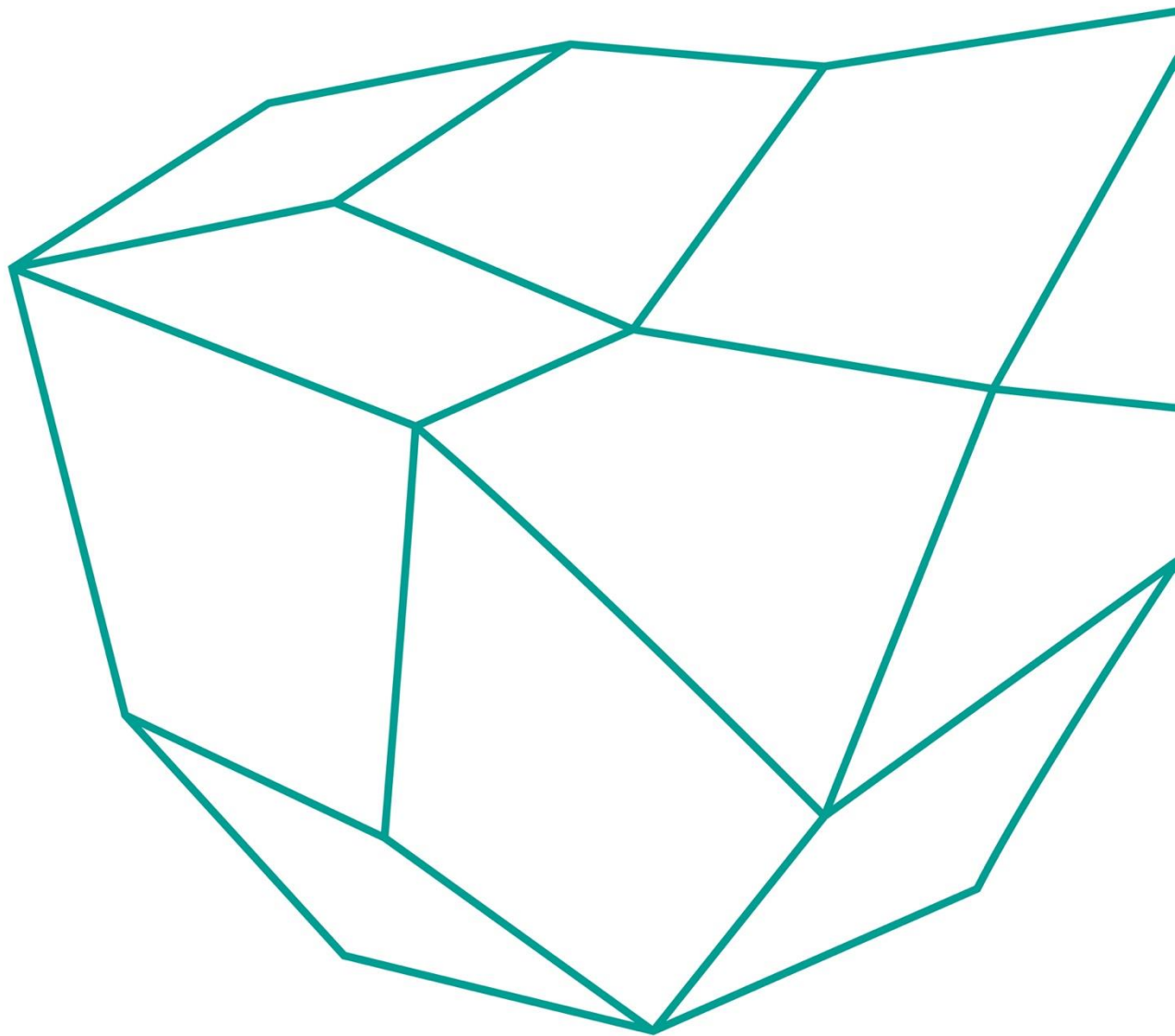


IBSA Foundation

Happines 2.0

Press Review

29th April 2025



Outlet: **CORRIERE DEL TICINO**

TECNOLOGIA

Dopo il successo del 2024, prende il via la seconda edizione del progetto Happiness2.0 – Uso dei social media, intelligenza artificiale e benessere in adolescenza, promosso da IBSA Foundation per la ricerca scientifica, Università della Svizzera italiana e, da quest'anno, anche dalla Città di Lugano attraverso il Lugano Living Lab, nuovo partner per le edizioni 2024–25 e 2025–26. Maggiori informazioni su: <https://luganolivinglab.ch/it/projects/happiness>.

Outlet: **RIVISTA DI LUGANO**

#CITTÀ E QUARTIER

Happiness2.0 **felicità nell'era digitale**

Dopo il successo della prima edizione, viene riproposto il progetto educativo rivolto agli adolescenti.

Happiness2.0 invita giovani e adulti a riflettere sull'uso consapevole dei social media e dell'intelligenza artificiale, su aspetti legati alla felicità soggettiva, allo sviluppo della personalità e al ruolo delle relazioni sociali nel contesto digitale. Un'attenzione particolare è rivolta al benessere degli adolescenti.

Promosso da Ibsa Foundation per la ricerca scientifica, Università della Svizzera italiana (Usi) e, da quest'anno, anche dalla Città di Lugano, il programma prevede una serie di laboratori esperienziali chiamati «HappyLab».

Destinati a studenti delle scuole superiori, ma anche a genitori e cittadini (martedì 7 maggio alle 18), si tengono presso Casa Carlo Cattaneo a Castagnola, sede dal 2022 di Ibsa Foundation, e sono guidati da un team di esperti qualificati nel campo della psicologia e della comunicazione. L'iniziativa si inserisce nell'ambito della campagna di sensibilizzazione Digitale Consapevole avviata da Lugano Living Lab e rientra nel progetto Let's Science! promosso da Ibsa e dal Dipartimento educazione cultura e sport. Beneficia inoltre del supporto scientifico della dottoressa Laura Marciano, dell'università di Harvard.

Teoria, pratica e... Ai

Dopo il successo della prima edizione, che ha coinvolto 400 studenti delle scuole superiori, per l'edizione 2025 il progetto amplia il proprio raggio d'azione includendo un numero maggiore di laboratori e introducendo il tema dell'intelligenza artificiale, sempre più presente nella quotidianità online. I laboratori combinano teoria e attività creative per stimolare il pensiero critico sull'impatto della tecnologia e dei social media sulla vita quotidiana e sul benessere. Tra i moduli centrali, spicca il laboratorio con le maschere, che indaga il rapporto tra identità reale e virtuale.

I risultati dei laboratori saranno presentati alla conferenza CitSciHelvetia di Losanna (giugno) e all'AI Week di Lugano (dicembre), dov'è previsto anche un momento di dibattito pubblico sul rapporto tra intelligenza artificiale e benessere digitale.

Informazioni e iscrizioni sul sito info@ibsafoundation.org.

Outlet: **SWISS MAG**

Happiness 2.0: torna l'iniziativa rivolta a studenti, genitori e adulti

di Redazione | 2 Mag 2025 | Eventi, Tecnologia



Condividi l'articolo!



Happiness 2.0: al via la nuova edizione del progetto su benessere e uso consapevole dei social media e dell'intelligenza artificiale in adolescenza.

Il mondo digitale rappresenta una grande opportunità di crescita, ma pone anche interrogativi importanti, soprattutto per le nuove generazioni. Per stimolare una riflessione consapevole sull'uso dei social media, intelligenza artificiale e il benessere in adolescenza riparte **Happiness 2.0**, un'iniziativa rivolta a studenti, genitori e adulti, promossa da **IBSA Foundation per la ricerca scientifica**, **Lugano Living Lab** e **USI**. Attraverso **laboratori esperienziali e creativi**, il progetto invita a esplorare temi come **identità digitale**, **relazioni sociali** e **intelligenza artificiale**, con l'obiettivo di promuovere un rapporto più sano ed equilibrato con il mondo online.

Dopo il successo del 2024, prende il via la seconda edizione del progetto *Happiness 2.0 – Uso dei social media, intelligenza artificiale e benessere in adolescenza*, promosso da IBSA Foundation per la ricerca scientifica, Università della Svizzera italiana e, da quest'anno, anche dalla Città di [Lugano](#) attraverso il **Lugano Living Lab**, nuovo partner per le edizioni 2024-25 e 2025-26.

La collaborazione tra enti pubblici, fondazioni private e istituzioni accademiche rende il progetto un esempio virtuoso di sinergia al servizio delle nuove generazioni e della cittadinanza, per promuovere un utilizzo più consapevole e umano delle tecnologie digitali.

Il progetto fa parte dell'iniziativa di sensibilizzazione pubblica **Digitale Consapevole**, promossa da Lugano Living Lab – Città di Lugano, e rientra nel progetto **Let's Science!** promosso da IBSA Foundation e dal **Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport del Canton Ticino (DECS)**. L'evento ha il patrocinio del DECS e il supporto scientifico della **Dr.ssa Laura Marciano** (Harvard T.H. Chan School of Public Health, Lee Kum Sheung Center for Health and Happiness).

Nel 2024 il progetto è stato finanziato dal **Fondo Nazionale Svizzero per la ricerca scientifica (FNS)** e ha coinvolto oltre **400 studenti delle scuole superiori del Canton Ticino**, promuovendo riflessioni consapevoli su felicità soggettiva, sviluppo della personalità e relazioni sociali nel contesto digitale.

Le novità della seconda edizione

Per le nuove edizioni, *Happiness2.0* amplia la propria offerta con un numero maggiore di **laboratori "HappyLab"**, rivolti non solo agli studenti ma anche al pubblico adulto. I laboratori, costruiti con un approccio esperienziale e interattivo, uniscono **teoria e pratica** per stimolare un pensiero critico sull'impatto della tecnologia e dei social media sul benessere quotidiano.

Uno dei moduli centrali è il **laboratorio con le maschere**, che esplora le dinamiche tra identità reale e virtuale. Novità del 2025 sarà l'introduzione esplicita del **tema dell'intelligenza artificiale**, ormai parte integrante del mondo digitale e social.

Eventi pubblici

Le esperienze e i contenuti emersi dai laboratori verranno presentati alla **conferenza CitSciHelvetia 2025** a Losanna (5-6 giugno) e durante **l'AI Week di Lugano** (1-5 dicembre 2025 presso l'Asilo Ciani), dove si terrà anche un **dibattito pubblico** su IA e benessere digitale, con studenti, esperti e cittadinanza.

Happiness 2.0 | Gli esperti coinvolti:

- **Laura Marciano**, Harvard T.H. Chan School of Public Health, responsabile scientifica del progetto
- **Silvia Misiti**, Direttrice di IBSA Foundation
- **Elena Marchiori**, Docente USI e Capoprogetto Lugano Living Lab
- **Peter Schulz**, Professore di comunicazione sanitaria, USI
- **Dario Gennari**, Psicologo e psicoterapeuta
- **Pietro Bianchi**, Psicologo e assistente di ricerca, USI

Dove si svolgono i laboratori?

Presso **Casa Carlo Cattaneo** a Lugano (Castagnola), sede di IBSA Foundation dal 2022. Un luogo simbolico e culturale dove scienza, creatività e dialogo intergenerazionale si incontrano.

Happiness 2.0 | Come partecipare?

- **HappyLab per classi delle scuole superiori**: contattare info@ibsafoundation.org
- **HappyLab per genitori e adulti**: martedì 7 maggio ore 18.00, Casa Cattaneo (posti limitati)
- **Pre-iscrizione HappyLab autunno 2025**: info@ibsafoundation.org

Info progetto

- 🔗 <https://luganolivinglab.ch/it/projects/happiness>
- 🔗 <https://www.ibsafoundation.org/it/happiness2.0-2025>

Gli investimenti rallentano, ma la Svizzera conferma la sua forza innovativa



In Ticino circolano le auto più nuove di tutta la Svizzera

Outlet: 20 MINUTI

tio.ch Venerdì 6 giugno 2025 **TICINO** **3**



Giovani manipolati dall'IA

LUGANO Gli esperti: «Sui social faticano a riconoscere ciò che è reale. Serve rafforzare l'alfabetizzazione digitale».

Social, intelligenza artificiale ed... emozioni. Com'è il mondo digitale di oggi visto con gli occhi degli adolescenti? Ne abbiamo discusso con Elena Marchiori, capoprogetto presso il laboratorio urbano Lugano Living Lab e docente Usi, e Jacopo Crespi, Communication Specialist di Ibsa Foundation per la ricerca scientifica, rispettivamente co-moderatrice dei workshop "HappyLab" e coordinatore del progetto Happiness2.0.

Di cosa si occupa Happiness2.0?

«Si tratta di un progetto educativo che esplora il benessere nel contesto digitale, rivolgendosi ad adolescenti e adulti tramite laboratori esperienziali. L'intento è offrire uno spazio di confronto per riflettere sul proprio rapporto con la tecnologia».

In merito all'uso delle IA, cosa emerge?

«Quando interagiscono con chatbot come ChatGPT, i ragazzi dimostrano in genere di avere ben chiaro che stanno dialogando con una macchina. Sui social, invece, l'intelligenza artificiale è spesso invisibile. Proprio in questi contesti emerge una scarsa consapevolezza: molti ragazzi non si rendono conto che, dietro ciò che vedono e condividono, ci sono processi guidati da intelligenze artificiali. E un uso passivo della tecnologia può influenzare comportamenti, emozioni e decisioni».

Per quanto riguarda il benessere nel contesto digitale e dell'IA cosa emerge?

«La maggior parte dei ragazzi manifesta un forte desiderio di condividere e raccontare ciò che li fa stare bene online. Allo stesso tempo, molti esprimono preoccupazioni, come la pressione a mostrarsi perfetti o la difficoltà a distinguere tra contenuti autentici e quelli alterati dall'intelligenza artificiale».

Ci sono prove di una sorta di "dipendenza da IA"?

«Non abbiamo al momento risposte definitive. Si osserva un uso perlopiù funzionale dell'IA, ma non si può escludere un attaccamento crescente, a tratti compulsivo, in particolare verso le app di intelligenza artificiale generativa. Più critico è l'uso inconsapevole dell'IA nei social media, dove filtri e algoritmi modellano la percezione e le relazioni in modo poco trasparente. Per affrontare queste sfide, un passo è rafforzare l'alfabetizzazione digitale, includendo anche la consapevolezza relazionale».

DAVIDE MILO

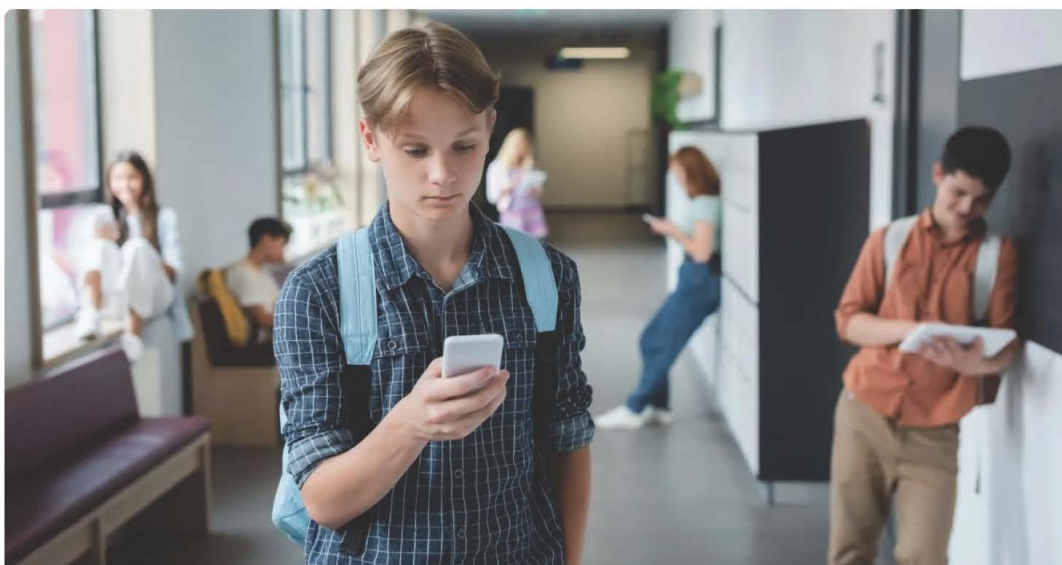
Outlet: **TICINONLINE**



CANTONE

Social, emozioni e IA: il digitale visto con gli adolescenti

Con Happiness2.0 un viaggio nel rapporto tra adolescenti, benessere digitale e intelligenza artificiale. Gli esperti: «Serve rafforzare l'alfabetizzazione digitale, includendo la consapevolezza relazionale».



Deposit

di Davide Milo
Giornalista

06 giu 2025 - 09:10 Aggiornamento 13:09 👁 1'605

Social, emozioni e IA: il digitale visto con gli adolescenti

LUGANO - Social, intelligenza artificiale ed... emozioni. Com'è il mondo digitale di oggi visto con gli occhi degli adolescenti?

Ne abbiamo discusso con Elena Marchiori, Capoprogetto presso il laboratorio urbano della Città Lugano Living Lab e Docente USI, e Jacopo Crespi, Communication Specialist di IBSA Foundation per la ricerca scientifica, rispettivamente co-moderatrice dei workshop "HappyLab" e coordinatore del progetto Happiness2.0.

Di cosa si occupa Happiness2.0?

«Si tratta di un progetto educativo alla sua seconda edizione che esplora il benessere nel contesto digitale, rivolgendosi ad adolescenti e adulti tramite laboratori esperienziali che trattano tematiche come social media, intelligenza artificiale, identità, emozioni e relazioni. Un'iniziativa promossa da IBSA Foundation, Lugano Living Lab e Usi Università della Svizzera italiana».

Obiettivo?

«Offrire uno spazio di confronto per riflettere sul proprio rapporto con la tecnologia, attraverso un'esperienza educativa vissuta con la propria classe al di fuori dell'ambiente scolastico, in un contesto che favorisca il dialogo e l'ascolto reciproco. I giovani sono accompagnati da esperti di comunicazione e salute, professionisti della comunicazione digitale, psicologi e psicoterapeuti».

Dicevate che l'iniziativa è rivolta anche agli adulti

«I genitori o coloro interessati al tema, hanno la possibilità di vivere in prima persona lo stesso workshop offerto agli adolescenti, creando uno scambio di esperienze e confronto».

Se parliamo di consapevolezza dell'uso dell'intelligenza artificiale tra gli adolescenti, cosa emerge?

«Dai primi incontri di questa seconda edizione, appena iniziata, osserviamo un uso sempre più diffuso delle applicazioni basate sull'intelligenza artificiale generativa. Quando interagiscono con chatbot come ChatGPT, i ragazzi dimostrano in genere di avere ben chiaro che stanno dialogando con una macchina».

E quando interagiscono con i social media, invece?

«Qui l'intelligenza artificiale è spesso invisibile, integrata in filtri che modificano testi e immagini, o in algoritmi che suggeriscono contenuti in modo automatico. Proprio in questi contesti emerge una scarsa consapevolezza: molti ragazzi non si rendono conto che dietro ciò che vedono e condividono ci sono processi guidati da intelligenze artificiali. Questo aspetto ci interroga, perché una bassa consapevolezza potrebbe portare a un uso passivo della tecnologia, che può influenzare comportamenti, emozioni e decisioni».

Bisogna educare alla consapevolezza, insomma...

«Il workshop del progetto Happiness2.0 proseguiranno anche nel primo semestre dell'anno scolastico 2025/26, e all'AI Week di Lugano (1-5 dicembre 2025) porteremo questi spunti per riflettere, in un incontro pubblico con esperti, su come costruire — come comunità educante — un'educazione digitale che richiede sempre più un aggiornamento e un confronto continuo e costante per restare critica e consapevole».

Per quanto riguarda il benessere nel contesto digitale e dell'IA cosa emerge?

«La maggior parte dei ragazzi manifesta un forte desiderio di condividere e raccontare ciò che li fa stare bene online, come momenti di connessione con amici o la creazione di contenuti che riflettono la loro personalità. Allo stesso tempo, molti esprimono preoccupazioni, come la pressione a mostrarsi perfetti o la difficoltà a distinguere tra contenuti autentici e quelli alterati dall'intelligenza artificiale».

Vi è un legame tra la felicità dei giovani e la loro esperienza online?

«Le interazioni con i ragazzi mostrano che il legame tra felicità ed esperienza online è complesso e sfaccettato. I ragazzi sono invitati a riflettere su cosa li rende felici in generale, e da queste riflessioni emergono valori fondamentali legati allo stare insieme — famiglia, amicizia, socializzare — che sottolineano l'importanza della connessione e della consapevolezza di non essere isolati. Quando poi si chiede loro quanto la loro esperienza online rifletta questi stessi valori, le risposte sono molto divergenti: alcuni percepiscono che ciò che esprimono e vivono nel digitale coincide con la loro felicità reale, mentre altri avvertono un distacco e considerano la dimensione online meno rappresentativa o significativa per il loro benessere».

Ci sono prove di una sorta di "dipendenza da IA", simile a quella da smartphone o social media? Come può essere contrastata?

«Non abbiamo al momento risposte definitive su una possibile "dipendenza da IA" — è un tema complesso, oggetto di studio a livello globale, ma non affrontato direttamente dal progetto Happiness2.0. Tuttavia, alcune riflessioni emerse nei laboratori offrono spunti interessanti. Si osserva un uso perlopiù funzionale dell'IA, soprattutto in ambito scolastico e creativo, ma non si può escludere un attaccamento crescente, a tratti compulsivo, in particolare verso le app di intelligenza artificiale generativa. Più critico è l'uso inconsapevole dell'IA nei social media, dove filtri e algoritmi modellano la percezione e le relazioni in modo poco trasparente. Questo apre interrogativi importanti: quanto conosciamo davvero ciò che usiamo? E quale impatto ha sul nostro benessere? Per affrontare queste sfide, un passo è rafforzare l'alfabetizzazione digitale, includendo anche la consapevolezza relazionale».

Entra nel [canale WhatsApp](#) di Ticinonline.



Naviga su [tio.ch](#) senza pubblicità [Prova TioABO per 7 giorni](#).



Outlet: **HAPPINESS 2.0**

Audio e Podcast

RSI



SEIDISERA MAGAZINE

I Musei Val Poschiavo

Di Angelica Arbasini

10.05.2025 • 22 min

 Contenuto audio

I **Musei Val Poschiavo** sono un insieme di edifici storici diffusi sul territorio che anticamente avevano diverse funzioni nella società che oggi sono valorizzati e aperti al pubblico per raccontarne la storia. Il direttore dei **Musei Val Poschiavo** **Giovanni Ruatti**, ci parla di questi edifici.

Happiness 2.0: al via la nuova edizione del progetto su benessere e uso consapevole dei social media e dell'intelligenza artificiale in adolescenza. Il progetto è promosso da **IBSA Foundation per la ricerca scientifica**, **Lugano Living Lab** e **Università della Svizzera italiana**. Con noi **Silvia Misiti**, direttrice di **IBSA Foundation per la ricerca scientifica**.

"**Loggia K**", il nuovo romanzo di **Davide Staffiero**, edito da Edikit, che parte da una domanda: "Cosa succederebbe se la persona meno raccomandabile del pianeta, per un fortuito malinteso, si trovasse a sedere nella stanza dei bottoni?" Per conoscere la risposta, basta leggere le avventure del protagonista di Livio Soldini, detto "l'Avvocato".