

SatisFACE: studio esplorativo sul rapporto con l'immagine di sé nell'era digitale negli adolescenti

Il presente progetto di ricerca si inserisce all'interno del progetto SatisFace che nasce nel 2022 presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele, per iniziativa del Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche (CUSSB), e si pone come obiettivo **lo studio della percezione e della relazione con l'immagine del proprio viso nell'era digitale.**

L'affermarsi della rivoluzione digitale sta provocando profonde trasformazioni nel rapporto che gli individui in generale, e gli/le adolescenti in particolare, intrattengono con la propria immagine. L'immagine digitale rappresenta un salto tecnologico che consente con un semplice smartphone di produrre, memorizzare, modificare e condividere, talvolta con scarsa consapevolezza, a costi irrisori, migliaia di immagini, nella maggior parte dei casi costituiti da ritratti e autoritratti (selfie). Nel mondo ogni minuto milioni di visi sono fissati in fotografie digitali, creando giganteschi archivi a disposizione delle aziende del settore per implementare algoritmi di editing che servono per "ritoccare" l'aspetto delle persone. Molte di queste operazioni di ritocco, di makeover virtuale, sono effettuate dagli utenti ma molte altre sono automaticamente implementate dai dispositivi fotografici per ottimizzare la gestione dell'immagine dei volti.

In questo contesto, il progetto di ricerca è incentrato **sul viso** che, per la sua intrinseca complessità, a differenza del corpo, è stato finora oggetto di poche ricerche specifiche nonostante sia diventato, con l'esplosione dell'**immagine digitale**, sempre più protagonista della vita sociale. Inoltre i filtri facciali implementati negli smartphone, sfruttando l'intelligenza artificiale e le tecniche di realtà aumentata, permettono una modifica in tempo reale delle caratteristiche del volto, consentendo di **avvicinare la propria immagine "social" a standard di bellezza ideali spesso irraggiungibili** se non in un mondo virtuale. La disponibilità praticamente illimitata di immagini contenenti il proprio



Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche
University Centre for Statistics in the Biomedical Sciences

CUSSB



viso, ed il continuo confronto con le immagini pubblicate dagli altri utenti, ha trasformato **il modo in cui le persone si rapportano al proprio volto**. In questo contesto virtuale, i social media svolgono una funzione imprescindibile nella determinazione dell'immagine di sé perché sono il luogo virtuale del processo di comparazione tra gli individui che si aggiunge a quello del confronto reale, in presenza. Condividere la propria immagine su piattaforme come Instagram, WhatsApp, TikTok, ecc. significa essere esposti ai giudizi degli altri che a loro volta diventano "modelli" per il confronto immancabile, necessario per la valutazione dell'immagine di sé. Tale confronto non è più limitato ai modelli classici di riferimento della bellezza che venivano proposti dai tradizionali mezzi di comunicazione come stampa, cinema e televisione ma si estende alla comparazione tra pari (il peer to peer dei social media). Spesso tuttavia si tende a sottovalutare i rischi legati alla pubblicazione di immagini personali online, che, una volta diffuse, diventano accessibili a un vasto numero di utenti, i quali potrebbero utilizzarle per fini diversi da quelli originali. La semplice condivisione di selfie può esporre a dinamiche di cyberbullismo, dove immagini reali o modificate della vittima vengono divulgate, dopo averne alterato tratti o caratteristiche fisiche, con l'obiettivo di ridicolizzandone l'aspetto, danneggiandone la reputazione e violando la privacy del contenuto condiviso. Essere quindi visti e vedere gli altri in uno spazio virtuale soggetto a molteplici "manipolazioni" costituisce una novità straordinaria che sta già avendo rilevanti conseguenze, sia potenzialmente negative con ricadute psicologiche sull'autostima e quindi possibili disturbi o vere e proprie patologie, ma anche per ora inesplorate possibilità di nuove forme positive di relazioni sociali tra gli studenti.

In quest'ottica finora i risultati del progetto *SatisFace* hanno evidenziato i seguenti aspetti:

- **La visione pessimistica molto diffusa ultimamente nell'opinione pubblica che vede un uso dei social media prevalentemente negativo se non pericoloso** per la salute psicologica soprattutto dei più giovani è messa in discussione dai risultati ottenuti. I dati, più che smentire categoricamente tale visione pessimistica, sembrano evidenziare **una complessità del fenomeno irriducibile a schemi semplificati**.



Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche
University Centre for Statistics in the Biomedical Sciences

CUSSB



satis

- I social media sono un sistema di comunicazione caratterizzato da **molteplici** applicazioni, **dinamiche** (cambiano e se ne aggiungono di continuo) e **specifiche** (le finalità sono diverse anche se spesso si sovrappongono).
- L'atteggiamento passivo/attivo verso i social media risulta molto vario: è presente un utilizzo che oscilla da una **fruizione quasi televisiva** a una molto più proattiva in cui si **generano contenuti da condividere** con microcomunità.
- L'uso dei social media copre un **ampio spettro di funzioni**: dall'intrattenimento allo scambio di opinioni, dall'informarsi al divertirsi, dal rappresentarsi come singolarità al confronto con modelli dominanti, influencer e/o pari.
- L'impatto sul benessere degli utenti dei social media nel **rapporto con l'immagine del proprio viso è articolato e non riducibile ad un unico schema**. Se è sicuramente un salto epocale la disponibilità di un'immagine di sé digitale, quindi ampiamente editabile e immersa in complessi meccanismi di imitazione, è anche vero che variabili come età, genere, istruzione, esposizione e tipologia dei social media, rapporto con i modelli di riferimento, il confronto con i pari, giocano un ruolo cruciale nel modulare le complesse relazioni tra i vari costrutti presi in esame.

Campo di indagine

I principali ambiti presi in esame dal progetto sono:

- gli effetti dell'**uso dei social media sull'immagine di sé** e sul **benessere** psicologico degli utenti, con particolare attenzione all'insoddisfazione per il proprio aspetto, all'autostima, alla chiarezza del sé, all'ansia, alla depressione e al controllo della propria immagine digitale.
- le dinamiche relative al confronto tra utenti sui social, il ruolo delle interazioni sociali, il ruolo dei *socialization agents* (famiglia, pari, insegnanti, educatori) e il supporto sociale percepito.
- l'importanza dei **feedback rewards** (like, emoticon, commenti, condivisioni, "silenzii", ecc.) sul benessere psicologico e sociale;
- il ruolo degli **influencer** e quello del **confronto tra pari** (peer to peer);



- la **manipolazione del proprio viso** reale (cura di sé), quella virtuale (editing digitale) e il loro rapporto;
- la **mediazione degli algoritmi** e la creazione di modelli virtuali di bellezza (come i software agiscono sull'immagine di sé).

Obiettivi del progetto

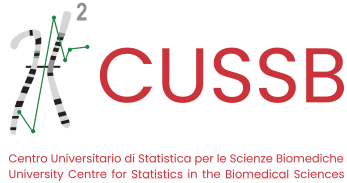
Gli obiettivi che il progetto si propone di raggiungere sono distinguibili in due fasi: **una conoscitiva e una formativa**. La **fase conoscitiva** è propedeutica a quella formativa ed è finalizzata all'approfondimento delle dinamiche che influenzano la relazione tra **l'immagine digitale**, significativamente influenzata dall'avanzamento tecnologico, e **il rapporto psicologico con il proprio viso**. Distinguere i comportamenti rischiosi, se non patologici, dall'uso consapevole e addirittura utile delle nuove tecnologie è uno dei *focus* principali del progetto SatisFace. Questo proprio per attivare la seconda fase, **quella formativa**, finalizzata a fornire strumenti che aiutino gli *stakeholder* (adolescenti, giovani, genitori, insegnanti, ecc.) a sfruttare le opportunità che può offrire l'innovazione tecnologica senza esserne sopraffatti.

Modalità della ricerca

Per raggiungere gli obiettivi della ricerca, è stato predisposto un questionario online sviluppato su piattaforma Qualtrics. La distribuzione del questionario seguirà le modalità concordate con i dirigenti scolastici. Se le risorse lo permetteranno, sarà possibile compilare il questionario nei laboratori informatici o in altri spazi appositamente forniti dalle scuole utilizzando computer, tablet o smartphone. In caso contrario, il progetto sarà illustrato agli studenti in classe e verrà inviato via email un link per completare il questionario fuori dall'orario scolastico. In quest'ultimo caso, verrà fissata una scadenza per la compilazione e i genitori saranno informati per incoraggiare la partecipazione degli studenti al sondaggio.

Il tempo stimato per la compilazione del questionario è di circa 30 minuti.

Lo studio è stato approvato dal Comitato Etico dell'Università della Svizzera Italiana.



Il questionario raccoglie una serie di informazioni riguardanti diversi aspetti legati all'immagine digitale e al benessere psicologico. In particolare, vengono indagate:

- le caratteristiche demografiche (età, genere, istruzione, etc.)
- le modalità di utilizzo dei social media
- la percezione, gestione e condivisione della propria immagine digitale;
- il selfie behaviour (la frequenza con cui si scattano, condividono e modificano i selfie; la tendenza a vedere i selfie degli altri utenti e l'impatto che ne deriva);
- i tipi di filtri usati per il volto e le ricadute sull'immagine di sé;
- la consapevolezza delle funzioni predefinite di ritocco facciale, i potenziali effetti negativi percepiti di questi comportamenti sulla salute mentale ed il benessere;
- il supporto sociale percepito in diversi contesti;
- l'ansia legata al proprio aspetto fisico e l'influenza che hanno le interazioni sociali su questa;
- la presenza di sintomi internalizzanti come ansia, depressione e ansia sociale.

Partecipanti all'indagine

L'indagine è rivolta **pre-adolescenti** e **adolescenti** delle scuole secondarie di I (classi seconda e terza) e II grado (dalla prima alla quinta).

Soggetti interessati e obiettivi dello studio

I risultati dello studio saranno condivisi con genitori, insegnanti, gli educatori, professionisti della salute, e le varie istituzioni.

Tenendo conto di caratteristiche sociodemografiche e specificità individuali dei partecipanti, ci si aspetta che il progetto:

- consenta di **identificare pattern trasversali nei comportamenti online**, evidenziando il ruolo delle caratteristiche psicologiche individuali e dell'ambiente nella rappresentazione digitale di sé;
- confermi e generi **nuove ipotesi di ricerca**, proprio per l'adozione di un approccio *data-driven* per l'analisi dei dati;



Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche
University Centre for Statistics in the Biomedical Sciences

CUSSB



- consenta di identificare, in un contesto estremamente eterogeneo, gruppi di partecipanti con comportamenti omogenei e soggetti più vulnerabili, sui quali le tecnologie digitali, in assenza di competenze e strumenti specifici, possono avere **un impatto negativo**;
- migliorare le conoscenze teoriche in ambito psicologico sui **processi di costruzione dell'immagine di sé, della propria autostima e della propria identità** considerando il ruolo degli agenti di socializzazione e dei nuovi media;
- sviluppare programmi di formazione evidence-based per **migliorare il benessere digitale e promuovere un utilizzo più consapevole delle tecnologie digitali**.

Modalità di partecipazione alla ricerca

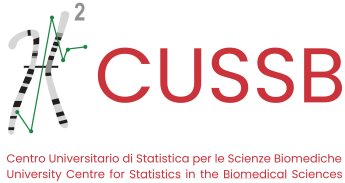
Potranno partecipare al sondaggio solo gli studenti che restituiranno il modulo di consenso informato. Per i minorenni è necessaria la firma di entrambi i genitori, mentre per i maggiorenni è sufficiente la loro firma sulla versione del modulo destinata agli adulti.

Dopo aver ottenuto l'autorizzazione dai dirigenti scolastici e dai genitori, agli studenti verranno illustrati scopi, obiettivi e modalità di partecipazione al progetto durante una lezione in classe.

Successivamente, i partecipanti potranno compilare il questionario online. La partecipazione è del tutto volontaria, e ciascuno sarà libero di interrompere la compilazione in qualsiasi momento, senza dover fornire spiegazioni.

Durante la somministrazione dei questionari, in aula sarà presente un professionista qualificato, come uno psicologo abilitato o un educatore esperto (del team Satisface o della Facoltà di Psicologia), per fornire supporto e gestire eventuali situazioni critiche. Gli studenti con disabilità o disturbi specifici dell'apprendimento riceveranno assistenza dedicata e, se necessario, avranno più tempo a disposizione per completare il questionario.

Le domande e le scale incluse nel questionario sono state accuratamente selezionate da professionisti del settore, al fine di garantire la loro adeguatezza etica e di minimizzare qualsiasi potenziale disagio per i partecipanti. Tutti coloro



che forniranno il consenso informato potranno partecipare allo studio, senza alcuna selezione basata su variabili quali stato socio-economico, nazionalità, religione o orientamento sessuale.

Il comitato scientifico è composto dai seguenti membri:

Prof.ssa Chiara Brombin, docente di statistica presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele e coinvolta nelle attività di ricerca del Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche (CUSSB).

Prof.ssa Clelia Di Serio, docente di statistica presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele e direttore del Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche (CUSSB).

Dott.ssa Carla Blandino, dottoranda in Scienze Cognitive e Comportamentali presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele.

Dott.ssa Chiara Ferrero, Psicologa, referente field project per il master di Cognitive Psychology in Health Communication, presso l'Università della Svizzera Italiana (USI) e presso l'Università Vita Salute (UniSR).

Prof. Antonio Nizzoli, docente di corsi di comunicazione mediatica presso l'Università Vita-Salute San Raffaele e autore del libro *Narcisi nella rete. L'immagine di sé nell'epoca dell'immagine*.

Prof.ssa Valentina Tobia, docente in Psicologia dello sviluppo, Facoltà di Psicologia, Università Vita-Salute San Raffaele.



Trattamento dei dati

La partecipazione allo studio è interamente volontaria, e i partecipanti hanno il diritto di interrompere la compilazione del questionario in qualsiasi momento, senza l'obbligo di fornire spiegazioni per tale scelta. Tutti i dati raccolti a fini di ricerca saranno trattati, conservati e condivisi in conformità con le disposizioni vigenti in materia di protezione e trattamento dei dati personali, come previsto dal Regolamento Generale sulla Protezione dei Dati (GDPR, Regolamento UE 2016/679).

I dati raccolti saranno archiviati in modo sicuro presso l'unità di storage del Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche (CUSSB) dell'Università Vita-Salute San Raffaele (UniSR), con accessi monitorati e backup quotidiani per garantirne l'integrità e la sicurezza. La gestione dei dati sarà esclusivamente a cura dei ricercatori del CUSSB, i quali sono vincolati da obblighi di riservatezza professionale e sono stati autorizzati dal responsabile del progetto, la Prof.ssa Brombin.

Qualora i dati personali raccolti siano oggetto di comunicazione e/o diffusione, ad esempio in pubblicazioni scientifiche, riviste peer-reviewed, conferenze, seminari o attività divulgative (come la Terza Missione), verranno preventivamente anonimizzati e presentati unicamente in forma aggregata, in modo tale da escludere ogni possibilità di identificazione individuale dei partecipanti.