

## GIORNALISMO COSTRUTTIVO

---

### ***Come informarsi in modo costruttivo***

di Assunta Corbo - giornalista, autrice e Founder Constructive Network

Il tempo che stiamo vivendo è molto particolare per il mondo dell'informazione. È come se avessimo improvvisamente compreso che **abbiamo bisogno di un giornalismo di qualità e non siamo più disposti ad accettare il flusso eccessivamente negativo di notizie** che ci vengono proposte ogni giorno. Allo stesso tempo ne siamo affascinati, complici i titoli che fanno leva sulle nostre emozioni di pancia e il nostro incessante bisogno di sapere, conoscere e scoprire per poterci proteggere dai pericoli che sembrano essere là fuori. Sebbene la percezione della realtà ci provochi fatica, se provassimo a mettere tutto in prospettiva potremmo accorgerci, come afferma il sociologo Steven Pinker, che **ci troviamo "nell'era più pacifica della storia dell'umanità".**

Cosa sta succedendo allora? Accade che l'informazione *mainstream* è entrata in una spirale di negatività potente che conduce alla polarizzazione da un lato (scegli da che parte stare è l'invito che ci viene rivolto) e all'incremento della paura dall'altro (il mondo è talmente orribile che devo stare attento). Non è così. La fuori ci sono storie costruttive e negative, persone disoneste e brave persone, problemi e soluzioni.

Proviamo allora a **diventare dei lettori critici e a scegliere in modo consapevole che tipo di notizie consumare** e come avvicinarci all'informazione.

**Basta alle notizie h24.** Uno dei problemi più grandi è il senso di sovraccarico informativo. Quando accediamo ai *social media* veniamo letteralmente inondati di notizie. Se poi abbiamo l'abitudine di leggere dei giornali aggiungiamo altre storie. E se pensiamo di non poter fare a meno dei Tg delle 13 e delle 20 il carico aumenta. Per non parlare delle trasmissioni di approfondimento che ci concediamo in serata. Troppi stimoli informativi.

**Meglio scegliere uno  
o massimo due momenti  
della nostra giornata  
da dedicare all'informazione.**

Sarebbe preferibile non farlo al mattino o alla sera perché sono due momenti della giornata in cui siamo particolarmente sensibili e vulnerabili. Potremmo influenzare la qualità del tempo quotidiano. Mettiamo la pausa informazione in agenda in altri momenti durante il giorno.

**Più approfondimento.** Nonostante ciò che ci viene proposto, questo non è più il tempo delle *breaking news*. Soprattutto se non riusciamo a reggerle emotivamente.

**Abbiamo tutti bisogno di comprendere,  
approfondire e conoscere a fondo.**

**Cerchiamo professionisti che raccontano storie in tutte le loro sfumature.** Ma anche testate che scelgono di aspettare per offrire una informazione migliore. E affezioniamoci ai professionisti specializzati negli ambiti di interesse: ci possono offrire un approfondimento più accurato.

**Attenzione ai numeri.** La pandemia ci ha fatto comprendere quanto possa essere distruttivo accogliere i numeri senza inserirli in un contesto specifico e chiarificatore. Ogni volta che ci capita di leggere di statistiche, indagini e simili, **impariamo a mettere tutto in prospettiva per avere la visione completa della situazione.** Le storie che ci raccontano sono sempre e solo un pezzo del puzzle. Esiste altro ed è ciò che ci consente di capire meglio la realtà.

Alla base di questi suggerimenti c'è una importante consapevolezza: non possiamo più permetterci di essere lettori passivi come un tempo.

**Siamo chiamati all'azione,**

**alla scelta critica.**

**Lo dobbiamo alla nostra intelligenza**

**e alla nostra salute mentale.**

