

Slide 1 - "Solitudine e contesti virtuali" (Copertina)

Buon giorno a tutti,

la ricerca su **"Solitudine e contesti virtuali"** è focalizzata sul rapporto tra l'uso della **tecnomediazione** nei rapporti umani e la **solitudine** degli individui.

Il **percorso espositivo** mostrato nelle slide seguenti prenderà prima in considerazione le immagini, che mi serviranno per introdurre l'argomento, e poi, in ordine, tre punti fondamentali, tre frasi a corredo di ogni slide. Per tale ragione, vi invito, quando mostrerò le slide, a concentrare la vostra attenzione innanzitutto sulle immagini, e solo successivamente sul testo.

Passo alla prima slide.

Slide 1 – I nativi digitali

Fotografia: Nelle due fotografie possiamo osservare che i bambini, in un certo senso, *è come se nascessero già con lo smartphone in mano.*

Un tempo, quando i bambini piangevano, le madri, oltre a riempirli di coccole e attenzioni, potevano dare loro un giocattolo, un pupazzo o un ciuccio: oggi, invece, molte madri preferiscono dare loro uno smartphone per intrattenerli, anche per tempi lunghi, tipo due ore al giorno. Questa non è una mia illazione arbitraria, ma un dato accertato da una ricerca del 2012 riportata sul giornale britannico "MailOnline".

Secondo un altro studio condotto negli Stati Uniti nel 2013, e riportato dal "Washington Post", 4 bambini su 10 al di sotto dei due anni di età hanno utilizzato uno smartphone o un tablet.

Vorrei sottolineare bene l'età: al di sotto dei due anni di età significa che l'uso di questi strumenti tecnologici è iniziato prima ancora che i bambini fossero in grado di pronunciare frasi complete. Ciò, ovviamente, ha effetti sullo sviluppo cerebrale.

Testo, punto 1: Nel primo punto di questa slide, ho scritto che *"la normalità dei nativi digitali è essere sempre collegati a Internet"*. Può sembrare un dato banale, ma non lo è. Il giornale "The Biz Loft", citato nella bibliografia, ha riportato una serie di statistiche molto precise. Tra queste, ne cito una per tutte: **"Il 50% degli americani preferisce comunicare digitalmente piuttosto che dialogare a tu per tu"**. Qualcosa di profondo sta cambiando. Vediamo il secondo punto.

Testo, punto 2: *«Le connessioni cerebrali dei bambini nativi digitali e quelle dei bambini di pochi decenni fa seguono sviluppi diversi: la trasformazione in atto è realmente profonda».*

Le modificazioni del sistema cervello-mente evidenziate da Longo e Cantelmi sono di vario genere. Tra queste, voglio citare quella che ritengo la più significativa, ovvero:

- i nativi digitali sono a proprio agio nella relazione tecnomediata, mentre invece sono meno abili, se non addirittura a disagio, nella relazione a tu per tu;

Testo, punto 3: In conseguenza di quanto appena detto, al terzo punto leggiamo che: *"I nativi digitali vivono in comunità tecnoreferenziate e prevalentemente virtuali"*.

Passo alla seconda slide.

Slide 2 – Da “cogito ergo sum” a “communico ergo sum”

Fotografia: Osserviamo le fotografie. “You link”, cioè tu crei un link, in questo caso tu crei un link a qualcosa che io ho prodotto o che comunque riguarda me, “therefore I am”, quindi io sono, io esisto. In altre parole, io esisto perché so di essere visto. Pensateci un momento: siamo nella società, dell'immagine, dei reality, delle apparenze esteriori, del mostrarsi agli altri senza pudori e senza riservatezza. Poche persone possono essere dei V.I.P., dei “very important people” che appaiono in tv, ma tutti possono creare un proprio profilo su Facebook e mettersi in mostra. Ma questa cosa funziona solo se gli altri ci vedono: il fatto che qualcuno crei un link alla nostra pagina o al nostro profilo è la dimostrazione che siamo visti, che esistiamo nel web.

Ciò è ancor più vero se, scrivendo il nostro nome e cognome su Google, apparirà il nostro sito o la nostra pagina Facebook. Nella seconda immagine, leggiamo: “I can be Googled”, io posso essere trovato tramite Google, “therefore I am”. Mi permetto di considerare che affidare il proprio senso di esistenza agli algoritmi di Google non è proprio il massimo...

Nella terza immagine, c'è l'essenza stessa di chi “vive” più dentro i social network che nella vita reale: “I post therefore I am”. Io scrivo un post, un messaggio, qualunque cosa, anche una cosa di nessuno importanza, e per tale ragione io sono, io esisto, perché qualcuno lo vedrà, magari lo vedranno coloro che sono nella mia lista di amici e che cliccheranno su “mi piace”.

Testo, punto 1: Leggiamo il primo punto. *“Comunicare ovunque, comunicare in tempo reale e con la mediazione della tecnologia è parte costitutiva delle società moderne a tutti i livelli (culturale, politico, individuale e sociale)”*. E' esattamente così.

Testo, punto 2: Secondo punto, che è quello centrale: *“Il nuovo modo di essere: “Condivido quindi sono”. Usiamo la tecnologia per definire noi stessi condividendo pensieri e sensazioni persino nel momento in cui li stiamo provando”*. E' proprio così, siamo diventati abilissimi nel condividere le emozioni tramite la tecnomediazione... di contro, siamo meno abili nel viverle.

Essere passati da “Cogito ergo sum” a “Communico ergo sum” è un cambiamento paradigmatico forte.

Testo, punto 3: Terzo punto. *“Tutto ciò è una risposta (illusoria) alla solitudine dell'essere umano moderno?”*. Pensiamoci. Inviando continuamente messaggi tecnomediatati, siamo continuamente alla ricerca di connessione. Siamo passati dalla conversazione alla connessione. Siamo tutti insieme, siamo “connessi” tutti insieme, ma siamo anche soli. Perché siamo soli? Con la tecnologia ci stiamo nascondendo gli uni dagli altri, la tecnomediazione ci separa. Stiamo imbrogliando noi stessi. Guardate bene la foto nella prossima slide.

Slide 3 – La solitudine dell'essere umano moderno

Fotografia: Queste tre ragazze sono tre amiche, potrei anche dirvi chi sono, ma non avrebbe alcuna importanza. Vi sembrano insieme? Sì, fisicamente sono nella stessa stanza, ma sono “realmente” insieme? No, sono sole, ciascuna è immersa nel proprio mondo tecnomediatato.

Questa è: *“una scena sempre più frequente sia tra i giovani che tra gli adulti, sia nella vita privata che in ambienti scolastici, lavorativi e istituzionali (anche alla guida di veicoli e camminando per strada)”*.

L'essere umano moderno è fondamentalmente solo. Leggiamo il primo punto.

Testo, punto 1: *“L'essere umano moderno si sente “solo”: maggiore è il distacco dalla natura e maggiore è la solitudine”.* Questa frase condensa e sintetizza in maniera estrema alcuni studi filogenetici. A ben guardare, la tecnologia non ci ha soltanto allontanato già da tanto tempo dalla natura, ma ci sta allontanando anche dagli altri esseri umani.

Testo, punto 2: *“Facebook è basato sulla paura della solitudine in un mondo fatto di relazioni fragili. Sembra essere una risposta alla paura che le persone hanno di essere respinte o rifiutate, ma il senso di appartenenza che può offrire è labile”.* Il senso di appartenenza di una comunità geograficamente collocata e fatta di persone in carne ed ossa, e quello invece di una comunità virtuale “collocata in nessun dove” e popolata di individui che si nascondono dietro un nickname e un avatar, in effetti non è la stessa cosa.

Testo, punto 3: *“I giovani d'oggi spesso mancano della struttura psichica e ambientale necessaria per creare legami sani”.* Anche questa non è una mia illazione, ma un fatto documentato da ricerche sul disagio giovanile e sulla capacità degli adolescenti di avere un amico vero. A proposito, **“Che fine ha fatto l'amico del cuore?”**. Nove adolescenti italiani su dieci dicono di non avere un amico di riferimento, un “amico del cuore”. Questo fatto, di per sé, è sia un sintomo di tanti problemi sia la un ostacolo alla crescita.

Passo alla prossima slide.

Slide 4 – Gli effetti “tossici” della solitudine... e dei mondi virtuali

Fotografia: La fotografia di questo bambino che non si vuole staccare dal computer e la siringa blu di Facebook parlano da sole: la dipendenza da Internet va crescendo sempre più. Non stiamo parlando di un problema di singole persone, ma di un fenomeno di massa, di un fenomeno sociale che è sempre più accettato come “normalità”, come la “normalità” dei nativi digitali. In questo senso, il confine tra comportamento normale e comportamento patologico si sta spostando sempre di più nel considerare “normale” ciò che fino a non molto tempo fa sarebbe stato considerato “patologico”.

“Sono soprattutto i bambini e gli adolescenti ad “attaccarsi” acriticamente alla tecnologia, e a Facebook in particolare, sia a causa di un vuoto interiore ed affettivo, sia a causa di forti pressioni dei coetanei”.

Testo, punto 1: *“La dipendenza da Internet è un comportamento tossicomaniaco, che provoca modificazioni cerebrali come l'alcolismo o la dipendenza da droghe pesanti”.* Su questo punto c'è poco da commentare: c'è solo da prenderne atto.

Testo, punto 2: *“L'uso della tecnologia come compensazione di “qualcos'altro che manca” va crescendo sempre di più”.* Cos'è questo qualcos'altro? Innanzitutto amore, affetto, amicizia, in altre parole **“nutrimento affettivo”**. Ma anche, e soprattutto, **capacità e possibilità di stare insieme agli altri**. Tutte le dipendenze sono così: c'è un vuoto da una parte e si cerca di riempirlo con qualcos'altro. Fate attenzione al terzo punto, perché è speculare al secondo.

Testo, punto 3: *“Facebook fa aumentare la sensazione che nella propria vita “manchi qualcosa” e suscita sentimenti di “invidia”: questo e il punto precedente sono alla base di un circolo vizioso”.*

Ricapitolando, il meccanismo è questo: le persone che fanno uso abituale di Facebook cercano di

compensare qualcosa che manca nella propria vita, ma Facebook accentua la sensazione che nella propria vita manchi qualcosa... e allora le persone stanno peggio. Ricordatevi questo, perché tra due slide leggeremo il risultato fondamentale a cui è giunta la recente ricerca di *Kross et al.*, che ha avuto particolare eco sui media alcuni mesi fa.

Passiamo alla prossima slide.

Slide 5 – Vita virtuale, solitudine reale

Fotografia: Vita virtuale, solitudine reale. Guardate questo ragazzo mentre mangia, e guardatelo bene. E' mai possibile che siamo arrivati fino a questo punto? *Su Internet potete trovare in vendita questa zuppiera con supporto per iPhone, viene venduta come "rimedio per la solitudine".* Ma... siamo sicuri che sia un rimedio per la solitudine? Oppure è un uso della tecnologia che inevitabilmente aumenterà ancor di più la solitudine di questo ragazzo?

Testo, punto 1: Leggiamo il primo punto. *"Le persone si stanno abituando ad accontentarsi sempre di meno nelle relazioni interpersonali, preferendo brevi scambi (post, tweet, sms, ecc.) a conversazioni vere e proprie, e sono sempre più intenzionate a fare a meno degli altri"*. Quest'ultima frase, dove è scritto: "[...] e sono sempre più intenzionate a fare a meno degli altri", potrebbe non essere chiara. Il significato sarà evidente tra alcuni minuti, quando arriveremo alla penultima slide, intitolata "Scenari futuri".

Testo, punto 2: *"Al crescere della fiducia nella tecnologia, diminuisce la fiducia in noi stessi e negli altri"*. Posso farvi un esempio. Prima vi ho detto che i giovani "messaggiano" per tutto, sono sempre connessi, ma poi non riescono ad avere un vero amico, un amico del cuore. Vi ricordo anche che si tratta di un fenomeno generalizzato, che riguarda nove adolescenti su dieci. Perché questi giovani, abilissimi con la tecnologia, non riescono a farsi un amico? I principali motivi, secondo i diretti interessati, sono la paura di non essere accettati e di essere derisi per il proprio aspetto fisico. Ecco, allora torna: più aumenta la fiducia nella tecnologia, più diminuisce la fiducia in noi stessi e negli altri.

Testo, punto 3: "Quel "nutrimento affettivo" di cui ha un gran bisogno l'essere umano non può essere mediato da alcuna tecnologia!" Questo l'avrei voluto scrivere a caratteri cubitali. Questo è il nocciolo della questione: capire questo significa aver capito la principale causa della solitudine e dei malesseri dell'essere umano moderno. Peccato che tutta l'attuale infrastruttura culturale della società vada nella direzione opposta.

Passo alla prossima slide.

Slide 6 – Sconfiggere la solitudine con le comunità online?

Fotografia: E' possibile sconfiggere la solitudine con le comunità online? La risposta ormai dovrebbe essere evidente: finché si tratta di stare soltanto davanti al computer o con lo smartphone in mano, la risposta è una sola: **"NO!"**

"Share your loneliness on facebook", condividi la tua solitudine su Facebook: ecco, questo è Facebook. Come posso permettermi di dire ciò? Anche in questo caso, non si tratta di una mia considerazione personale, ma di una constatazione con ricerche alla mano.

Testo, punto 1: Primo punto. *“Più una persona accumula amici su Facebook o follower su Twitter, maggiore è il rischio a cui questa persona si espone di sentirsi davvero sola”*. Questa è la sintesi a cui è giunto Cohen basandosi sulle ricerche di Sherry Turkle.

Testo, punto 2: Secondo punto. *“L'uso di Facebook “predice” il declino del benessere soggettivo dei giovani adulti a prescindere dal livello di solitudine percepita, all'aumentare della quale aumenta anche l'uso di Facebook”*. Precedentemente vi avevo detto che le persone che usano abitualmente Facebook entrano in un “circolo vizioso”.

La ricerca di Kross et al., per dirla brutalmente, conferma che Facebook fa male alla salute.

Testo, punto 3: Terzo punto. *“Esiste una correlazione positiva e significativa tra solitudine e uso di Internet”*. La ricerca in questione, quella di Esen et al., dimostra che negli studenti universitari maggiore è l'uso di Internet e maggiore è il livello di solitudine. Altre ricerche hanno confermato che all'aumentare del numero di servizi Internet utilizzati aumenta anche il livello di solitudine.

Passiamo alla prossima slide.

Slide 7 – La tecnologia “ruba” possibilità alle relazioni umane

Fotografia: Guardate questo cartello stradale. Credo che sia molto istruttivo, dovrebbero metterlo in tutte le strade urbane, anche in Italia: mi siete mai fermati ad osservare quanti “zombie” camminano per strada, ovvero persone a testa china che camminano guardando solo il proprio smartphone e nient'altro?

*“Nelle strade “Water Street” e “Washington Street” compare questo importante invito ai pedoni, firmato “Metropolitan Etiquette Authority”: **fai attenzione mentre cammini, il tuo aggiornamento di status su Facebook può attendere**”*.

Il titolo di questa slide è che **“la tecnologia “ruba” possibilità alle relazioni umane”**. Vediamo perché.

Testo, punto 1: Punto 1. *“La vita è imprevedibile, incerta, complessa: la tecnologia si propone di semplificarla, ma in tale semplificazione può portare via quanto di più umano ci sia”*. Quel qualcosa di umano, in questo caso, sono innanzitutto le nostre relazioni, come vediamo al punto successivo.

Testo, punto 2: *“La tecnologia è diventata un forte attrattore che assorbe energia e tempo sottraendoli principalmente alle relazioni”*. Queste sono le parole di un grande psichiatra italiano, Genovino Ferri, riportate in un'intervista di Ronconi.

Testo, punto 3: Il terzo punto non è banale, e meriterebbe un minimo di spiegazione. *“Facebook e Google provano ad isolare ogni persona in una “bolla di informazione” invisibile e personalizzata, che separa dall'esterno e imprigiona in un micromondo sempre più ristretto.”* Qui mi sto riferendo nello specifico al fenomeno del “filter bubble” studiato da Pariser. In sintesi, un *filter bubble* si verifica quando un sito web “indovina” selettivamente quali informazioni a un utente piace vedere, sulla base di tutte le informazioni che riesce a raccogliere su di lui: in questo modo, gli utenti vengono allontanati da informazioni che contraddicono i loro punti di vista e quindi isolati nelle loro bolle ideologiche o culturali. Le conseguenze, secondo Pariser, possono essere molto negative a livello di convivenza civile.

A proposito, ho una notizia che la settimana scorsa ha fatto il giro del web e delle radio: entro que-

sto gennaio, sarà attivo Facebook Paper, un servizio che proporrà agli utenti notizie su misura. Sarà una sorta di ufficializzazione del fenomeno del “filter bubble”.

Passo alla penultima slide.

Slide 8 – Scenari futuri

Fotografia: “Scenari futuri”. Vi avevo anticipato che **le persone sono sempre più intenzionate ad affidarsi alla tecnologia e a fare a meno degli altri**. Nelle due fotografie vedete il senso di questa affermazione portata alle sue estreme conseguenze. *“Sulla sinistra, [vedete] uno dei virtual human creati dal Pentagono per curare [ovvero per fare psicoterapia] ai propri soldati”*. Mi sono letto un'intervista al leader del progetto, dalla quale emerge che una delle motivazioni che ha spinto alla creazione di un robot psicoterapeuta è che **le persone bisogne di aiuto preferiscono rivolgersi ad una macchina piuttosto che ad una persona**. Non mi sento di commentare questa cosa, mi sembra un dramma.

Sulla destra, potete osservare *“persone anziane in compagnia di un robot, in grado di muoversi e atteggiarsi come se fosse un animale domestico”*. Vorrei farvi notare che ho estratto tale fotografia da un notiziario della BBC di questo dicembre, nel quale sono state riassunte le principali novità tecnologiche del 2013. Nel video era possibile vedere come tale robot reagisce alle coccole.

E' mai possibile provare empatia con un robot? E' proprio quello che stiamo cercando di fare.

Testo, punto 1: Punto 1. *“In certe circostanze, siamo già arrivati all'estremo di sostituire la compagnia degli esseri umani con quella di “robot socievoli””*. La Turkle ha studiato questo fenomeno in una casa di riposo e ha dichiarato che è stato uno dei momenti più lancinanti dei suoi ultimi quindici anni di psicologa.

Testo, punto 2: Punto 2. *“Il Ministero della Difesa degli Stati Uniti sta realizzando uno psicoterapeuta virtuale per i propri soldati, a causa dell'altissima percentuale di suicidi”*. E di questo ne ho già parlato.

Testo, punto 3: Punto 3. *“Esistono ormai chatbot evoluti sia su Internet sia come app per smartphone (anche a pagamento), per persone che cercano una compagnia virtuale non umana”*. Nella mia tesi ho riportato tre osservazioni empiriche di interazione tra essere umano e macchina da me registrate, dalle quali si evince che talvolta può essere arduo capire chi è l'umano e chi è il robot. Rispetto a quello che già ho scritto nella tesi, quel che posso aggiungere è che alcuni chatbot sono attualmente usati al posto di essere umani in alcuni contesti lavorativi.

E' il momento di passare all'ultima slide.

Slide 9 - Conclusioni

Fotografia: **“Logout is the hardest button to click”**. **Il logout è il pulsante più difficile da cliccare. I giovani d'oggi sono sempre più preoccupati della loro “reputazione su Facebook”, quindi sempre più preoccupati di “apparire” piuttosto che di “essere”: ci sono altre strade percorribili?”**

Io credo di sì, ma per prima cosa bisogna volerle cercare.

Testo, punto 1: *“Le persone oggi sono sempre più sole e un uso acritico e poco consapevole della*

tecnologia, anche con connotati di dipendenza, certamente non è di aiuto”.

Testo, punto 2: *“Le connessioni di cui abbiamo bisogno per vivere e prosperare non sono quelle virtuali dentro realtà artificiali: sono quelle vere con persone in carne ed ossa”.*

Testo, punto 3: *“La tecnomediazione può essere un ausilio per le relazioni se usata in maniera intelligente, ma non una sua sostituzione”.*

Riassumendo il tutto:

L'affettività non può essere tecnomediata: ci culliamo nel pensiero che essere sempre connessi ci farà sentire meno soli, ma siamo a rischio di diventare ancora più soli.

Spinti dall'irresistibile impulso a riempire i vuoti della nostra vita, viviamo sempre di più la realtà come simulazione della vita reale invece di accettare ciò che di reale sta intorno a noi e dentro a noi.

E' tempo che ciascuno di noi rifletta seriamente su queste cose.

Ho concluso.

Vi ringrazio per la vostra attenzione
(mostrare ultima slide)