

Recensioni

Book Reviews

a cura di Andrea Castiello d'Antonio, Davide Cavagna,
Mauro Fornaro, Silvia Marchesini ed Euro Pozzi*

Alla rubrica di questo numero hanno collaborato:
Andrea Castiello d'Antonio, Davide Cavagna,
Mauro Fornaro, Chiara Pecchio, Euro Pozzi

Recensione-saggio

Riccardo Marco Scognamiglio, Simone Matteo Russo & Matteo Fumagalli, *Il narcisismo del You. Come orientarsi nella clinica digitalmente modificata*. Prefazione di Miguel Benasayag. Sesto San Giovanni (MI): Mimesis. 2024, pp. 270, €23,00

Il libro sviluppa in modo articolato un tema molto attuale: l'incidenza del digitale nelle manifestazioni cliniche dei giovani. Pochi giorni dopo la pubblicazione de *Il narcisismo del You* (marzo 2024), sulle pagine di un quotidiano nazionale, *Il Foglio*, è apparso un editoriale a firma del direttore dal titolo "Motivi saggi e non luddisti per impedire ai propri figli di avere uno *smartphone* prima del liceo". L'ennesima catastrofe annunciata per la salute mentale dei giovani della generazione Z causata dall'uso del cellulare e dei *social*. Il quotidiano faceva riferimento alle tesi di un libro dello psicologo sociale americano Jonathan Haidt, *La generazione ansiosa. Come i social hanno rovinato i nostri figli* (Milano: Rizzoli, 2024). Lo stesso allarme è successivamente stato raccolto dal settimanale *Internazionale* (2024, 1561: 40-49) con un articolo a firma dello stesso Haidt, "Un'infanzia al telefono". L'autore riprende i dati più rilevanti del suo libro e offre ai preoccupati genitori raccomandazioni. Una ricercatrice anglosassone ha risposto all'allarme di Haidt con l'articolo "Una tesi allarmistica senza basi scientifiche" (Candice L. Odgers, *The great rewiring unplugged. Is social media really behind an epidemic of teenage mental illness?* *Nature*, 2024, 628: 29-30), in cui afferma che l'allarme contribuirà al successo del libro (perché è in linea con le peggiori aspettative dei genitori), ma nota che le argomentazioni di Haidt restano metodologicamente fragili, perché si fondano su una correlazione che non ci permette di formulare alcuna specifica causalità. Sia come ricercatrice che come madre, l'autrice sostiene che i *device* non sono direttamente causa di depressione ma possono essere il rifugio per giovani già depressi.

* Per recensioni, segnalazioni e libri da inviare: Silvia Marchesini, Via Bachelet 9, 43123 Parma, e-mail <slvmarchesini@gmail.com>. Istruzioni per collaborare con la rubrica "Recensioni": pagina Internet www.psicoterapiaescienzeumane.it/recensioni.htm.

Psicoterapia e Scienze Umane, 2025, 59 (1): 147-151. DOI: 10.3280/PU2025-001012
www.psicoterapiaescienzeumane.it ISSN 0394-2864 – eISSN 1972-5043

Questo libro di Scognamiglio è sulle stesse problematiche, ma senza allarmismi né minimizzare alcunché, ed è il frutto del lavoro più che decennale di un gruppo di clinici e ricercatori italiani che si sta occupando delle conseguenze della digitalizzazione nei giovani (nativi digitali). Questa pubblicazione approfondisce le argomentazioni espresse in un precedente libro, scritto da Scognamiglio assieme a Simone Matteo Russo, *Adolescenti Digitalmente Modificati (ADM)* (Sesto San Giovanni [MI]: Mimesis, 2018) – si veda la recensione-saggio a pp. 157-162 del n. 1/2021 di *Psicoterapia e Scienze Umane*. In entrambi i libri gli autori sostengono che la digitalizzazione non sia necessariamente la causa di specifiche patologie, ma partono dall’osservazione che le manifestazioni cliniche presentate dai giovani sono oggi molto diverse dal passato: ansia generalizzata, attacchi di panico, autolesionismo, disturbi del comportamento alimentare, giovani ritirati in casa, depressioni atipiche. La crescente incidenza di questi quadri clinici non è riconducibile a un’unica causa, cioè biologica, psicologica o sociale (ad esempio condizioni nevrotiche, affettive, psicotiche o pre-psicotiche, come da DSM-5), né i giovani trovano aiuto nelle terapie psicofarmacologiche e infine è molto difficile coinvolgerli in percorsi psicoterapeutici.

Questo ultimo libro è il risultato di un lavoro a più mani di clinici che con Riccardo Marco Scognamiglio si sono formati presso l’*Istituto di Psicomatica Integrata* di Milano. L’interesse per la psicomatica li ha inevitabilmente portati a interrogarsi sulle conseguenze dello psichico e della modernità a livello del corpo, ovvero di come il corpo sia invariabilmente la tavolozza che porta i colori e i segni anche della modernità. Il digitale impone ai giovani un mondo prevalentemente *virtuale*, in cui virtuale e reale sono commisti, e sempre meno “esperienziale”; il corpo non è solo la via in cui si esprime il disagio ma è anche la prima via di accesso terapeutico, che gli stessi Autori altrove hanno chiamato “competenza somatica” (si veda il libro di Riccardo Marco Scognamiglio, *Psicologia psicomatica. L’atto psicologico tra codici del corpo e codici della parola*. Milano: FrancoAngeli, 2016).

Questo nuovo libro, a tre mani, è composto da quattro parti. La prefazione (pp. 7-20) è un “piccolo contrappunto a quattro voci” tra i tre autori con Miguel Benasayag (filosofo, psicoanalista e ricercatore argentino) che attualmente vive a Parigi dove coordina un gruppo di lavoro sui cambiamenti dovuti alla rivoluzione digitale in rapporto con l’*Artificial Intelligence* (AI). Si noti che Benasayag è autore di numerose pubblicazioni di cui qui si possono ricordare *La tirannia dell’algoritmo*, del 2019 (Milano: Vita e Pensiero, 2020) e il più recente *L’epoca dell’intraquillità. Lettera alle nuove generazioni*, scritto nel 2022 con Teodoro Cohen (Milano: Vita e Pensiero, 2023). Nel dialogo a quattro voci si giunge a parlare della «fine dell’epoca dell’uomo» (p. 12) perché il mondo digitale parla esclusivamente una lingua di omologazione, mentre lo sforzo che i tre autori condividono con l’interlocutore è una strenua idea di «ridare posto alla singularità» (p. 15) che si oppone a ogni omologazione e si esprime nel sintomo.

Nella parte I (pp. 30-92), allo squillo di uno stentoreo «Tutto è già cambiato!» (p. 31) vengono descritti in maniera approfondita i processi che hanno condotto alla mutazione antropologica dei giovani (nativi digitali) e anche di tutti noi meno giovani (migranti digitali). La relazione con l’altro, ovvero ogni legame, è diventato digitale, e la *gamification* offerta da videogiochi sempre più immersivi, sensorialmente iperstimolanti e interattivi (*Web 2.0*), diventa l’emblema e lo strumento del cambiamento. Nella

parte II (pp. 93-145), con il titolo “La mente digitalmente modificata”, il libro ne sviluppa i caratteri a partire dal concetto di *traumatismo digitalmente modificato*, dove il codice digitale aggiunge qualcosa ma anche toglie qualcosa. Nella seconda parte dello stesso capitolo il trauma si intreccia col tema del gioco fino a ipotizzarne un suo possibile utilizzo nello specifico ambito psicoterapeutico. Nella parte III (pp. 147-186), si parla di *sviluppo digitalmente modificato* dove, alla luce della modificazione digitale, gli Autori rivisitano alcuni costrutti delle teorie dello sviluppo psico-evolutivo su basi psicodinamiche dall’infanzia all’età adulta, come adolescenza, fase di latenza, separazione-individuazione, genitorialità e diade primaria. Secondo gli Autori, alla luce della modificazione digitale queste chiavi di lettura valide in epoca predigitale oggi appaiono desuete. Infine la parte IV (pp. 187-232), intitolata “La clinica digitalmente modificata”, propone vignette cliniche che esemplificano la fenomenologia della clinica digitalmente modificata che segue le stesse logiche del *web* ma il cui aspetto pernicioso ed erosivo si manifesta proprio lì dove tutto è apparentemente normale.

Mi soffermerò su alcune parole chiave che ci aiuteranno a comprendere come gli Autori arrivino a parlare di “narcisismo del *You*”: *gamification* e *virtuale* (di cui si è fatto cenno sopra), per poi passare al *traumatismo digitalmente modificato*. Si veda la parte III in cui discutono il tema dello sviluppo psico-evolutivo per comprendere come e perché le precedenti teorie dello sviluppo sarebbero inficiate.

Cominciamo da *gamification*. Anche per la lingua inglese si tratta di un neologismo (introdotto nel 2010 da Jesse Schell, progettista e ideatore di videogiochi): potrebbe essere tradotto con “ludicizzazione”, che sta a significare come ogni nostra interazione con il *device* porti il gioco in contesti “non ludici”, per cui spesso come nei videogiochi ci troviamo «spinti a intraprendere azioni per raggiungere specifiche ricompense (*bonus* o punti), per aumentare i nostri poteri e passare di livello» (p. 79). La *gamification* ha fondamenta neurologiche (coinvolge i centri del piacere e la dopamina, il neurotrasmettitore della gratificazione) e, al fine di massimizzare la dipendenza, il gioco collega ogni azione a una ricompensa variabile perché la dopamina s’impenna proprio nei momenti in cui il cervello si aspetta una ricompensa. Siamo nel terreno del condizionamento operante che viene utilizzato per indurre comportamenti virtuosi (p. 83), ma ovviamente funziona benissimo anche nell’indurre comportamenti problematici (come il gioco d’azzardo). Già nel 1958 Roger Caillois, nel suo fondamentale saggio *I giochi e gli uomini*, ci aveva spiegato che i giochi devono essere necessariamente un’attività *a parte* rispetto alla vita (ovvero devono avere un proprio inizio e un termine) perché in assenza di questi confini rischiano di corrompere la loro stessa natura (p. 61 trad. it.) e pervadere la realtà. La *gamification* è dunque finalizzata a creare dipendenza psicologica nelle persone e deborda nella realtà, così gli Autori la vedono come una «tecnologia da assuefazione» (p. 80). Il soggetto si illude di desiderare il gioco, ma attraverso la *gamification* è diventato solo un oggetto di consumo. Nel videogioco il soggetto non è l’agente ma l’oggetto di un gioco sovraordinato.

Sul trauma gli Autori ci propongono una loro definizione, «un’esperienza che non riesce a iscriversi in una cornice di senso» (p. 93): produce una «smangiatura di senso a partire da un “resto” che rimane attivo nel corpo» (*ibidem*). Poi percorrono molto sinteticamente la storia di come la genesi traumatica delle “nevrosi attuali” abbia attraversato il dibattito psicoanalitico: dapprima Freud, poi Janet e infine Ferenczi. Freud

lavora a lungo sul trauma e approda all'idea che l'effetto traumatico della realtà esterna non possa mai prescindere dalla realtà psichica. Janet invece mette l'accento sulla *désagrégation*, sugli stati dissociativi, o difese, quindi sulle conseguenze con cui le difese dell'Io cercano di «isolare gli affetti che sarebbero troppo caotici per la mente» (p. 94), per cui l'isolamento di parti troppo adese alle memorie traumatiche sarebbe una difesa che ne limita le capacità di adattamento. Infine, Ferenczi attribuisce grande rilevanza alla realtà esterna (e questo sarà motivo di contrasto con Freud). Da qui un elenco di altre teorie che si sono succedute sulla dimensione traumatica: dal “trauma relazionale infantile” (una mancata sintonizzazione con il *caregiver*) al “trauma cumulativo” (Khan, 1963), fino al “trauma sociale massivo” (conseguente a catastrofi, guerre, genocidi e attentati), queste tipologie di trauma convergono nel costrutto del “trauma relazionale complesso” di cui van der Kolk (2014) ha proposto una sintesi allargando la concezione esclusivamente descrittiva del “Disturbo da Stress Post-Traumatico” (p. 97) del DSM-III del 1980. Vi è infine una configurazione più “trasversale” del trauma che chiamano *traumatismo generalizzato*, per cui tanti stimoli stressanti della vita avrebbero nella contemporaneità un impatto più forte perché non sono più mediati, come nel passato, dalle grandi agenzie sociali (la famiglia, la scuola, lo Stato e la Chiesa, p. 99) le cui regole avevano offerto protezione e identità, funzionando anche come degli organizzatori psichici (Jaques, 1955). Con quest'ultima definizione il trauma perde di specificità per diventare un fattore che attraversa tutta la società moderna.

Al termine di questa disamina propongono un ultimo, ma più specifico, *traumatismo digitalmente modificato* di cui mettono in rilievo l'aspetto prevalentemente “dissociativo” in quanto non vi sarebbe più nulla che irrompe a insidiare l'Io; ma anche qui gli Autori pongono l'accento sull'aspetto biologico della «continua attivazione di uno schema di ricompensa dopaminergica» (p. 101) tramite un meccanismo di tossicodipendenza endogena. Nel libro si ricorda che vi sono stati autori che avevano già parlato di «*trance* dissociativa da videoterminale» (p. 101), con un'alterazione temporanea dello stato di coscienza e una perdita di continuità del senso d'identità personale, che poteva arrivare a essere sostituita da identità alternative (*avatar*). Il *traumatismo digitalmente modificato* non irrompe nell'Io, non elicit le sue difese, ma produce un silente e progressivo svuotamento dell'identità per cui i giovani non approdano ad alcuna soggettività se non attraverso lo stesso *web* (p. 102). Forse è questo impoverimento dell'Io che ha portato alcuni anni or sono uno psichiatra a parlare di “*demenza digitale*” (Spitzer, 2012). Non è possibile vivere alcuna soggettività che si sviluppa nell'esperienza dell'incontro con l'altro, né alcuna socialità se non quella offerta dal *web*, in cui la *gamification* e il *Web 2.0* (che nasce nel 2004) ci offrono una socialità digitale. Il quadro clinico del “ritirato sociale” diventa il paradigma di questo svuotamento. In tanti casi non c'è mai stato alcun eclatante evento traumatico, perché il “traumatismo generalizzato” e il “traumatismo digitalmente modificato” si intrecciano e si amplificano, il vero trauma è la soggettività “diminuita” dal *web* (p. 103). Nell'era dell'iperdigitalizzazione, gli Autori parlano di *narcisismo del You* per suggerire una trasformazione del narcisismo tradizionale con un ribaltamento dello specchio. Mentre nel mito classico è il volto di Narciso che si innamora di quell'immagine di sé che vede riflettersi nello specchio d'acqua, oggi è primariamente lo schermo a riflettersi nel volto di Narciso. Questo ri-

baltamento ottico trasforma l'Io in *You*, rendendolo un oggetto dell'algoritmo informatico. Con la dizione di *narcisismo del You* gli autori intendono rappresentare una condizione in cui l'individuo attraverso il legame digitale è sempre più dipendente dalla validazione e dall'interazione con il digitale, perdendo la propria soggettività e *agency*. Riflettiamo i contenuti del *web* senza diventare mai protagonisti attivi, ma solo oggetti passivi. Nessuno oggi può guardare il mondo digitale da un punto esterno al mondo digitale perché siamo tutti colonizzati dall'algoritmo. Viene qui in mente un'esperienza comune a tutti noi fruitori di *device* e del *web*: ci sarà capitato più volte che il telefonino ci mandasse pubblicità o informazioni su ricerche che avevamo precedentemente effettuato sul *web*. Siamo sorpresi e sconcertati che il cellulare sappia tanto di noi attraverso le nostre più stravaganti curiosità. Di solito nelle nostre vite ci rivolgiamo a professionisti (avvocati, medici, ingegneri) cui attribuiamo specifiche competenze in ambiti di cui non sappiamo granché. Acquisisce tutto il suo spessore la definizione proposta da Lacan dello psicoanalista come colui che occupa la posizione del "soggetto supposto sapere", *primum movens* di ogni cura, ovvero anche in questo caso attribuiamo all'altro delle conoscenze specifiche, ma in questo caso su una particolarissima dimensione di noi stessi (l'inconscio) di cui siamo per definizione all'oscuro. Nel caso del *web* l'algoritmo è programmato per derivare dalle nostre ricerche il filo del desiderio che collega tanti nostri comportamenti di ricerca... Verrebbe da chiedersi: "Vuoi vedere che questo ne sa più di me su quello che voglio? Come minimo è inquietante, altrimenti è persecutorio, comunque dietro quello schermo qualcuno mi conosce bene!". In ogni caso oggi con i più giovani il terapeuta deve farsi largo e trovare il proprio posto tra i *device* (comunicazione personale di Riccardo Marco Scognamiglio), lì sta il "soggetto supposto sapere". Più facile da dire che da fare.

Euro Pozzi

Bibliografia

- Caillouis R. (1958). *Les jeux et les hommes. Le masque et le vertige*. Paris: Gallimard (trad. it.: *I giochi e gli uomini*. Milano: Bompiani, 1995)
- Jaques E. (1955). Social systems as a defence against persecutory and depressive anxiety. In: Klein M., Heinemann P. & Money-Kyrle R.E., editors, *New Directions in Psychoanalysis*. London: Tavistock, 1955, cap. 20 (trad. it.: Sistemi sociali come difesa contro l'ansia persecutoria e depressiva. Contributo allo studio psicoanalitico dei processi sociali. In: *Nuove vie della psicoanalisi*. Introduzione all'edizione italiana di Emilio Servadio. Milano: Il Saggiatore, 1966, cap. XX, pp. 609-633 [www.sponline.it/Corsi/Agora/materialiDocenti/ElliottJaques.pdf]. Anche in: Klein M., Bion W.R. & Jaques E., *Fantasm, gioco e società*. A cura di Franco Fornari. Milano: Il Saggiatore, 1976).
- Khan M.M. (1963). The concept of cumulative trauma. *Psychoanalytic Study of the Child*, 18: 286-306. DOI: 10.1080/00797308.1963.11822932. Anche in: *The Privacy of the Self*. London: Hogarth, 1974 (trad. it.: Il concetto di trauma cumulativo. In: *Lo spazio privato del sé*, Torino: Boringhieri, 1979, pp. 41-56).
- Spitzer M. (2012). *Digitale Demenz: Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen*. München: Droemer (trad. it.: *Demenza digitale. Come la tecnologia ci rende stupidi*. Milano: Corbaccio, 2013).
- van der Kolk B. (2014). *The Body Keeps the Score. Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Viking (trad. it.: *Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche*. Milano: Raffaello Cortina, 2015).