



Che cosa c'è dietro l'invio di una fotografia intima

Intervista a **Michela Bernasconi-Pilati**, psicologa e psicoterapeuta

Di tanto in tanto si diffondono voci, nelle scuole, su fotografie intime inviate da ragazze a ragazzi: immagini del proprio corpo consegnate come un regalo prezioso o come un invito allo sguardo. È una realtà sommersa, che appartiene alla fase adolescenziale, di cui non si parla apertamente per proteggere le persone implicate, ma che preoccupa e interroga gli adulti.

Abbiamo posto alcune domande alla psicologa e psicoterapeuta Michela Bernasconi-Pilati, specialista per l'età evolutiva.

Quando si parla di uso consapevole dei media e delle tecnologie, si è portati a pensare che essere consapevoli significa essere informati dei rischi a cui si va incontro compiendo una determinata azione: “so bene che se invio a qualcuno una mia fotografia che io considero strettamente privata, qualcuno potrebbe magari farne un uso che mi danneggia e che mi ferisce”.

È dunque sufficiente essere coscienti dei rischi?

Sapere non è sinonimo di essere consapevoli.

Il sapere appartiene all'intelletto, alla ragione, mentre la consapevolezza è la combinazione tra mente e coscienza, tra il pensiero e le altre parti della persona.

La consapevolezza può manifestarsi con varie gradazioni di profondità e ampiezza: quella più evoluta è quella che ci permette di riconoscere meccanismi personali inconsci in vari ambiti della nostra realtà. Globalmente si può considerare che la consapevolezza favorisce un'armonizzazione della persona in tutto il suo essere con il suo vivere quotidiano.

È una condizione che si costruisce in maniera originale per ognuno di noi, conformemente alle nostre specificità.

In questa condizione di autenticità, la consapevolezza ci aiuta a orientarci, a scegliere, a valutare i rischi, a farci sentire sicuri; non ci limita, non ci offende, non ci opprime.

Nello specifico della domanda, direi che essere coscienti dei rischi è un primo passo verso la consapevolezza, in un percorso che deve però prevedere anche la valutazione delle conseguenze di una certa azione sia sul piano pratico sia su quello emotivo, per sé e per l'altro, ora e dopo; e ancora in questo percorso si deve sapere che la riparazione è possibile e necessaria.

Scegliere vuol dire anche potersi assumere delle responsabilità.

In età adulta senza troppi intoppi evolutivi e di personalità si può arrivare a essere soddisfacentemente consapevoli; in adolescenza il discorso è un po' diverso perché la presa di rischi è un elemento costruttivo dello sviluppo naturale. Ma è sicuramente nell'età evolutiva che si può iniziare a sviluppare la consapevolezza.

La fiducia è un elemento fondamentale nei rapporti con gli altri. Se venisse a mancare nelle relazioni significative, non ci sarebbe scambio autentico né crescita. Eppure quando si ha a che fare con i media, si invitano i ragazzi a non fidarsi di nessuno,

a non inviare nemmeno a un'amica né a un "partner" qualcosa di strettamente personale. Come dare coerenza a un discorso educativo che vuole proteggere e allo stesso tempo coltivare il valore della fiducia?

Concordo: la fiducia è un motore positivo di avvicinamento e di interazione, quindi fondamentale nella società umana.

Gli adulti, coscienti dei limiti naturali degli adolescenti nel valutare la realtà nella sua complessità e coscienti dei pericoli in cui si possono imbattere, tendono a proteggerli cercando di illuminare la parte non accessibile ai giovani. Non penso che sia sbagliato metterli in guardia, bisognerebbe però fare un passo ulteriore ed essere coerenti e rispettosi nell'affrontare delle situazioni di cattivo uso della fiducia.

Non può esserci ambiguità nel condannare comportamenti che ledono una persona: capire le buone ragioni che possono aver spinto qualcuno al non rispetto (specialmente se giovane) non vuole dire giustificare un gesto fatto male e in modo sbagliato.

Un adulto consapevole aiuta da una parte l'autore di un errore a riparare, dall'altra sostiene la "vittima" affinché non si identifichi unicamente con l'immagine rinviata o con l'emozione negativa correlata. Il rischio di vedere la parte come il tutto è alto specialmente in età adolescenziale e può portare a rimesse in discussione profonde e devastanti senza rendere giustizia alla realtà. La modalità degli adulti di considerare la possibilità di sbagliare nella vita è dunque fondamentale per definire la connotazione dell'intervento: quando nell'avvicinarsi al giovane, si considera l'intoppo come parte costitutiva del crescere, anche il senso di vergogna e di non valore si attenua per lasciare spazio a un'integrazione costruttiva dell'esperienza, per quanto essa possa essere negativa; quando invece l'adulto considera l'intoppo come una rovina, il rischio di ferita evolutiva per la vittima o di reiterazione di errori per chi ha sbagliato è alto. La fiducia è la colorazione di una relazione che è in costante movimento: si misura attraverso le risposte di coinvolgimento dell'altro ed è in questo scambio nel tempo che si costruisce. Non è comunque attraverso un atteggiamento esageratamente preoccupato che si favorisce la protezione.

Una ragazza invia un'immagine molto privata di sé a un ragazzo che le piace: è il suo modo per dimostrarli quanto è importante, come se fosse un



Jenna Siripan Criblez
4° anno di grafica – CSIA

pegno d'amore che rafforza il loro legame, oppure è un modo per farsi sentire apprezzata. Anche se stanno insieme da poco, anche se il loro stare insieme non significa avere una relazione, o anche se non stanno nemmeno insieme, per la ragazza si tratta di un gesto che ha delle motivazioni forti, non una leggerezza che compie per incoscienza.

È una situazione che talvolta accade, con conseguenze difficili da gestire e da superare nel caso in cui l'immagine viene mostrata ad altri o viene diffusa e commentata nei social media.

Che cosa può fare la scuola e che cosa possono fare i genitori per aiutare le ragazze e i ragazzi a proteggersi da comportamenti del genere, che si rivelano lesivi per sé e per l'altro?

Il bisogno di accettazione è naturale e importante, specialmente da parte dei coetanei e da persone esterne al nucleo familiare. Se prima il rispecchiamento che aiutava a definirsi era nei genitori o negli adulti di riferi-

mento, ora la ricerca di altri è fondamentale per confermare, consolidare o demolire quanto costruito prima. “Dimmi come mi vedi e quindi come sono”. Una nuova immagine di sé vuole farsi largo.

Non solo si è affezionati alla persona che ci piace, ma anche all'investimento che nei suoi confronti abbiamo fatto: vedere che l'investimento era sbagliato vuol dire essere disposti a perdere e a considerarsi fallibili. Competenze queste non facili da valorizzare in età adolescenziale.

A questo si aggiunge la peculiarità dei ragazzi di vivere il qui e ora: sono dei veri esperti. Gli adolescenti non hanno bisogno di corsi meditativi per imparare l'*hic et nunc*. Risulta quindi difficile conciliare questa qualità con la capacità di anticipare conseguenze dei propri gesti a breve o lungo termine.

Per non parlare dell'intensità dei vissuti, del loro essere sempre su di giri, sia in positivo sia in negativo; le mezzesure raramente sono sperimentate.

Il desiderio e la ricerca di piacere all'altro per poter governare le scelte personali a volte mettono gli adolescenti in situazioni difficili, ma spesso è a fin di bene. Oltre a mettere i giovani in guardia, credo che la scuola e gli adulti in generale possano aiutarli ad arginare i danni, affinché non raggiungano le profondità della loro identità ma restino confinati a comportamenti discutibili, ai quali certamente fanno seguito delle conseguenze, ma non una rimessa in discussione totale della persona. È importante aiutare i ragazzi ad ampliare e variare il loro bacino di raccolta di informazioni e di rimandi della loro immagine, a leggere sotto varie angolature quanto esperito, a contrapporsi e confrontarsi con spirito critico ai messaggi più o meno espliciti del mondo mediatico, coinvolgendoli in maniera autentica in un confronto che a volte potrebbe prendere la piega di uno scontro, senza aver paura di uscirne sconfitti o feriti, ma cresciuti anche in qualità di adulti. Accettare la sfida di cambiare con loro e grazie a loro, e non solo osservare da lontano, con distacco, il cambiamento dei ragazzi, quasi non ci concernesse, li aiuta a sentirsi parte di un sistema, importanti perché motori di cambiamento, non solo di preoccupazione o disturbo. Credo che sia illusorio immaginarsi che i ragazzi non cadano, ma insegnar loro a cadere meglio e soprattutto a rialzarsi è qualcosa che si può e che si deve sempre tentare di fare.

In queste situazioni, l'attenzione non va rivolta solo alle ragazze, bensì anche ai ragazzi. Come affrontare questo tema in classe e come aiutare i ragazzi a capire quali sono le implicazioni di un tale gesto, soprattutto sul piano emotivo?

La premessa a quanto segue è che il mondo dei giovani non è diviso in vittime, aggressori e individui neutri. In situazioni e in momenti diversi, ognuno può sentirsi e incarnare una di queste modalità di viverci in relazione agli altri, a volte sentendosi contemporaneamente l'uno o l'altro. Ognuno a modo suo si destreggia per meglio trovare una sua collocazione all'interno della società. Sono invece spesso le connotazioni attribuite dagli adulti a incastrare i ragazzi in certi ruoli difficili poi da scardinare.

I ragazzi hanno un atteggiamento diverso dalle ragazze nell'affrontare la crescita: per loro la fisicità della persona e il confronto (la sfida) tra pari hanno un impatto molto più pregnante; accade già prima dell'adolescenza, ma in questo periodo la specificità è data an-

che da un interesse sessuale per l'altro/a. In effetti vi sono di regola modalità intrinseche all'essere maschio o femmina nell'affrontare i cambiamenti e le relazioni, pur considerando le variazioni personali che sono evidentemente innumerevoli e giuste. Se diventare adulti è anche riuscire a integrare le varie componenti della propria persona, armonizzando le parti maschili e femminili, l'adolescenza corrisponde a un laboratorio di conoscenza e sperimentazione; è dunque importante guidare adeguatamente i giovani a una consapevolezza del proprio essere.

Il bisogno di riconoscimento di cui si parlava sopra, nei ragazzi maschi valorizza in egual misura il rimando delle/dei potenziali partner e quello degli spettatori o pari; in contemporanea c'è la conquista e c'è la dimostrazione di aver conquistato. Detto in altri termini una conquista silenziosa vale meno.

Da qui spesso la condivisione con altri per mostrare le proprie abilità, il proprio valore.

Il soggetto si mette al centro dell'attenzione e 'l'oggetto di attrazione' finisce in secondo piano. Spesso il fine principale è quello di sentirsi forti, capaci e sicuri e non certo quello di denigrare o infierire su qualcuno. Questa semmai è una conseguenza non prevista, un effetto secondario indesiderato. Ne consegue la difficoltà dell'adulto di far leva sulla consapevolezza di determinati gesti.

Lo spavento del giovane, lo sgomento, l'incapacità di far marcia indietro su qualcosa che sembrava utile per se stesso e che lo ha esposto sono da intralcio a un'integrazione dell'esperienza.

Se questi sentimenti, a volte di difficile accesso anche per il ragazzo stesso, non sono adeguatamente interpretati e accolti dagli adulti, possono portare a una negazione del dolore causato (agli altri e a sé) e quindi a un'impossibilità di elaborazione con una conseguente difficoltà di dialogo autentico e riparatorio. Occuparsi di chi ha sbagliato permette pure di meglio occuparsi di chi ha subito un'azione dolorosa.

Anche in un'ottica di prevenzione, la promozione al dialogo tra coetanei, di sesso uguale e di sesso diverso, è quanto di più efficace possa esserci per aumentare la consapevolezza di questi fenomeni; il confronto nelle differenze, il potersi raccontare, il potersi ascoltare sono la base per un incontro sano e costruttivo affinché ognuno possa comprendere l'altro e trovare le buone strategie per interagire ma anche per rispettarsi e per proteggersi vicendevolmente.