



# Comunicato stampa

26.08.2019

---

## I giovani si preoccupano dell'«always on» più degli adulti

**I giovani riflettono più degli adulti sul proprio utilizzo di Internet. La connessione permanente è da loro vissuta in modo essenzialmente positivo, pur nella consapevolezza che per gestirla servono regole e limiti. L'opuscolo «Always on. Come vivono i giovani la connessione permanente?», pubblicato oggi dalla Commissione federale per l'infanzia e la gioventù (CFGI), presenta i principali risultati dell'inchiesta svolta presso 1001 giovani tra i 16 e i 25 anni.**

I media digitali sono molto importanti per i giovani, che li utilizzano in modo intenso e variato. In media i giovani tra i 16 e i 25 anni trascorrono online 4 ore al giorno nel tempo libero, a fronte delle 2,5 ore delle persone tra i 40 e i 55 anni. Servizi di messaggistica istantanea, reti sociali, e-mail e portali video sono largamente utilizzati. I giovani tra i 16 e i 25 anni interpellati apprezzano anzitutto la possibilità di essere in contatto con gli altri, cercare informazioni per la scuola o il lavoro e divertirsi.

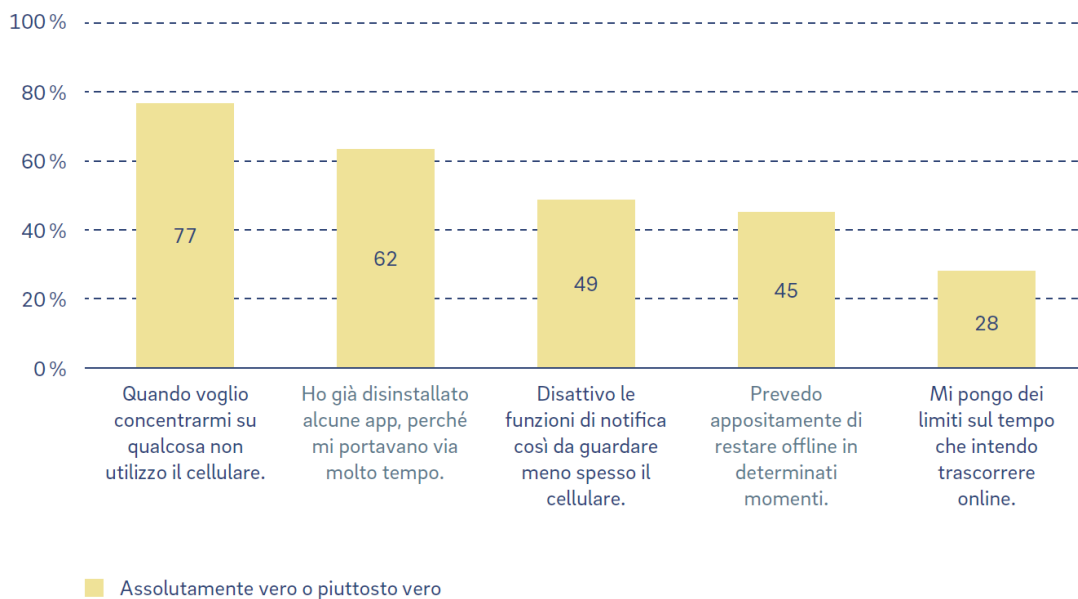
### I giovani non sono persi nel mondo virtuale, ma attenzione allo stress

«Dallo studio emerge che i giovani non sono persi davanti ai loro schermi, ma sono invece più coscienti degli adulti delle implicazioni del proprio utilizzo di Internet e riflettono molto sulle ripercussioni della connessione permanente», constata Sami Kanaan, presidente della CFGI. «Circa la metà dei giovani vive la connessione permanente in modo positivo, mentre l'altra metà la vive in modo ambivalente: gli aspetti positivi sono certamente messi in risalto, ma si rileva anche lo stress indotto. Un giovane su tre si sente infatti messo sotto pressione dalle app che premiano l'utilizzo regolare e uno su quattro diventa nervoso quando rimane offline per periodi prolungati» precisa Sami Kanaan.

### Strategie di autodisciplina

L'inchiesta ha evidenziato che il 95 per cento dei giovani ricorre ad almeno una strategia per gestire le numerose sollecitazioni dei servizi online: «*Sono consapevole che non devo rispondere immediatamente ai messaggi, per le questioni urgenti le persone possono telefonarmi*», «*Utilizzo applicazioni che limitano il tempo che passo davanti allo schermo*», «*Disattivo le notifiche*». Due giovani su cinque si pongono regole riguardo al momento e alla durata delle loro attività online: gli adolescenti (16–20 anni) si pongono regole e prevedono di restare offline più spesso rispetto ai giovani adulti (21–25 anni).

## Applicazione delle strategie di autodisciplina da parte dei giovani (16–25 anni)



### L'intensità dell'utilizzo di Internet va di pari passo con una riflessione sui suoi effetti

Lo studio si è anche concentrato sul 10 per cento dei giovani la cui attività online è più intensa di quella dei coetanei (in media 5,4 ore al giorno), mostrando che questo gruppo s'interroga maggiormente sugli effetti positivi e negativi della connessione permanente. Questi giovani «connessi sempre e ovunque» si pongono inoltre più regole, ma molti di loro manifestano sintomi di astinenza quando non sono online.

«I giovani riflettono molto sul proprio utilizzo di Internet e dispongono di un ricco bagaglio di esperienze in merito alla connessione permanente. Non si tratta di sottovalutare i problemi che possono derivare da un utilizzo intenso di Internet, ma di mettere in evidenza l'importanza e l'utilità di coinvolgere i giovani nelle discussioni o nelle decisioni su questo argomento. Essi possono infatti apportare competenze preziose e una prospettiva differente da quella degli adulti», sottolinea Sami Kanaan.

### L'inchiesta «Always on»

La Scuola superiore di lavoro sociale della Scuola universitaria professionale della Svizzera nordoccidentale (FHNW) ha realizzato, su mandato della CFG e con il sostegno dell'istituto M.I.S. Trend, un'inchiesta rappresentativa presso 1001 giovani tra i 16 e i 25 anni e un gruppo di confronto di 390 adulti tra i 40 e i 55 anni. Le domande riguardavano temi quali il tipo e la durata delle attività online, l'importanza accordata a queste ultime nonché l'esperienza e le strategie per gestire la connessione permanente.

I principali risultati dell'inchiesta sono presentati nell'opuscolo «Always on. Come vivono i giovani la connessione permanente?», disponibile in italiano, tedesco e francese. La pubblicazione può essere ordinata gratuitamente all'indirizzo [www.pubblicazionifederali.admin.ch](http://www.pubblicazionifederali.admin.ch) o scaricata in versione elettronica dal sito Internet della Commissione: [www.cfig.ch](http://www.cfig.ch). Il rapporto di ricerca integrale, pubblicato dalla FHNW, è disponibile sul sito Internet [www.alwayson-studie.ch](http://www.alwayson-studie.ch) (in tedesco).

### Domande e informazioni complementari:

Sami Kanaan, presidente della CFG, e Benjamin Bosshard, responsabile del gruppo di lavoro «Digitalizzazione» della CFG.

**Contatto:** segreteria della CFG, [ekkj-cfej@bsv.admin.ch](mailto:ekkj-cfej@bsv.admin.ch), tel. 058 462 92 26, [www.cfig.ch](http://www.cfig.ch)