

VERCELLI

L'importanza dell'utilizzo in modo corretto dei social network

La lezione di Sebastiano Ruzza alla classe 3A servizi per la sanità e l'assistenza sociale dell'istituto professionale "B.Lanino"

16 NOVEMBRE 2025 14:00



aa

Una lezione tenuta il 29 Ottobre 2025 da Sebastiano Ruzza dello spazio Gioin ha spiegato **alla classe 3A servizi per la sanità e l'assistenza sociale dell'istituto professionale "B.Lanino"** l'importanza dell'utilizzo in modo corretto dei social network, la loro nascita , lo sviluppo e soprattutto le loro ripercussioni sul benessere dei giovani.

Sebastiano Ruzza ha iniziato l'incontro con delle interessanti domande: "Che social siete?" "Cos'è il benessere?".

Dopo un breve confronto e una spiegazione da parte sua, **Ruzza ci ha posto di fronte a ventisette domande.** Le domande sono state su emozioni e umore legati ai social, sulle abitudini digitali, sull'identità, sull'immagine, sulle emozioni frequenti e sull'autostima. Una di queste domande ha toccato **l'argomento del FOMO**, cioè l'ansia di essere esclusi da eventi o esperienze gratificanti che altri stanno vivendo.

Successivamente Ruzza ha mostrato alla classe un breve video tratto dalla serie televisiva "Bojack Horseman" che ha fatto riflettere molto su come i social possano farci cambiare umore e sul fatto che un dispositivo riesca effettivamente a controllare le nostre emozioni.

Questo è terrificante.

Il video insegna che è sempre meglio usare la nostra creatività, piuttosto che utilizzare Internet, come ha fatto Bojack, il protagonista del film, che ha vinto un Oscar per un film che aveva fatto l'AI al suo posto. Usufruire del web per svolgere attività o pensieri al nostro posto **può bloccare l'immaginazione e addirittura limitare il funzionamento corretto del cervello**, soprattutto se non si hanno almeno diciassette anni, l'età giusta per utilizzare i social. Ringraziamo infinitamente Sebastiano Ruzza per avere dedicato il suo tempo e la sua dedizione.

Rappresenta per gli studenti un esempio perché **Sebastiano è una persona che mette amore in ciò che fa**, soprattutto in queste lezioni. La classe III A ha conosciuto Sebastiano Ruzza già negli anni scorsi e ha avuto la fortuna di ascoltare un suo intervento sui disturbi alimentari che ha particolarmente colpito e portato a riflettere.

Giulia Areso Classe III A ssas- Istituto professionale Lanino

