quella prova estrema e il video è finito sul social TikTok, dove da mesi spopola tra i giovanissimi il "Blackout challenge". "Voleva essere la regina, la star di TikTok e c'è riuscita. È finita proprio come voleva lei": a pronunciare queste parole il papà della piccola Antonella, la bambina palermitana di 10 anni morta dopo una "sfida" di soffocamento. Un padre che parla della figlia come di una bambina "allegra, generosa", che sicuramente "avrebbe fatto così" riferendosi alla decisione di donare i suoi organi. "Tre bambini vivranno grazie a lei e rivivrà in loro", dice il giovane padre che – aggiunge – "se potessi spaccherei il mondo".

Il cellulare di Antonella ha ripreso la sua prova estrema di sfidare la morte con una cintura stretta al collo. Il video è finito sul social TikTok.

Le Challenge o Sfide Social sono in rapido aumento per un utilizzo improprio e sconsiderato dei social da parte di giovani, in età sempre più anticipata.

Dai dati di una survey dell'A.N.D.T., GAP e cyberbullismo, condotta in collaborazione con il portale Skuola.net e con VRAI su un campione di 3.115 studenti di età tra gli 11-19 anni, circa il 34% ha già partecipato a sfide online.

L'esigenza di vivere la sfida è un passaggio nella crescita degli adolescenti, quale tentativo di emanciparsi dalle figure adulte e di affermare sé stessi.

La bambina era molto attiva sui social e aveva diversi profili Instagram, Facebook e TikTok, e i genitori – che le avevano regalato un cellulare il giorno del suo decimo compleanno - dicono: “Rubava sempre il cellulare a sua madre e scaricava TikTok. Allora ci siamo arresi. Ballava e cantava, scaricava tutorial per truccarsi o per acconciare i capelli. Avrebbe voluto fare l'estetista da grande. Pubblicava questi video su TikTok e – dice il padre – era anche una bambina molto ubbidiente. Tanto che non ho mai avuto l'esigenza di controllarla e infatti non le ho mai sequestrato il cellulare per vedere cosa facesse. Perché tra noi non c'erano segreti. È la regola della famiglia: ci si dice tutto e ci si aiuta tutti”. E parlando della challenge che l'avrebbe portata alla morte, il padre dice di temere che la bambina possa essere stata convinta da qualcuno a farlo: “Ma penso anche che forse in quei 5 minuti mia figlia non è stata più lei”.

Altro fatto a settembre, quando un bambino di 11 anni di Napoli si è lanciato nel vuoto perché lo aveva chiesto “l'uomo con il cappuccio”. Il tutto cominciato con la domanda: «Vuoi giocare con me?». Una richiesta di amicizia su Instagram, Facebook o Tik Tok da una faccia di uomo che sembra mascherato da Pippo, il cartone della Disney. Ma quello che “**Jonathan Galindo**” (questo il nome del profilo da cui arriva il contatto) propone di fare sui social non è proprio un gioco: una volta accettato il messaggio si entra in un incubo. Una gara di prove successive con difficoltà sempre più elevate e che ha portato la vicenda del bambino al tragico epilogo del salto nel vuoto.

Sono solo due degli ultimi episodi del tragico fenomeno delle challenge, in rapido aumento per un utilizzo improprio e sconsiderato dei social da parte di giovani, in età sempre più anticipata.

Le *Challenge* o *Sfide Social* sono catene che nascono sui social network in cui si viene nominati o chiamati a partecipare da altri attraverso un tag. Lo scopo in genere è di postare un video o un'immagine richiesta, per poi nominare altre persone a fare altrettanto, diffondendosi a macchia d'olio nel Web, anche nell'arco di poche ore. Alcuni dati da un sondaggio di Skuola.net, sulla Blackout challenge di Tik Tok dicono che:

- 1 ragazzo su 6 conosce questa challenge online e 1 su 5 ha sfidato sé stesso almeno una volta;
- su 1500 ragazzi di scuole medie e superiori, più di 1 giovane su 6 conosce la Blackout Challenge e le sue regole. Il 31% ne viene a conoscenza attraverso letture sul web, il 25% tramite video postati sui social, il 17% per il passaparola dei coetanei.

Ma il dato più allarmante riguarda chi ha provato a mettere in atto le proposte: tra i ragazzi «informati», quasi 1 su 5 – il 18% – afferma di aver anche partecipato al «gioco».

Ancora di più quelli al corrente dell'esperienza di qualcuno che ha sperimentato il brivido della morte apparente: il 30%, quasi 1 su 3.

Ecco alcune delle motivazioni che spingerebbero tanti giovani a praticare questa challenge: fare un video da far diventare virale online (56%), divertirsi in modo alternativo (10%), provare la sensazione di incoscienza promessa (8%), stare male per saltare qualche giorno di scuola (5%). Ma tanti, alla domanda sul perché della partecipazione al 'gioco', non sanno dare una giustificazione (21%). Dai dati di una survey dell'Associazione Nazionale Dipendenze tecnologiche, GAP e cyberbullismo, condotta in collaborazione con il portale Skuola.net e con VRAI (Vision, Robotics and Artificial Intelligence – Dipartimento di Ingegneria Informatica dell'Università Politecnica delle Marche) su un campione di 3.115 studenti di età compresa tra gli 11 e i 19 anni, circa il 34% ha già partecipato a sfide online, una percentuale allarmante già aumentata a distanza di

pochi mesi dall'indagine fatta.

Dal 9 febbraio TikTok ha bloccato tutti gli utenti italiani chiedendo loro di indicare di nuovo la data di nascita per continuare a usare l'app. Una volta identificato un utente al di sotto dei 13 anni, il suo account verrà rimosso: questa l'iniziativa del Garante della Privacy dopo l'episodio di Palermo. Misura importante ma certo non risolutiva del problema in forte espansione che va affrontato nelle sue cause profonde, per un necessario contenimento della situazione.

LE MOTIVAZIONI: ALCUNI SPUNTI DI RIFLESSIONE

Alla base di questo fenomeno c'è il desiderio di sfidare sé stessi o gli altri per mettere alla prova i propri limiti e per vedere fino a che punto si possa arrivare nel tentativo di esorcizzare le proprie paure (ad esempio la paura della morte), per dimostrare, a sé stessi e agli altri di essere forti e grandi. L'esigenza di vivere la sfida è un passaggio nella crescita degli adolescenti, quale tentativo di emanciparsi dalle figure adulte e di affermare sé stessi, conquistando un proprio spazio di autonomia. Purtroppo, però, in situazioni di fragilità il fisiologico senso del limite non viene percepito e possono essere messi in atto comportamenti pericolosi arrivando addirittura al suicidio.

Le challenge si generano dall'esigenza di procurarsi uno stato di eccitazione e di "brivido". L'eccitazione stimola nel cervello il rilascio di dopamina, un neurotrasmettitore connesso alle sensazioni di piacere, sensazioni forti, anche a rischio di mettersi in grave pericolo. Ed è proprio la consapevolezza del rischio che fa sentire invincibili i giovani in questi momenti: sono infatti convinti di aver previsto tutto e di poter controllare il rischio, ma in fase adolescenziale le aree cerebrali del controllo degli impulsi non sono pienamente sviluppate.

Nelle "Challenge" sono rilevanti anche le dinamiche di gruppo, in quanto sono una strada di riconoscimento sociale, ritrovandosi apprezzati dai pari. Per avere il consenso dei pari gli adolescenti sono disposti al rischio assoluto, arrivando ad esibirsi sui social o su Youtube, con azioni pericolose e insensate.

Lo scopo di questi comportamenti non ha il profilo dell'autolesionismo: servono al contrario per dare agli adolescenti euforia, eccitazione, a sentirsi vivi. Non sono tentativi di suicidio in quanto i ragazzi arrivano al suicidio perché la situazione sfugge al loro controllo, ma non è questo lo scopo. La motivazione è proprio il contrario della ricerca della morte: le challenge danno ai giovani un senso di onnipotenza assoluta, con l'illusione di poter sconfiggere la paura e la morte, superando i limiti.

Ma perché gli adolescenti arrivano a queste azioni? I motivi non sono facili da individuare, ma certamente influisce il fatto che molto spesso non sono preparati ad affrontare le fisiologiche paure della crescita, crescendo troppo protetti dalle famiglie senza sviluppare un'adeguata dimensione emotiva del proprio carattere. I giovani che non hanno consolidato gli strumenti emotivi per affrontare le paure e per accettare i propri limiti, sono più fragili e soggetti a cadere in comportamenti pericolosi per sé stessi.

La professoressa Anna Maria Giannini, ordinario di Psicologia Generale presso l'Università Sapienza di Roma, afferma che "il tema della sfida riguarda da sempre il mondo dell'adolescenza e della preadolescenza perché è una sorta di test d'identità, un'illusoria dimostrazione di coraggio che, sempre illusoriamente, li renderà attraenti e accettati. Se prima queste sfide avvenivano nei cortili, in strada, in luoghi di condivisione fisici, ora avvengono sui social». «In un mondo – continua la professoressa – in cui la comunicazione avviene attraverso strumenti e modalità che rendono i contatti costanti e serrati, il fenomeno della "sfida", con la possibilità di mostrarla a un numero di persone

In situazioni di fragilità il fisiologico senso del limite non viene percepito e possono essere messi in atto comportamenti pericolosi arrivando addirittura al suicidio.

Ma perché gli adolescenti arrivano a queste azioni?

I giovani che non hanno consolidato gli strumenti emotivi per affrontare le paure e per accettare i propri limiti, sono più fragili e soggetti a cadere in comportamenti pericolosi per sé stessi.

Gli adolescenti hanno bisogno di affiancamento, sostegno, informazione e vicinanza da parte della famiglia e del mondo della scuola per attraversare le insidie del mondo social.

A livello di competenze e conoscenze, l'obiettivo generale è quello di fornire ai giovani tutti gli strumenti per un avvicinamento critico ed attento al mondo dei social e del web.

potenzialmente infinito, si amplifica in maniera esponenziale.”

Anche se non è facile per i genitori e per gli adulti educatori, l'unico ragionamento possibile è quello sulla prevenzione, prendendo in considerazione i segnali di disagio che lanciano gli adolescenti, senza sminuirli e sottovalutarli, ma rivolgendosi subito, se necessario a figure specialistiche di supporto. Nel caso di Palermo lascia perplessi il racconto del padre rispetto all'accaduto, quando commenta così il fatto: “Rubava sempre il cellulare a sua madre e scaricava TikTok. Allora ci siamo arresi...” A 10 anni aveva in mano uno smartphone e gestiva 3 profili social, con un discorso di fiducia del tutto non adeguato allo sviluppo emotivo di quella età. Anche questi comportamenti degli adulti sono un forte rischio per la deriva dei più piccoli e le responsabilità non sono solo nei social in quanto tali. E per questo l'altro aspetto di prevenzione più rilevante è sicuramente nella consapevolezza dell'uso dei social: su questo si apre un ampio discorso educativo che coinvolge insieme famiglie e scuole.

SCUOLA E FAMIGLIA: FORMAZIONE E SUPPORTO

Gli adolescenti, ma sempre prima rispetto all'età anagrafica, hanno bisogno di affiancamento, sostegno, informazione e vicinanza da parte della famiglia e del mondo della scuola per attraversare le insidie del mondo social, considerato nelle sue peggiori sfaccettature.

I compiti loro affidati si possono sintetizzare in due aspetti: da un lato tutto ciò che concerne l'informazione e la prevenzione, dall'altro lato tutto quanto riguarda la capacità di cogliere i primi segni di disagio per dare supporto nella difficoltà.

L'istituzione scolastica ha un ruolo di massimo rilievo ed è al centro di una rete che ha come attori enti e figure esterne: Polizia di Stato, Polizia Postale e Carabinieri con i loro programmi di informazione e formazione; sportello d'ascolto che interviene sui gruppi classe e sui singoli alunni in caso di specifiche criticità; Servizi Sociali e sanitari territoriali per le situazioni in cui è necessario un supporto più ampio al giovane e anche alla famiglia. La scuola è il fulcro di questa rete, è la protagonista che deve coordinare gli interventi che devono muoversi nella stessa direzione e verso lo stesso obiettivo.

Gli interventi formativi possono essere focalizzati in queste azioni:

- Giornate monografiche di riflessione come il Safer Internet day, Giornata mondiale dedicata all'uso positivo di Internet. Il Ministero dell'Istruzione la celebra con laboratori online, dirette con gli esperti e, nel 2021, con la presentazione delle nuove Linee guida;
- Progettualità e laboratori in collaborazione con associazioni ed enti formativi specializzati;
- Percorsi di approfondimento all'interno dell'ed. civica;
- La forma della challenge come sana competizione tra studenti e tra scuole;
- Workshop per i genitori.

All'interno della scuola deve costituirsi un gruppo di lavoro su tematiche interconnesse: referente per il bullismo e cyberbullismo, referente inclusione, animatore digitale.

A livello di competenze e conoscenze, l'obiettivo generale è quello di fornire ai giovani tutti gli strumenti per un avvicinamento critico ed attento al mondo dei social e del web: la strada giusta non è quella del divieto, che si è mostrata totalmente fallimentare. Gli studenti devono conoscere il mondo social nei suoi aspetti migliori e in quelli peggiori per poter sfruttare i primi ed evitare i secondi, ma senza spaventarli rispetto ad un pericolo indeterminato: i pericoli vanno

spiegati, non nascosti.

La famiglia, dal canto suo, ha un ruolo di vicinanza ai giovani insostituibile: sono i genitori a mettere nelle mani dei figli lo smartphone, sono loro a dover controllare che i figli minorenni non aprano profili con dichiarazioni mendaci rispetto all'età, sono sempre loro ad osservare i comportamenti di eccessivo utilizzo del cellulare, i primi disagi, la dipendenza dai contatti e dalle sfide virtuali che si manifestano con una alterata percezione della realtà. In questo attento affiancamento i genitori devono restare sempre molto lucidi e soprattutto non devono nascondere a sé stessi le criticità, fin dal momento del loro primo apparire: senza esagerare nelle apprensioni se non ce ne sono motivi ma senza neanche fingere che i problemi non ci siano quando ci sono.

Altro aspetto da curare è la dimensione della fiducia: prima della piena maturazione degli adolescenti non si può pensare che siano completamente responsabili del loro agire e che la fiducia possa essere senza controllo. L'autonomia nell'utilizzo di certi strumenti va concessa con gradualità e con una sorveglianza a distanza sempre attenta. I genitori devono inoltre comprendere quando hanno bisogno di aiuto essi per primi: è difficile aprire gli occhi su realtà dolorose e preoccupanti come quelle di un figlio attratto dal fenomeno delle challenge al limite della dipendenza, che si rifiuta di ascoltare i genitori, che li respinge e che si chiude rispetto a loro; i genitori da soli spesso non possono farcela e non si deve provare vergogna o senso di inadeguatezza nel rendersi conto di aver bisogno di aiuto e la scuola può essere un primo riferimento.

Ecco alcuni suggerimenti per i genitori da Save the Children:

- Stabilire con loro regole precise sulla vita social, sui tempi di utilizzo e sulla condivisione;
- Supportare la gestione dei loro profili social, soprattutto all'inizio, cercando di non diventare invadenti;
- Parlare, interessarsi e verificare i contenuti con cui i bambini vengono in contatto;
- Confrontarsi con gli adolescenti e aiutarli a sviluppare senso di responsabilità e autonomia;
- Far capire loro che possono contare sempre sui propri genitori, anche se si sono messi nei guai.

Purtroppo il lungo periodo dell'emergenza Covid ha aggravato il problema di un utilizzo non adeguato ed eccessivo di tutta la comunicazione social: l'isolamento ha generato una pandemia nella pandemia, ha rarefatto le relazioni vere, ha generato confusione tra reale e virtuale.

PER CONCLUDERE: NO AL SILENZIO!!

Quello che più colpisce parlando di questi accadimenti è il silenzio che spesso circonda il dramma dei giovani.

È il silenzio degli adulti quando gli adolescenti sono impegnati per ore e giornate nelle loro vita parallela e virtuale, con in mano strumenti delicati di cui non conoscono opportunità e pericoli.

È il silenzio di una vita sempre di corsa in cui si tende a nascondere a sé stessi una realtà difficile da affrontare, sia da genitori che da educatori.

È il silenzio dell'intera comunità ormai assuefatta al mondo social in cui si giocano apprezzamento, autostima e sicurezza in sé stessi.

L'unico modo per riprendere in mano la situazione è ripartire e ritornare ai valori: prendersi il tempo per parlare e per ascoltare, per andare in profondità e per portare in evidenza i problemi, affrontandoli senza paura e con l'impegno che richiedono. ■

I genitori devono restare sempre molto lucidi e soprattutto non devono nascondere a sé stessi le criticità, fin dal momento del loro primo apparire.

L'autonomia nell'utilizzo di certi strumenti va concessa con gradualità e con una sorveglianza a distanza sempre attenta.

Se i genitori da soli non riescono a farcela non devono provare vergogna o senso di inadeguatezza nel rendersi conto di aver bisogno di aiuto e la scuola può essere un primo riferimento.