

# ***Roberta Calvi***

**Se le luci della ribalta si spengono**  
*La paura della vergogna nella società dei like*



Ebook tratto dall'intervento fatto alla settima edizione dello Psicobar, evento organizzato da "Università Aperta di Rimini Federico Fellini e Giulietta Masina"

## Premessa

Nella società del tutto è possibile dove i likes sono il nuovo criterio di valutazione dell'adeguatezza delle persone, la paura della vergogna nasce dalla fame di successo, popolarità e visibilità. La vergogna appare rischiosa perché mette a repentaglio il senso di valore personale costruito sulla negazione dei limiti e su un'estetica sempre più perturbante.

Laddove Narciso soppianta Edipo il pudore lascia il posto alla sfrontatezza che abita ogni signor nessuno che ha bisogno di sentirsi qualcuno agli occhi degli altri, reali e virtuali.

In questo globale "Grande Fratello" la vergogna equivale ad un vissuto insostenibile di non essere all'altezza. Emerge un diffuso timore, anzi no: un vero e proprio terrore profondo della non desiderabilità, dell'indegnità.

L'iper-suscettibilità alla delusione vissuta come umiliazione o mortificazione ci mostra anche come il dolore, codificato sotto forma di ferita narcisistica, diventa sterile, muto, autistico.

In questa serata rifletteremo insieme sul significato profondo della vergogna di oggi e di ieri, sulla possibilità di ciascuno di noi di avere una propria identità e un proprio valore anche quando le luci della ribalta si spengono.

## Intervento

In primis entriamo nell'ottica di questa società del tutto e subito e del tutto è possibile: cosa significa tutto questo? Siamo in una società più libera?

In realtà se indaghiamo meglio le dinamiche profonde sia intrapsichiche che delle relazioni interpersonali notiamo nuove forme di schiavitù, nuovi padroni forse più subdoli, nuove forme di sottomissione.

Non è un caso che siamo la società e l'epoca storica in cui le psicopatologie più diffuse sono le dipendenze, che hanno travalicato il confine delle sostanze per abbracciare nuove e differenti forme, modalità, comportamenti.

Siamo in presenza dell'autorità anonima di cui parla Erich Fromm.

L'autorità anonima è più efficace dell'autorità palese perché non si sospetta mai che ci sia un ordine che si è tenuti ad osservare. E' una sottile suggestione che invade tutta la nostra vita. Questa suggestione è quella della pubblicità, del marketing, della moda, del like.

Ci suggestiona perché esercita un potere su tutti noi, un potere purtroppo fascinoso e per questo forse meno temuto.

L'autorità alla metà del ventesimo secolo ha mutato il suo carattere; essa non si presenta più come autorità manifesta, bensì come un'autorità anonima, invisibile, alienata. Non c'è nessuno che ordina, né una persona, né un'idea, né una legge morale. Però tutti ci conformiamo

come e più di quanto non si farebbe in una società fortemente autoritaria.

Infatti, non c'è nessuna autorità, al di fuori di "oggetti". Quali sono questi "oggetti"?

Il guadagno, le necessità economiche, il mercato, il senso comune, l'opinione pubblica, quel che "si" fa, "si" pensa, "si" sente.

Un si passivante, anonimo, depersonalizzato e deresponsabilizzato.

Le leggi dell'autorità anonima sono invisibili quanto le leggi del mercato, del consumismo, e altrettanto incontestabili.

Chi può attaccare l'invisibile?

Chi può ribellarsi contro Nessuno?

Ecco allora che in questa società dove il potere è subdolo e invisibile anche le emozioni sembrano aver mutato le loro connotazioni.

Di fatto si sono trasformati i significanti, i criteri di significazione delle emozioni stesse.

Prendiamo la vergogna: oggi non sembra esistere più. Sembra scomparsa sotto un'ondata impetuosa di sfrontatezza e tracotanza, sembra essere solo un vago ricordo delle generazioni passate che avevano costruito linguaggi, tradizioni, atteggiamenti, consuetudini sociali, finanche pregiudizi proprio basati sul senso della vergogna e del pudore. Il timore di essere troppo, di diventare pietra di scandalo, di far parlare male di sé, quella paura dell'eccesso, emblema della vergogna è oggi sostituita da una ricerca proprio di quel di più, di quell'oltre,

di quel superamento di limiti e confini tipico della nostra epoca. E' proprio questo andare oltre ogni confine che provoca spesso quel vissuto che Freud chiamava "perturbante", quella quota di angoscia che percepiamo quando sentiamo qualcosa che è al tempo stesso estranea, ma anche familiare.

Ma torniamo alla vergogna lasciando eventualmente per dopo un approfondimento sul tema del perturbante.

La vergogna è quella che nella mitologia meglio è descritta nella tragedia di Edipo Re di Sofocle. Tralasciando la teorizzazione freudiana derivante da questa tragedia quello che a noi interessa è che quando Edipo scopre l'incesto, quando si accorge che senza saperlo ha sposato sua madre, anche se non ha scelto consapevolmente di commettere quell'atto, si acceca e se ne va in esilio. Non regge il peso della vergogna, della colpa.

Si acceca, non vuole più guardare: teme di incontrare lo sguardo biasimevole dell'altro.

Ecco la vergogna!

La vergogna come timore di un giudizio negativo, vergogna impastata di senso di colpa che porta ad autopunirsi, come nella tragedia, o ad autolimitarsi, come avveniva prima nella quotidianità, per evitare di incappare in un vissuto così doloroso, umiliante.

Si tratta di un'umiliazione profonda, che parte da un'autoanalisi, da un guardarsi dentro. E' come un guardarsi allo specchio ma in modo intimistico, personale dove i conti si fanno con la propria coscienza, con i propri valori.

Oggi non siamo più abituati a guardarci dentro, quanto piuttosto a farci guardare e lo specchio è certamente un altro. E' lo specchio della matrigna di Biancaneve che mi deve dare la conferma che io sono la più bella, la migliore. E come la matrigna sono disposta a tutto pur di avere questo riscontro.

L'umiliazione è oggi quel mancato riconoscimento; è quel like non aggiunto al selfie condiviso; è quella telecamera spenta sulla mia vita, che diventa così insignificante perché non fa audience, perché invisibile, perché anonima.

Essere anonimi è oggi la fonte maggiore di vergogna. E' una vergogna non più "all'Edipo", ma fortemente narcisistica.

Attenzione che una società così impregnata di bisogno di riconoscimento è una società dove c'è una grande fragilità narcisistica ovvero uno scarso amor proprio.

Quindi un narcisismo dilagante che origina proprio da una diffusa mancanza di autostima.

L'autostima si basa sulla capacità di riconoscersi un valore, ma anche di accettare i propri limiti, le proprie mancanze, le proprie fragilità. E' un senso di adeguatezza realistico e fattibile, non eccessivo, non idealizzato, non onnipotente, non "performante".

La mancanza di autostima genera surrogati perversi, come il bisogno di ammirazione.

L'ammirazione tuttavia non nutre psicologicamente ed è per questo che dà dipendenza, genera craving. L'ammirazione non è stima, amore, accoglienza, accettazione: non ci si sente voluti per quello che si è. Come tutte le droghe non basta mai!

E' come un traguardo da raggiungere costantemente ma che alla fine non si raggiunge mai, cosicché si crea un corto circuito dove il bisogno supera di gran lunga la possibilità di risposta allo stesso.

L'ammirazione è ricercata a qualsiasi prezzo e di conseguenza gli argini del pudore sono ampiamente superati. Prevale il must di non essere invisibile e insignificante.

La moda del selfie ad esempio rappresenta una protesi della fragilità dell'autostima e racconta della paura di non essere visti, di essere dimenticati.

Questo non vuol dire che non esiste più la vergogna, ma che c'è una massiccia fuga dalla vergogna così come

prima esposta. La vergogna espone alla percezione dei limiti personali. E' una vergogna rischiosa perché mette a repentaglio quell'apparente senso di valore personale.

La vergogna fa sentire di non essere all'altezza: un vissuto insostenibile.

Ecco allora che entra in campo una nuova vergogna, fortemente narcisistica: la nuova vergogna è vergogna di vergognarsi, di non essere nessuno, di non avere successo.

La vergogna amorale non comporta più la stretta fusione con il senso di colpa , ma è legata a modelli di consumo, etichette sociali, potere personale o all'esito della competizione sessuale.

Una vergogna di superficie collegata all'etica del successo, del conformismo, dell'autosufficienza, che attenzione non è una forma di indipendenza, ma di individualismo autistico impregnato di falsa onnipotenza.

Siamo infatti in una società dove coesistono un forte individualismo con un massiccio conformismo ed è in questa coesistenza di apparenti opposti che ritroviamo quello che poc'anzi chiamavo una fragilità narcisistica: fondamentalmente una tragica mancanza di senso di adeguatezza personale compensato con tanti sterili finti consensi ( i like!)



Il processo di omologazione è fondato sulla (illusoria) democrazia dei consumi e sull'audience come sistema di valutazione.

Ciò che fa più audience è l'estremo. Pensiamo ai fenomeni del voyeurismo della tragedia, del cosiddetto tana-turismo, ma anche dei selfie mortali e selfie hard.

Perché? Perché oggi si è così anestetizzati emotivamente che si risponde quasi solo a stimoli intensi, a ciò che genera adrenalina o angoscia. Ciò che turba e sconvolge alla fine affascina. La rottura del senso comune, così come l'estetica dell'eccesso, del perturbante creano consenso. Chi riesce a sconvolgere, a rompere i canoni e i confini della logica razionale ottiene like e ammirazione. E' evidente una diffusa e ricercata esorcizzazione del limite, della sofferenza e della morte.

Ciò che fa paura è oggi messo in scena, ma non in chiave catartica, quanto piuttosto come sfida sterile al limite e all'impotenza umana.

Ecco il perturbante, quella sensazione di "unheimlich", che ci invade e che tuttavia può rappresentare per ciascuno di noi la possibilità di farsi delle domande, di mettere in discussione quanto accade intorno e dentro di noi, di mettere in discussione il potere subdolo e anonimo del social consenso.

Cosa sta accadendo dunque intorno a noi?

Da cosa deriva tutto questo bisogno di ammirazione che obnubila le coscienze e spazza via il pudore, la vergogna, il senso di colpa?

Le aspettative personali che derivano da quelle sociali sono oggi eccessive a tal punto da generare un diffuso senso di inadeguatezza. Parliamo di ideali culturali crudeli di bellezza, magrezza, performance lavorativa e sessuale che nascondono interessi economici consumistici. Una società insoddisfatta è infatti una società che acquista prodotti e gadget per sentirsi meglio, ammaliata dall'ingannevole promessa consumistica di benessere.

In questa società anche l'educazione, soprattutto quella parentale, appare inconsistente, iperprotettiva, poco meritocratica, altamente dipendente. I figli sono spesso un'estensione dei genitori, un'appendice narcisistica, e come tali sono chiamati ad essere sufficientemente perfetti per non generare ferite narcisistiche e senso di incapacità nei genitori.

Concludo dicendo che anche i rapporti di coppia oggi sono abitati da Narciso. Trionfa un analfabetismo psicoaffettivo e una incapacità di empatizzare, di com-patire ( da cum e pathos: emozionarsi insieme), di comprendere e supportare l'altro per la difficoltà di uscire da sé e spesso anche per una totale assenza di una teoria della mente dell'altro.

Si afferma sempre più una nuova etica affettiva che marca il tramonto dell'amore romantico e apre le porte all'amore narcisistico dove l'altro deve essere garanzia di ammirazione e conferma. L'altro non è scelto per quello che è ma per la conferma narcisistica che dà.