

# Scrivermi: sviluppare comunità grafomani negli spazi virtuali. Un progetto di scrittura su Telegram per contrastare l'isolamento sociale

Alessio Castiglione\*

*Riassunto:* Con una specifica intenzionalità educativa, in questo lavoro viene narrata l'esperienza di scrittura espressiva, autobiografica e di comunità di *Scrivermi*, un progetto di natura narratologica e pedagogica che attraverso l'utilizzo di Telegram ha dato vita a una comunità grafomane costituita da persone di età, estrazione sociale e background culturale differenti, accomunate da un medesimo interesse: conoscersi e conoscere di più se stessi e l'altro in un momento storico caratterizzato da molteplici criticità. Il progetto *Scrivermi* è la rappresentazione procedurale di come gli strumenti della narrazione possono venire in aiuto per sviluppare una resilienza trasformativa in grado di attivare le risorse interne delle persone, grazie anche a pratiche virtuali che mostrano il potenziale pedagogico delle app. I risultati qualitativi collezionati sotto forma di testi sono stati raccolti usando la netnografia come principale metodologia di ricerca, la quale mostra, con la scelta di parti accuratamente selezionate, una serie di attività di scrittura replicabili che hanno assunto la validità di un percorso autobiografico con 25 partecipanti situati nella provincia di Palermo. Con un approccio telematico, i beneficiari del progetto hanno usufruito di prompt derivati dalla scrittura espressiva, autobiografica e di comunità, sviluppando quella che viene chiamata da Duccio Demetrio (2011) una comunità grafomane.

*Parole chiave:* Telegram, scrittura autobiografica, scrittura di comunità, COVID-19, comunità di pratiche virtuale.

*English title:* Writing to myself: Developing graphomaniac communities in virtual spaces. A writing project on Telegram to combat social isolation.

*Abstract:* With a specific educational intentionality, this work narrates the expressive, autobiographical and community writing experience of *Scrivermi*, a project with a pedagogical and narratological nature, which uses Telegram to develop a graphomaniac community. The community is composed of people from various ages, social classes and cultural backgrounds, who are united by a common interest of better knowing each other and themselves, especially during a historical moment marked by critical situations. *Scrivermi* shows how storytelling can aid the development of transformative resilience by activating people's internal resources. Virtual practices also demonstrate the educational potential of applications. The research methodology for collecting qualitative results was netnography. A series of replicable writing activities that resembled an autobiographical path was identified through the selective inclusion of texts from 25 participants located in the Palermo province. The participants benefitted from expressive, autobiographical and writing community prompts using a telematic approach. This led to the development of what Duccio Demetrio (2011) refers to as a graphomaniac community.

*Keywords:* Telegram, autobiographical writing, writing community, COVID-19, virtual community of practice.

\* Università di Palermo. Email: [alessio.castiglione@unipa.it](mailto:alessio.castiglione@unipa.it)

## 1 Introduzione

Il numero sempre più elevato di persone all'interno delle piattaforme di social networking e di messaggistica istantanea produce occasioni per creare gruppi virtuali attivati a partire da interessi e obiettivi comuni riconducibili al bisogno di socialità; al giorno d'oggi tale pratica rappresenta una delle nuove modalità per stare insieme (Bisacca *et al.*, 2020). La creazione di gruppi su WhatsApp o Telegram, così come su Facebook o Instagram, è all'ordine del giorno, ma spesso tali realtà mancano di intenzionalità e valore generando quello che gli esperti in comunicazione digitale identificano come "rumore" (Carriero *et al.*, 2022). In contrapposizione al valore, il rumore sui social media può essere inteso come una confusione più visiva che uditiva, dove la sovrapproduzione di contenuti mediali, tra questi video, foto, testi, commenti e reazioni di *engagement*, comporta l'espressione di opinioni e giudizi che privano il contesto digitale di regolamentazione emotiva e mediazione comunicativa (Gasparetti *et al.*, 2020). In mancanza di regole socialmente condivise, tali gruppi, siano essi virtuali o ibridi, rischiano di generare sentimenti negativi, provocando negli utenti tensioni e sentimenti anticomunitari (Lavanco, 2021), un risultato contrario al motivo originario per cui le piattaforme di social networking sono state ideate (Foer, 2018). Nella società occidentale odierna, dove il confine tra reale e virtuale è ufficialmente decaduto (Giuffrè *et al.*, 2022), il *digital journalist* Francesco Oggiano (2022) sostiene che siamo arrivati a un bivio: arrenderci all'indignazione, all'individualismo, alla rabbia, alla paura o abbracciare la complessità, sforzarci di capire i pensieri altrui, empatizzare, consultare fonti, sviluppare senso critico e rendere la vita sui social network più avventurosa. Per rispondere pedagogicamente al rumore diffuso, e cogliere con consapevolezza educativa le potenzialità della comunicazione virtuale, si è scelto con questo progetto di ricerca di sviluppare e intraprendere un percorso dove le piattaforme di messaggistica istantanea, in particolare Telegram, avessero un ruolo centrale per la produzione e la condivisione di emozioni positive volte a sviluppare senso di appartenenza, resilienza e benessere (Fredrickson, 2011) tra i partecipanti coinvolti nell'intervento. Il progetto di ricerca *Scrivermi* può essere visto qui come un esempio concreto di come le persone hanno cercato di ridurre rumori digitali e silenzi fisici dettati dall'emergenza pandemica e di creare connessioni significative attraverso una piattaforma virtuale a loro familiare. La grafomania, intesa da Duccio Demetrio come una passione condivisa e una via di fuga durante i tempi di isolamento (Demetrio, 2011), ha assunto la forma di una socializzazione terapeutica (Lo Coco *et al.*, 2006), permettendo agli scriventi di esprimere i loro sentimenti, fatti di preoccupazioni e speranze, e di identificarsi con gli stati d'animo degli altri compagni e compagne di laboratorio. In questo lavoro, vedremo come il confronto con storie simili alle proprie abbia permesso ai partecipanti scriventi di sviluppare empatia (Demetrio, 2012) e di comprendere meglio il momento emergenziale dentro il quale tutti loro stavano vivendo. In tal

senso, Telegram è diventata molto più di una semplice piattaforma di messaggistica istantanea: si è trasformata in uno spazio virtuale in cui le persone hanno potuto formare comunità grazie a una passione e a uno strumento semplice quanto potente, la scrittura.

Spinti dalla necessità di espressione e di connessione, sotto la supervisione del ricercatore-conduttore, gli utenti del progetto *Scrivermi* hanno dato vita a un gruppo telematico di sola lettura in cui condividere testi scritti digitalmente seguendo uno specifico percorso di natura espressiva, autobiografica e di comunità (Castiglione, 2023). Tale gruppo ha offerto un ambiente virtuale sicuro per parlare di sé, sviluppare una narrazione del proprio stato esistenziale, nel rispetto della *privacy* di ciascuno (ogni scrivente era identificato esclusivamente da un nickname al fine di preservarne la sensibilità e promuovere l'espressione libera senza il timore della valutazione e del giudizio esterni). Durante e dopo il processo, le persone che hanno aderito in maniera volontaria al progetto non solo hanno migliorato le loro competenze di scrittura, ma hanno anche imparato a regolare le proprie emozioni e, allo stesso tempo, riconosciuto rispettosamente quelle degli altri grazie alla lettura dei loro scritti (Wolf, 2018).

Questo gruppo nato su Telegram dimostra che, nonostante il rumore digitale, è possibile utilizzare le piattaforme di social networking per costruire comunità virtuali intenzionali e significative in sintonia con i loro membri (Romano, 2022). In linea con gli studi di Etienne Wenger *et al.* (2002), si è scelto di utilizzare Telegram come luogo privilegiato per la creazione di una comunità virtuale fondata sulla pratica, il dominio, l'apprendimento collaborativo e la condivisione di una biografia personale, risignificando la modalità d'uso tradizionale della piattaforma stessa.

Abbracciando la complessità di quel particolare momento storico, il progetto *Scrivermi* rappresenta una delle tante esperienze educative nate in seno alla pandemia da COVID-19 che hanno saputo vedere nelle restrizioni ad essa connesse uno stimolo per ideare nuove culture partecipative, per coltivare la creatività, il senso di appartenenza e le relazioni interpersonali online (Jenkins, 2009). La capacità di trasformare una discontinuità in un'occasione di crescita è la testimonianza principale di come, se pedagogicamente accompagnata, la criticità di un vissuto possa diventare una spinta al miglioramento tanto individuale quanto collettivo (Perricone *et al.*, 2014).

Alla luce di quanto premesso, questo studio intende mettere l'accento sulla diffusione delle comunità virtuali grafomani, descrivendo dettagliatamente il percorso pionieristico di scrittura espressiva, autobiografica e di comunità che ha spinto 25 individui situati nella provincia di Palermo a partecipare alla ricerca e a rimanere attivi lungo i 17 mesi di durata del progetto. Per la raccolta dei dati è stato adottato un approccio di ricerca netnografico (Kozinets, 2010), fotografando le parti testuali più significative che possono essere visualizzate interamente consultando il gruppo aperto del progetto *Scrivermi*<sup>1</sup>. Lo scopo alla base dello studio è

<sup>1</sup> Il gruppo Telegram *Scrivermi* è disponibile al seguente link: <https://t.me/+TJTW3l2WZbteh0N6>.

quello di comprendere in che modo la piattaforma di Telegram abbia influenzato la formazione della comunità e come questa esperienza collettiva di scrittura virtualmente condivisa abbia contribuito a far fronte all'isolamento sociale, rispondendo alla seguente domanda di ricerca: l'utilizzo di una piattaforma di messaggistica istantanea come Telegram può formare una comunità virtuale grafomane e facilitare processi di contrasto all'isolamento sociale servendosi della scrittura come mezzo di espressione delle emozioni e di condivisione delle storie personali?

Oltre a rispondere a questo quesito, il presente lavoro si prefigge di contribuire al corpo di studi che stanno esaminando le comunità virtuali disponibili sulle piattaforme di social networking al fine di fornire una nuova prospettiva sul ruolo che in futuro potranno avere nel promuovere una cultura pedagogica che favorisca la prosocialità, l'espressione creativa e un'interazione meno "rumorosa" al loro interno (Razzante, 2023).

## 2 Il percorso di scrittura espressiva, autobiografica e di comunità su Telegram

Al fine di usufruire delle tecniche di scrittura più strutturate in ambito psicologico e pedagogico, all'interno del progetto *Scrivermi* sono state selezionate dagli studi di James W. Pennebaker, Duccio Demetrio e Alessio Castiglione rispettivamente la scrittura espressiva (Pennebaker *et al.*, 2017), la scrittura autobiografica (Demetrio, 1995) e la scrittura di comunità (Castiglione, 2023), forme potenti di condivisione che possono avere profondi effetti sia sul piano individuale che a livello collettivo. In ordine, possiamo affermare che:

- la *scrittura espressiva* è un'attività che sfrutta il potere della parola per promuovere il benessere mentale e la guarigione emotiva. Tramite questo approccio, gli individui scrivono sulle loro esperienze emotive e psicologiche nel tentativo di dare senso ai loro sentimenti e promuovere la risoluzione dei conflitti interni. Questa pratica è basata sulla convinzione che l'atto di scrivere possa costituire un importante mezzo di elaborazione dei traumi, di gestione dello stress e di rilassamento psicofisico;
- la *scrittura autobiografica* funge da esame introspettivo della vita dell'autore. Attraverso l'esplorazione e la trascrizione di eventi passati e presenti, gli esercizi autobiografici offrono l'opportunità di svelare le verità personali, ampliare la comprensione di sé, costruire un senso di identità e fare memoria. Questo tipo di scrittura può non solo fornire una terapia personale, ma anche servire come testimonianza storica e culturale;
- la *scrittura di comunità* si riferisce all'atto dello scrivere in un setting di comunità, sia esso fisico o virtuale. La narrazione (di sé, del contesto e dell'altro) diventa lo strumento per creare legami sociali, promuovere la comunicazione e affrontare i problemi vissuti dalla comunità alla quale lo scrivente appartiene. Questa metodologia si articola in tre specifici momenti: la scrittura libera su uno o più stimoli, un momento di lettura degli elaborati composti nel qui e

ora dell'incontro, e in ultimo, all'interno di questo, un ascolto profondo dove si entra in contatto con l'altro, astenendosi da valutazioni e giudizi. La scrittura di comunità incoraggia la partecipazione civica, la voce collettiva e può servire come strumento di cambiamento sociale.

La scelta di Telegram come app di messaggistica istantanea privilegiata, dove poter sperimentare le tecniche sunnominated, si è poggiata sulle caratteristiche che la rendono una delle dieci piattaforme più scaricate al mondo (Pellizzi, 2018). Così come dichiarato nella descrizione della stessa all'interno dell'*app store* dedicato<sup>2</sup>, Telegram è una piattaforma:

- *veloce*: è la più veloce app di messaggistica sul mercato, connette le persone con una rete unica e distribuita, con *data center* esteso in tutto il globo;
- *sincronizzata*: vi si può accedere da tutti i *device* (smartphone, tablet, pc), con la possibilità di scrivere da qualsiasi dispositivo senza perdere i dati;
- *illimitata*: si possono inviare media, file e testi senza alcun limite riguardo al tipo. L'intera cronologia delle chat non impiega lo spazio del dispositivo personale, ma viene archiviata nel *cloud* interno di Telegram;
- *sicura*: Telegram sostiene che la propria piattaforma è tra le più sicure al mondo grazie a strategie che combinano crittografia simmetrica AES a 256 bit, crittografia RSA a 2.048 bit e scambio di chiavi sicuro Diffie-Hellman;
- *gratuita e aperta*: Telegram ha un'API completamente documentata e gratuita per gli sviluppatori, con un *open source* e una *build* verificabili per dimostrare che l'app è costruita esattamente con lo stesso codice sorgente pubblicato;
- *potente*: è possibile creare chat di gruppo fino a 200.000 membri, condividere media e file di grandi dimensioni fino a 2 GB ciascuno, impostare dei bot per compiti specifici. L'azienda sostiene che è lo strumento perfetto per ospitare community online e coordinare il lavoro di squadra;
- *affidabile*: Telegram riesce a funzionare con connessioni mobili deboli e assicura la compilazione dei messaggi anche offline;
- *divertente*: l'app ha inserito strumenti di modifica di foto e video, nonché una funzione adibita agli sticker/GIF;
- *semplice*: l'interfaccia è *minimal* e semplice così da facilitarne l'uso anche agli utenti novizi;
- *privata*: Telegram fa della *privacy* il suo punto di forza. La chat consente di cancellare e modificare i messaggi in qualsiasi momento e senza lasciare traccia. Inoltre, l'azienda non usa pubblicità né si serve dei dati personali dell'utente per mostrare inserzioni. Una delle funzioni più caratteristiche di Telegram sono le chat segrete, che usano la crittografia *end-to-end* per assicurarsi che un messaggio possa essere letto solo dal suo destinatario senza essere inoltrato.

Gli studi sugli ambienti digitali di Etienne Wenger *et al.* (2009) hanno attribuito particolare rilievo al concetto di comunità virtuale di pratiche che, nell'eccezione del

<sup>2</sup> Di seguito il link della pagina di Google Play per il download di Telegram: <https://play.google.com/store/apps/details?id=org.telegram.messenger&hl=it&gl=US&pli=1>

progetto *Scrivermi*, ha incluso il carattere grafomane per la costituzione di un gruppo fondato da un dominio, una comunità e una pratica che avessero come comune denominatore la scrittura e la lettura di storie personali dentro una piattaforma di messaggistica istantanea (Drusian *et al.*, 2019). Dalla pandemia è giunta la sollecitazione a mettere al servizio delle persone azioni di supporto per affrontare l'impatto che stava avendo il COVID-19 nella quotidianità, e ai professionisti delle relazioni di aiuto è stato raccomandato di utilizzare tutte le competenze e le risorse a disposizione per sviluppare una resilienza trasformativa (Varveri, 2021). Nel caso specifico, attivare una ricerca sulle narrazioni durante la pandemia ha consentito non solo di raccontare l'esperienza e di farne memoria, ma anche di dare voce a persone comuni che hanno beneficiato di un progetto educativo per sentirsi ascoltati, visti e compresi non come semplici lettori o osservatori, bensì in veste di autori dell'esperienza vissuta (Cappellino *et al.*, 2021).

Ogni vita merita un romanzo, suggerisce Erving Polster (1988) riferendosi al bisogno di ritrovare interesse per la propria esistenza; anche in un momento di grave difficoltà, anche dentro una piattaforma di messaggistica istantanea, anche con altre persone che insieme vogliono ricercare un senso, un motivo, un perché, così come avvenuto con il progetto *Scrivermi*.

Questi riferimenti hanno orientato la direzione della ricerca rivolta alla possibilità di creare valore, espressione, autoriflessione ed elaborazione intrecciando pratiche solo apparentemente distanti tra loro: l'educazione e la scrittura con un'app di messaggistica istantanea. Su Telegram, infatti, l'avvio di un laboratorio narrativo ha destrutturato il contesto virtuale convertendo la piattaforma in un setting educativo dove poter lavorare con le emozioni, le esperienze, le paure, le speranze e i pensieri, creando una sorta di diario digitale collettivo che, oltre a favorire la catarsi, ha generato una connessione empatica tra gli individui (Danieli *et al.*, 2019), attenuando la percezione di solitudine e facilitando l'adattamento alle nuove routine condizionate dalla pandemia.

Dal progetto realizzato è stato possibile trarre un percorso laboratoriale a distanza articolato in quattro fasi (tab. 1): prologo, inizio, svolgimento e finale aperto.

Tab. 1: Il percorso di scrittura espressiva, autobiografica e di comunità di *Scrivermi*

Aspetti (fasi del laboratorio)	Attività
<b>Prologo</b> – ideazione e disseminazione del progetto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• scelta della piattaforma di messaggistica istantanea</li> <li>• creazione di un gruppo telematico dedicato al laboratorio di scrittura</li> <li>• promozione del progetto con il fine di attirare partecipanti e raccogliere adesioni attraverso canali privati e pubblici sui social media</li> <li>• selezione degli scriventi e loro inserimento nel gruppo telematico segreto di sola lettura</li> <li>• condivisione delle opportunità, dei limiti e delle condizioni di partecipazione</li> </ul>

<p><b>Inizio</b> – costituzione del gruppo target e spiegazione delle modalità di conduzione</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pianificazione della struttura del laboratorio: organizzazione delle sessioni di scrittura, definizione dei temi, condivisione delle linee guida e di regole chiare per la partecipazione</li> <li>• richiesta rivolta ai partecipanti di confermare l'adesione precedentemente data e invito rivolto loro a seguire le comunicazioni nel gruppo ufficiale del laboratorio prestando attenzione a non rivelare la propria identità</li> <li>• inizio delle sessioni di scrittura: i partecipanti vengono invitati a rispettare i tempi, le modalità di partecipazione e le tematiche scelte dal conduttore e condivise nel gruppo telematico</li> <li>• indagine per individuare eventuali difficoltà di partecipazione così da risolvere le problematiche inerenti all'uso della piattaforma prescelta</li> </ul>
<p><b>Svolgimento</b> – avvio delle sessioni di scrittura</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• programmazione dei temi e scelta degli stimoli di scrittura (definiti all'interno del progetto Scrivermi come Tracce di Sé)</li> <li>• scelta da parte dei partecipanti del proprio nickname per la firma dei componimenti (questi ultimi verranno inviati esclusivamente al conduttore in forma anonima tramite un'e-mail dedicata al progetto)</li> <li>• rispetto puntuale da parte dei partecipanti delle Tracce di Sé, condivise dal conduttore secondo un preciso ordine temporale (una al mese, per esempio).</li> </ul> <p>In successione le Tracce di Sé del progetto Scrivermi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>L'origine del nome:</b> rappresentare in parole il racconto del proprio nome di battesimo senza svelarlo apertamente</li> <li>2. <b>Cosa dico io su quello che dicono di me:</b> farsi dire da un gruppo di persone familiari cinque aggettivi che corrispondano allo scrivente e scrivere di questi</li> <li>3. <b>La mia persona importante:</b> scegliere una persona importante e raccontare di lei</li> <li>4. <b>Un atto di gentilezza:</b> compiere una gentilezza per una persona, aiutarla tramite un'azione intenzionale e raccontare le proprie gesta, semplici o eroiche, che hanno fatto sentire a quella persona il senso di cura e attenzione che le avete dimostrato</li> <li>5. <b>Fotografare un oggetto che è in casa e raccontare perché si è scelto proprio quello:</b> descrivere perché esso rappresenta se stessi in quel momento</li> <li>6. <b>Che regalo farei a questo gruppo:</b> pensare a un regalo da fare al gruppo nel periodo natalizio</li> <li>7. <b>Il buco nero:</b> quale cosa o persona vi ha assorbito a tal punto da non saper resistere né con lei/lui né senza di lei/lui? Dove vi ha portati e cosa vi ha portati a essere?</li> <li>8. <b>Viaggio nel tempo e nello spazio:</b> dove vorrei essere e in che tempo? Perché? Cosa voglio ottenere da questo viaggio o da questo momento? Sono solo o insieme a qualcuno? Cosa voglio scoprire, vedere, rivedere, rivivere o vivere per la prima volta?</li> <li>9. <b>Consigli di lettura:</b> scegliere un libro da indicare al gruppo come consiglio di lettura e spiegarne le motivazioni</li> <li>10. <b>Quel quadro appeso:</b> guardate quel quadro appeso. L'immagine e il perché di quel dipinto, foto o stampa. Scegliete un quadro della vostra stanza, rivelateci la storia dentro e fuori di esso.</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. <b>Momento di recupero:</b> <i>questa traccia serve per recuperare qualcosa che non siete riusciti a consegnare o scrivere in passato. Rivedete le tracce precedenti e capite quale vale la pena recuperare o addirittura riscrivere</i></li> <li>12. <b>È arrivato il momento:</b> <i>questa traccia speciale è un evento straordinario per questo gruppo, un momento di passaggio delicato per rivelarci. Vi invito a incontrarci domenica 28 febbraio 2021 alle ore 10.00 da Tèco sito in via Garibaldi 68 a Palermo. Sarà un'occasione per svelarci e passare al passaggio successivo: l'incontro, la rivelazione di noi</i></li> <li>13. <b>È arrivato il momento bis:</b> <i>a seguito dell'ultimo incontro avvenuto in presenza si è deciso insieme di continuare il progetto. Si rispetterà la volontà di mantenersi anonimi di coloro che non hanno potuto o voluto partecipare. Da questo momento in poi le Tracce di Sé verranno date mensilmente. Per questa traccia bis inoltrerò sul gruppo gli ultimi componenti arrivati e non ancora mandati. Invito chi non lo avesse ancora fatto (gli anonimi) a completare comunque la traccia precedente, per mettersi in pari con gli altri</i></li> <li>14. <b>Totem:</b> <i>quale forma assumerebbe il vostro totem? Che animale, pianta o oggetto guida rappresenta il vostro riferimento di protezione più importante, e perché?</i></li> <li>15. <b>La lista della spesa:</b> <i>fare la spesa non è mai stato così entusiasmante, è diventata una delle poche occasioni in cui è possibile uscire di casa. In un mese le cose da comprare sono tante, alcune volte utili, alcune volte superflue, ma se esistono nella nostra lista c'è sempre un perché. È finita la carta igienica, la mia penna non funziona più, ho bisogno di cioccolato o di un nuovo paio di scarpe. Ogni spesa è un micromondo che abita i nostri armadi, le nostre dispense, i nostri bagni, cassetti, scrivanie e librerie. Può anche trattarsi di semplici desideri. Raccontateci le vostre spese, piccole e, apparentemente, innocue storie quotidiane che ci permettono di vivere o sopravvivere in questi giorni</i></li> <li>16. <b>Marziani:</b> <i>un giorno su Marte dura 37 minuti in più di quello terrestre. Immaginatevi di sera, mentre vi stendete, di ricevere questo bonus da 37 minuti, questo è il regalo che Marte può farvi per questa traccia. Dedicate del tempo per pensare al tempo</i></li> <li>17. <b>Le quattro stanze del cuore:</b> <i>immaginiamo. Quattro cavità compongono lo spazio del cuore, come quattro sono i sentimenti che il cuore custodisce: dolore, gioia, paura, desiderio</i></li> <li>18. <b>Necrologio, ultimo respiro di inchiostro:</b> <i>spingiamoci oltre la vita. Con questa traccia dovete lasciare la vostra memoria definitiva, che rimarrà in eterno. Cosa volete che gli altri e il mondo ricordino di voi? Quali parole, azioni, esperienze possono rappresentare la chiusura del vostro ciclo di vita? Lasciate un ultimo ipotetico segno. La vostra traccia definitiva, che sa più di vita che di morte</i></li> </ol>
<p><b>Finale aperto</b> – replicabilità e sostenibilità nel tempo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>conclusione e riflessione in presenza: durante il laboratorio un momento di disvelamento (su scelta volontaria) è stato necessario per permettere al gruppo di conoscersi dopo mesi di scrittura a distanza e in anonimato. È stato importante riflettere sul processo, sui benefici e sulle esperienze condivise, per progettare futuri laboratori e per far emergere il senso del vissuto</i></li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Innovativa strategia di laboratorio di scrittura online è stata replicata da alcuni membri interni del gruppo Scrivermi, che hanno deciso autonomamente di fondare altri gruppi telematici attingendo alle Tracce di Sé del progetto. Nel dettaglio, sono stati fondati trasversalmente altri cinque gruppi (anch'essi all'interno di Telegram): Sconosciuti DiVersi, Macchie d'inchiostro, Riconoscermi, Librarsi, (Ri)Scoprirsi, raccogliendo un totale di 50 partecipanti</i></li></ul>
--	---

### 3 Metodologia di ricerca e risultati

Sulla base delle indicazioni sopraelencate, il lavoro si è proposto di rispondere a una prima domanda di ricerca: mediante l'utilizzo di un gruppo Telegram, è possibile sviluppare una comunità di pratiche virtuale fondata sulla narrazione delle storie di vita dei partecipanti? Da tale quesito sono derivate le seguenti domande correlate: la condivisione di storie di vita attraverso la piattaforma Telegram può facilitare la creazione di legami emotivi e di fiducia tra i partecipanti? In base alla condivisione di un percorso di scrittura su un gruppo, Telegram può formare una comunità virtuale grafomane e facilitare processi di contrasto all'isolamento sociale servendosi della scrittura come mezzo di espressione delle emozioni e di condivisione delle storie personali?

Con l'intento di strutturare un laboratorio replicabile, è stato avviato un percorso di scrittura espressiva, autobiografica e di comunità, in quanto questi tre approcci, che esprimono il quadro teorico di riferimento, consentono di ricavare il massimo potenziale dalla stesura di testi e di stimare attraverso le composizioni l'impatto personale sugli scriventi della pandemia da COVID-19, sia durante che alla fine dell'emergenza. Come metodologia di ricerca è stata scelta la netnografia perché ritenuta più confacente alla raccolta dei testi nello spazio digitale designato. L'esperienza qui presentata è stata condotta dal mese di novembre dell'anno 2020 al mese di febbraio dell'anno 2022, e ha visto il coinvolgimento di 25 persone di età e generi misti che hanno scelto in maniera volontaria di partecipare aderendo liberamente al progetto di ricerca avviato telematicamente. La ricerca si è strutturata in tre fasi. La prima è consistita nella diffusione della notizia dell'avvio del progetto telematico e delle informazioni sulle sue modalità di partecipazione per l'individuazione del gruppo target volontario con una comunicazione promossa sui canali di social networking del ricercatore; l'identificazione dei partecipanti e la finalità del progetto sono state successivamente rese note al primo incontro avviato online nel mese di novembre dell'anno 2020. La seconda fase, relativa allo svolgimento del laboratorio, ha previsto l'intervento educativo sotto forma di un percorso grafomane sul gruppo Telegram *Scrivermi* per un totale di 17 mesi. L'ultima fase è stata dedicata alla replicabilità del progetto, alla raccolta e alla selezione dei testi prodotti all'interno del gruppo, consultabili interamente al seguente link: <https://t.me/+TJTW3l2WZbteh0N6>.

Il campione di convenienza utilizzato ai fini di questo studio è stato costituito

da 25 persone in stato di isolamento sociale determinato dalle restrizioni da COVID-19; 2/3 dei partecipanti avevano già partecipato a incontri di scrittura di comunità attraverso l'associazione di promozione sociale Newbookclub Community Lab situata nel territorio palermitano, ma hanno sperimentato un nuovo approccio alla scrittura digitale grazie all'adesione alla ricerca, 1/3 invece ha provato per la prima volta cosa significhi partecipare a una comunità grafomane.

Gli stimoli di scrittura ideati dal progetto sono stati denominati *Tracce di Sé* e proposti a cadenza mensile. L'intero laboratorio ha seguito l'approccio terapeutico di Pennebaker (2015), quello biografico-narrativo di Demetrio (1997) e dei colleghi Farello e Bianchi (2001), coniugati alla scrittura di comunità di Castiglione (2023), quest'ultima finalizzata alla scoperta di sé e degli altri attraverso la lettura e la condivisione di storie tra giovani e adulti di diverse età, condizioni sociali e background culturale in un setting di comunità. La metodologia di ricerca netnografica è stata impiegata per rintracciare la piattaforma più adatta a questa tipologia di raccolta dati, portando a scoprire in Telegram un ambiente favorevole per raccogliere artefatti mediali dalla comunità virtuale creata grazie alle funzionalità insite nella piattaforma stessa. Ogni componimento è stato prima mandato al conduttore tramite e-mail e poi condiviso dallo stesso all'interno del gruppo riportando titolo, corpo del testo e nickname dell'autore; così facendo i documenti trascritti in digitale sono stati resi pubblici ai partecipanti del progetto senza rivelarne l'identità all'interno del gruppo e mantenendo la segretezza promessa dal progetto fino al momento del disvelamento. L'anonimato di partenza ha concesso ai partecipanti di non limitare la propria narrazione e di sentirsi in uno spazio protetto. Particolare attenzione è stata posta al rispetto delle esperienze, delle opinioni e degli stati d'animo di ogni scrivente coinvolto nello studio. Per tale ragione si è preferito non dichiarare alcun criterio di valutazione, se non unicamente la partecipazione e la frequenza al laboratorio nel rispetto delle tempistiche dichiarate nella fase iniziale della ricerca. Di seguito, alcuni dei risultati netnografici emersi (figg. 1-5).

Fig. 1: Componimento *Traccia di Sé L'origine del nome*

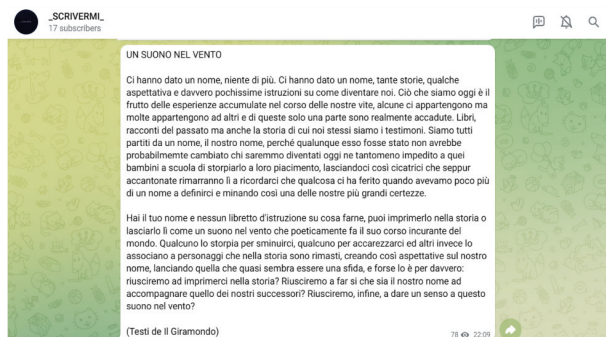


Fig. 2: Componento Traccia di Sé *Cosa dico io su quello che dicono di me*

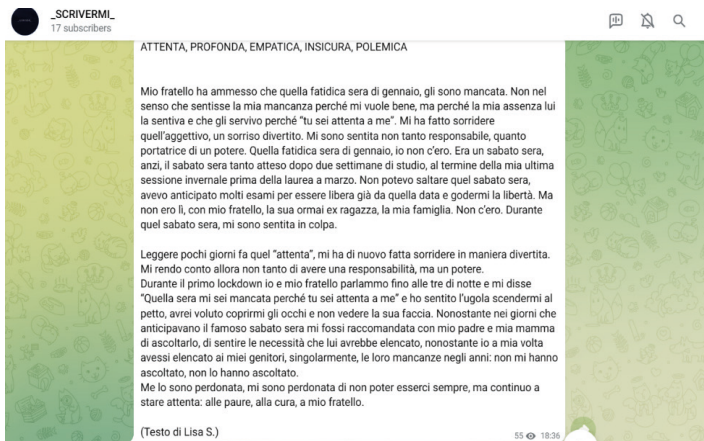


Fig. 3: Componento Traccia di Sé *La mia persona importante*

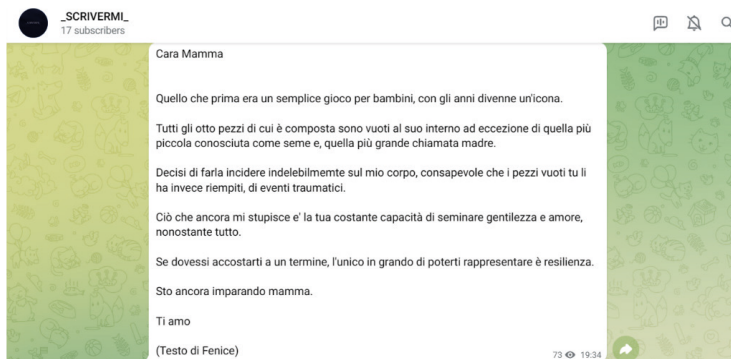


Fig. 4: Componento Traccia di Sé *Il buco nero*

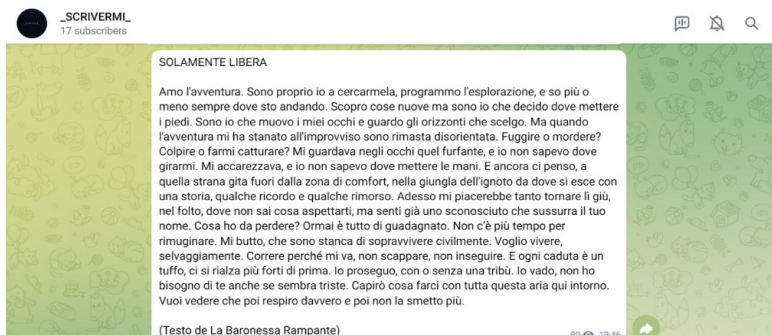


Fig. 5: Componente Traccia di Sé *Viaggio nel tempo*

#### 4 Conclusioni

L'esperienza della pandemia da COVID-19, se nell'ottica emergenziale ha costretto singoli, coppie e gruppi all'isolamento sociale, ha tuttavia contribuito a dare vita a nuove modalità per riuscire a stare insieme grazie alle possibilità offerte dagli spazi virtuali e ai dispositivi tecnologici di supporto (Lancini, 2023). Il lockdown e le restrizioni ad esso connesse hanno portato una società già fortemente digitalizzata a convertire ulteriormente attività di diverso genere in contesti online dove riuscire a sperimentare alternative all'incontro in presenza (Grossi, 2023). Così facendo il digitale è diventato l'attributo necessario per fondare delle comunità capaci di rispondere al bisogno di condivisione, espressione e interazione. In particolare, nel campo pedagogico e del lavoro sociale, progetti e laboratori hanno resistito e sono riusciti ad andare avanti grazie alle piattaforme digitali (social media, app di messaggistica istantanea, software e servizi web) che ne hanno garantito la continuità reinventando, o talvolta creando da principio, ambienti che permettessero di ideare e realizzare iniziative educative di successo (Biancato *et al.*, 2021). Professionisti delle relazioni d'aiuto a vario titolo (educatori, pedagogisti, psicologi, formatori, assistenti sociali) hanno dimostrato, durante e dopo l'emergenza da COVID-19, il valore deontologico del proprio mandato professionale rispondendo a un ingente bisogno relazionale (Tulli, 2021). In questo senso,

il progetto *Scrivermi* ha funzionato come un vero e proprio gruppo di supporto dove avere cura di se stessi e dell'altro, fornendo sostegno e promuovendo il benessere emotivo dei suoi membri (Lavanco *et al.*, 2012) in uno dei periodi più complessi della storia dell'umanità. Qui, il concetto di comunità virtuale di pratiche ha trovato una sua significativa applicazione dentro Telegram, evidenziando come l'interazione e l'impegno in attività educative svolte su un'app possano diventare potenti strumenti per l'elaborazione di vissuti individuali e collettivi, combattendo i giudizi che considerano le piattaforme digitali strumenti solo di svago, distrazione o comunicazione rumorosa (Prince, 2023). Con un'intenzionalità pedagogica che riconosce nella virtualità descritta da Pierre Lévy (1997) un terreno fertile dove generare progetti, laboratori e pratiche possibili, emerge così il potenziale che i social media e le app di messaggistica istantanea oggi possono esprimere anche nei campi della ricerca educativa (Cortoni, 2016). Riuscire a reinventare la dimensione prassica nell'era digitale, anche dopo la pandemia da COVID-19, è uno degli obiettivi che dovremmo tenere a mente per fondare all'interno delle app, che bambini, uomini, donne e anziani usano giornalmente, azioni volte a strumentalizzarle in vista di un lavoro sociale che sappia abbracciare la complessità di cui il mondo virtuale stesso è portatore (Davis *et al.*, 2014). Con il progetto *Scrivermi* è cambiato il concetto di incontrarsi, di scrivere, di rivelarsi, non vedendo nel digitale un limite, ma un'opportunità per riuscire a stare insieme, nonostante le restrizioni di una pandemia che ha costretto le persone all'isolamento.

A distanza di tempo, il valore di questo progetto va oltre il contesto specifico della pandemia e può essere applicato anche in altre circostanze di estraniamento sociale ed emotivo. Pertanto, il percorso di scrittura di *Scrivermi* vuole configurarsi come un'azione replicabile anche in altri contesti e condizioni, in altri tempi e stati d'isolamento, che possono arrivare a causa di eventi individuali quotidiani o collettivi emergenziali, rimanendo sempre vigili e pronti a mettere in campo tutte le risorse possibili per non lasciare solo nessuno.

In conclusione, condividere le proprie esperienze attraverso la scrittura ha confermato ancora una volta il potere che acquisisce questo strumento millenario nel creare un senso di riconoscimento e comprensione reciproca (Calabrese, 2020; Cometa, 2017). Non importa quale piattaforma – analogica o digitale – si utilizzi, ciò che conta è fare il possibile per garantire che ogni persona si senta ascoltata, compresa e riconosciuta nel suo segno ontologico (Bellingreri, 2015).

## Riferimenti bibliografici

- Bellingreri A. (2015). *Imparare ad abitare il mondo. Senso e metodo della relazione educativa*. Milano: Mondadori Università.
- Biancato L., Tonioli D. (a cura di) (2021). *101 idee per una didattica digitale integrata*. Trento: Erickson.

- Bisacca E., Cerulo M., Scarcelli C.M. (2020). *Giovani e social network. Emozioni, costruzione dell'identità, media digitali*. Roma: Carocci.
- Calabrese S. (2020). *Neuronarrazioni*. Milano: Editrice Bibliografica.
- Cappellino M., De Gasperi S. (2021). *Scrivere di sé ai tempi del Coronavirus. @caraluati-scrivo*. Milano: Mimesis.
- Carriero C., Zanolli S. (2022). *Post social media era. Costruire community, relazionarsi e fare business oltre l'algoritmo*. Milano: Ulrico Hoepli.
- Castiglione A. (2023). Introduzione alla scrittura di comunità. In P. Villani, M. Paragliola (a cura di). *Medicina narrativa. Teorie, pratiche, testimonianze*. Roma: Aracne.
- Cometa M. (2017). *Perché le storie ci aiutano a vivere*. Roma: Raffaello Cortina.
- Cortoni I. (2016). *App Digital Education. Percorsi didattici sperimentali nella scuola dell'infanzia*. Milano: FrancoAngeli.
- Danieli L., Macario G. (2019). *Nati per scrivere. Il paesaggio fuori e dentro di me*. Milano: Mimesis.
- Davis K., Gardner H. (2014). *Generazione App. La testa dei giovani e il nuovo mondo digitale*. Milano: Feltrinelli.
- Demetrio D. (1995). *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*. Milano: Raffaello Cortina.
- Demetrio D. (1997). *Il gioco della vita. Kit autobiografico. Trenta proposte per il piacere di raccontarsi*. Milano: Edizioni Angelo Guerini e Associati.
- Demetrio D. (2011). *Perché amiamo scrivere. Filosofia e miti di una passione*. Milano: Raffaello Cortina.
- Demetrio D. (2012). *Educare è narrare. Le teorie, le pratiche, la cura*. Milano: Mimesis.
- Drusian M., Magaudo P., Scarcelli C.M. (2019). *Vite interconnesse. Pratiche digitali attraverso app, smartphone e piattaforme online*. Milano: Meltemi.
- Farello P., Bianchi F. (2001). *Laboratorio dell'autobiografia. Ricordi e progetto di sé*. Trento: Erickson.
- Foer F. (2018). *I nuovi poteri forti. Come Google, Amazon e Facebook pensano per noi*. Milano: Longanesi.
- Fredrickson B. (2011). *Positivity: Groundbreaking Research to Release Your Inner Optimist and Thrive*. Oxford: Oneworld Publications.
- Gasparetti M., Pampaloni S. (2020). *Impossibile non comunicare. Regole per un efficace uso di Internet tra notizie e social network*. Pisa: Astarte.
- Giuffrè R., Fasoli G. (2022). *Notte digitale? Un viaggio dentro Nomophonia, Fomo, Vamping, Phubbing*. Palermo: Dario Flaccovio.
- Grossi G. (2023). *La svolta del Tecnoce. Una nuova socializzazione bio-tecno-sociale contro l'iperevoluzione digitale*. Verona: Ombre Corte.
- Jenkins H. (2009). *Confronting the Challenges of Participatory Culture: Media Education for the 21st Century*. Cambridge: The MIT Press.
- Kozinets R.V. (2010). *Netnography: Doing Ethnographic Research Online*. Thousand Oaks: Sage.
- Lancini M. (2023). *Sii te stesso a modo mio. Essere adolescenti nell'epoca della fragilità adulta*. Milano: Raffaello Cortina.

- Lavanco G. (2021). *Venti Lemmi. Per una psicologia del fare*. Palermo: Palermo University Press.
- Lavanco G., Novara C. (2012). *Elementi di psicologia di comunità. Progettare, attuare e partecipare il cambiamento sociale*. Milano: McGraw-Hill Education.
- Lévy P. (1997). *Il virtuale. La rivoluzione digitale e l'umano*. Milano: Raffaello Cortina.
- Lo Coco G., Lo Verso G. (2006). *La cura relazionale*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Oggiano D. (2022). *Sociability. Come i social stanno cambiando il nostro modo di informarci e fare attivismo*. Milano: Piemme.
- Pellizzi M. (2018). *Rivoluzione Telegram. Scopri le funzioni segrete e usalo come strumento di marketing*. Palermo: Dario Flaccovio.
- Pennebaker J.W. (2015). *Scrivi cosa ti dice il cuore. Autoriflessione e crescita personale attraverso la scrittura di sé*. Trento: Erickson.
- Pennebaker J.W., Smyth J.M. (2017). *Il potere della scrittura. Come mettere nero su bianco le proprie emozioni per migliorare l'equilibrio psico-fisico*. Milano: Tecniche Nuove.
- Perricone G., Polizzi C., Morales M.R., Carollo A., Rotolo I., Caldarella R. (2014). *Corso di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione con elementi di Psicologia pediatrica*. Milano: McGraw-Hill Education.
- Polster E. (1988). *Ogni vita merita un romanzo. Quando raccontarsi è terapia*. Roma: Astrolabio.
- Prince C. (2023). *The Power of Fun: Why Fun Is the Key to a Happy and Healthy Life*. Londra: Transworld Publishers Ltd.
- Razzante G. (a cura di). (2023). *I social media che vorrei. Innovazione tecnologica, igiene digitale, tutela dei diritti*. Milano: FrancoAngeli.
- Romano L. (2022). *Comunità*. Brescia: Scholé.
- Tulli F. (a cura di) (2021). *Il formatore digitale. Strumenti e modelli per l'aula a distanza*. Roma: Castelvechi.
- Varveri L. (a cura di) (2021). *Pandemie e benessere: resilienza trasformativa e cambiamenti possibili*. Palermo: Palermo University Press.
- Wenger E., McDermott R., Snyder W.M. (2002). *Cultivating Communities of Practice: A Guide to Managing Knowledge*. Boston: Harvard Business School Press.
- Wenger E., White N., Smith J.D. (2009). *Digital Habitats: Stewarding Technology for Communities*. Portland: CPsquare.
- Wolf M. (2018). *Reader, Come Home: The Reading Brain in a Digital World*. New York: HarperCollins.

