

## I mutamenti dell'adolescenza nella società digitale

Riccardo Marco Scognamiglio, Psicologo, Psicoterapeuta, Istituto di Psicosomatica Integrata (IPSI)

L'invito a inaugurare questa accademia di ricerca clinica è estremamente importante in un territorio così faticoso e complesso come quello di Milano e hinterland. Il mio intervento apre un trittico di riflessioni sul tema dei mutamenti dell'adolescenza e sulle nuove prospettive terapeutiche con cui siamo obbligati a confrontarci.

Siamo qui in veste di rappresentanti dell'équipe dell'Istituto di Psicosomatica Integrata di Milano, che comprende circa una quarantina di operatori fra psicologi clinici, psicoterapeuti, psichiatri e neuropsichiatri. Più precisamente, noi tre relatori rappresentiamo una configurazione transgenerazionale costituita da tre clinici equidistanti per età. Insieme ci poniamo gli stessi problemi di come confrontarsi con un mutamento epocale così importante.

Personalmente, in quarant'anni di pratica clinica, ho cominciato a occuparmi dei mutamenti dell'era digitale alla fine degli anni '80, confrontandomi con i colleghi proprio su questa dimensione della trasformazione sociale. Questi ultimi trent'anni sono entrati in questo libro scritto a quattro mani con Simone Matteo Russo: *Adolescenti Digitalmente Modificati (ADM). Competenza somatica e nuovi setting terapeutici* (Scognamiglio - Russo, 2018).

Abbiamo dato questo titolo *Adolescenti Digitalmente Modificati (ADM)*, sfruttando l'assonanza con l'acronimo OGM (Organismi Geneticamente Modificati), in quanto organismi viventi il cui patrimonio genetico è modificato dalla tecnologia del DNA, così come gli adolescenti sono "modificati" dalla tecnologia.

Negli ultimi trent'anni, appunto, abbiamo osservato un cambiamento sempre più strutturale, una modifica della struttura psichica delle nuove generazioni. Ovviamente, tutto questo ha una ricaduta anche su chi appartiene a generazioni precedenti.

Questo libro, oltre ad analizzare i cambiamenti della fenomenologia clinica negli ultimi trent'anni, illustra anche una metodologia terapeutica fondamentalmente basata su un costrutto che abbiamo chiamato "Competenza Somatica" (Scognamiglio, 2008; 2009; 2016): un modo di pensare il corpo alla luce dei contributi delle neuroscienze affettive.

Un terzo punto, altrettanto importante, è l'idea di un modello integrato di psicoterapia che richiama l'esigenza di nuovi setting multimodali, dove il terapeuta non deve pensare da solo. È finita l'epoca del clinico isolato nel suo studiolo, lo psicanalista dietro al divano. Cito qui un testo storico di Paul-Claude Racamier, *Lo psicoanalista senza divano* (1972), a cui aggiungerei una mia vecchia riflessione che è un po' alla base di tutto questo modello di rete (Scognamiglio, 2005a; 2005b).

Ormai siamo in un "oltre" dove l'analista è sempre più una funzione ubiquitaria: in piedi, in *streaming*, in *home visiting* o altro, in questa dimensione multimodale. Questo tema sarà poi approfondito da Alice Scognamiglio che porterà un progetto, su cui abbiamo investito molto come Istituto, di un centro semiresidenziale diurno in ambito privato con caratteristiche specifiche.

### 1. MUTAZIONE DIGITALE

Per capire il fenomeno della mutazione digitale ADM come OGM è necessario fare una premessa che interroga il tessuto psicosociale. Mi riferisco in particolare alle nuove generazioni, a partire dalla *generazione Z*.

Perché *Z*? Le generazioni vengono siglate, siamo alla *Z*. In realtà, alcuni autori parlano di un "oltre la *Z*", in una sorta di nuovo inizio. La *Z* dice che qualcosa si è concluso, cioè si sono concluse le possibilità logiche. Di che cosa? Fondamentalmente di una visione antropocentrica della società.

Dal '400 in poi la storia ha visto al centro l'uomo e la sua capacità di costruire il mondo. Oggi, invece, siamo in una fase di transizione in cui gli oggetti di questa costruzione stanno progressivamente sostituendo l'uomo stesso. Ci troviamo in una fase storica oltre l'ipermodernità. Questo è un punto molto importante perché io sento ancora colleghi parlare di "post-moderno", ma

noi siamo ormai anche oltre l'ipermoderno. L'ipermodernità è una visione sociologica e anche clinica del mondo esplorata da diversi autori. Ne cito qui tre, forse sono fra i più noti: Bauman (2000), Lipovetsky (2004), Kaës (2012). Quest'ultimo, psicoanalista e gruppoanalista con un interesse clinico di leggere questo "oltre".

E cosa c'è oltre questa ipermodernità? Proprio la fine dell'antropocentrismo, cioè dell'uomo al centro. Siamo nell'avvento del *Post-Human*, che è un'altra visione molto dibattuta, e fra tutti cito un'autrice come Rosi Braidotti (2012).

Come possiamo comprendere il *Post-Human*? Leonardo Da Vinci ha pensato la macchina come un'amplificazione del corpo. Studiava l'anatomia per capire come protesizzare il corpo e costruire sistemi per cui l'uomo potesse arrivare, attraverso strumenti di natura più simbolica e artificiale, a costruire ausili per il corpo stesso. Per esempio, nel volo la macchina è pensata come un ausilio per avvicinare il corpo dell'uomo a quello dell'uccello.

Ma adesso, cosa sta succedendo? Immagino che sappiate tutti cosa sono i codici CAPTCHA. Vi sarà capitato, navigando in internet, che vi venga chiesto, per esempio, se siete dei robot o di indicare in una foto suddivisa in quadratini i segnali di stop. Sembra ridicolo, no? Evidentemente è qualcosa che la macchina non è ancora in grado di fare. La macchina non sa rispondere a queste domande.

Le macchinine che vedete, le foto del traffico servono a Google Maps per costruire le mappe che noi usiamo per andare in giro. Come lo fa? Avete mai visto qualche volta passare davanti a casa un'auto che fotografa il territorio? Ogni tanto però la macchina ha dei dubbi: quanti stop ci sono effettivamente? E allora anche Google Maps, immaginatelo come un altro Grande Fratello virtuale, ha bisogno ancora dell'uomo per sapere se ha capito bene o no. Questo significa che noi tutti contribuiamo alla "macchina Google" per sapere come va il mondo, perché la macchina non riesce ancora a decodificare tutto.

Poi vi sono sistemi del Web anche per capire se l'interlocutore è un uomo o una macchina. Non sto adesso ad approfondire il senso di questa cosa, il senso anche tecnico, importantissimo, di raccolta dati e così via, anche legato alle transazioni bancarie e di sicurezza. Ma Google si sta da tempo perfezionando. Infatti, i codici CAPTCHA sono ormai rarissimi, in quanto Google dal 2014 è già in grado di distinguere, anche solo in base alla pressione e al modo in cui muoviamo il mouse, se chi risponde dall'altra parte è un uomo o una macchina. Da qui ci possiamo rendere conto di come la macchina si stia sempre più fondendo con l'umano. Questo futuro ha, dunque, ormai radici molto consolidate.

Cos'è il futuro? È un futuro domotico, è un futuro dove la forza umana sarà sempre più ridotta nella produzione, perché la macchina sta prendendo da molto tempo il sopravvento. Sapete che ci sono sistemi come Amazon, una delle dieci più importanti aziende di capitale del mondo che nel Covid-19 ha raggiunto dei picchi economici elevatissimi, che mandano pubblicità per mostrare quanto l'azienda sia "umana". In realtà, la maggior parte del suo funzionamento è determinato dall'automazione, quindi dalla sostituzione dell'uomo con la macchina.

Questo, a mio parere, è un tema clinico che dobbiamo avere molto presente quando ascoltiamo le nuove generazioni, che ormai non sono più così nuove poiché sono cresciute all'interno di questa trasformazione. Sempre più spesso troviamo adolescenti che finiscono il liceo e non sanno dove andare all'università, ma ancora peggio giovani adulti che hanno la laurea, un dottorato di ricerca, e magari anche altri master, e hanno fantasie di fare il cameriere o il muratore. Per noi vecchi tutto questo potrebbe apparire incomprensibile, perché non ci abituiamo all'idea di una trasformazione che darà sempre meno posto alla funzione umana.

## 2. IL REALE È UN ALTRO

Vent'anni fa, abbiamo pensato che il film *Matrix* fosse solo fantascienza e non una visione predittiva della nostra realtà attuale. Nel film gli uomini credono di vivere la loro vita, ma in realtà è

la macchina che sta facendo loro credere di viverla. La macchina ti fa percepire che il mondo è un altro, che il reale è fondamentalmente un altro. Ma quale? Entriamo in questo “altro reale”.

Avete mai sentito parlare di *Second Life* o di *Sansar* o di *Aion*? Se scoprite questi mondi, ne potete rimanere molto colpiti, affascinati e sedotti. Quando provai a entrarvi, cominciai a comprendere perché alcuni giovani adulti si perdono dentro questi mondi. Non l'adolescente, in questo caso, che passa piuttosto le ore a giocare a *Fortnite*, ma il giovane adulto che qui non gioca più, fa sul serio.

Ci sono tante piattaforme che costruiscono mondi virtuali dove si può andare a vivere. I ritirati sociali a volte li troviamo lì dentro. Tutto questo ha delle ricadute cliniche.

La prima cosa che dobbiamo fare per andare a vivere in questo mondo è quello di inventarci un nostro avatar (vi ricordate il film *Avatar*?). Possiamo essere uomini, donne, trans, gay, tutti i transgender possibili, animali o altro, esseri soprannaturali e vivere all'interno di un mondo che ha le sue logiche, le sue regole. Gli utenti in questo mondo si chiamano “residenti”. Sono proprio residenti di questa dimensione.

Ai tempi delle tragedie greche di Sofocle ed Eschilo ci si identificava ai miti di quell'universo. Oggi dobbiamo studiare i miti attuali: andiamo, per esempio, a vedere in queste piattaforme come vuole vivere la gente, a cosa s'identifica. Facciamo lo stesso anche con i social, anche quelli dedicati ai bambini come *TikTok* per capire quali sono i nuovi miti, gli attrattori identitari, veicolati dagli *influencer*.

Vi mostro ora un video che spiega un po' come funziona questo mondo<sup>1</sup>. Vediamo un avatar costruito da un utente; ha un cane - potete avere un cane, un gatto, una scimmia, vedete, oppure un cavallo, qualunque cosa - e una casa. Questa casa ha tutto quello che uno desidera, di solito più di quanto l'utente residente non possiede nel mondo reale. Ha tutti i comfort; è un loft meraviglioso; non può mancare la *console* per i videogiochi, ovviamente, con la sedia ergonomica specifica - l'ergonomia i ragazzi la imparano solo dalla sedia per i videogiochi; e, intorno, paesaggi americani meravigliosi. Nel video, osserviamo anche un guardaroba che al momento è scarno, perché tutto quello che si fa da residenti in questo secondo mondo bisogna comprarlo, pagandolo però in dollari o in euro reali. Quelli non sono virtuali. Questo è l'avatar e lo si può costruire come si vuole: tatuaggi a piacimento, ma si può anche cambiare la carnagione del viso, le labbra, il naso, farsi i muscoli senza sforzo... la chirurgia estetica virtuale.

È molto interessante, quando noi abbiamo a che fare con ragazzi con ritiro sociale che vivono in questi mondi, andare a studiare come si sono rappresentati. Cambiamento delle labbra, del colore degli occhi, della struttura fisica e della postura sono tutti aspetti fisici che servono a rappresentare una dimensione immaginaria dell'identità. Il problema è che l'utente si può incarnare a tal punto in questo avatar, da non tollerare più la realtà al di qua dello specchio magico. In *Second Life* tu vivi la vita esattamente come la vivresti qui se ne fossi in grado. Questo adesso è solo un piccolo esempio, ma pensate che questo mondo è assolutamente articolato: le banche, i supermercati, perché se vuoi mangiare, anche lì il cibo devi comprartelo.

Nel 1990 ho cominciato a studiare questi fenomeni guardando i primi sistemi di questo tipo che erano i *Tamagotchi*, quei giochini elettronici in cui il bambino doveva accudire un cucciolo virtuale. Quello che non avrebbe mai fatto col cane di casa, lo faceva però col *Tamagotchi* perché altrimenti moriva. Vediamo come questo virtuale che prende spazio nel reale, sostituendolo, era già presente in nuce trenta e passa anni fa. Certo, non con gli effetti speciali di oggi. Il *Tamagotchi* non aveva grandi qualità estetiche.

Nelle *digital platform* attuali siamo passati da utenti a residenti perché il nostro avatar vive al suo interno e non da solo, ma interagisce con gli avatar di altri giocatori. Si ricostruisce così un sociale virtuale in cui possiamo andare a trovare gli amici, fare feste, shopping, ma anche risse, furti, stupri, e assassini in compagnia.

---

<sup>1</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=s0g0RIJ8dxo>

C'è stata una serie televisiva su *Amazon Prime Video*<sup>2</sup> in cui prima di morire i ricchi potevano scegliere di essere virtualizzati ed entrare in una specie di *Second Life* dell'aldilà in interazione continua con l'al di qua. Tutto questo non è più fantascienza. Ci sono tante declinazioni di questi mondi che sollevano grandi problematiche etiche. Per esempio, il mondo finanziario virtuale.

Oggi si è avviato un nuovo trend di artisti che vendono opere virtuali nel mondo virtuale. Voi potete comprare, collezionare, diventare collezionisti milionari di opere virtuali di artisti reali. Si fanno anche concerti, non solo su *Second Life*, ma anche all'interno di un videogame come *Fortnite*. Questo si sta estendendo anche ai social. Si va sempre più nella direzione di una seconda realtà aumentata attraverso tecnologie (visori, sensori, ecc.) che stimolano la sensorialità e l'immersività: si potrà assistere a un concerto immergendosi direttamente sul palco di fianco al bassista.

### 3. LA GAMIFICATION

Tutto questo fa parte di un sistema di costruzione della rete che si chiama *Gamification*, in cui i sistemi di interazione del Web sono costruiti con i criteri dei videogiochi. Ciò lo possiamo tradurre col fatto che siamo tutti dentro una *Second Life*, ma non lo sappiamo. Siamo tutti giocati.

Il sistema di *fit*, per esempio, è molto utilizzato adesso per le vendite online. Il grande problema del commercio, soprattutto di scarpe e vestiti, sono i resi, proprio perché esistono differenze fra le misure teoriche del prodotto e quelle reali della persona. Sono state quindi pensate le app di *fit*, esattamente come quelli che abbiamo visto nel filmato di *Second Life*, per poter valutare a priori come poter comprare la calzatura o l'abito su misura. Sono piccoli esempi per farci capire come nella vita quotidiana noi siamo già dentro questo mondo. Lo stesso vale per la questione del Bitcoin, il sistema di criptovaluta che sta diventando una vera e propria "contro economia". Il Bitcoin ha un valore sempre in crescendo e sta rappresentando veramente un "contropotere". Sono gli effetti di questo mondo in cui tutti noi siamo immersi.

Qual è la chiave di tutto ciò? Sicuramente è stato il passaggio dal Web 1.0 al Web 2.0.

Il Web 1.0 rappresenta la dimensione verticale nella quale siamo stati immersi dagli anni '90 circa con la presenza di *home computer* fino al 2000-2004. Il Web 1.0 era costruito sulla base del fatto che ci fossero degli utenti, non ancora residenti, e degli autori di programmi di servizi che venivano acquistati. La dimensione della verticalità rappresenta il fatto che abbiamo in mente che cosa sta più in alto di noi, un alto a cui possiamo chiedere qualcosa - considerate la metafora della dimensione simbolica di questo.

Dal 2004, l'avvento del Web 2.0 ha prodotto un fenomeno molto diverso, quello dell'orizzontalità che ha, a sua volta, prodotto una nuova forma della mente. L'orizzontalità apre a dimensioni dove le persone interagiscono fra loro e ciò crea un diverso sistema di consapevolezza relazionale e sociale. La formula è quella della *E-democracy*, cioè una democrazia digitale, tale per cui le nostre nuove generazioni nascono non più all'insegna dell'essere *user*, utenti, che dall'alto ricevono e scaricano (*download*) il sapere o i servizi. Da *user* si passa al concetto di *prosumer* (utenti più "produttori"): ciascuno è parte di questo sistema di rete e può produrre.

Nel 2006 la copertina del *Time* elegge a persona dell'anno "You": "Sì, Tu. Tu controlli l'epoca delle informazioni. Benvenuto nel tuo mondo!". Il popolo degli internauti del World Wide West - il World Wide Web è simile al West - comincia a popolare, dunque, questo mondo, partecipando al meccanismo produttivo. Infatti, le nuove generazioni sono grandi produttori, hanno blog, sono influencer o si riferiscono a influencer, che sono i nuovi guru, le nuove referenze dell'adulthood.

### 4. LA CLINICA DIGITALMENTE MODIFICATA

Ecco che allora dobbiamo vedere come se "tu" sei al centro di questo mondo, non hai più bisogno dell'altro. Questa è una cosa che troviamo moltissimo nella clinica adolescenziale di oggi, dove

---

<sup>2</sup> La serie è *Upload* del 2020.

l'adolescente, anche ingenuamente, dice: «Ma a cosa serve l'adulto? Io collaboro, contribuisco con la rete e se ho bisogno di qualcosa vado a cercarla nei tutorial. I modelli vado a cercarli negli influencer». È quello che io definisco “*il narcisismo del You*” (Scognamiglio, 2021), come una grande questione clinica dell'oggi.

La clinica digitalmente modificata è una clinica dove si viene a perdere la verticalità simbolica, dove c'è una riduzione fino all'azzeramento della funzione dell'altro e, quindi, osserviamo una pervasività del fenomeno del narcisismo. Tutto questo chiaramente richiede un grande approfondimento. Sicuramente dobbiamo pensare che il narcisismo di cui sto parlando non è il narcisismo dell'Io, non è un problema di onnipotenza narcisistica, come forse abbiamo pensato tutti guardando l'avatar: “Io posso tutto”. In realtà, dobbiamo capovolgere il sistema e considerare che l'assorbimento più o meno totale dell'Io nell'onnipotenza del Web lo distanzia dal rapporto con l'altro. Non è l'Io che decide, l'Io che si difende - concetto di difesa che riguarda poi le problematiche terapeutiche - ma è una dimensione molto più vicina a forme di patologie più gravi come la psicosi, dove questo Io è totalmente assoggettato.

Questo è un aspetto molto importante da considerare per leggere i comportamenti che sono alla base dello spettro clinico più frequente dell'oggi. In particolar modo segnalo il traumatismo evolutivo. La maggior parte dei modelli di psicoterapia integrata, che si rifanno alle neuroscienze affettive, considerano come tutte le problematiche cliniche dello spettro narcisistico e borderline derivino dai traumi d'attaccamento primario. Tuttavia, dobbiamo imparare a tenere conto che a questo traumatismo si affianca oggi un traumatismo digitale, determinato da una sostituzione dell'altro reale con un altro sempre più simbolizzato nella rete, che gestisce tutti i livelli sociali. Tutto questo, nuovamente, mette in discussione il tema della diagnosi.

Per finire, il tema del corpo è sicuramente molto importante. Ogni volta che noi abbiamo in mano un *device* scatta nel nostro cervello un meccanismo di ricompensa dopaminergica. Si tratta di un nutrimento cerebrale costante, che arriva fino a una somministrazione endogena di dopamina circa ogni minuto e mezzo solo per l'attesa e l'aspettativa anticipatoria della notifica (Firth *et al.*, 2019).

Tutto questo ci porta a un cambiamento delle logiche della cura. I modelli classici di psicoterapia erano basati fondamentalmente su un concetto attivo di difesa. Nella psicoterapia psicodinamica, per esempio, si presuppone che ci sia un'istanza, supponiamo l'Io, autrice delle difese. Ma anche nei modelli che puntano sulle distorsioni cognitive, sui meccanismi di razionalizzazione come cura, mettono al centro il tema dell'imputabilità, ossia l'idea che abbiamo un soggetto da rimettere in asse che può riprendere delle facoltà. Ormai, siamo in un oltre in cui dobbiamo tener conto, piuttosto, di una posizione inconsapevolmente passiva dell'“essere giocato”.

Come équipe dell'Istituto di Psicosomatica Integrata ci affidiamo oggi a un modello integrato che comprende la psicoanalisi relazionale, ma anche le neuroscienze affettive, e soprattutto una rivisitazione dei modelli di traumatismo. Van der Kolk (2014) è uno degli autori forse più noti di questo approccio.

Si tratta, quindi, di un grande cambio di prospettiva: non più una psicoterapia centrata sulla parola, il ragionamento, la fiducia - la fiducia è un obiettivo da costruire - ma sull'attenzione ai fenomeni del corpo.

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Bauman, Z., (2002), *Modernità liquida*, Laterza, Bari.

Braidotti, R., (2014), *Il postumano. La vita oltre l'individuo, oltre la specie, oltre la morte*, DeriveApprodi, Roma.

Firth, J.- Torous, J.- Stubbs, B. – Firth, J.A. – Steiner, G.Z. – Smith, L. - Alvarez-Jimenez, M., Gleeson, J. – Vancampfort, D. – Armitage, C.J.- Sarris, J., (2019), *The “online brain”: How the*

*Internet may be changing our cognition*, «World Psychiatry», 18, 2: 119-129, DOI: 10.1002/wps.20617.

Kaës, R., (2013), *Il Malessere*, Borla, Roma.

Lipovetsky, G., (2004), *Les temps hypermodernes*, Grasset, Paris.

Racamier, P. C., (1996), *Lo psicoanalista senza divano. La psicoanalisi e le strutture psichiatriche*, Raffaello Cortina, Milano.

Scognamiglio, R. M., (2005a), *La complessa ricerca di un'identità clinica fra lo psichico e l'organico nella Cooperativa Sociale*, in Vigorelli M., (a cura di) *Il Lavoro della Cura nelle Istituzioni. Progetti, Gruppi e Contesti*, Franco Angeli, Milano.

Scognamiglio, R. M., (2005b), *Un'istituzione per la clinica psicosomatica: nuovi modelli somatologici*, in Vigorelli M., (a cura di) *Il Lavoro della Cura nelle Istituzioni. Progetti, Gruppi e Contesti*, FrancoAngeli, Milano.

Scognamiglio, R. M., (2008), *Il male in corpo. La prospettiva somatologica nella psicoterapia della sofferenza del corpo*. Milano: FrancoAngeli.

Scognamiglio, R. M., (2009), *Dalla focalizzazione sul corpo all'intelligenza somatica: la nascita di un nuovo costrutto nel quadro alessitimico*, in Vigorelli M. (a cura di) *Laboratorio didattico per la ricerca in Psicoterapia*, Raffaello Cortina, Milano.

Scognamiglio, R. M., (2016), *Psicologia psicosomatica. L'atto psicologico tra codici del corpo e codici della parola*, FrancoAngeli, Milano.

Scognamiglio, R. M., (2021), *L'inconscio digitale: la sfida di una clinica senza soggetti. Psicoterapia e Scienze Umane*, 55 (2): 205-226.

Scognamiglio, R. M. – Russo, S.M., (2018), *Adolescenti Digitalmente Modificati (ADM). Competenza somatica e nuovi setting terapeutici*, Mimesis, Milano.

Van Der Kolk, B. A., (2015), *Il corpo accusa il colpo: mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche*, Raffaello Cortina, Milano,