

# Le Cybercarezze

Articolo a cura di Barbara Fabbroni

Tratto da **B. Fabbroni**, *La solitudine di un click. La trappola della rete*, EUR, Roma, 2006

## Introduzione

Il Cybernauta siede quasi immobile, disteso, con gli occhi messi a fuoco su uno schermo che emette luce, l'unica fonte luminosa in una stanza che altrimenti risulterebbe scura. Le palpebre si muovono e si chiudono leggermente mentre la mente converge sulle parole e sulle immagini che galleggiano davanti a lui. Sembra una pura situazione occasionale quella che si verifica davanti ai suoi occhi nello schermo del computer dove non avverte la differenza fra i suoi pensieri e quelle immagini, tra il mondo reale che lo circonda e il mondo virtuale che scorre davanti ai suoi occhi.

Stranamente la distinzione fra i mondi interni ed esterni sparisce, il tempo in sé si volatilizza, il Cybernauta immerso nel Cyberspazio perde il contenimento del mondo reale costruendo una gabbia tecnologica di nuovi significati informativi. Tutto si fonde in un reale perturbante che oltrepassa le regole della realtà convenzionale.

Come il maestro Zen, nella sua meditazione quotidiana, anche l'uomo Tecnologico si sente immerso dentro l'universo virtuale tanto da non distinguere più il reale dal mondo virtuale, tanto da non saper distinguere se è un uomo del pianeta terra che cerca una nuova forma di comunicazione informativa e relazionale nel Cybermondo, o un Cybernauta che dal pianeta terra si connette nello spazio Cybernetico per tornare a casa. Un po' come ET, che con il dito illuminato nella notte più buia della sua esistenza cerca di tornare a casa.

Così che il Cyberspazio appare come un'estensione della mente, come l'unico mezzo che permette di estendere tutte le sfaccettature della vita mentale che appartengono al lato Ombra, a quell'oceano sommerso dove navigare sembra impossibile a meno che non si immerga in un mondo Altro. Il Cyberspazio si trasforma in un mondo di sogno, diventa esso stesso un sogno, non diverso dal mondo che emerge quando nella vita reale affondiamo attraverso il sonno.

La psicologia da sempre ha valutato il sonno come un ottimo mezzo per lo sviluppo personale attraverso la conoscenza inconscia dei vissuti che emergono nel sogno. Se paradossalmente prendiamo lo spazio virtuale come il mezzo che può riflettere i contorni delle realtà coscienti e non coscienti che emergono anche nel sogno, allora potremmo conoscere qualcosa di più approfondito circa il significato del mondo reale del soggetto che ne fa uso, tanto più capirne le motivazioni che stanno alla base del bisogno di viverci in un mondo alternativo.

La domanda che sorge spontanea è se esiste un parallelo fra Cyberspazio e le condizioni alterate della coscienza, particolarmente le condizioni della mente che emergono nei sogni e che esprimono quei bisogni difficilmente portati consapevolmente alla coscienza perché bloccati da ingiunzioni o messaggi conflittuali?

Questo aspetto è facilmente rintracciabile in Internet, particolarmente nei MUD, nelle Community, e nelle Chat Rooms, che rappresentano mondi virtuali dall'aspetto onirico. Sappiamo che il sogno è quel processo primario che rimanda ad un tipico modo di pensare primordiale e magico che rinvia solitamente ad un aspetto inconscio legato a rimossi dolorosi o non soddisfacenti.

Nei sogni, le regole convenzionali di spazio non vengono applicate, le limitazioni di gravità e la fisica giornaliere spariscono. Uno può galleggiare, rimbalzare, volare, immergersi in un vissuto particolare che appartiene ad un vissuto personale inconscio, che parla di Sé, di quel Sé che appartiene alla natura stessa dell'individuo, legato ai suoi bisogni primari di soddisfacimento e riconoscimento. Così come nel sogno anche nel Cyberspazio l'internauta può oltrepassare le leggi dello spazio e della fisica, basta solo l'uso di un tasto e si entra in mondi virtuali immaginari, basta un click per abbattere quella barriera virtuale che tiene Off Line per sentirsi catapultati in un vortice infinito dove si perde il confine, dove viene illusoriamente nutrita quella *fame di carezze* (1) non ancora soddisfatta.

Però i Cybernauti non possono generare qualcosa da niente, come i sogni che non emergerebbero e non si strutturerebbero se alla base ci fosse solo il niente, infatti, è grazie al mondo inconscio e sommerso dell'internauta che si esprime nel luogo non luogo onirico del Cybermondo da cui riemergono le emozioni rimosse e soffocate. La caratteristica spontanea di creare nei sogni può essere un derivato di come l'individuo generalmente sperimenta il suo lato inconscio attraverso la nuova comunicazione tecnologica. Tanto che ogni volta che l'inconscio si manifesta, come nell'ispirazione creativa o nelle esperienze psicotiche, i relativi simboli e le sensazioni emozionali che emergono, sorprendono il soggetto sognante, come se fossero balzate dalla testa di Zeus.

Ricordiamoci che i Miti classici, essendo veicoli per esprimere i modelli universali di pensiero inconscio, sono riempiti di esempi della generazione spontanea che crea significati attraverso l'uso di narrazioni. Come la capacità di oltrepassare lo spazio e la gravità è possibile nel sogno così lo si sperimenta anche nel Cyberspazio tanto da originare una immagine di onnipotenza che lega e crea una sottile linea di dipendenza che non è facile rompere. Sappiamo che nell'inconscio il tempo è irrilevante, così come lo spazio è percepito in modo dilatato e senza confini, nonostante questo però, le esperienze del passato sono rimaste vivide come nell'attimo che sono accadute. In quanto, quell'esperienza X, legata ad un dato vissuto, è fissata all'interno di un processo mnestico riattivabile attraverso un piccolo input emozionale che permetta la medesima sensazione percettiva di quell'Allora. Infatti, è per questo motivo che quel momento X rimane per sempre scritto dentro ogni essere umano per tutto il tempo della sua vita.

Comunque, anche se il sogno può trasportare e mescolare il passato, il presente e le aspettative circa il futuro, quella percezione emotiva non cambia, resta fissata in modo intangibile. In quanto, il tempo è un procedere lineare non ha dei momenti statici, è flessibile può essere

maneggiato allo scopo di esprimere il significato psicologico. Anche nel Cyberspazio, come ho argomentato, la struttura di tempo è sospesa, mescolata con le strutture di tempo della gente e, a volte, persino negata o confusa con il reale tanto da perderne i confini. Tuttavia, nel sogno, anche se esso può essere vissuto come incubo, la mente rimane attiva così come nel Cyberspace la mente rimane sempre costantemente vigile e funzionale, costruttiva e creativa, alla ricerca di un significato informativo soddisfacente. Per capire cosa accade all'interno del Cybermondo e perché questo immenso oceanico mezzo incanta e intrappola molti naviganti vorrei, porre attenzione ad un aspetto che ritengo essere un cardine fondamentale nella struttura di fondo di questi soggetti che creano un nutrimento al fine di esistere: le Cybercarezze

### **Le Cybercarezze, un nuovo modo di darsi riconoscimento**

La psicoterapia del XXI° secolo ha a che fare con 2 processi paralleli.

Da un lato le persone cercano di allontanarsi e proteggersi dal cinismo, dalle malattie, dalla povertà, dall'inquinamento presenti nel loro ambiente di vita, dall'altro lato cercano contatti sociali e divertimenti, attraverso i media elettronici, Internet e il Cyberspazio, poiché essi danno alle persone la possibilità di contatto sociale e di riferimento di informazioni, pur rimanendo in un ambiente sicuro, sotto controllo come può essere il comodo salotto di casa. Il rischio, come già è stato argomentato nei precedenti capitoli, è la perdita del contatto umano, inteso come contatto di *Pelle* fisico, e quindi di conseguenza anche la perdita di alcune capacità interpersonali di comunicazione. Infatti, nella società di oggi, digitale e reale sono ormai totalmente compenetrati da non poter essere più distinti, formano un corpo ibrido, unico, nelle cose come nelle persone. E' innegabile che ci troviamo in una situazione di forte cambiamento, infatti, se per Berne(2) gli stimoli rappresentano un bisogno vitale per l'uomo attualmente ci troviamo di fronte ad una nuova fame, quella del bisogno di informazione (3). Ed è proprio all'interno di quel significato che ruota la patologia della New Addiction.

Steiner (4) sostiene che sia la fame di stimoli che quella di struttura trovano un'ulteriore elaborazione nella fame esistenziale attraverso la ricerca del significato: il significato, come è stato argomentato nei capitoli precedenti, è alla base di qualsiasi agito legato al bisogno di dare e ricevere informazione, e messo in atto attraverso una sequenza transazionale. Ogni sequenza transazionale ha tre livelli di pagamento motivazionale:

- *Biologico*, attraverso una stimolazione legata ad uno stimolo che mette in atto una risposta
- *Sociale*, legata all'ambiente di appartenenza che fonda la struttura dell'individuo
- *Esistenziale*, legata al significato che viene attribuito alla vita e soprattutto al riconoscimento che l'Altro fa dell'individuo attraverso una capacità relazionale soddisfacente

Quello che da sempre ricercano gli essere umani e da cui sono motivati è la ricerca di significato per mezzo dell'informazione, che può essere recepita da più parti e ha vari significati legati all'agente informativo. Se un tempo l'informazione era legata a racconti epici, ai miti o alle narrazioni dei cantastorie, dei giullari, dei teatranti o dei commediografi, attraverso i quali l'individuo cercava di dare un significato alle domande che si poneva, o nel caso di un bambino sano, nei suoi primi anni di vita, l'informazione è legata all'*holding* e al *maternage genitoriale*, che strutturano in lui il significato legato agli oggetti primari di riferimento, attuando il riconoscimento e il permesso di esistere. Oggi, essendosi modificati i mezzi comunicativi, il significato viene ricercato attraverso un nuovo tipo di comunicazione, che come tale dà soddisfacimento ad una richiesta ma al tempo stesso satura subito le domande attraverso risposte che rimandano a molteplici significati, tanto da non delimitarne i confini. Per cui, nonostante il soddisfacimento ricevuto, si innesca il meccanismo dell'*Ancora*, sottolineato da Lacan (5), che rimanda ad una ricerca dipendente perché la risposta non è stata soddisfacente ma solo saturativa, ovvero mancante di quel riconoscimento che permette di esistere, riconoscimento che rimanda ai primi istanti di vita e all'incontro informante e riconoscitivo dei genitori e dell'ambiente.

Per dirla come R. Erskine, oltre alla fame di stimoli e di struttura abbiamo la fame di relazione. E' la relazione che forma l'individuo nella reciprocità del rapporto e che lo cura. Ma la relazione è appunto reciprocità e accanto al bisogno di essere amati e riconosciuti vi è quello di amare e riconoscere per giungere all'autoriconoscimento con una adeguata percezione di Sé. Se la comunicazione è fatta da una serie di transazioni che vanno solo a saturare l'individuo non si sentirà nutrito in senso sano ma nevroticamente appagato. E' l'urgenza di dare una risposta o ricevere la risposta che satura la comunicazione, e solitamente come nel nutrimento tipico, ad esempio, della bulimia che mangia nel tentativo compulsivo di sentirsi nutrita e non sentire dentro la mancanza del nutrimento affettivo emotivo.

Nel nostro secolo sembra opportuno parlare di fame d'informazione (6) considerando ciò che l'internauta ricerca come mezzo per trovare un soddisfacimento nutritivo, come nutrimento sostitutivo o come nuova forma di nutrirsi. L'uomo ha sempre cercato nella conoscenza l'appagamento delle angosce di morte che propone la vita ma è ancora sano il modo come attualmente cerchiamo soddisfazione di questo bisogno?

Steiner (7) osserva come la propaganda utilizzata dalle società moderne per veicolare le informazioni negli individui diventa una sorta di mezzo spazzatura che apre le porte ad una dipendenza da informazioni, tanto che, se l'uomo ne risulta mancante, mette in moto un agito attraverso il quale le ricerca o tanto più se le inventa. Questo Altro informativo non è che quello che accade nel Cybermondo, l'internauta se mancante di informazioni derivanti da E-Mail, Chat room o Community, cerca in modo compulsivo di connettersi con l'Altro al fine di soddisfare la *fame di informazione* che soddisfa apparentemente i suoi bisogni.

L'informazione spazzatura sembra essere la nuova forma sociale di *carezze negative*, l'individuo rifiutando le carezze positive sane, accetta e ricerca la male informazione e la disinformazione, buttandosi in un surrogato di spazzatura Cyber relazionale, preferendola a quella sana e vera, al fine di sentirsi riconosciuto e identificato di fronte ad un Altro da Sé, che lo definisce all'interno di un personaggio da lui creato. L'informazione o la comunicazione spazzatura non è altro che la versione *tossica* dell'informazione, (proprio come le carezze negative, anche se prevencono la morte cerebrale che avverrebbe in totale assenza) che disorganizza e distrugge la vita psichica ed emotiva, tanto da crearne una dipendenza che sembra riallacciarsi alla visione dualistica di Platone che traccia un confine tra corpo e mente, che viene traslata nel campo della tecnologia e sembra aderire al digitale molto meglio di quanto abbia mai fatto con l'uomo ed il suo invisibile corpo. Questo avviene, in quanto, l'informazione comunicativa spazzatura, come ho detto, ha un effetto *tossico* e come tale crea un ambiente in cui la sua assenza ne produce una astinenza distruttiva creando una coazione a ripetere che viene dettata dalla continua esigenza di farne uso, riplasmando come il burattinaio il qui ed ora in un vortice scisso tra anima e corpo.

Da un lato il corpo perde spessore e peso tanto da abbandonare per la strada la percezione dei bisogni, diminuisce lo stimolo della fame, sete, stanchezza e sonno. A questa anestesia corrisponde una iperestesia delle sensazioni e una ipertrofia apparente dei processi di pensiero, il rapporto con lo spazio diventa puntiforme, con un solo pezzo di realtà che invade completamente la coscienza. Il tempo si spazializza in misura esasperata, riducendosi a serie di istanti. L'isolamento, la privazione sensoriale, la costrizione corporea, l'offerta di microallucinazioni, la mobilitazione di fantasmagorie dell'inconscio individuale e collettivo, lo sconfinamento dell'Io nell'oggetto, l'alternanza sapiente di angoscia e onnipotenza, depressione e maniacalità crea un organizzazione di trance temporanea con la conseguente organizzazione di una possessione del mezzo Internet.

Entrare in un mondo digitale vuol dire quindi abbandonare il proprio corpo e percepire il tempo in maniera diversa come avviene in tante pratiche mistiche. Ma vuol dire anche trasformare la propria identità in pura informazione. E l'informazione la si può manipolare a piacimento.

E' come il burattinaio che muove i fili del burattino cambiando così i ricordi e il passato a secondo di ciò che crea nel qui ed ora, cancellando i dati dell'Allora e inserendone di nuovi fino a costruire un'immagine di lui differente. Quello che emerge spontaneo e porta a riflettere si lega a quella considerazione in cui anche se la tecnologia ha aperto la strada a nuove e sofisticate forme comunicative, tuttavia conserva ancora alla base una forma classica di comunicazione che si rifà alle concettualizzazioni paradigmatiche di ciò che realmente è l'uomo. Il burattinaio cambiando corpo all'Altro da lui mantiene invariato il bisogno che sta alla base della sua ricerca di senso e significato, al suo bisogno di esistere come essere unico. Infatti, anche se l'era odierna è soffocata da infiniti cambiamenti la struttura dell'uomo è pur sempre legata ad antichi bisogni che possono modificarsi nei termini ma non nel significato che ne sta alla base e risultano essere fondamentali

per vivere. Se questi bisogni non sono soddisfatti in maniera soddisfacente l'individuo per sua natura ricerca un surrogato al fine di ottenere ciò che per lui è vitale e all'interno di questa ricerca di senso significativa e soddisfacente si è insinuato il mezzo Internet come mezzo Altro che permette un'apparente appagante sensazione di nutrimento.

La Cybercarezza diventa ciò che non permette all'individuo di sentire la carenza di *carezze* o di percepire l'aridità dell'ambiente in cui vive, tanto da promuovere in lui un soddisfacimento funzionale. Questo mezzo Altro, rappresentato da Internet, non è che un riciclaggio di *carezze* (8), attraverso cui il soggetto attua un agito di sopravvivenza emotiva. Infatti, attraverso l'uso delle possibilità offerte dal Cyberspazio il Cybernauta:

- *Si assicura il Permesso Genitoriale per riciclare carezze*
- *Assicura l'accettazione della carezza che proviene dagli altri internauti che rappresentano il G, l'A e il B*
- *Registra le carezze che gli giungono dai naviganti come un riconoscimento, anche se negativo, ma che tuttavia aumentano l'incisività della carezza*
- *Materializza le carezze Cyberneutiche per un uso futuro*
- *Ricicla carezze con persone con cui lui si sente finalmente OK*

Una tale visione permette di comprendere il perché Internet abbia acquisito in così breve tempo un'importanza stravolgente all'interno delle relazioni umane. Infatti, il *bisogno di carezze* e il godimento della vita sono la motivazione fondamentale per la sopravvivenza umana che permangono dalla nascita fino alla morte. Il bisogno di essere stimolato da informazioni, di avere un contatto relazionale risulta essere necessario per la vita stessa e l'individuo deve garantirsi una quantità per sopravvivere. Se questo non è possibile l'individuo trova alternative funzionali al suo bisogno al fine di preservare la vita, in questo Internet rappresenta un aspetto di nutrimento a quella *fame di stimoli*, contatto, relazione che è alla base della vita stessa dell'uomo, al punto che è sufficiente un piccolo riconoscimento virtualizzata perché l'internauta si senta soddisfatto e nutrito.

Alla luce di tutto questo e considerando il crescente aumento delle patologie legate alla dipendenza è possibile sostenere che la società sia composta per la maggioranza da persone che vivono in una costante penuria di *carezze* e che esse siano perennemente alla ricerca, pur di sopravvivere, di carezze negative o di sostituti carezzanti come può essere il Cybermondo.

## Riassunto

La comunicazione nella cultura del mondo dell'informazione si pone oggi con ambigue modalità di sfida o di opportunità che chiamano in gioco l'irriducibilità del singolo e l'onnipotenza clonante della tecnica. Attraverso il Cybermondo, l'internauta può spingersi nell'emulazione del mondo reale fino modificarlo, a trasformarlo, per piacere, per gioco, per lavoro, per bisogno, per mancanza di carezze, in una realtà immaginata ma paradossalmente significativa eificante per il suo reale. Questo nuovo spazio crea un ponte tra il Sé ed i bisogni dell'individuo, demolisce le barriere della realtà usuale e consente agli appartenenti a queste comunità virtuale di iniziare a stabilire contatti con persone del tutto estranee ma egualmente simili a loro perché portatrici dello stesso bisogno di riconoscimento. Si configura un nuovo spazio per ex-sistere, per esserci, al di là della presenza fisica, in questo serbatoio senza fine di emozioni l'internauta può attingere senza limite, anche se mancante della corporeità, dello sguardo, della carezza tattile, che crea un con-tatto significativo e trasmutante. Le Cyber carezze rappresentano dunque quel bisogno relazionale mancante nel reale ma possibile nel mondo Altro, in quel luogo-relazione che conduce ad un Altr-ove in cui la possibilità di esserci si fa reale.

## Note:

- 1) **Berne E.**, (1961), Transactional Analysis a systematic individual and social psychiatry, Grove Press, New York, (trad. it., *Analisi transazionale e psicoterapia. Un sistema di psichiatria sociale e individuale*, Astrolabio, Roma, 1971)
- 2) **Berne E.**, (1961), Transactional Analysis a systematic individual and social psychiatry, Grove Press, New York, (trad. it., *Analisi transazionale e psicoterapia. Un sistema di psichiatria sociale e individuale*, Astrolabio, Roma, 1971)
- 3) **Steiner C.**, Cyber psychology: love, power and redemption in the age of information machines, abstract in [www.claudesteiner.com](http://www.claudesteiner.com)
- 4) **Steiner C.**, Cyber psychology: love, power and redemption in the age of information machines, abstract in [www.claudesteiner.com](http://www.claudesteiner.com)
- 5) **Lacan J.**, (1972-73), Le Sèminair, Livre XX, Encore, Edition du Seuil, Paris, (trad.it. Il Seminario. Libro XX, Ancora, Einaudi, Torino, 1982)
- 6) **Steiner C.**, Cyber psychology: love, power and redemption in the age of information machines, abstract in [www.claudesteiner.com](http://www.claudesteiner.com)
- 7) **Steiner C.**, Cyber psychology: love, power and redemption in the age of information machines, abstract in [www.claudesteiner.com](http://www.claudesteiner.com)
- 8) **Getty R. E.**, Riciclare carezze: un procedimento terapeutico per promuovere la salute, Rivista Neopsiche, AT, III, N°5, 1983

## Bibliografia

- Berne E.**, (1964), *Games people play*, Grove Press, New York, (trad. it., *A che gioco giochiamo*, Bompiani, Milano, 1967)
- Berne E.**, (1961), *Transactional Analysis a systematic individual and social psychiatry*, Grove Press, New York, (trad. it., *Analisi transazionale e psicoterapia. Un sistema di psichiatria sociale e individuale*, Astrolabio, Roma, 1971)
- Berne E.**, (1964), *What do you say after you say hello?*, Grove Press, New York, (trad. it., *Ciao!...E poi? La psicologia del destino umano*, Bompiani, Milano, 1979)
- Demetrio D.**, *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Raffaello Cortina, Milano, 1995
- Erskine, R. G.**, (1997a). *The ABC's of effective psycho therapy*. In R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, San Francisco: TA Press. (Original work published 1975)
- Erskine, R. G.**, (1997b). *Script cure: Behavioral, intra psychic, and physiological*. In R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, San Francisco: TA Press. (Original work published 1980)
- Erskine, R. G.**, (1997c). *Shame and self-righteousness: Transactional analysis perspectives and clinical interventions*. Istituto In R. Analisi G. Erskine, *Transazionale Theories Integrativa and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, San Francisco: TA Press. (Original work published 1994)
- Erskine, R. G.**, (1997d). *The therapeutic relationship: Integrating motivation and personality theories*. In R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, San Francisco: TA Press. (Original work published 1995).
- Erskine, R. G.**, (1997e). *Transference and transactions: A critique from an intrapsychic and integrative perspective*. In R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, San Francisco: TA Press. (Original work published 1991)
- Erskine & Moursund**, *Integrative Psychotherapy in Action*, SAGE Pub. Inc. California, 1988
- Erskine, R. G., Moursund, J. P., & Trautmann, R. L.**, *Beyond empathy: A theory of contact-in-relationship*. Philadelphia: Brunner/Mazel, 1999
- Erskine, R. G., & Trautmann, R. L.**, (1997a). *Methods of an integrative psychotherapy*. In R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, San Francisco: TA Press. (Original work published 1996)
- Fabbroni B.**, *Anoressia bulimia: una strategia per esistere*, Alberti & C. Editori, 2005
- Fabbroni B.**, *La solitudine in un click. La trappola della rete*, EUR, Roma, 2006
- Fabbroni B.**, *Io Ho Paura. Diari di vita*, EUR, Roma, 2007
- Getty R. E.**, *Riciclare carezze: un procedimento terapeutico per promuovere la salute*, Rivista Neopsiche, AT, III, N°5, 1983
- Heidegger M.**, (1927), *Sein und Zeit*, Tubinger, Niemeyer, (trad. It., *Essere e tempo*. Longanesi, Milano, 1976)
- Lacan J.**, (1949), *Le stade du miroir comme Formateur de la fonction du Je*, Seuil, Paris, (trad. it., *Lo stadio dello specchio come formatore della funzione dell'io*, in *Scritti*, Einaudi, Torino, vol. I, 1974)
- Lacan J.**, (1972-73), *Le Sèminair, Livre XX, Encore*, Edition du Seuil, Paris, (trad.it. *Il Seminario. Libro XX, Ancora*, Einaudi, Torino, 1982)
- Steiner C.**, *Cyber psychology: love, power and redemption in the age of information machines*, abstract in [www.claudesteiner.com](http://www.claudesteiner.com)