

“Allenarsi al futuro: riflessioni psicoanalitiche per una scuola capace di sintonizzarsi con i bisogni e desideri delle nuove generazioni”

Barbara Santoni

Sempre di più, quando riflettiamo sulle nuove generazioni, sulla loro relazione con gli adulti di riferimento e l'ambiente scolastico possiamo sentirci disorientati e confusi.

Se osserviamo i dati preoccupanti relativi al peggioramento negli ultimi anni di aspetti importanti della salute mentale, all'aumento delle difficoltà scolastiche e agli altri cambiamenti che ci descrivono una generazione sempre più isolata socialmente, superficiale, dipendente dai nuovi dispositivi digitali, meno autonoma, meno “ribelle” (Twenge, 2018), meno capace di leggere, pensare, fare l'amore...., certamente corriamo il rischio di essere invasi da un sentimento di angoscia profonda, impotenza, nostalgia retorica di un passato migliore come può accadere alla fine di una puntata della serie distopica “Black Mirror”.

Boomers, spiazzati dalla velocità dei cambiamenti introdotti nella nostra società dalle nuove tecnologie, proviamo un disperato bisogno di comprendere le conseguenze psicologiche, sociali, antropologiche, esistenziali della “rivoluzione digitale”. Ma mentre riflettiamo su come l'uso progressivamente più massiccio e pervasivo di strumenti di comunicazione e connessione globale sta cambiando il modo di comunicare, di percepire e addirittura di pensare nostro e ancora di più delle nuove generazioni ci chiediamo cosa succederà con l'utilizzo dell'intelligenza artificiale. Ci sembra di non avere tempo per comprendere i processi di un cambiamento in atto e ci rendiamo conto che già ne avanza un altro ancora più grande e sconvolgente.

Bollas nel suo testo “L'età dello smarrimento” descrive una società psicofobica in cui diventa sempre più grande il rifiuto dell'insight e la soluzione inconscia autodistruttiva di consegnarci a “forze” non umane, come quelle di mercato, tecnologiche o elettorali. Se da una parte la cultura dominante può apparire sempre meno interessata all'esplorazione interiore, propensa a riempire ogni vuoto psichico e emotivo con stimoli esterni, dall'altra proprio le nuove generazioni a volte ci appaiono come le prime ad aver compreso che la psicologia può costituire un'opportunità evolutiva di conoscenza di sé. Finalmente ragazze e ragazzi spontaneamente chiedono di parlare con gli psicologi scolastici o dei servizi pubblici e chiedono di riflettere sul loro modo di funzionare interiormente, mostrandosi accessibili all'esplorazione interiore nonostante tutte le distrazioni e fughe che abbiamo messo a loro disposizione.

Possiamo allora modificare il nostro sguardo sulla realtà contemporanea e osservare anche quei cambiamenti nelle nuove generazioni che ormai diamo per scontati ma che costituiscono anche una grande opportunità.

Se la famiglia affettiva descritta da Charmet ha dimenticato l'importanza delle regole, dei limiti e i genitori narcisisti e fragili descritti da Lancini hanno iperinvestito sul corpo dei loro figli, si sono persi tra i like dei social, hanno postato foto e video rendendosi colpevoli di “sharenting”, hanno lasciato che la “technoference” impoverisse le loro interazioni, è anche vero che i nuovi modelli familiari sono meno rigidi e più vari e che si sta diffondendo una nuova conoscenza collettiva della psicologia.

Allo stesso modo se la scuola italiana ci sembra annegare sempre di più nel mare di guai dovuto alla riduzione progressiva di risorse, d'altra parte negli ultimi anni la scuola ha “aperto le porte” alla psicologia. Come è noto purtroppo l'Italia è uno dei pochi paesi in Europa a non aver integrato lo psicologo come figura professionale nell'organico scolastico e a non realizzare in modo strutturale l'educazione sessuale e affettiva a scuola. Nonostante l'assenza di queste importanti conquiste culturali, però, nel nostro paese stanno aumentando negli ultimi anni da parte di molti istituti le richieste ed esperienze con progetti su questi temi che consentono di inserirsi in questo complesso scenario.

Certo è che riflettere sulla psicologia di massa quasi un secolo dopo il testo di Freud (Psicologia delle masse e analisi dell'Io, 1921) ci appare sempre più complicato in una prospettiva ecologica

per i tanti fattori ambientali, sociali, culturali e psicotomici coinvolti, ma è nostro dovere interrogarci su questi temi e cercare un'integrazione tra prospettive diverse ma necessarie per comprendere una realtà sempre più complessa e variegata.

Se ci soffermiamo sulle riflessioni di autori importanti che si occupano di adolescenti oggi, sulla nostra esperienza in ambulatorio, nelle scuole e nei contesti sociali contemporanei emergono in modo chiaro alcuni elementi che caratterizzano le nuove generazioni e che sono fortemente collegati tra loro: il narcisismo descritto da autori come Lancini come elemento fondante della nostra società contemporanea e come ambito importante di investimento identitario dei giovani; il progressivo ritiro sociale degli adolescenti attuali che spesso riferiscono un sentimento profondo di solitudine e di perdita di interesse e contatto con la comunità; l'attacco al corpo fisico che si manifesta sempre più con condotte di autolesionismo e disturbi in questa area; le "nuove dipendenze" comportamentali tra cui occupa sempre più spazio la dipendenza da internet; l'aumento delle relazioni descritte dagli stessi adolescenti come "tossiche", ovvero l'espressione di una difficoltà sempre maggiore ad amare rispettando i bisogni degli altri e sopportando le separazioni che si esprime in comportamenti sempre più controllanti e aggressivi nelle relazioni di coppia; i cambiamenti complessi nelle "questioni di genere", ovvero da una parte il diffondersi di una mentalità nuova relativa alle identità sessuali e relazioni di coppia, sempre più potenzialmente fluide e numerose, e dall'altra le nuove forme di maschilismo e di oppressione e strumentalizzazione del genere femminile; le nuove abitudini nell'ambito della sessualità, come l'accesso precoce e uso diffuso della pornografia o l'uso del sexting e di altre forme di sessualità virtuali e il diminuire progressivo di esperienze sessuali reali che alcuni autori hanno definito "recessione sessuale" (Twenge, 2018).

Nell'analizzare questi elementi non possiamo prescindere da una riflessione sulla "questione digitale", ovvero sul ruolo che la diffusione dei nuovi mezzi di comunicazione ha svolto nel produrre cambiamenti profondi nella nostra società e psiche.

La recentissima pubblicazione del best seller del sociologo Jhonatan Haidt (marzo 2024) "La generazione ansiosa: come i social hanno rovinato i nostri figli" impone a tutte e tutti i professionisti della salute mentale una riflessione approfondita su questo tema.

Haidt analizza i dati relativi al progressivo peggioramento della depressione, ansia, autolesionismo e suicidio nei teensagers statunitensi e di altri paesi occidentali a partire dal 2010 e mette in relazione questo andamento preoccupante e catastrofico con il cambiamento epocale del modo in cui le nuove generazioni crescono dopo l'avvento dell'i-phone, l'introduzione della fotocamera e la diffusione dei social network. Secondo Haidt l'iperprotezionismo dei genitori nella vita reale e l'introduzione e diffusione massiccia e incontrollata di questi nuovi dispositivi digitali hanno modificato radicalmente il modo in cui le nuove generazioni crescono determinando il cambiamento antropologico radicale dall' "infanzia basata sul gioco libero", caratteristica della nostra società fino alla fine degli anni '80, all' "infanzia basata sullo smartphone" vissuta per la prima volta dalla "generazione Z", ovvero i nati dopo il 1995.

Haidt, analizza 4 ripercussioni comportamentali e cognitive dell'uso pervasivo e incontrollato degli smartphone nella generazione Z: deprivazione sociale, deprivazione di sonno, frammentazione dell'attenzione e dipendenza da internet. Inoltre l'autore descrive i motivi per cui "la realtà virtuale" è inadatta e dannosa in età evolutiva: nell'infanzia basata sul telefono bambine/i e preadolescenti vengono esposte/i precocemente a contenuti adulti (ad esempio la pornografia) e abituate/i a esperienze studiate per generare dipendenza, che danno gratificazione immediata e demotivano ad affrontare i compiti evolutivi necessari per sviluppare competenze nel mondo reale, producendo risultati disastrosi nella salute mentale e nell'andamento scolastico delle nuove generazioni. Haidt conclude con 4 soluzioni chiare su come la nostra società e comunità possono arrestare questo

decadimento progressivo: niente smartphone prima dei 14 anni, niente social prima dei 16, niente dispositivi digitali nelle scuole e più libertà e autonomia nel mondo reale.

Nel Disagio della civiltà (1930) Freud ci invitava a riflettere sul rapporto tra società e bisogni individuali e sul conflitto tra equilibrio collettivo e soddisfazione delle pulsioni individuali. Quali processi di gruppo la società ha alimentato stimolando le nuove generazioni ad aumentare in modo progressivo il tempo che trascorrono su internet e a spostare progressivamente molti aspetti della loro vita interiore e sociale nella realtà virtuale?

Diventa quindi oggi sempre più attuale e urgente una riflessione psicoanalitica su questi argomenti, così cruciali per lo sviluppo futuro della nostra società e della psiche collettiva e così profondamente collegati alle caratteristiche osservate da tanti autori nelle nuove generazioni. Smartphone e social sono strumenti centrali nella diffusione della cultura narcisistica di cui ci parla Lancini, studiati per distogliere le persone dalla realtà fisica e investire sempre di più in quella virtuale, diffondendo immagini corporee sempre più finte e modificate da “filtri” che alimentano l’insoddisfazione corporea delle ragazze e il sentimento di vergogna che sono alla base degli attacchi sempre più violenti al corpo fisico. Le modalità comunicative contemporanee ci regalano l’opportunità di entrare in contatto sempre più velocemente e costantemente con più persone ma al contempo diminuiscono la nostra capacità di tollerare le separazioni dalle persone amate annullando le distanze di tempo e di spazio che hanno in passato caratterizzato tutte le nostre relazioni affettive. L’ansia, in questo modo, pare diventare la protagonista del funzionamento mentale delle nuove generazioni; non a caso è di fatto la protagonista del secondo capitolo di “Inside Out”, il cartone promotore dell’immaginario collettivo odierno statunitense sul funzionamento della mente umana. Haidt d’altra parte riporta anche le ricerche che dimostrano come l’aumentare delle relazioni “digitali”, sempre più numerose ma superficiali, e la diminuzione del tempo che le ragazze e i ragazzi oggi passano in presenza con gli amici correla positivamente con la diminuzione di relazioni affettive stabili e un sentimento di solitudine profondo.

Il testo di Haidt sta già rianimando il dibattito molto acceso negli ultimi anni tra coloro che sono stati descritti come “tecnopessimisti”, preoccupati dei danni della tecnologia sull’umanità, e “tecnottimisti” sempre impegnati a enfatizzare le ricadute positive che questi strumenti hanno nella nostra vita e a sottolineare l’ineluttabilità del progresso umano e di un futuro più tecnologico. Senza cadere in rischiose polarizzazioni o semplificazioni la psicoanalisi può inserirsi in questo dibattito, ad esempio interrogandosi sulla ricaduta che le reti globali hanno sulla formazione identitaria individuale e di gruppo come ha fatto Lemma (“La psicoanalisi ai tempi della tecnocultura”, 2015) per arricchire ulteriormente queste riflessioni e promuovere una “consapevolezza digitale” nuova in cui sia anche più chiaro se e perché ritardare l’uso dei dispositivi digitali come suggerisce Haidt potrebbe essere un’importante azione di prevenzione e promozione della salute individuale e collettiva e come “ritrovare e mantenere, nel cambiamento, quelle caratteristiche che ci rendono “umani” (Morin, 2011)”.

Certo è che qualsiasi riflessione su come la psicoanalisi può aiutare la scuola a sintonizzarsi meglio su bisogni e desideri delle nuove generazioni non può prescindere da questi argomenti.

Come psicologa dei Consultori Giovani, servizi pubblici territoriali della Usl Toscana Centro e socia dell’associazione Fiorentina di Psicoterapia Psicoanalitica collaboro al progetto “Affettivamente”, svolgendo ogni anno circa 100 interventi di educazione sessuale e affettiva nelle classi della scuola secondaria inferiore e superiore. Gli interventi effettuati sono stati progettati a partire dalle linee guida internazionali sull’educazione sessuale, ovvero utilizzando una metodologia attiva e partecipativa, dando informazioni scientifiche sulla sessualità, gravidanze e gravidanze indesiderate, contraccezione, malattie a trasmissione sessuale, identità sessuale, fornendo informazioni sui servizi pubblici disponibili su questi temi, stimolando consapevolezza sul benessere sessuale, diritti individuali, parità di genere, maltrattamenti e violenze di genere. Il progetto prevede la

partecipazione di figure professionali diverse, che compongono anche l'equipe dei Consulenti Giovani, ovvero psicologa, ostetrica, assistente sociale e a volte ginecologa e utilizza un approccio sistemico, ovvero non si limita al lavoro diretto con le classi ma prevede una formazione agli insegnanti e un incontro di sensibilizzazione con i genitori per le classi delle scuole medie inferiori. Una delle caratteristiche fondamentali di questo tipo di lavoro riguarda l'importanza di adeguare l'intervento al contesto, tenendo conto dei cambiamenti sociali e delle nuove problematiche emergenti e dialogando apertamente con ragazze e ragazzi sui temi portati da loro. Per questo motivo negli ultimi 2 anni nel nostro lavoro abbiamo dedicato sempre più tempo ad argomenti come il sexting, le relazioni tossiche e la pornografia che sappiamo essere sempre più importanti nelle esperienze di vita dei giovani oggi.

Nello sviluppare progetti futuri appare quindi importante approfondire ulteriormente l'argomento dell'educazione digitale e integrarlo negli interventi di educazione sessuale e affettiva.

Sarebbe opportuno quindi realizzare progettualità che sviluppino ulteriormente questi obiettivi:

- Promuovere negli insegnanti e genitori una cultura del digitale più consapevole, stimolando riflessioni su come i dispositivi modificano il funzionamento interiore, emotivo e sociale individuale e collettivo e un'attenzione ai bisogni evolutivi specifici di ogni fascia di età;
- Promuovere consapevolezza nelle nuove generazioni sulle caratteristiche dei mezzi digitali che possono interferire con il loro sviluppo e benessere e sul buon uso dei mezzi digitali;
- Stimolare pensiero critico sugli aspetti narcisisti e individualisti della nostra società;
- Stimolare senso di appartenenza alla comunità e competenze sociali;
- Stimolare consapevolezza delle differenze di genere nelle dinamiche sociali e virtuali;
- Utilizzare metodologia attiva che promuova nelle ragazze e nei ragazzi partecipazione, insight spontaneo e consapevolezza dei processi interiori e di gruppo;
- Utilizzare la peer education per promuovere processo collettivo e comunitario tra pari;

“God only knows what it's doing to our children's brains” (Dio solo sa cosa sta facendo al cervello dei nostri figli)). Con questa inquietante frase Sean Parker, consulente di Facebook, concludeva nel 2017 un'intervista in cui descriveva come nella progettazione dei social sono state utilizzate tecniche comportamentali di “psicologia persuasiva” per aumentare la dipendenza dall'uso nei teenagers e distogliere la loro attenzione dalla realtà fisica e sociale reale.

La psicoanalisi, alleandosi con le altre scienze psicologiche, pedagogiche, sociali e umanistiche, dovrà quindi impegnarsi con tutte le sue forze per prevenire nelle nuove generazioni un ulteriore peggioramento dell'abuso e uso improprio collettivo dei dispositivi digitali contrastando i danni sviluppati dalle applicazioni di tecniche psicologiche comportamentali da parte delle aziende tecnologiche attraverso la conoscenza, la consapevolezza e la promozione di una competenza digitale nuova e più matura in cui l'umanità impari ad usare le nuove tecnologie in modo creativo e intelligente e tenendo conto dei bisogni evolutivi psicoaffettivi specifici delle nuove generazioni.

Bibliografia

Bollas, l'età dello smarrimento (2017)

Charmet, Narciso Innamorato. La fine dell'amore romantico nelle relazioni tra adolescenti. (2014)

Charmet, Adolescenti in crisi, genitori in difficoltà (2016)

Charmet, Le ragazze sono cambiate. Le nuove adolescenti nel mondo reale e virtuale. (2019).

Freud, psicologia delle masse e analisi dell'Io (1921)

Freud, Il dialogo della civiltà (1930)

Haidt, J. The anxious generation (2024)

Lancini, M. "Figli di internet. Come aiutarli a crescere tra narcisismo, sexting, cyberbullismo e ritiro sociale" (2022)

Lancini, M. "Il ritiro sociale. La solitudine di una generazione iperconnessa" (2019)

Lemma, A., Psicoanalisi della tecnocultura (2015)

Twenge, J., Iperconnessi. Perché i ragazzi oggi crescono meno ribelli, più tolleranti, meno felici e totalmente impreparati a diventare adulti" (2018),