



ATENEUM PONTIFICIUM REGINA APOSTOLORUM

Veritatem Facientes in Caritate

www.upra.org

LE RELAZIONI INTERPERSONALI A SEGUITO DELLA PANDEMIA

DOTT.SSA LAURA SALVO
PSICOLOGA-PSICOTERAPEUTA
DOCENTE APRA
RICERCATRICE ITCI

L'AMORE E' ...

L'amore non è egoistica bramosia di emozioni e situazioni pronte all'uso, in modalità impacchettata e preconfezionata, ma il suo significato sta nella partecipazione, nella condivisione del divenire delle emozioni e situazioni.

L'amore è un impulso creativo, colmo di rischi perché non si può sapere, a priori, che epilogo possa avere.

L'AMORE E' ...

Per amare ci vuole un grandissimo coraggio, perché ci si dona all'altro con una limpida generosità, con umile dedizione.

Per amare è necessario conoscere la propria fragilità, non è facile sentirsi delicati, si può credere di essere caduti in un buco nero se ci si sente soli.

Diverso , se nei momenti in cui ci si sente così infinitesimali rispetto al tutto, nel cuore cala una soffice serenità

L'AMORE E'...

L'amore è il desiderio di prendersi cura, accarezzare, coccolare, proteggere l'altro, prendendosi tempo per farlo.

Ci vuole tempo per alimentare il desiderio, in un'epoca che reclama il soddisfacimento immediato e istantaneo di una voglia.

AMORE E IDENTITA'

L'amore aiuta a definire l'identità rendendola stabile, altrimenti si sprofonda nell'ambiguità e ambivalente ripercuotendosi in tutte le relazioni, amicali, sessuali e di coppia.

Oggi i rapporti interpersonali non sono più scambi vicendevoli tra identità complementari su cui poter costruire progetti comuni, ma incontri narcisistici legati alla soddisfazione occasionale dei propri bisogni.

AMORE E IDENTITA'

Da ciò ne derivano legami affettivi labili, senza spessore, instabili, conflittuali che tenderanno ad interrompersi.

Un'identità liquida pone la sua attenzione al presente, perché mancano le basi per il futuro, tutto è liquido, inconsistente e quindi l'identità entra in crisi.

Il mondo virtuale diventa il rifugio!

CONTESTO VIRTUALE

Cosa succede quando il contesto sociale diventa quello virtuale?

La tecnoliquidità come incide sull'identità personale, sulla gestione delle proprie emozioni, corpo, psiche?

Come si trasforma la relazione nell'era digitale?

Il corpo è il vestito del proprio mondo interiore, che comunica a se stesso e agli altri che esiste e agisce.

Il corpo aiuta alla perfetta identificazione e differenziazione, di cui si fa esperienza anche grazie attraverso i limiti dell'Io corporeo.

CONTESTO VIRTUALE

I social hanno ampliato l'umano, oggi si vive anche su internet:

Facebook nasce nel 2004

YouTube nasce nel 2005 da tre ventenni

Tweet nel 2006

Steve Jobs nel 2007 mostra il primo Iphone il telefono touch

Nel 2010 due amici disoccupati danno vita a WhatsApp

Instagram nasce nel 2012

CONTESTO VIRTUALE

Il mondo virtuale insinua un'idea di libertà come la distruzione, dei limiti.

Il corpo è certamente un limite, ma è anche un confine:

- Separa me dall'altro
- Ma unisce anche me all'altro, tramite un abbraccio
- E' una barriera protettiva che separa la propria esteriorità dall'interiorità
- E' anche la finestra da cui essa si affaccia sul mondo favorendo la comunicazione e la socialità.

CONTESTO VIRTUALE

Abolire il corpo può portare a:

- ✓ Rimuovere il confine tra se stesso e l'altro
- ✓ Generare confusione nella conoscenza di se stessi e sulla coscienza di sé
- ✓ Difficoltà a riconoscere le proprie emozioni interne, anche se i giovani sono bravissimi a rappresentarle.
- ✓ Durante l'adolescenza, in cui la ricettività agli stimoli è massima, l'era digitale esaspera e accentua tutto ciò che è stato visto, perdendo il senso del limite. Tutto si apprende e si integra alla propria persona. Le emozioni vengono impresse per la loro intensità.

CONTESTO VIRTUALE

I giovani oggi spesso abbandonati a se stessi ed alla loro immaturità, dotati di guide spesso incerte che non gli sanno trasmettere criteri o l'abilità di scegliere, valutare, soppesare, criticare, imparano a sue spese la mancanza di maestri fisici.

Il mondo virtuale è calibrato in base a delle esigenze commerciali, per cui inducono desideri e bisogni, senza valori.

CONTESTO VIRTUALE

Quasi tutti i ragazzi che hanno commesso atti violenti danneggiando altre persone, una volta interrogati sull'accaduto sono apparsi sorpresi, increduli di fronte agli effetti del loro agire.

Un neonato non comprende gli effetti delle proprie azioni.

Il ragazzo privo di responsabilità è come bloccato nel tentativo di decodificare con parametri impropri.

CONTESTO VIRTUALE

L'esperienze d'immersione totale nel mondo virtuale, sono sempre più precoci e pervasive.

La stimolazione percettiva e il coinvolgimento massivo delle abilità visuo – motorie determinano un uso peculiare del cervello, attivando specifiche aree e determinando una configurazione cognitiva più specificamente e nettamente sbilanciata sul versante percettivo.

CONTESTO VIRTUALE

Lo sbilanciamento sul versante percettivo procede quando anche l'apprendimento scolastico si sposta dal libro e dall'insegnante al computer, come depositario alternativo del patrimonio del sapere.

L'intero approccio alla conoscenza e al sapere si modifica, i codici cambiano e l'apprendimento lineare è sostituito da quello interattivo, multitasking, con creazione e condivisione continua di competenze, pensieri, idee, ecc.

DALLA MENTE ANALOGICA ALLA TECNOLIQUIDA

MENTE ANALOGICA	MENTE TECNOLIQUIDA
Velocità convenzionale	Velocità convulsa
Elaborazione lineare	Elaborazione parallela
Testo	Grafica
Logica dell'accesso progressivo	Logica dell'accesso casuale
Ruolo ricettivo - passivo	Ruolo interattivo
Lavoro	Gioco
Pazienza	Gratificazione
Realtà	Fantasia
Tecnologia nemica	Tecnologia amica
Lavorare in modo individuale	Lavorare interconnessi

...cosa abbiamo perso

- La capacità di riflettere
- La disponibilità a soffermarsi
- La capacità di astrarre e generalizzare
- Un linguaggio che richiede tempo, dedizione e cura
- Tempo per fermarsi
- Mancanza di capacità simboliche
- Non saper vivere le emozioni
- Le relazioni face- to- face
- La capacità di attendere e mantenere l'attenzione in modo duraturo
- La capacità di desiderare!

Le relazione tramite web

Ci costringe a :

➤ **Ridefinire i confini dell'IO**

Costruire un nuovo:

➤ **Esser-ci**

➤ **Essere con**

➤ **Essere per**

Ridefinire i Confini dell'io

Le forme di personalità rigide e strutturate tanto caldegiate nel passato, adesso con i cambi repentini di lavoro, città, partner sono divenute disfunzionali, perché non si adattano facilmente. Per cui oggi per “funzionare” meglio nei diversi contesti è necessario avere una identità liquida, che ti permette con facilità di abbandonare un ruolo per interpretarne altri.

Ridefinire i Confini dell'io

Non è più necessario andare verso una integrazione della persona, scegliere tra aspetti contraddittori di sé o sforzarsi di trovare una coerenza interiore.

Queste persone che oggi scelgono di vivere “nell'indefinitezza” (unfixedness) dell'io, la chiamano libertà.

Bauman

Ridefinire i Confini dell'io

La libertà non conosce condizioni se non la verità!
Chi vive nell'indefinitezza è come se vivesse con
una identità “fino a nuovo avviso”, deve proporsi
sempre in modo appetibile.

Non ha una eredità da proporre, perché crea
l'identità al momento.

Ma non si può fermare di essere alla ricerca.

Ridefinire i Confini dell'Io

La rivoluzione tecnoliquida ha spostato e modificato l'esperienza del limite sia corporeo che mentale.

I confini dell'Io ridefiniti sono più fluidi e reversibili.

Ma tutto ciò rende più felici, realizzati?
...o angosciati

Ridefinire i Confini dell'Io

L'uomo non sa vivere senza punti di riferimento, è sempre alla ricerca di certezze, ha bisogno di sentirsi amato e quindi di costruire legami stabili.

Ancora oggi nell'era tecnoliquida, le relazioni autentiche permettono all'identità di valorizzare tutto il suo essere, di farlo crescere nelle capacità relazionali, per donarsi.

Esser-ci

Per Heidegger “Esser-ci” (Dasein) significa *essere qui nel mio mondo*, in modo autentico, ovvero libero e responsabile.

Il mondo riprodotto dal video-game o dai social network non è più qualcosa di fisico, ma un insieme di dati e stimoli che vengono elaborati dalla mia mente.

L'era digitale , con l'aumento del coinvolgimento percettivo ed emotivo (3D, touch screen, video chiamate), immerge sempre più l'uomo in un mondo virtuale.

Esser-ci

Se gli stimoli maggiori provengono alla persona dal mondo virtuale, la sua capacità di interfacciarsi con il mondo reale verrà sempre meno, per cui non si è più persone libere, ma passive e dipendenti dalle sensazioni trasmesse dal mondo virtuale.

Esser-ci

La persona si identifica con ciò che fa:

- Finisce per parlare come “si” parla
- Vestire come ci “si” veste
- Pensare come “si” pensa.

Non si ricerca più l'autenticità, la costruzione della propria identità, ma si diventa un oggetto tra gli altri, privo di libertà!

ESSERE CON

E' la capacità che la persona ha di porsi accanto a un'altra identità, di potersi collocare con "l'altro", riconosciuto come un individuo separato, diverso da me e portatore di un'altra soggettività e di un differente vissuto.

ESSERE CON

E' l'aspetto dell'identità che si sviluppa nell'adolescenza e si esplicita:

- nell'amicizia verso il simile e affine,
- nel gruppo verso il simile e diverso
- nell'amore affine e diverso.

Sono gli anni in cui la persona sviluppa la reciprocità, condivisione, responsabilità e autonomia, uscendo dalla condizione infantile precedente di ricezione passiva di cure parentali.

ESSERE CON

Tutti esistiamo in relazione all'Altro, con altri.

Nel pormi sullo stesso piano, con il collega, confratello, consorella, amico, posso comprendere chi sono e cosa sono chiamato ad essere.

Per entrare nella complementarietà con l'altro devo accettare un altro essere umano , che mi sta faccia a faccia, che non si comporta come voglio e che sconvolge i miei progetti

ESSERE CON

La relazione è già un'azione, è apertura al cambiamento, al mettersi in discussione dal confronto

Gli individui tecnoliquidi fanno fatica a stabilire amicizie e relazioni impegnative, durature, a esprimere lealtà verso un luogo, un valore o una causa.

E' necessario essere veloci e flessibili in tutto

Tutto ciò si traduce in una grande fragilità!

ESSERE CON

Oggi la crisi della relazione interpersonale può essere compresa alla luce:

1. Di un amore egoistico per se stesso
2. La ricerca di emozioni estreme
3. Ambiguità legata alla rinuncia di una identità definita.

ESSERE CON

A dicembre 2010 i navigatori attivi superavano la soglia di 25 ML, 12,5% in più rispetto al 2009.

I motori di ricerca 23,5 ML

I social media superavano i 21 ML con un incremento del 16%.

La Nielsen affermava che il 72% delle persone che sono in contatto si conoscevano in precedenza per un legame affettivo.

ESSERE CON

Twitter rappresenta il social network che realizza il crowdsourcing, cioè lo sforzo collettivo di costruire una metodologia di collaborazione tra le persone, con inevitabili ricadute sulla credibilità della politica dei governi, grazie alla possibilità di spostare il potere di influenzamento dalle gerarchie ai cittadini.

ESSERE CON

Instagramm a distanza di 8 anni dalla sua nascita ha 1 miliardo di utenti attivi nel mondo, ogni giorno si uniscono da 100 a 150 nuovi utenti

In Italia a settembre sono 19 milioni gli utenti, a febbraio 2016 erano 9 milioni

A giugno 2017 14 milioni con un incremento del 55%.

Sono 500 milioni al giorno che si connettono..

ESSERE PER

Il dono è l'unica possibile apertura autentica, volontaria, essenziale dell'altro che donandosi si svela, si rivela nel suo mistero: scopre il suo volto e si lascia guardare.

Essere per l'altro, rendersi disponibili, esige sempre un sacrificio, la scelta di agire secondo una logica di non convenienza.

ESSERE PER

Per fare emergere l'altro devo fare un passo indietro. Ciò non significa farsi invadere dall'altro ma implica la possibilità di scegliere quando farlo, di assumerne il rischio dell'altro e di portarne il peso.

Il raggiungimento dell'identità adulta corrisponde all'acquisizione delle capacità di sbilanciarsi verso l'altro, offrendo cure senza riceverne, da qui la generatività della genitorialità.

ESSERE PER

La genitorialità/generatività trova le sue radici:

- Nella propria esperienza di vita
- Nell'essere stato figlio
- Nella dinamica affettiva della coppia
- Nel saper vivere la propria maternità

ESSERE PER

Visentini nomina 12 funzioni peculiari dell'essere materno:

1. Protettivi
2. Sintonizzazione affettiva
3. Regolativa
4. Normativa
5. Predittiva
6. Rappresentativa

ESSERE PER

7 **significante**

8 **transgenerazionale**

9 **proiettiva**

10 **triadica**

11 **differenziale**

12 **fantasmatica**

ESSERE PER

L'accoglienza dell'altro passa attraverso:

1. La comprensione
2. Organizzazione dello spazio sociale e fisico per l'incontro
3. La promozione della relazione interpersonale
4. Stimolare l'amica a comprendere il mondo circostante di riferimento.

DA GENITORE

Per sostenere il nativo digitale è OPPORTUNO:

- ✓ Rafforzare la capacità di scelta, autonomia, e auto-consapevolezza
- ✓ Proporre spazi che facilitano l'apprendimento e le relazioni interpersonali, per armonizzare le emozioni e i sistemi di significato
- ✓ Far recuperare il gusto del bello
- ✓ Utilizzare i media per intercettare il bisogno di senso del giovane.
- ✓ Stabilire rapporti di amicizia
- ✓ **DARE SENSO E SIGNIFICATO ALLE LORO ESPERIENZE CAOTICHE**