

“Dalla cibernetica al cibernazio relazionale”

Dott.ssa Concetta Antonia Palese

ABSTRACT

Nel mio lavoro di tesi, ho illustrato i principi alla base della cibernetica di primo e di secondo ordine, esplicando le implicazioni che tali principi hanno avuto e/o hanno ancora in psicoterapia sistemico-relazionale.

Il concetto di sistema entra in terapia attraverso la cibernetica. Prende piede così l'importanza di considerare la famiglia come sistema e i vari membri come parti interconnesse che agiscono e reagiscono in funzione dei mutamenti delle singole parti del sistema stesso. In un sistema, infatti, un qualsiasi cambiamento in una delle parti influenza la globalità del sistema e si ripercuote su tutte le altre. A ereditare la cibernetica degli anni '50 è oggi l'intelligenza artificiale: “Le Reti Neurali Artificiali sono programmi computerizzati che apprendono e si evolvono. Apprendono ad apprendere, gli uni dagli altri. Tutto ciò è già presente nella tecnologia che ci circonda”. Il sogno della Cibernetica era questo: dotare le macchine di intelligenza e di capacità evolutiva.

L'era del digitale ha decisamente ridisegnato i confini temporali, ma soprattutto culturali di tutti noi. Il tempo ormai è immediato, istantaneo e senza differenze orarie; lo spazio, invece, è cyberspazio: un luogo di organizzazione e condivisione dell'informazione, con la particolarità che tale informazione è in formato digitale, dotata della peculiare caratteristica di riproducibilità e facilità di trasferimento. Il cyberspazio diventa uno spazio sociale all'interno di vere e proprie ambientazioni virtuali. L'uso del virtuale fornisce agli adolescenti uno spazio ed un tempo utili ad illudere le frustrazioni connaturate al processo evolutivo. Internet dà senso di potenza, fornendo la possibilità di raggiungere molte delle cose raggiungibili. Gli scambi si moltiplicano ma le relazioni rischiano di impoverirsi. Le conseguenze più gravi accadono quando il virtuale prevarica il reale. In tale esperienza cresce il pericolo di una frammentazione del Sé, dell'identità di soggetti che vagano in relazioni ancorate a pochi punti fermi, senza finalità prestrutturate, fortemente marcati in senso emotivo.

È pur vero che le tecnologie hanno semplificato la nostra vita, rendendo più semplice scrivere, comunicare, essere veloci, fare tante cose contemporaneamente, ma si possono anche creare circuiti di violenza psicologica, esclusioni di persone, isolamento, freddezza emotiva, proprio ciò che ha vissuto Lorenzo, un naufrago della rete, il caso descritto nell'ultimo capitolo.

Noi psicoterapeuti, sempre più spesso siamo chiamati a rispondere a domande di genitori, insegnanti, educatori, ecc., preoccupati per l'abuso mediatico dei ragazzi. È evidente che il senso di un intervento terapeutico sugli abusi mediatici nella sua multiformità debba considerare come proprio obiettivo di fondo lo sforzo di riconnettere al reale il filo dell'esperienza di un individuo che si è perso nella rete. L'impegno non è volto a cancellare il rapporto dell'adolescente con il virtuale, quanto a strutturare in lui la capacità di essere un utilizzatore critico e non semplicemente autoreferenziale del rapporto con la realtà virtuale. Durante il trattamento psicologico individuale, uno strumento che potrebbe essere utilizzato è il “**diario del comportamento mediatico**”. Il trattamento familiare di norma è complementare a quello individuale. Muove dall'idea che quello dell'abuso mediatico costituisce un “affare di famiglia”. L'adolescente è visto come colui che attraverso l'abuso mediatico invia il sistema familiare in terapia. In tal modo, la terapia si trasforma in un momento di partecipazione e di crescita, dove “una riconcettualizzazione del sintomo in termini interpersonali può aprire nuove vie al cambiamento” (*Minuchin*). Sul piano del sottosistema genitoriale, diventano importanti la rinegoziazione delle relazioni genitori-figli per consentire l'individuazione dei figli, l'aumento della flessibilità dei confini familiari e dello svincolo progressivo, l'opportunità di occasioni e di modelli di identificazione.

Una delle possibili scelte vincenti è educare ad un buon utilizzo delle tecnologie, che non schiavizzi ma renda liberi di spaziare ed essere facilitati nella vita, e questo dovrebbe partire dagli adulti ed essere trasmesso alle nuove generazioni.

I tempi cambiano, sempre più velocemente, noi psicologi e psicoterapeuti dobbiamo attrezzarci rispetto alle novità, rimanendo sempre, però, persone di riferimento serie ed attendibili, facendo comprendere di utilizzare al meglio la tecnologia, perché sia sempre di più al nostro servizio e non viceversa.