

LEZIONE III La solitudine sociale 8

L'emarginazione mette a rischio i bisogni psicologici fondamentali, ovvero il bisogno di appartenenza, di riconoscimento e di controllo. Chi ne è colpito reagisce con rabbia e frustrazione, fino a comportamenti aggressivi. Ma non si tratta sempre di una reazione cieca poiché le vittime dell'emarginazione cercano di associarsi a gruppi radicalizzati. Paradossalmente quest'ultimo fenomeno è frutto di una reazione pro-sociale: il gruppo radicale offre una forma di integrazione, di sicurezza e controllo, di solidarietà all'escluso.

LEZIONE III La solitudine sociale 9

I ricercatori per attenuare l'esclusione sociale indicano esercizi di consapevolezza, preghiera, distrazioni, **zucchero** e contatto fisico. E a conclusione una breve conversazione piacevole.

LEZIONE III La solitudine tecnologica

Le nuove tecnologie sono studiate apposta per assorbirci **individualmente**. Gli esperti che progettano le App non lo fanno con il fine di fornire servizi ma per catturare la nostra attenzione individuale e tenerci inchiodati allo schermo il più a lungo possibile.

Controlliamo lo smartphone oltre 200 volte al giorno. La nostra attenzione è continuamente richiamata dalle segnalazioni visive e uditive dei nostri apparecchi. Poi dobbiamo aggiungere quanto tempo trascorriamo sul PC e alla televisione.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 2

Le nostre tecnologie ci estraniavano dalle persone che conosciamo, ivi comprese quelle che amiamo. Tutto il tempo che passiamo sui nostri schermi è tempo in cui non siamo presenti per i nostri amici, colleghi, partner e figli. Mai prima d'ora siamo stati così perennemente distratti e mai prima d'ora così tanti di noi ne sono stati contemporaneamente afflitti. Siamo sempre più spesso in compagnia degli altri ma in realtà da soli.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 3

Sembra che i giovani ne siano consapevoli poiché **il 59% crede che starebbe meglio se i social scomparissero subito**. Anche se Facebook sostiene di promuovere la comunicazione e l'armonia la società non si è fatta più armoniosa. Anzi, **è degenerata in rissa**. E la colpa, a detta di molti, è proprio dei social media. A Facebook, in particolare, si rimprovera di favorire cyberbullismo, gogne mediatiche, propagazione di odio e menzogna, sorveglianza indebita dei cittadini, la polarizzazione dell'elettorato e monopolizzazione della distribuzione delle informazioni.

Superbloom Le tecnologie di connessione ci separano? N. Carr

LEZIONE III La solitudine tecnologica 4

Per uscire da questa situazione Bauman suggerisce la “**risolidificazione**”, un rimedio etico. Occorre costruire legami solidi in un mondo che procede verso la liquidità fino a corrodere i legami familiari. Urge a) **staccare la connessione per sostituirla con i legami. Dobbiamo essere consapevoli quando trattiamo le persone come “connessioni”** (oggetti di consumo da usare e gettare) e quando invece stiamo costruendo un “legame” (un impegno reciproco). Dobbiamo resistere alla tentazione della “disconnessione facile” (il ghosting, l'abbandono di un progetto al primo ostacolo, il silenzio su *WhatsApp*).

LEZIONE III La solitudine tecnologica 5

È necessario recuperare il dialogare dato che il legame si basa sul dialogo. Il dialogo, per Bauman, è l'unica salvezza. Ma avverte che il vero dialogo non ha nulla a che fare con le nostre "bolle" sui social media. Il vero dialogo non è parlare con gente che la pensa come noi, e non dà effetti immediati, perché è pazienza, perseveranza, profondità. Il dialogo socratico. La vera salvezza dalla solitudine liquida è assumersi la responsabilità per l'Altro.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 6

Significa riuscire a vedere la persona reale dietro *Zoom*, il profilo curato o l'avatar. Il “Volto” dell'altro è ciò che ci chiama a rispondere, ci impone un limite etico e ci costringe a uscire dal nostro narcisismo “liquido”. La tecnologia ci ha privati della capacità di stare insieme. Abbiamo costruito un mondo connesso, ma non relazionale; istantaneo, ma non intimo; popolato da profili, ma povero di persone.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 7

La “Solitudine Liquida” è la malattia morale e affettiva del nostro tempo, un disturbo collettivo che ci attanaglia anche quando ci sembra di esserne immuni.

La Solitudine Liquida è il prodotto di una società che ha sostituito la parola “insieme” con “connessi”. Ma l'antidoto non è il rifiuto della connessione, bensì il suo riscatto. Connettersi, oggi, deve significare prendersi cura.

Negli ultimi anni anche le istituzioni stanno accorgendosi degli effetti isolanti delle nuove tecnologie.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 8

Recentemente la scuola danese che aveva iniziato ad usare la didattica informatizzata dal 2011, già dal 2024 la

Danimarca ha incominciato a fare macchina indietro tornando a libri, quaderni, penne, matite e gomme per cancellare. Il nuovo-vecchio sistema didattico impiegherà i computer soltanto sotto il controllo dei docenti e per compiti specifici, mentre —analogamente a quanto deciso dall'Australia.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 9

Molti studi evidenziano che il rapporto diretto con gli umani è imprescindibile poiché la relazione non è solo testuale ma investe il corpo e altri aspetti che solo cominciamo a comprendere. Al riguardo è opportuno leggere *La mente estesa* di Anne Murphy Paul 2021. Chiunque abbia mai partecipato a una lezione informatizzata ha dovuto sperimentare la “solitudine di gruppo”, cioè quella paradossale condizione di trovarsi insieme ad altre persone ma, realmente, solo con il proprio schermo.

LEZIONE III La solitudine tecnologica 10

Il ritorno a carta e penna incontrerà molti ostacoli dal momento che **la nostra società ci vuole chini su computer e smartphone per la semplice ragione che così possiamo lavorare sempre.** Non molti anni fa si lavorava solo in fabbrica e in ufficio. Con le nuove tecnologie possiamo lavorare anche a casa per tutto il tempo. Possiamo di fatto anche superare il limite delle 13 ore lavorative giornaliere introdotte in Grecia, che segnano un netto ritorno del lavoro ai secoli passati.

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani

Anziani e giovani sono più sensibili delle altre classi di età alla solitudine. Gli ultraottantenni e i giovani adulti ne soffrono in modo opprimente [*Il bello della solitudine* di R. Rauh Mind gennaio 2024 p.38]

Siamo animali ipersociali il cui bisogno degli altri cresce con l'età, mentre l'anziano nella nostra società iperproduttivistica non può sentirsi a proprio agio. Uscito dal processo produttivo è considerato come un costo e un peso per la società, specie se non è benestante.

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani 2

L'esperienza dell'anziano, un tempo tenuta in grande considerazione, ora è ignorata poiché si dice non serve a nulla in una società che brucia i tempi e dichiara di aver bisogno di giovani ultra flessibili, non di anziani che fatalmente hanno perduto la flessibilità di un tempo.

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani 3

Eppure molti anziani contribuiscono notevolmente al benessere sociale occupandosi dei nipoti, un'attività di enorme rilevanza anche se poco riconosciuta dalla nostra società che tende a trascurare tutte le attività di assistenza alla persona dato che sono scarsamente profittevoli e ad alta intensità di lavoro. I nonni provvedono a molte esigenze dei piccoli e li educano preparando il futuro più di altri soggetti sociali.

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani 4

Se i figli si allontanano per lavoro o non hanno figli gli anziani non possono occuparsi dei nipotini. Così tanti anziani restano soli, così soli che in Giappone numerose donne anziane scelgono la prigione per sfuggire al proprio isolamento sociale. Queste donne rubano e di proposito si fanno arrestare cosicché le autorità le portano in prigione. In prigione almeno non sono sole come nelle loro case. Trovano qualcuno con cui parlare e scambiare esperienze. La solitudine per molte persone è una condizione di tale sofferenza da far preferire la vita carceraria.

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani 5

La solitudine dei giovani adulti è presumibilmente imputabile alle difficoltà lavorative e agli elevati costi – specie affitti – connessi alla costituzione di nuovi nuclei familiari. Il fenomeno è particolarmente elevato in Italia dove 4 su 5 dai 20 ai 29 anni vivono con i genitori. Il numero scende a 2 su 3 nella fascia di età tra i 18 e i 34 anni, mentre scende al 44% nella fascia 25-34 anni. Una solitudine che si configura allora come sociale che si riverbera sull'esistenza dei soggetti coinvolti.

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani 6

Sempre più adolescenti lamentano assenza di ascolto e relazione emotiva da parte degli adulti prossimi, che spesso giudicano più che ascoltare. Così **uno su due (46%) ricorre all'IA per parlare delle proprie emozioni e, per uno su 10, questa pratica è una costante** [Associazione Nazionale Dipendenze Tecnologiche, GAP e Cyberbullismo (Di.Te.) insieme a Skuola.net, diffusa in occasione della 9ª Giornata Nazionale sulle Dipendenze Tecnologiche e Cyberbullismo.]

LEZIONE IV La solitudine di anziani e giovani 7

Si tratta di un fatto molto preoccupante innanzitutto perché le IA sono prive di emozioni e il loro non può essere ascolto, come invece è l'ascolto di un amico o di un confidente adulto. **Confidarsi con una IA è come confidarsi con un tostapane o con la lavatrice.** È chiaramente **una condizione di profonda alienazione, un effetto perverso della solitudine che evidentemente attanaglia in particolare gli adolescenti.**