



La sessualità passa per la rete e gli adolescenti ne rimangono intrappolati

Tra sextortion, revenge porn, grooming, Pull a pig sono tanti i pericoli connessi alla sessualità a cui gli adolescenti e preadolescenti sono esposti senza avere gli strumenti per fronteggiarli e senza che gli adulti se ne accorgano. Ma non solo. Un nuovo social network sta rischiando di intaccare la crescita anche dei più piccoli. Si chiama Musical.ly ed è un fenomeno già tra i bambini di 6/7 anni. Ne abbiamo parlato con la Dott.ssa Maura Manca psicoterapeuta e psicologa clinico e Presidente dell'Osservatorio Nazionale Adolescenza onlus.

Gent.le Dott.ssa Manca, iniziamo dal principio: che cosa s'intende quando si parla di sexting e quali sono i pericoli ad esso connesso?

Per **sexting** si intende l'invio e la condivisione di immagini o filmati a sfondo sessuale, attraverso l'uso dello smartphone e dei social network. È un fenomeno che, purtroppo, si sta diffondendo pericolosamente tra gli adolescenti che condividono attraverso la tecnologia anche gli aspetti più privati, annientando il concetto di intimità e il confine tra pubblico e privato. Non si limita allo

scambio di materiale intimo e hot tra fidanzati, ma comprende anche la condivisione dell'intimità tra amici, in cui ci si scambia contenuti sessualmente espliciti, compresa la masturbazione, anche all'interno dei gruppi WhatsApp.

I ragazzi tendono a fidarsi delle persone a cui inviano il materiale intimo e non si rendono conto dei reali pericoli che corrono: adescamento da parte di pedofili e adulti malintenzionati (**grooming**), possibilità che foto o video siano rivenduti al mercato della pornografia online, rischio di subire ricatti o minacce a sfondo sessuale (**sextortion**). Spesso, inoltre, subiscono vendette pornografiche (**revenge porn**) da parte di ex partner che pubblicano questo tipo di contenuti dopo essere stati lasciati o traditi, appunto per vendicarsi o vengono presi di mira sul web, diventando vittime di **cyberbullismo** e della gogna mediatica, con conseguenze psicologiche anche molto gravi.

L'Osservatorio Nazionale Adolescenza (www.adolescienza.it/osservatorio/), di cui lei è Presidentessa, e Skuola.net hanno condotto una ricerca sull'argomento: quali sono i dati emersi?

Il dato più preoccupante che abbiamo riscontrato è l'abbassamento dell'età: lo scambio di selfie intimi, senza vestiti o a sfondo sessuale al proprio fidanzatino, agli amici, nelle chat di gruppo, infatti, si verifica già a partire dagli 11 anni d'età, quando i ragazzi non hanno la reale consapevolezza di ciò che stanno facendo e delle conseguenze.

Dalla nostra indagine, è emerso che il sexting è una pratica messa in atto abitualmente dal 6% dei preadolescenti dagli 11 ai 13 anni, di cui 7 su 10 sono ragazze; con l'età i numeri salgono, tanto che tra i 14 e i 19 anni parliamo di circa 1 adolescente su 10 che invia materiale intimo e contenuti sessualmente espliciti in rete.

Le ragazze sono la categoria più a rischio e spesso sono anche vittime della vendetta pornografica, che comporta un'invasione profonda nella propria vita privata. Un fenomeno estremamente diffuso, inoltre, è il cyberbullismo derivante dal sexting, considerando che il 33% degli episodi di bullismo digitale è proprio a sfondo sessuale.

Non sono solo gli adolescenti, ma anche i pre-adolescenti a praticare il sexting: disattenzione da parte dei genitori e della scuola o mancanza da parte degli adulti degli strumenti per affrontare una nuova realtà?

Iniziano sin dalla preadolescenza, senza rendersi conto che una volta che quella immagine è uscita dal proprio cellulare può potenzialmente diventare pubblica. Ma sono anche tanti gli adulti, in realtà, che non hanno consapevolezza di ciò che accade in rete e della morsa in cui si può rimanere incastrati.

Spesso i genitori sono all'oscuro di queste condotte, pensano che non possano coinvolgere i propri figli, non conoscono gli strumenti utilizzati dai ragazzi e sottovalutano la portata del fenomeno.

Non c'è un adeguato monitoraggio delle attività online dei propri figli, i quali trascorrono la maggior parte della loro giornata attaccati ad uno schermo, senza essere formati, inconsapevoli delle conseguenze delle proprie azioni e dei rischi che possono correre. Molti genitori non parlano apertamente con i figli della sessualità e di ciò che può accadere in rete, per cui restano all'oscuro di tutto e intervengono quando ormai è tardi.

Altro nodo cruciale è la scuola, non si fa adeguata educazione sessuale e sentimentale, non si parla di corpo, di sessualità, di affettività oppure lo si fa in occasioni circoscritte e con tempi ridotti. Si devono formare gli insegnanti, dar loro gli strumenti per accogliere anche queste richieste e aiutare i ragazzi a parlare di questi aspetti. Anche a livello mediatico, si tende a parlare di questi fenomeni solo di fronte ad una tragedia, quando si arriva ad esiti nefasti, e in questo modo non si tutelano i ragazzi. Sarebbe, invece, fondamentale una massiccia opera di prevenzione e sensibilizzazione, che conduca ad un uso consapevole del web, accompagnando i ragazzi in un percorso di educazione all'affettività, alla sessualità, al rispetto di se stessi, del proprio corpo e del valore dell'altro, anche dietro ad uno schermo e ad una tastiera.

Cosa succede nella mente di un ragazzo/a quando in una fase così difficile della vita, non si è ancora adulti, ma nemmeno bambini, il sesso viene usato come arma di ricatto o motivo di derisione da parte della pubblica piazza?

Capita spesso che i ragazzi si lascino andare, che abbiano bisogno di relazioni e si fidano, senza pensare al fatto che le foto che inviano tramite il web, possano poi essere utilizzate come un'arma contro di loro e fare il giro della rete. Rimanere incastrati in queste dinamiche, dove c'è stata una violazione degli aspetti più profondi della persona e un'invasione della propria intimità, **può portare a non gestire la vergogna e l'umiliazione, a sperimentare vissuti depressivi e tante volte si può arrivare anche a gesti estremi, soprattutto se si è giovani e vulnerabili.**

Magari dopo aver inviato in modo consensuale o sotto minaccia, immagini o video compromettenti, i ragazzi si ritrovano vittime di ricatti e minacce dove l'altro cerca di ottenere da loro favori personali o soldi o semplicemente di tenerli sotto scacco.

Difficilmente parlano agli adulti di quello che stanno vivendo, perché si prova vergogna, colpa, impotenza, si ha paura di deludere e di far arrabbiare i genitori e spesso restano soli ad affrontare questo tipo di situazioni, senza gli strumenti adeguati.

Il video, le immagini si diffondono senza sosta, come i commenti cattivi della gente che attacca una persona esponendola alla gogna mediatica, senza un briciolo di empatia. A volte, i ragazzi non riescono a trovare le risorse per affrontare tutto questo, a vedere una soluzione, per cui rischiano di crollare, farsi prendere dallo sconforto e dal dolore e in tanti casi tentano anche il suicidio o riuscire nell'intento.

Quanto la costante presenza delle nuove tecnologie e dei social media incide sulla vita sessuale reale dei ragazzi e sul modo in cui la vivono?

La sessualità viene spesso vissuta e sperimentata dagli adolescenti in maniera superficiale, senza le informazioni necessarie e senza capire che il corpo andrebbe rispettato e tutelato. I giovani, ricevendo poche e caotiche informazioni riguardanti il sesso e l'affettività, cercano di reperirle attraverso gli strumenti che hanno a disposizione, ossia internet ed amici, esponendosi in questo modo al rischio di adottare abitudini sessuali sbagliate e pericolose.

Il ricorso costante alla tecnologia ha poi annullato il concetto di intimità e troppo spesso la tutela della propria persona viene meno rispetto al bisogno di mostrarsi, di apparire e di essere apprezzati attraverso "mi piace" e commenti.

La sessualità, che in adolescenza è uno dei compiti evolutivi più importanti da affrontare, racchiude anche la sicurezza in se stessi, l'accettazione del proprio corpo, le ansie, la paura di sbagliare, il

timore di essere giudicati, il voler diventare grandi il più presto possibile, l'affrontare i cambiamenti fisici e fisiologici con stupore e curiosità, per cui è importante che non venga vissuta per la prima volta in maniera virtuale, mettendo da parte l'affettività e la parte più emotiva. La sessualità vissuta attraverso la tecnologia sembrerebbe eliminare l'ansia da prestazione e la paura di un eventuale rifiuto, ma aumenta il senso di inadeguatezza e incapacità di rapportarsi dal vivo con una persona.

Un fenomeno non legato al sesso, ma altrettanto pericoloso e molto diffuso è il 'Pull a pig', in cosa consiste?

Pull a pig, letteralmente significa 'inganna un maiale' ed è una pratica che è stata erroneamente lanciata come nuova moda e vede un gruppo di amici fare a gara per riuscire ad avvicinare una ragazza, considerata poco avvenente, con lo scopo di farle credere di essere interessati a lei, conquistarla e magari portarla a letto per poi umiliarla dicendole che si trattava tutto di uno scherzo. Si tratta di un fenomeno che è stato erroneamente lanciato come nuova moda, in realtà era già presente in diverse varianti e con differenti nomi.

Vengono, dunque, prese di mira le ragazze più brutte o in sovrappeso come se questo le rendesse meritevoli di essere maltrattate o umiliate: la persona attaccata viene considerata quasi priva di emozioni e sentimenti, diventa un oggetto di cui poter fare quello che si vuole e viene valutata solamente per il proprio aspetto estetico, come se tutto il resto perdesse di valore.

C'è una sopraffazione intenzionale, c'è una vittima, ci sono i social e le chat e c'è un meccanismo che distrugge una persona, intacca la sua autostima e la sicurezza in sé. Il riconoscimento degli altri, l'approvazione dei coetanei è fondamentale soprattutto in adolescenza e nella giovinezza. Venire umiliati in quel modo, sia da un punto di vista psicologico che fisico, significa essere distrutti moralmente.

Un social di cui poco si parla, ma che è sempre più diffuso tra i pre-adolescenti e i bambini, è musical.ly: ci può dire di che si tratta e quali sono i rischi nell'utilizzarlo?

Si tratta di una **app di video-sharing**, una piattaforma online che permette di registrare e condividere brevi video, la cui durata può oscillare tra i 15 e i 60 secondi, in cui si cantano in playback e si mimano, attraverso gesti e movimenti del corpo, le canzoni scelte all'interno di un ampio archivio. Dopo essersi esibiti, con un po' di creatività, ci si cimenta nel montaggio delle varie parti, si utilizzano gli effetti speciali, come ad esempio ridurre o aumentare la velocità di alcune sequenze di immagini, ma soprattutto si applicano i filtri migliori in cui si cerca in ogni modo di eliminare i difetti e ottenere il video perfetto. Ed è proprio attraverso queste modifiche, che si cerca ad ogni costo di apparire in forma da un punto di vista estetico, di catturare l'attenzione degli altri utenti ma soprattutto di ottenere like e approvazione social.

Gli eccessi, purtroppo, non mancano e può capitare di vedere video con ragazzine seminude che si muovono in maniera provocante, e in alcuni casi sono anche presenti espliciti riferimenti sessuali. Il problema principale risiede nel fatto che anche le bambine, a partire già dai 6/7 anni realizzano questa tipologia di video e seguono come modello le ragazze popolari su Musical.ly, che hanno milioni e milioni di seguaci.

Incentrare tutto sull'ossessione dell'apparire, sulla ricerca della perfezione e su un corpo sessualizzato, in queste fasi in modo particolare, è estremamente dannoso, non è adeguato alla loro età ed è connesso a vissuti di insicurezza e scarsa autostima. Inoltre, nonostante Musical.ly, come

gli altri social network, presenti accortezze per cercare di tutelare i più giovani, si sottovaluta il fatto che al suo interno ci siano anche contenuti allarmanti e non idonei all'età, dove si fanno ad esempio riferimenti al suicidio, all'autolesionismo o allusioni sessuali seguiti dagli hashtag # specifici, con l'obiettivo di far diventare quei video virali e farli circolare maggiormente in rete.

Che cosa si potrebbe fare per tutelare maggiormente i giovani e giovanissimi?

È importante dunque che gli adulti conoscano opportunità e rischi della rete e l'uso che fanno i ragazzi dello smartphone, poiché sin da quando son piccoli hanno bisogno di essere educati e di avere una guida che, in maniera consapevole, li accompagni e possa fungere da filtro, rispetto ai numerosi contenuti che si possono incontrare nel Web.

Inoltre, **i genitori dovrebbero stimolare i figli ad un pensiero critico e abituarli a riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni.** Bisogna pensare che i ragazzi, in quel momento, agiscono d'impulso, pensano solo al qui ed ora e non riflettono su ciò che può accadere. Inoltre, è importante sollecitarli verso un ragionamento empatico e soprattutto spronarli a confrontarsi con gli adulti di riferimento, ad esempio attraverso i casi di cronaca, i casi reali, perché solo se vedono concretamente il problema, e soprattutto lo sentono vicino a loro, sono in grado di comprenderlo realmente. In caso contrario, lo percepiscono come un qualcosa che non gli può succedere, che interessa solo altre persone e che è troppo lontano da loro.

È fondamentale poi stimolarli a parlare per far in modo che si aprano con gli adulti e chiedano aiuto in caso di bisogno, così che si possa intervenire immediatamente, prima che sia troppo tardi.