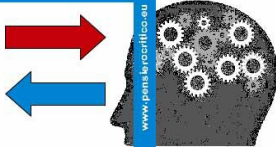


Se siamo mentalmente sani, non siamo mai soli, perchè nella personalità di un individuo maturo c'è sempre la presenza di qualcuno, inconsciamente assimilato alla madre di cui ha fruito quando era bambino

L'incidenza della solitudine dell'essere umano nell'era della comunicazione è in forte aumento. Alcune statistiche citate dal neurofisiologo e psicologo Aric Sigman mostrano che nel Regno Unito il tempo trascorso ogni giorno con altre persone (fisicamente presenti) è sceso da sei ore, nel 1987, a circa due ore e mezza nel 2007. Nel commentare tali dati lo psicoanalista Luigi Zoja, nel libro "Psiche", scrive: *"Dobbiamo quindi concludere che nel Regno Unito - Paese abbastanza rappresentativo delle tendenze in atto fra quelli occidentali moderni - durante l'ultimo passaggio di secolo è avvenuto qualcosa di irripetibile: un cambiamento nella quantità delle relazioni tra le persone che si riflette radicalmente sul rapporto tra la psiche del singolo e il mondo che lo circonda. [...] Dal momento che il computer serve anche a comunicare, la diminuzione dei rapporti si rivela meno drammatica: essi passano, però, attraverso la tecnologia, non più attraverso quella presenza che si chiamava in ogni senso "il prossimo". Le conseguenze sono a loro volta senza precedenti sia per il nostro sistema nervoso, che patisce una privazione sensoriale a cui non è affatto preparato, sia per la nostra morale ebraico-cristiana, che per compiere il bene e il male presuppone appunto la prossimità. Gli uomini intorno a noi, da sempre oggetto della nostra attività psichica, si sono di colpo rarefatti. Anche quando la comunicazione con gli altri può continuare, non è più "calda" ma "fredda". E' mediata da schermi dove un volto non è più pelle e calore, ma insieme di pixel; e dove le voci non sono prodotte da corde vocali ma da sofisticate tecnologie. Un compito futuro delle neuroscienze sarà lo*



studio delle conseguenze che comporta la presenza virtuale anzichè fisica del prossimo." Varie ricerche mediche condotte su un totale di 308849 individui seguiti per 7,5 anni arrivando alla conclusione che persone con adeguate relazioni sociali hanno una sopravvivenza del 50% maggiore rispetto a coloro che hanno poche o insufficienti relazioni. L'entità di tale risultato è comparabile con l'effetto dello smettere di fumare ed eccede molti ben noti fattori di rischio (es: obesità, inattività fisica). La psicoanalisi sostiene che la solitudine diventa possibile solo quando l'individuo si è già strutturato come unità, cioè quando è diventato possibile un "*mondo interno*" nella mente del soggetto. Secondo lo psicoanalista Donald Winnicott, la "*capacità di essere solo*" è un'essenziale conquista emotiva che (quasi) ogni bambino fa durante la sua infanzia. Tale conquista dipende dalla percezione del bambino di trovarsi all'interno di un ambiente che lo protegge. Per Winnicott la capacità di essere solo è qualcosa di più che sopportare la solitudine; infatti la solitudine è ciò che permette al bambino (e poi all'adulto che sarà) di scoprire la propria vita personale e di prepararsi ad accedere alla realtà del mondo esterno. Winnicott ci dice che noi, se siamo mentalmente sani, non siamo mai soli, perchè nella personalità di un individuo maturo c'è sempre la presenza di qualcuno, inconsciamente assimilato alla madre di cui ha fruito quando era bambino. Erich Fromm, nel libro "Fuga dalla libertà", ha descritto l'uomo moderno come un individuo con due volti: da un lato indipendente, autosufficiente e critico, dall'altro isolato e impaurito. Il sentimento di isolamento e impotenza è spaventoso e le persone normali lo stemperano nella routine quotidiana, nel successo economico, nelle distrazioni mondane mentre i cosiddetti nevrotici lo trascendono nell'arte, nella scrittura, nella musica. Dovendo affrontare da solo Dio (o il Mercato) l'uomo cerca la salvezza in una nuova sottomissione. Le principali vie di fuga sono due: o la sottomissione a un capo (un "protettore magico"), come è avvenuto nei fascismi (passati e presenti), o un conformismo ossessivo, come avviene



nelle democrazie (più o meno mature). Concludendo si può dire che vi è una profonda differenza tra solitudine e isolamento: mentre la solitudine sembra essere una risorsa fondamentale per l'individuo che ha imparato ad usarla per favorire le sue esperienze nel mondo, l'isolamento sembra una condizione che gli individui cercano di evitare anche a spese della loro individualità.