

Effetti sulla personalità e cambiamenti nella vita reale legati alle esperienze dei mondi virtuali

Degoya

Sin dall'inizio dell'era di Internet e con particolare riferimento ai mondi virtuali, un argomento di notevole interesse riguarda se e quanto le esperienze e le relazioni virtuali possano incidere sulla propria personalità e sulla vita reale personale. Con la diffusione dei social media virtuali, una delle domande più frequenti concerne come la percezione della distinzione tra il reale e il virtuale possa cambiare nel tempo e come tale percezione influenzi i comportamenti umani sia online sia offline. Diversi fattori, come le caratteristiche tecnologiche, il contesto sociale e le differenze individuali tra le persone, modellano la percezione di come gli ambienti virtuali si relazionano all'ambiente materiale.

Un tema che mi ha affascinato sin dal mio ingresso nei mondi virtuali è stato quello relativo a come le differenze individuali modulino gli effetti delle attività virtuali sui comportamenti reali e mi ha portato a riflettere sulla questione di come lo stile di personalità individuale possa far prevedere gli effetti dei mondi virtuali sociali sulle vite reali di persone coinvolte in questi ambienti.

I mondi virtuali sociali sono complesse applicazioni online multiutente che simulano ambienti 3D attraverso i quali le persone navigano e interagiscono con altri individui per mezzo di avatar personalizzabili. Tra questi mondi, la fonte principale delle mie riflessioni è Second Life. A differenza dell'ambiente di gioco di altri mondi virtuali come World of Warcraft o Everquest II, l'ambiente di Second Life (SL) non impone alcun quadro di interazione specifico e gli utenti vengono invece forniti degli strumenti e dei componenti per creare qualsiasi tipo di contenuto, attività e comunità desiderino.

Ho preso in esame una serie di studi effettuati su avatar di Second Life e che hanno analizzato la relazione tra i fattori di personalità del questionario "Big Five", le esperienze nel mondo virtuale e le relazioni coi cambiamenti nella vita reale derivanti dalle esperienze virtuali. Tali studi hanno mostrato che la forza della relazione degli utenti con l'ambiente virtuale, l'identificazione e la somiglianza con i loro avatar favorivano i cambiamenti nella vita reale; questi tre fattori hanno inciso sui tratti di personalità misurati dal Big Five (Piacevolezza, Estroversione, Intelletto, Coscienziosità e Stabilità emotiva) e sui conseguenti eventuali cambiamenti nella vita reale.

Caratteristiche del campione

L'età reale dei partecipanti agli studi esaminati variava dai 18 ai 71 anni con una età media di 35,7. Il 54% era di sesso femminile e, per la maggioranza dei casi, il sesso degli avatar corrispondeva al sesso reale; il 55% dei maschi, però, ha riferito di avere anche avatar femminili. Gli intervistati hanno frequentato Second Life tra 127 e 2813 giorni e la maggior parte degli intervistati aveva i propri account da poco più di 3 anni. Hanno riferito di trascorrere in SL una media di 33 ore a settimana e questo tempo è dedicato per il 68% ad attività sociali o ricreative (p. es., fare amicizia, andare alle feste, ascoltare musica), per il 22% ad attività orientate a un compito (p. es., seguire o insegnare a un corso, un'attività di vendita al dettaglio) e per il tempo rimanente ad attività varie o specializzate

come l'apprendimento dell'uso del linguaggio di scripting SL. Coerentemente con il modo in cui hanno diviso il loro tempo su SL, il 79% dei partecipanti ha riferito che la motivazione prevalente per l'adesione a SL è stata legata a scopi sociali, mentre solo il 12% ha riportato che la loro motivazione principale era stata legata all'esecuzione di un compito.

Quadro teorico

Molte ricerche hanno dimostrato che le esperienze nei mondi virtuali influenzano atteggiamenti, percezioni e comportamenti nel mondo reale e viceversa; per esempio, il concetto di sé può essere influenzato dal modo in cui altre persone rispondono alla presentazione di sé online. Le attività sociali virtuali possono condizionare le relazioni reali con la famiglia, gli amici e le organizzazioni della comunità; le persone spesso ricreano esperienze di vita reale in ambienti virtuali e possono sperimentare cambiamenti fisiologici, emotivi e comportamentali, sia positivi che negativi, a seguito di determinate esperienze online. Il proprio stile di personalità emerge come un fattore importante che può spiegare le differenze individuali e il modo in cui le persone sono influenzate dall'uso di Internet in generale e in particolare dai mondi virtuali immersivi. I dati esaminati non mi consentono di distinguere tra cambiamenti positivi e negativi e quindi esaminare tale differenza potrebbe essere un'altra direzione fruttuosa per la ricerca.

In primo luogo, a causa in parte della personalità, le persone differiscono nella loro predisposizione ad essere influenzati nella propria vita reale dalle esperienze virtuali e, in secondo luogo, le diverse caratteristiche ambientali dei mondi virtuali attivano differenti tratti della personalità, il che porta alla diversità nel modo in cui le persone vivono il mondo virtuale; infine, le esperienze del mondo virtuale possono produrre effetti differenti sulla personalità variando la probabilità di sperimentare cambiamenti nella vita reale.

I tre fattori relativi alle esperienze virtuali al centro delle mie riflessioni sono: (a) la relazione con l'ambiente 3D, che incorpora i concetti di presenza, assorbimento e immersione; (b) l'identificazione con l'avatar, che include dimensioni di vicinanza percepita, attaccamento, simpatia e attrazione per l'avatar; e (c) la somiglianza persona-avatar, che si riferisce al grado di auto-rassomiglianza percepita lungo dimensioni di comportamento, atteggiamenti, personalità e aspetto fisico.

Rapporto con l'ambiente

La relazione di una persona con un ambiente virtuale è multiforme, composta dal sentirsi trasportati dentro, presenti e immersi nell'ambiente, dall'essere assorbiti dalle attività e dalle interazioni con l'ambiente e dall'essere attaccati e coinvolti emotivamente con l'ambiente. Queste sfaccettature sono correlate tra loro e alcuni dei termini, come presenza e immersione, sono spesso usati in modo intercambiabile. Tuttavia, occorre tener conto delle distinzioni. La più importante di queste distinzioni si concentra sulla definizione di presenza come esperienza limitata al tempo in cui un utente è connesso a un ambiente virtuale che poi termina quando l'utente va offline. Al contrario, sostengo che i sentimenti di attaccamento e di coinvolgimento emotivo e i pensieri collegati all'ambiente possono perdurare nell'utente molto tempo dopo che una persona ha chiuso l'applicazione, fenomeno facilitato in parte dal fatto che gli ambienti virtuali sono persistenti.

L'esperienza immediata di presenza, immersione e assorbimento vissuta mentre si è online influenzerà la probabilità che l'ambiente virtuale lasci tracce psicologiche in una persona successivamente all'esposizione all'ambiente virtuale. Il mio concetto di relazione con l'ambiente include sia gli effetti prossimali sperimentati online (p. es., presenza, immersione, assorbimento) sia gli effetti distali che rimangono dopo l'esposizione (p. es., attaccamento e coinvolgimento emotivo). In breve, presumo lo sviluppo di una forte relazione a causa di un ambiente caratterizzato da elevata esperienza di presenza, immersione e assorbimento e forte coinvolgimento emotivo e attaccamento. È stato dimostrato che il tipo di relazione con un ambiente virtuale influisce sui comportamenti nel mondo reale. La relazione con un ambiente virtuale può agire sul senso di sé dell'utente e sugli incontri sociali reali nella misura in cui il confine tra il mondo virtuale e quello fisico è sfumato e le esperienze del mondo virtuale possono avere maggiori probabilità di essere trasferite alle esperienze offline.

L'Avatar

Due fattori appaiono legati agli avatar: (a) l'identificazione con l'avatar e (b) il grado di somiglianza tra l'utente e l'avatar. L'identificazione con gli avatar include le nozioni di assimilazione delle caratteristiche dell'avatar all'immagine di sé, l'attaccamento morale ed emotivo all'avatar e l'adozione dei suoi obiettivi, delle abilità, delle risorse e degli impedimenti come propri. È stato osservato che il modo in cui le persone si identificano con i loro avatar influenza il loro soddisfacimento delle esperienze nel mondo virtuale, ma al momento le prove empiriche su come l'identificazione con gli avatar influisce sui comportamenti offline sono limitate. Alcuni ricercatori hanno riportato dati che suggeriscono che l'appartenenza a gruppi virtuali può talvolta essere assimilata nel concetto di sé offline, specialmente quando questa adesione è ritenuta importante per l'utente. Sulla base di questi risultati anche se limitati, sembra ragionevole ipotizzare che l'identificazione con l'avatar nel mondo virtuale possa portare a una varietà di alterazioni comportamentali nel mondo reale. Sebbene correlata all'identificazione con l'avatar, la somiglianza con l'avatar è un aspetto distinto delle esperienze virtuali degli utenti. Ad esempio, qualcuno potrebbe essere altamente identificato con un avatar che è molto dissimile (un avatar con una forma non umana).

Le ricerche tuttora effettuate mostrano che esiste in generale una corrispondenza tra gli utenti e i loro avatar sia nella personalità sia nel comportamento e che le eccezioni a questa tendenza sono connesse a obiettivi o motivazioni specifiche. È stato visto che la divergenza tra il sé reale e l'identità dell'avatar è importante per molti utenti di Second Life e che gli aspetti sociali dell'identità sono più rilevanti per i loro avatar che per il loro vero sé. Per esempio, gli avatar spesso sono significativamente più estroversi dei loro veri sé in un contesto di social networking. Per quanto riguarda la relazione tra la somiglianza utente-avatar e i cambiamenti nella vita reale, alcuni ricercatori hanno riferito che le persone che attribuivano ai loro avatar profili di personalità simili alle proprie caratteristiche reali hanno mostrato effetti positivi sulla soddisfazione della propria vita reale. Altri autori hanno suggerito che le persone che percepiscono il loro avatar come più attraente di loro e più vicino alla loro immagine di sé idealizzata riferiscono più frequentemente che il loro

avatar influenza la loro salute e il loro aspetto offline. Sembra quindi ragionevole aspettarsi che la somiglianza avatar-utente abbia effetti nel mondo reale.

La Personalità

Tra la moltitudine di modelli incentrati su un approccio teorico allo studio della personalità, quello comunemente applicato nella ricerca sull'uso di Internet è il "Big Five" (Goldberg, 1993; McCrae e Costa, 2008); gli autori di questo modello postulano 5 grandi dimensioni o tratti (Big Five) di personalità:

1. Estroversione-Introversione: la misura in cui una persona è predisposta verso il mondo esterno. Loquace, assertivo e attivo sono parole comuni usate per descrivere gli estroversi;
2. Gradevolezza-Sgradevolezza (Amicalità): la misura in cui un individuo è gentile, degno di fiducia e affabile;
3. Coscienziosità-Negligenza: la misura in cui una persona è percepita come organizzata, completa e affidabile;
4. Stabilità emotiva-Nevroticismo: la misura in cui una persona è rilassata, non facilmente turbata e in grado di sopportare eventi imprevisti con serenità;
5. Apertura mentale-Chiusura mentale (chiamato anche Openness to Experience): la misura in cui una persona ha immaginazione, curiosità e creatività.

Tali dimensioni sono state individuate a partire da studi psicolessicali, secondo i quali l'uomo ha codificato in forma verbale tutte le esperienze significative per la comunità comprese, in questo caso, parole che si riferiscono alle differenze individuali: le 5 dimensioni elencate, quindi, corrisponderebbero alle macro-categorie più usate nel linguaggio per descrivere le diversità tra individui. La valutazione della personalità attraverso il modello del Big Five può avvenire mediante la compilazione da parte del soggetto di un questionario, oppure mediante la valutazione del suo comportamento in un contesto di simulazione.

La ricerca ha dimostrato che la personalità predice, in generale, il modo di utilizzo di Internet e, in particolare, le motivazioni delle persone per l'uso delle applicazioni del mondo virtuale. È stato anche osservato che la personalità è correlata a comportamenti specifici che gli utenti mostrano online. Le prove sull'influenza della personalità sul rapporto tra le esperienze online e quelle offline provengono principalmente dalla letteratura sui giochi online violenti. Ad esempio, alcuni ricercatori hanno riferito che un tratto di ostilità spiegava parzialmente l'aumento del comportamento aggressivo offline in seguito al gioco online e che l'empatia dei tratti aumentava i sentimenti di colpa dopo aver commesso una violenza virtuale ingiustificata.

Sulla base di quanto detto finora, sembra chiaro che in base alla personalità si possono prevedere vari aspetti dell'utilizzo di Internet e che l'uso di Internet può causare cambiamenti nelle convinzioni, nelle emozioni e nei comportamenti della vita reale. Pochissimi studi, tuttavia, hanno esaminato l'intera catena causale da come la personalità predispone le persone a utilizzare Internet in modi diversi, alle esperienze derivanti dal loro utilizzo e agli effetti del loro utilizzo e della loro esperienza nella vita offline.

È mio convincimento che i tre fattori di esperienza del mondo virtuale descritti in precedenza (cioè, relazione con l'ambiente, identificazione con l'avatar e somiglianza tra l'utente e l'avatar) mediano il modo in cui la personalità determina le modalità in cui il mondo virtuale genera cambiamenti della vita reale. La dimostrazione di questo assunto può essere derivato dalla teoria dell'attivazione dei tratti, che si basa sulla premessa fondamentale che gli ambienti virtuali differiscono nella loro rilevanza per l'espressione dei diversi tratti di personalità.

Attivazione dei tratti della personalità in Second Life

Sebbene la personalità sia relativamente stabile nel tempo e nei contesti, è tuttavia ampiamente riconosciuto che l'espressione dei tratti di personalità varia a seconda delle situazioni. Secondo la teoria dell'attivazione dei tratti, le persone sono intrinsecamente motivate a esprimere i loro tratti e probabilmente lo fanno quando i segnali situazionali ne offrono l'opportunità. Per esempio, a una persona con un alto livello di Coscienziosità un ambiente disordinato fornisce uno spunto che probabilmente innesca un comportamento di pulizia; la stessa caratteristica situazionale potrebbe attivare tratti diversi in altri individui. Altro esempio, un incontro di lavoro può innescare la socialità in una persona estroversa e la cooperazione in una persona con tratti di gradevolezza. I molteplici aspetti di un ambiente complesso come Second Life attivano tra gli utenti tratti differenti nell'espressione della personalità. Passo ora ad alcune riflessioni su come SL offra le opportunità di esprimere i tratti di personalità predominanti che poi modellano le esperienze del mondo virtuale degli utenti (cioè, la forza della loro relazione con l'ambiente, l'identificazione e la somiglianza con i loro avatar) e a loro volta come queste esperienze influenzino i cambiamenti della vita reale.

Gradevolezza-Sgradevolezza (Amicalità)

Second Life è essenzialmente un ambiente sociale ed è stato riscontrato che le motivazioni sociali sono in cima alla lista dei motivi per cui le persone partecipano a SL. La natura sociale di SL dovrebbe quindi facilitare l'espressione dei tratti sia di Gradevolezza sia di Estroversione e, quindi, attivare l'interesse per le altre persone e l'orientamento pro-comunità. Il tratto di Gradevolezza dovrebbe portare a una forte connessione con l'ambiente sociale virtuale e l'identificazione con gli avatar. Tuttavia, non mi aspetto che il tratto di Gradevolezza preveda la somiglianza tra avatar e utente, anche se è probabile che le persone empatiche creino avatar che sono piacevoli e attraenti per altre persone questo non implica che gli avatar siano simili a loro stessi.

La teoria dell'attivazione dei tratti offre una possibile spiegazione di quanto la forza della situazione influisca sulla predittività dei comportamenti individuali. La forza della situazione si riferisce a caratteristiche ambientali che esercitano forti richieste (attraverso ricompense o punizioni elevate) per manifestare determinati comportamenti. In SL, i premi per la cordialità sono alti e ragionevolmente prevedibili, creando quindi una forte domanda ambientale di gradevolezza. Di conseguenza, ci si aspetterebbe una bassa variazione tra gli individui nell'espressione di questo tratto e la gradevolezza non sarebbe quindi fortemente predittiva delle differenze di comportamento.

Estroversione

Ci si aspetta che gli estroversi presentino una forte relazione con l'ambiente di SL e i loro avatar perché le molte opportunità di incontrarsi e interagire facilmente con altre persone offrono la possibilità di esprimere le sfaccettature socievoli del tratto di Estroversione; però esistono ragionamenti altrettanto convincenti e prove empiriche a sostegno che anche gli introversi sentono una forte connessione con l'ambiente e con i loro avatar. È stata mostrata una relazione positiva tra presenza e introversione, in quanto negli ambienti virtuali le persone introversive possono facilmente controllare il ritmo delle interazioni. Pertanto, ci si può aspettare che estroversi e introversi siano simili nella tendenza a relazionarsi con l'ambiente e all'identificazione con i loro avatar, anche se per ragioni diverse. Mi aspetto, tuttavia, che il tratto di Estroversione sia correlato positivamente alla somiglianza tra utenti e avatar a causa della semplice osservazione che l'estroverso è socialmente più desiderabile dell'introverso. Coerentemente con questo ragionamento, è stato osservato che la somiglianza utente-avatar è più frequente negli estroversi e, inoltre, che gli avatar più attraenti degli utenti nella loro vita reale erano anche essi di estroversi. Per la persona estroversa, l'avatar è il mezzo per esprimere caratteristiche legate alla socialità innescate dalla natura essenzialmente sociale di Second Life. Allo stesso tempo, le persone introversive sono motivate a creare avatar un po' più estroversi di loro stessi, in gran parte a causa di pressioni sociali generalizzate che favoriscono l'estroversione.

Apertura mentale

Second Life offre numerose opportunità per attività intellettuali (ad esempio, lezioni, conferenze e discussioni), per l'espressione creativa (ad esempio, performance musicali, costruzione di strutture, progettazione di abbigliamento) e per l'esplorazione e la sperimentazione (ad esempio, personalizzazione dell'avatar, avere esperienze "impossibili" come essere all'interno di un atomo). Queste possibilità dovrebbero fornire uno spunto per attivare il tratto di Apertura Mentale. L'evidenza empirica è coerente con l'aspettativa che le persone con un alto livello di intelligenza abbiano una forte connessione con un ambiente virtuale. La tendenza all'immersione degli utenti (un'attitudine strettamente correlato all'apertura mentale) predice l'esperienza della presenza. Gli utenti con un alto livello di intelligenza dovrebbero anche identificarsi con i loro avatar perché la personalizzazione di un avatar offre l'opportunità di creatività e di esplorare aspetti interiori quali l'identità. Non mi aspetto, tuttavia, che il tratto di Apertura Mentale faccia prevedere la somiglianza tra utenti e avatar. Sebbene le possibilità di personalizzazione degli avatar possano comportare un'ampia variazione nelle caratteristiche degli avatar tra le persone con un alto livello di Apertura Mentale, ciò non implica grandi differenze tra i singoli utenti e i loro avatar.

Il tratto di Apertura Mentale influenza positivamente i cambiamenti della vita reale attraverso un forte coinvolgimento emotivo con le esperienze del mondo virtuale. Ciò è anche coerente con le aspettative basate sulla teoria dell'attivazione dei tratti secondo cui la natura non strutturata di Second Life, combinata con la disponibilità di molteplici strumenti per la creazione di nuovi contenuti, attiva la propensione delle persone con alto livello di questo tratto facilitando

la creatività e l'esplorazione. Ci si può ragionevolmente aspettare che il coinvolgimento emotivo derivi dalla capacità di esprimere questi aspetti della personalità.

Coscienziosità

La virtualità stessa di Second Life è la ragione principale per cui sostengo che il tratto di Coscienziosità può avere effetti diretti e indiretti sulla vita reale. Poiché la connessione con questo ambiente è mediata da un computer, la vita reale è influenzata almeno dalla scelta esplicita di accedere e di pianificare gli adattamenti della vita reale necessari per organizzare il tempo trascorso nell'interazione con il mondo virtuale. Vari ricercatori, ad esempio, hanno sostenuto che il tratto di Coscienziosità è particolarmente importante negli ambienti di lavoro virtuali, dove l'assenza di interazione diretta con i colleghi può ridurre la motivazione al lavoro. Non importa quanto possano essere assorbiti da SL, le persone ad alto livello di Coscienziosità mantengono un più elevato grado di consapevolezza di come quel tempo influenzi la vita reale e sono motivate a organizzare le loro vite (fisiche e virtuali) di conseguenza. A causa di questo approccio pianificato e organizzato, mi aspetto che le persone coscienziose segnalino meno cambiamenti nella vita reale derivanti dalla loro partecipazione in un ambiente virtuale. Per quanto sappiamo, un effetto diretto del tratto di Coscienziosità sui cambiamenti nella vita reale a causa del coinvolgimento del mondo virtuale non è stato, al momento, testato empiricamente. Sostengo che parte della strategia per controllare gli effetti del mondo virtuale sulla vita reale consiste nel mantenere una certa distanza psicologica dal mondo virtuale. Ciò implica che il tratto di Coscienziosità sia correlata negativamente alla forza della relazione con l'ambiente e all'identificazione con l'avatar e mi aspetto che sia positivamente correlata alla somiglianza utente-avatar. Nel mantenere legami sociali all'interno dell'ambiente virtuale una persona ad alto livello di Coscienziosità si concentra sui modi per sviluppare la fiducia e la sicurezza interpersonali. Ciò può essere in parte ottenuto mantenendo un'elevata somiglianza tra l'utente e l'avatar. Sebbene non si possano rivelare tutti i dettagli dell'identità della vita reale, è stato dimostrato che far sapere che il proprio avatar è simile al sé reale è un fattore nello sviluppo della fiducia nelle relazioni all'interno di Second Life. In sintesi il tratto di Coscienziosità ha fatto prevedere meno cambiamenti nella vita reale collegati a esperienze del mondo virtuale.

La coscienziosità sembra esercitare i suoi effetti principalmente attraverso il grado di somiglianza tra le persone e i loro avatar. Un'elevata somiglianza con l'avatar può essere un modo conveniente per esprimere la motivazione coscienziosa per la trasparenza e l'onestà. Allo stesso tempo, ho anche trovato un percorso diretto modesto ma significativo che indica che la coscienziosità tende a prevenire i cambiamenti nella vita reale. Il ruolo della Coscienziosità nel regolare i confini delle persone tra il mondo virtuale e quello reale sarebbe una strada utile da perseguire nella ricerca futura, in particolare in relazione alla capacità delle persone di superare i tabù online.

Stabilità emotiva / nevroticismo

La natura non strutturata e aperta di Second Life, combinata con la sua reputazione di "tutto va bene", fornisce indicazioni situazionali che attivano aspetti del tratto Stabilità Emotiva. Sebbene esistano politiche sui termini di servizio, queste regole non sono progettate per prevenire comportamenti estremi, ma servono piuttosto a impedire che gli estremi colpiscano coloro che non vogliono esservi esposti. C'è tuttavia una probabilità relativamente alta di incontrare casualmente contenuti o comportamenti potenzialmente emotivamente disturbanti (ad esempio, vedere qualcuno con schiavi al guinzaglio mentre in un negozio si comprano dei vestiti). Sostengo che l'imprevedibilità dell'ambiente rispetto a tali incontri attiva il bisogno di calma e di temperamento equilibrato, aspetti principali della stabilità emotiva. Un modo per mantenere un equilibrio emozionale può essere quello di limitare la portata dell'investimento emotivo nell'ambiente virtuale, il che può implicare minori sentimenti di immersione e presenza e un'identificazione più debole con il proprio avatar. Per quanto riguarda la somiglianza utente-avatar, ci sono prove empiriche che suggeriscono che la soddisfazione complessiva della vita, un aspetto della stabilità emotiva, è positivamente associata alla somiglianza e che il nevroticismo predice l'auto-presentazione online non realistica. Pertanto sembra ragionevole aspettarsi che la stabilità emotiva preveda la somiglianza utente-avatar. Infine, mi aspetto che a causa della generale volatilità emotiva e reattanza associate alla dimensione Stabilità emotiva - Nevroticismo, indipendentemente dalla forza della relazione con l'ambiente o dall'identificazione e somiglianza con l'avatar, la stabilità emotiva predice direttamente la bassa probabilità di sperimentare cambiamenti nella vita reale. Ad esempio, è stato osservato che le esperienze di Internet sono associate al benessere generale più fortemente per le persone ad alto livello di nevroticismo che per le persone ad alto livello di stabilità emotiva. In sintesi, i risultati presi in esame suggeriscono quindi che un'elevata stabilità può essere associata a un investimento emotivo relativamente basso in SL, creando così un cuscinetto dalla vita reale.

Conclusioni

Tutti gli studi esaminati confermano l'ipotesi che le differenze individuali nei tratti di personalità sono alla base di eventuali cambiamenti nella vita reale delle persone dovuti ad esperienze virtuali e misurano la loro capacità di riferire quanto le esperienze virtuali cambino le loro vite reali. La forza della relazione con l'ambiente virtuale, l'identificazione e la somiglianza con gli avatar mediano gli effetti dei tratti di Gradevolezza, Estroversione, Apertura Mentale, Coscienziosità e Stabilità emotiva. Un'attenta analisi suggerisce che il grado di coinvolgimento emotivo con l'ambiente virtuale e la somiglianza utente-avatar sono gli ingredienti principali tra quelli che caratterizzano le esperienze in SL; tutti i tratti di personalità sono modulati attraverso uno o entrambi questi fattori. Ho affermato in precedenza che una forte relazione con il fattore ambiente presuppone che la relazione si estenda oltre il periodo specifico in cui si è fisicamente connessi a SL. I due sotto-fattori di coinvolgimento emotivo e di assorbimento supportano questa riflessione: nonostante l'assorbimento termini quando le persone si disconnettono, essi portano il loro coinvolgimento emotivo lontano dallo schermo del computer. Ciò suggerisce che il coinvolgimento emotivo è il fattore più importante nel determinare la probabilità di sperimentare cambiamenti nella vita reale rispetto all'assorbimento mentre si è fisicamente online. In effetti, il coinvolgimento emotivo è il fattore predittivo più forte legato ai cambiamenti

nella vita reale. A dire il vero, l'assorbimento e il coinvolgimento emotivo sono strettamente correlati, ma l'assorbimento ha un ruolo meno centrale a causa dei suoi effetti a breve termine.

L'altro mediatore chiave è la somiglianza con l'avatar; lo stile di personalità è più deducibile dalla somiglianza con l'avatar che dall'identificazione con l'avatar, anche se l'identificazione con l'avatar ha mostrato una forte relazione con i cambiamenti della vita reale. Dalla prospettiva dell'attivazione dei tratti posso ipotizzare che una vasta gamma di segnali, applicabili a più fattori di personalità, innescano l'identificazione dell'avatar, ma la somiglianza utente-avatar è più specifica per certi tratti. Ho notato che sebbene lo stile di personalità predica la somiglianza sia comportamentale che fisica con gli avatar, solo la somiglianza comportamentale fa prevedere la possibilità di cambiamenti nella vita reale; la facilità di cambiare l'aspetto fisico è il motivo per cui questo è meno predittivo nei confronti di eventuali cambiamenti nella vita reale. Sebbene l'ambiente di SL possa innescare frequenti cambiamenti nell'aspetto degli avatar, tra persone con determinate disposizioni di personalità solo i cambiamenti più duraturi associati ai comportamenti tenderebbero a riversarsi con effetti nella vita reale. Un'altra direzione fruttuosa per la ricerca futura sarebbe quella di esaminare ulteriormente l'impatto delle varie dimensioni della somiglianza tra avatar e utente sul confine tra la vita virtuale e quella reale delle persone.

Tra i tratti di personalità, la coscienziosità e la stabilità emotiva sono i predittori più forti della capacità delle persone di segnalare i cambiamenti nella loro vita reale come risultato delle esperienze in Second Life. Gli aspetti emotivi delle esperienze di SL, a loro volta, sono i predittori diretti più forti dei cambiamenti della vita reale e mediano completamente gli effetti della stabilità emotiva. L'aspetto e il comportamento dell'avatar sono segni esterni facilmente visibili relativi alle esperienze del mondo virtuale delle persone, mentre il loro grado di attaccamento all'ambiente e l'identificazione con l'avatar sono stati interni e quindi non direttamente osservabili. Sostengo poi che la Coscienziosità e l'Estroversione si manifestano con un insieme di comportamenti osservabili relativamente specifici, rispetto a Gradevolezza, Apertura Mentale e Stabilità Emotiva. Ad esempio, la coscienziosità è tipicamente associata ai comportamenti di pianificazione, organizzazione e completamento delle attività, mentre la stabilità emotiva è definita in termini di stato di calma interna. Sebbene sia possibile osservare che qualcuno è calmo, contrariamente alla Coscienziosità non ci sono comportamenti specifici associati a quello stato. Come la coscienziosità, il tratto di estroversione tende a essere definito in termini di comportamenti osservabili specifici, come loquacità e attività. L'ipotesi che il tratto di Estroversione correli con l'aspetto ambientale osservabile dell'avatar ma non i suoi stati interni può essere spiegata con un ragionamento simile. Si ipotizza quindi che le esperienze ambientali associate a stati interni (per es., Identificazione con avatar) possano attivare più fortemente i tratti della personalità associati anche a stati interni (per es., Stabilità emotiva), e che le esperienze ambientali associate a comportamenti osservabili specifici (per es., Aspetto avatar) possano attivare più fortemente i tratti associati a comportamenti osservabili (cioè, Coscienziosità ed Estroversione). Questa speculazione è coerente con gli argomenti derivati dalla teoria dell'attivazione dei tratti secondo cui la predittività della personalità può essere migliorata concentrandosi su sfaccettature ristrette dei Big Five e indica la necessità di ulteriori

ricerche sull'interazione di caratteristiche ambientali virtuali specifiche e le espressioni dei tratti della personalità.

L'età di SL (periodo di tempo dall'apertura dell'account SL) e le attività di SL (lavorative, sociali o altro) non hanno avuto effetto su nessuna delle variabili dell'esperienza del mondo virtuale o sui cambiamenti della vita reale. La quantità di tempo per settimana trascorsa in SL (SL Time) ha predetto in modo significativo il tipo di relazione con l'ambiente, la somiglianza comportamentale e l'identificazione, ma è stato rilevato che i cambiamenti nella vita reale non sono semplicemente dovuti alla quantità di tempo trascorso in SL. Vi è un crescente interesse per i fattori che portano alle pratiche degli utenti di riprodurre esperienze ed eventi di vita reale in ambienti virtuali. Sarebbe importante nella ricerca futura esaminare più da vicino la direzionalità dell'influenza tra la vita materiale e virtuale delle persone e gli effetti dei fattori di differenza individuali. I dati presi in esame non mi consentono di distinguere tra cambiamenti positivi e negativi, e quindi un'altra direzione fruttuosa per la ricerca futura sarebbe quella di esaminare tale differenza. Nonostante alcune limitazioni, i risultati degli studi esaminati mostrano i meccanismi attraverso i quali la personalità può spiegare le differenze nelle esperienze delle persone negli ambienti virtuali e si aggiungono alla crescente evidenza che le esperienze di Internet hanno implicazioni per la vita reale delle persone.

Scala delle esperienze in Second Life e dei relativi cambiamenti nella vita reale.

Item

Punteggio

Scala 1: coinvolgimento emotivo (RTE1)

1. Mi sento arrabbiato o sconvolto per le cose accadute in SL.
2. Le esperienze che mi accadono in SL possono mettermi di buon umore.
3. Spesso vengo coinvolto emotivamente dalle esperienze che mi accadono in SL.
4. A volte sono così coinvolto in quello che sto facendo in SL che perdo la cognizione del tempo.

-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2

Scala 2: assorbimento (RTE2)

5. Posso passare rapidamente da fare qualcosa in SL a fare qualcosa in RL. (R)
6. Anche quando sono coinvolto in qualcosa in SL, sono generalmente consapevole di ciò che sta accadendo intorno a me in RL. (R)
7. A volte sono così coinvolto in qualcosa che accade in SL che le persone nel mio ambiente RL hanno difficoltà ad attirare la mia attenzione.

-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2

Scala 3: identificazione con Avatar

8. Quando le cose accadono al mio avatar, sembra che accadano al mio sé di RL.
9. Mi piace il mio avatar.
10. Sento uno stretto legame con il mio avatar.
11. È difficile dire dove si ferma il mio avatar e dove inizia il mio sé RL.
12. Mi identifico fortemente con il mio avatar.

-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2

Scala 4: somiglianza comportamentale

13. Il mio avatar si comporta come farei io in situazioni di RL simili.
14. Le persone probabilmente non noterebbero molta differenza nel modo in cui mi comporto in RL e nel modo in cui il mio avatar si comporta in SL.
15. Il mio avatar condivide la maggior parte dei punti di forza e di debolezza della mia personalità di RL.
16. Il mio avatar trascorre del tempo con avatar i cui interessi e comportamenti sono simili a quelli dei miei amici e conoscenti di RL.
17. Il mio avatar usa il linguaggio (vocabolario, grammatica, ecc.) in modo simile a come lo faccio in RL (tranne che per gli errori di battitura nel testo).

-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2

Scala 5: somiglianza fisica

18. È improbabile che le persone vedano molta somiglianza fisica tra me di RL e il mio avatar. (R)
19. Il mio avatar è simile a me per dimensioni, forma e attrattiva.
20. Il mio avatar ha una colorazione simile (pelle, capelli e occhi) a quella che ho in RL.

-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2

Scala 6: cambiamenti nella vita reale

21. Nel periodo di tempo in cui sono stato coinvolto in SL, il mio modo di comportarmi in RL è diventato più simile a quello del mio avatar.
22. Nel periodo di tempo in cui sono stato coinvolto in SL, il modo in cui comunico in RL è diventato più simile al modo in cui comunica il mio avatar.
23. Le cose che ho sperimentato in SL hanno cambiato il modo in cui percepisco le cose in RL.
24. Le cose che ho sperimentato in SL hanno cambiato il modo in cui mi comporto in RL.
25. La partecipazione a SL mi ha esposto a nuove possibilità per la mia vita reale.
26. La partecipazione a SL mi ha aiutato a scoprire il mio "vero" sé di RL.

-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2
-2	-1	0	1	2

Nota:

RTE = relazione con l'ambiente.

Molto improbabile = -2; Improbabile = -1; Ugualmente probabile e improbabile = 0; Probabile = 1; e, Molto probabile = 2.