



ARTICOLO 238 | Psicologia e benessere digitale

# La risposta perfetta che impedisce di rispondere

Michele Argenziano | Testo preparato il 4 ottobre 2026

Un ragazzo scrive e cancella un messaggio semplice perché cerca la formulazione priva di ogni rischio.

Propongo di definire ciò che il messaggio deve fare, invece di chiedergli di controllare tutte le reazioni possibili. Nell'esempio, proporre un incontro richiede chiarezza su giorno e disponibilità, non una dimostrazione completa del proprio valore.

Non esiste una frase che garantisca la risposta desiderata. Una comunicazione rispettosa lascia all'altro libertà di scelta e accetta un margine inevitabile di incertezza.

## Fonti di inquadramento

American Psychological Association (2023) - Health advisory on social media use in adolescence