

---

## Social network: WeCa, domani tutorial su situazioni di dipendenza

"I cicli di ricompensa: ecco come i social danno dipendenza" è il titolo del tutorial WeCa che sarà reso disponibile a partire dalla mattina di mercoledì 22 maggio 2024 sul sito [www.webcattolici.it](http://www.webcattolici.it), su Youtube e su [www.facebook.com/webcattolici](https://www.facebook.com/webcattolici). Il tutorial, introdotto dal presidente WeCa Fabio Bolzetta, scritto da suor Rose Pacatte director of the Pauline Center for Media Studies Rome Office, e condotto da Alessandra Carenzio è uno sguardo all'intersezione tra i mondi della tecnologia, dell'etica e delle neuroscienze. In questa puntata, dedicata al processo cerebrale del ciclo di ricompensa della dopamina, ci si interroga su come anche i social possano creare situazioni di dipendenza. "Considerando le strategie per liberarsi dal ciclo di ricompensa della dopamina – verrà detto nel Tutorial – è importante affrontare la nostra relazione con la tecnologia con discernimento e equilibrio. Mentre i social media e i giochi possono offrire opportunità preziose per la connessione e l'intrattenimento, possono anche influenzare negativamente la nostra salute mentale ed emotiva se non vengono utilizzati in modo consapevole". I tutorial WeCa sono una proposta dell'Associazione WebCattolici Italiani (WeCa) in sinergia con l'Ufficio nazionale per le Comunicazioni Sociali della Cei e il Centro di Ricerca sull'Educazione ai Media all'Informazione e alla Tecnologia (Cremit) dell'Università Cattolica di Milano. Oltre alla diffusione tramite i social network e sul sito [www.weca.it](http://www.weca.it), i tutorial vengono trasmessi sulle televisioni del circuito CoralloSat, sono disponibili in formato podcast su Spotify e possono essere ascoltati anche, attraverso comando vocale, sui dispositivi compatibili con Amazon Alexa grazie alla skill WebCattolici. Nella sesta stagione dei Tutorial WeCa è proseguita la collaborazione con il Dicastero per il Servizio dello Sviluppo Umano Integrale, con tutorial mensili dedicati alla comunicazione e alle tematiche sociali, economiche e ambientali. Accanto ai tutorial WeCa, a lunedì alterni, è nato dal 1° maggio 2023 il podcast In Ascolto, disponibile su tutte le principali piattaforme audible, per condividere le esperienze e le storie di chi è impegnato per vivere la Rete come uno strumento – e un luogo – di evangelizzazione.

Filippo Passantino