

# Lo sviluppo del Sé nella generazione virtuale: potenzialità e limiti

Alessandro Bianchi  
Emilia Genta





Sé come un meraviglioso e  
dinamico **equilibrio** di  
rapporti tra processi  
psicobiologici



*Salute e  
benessere*

*Relazioni*

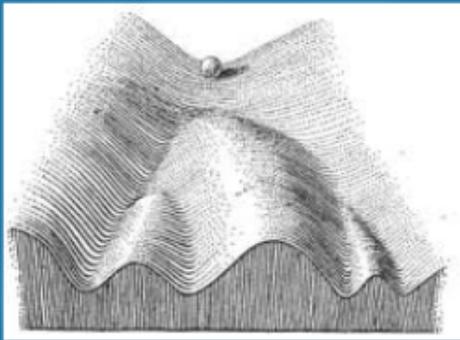
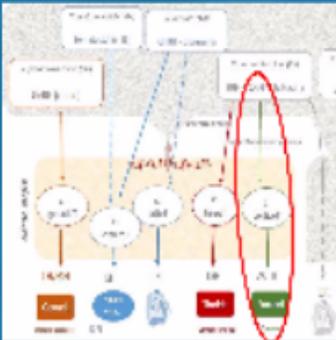
*Sé relazionale  
psicocorporeo*

# Prerequisito di salute e benessere

È l'equilibrio che permette di mettere in atto le tante strategie relazionali necessarie a soddisfare i *Bisogni di fondo*.

È un equilibrio psicocorporeo il cui assetto è tarato nelle esperienze relazionali:

- sia nella sua origine nella vita perinatale
- che nel prosieguo della vita
- Il lungo periodo di dipendenza del cucciolo umano serve proprio a far sì che il suo Sé impari a modularsi in modo plastico nelle varie evenienze della vita.
- Salute è la capacità plastica e allostatica del Sistema, di soddisfare i Bisogni di fondo INVARIANTI adattandosi a contesti diversi.



# In che modo le relazioni incidono sui rapporti tra i processi psicobiologici costituendo il Sé?

con il patrocinio di

REGIONE TOSCANA  
COMUNE DI FIRENZE

**"Psicologia perinatale e salutogenesi"**  
responsabilità personali e sociali nelle basi della vita.

**7 ottobre 2017**  
Sale di S. Apollonia, via San Gallo 25/A, Firenze

SIPNEI  
società italiana di psico-neuro-endocrinologia - immunopsicologia  
SEZIONE TOSCANA

**Percezione del sé e salute**  
Interocezione, consapevolezza corporea e coscienza.  
Teoria e pratica

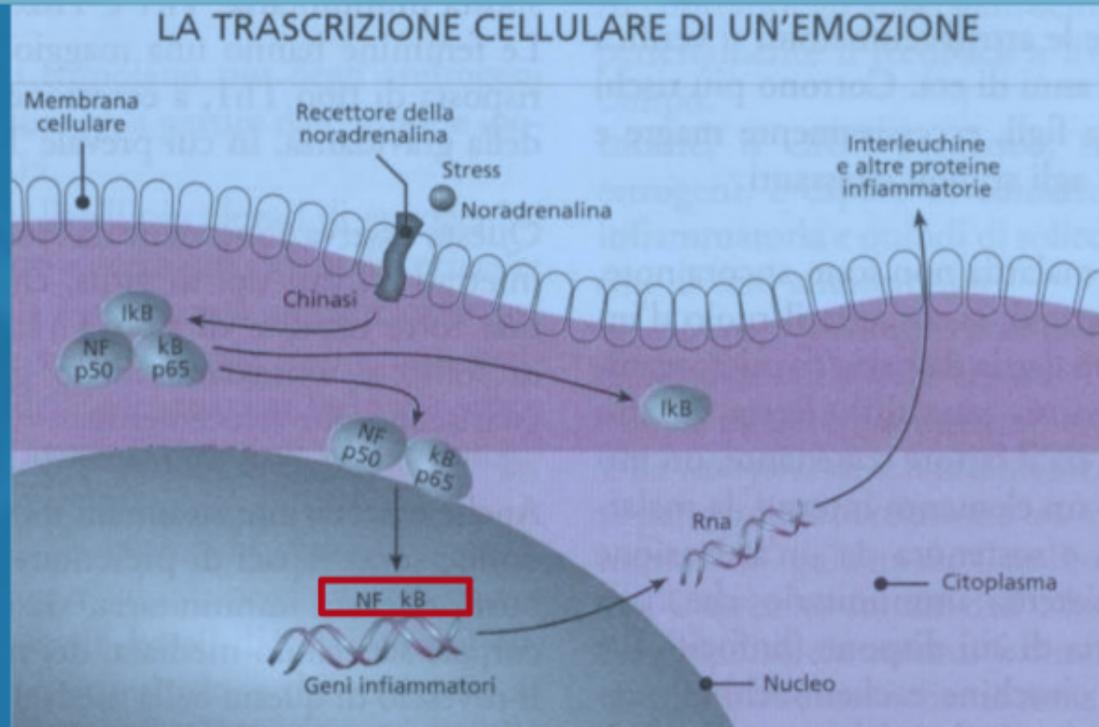
**Convegno Nazionale**  
Commissione di Ricerca sulle Discipline Corporee della SIPNEI (DisCoPNEI)

**Sabato 25 novembre 2017**  
NH Congress Centre, Strada 2a  
20090 Assago (MI)

In base all'accreditamento ECM per le professioni sanitarie

SIPNEI  
società italiana di psico-neuro-endocrinologia - immunopsicologia

# Il Sé in modo sempre più evidente è un Sistema Integrato relazionale e psicocorporeo



Bottaccioli, 2005, p. 329

22/42

# Lo sviluppo del Sé nella generazione virtuale: potenzialità e limiti

Alessandro Bianchi  
Emilia Genta



*Che impatto hanno  
le tecnologie digitali  
nello sviluppo del Sé?*

- Sia videogiochi
- Che piattaforme social

Parliamo qui delle **ricadute ordinarie**,  
lasciando ai margini le patologie conclamate:  
dipendenze da videogiochi, cyberbullismo ...



# Lo sviluppo del Sé nella generazione virtuale: potenzialità e limiti

Alessandro Bianchi  
Emilia Genta





*Anche i videogiochi, come tutte le esperienze dell'infanzia, si collocano all'interno di un **panorama relazionale***



Panorama  
relazionale

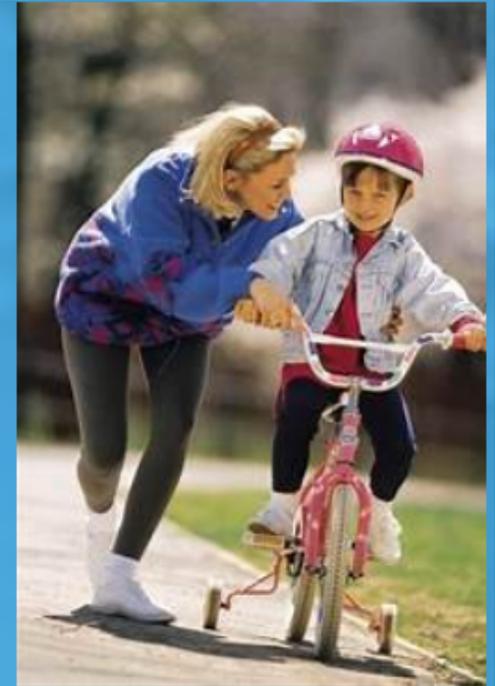
Caratteristiche  
e rischi

Domande  
aperte

Regole

# *Panorama relazionale*

In età evolutiva: sono i genitori che comprano i videogiochi, ne regolamentano (o dovrebbero) l'uso come sono gli adulti a comprare il triciclo (e poi la prima bicicletta), ne insegnano l'uso e aiutano e controllano.



I videogiochi sono inoltre in un panorama relazionale anche poiché molti di essi sono utilizzati, in preadolescenza e dopo, in gruppi online.

Lasciarlo solo con i videogiochi è come lasciarlo solo nelle altre esperienze di apprendimento (scuola, vestirsi, gestire il tempo, fare amicizie, andare al giardino pubblico ... gestire le emozioni e le relazioni ...).



***L'assenza è terreno patogenetico perché il bambino necessita di guida. In tutti gli aspetti della vita.***



Lasciarlo solo con i videogiochi è come lasciarlo solo nelle altre esperienze di apprendimento (scuola, vestirsi, gestire il tempo, fare amicizie, andare al giardino pubblico ... gestire le emozioni e le relazioni ...).



*l'assenza è terreno patogenetico perché il bambino necessita di guida. In tutti gli aspetti della vita.*



**1° Regola: non lasciare solo il bambino con i videogiochi**

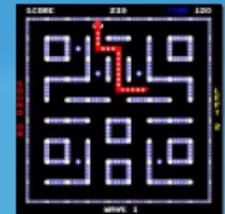
## 2 caratteristiche del videogioicare

- Motricità *fine* iper stimolata (mani e movimenti oculari) e *ampia* sotto stimolata
- Movimenti *veloci* iper stimolati e quelli *lenti* sotto stimolati

*A cosa serve la motricità  
ampia e fine?*

*A cosa serve la motricità  
veloce e lenta?*

*Quali sono i rischi?*



*La disponibilità di gamme ampie è alla basa di salute e benessere*

## 2 caratteristiche del videogioicare

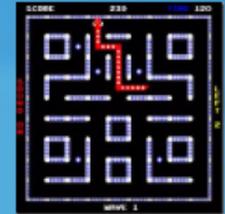
- Motricità *fine* iper stimolata (mani e movimenti oculari) e *ampia* sotto stimolata
- Movimenti *veloci* iper stimolati e quelli *lenti* sotto stimolati

### *A cosa serve la motricità ampia e fine?*

AMPIA: Andare oltre, prendere spazi e occuparlo. Visione d'insieme. Supporta la fiducia nel poter produrre un effetto a distanza, lasciare un segno nel mondo, ampliare i limiti.  
FINE: Quella della concentrazione focalizzata, dell'attenzione ai particolari.

### *A cosa serve la motricità veloce e lenta?*

### *Quali sono i rischi?*



***La disponibilità di gamme ampie è alla basa di salute e benessere***

## 2 caratteristiche del videogiocare

- Motricità *fine* iper stimolata (mani e movimenti oculari) e *ampia* sotto stimolata
- Movimenti *veloci* iper stimolati e quelli *lenti* sotto stimolati

### A cosa serve la motricità ampia e fine?

AMPIA: Andare oltre, prendere spazi e occuparlo. Visione d'insieme. Supporta la fiducia nel poter produrre un effetto a distanza, lasciare un segno nel mondo, ampliare i limiti.  
FINE: Quella della concentrazione focalizzata, dell'attenzione ai particolari.



### A cosa serve la motricità veloce e lenta?

VELOCE: rapidità di esecuzione, scelte e decisioni rapide.  
LENTA: quella della calma, assaporare le esperienze. Più il processo del risultato.



### Quali sono i rischi?



**La disponibilità di gamme ampie è alla basa di salute e benessere**

## 2 caratteristiche del videogiocare

- Motricità *fine* iper stimolata (mani e movimenti oculari) e *ampia* sotto stimolata
- Movimenti *veloci* iper stimolati e quelli *lenti* sotto stimolati

### A cosa serve la motricità ampia e fine?

AMPIA: Andare oltre, prendere spazi e occuparlo. Visione d'insieme. Supporta la fiducia nel poter produrre un effetto a distanza, lasciare un segno nel mondo, ampliare i limiti.  
FINE: Quella della concentrazione focalizzata, dell'attenzione ai particolari.



### A cosa serve la motricità veloce e lenta?

VELOCE: rapidità di esecuzione, scelte e decisioni rapide.  
LENTA: quella della calma, assaporare le esperienze. Più il processo del risultato.



### Quali sono i rischi?

Disarmonia nelle gamme delle capacità interattive relazionali di base. La CALMA e la CONSISTENZA il senso di una reale consistenza, il fermarsi sulle cose e sul contatto, la visione di insieme nel TEMPO necessario a metabolizzare, rischiano di uscire mortificate.



**La disponibilità di gamme ampie è alla basa di salute e benessere**

# è amplificato il CONTROLLO

*Cosa comporta?*

*Quali sono i rischi?*



# è amplificato il CONTROLLO

*Cosa comporta?*

Iper sollecitazione asse dello stress

*Quali sono i rischi?*



## è amplificato il CONTROLLO

*Cosa comporta?*

Iper sollecitazione asse dello stress



**2° Regola: la quantità di tempo deve essere limitata**

*Quali sono i rischi?*

## è amplificato il CONTROLLO

*Cosa comporta?*

Iper sollecitazione asse dello stress



**2° Regola: la quantità di tempo deve essere limitata**

**3° Regola: bilanciare con esperienze ampie e lente**

*Quali sono i rischi?*

## è amplificato il CONTROLLO

*Cosa comporta?*

Iper sollecitazione asse dello stress



**2° Regola: la quantità di tempo deve essere limitata**

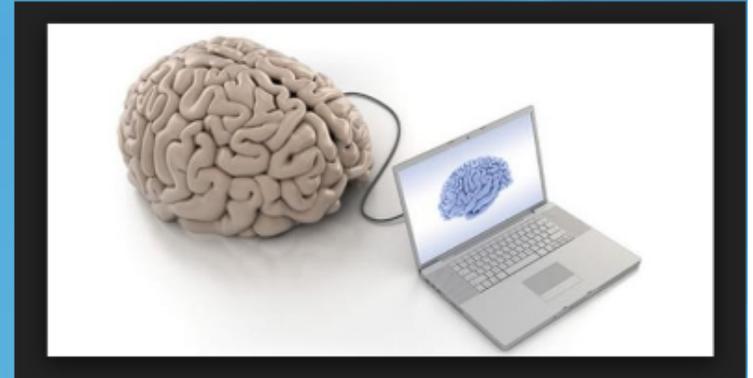
**3° Regola: bilanciare con esperienze ampie e lente**

*Quali sono i rischi?*

Alterazione senso di vera FORZA, del CONTENIMENTO e LIMITI,  
CAPACITÀ TOLLERARE FRUSTRAZIONI e CONTATTO

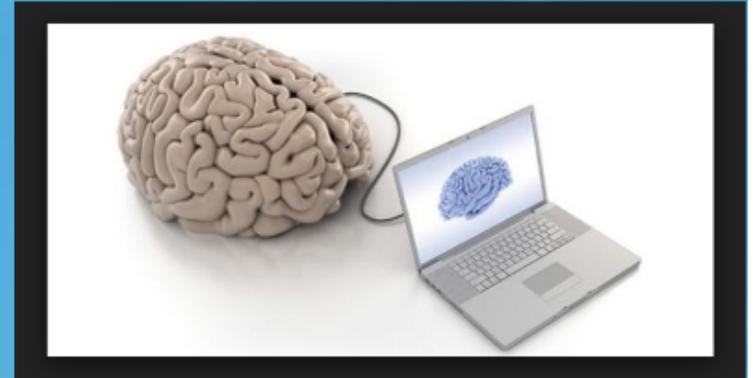
# Epigenetica

Che ne è di un cervello che non si ferma mai?  
Che va su di giri? Sollecitato ad una velocità di elaborazione senza permettere alle connessioni neurali di crearsi e fissarsi? Iperstimolato nelle funzioni deputate a leggere le forme in movimento e non le forme statiche?



# Epigenetica

Che ne è di un cervello che non si ferma mai?  
Che va su di giri? Sollecitato ad una velocità di elaborazione senza permettere alle connessioni neurali di crearsi e fissarsi? Iperstimolato nelle funzioni deputate a leggere le forme in movimento e non le forme statiche?



C'è un rapporto con la superficialità?  
L'approssimazione? L'assenza di pensiero critico? La riduzione della creatività? .... E con le sindromi dilaganti di Iperattività? I disturbi dell'apprendimento? ...



Tutto porta a suggerire un uso *limitato, controllato, bilanciato*



Tutto porta a suggerire un uso *limitato, controllato, bilanciato*

## 4° Regola: Le tecnologie non sono babysitter



*Tutto porta a suggerire un uso **limitato, controllato, bilanciato***

**4° Regola: Le tecnologie non sono babysitter**

**5° Regola: L'adulto deve guidare: insegnare –  
regolamentare – controllare – preoccuparsi di bilanciare**



# Lo sviluppo del Sé nella generazione virtuale: potenzialità e limiti

Alessandro Bianchi  
Emilia Genta





# *I Social*

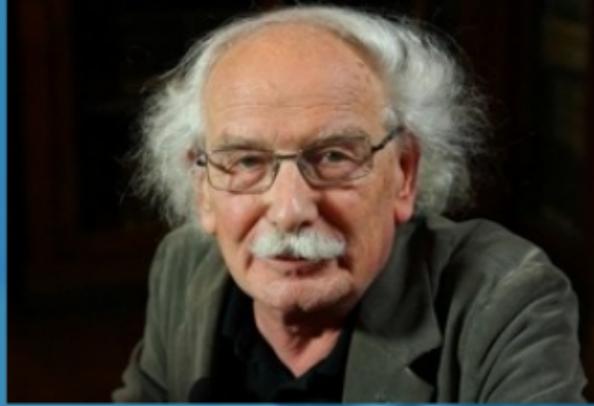
Esperienza

Caratteristiche

Rischi

Contatto

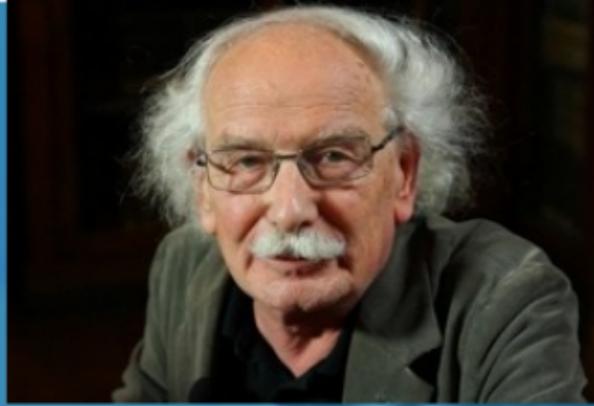
Per apprendere le relazioni sociali il bambino ha bisogno di una guida in continuità dalla prima infanzia alla seconda e alla preadolescenza.



**Il dopo si basa sul prima.**

Per apprendere le relazioni sociali il bambino ha bisogno di una guida in continuità dalla prima infanzia alla seconda e alla preadolescenza.

**5° Regola: Il gioco virtuale segue quello reale**

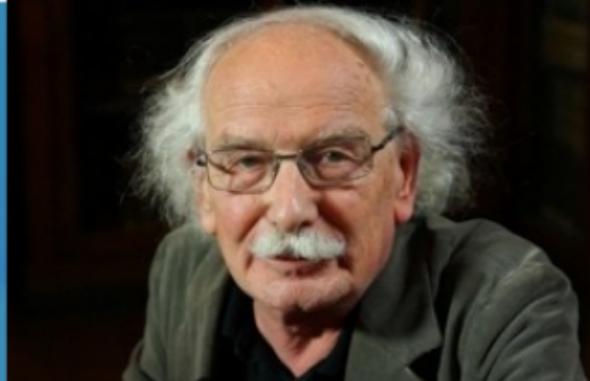


**Il dopo si basa sul prima.**

Per apprendere le relazioni sociali il bambino ha bisogno di una guida in continuità dalla prima infanzia alla seconda e alla preadolescenza.



**5° Regola: Il gioco virtuale segue quello reale**



**Il dopo si basa sul prima.**

**6° Regola: L'utilizzo dei social deve essere inizialmente mediato dall'adulto per divenire poi realmente autonomo**

## Caratteristiche dei social

- Facilità di entrare i rapporto in qualunque momento e ovunque
- Riduzione delle distanze
- Meno mediata dalla complessità integrata delle Funzioni psicocorporee che costituiscono l'incontro reale: il prepararsi, l'adattarsi, il trovare strategie interattive, misurarsi con le proprie difficoltà, la scoperta, la sorpresa ...  
Molto diverso se già conosco o no la persona



# Epigenetica

- **Rischio di una deprivazione dell'esperienza complessa, sensomotoria, della relazione**
- **Limiti evanescenti**
- **Riduzione della possibilità di allargare le gamme e sperimentare aggiustamenti vari**
- **Falsa Forza e Consistenza**
- **... Contatto**



**Il Contatto** è un Bisogno di Base del Sé

Tra i più importanti aspetti nella relazione col neonato

Alla base della possibilità di stare bene con gli altri (nelle dimensioni affettive, amicali, lavorative ...)

Richiede un funzionamento specifico del Sistema che complessifica in un lungo tirocinio.



**Il Contatto** è un Bisogno di Base del Sé

Tra i più importanti aspetti nella relazione col neonato

Alla base della possibilità di stare bene con gli altri (nelle dimensioni affettive, amicali, lavorative ...)

Richiede un funzionamento specifico del Sistema che complessifica in un lungo tirocinio.

## **7° Regola: I Social non sono una scorciatoia**

La scorciatoia è inversamente proporzionale all'opportunità



# Lo sviluppo del Sé nella generazione virtuale: potenzialità e limiti

Alessandro Bianchi  
Emilia Genta



## *Adulti responsabili*

**L'uso alterato (cyberbullismo)  
non dipende dal digitale, ma  
nasce da fragilità e debolezza**

Attenzione ai pregiudizi in agguato per i  
*Migranti digitali*

Regola 9

## *Adulti responsabili*

L'uso alterato (cyberbullismo)  
non dipende dal digitale, ma  
nasce da fragilità e debolezza

**8° Regola: L'adulto deve fare  
molta attenzione a non abdicare**

Attenzione ai pregiudizi in agguato per i  
*Migranti digitali*

Regola 9

## 9°Regola

**L'adulto deve favorire la solidità del Sé dei figli dall'inizio (che vuol dire Vita Perinatale), tenendo presente le sue caratteristiche di Sistema Integrato Relazionale**



**Su questo si gioca il confine tra il rischio di erosione di capacità (quindi impoverirsi) ampliamento di possibilità (ovvero arricchirsi)**

REGIONE  
TOSCANA



## ISTITUTO DI PSICOLOGIA FUNZIONALE DI FIRENZE IMPRESA SOCIALE ONLUS

V.le Spartaco Lavagnini 4, 50129 Firenze

tel/fax 055 4633847 Sito: [www.psicologiatoscana.it](http://www.psicologiatoscana.it) Mail: [psicologiatoscanalibero.it](mailto:psicologiatoscanalibero.it)



Q2  
CAMPO DI MARTE



## LE BASI DELLA VITA

# Lo sviluppo del Sé nella generazione virtuale: potenzialità e limiti

Alessandro Bianchi  
Emilia Genta

