

## Corpi in rete: sexting, selfie e bisogno di rispecchiamento

*Loredana Cirillo*

*Psicoterapeuta Minotauro*

### **Riassunto**

Nella società del narcisismo l'estetica e il culto della bellezza hanno assunto una rilevanza centrale, abnorme, segnalando i valori, ma anche le crisi e i disagi del nostro tempo. Il corpo della contemporaneità è un corpo estetico e sovraesposto, un corpo narcisistico, attraverso cui si esprimono aspetti identitari e ideali. In questa cornice, il sexting e il selfie mettono in scena la fragilità narcisistica degli attuali adolescenti e si collocano lungo un continuum tra "nuove normalità" e "nuove forme di disagio". Attraverso questi comportamenti infatti, gli adolescenti sperimentano nuovi aspetti di sé, ma manifestano anche il dolore connesso alla crescita. Nel lavoro clinico con i giovani pazienti che adottano queste pratiche in modo disfunzionale, è importante inquadrarle all'interno del loro bilancio di crescita, per comprendere i significati affettivi ed evolutivi che veicolano. Spesso in questi casi l'obiettivo terapeutico consiste nel favorire l'integrazione tra il corpo e gli affetti all'interno del processo di costruzione identitaria, favorendo la collocazione dei bisogni di approvazione e dipendenza all'interno dei legami affettivi, senza che rappresentino una pericolosa minaccia per l'integrità del Sé e per la propria autonomia.

**Parole chiave:** *Corpo – internet – narcisismo – selfie – sexting*

### **La rete come specchio di Narciso**

Il corpo in adolescenza diventa protagonista, come in nessun'altra fase della vita precedente o successiva. La crescita e le trasformazioni puberali lo rendono disponibile a farsi strumento di espressione del Sé nascente, degli affannosi tentativi di dare un nome, una forma e una definizione accettabile alla propria identità. L'immagine diventa il canale privilegiato attraverso cui il corpo esprime al mondo le proprie verità, non solo estetiche, ma anche affettive e relazionali. Nella società del narcisismo l'estetica e il culto della bellezza

assumono una rilevanza centrale, diventano il canale attraverso cui trovano espressione i valori e le crisi del nostro tempo. La rete e i mezzi di comunicazione tecnologica amplificano ed estendono il potere che il corpo e la sua immagine hanno per esprimere al mondo le proprie verità affettive, i propri ideali e i propri tormenti, celebrando il culto del mostrarsi e del mostrare tutto di sé. Oggi è possibile rendere visibile ciò che un tempo era celato da veli di pudore o anche più semplicemente dall'impossibilità di essere raggiunto, se non con il pensiero e l'immaginazione. Le immagini parlano degli esseri umani ancora prima che vengano al mondo, attraverso le più moderne tecniche ecografiche che li mostrano ancora immersi nel liquido amniotico in tempo reale, esattamente come ci appariranno di lì a qualche mese. L'ingresso nel mondo dei bambini post-moderni è accompagnato da un corredo di foto e video che da lì in poi immortalano qualsiasi momento della loro vita, sia pubblico che privato. La telecamera installata sui nostri moderni smartphone è sempre a portata di mano, pronta a fermare l'attimo fuggente della più intima o solenne frazione di esistenza, diffondendola potenzialmente nell'intero universo, attraverso i *social network*. Queste nuove potenzialità hanno trasformato radicalmente il modo di rappresentare psicologicamente il pudore, l'intimità, il corpo, con innumerevoli ricadute nello spazio psichico individuale e collettivo e soprattutto sullo sviluppo dell'identità in adolescenza.

### **Il corpo come espressione del Sé grandioso**

Il termine "pornografizzazione" (McNair, 1996; Stella, 2011) descrive in modo puntuale tali trasformazioni e offre un'interessante metafora per definire l'esposizione pubblica che non solo l'osceno, l'erotico, ma più semplicemente l'intimo, subiscono nella società contemporanea. La corporeità erotica si sovraesponde senza pudore in ogni contesto: dal teatro al cinema d'autore, dai video clip musicali alle pubblicità. Il processo di pornografizzazione del mondo riguarda l'esposizione incontenibile che i media fanno non solo del sesso, ma di tutto ciò che dovrebbe rimanere celato dietro a veli di pudore personale o collettivo, e viene invece esposto, rappresentato, spiato e riferito in forma e tempo reali.

Le nuove generazioni nascono e crescono in un contesto non solo narcisistico ma anche "pornografizzato": le immagini di scene intime di famiglia vengono tramutate da esclusive e particolari, a raffigurazioni seriali, infinitamente riproducibili e fruibili. Il mostrarsi conosce oggi differenze di contenuto rispetto alla pornografia, ma non di metodo.

Nel campo narcisistico, governato dalle immagini e dalla pornografizzazione del quotidiano, intercettiamo, ormai da molti anni, un fenomeno altrettanto rilevante quando parliamo di età evolutiva: la precocizzazione degli spazi di autonomia e dei comportamenti. I bambini sono spinti sempre più precocemente alla conquista dell'autonomia dalla nuova

famiglia affettiva e prestazionale, grande promotrice di socializzazione e delle più disparate attività messe a disposizione per sostenere la crescita del Sé dei propri figli. Ne è un esempio l'abbigliamento, che non conosce oggi troppe differenze tra le linee per bambini e quelle per adulti. Lo testimoniano le numerose campagne pubblicitarie di moda per l'infanzia, del tutto identiche a quelle per gli adulti, in particolare le linee così dette "mini-me", che sembrano sottolineare il valore della vicinanza e della gemellarità tra genitori e figli, evidenziando non solo l'investimento narcisistico che connota le relazioni all'interno della famiglia affettiva, ma anche la fatica di rappresentare l'altro, soprattutto il proprio figlio, come diverso da sé, portatore di bisogni specifici e non funzionali al proprio progetto narcisistico, al proprio ideale. La celebrazione del corpo narcisistico attraverso i *social network*, i siti internet e, più in generale, attraverso i media, con cui ci confrontiamo nella quotidianità, ha ricadute enormi nell'immaginario collettivo, e di conseguenza nella costruzione dei modelli di identificazione di genere femminile e maschile, soprattutto in adolescenza. Questi appaiono sempre più scissi e lontani dalla possibilità di dar voce a una verità del Sé che comprenda ed integri differenziazione, bisogno, fragilità, difetto. Il corpo della contemporaneità è alla perenne ricerca di una perfezione estetica certificata e acclamata dal maggior numero possibile di sguardi di ritorno, di *like* e *follower*, ottenuti anche a pagamento, pur di arricchire il proprio bagaglio di consensi e approvazione.

In questa accezione il corpo subisce una de-umanizzazione, riducendosi a oggetto (Fredrickson, Roberts, 1997). «Nella società occidentale il corpo femminile è troppo spesso ridotto a oggetto sessuale, minimizzato in una sorta di gigantesca sineddoche, in cui una parte è sufficiente a indicare l'intera persona, che perde così la sua integrità psicofisica» (Volpato, 2011, p. 111)

Il corpo oggettificato viene oggi più propriamente rappresentato da un'accezione che lo riduce ad immagine, veicolo dell'estetica. Il corpo sovraesposto nel campo narcisistico, che si staglia in primo piano sui *social network* frequentati costantemente da tutte le generazioni, non è soltanto giovane, seducente, erotico, svestito, "pornografizzato", ma è anche atletico, dalle forme spropositate, sovrabbondanti in alcune parti e filiforme in altri. Un corpo esagerato, che tenta di comprendere tutto, diventando simbolo e incarnazione del maschile e del femminile allo stesso tempo. La fluidità di genere testimoniata a diversi livelli da questi modelli sembra voler abbattere il limite naturale della differenziazione e della complementarità.

I risultati di un recente studio mostrano la diffusione tra gli adolescenti della fluidità legata all'identità di genere, alla scelta dell'oggetto d'amore e al comportamento sessuale. Il 26% delle ragazze e l'11% dei ragazzi ha riferito un'identità di genere fluida, mentre il 20% delle

ragazze e il 6% dei ragazzi ha segnalato un'identità sessuale non chiaramente definita da un'etichetta e, contemporaneamente, un'attrazione nei confronti del proprio sesso (Stewart, Spivey, Widman et al., 2019).

Il corpo idolo della modernità diventa espressione del Sé grandioso e onnipotente, non è solo mosso dalla necessità di ottenere rispecchiamento e realizzazione, ma percepisce come rischioso fare i conti con la dipendenza dall'altro, con la necessità di mediare all'interno della relazione, nel confronto con una realtà che non è la propria; per questo giudica intollerabili l'eventuale frustrazione o delusione che può provenire dall'incontro con l'altro. Anche il "corpo ascetico della rinuncia" sembra ormai quasi scomparso, rimangono poche tracce del mito della magrezza estrema e della corporeità anti-materna che un tempo dominavano la scena, non solo sulle passerelle della moda, ma anche negli scenari della mitologia affettiva delle giovani affette da un disturbo della condotta alimentare. Le ragazze che si ispiravano a questi modelli, spesso affamavano il corpo nel tentativo di donare forma alle angosce legate alla crescita, oltre che alle nuove dotazioni corporee sopraggiunte con lo sviluppo puberale, mettendo così a tacere il desiderio, la pulsionalità e più in generale le istanze di crescita. Nelle nuove forme attraverso cui si esprimono i disturbi alimentari non sono solo la rinuncia e il sacrificio a fare da regia al sintomo. L'ossessione patologica per il mangiare sano, che obbliga a controllare la qualità e le proprietà dei cibi in modo esasperato, come nell'ortoressia, l'alterazione del comportamento alimentare e l'esasperata attività sportiva connessa al desiderio di plasmare un corpo vigoroso e virile, come nella vigoressia, rappresentano le forme principali attraverso cui si esprimono i nuovi disturbi della condotta alimentare.

La maternità che si incarna nel corpo, nella sovrabbondanza delle forme e nella sua capacità di farsi simbolo della potenza generativa, può diventare a sua volta uno strumento messo al servizio del Sé grandioso per inneggiare alla sua magnificenza e alla sua capacità di manipolare la corporeità. Il nuovo modello ideale di femminilità testimonia la complessità e le pressioni che abitano il ruolo delle donne nella post-modernità, che da un lato celebra il corpo e lo sovraespone come vetrina del Sé, come testimone delle conquiste ottenute attraverso la lotta per la libertà e l'autonomia, dall'altro non sembra volersi sottomettere alla corporeità e alle sue ineludibili trasformazioni, ma tenta di governarle a proprio piacimento. La sovraesposizione della maternità sembra dare testimonianza di questo dilemma. Il corpo materno si esibisce senza pudori, ma allo stesso tempo ha molta fretta di annullare ogni traccia dell'esperienza del "divenire custode dell'altro", ripristinando una forma fisica ancora più scolpita e vigorosa di quella antecedente la gravidanza. Il corpo estetico è al centro delle rappresentazioni e delle tribolazioni degli adolescenti attuali, più del corpo erotico. Non c'è traccia della ricerca dello scambio o della complementarità con l'altro. L'erottizzazione è

---

ancora una volta al servizio del bisogno narcisistico di rispecchiamento e di valorizzazione, non funzionale a soddisfare il bisogno relazionale di vicinanza e di dipendenza, o perlomeno il desiderio sessuale in senso stretto.

### ***Sexting e selfie tra nuove normalità e nuovi rischi***

In questa cornice è possibile identificare nel *sexting* una pratica interessante per gli adolescenti, che spesso si scambiano foto intime proprio per soddisfare il bisogno di testare nello sguardo dell'altro l'adeguatezza e la bellezza delle nuove dotazioni corporee che la crescita e lo sviluppo puberale hanno messo a disposizione.

Attraverso la sovra-esposizione del corpo, il *sexting* mette in scena la fragilità narcisistica, ponendosi lungo un continuum tra "nuova normalità", attraverso la quale i ragazzi e le ragazze sperimentano aspetti di sé ed elaborano soluzioni volte alla realizzazione dei compiti di sviluppo, e "nuova forma di disagio", attraverso cui si esprime il dolore connesso alla crescita (Cirillo, Scodeggio, 2019).

Gli studi riportano che tra il 4,6% (Rice, Rhoades, Winetrobe et al., 2012) e il 31% (Woodward, Evans, Brooks, 2017) dei ragazzi abbia inviato messaggi di questo tipo. I dati mostrano come in pochi anni si sia verificato un incremento esponenziale del fenomeno. In Italia quasi 6 giovani su 10 dichiarano di aver praticato il *sexting* almeno una volta nella vita (Indagine Eurispes, 2018). L'ampia diffusione del *sexting* tra gli adolescenti sostiene la possibilità di considerare questo comportamento come una nuova normalità, in linea con i cambiamenti avvenuti negli ultimi decenni (Cirillo, Scodeggio, 2019). Il *sexting* è vissuto come imbarazzante e in grado di generare senso di colpa e preoccupazione, in particolare nelle ragazze, mentre i maschi sembrano ritrovare in questa pratica la possibilità di esplorazione della sessualità e del desiderio (Boursier, 2017). L'invio di messaggi e contenuti sessuali è percepito dagli adolescenti come protettivo e più sicuro del sesso reale. I rischi vengono maggiormente percepiti e temuti all'interno della relazione, nella necessità di modulare bisogni affettivi, emozioni e soprattutto di tollerare il legame di dipendenza dall'altro.

La pratica del *sexting* si diffonde ed entra a far parte del nuovo modo narcisistico di amare, affamato di rispecchiamento e in difficoltà nella gestione della relazione con l'oggetto. L'ipersessualizzazione delle condotte e del modo di esibire il corpo non si accompagna a un incremento dell'attività sessuale tra i giovani. Oggi i ragazzi fanno meno sesso di quelli delle generazioni precedenti e aumenta il numero di giovani adulti che non hanno alcun rapporto sessuale (Twenge, 2017). Il *sexting* può rappresentare un fattore di protezione per gli adolescenti contemporanei, che si sentono molto più vulnerabili che in passato rispetto alla propria corporeità, all'immagine di sé e al valore personale. In questo senso lo scambio di

---

foto o messaggi erotici sarebbe vissuto come più sicuro e distanziante rispetto all'incontro e allo scambio reale con l'altro.

Il *sexting* può essere inteso come una pratica ad alto valore simbolico ed evolutivo, poiché rappresenta un ambito di sperimentazione e di collaudo del potere della nascente femminilità o mascolinità, di verifica della capacità di accendere il desiderio nell'altro, anche a costo di assumere atteggiamenti eccessivamente sessualizzati, mossi dall'urgenza di ricevere sguardi di approvazione, riconoscimento e valorizzazione. Lo scambio di foto intime rientra anche nei nuovi codici della relazione d'amore, in una sorta di gioco messo in atto dai due partner. La sovraesposizione del corpo erotico non risponde a un'esigenza pulsionale di natura sessuale, ma usa il codice della sessualità e il linguaggio della seduzione per esprimere una richiesta di stampo narcisistico, che trova soddisfazione nell'intercettare lo sguardo dell'altro e il suo interesse, per paura di perdere il proprio posto nella sua mente.

*Federica ha 17 anni e invia foto intime a Luca da circa tre mesi. Questo è il tempo che è trascorso dalla sua partenza per il Canada, dove sta svolgendo un periodo di studio. Poco tempo prima della partenza lei e Luca avevano iniziato a frequentarsi, ma la loro relazione vacilla fin dal principio. Troppi fraintendimenti, troppi episodi in cui Federica non si era sentita accolta né capita da Luca, che spesso stava fuori tutta la sera con gli amici e si presentava da lei troppo tardi, per poter ancora essere accolto con benevolenza. Le tensioni per l'imminente partenza e allo stesso tempo l'euforia per la nuova grande impresa avrebbero richiesto, secondo Federica, una maggiore comprensione, vicinanza e festeggiamento da parte del ragazzo, e invece niente. Luca appariva scostante, a volte freddo, distratto, e anche di fronte alle incalzanti domande di Federica la sua risposta risultava sempre evasiva, negante qualunque problema. Per questo Federica decide di interrompere la relazione ancor prima che nasca. La delusione nei confronti di Luca è diventata insostenibile. A nulla erano valsi i tentativi di rimediare che lui aveva provato a mettere in campo. Ogni parola e ogni gesto di Luca sembravano ormai diventati insopportabili per lei. Era arrivato per Federica il momento di viaggiare da sola: "Mi sta troppo addosso ora, ma tanto non capisce niente lo stesso". Tuttavia, dopo un po' di tempo trascorso in Canada, Federica deve fare i conti con la fatica di non vedere realizzarsi i propri piani nel modo in cui erano stati pensati nel suo disegno ideale. Il progetto meraviglioso del viaggio all'estero che aveva cullato per tanto tempo nella mente, la pone di fronte a un inatteso senso di solitudine, che lei fatica a tollerare. Federica si sente vuota, sola. È in uno di questi momenti che decide di inviare delle foto a Luca, foto in pose ammiccanti, in cui appare nuda. Nel corso del colloquio in cui Federica racconta questo episodio si chiarisce l'intenzione connessa al gesto. La paura di non essere*

---

*più presente nei pensieri di Luca, di essere stata sostituita da qualcun'altra, aveva fatto da regia al gesto. Il desiderio di sentirsi apprezzata, guardata e di non sparire dai suoi pensieri l'avevano spinta ad inviargli foto erotiche.*

L'impegno e le fatiche relazionali svuotano la sessualità della sua componente di scambio affettivo, di reciprocità. Nello scenario sessuale il corpo erotico è sostituito dal corpo estetico, che tende a escludere l'intimità e il piacere sessuale, per ricercare piuttosto l'approvazione della propria immagine. Il corpo sessuato diventa il ricettacolo del bisogno di rispecchiamento e approvazione degli adolescenti. Per Federica il corpo immortalato attraverso il *sexting* ha il mandato di interrogare la mente dell'altro, di entrare nei suoi pensieri, come uno speleologo, alla ricerca di reperti, di resti, intento a scovare quale forma e posizione possa ancora avere la sua immagine negli scenari mentali di Luca. In caso si fossero perse le sue tracce, ecco che nuovi stimoli eccitatori avrebbero potuto rinfocolare il pensiero assopito e magari distratto di Luca. Federica non può tollerare la dipendenza dal legame amoroso, non ha gli strumenti per elaborare la vicinanza e tanto meno la separazione dall'oggetto d'amore. È sempre stato molto difficile per lei cogliere gli stati emotivi dell'altro e le sue reali intenzioni, ma allo stesso tempo non può tollerare di risultare assente dai pensieri dell'altro, né di essere presente a tinte opache. Per questo, agisce nei confronti di Luca una condotta di contro-dipendenza, decidendo di fare a meno di lui, per poi ingaggiarlo nuovamente nella relazione, solamente allo scopo di assicurarsi lo spazio che aveva precedentemente occupato nella sua mente.

Spesso i genitori reagiscono in maniera molto allarmata e sconvolta al ritrovamento di foto che ritraggono i propri figli o i loro coetanei in pose erotiche e si rivolgono allo spazio clinico con la richiesta di aiutarli a "rinsavire". Tale domanda si accompagna ad una rappresentazione del *sexting* nella mente delle madri e dei padri come comportamento trasgressivo e provocatorio che meriterebbe più rieducazione e controllo, anziché comprensione. Nel lavoro clinico, invece, la donazione di senso del gesto messo in atto dai ragazzi all'interno del bilancio evolutivo, e la collocazione del suo valore nella cornice più ampia dei cambiamenti generazionali, risulta fondamentale. Questo consente di poter intercettare nel *sexting*, agito dal singolo adolescente, quanto sia ispirato da un nuovo galateo adolescenziale e quanto rappresenti un segnale di rischio per la crescita.

Accanto a un uso che potremmo definire più fisiologico, legato alle nuove fatiche amorose degli adolescenti e al loro nuovo modo di intendere la relazione sessuale, il *sexting* può quindi assumere dei contorni più propriamente ascrivibili a un disagio evolutivo. Il coinvolgimento nel *sexting* può essere correlato all'impulsività, alla presenza di difficoltà emotive e ad altri comportamenti a rischio, come per esempio l'abuso di alcol o sostanze stupefacenti

---

(Confalonieri, Olivari, 2017), oppure essere connesso a comportamenti aggressivi, messi in atto nell'incontro con l'altro, sia nel mondo reale che in quello virtuale (Morelli, Bianchi, Baiocco, et al. 2016).

Questi dati indicano come il *sexting* possa rappresentare un segnale di disagio evolutivo più ampio. Quando le richieste eccitate provenienti da chi si trova dall'altra parte dello schermo diventano simbolicamente equivalenti all'essere desiderati, pensati e amati, si evidenzia una scissione del corpo dall'area della relazione e degli affetti, messa in atto difensivamente per proteggere il Sé dal rischio di essere ferito. Esportare il bisogno di riconoscimento e valorizzazione al di fuori dalla relazione reale, nello scambio di immagini a sfondo erotico, consente di tenere separati mente e corpo e può quindi divenire funzionale a mantenere il controllo e convalidare la propria indipendenza dall'oggetto.

L'adolescente odierno, preoccupato di risultare invisibile agli occhi degli altri, può mettere in atto comportamenti audaci e pericolosi, ricorrere all'agito per cercare soluzioni alla propria difficoltà nella realizzazione dei compiti evolutivi di mentalizzazione del corpo, di nascita sociale e separazione dall'immagine del Sé infantile. Il *sexting* può allora dare voce a un'intensa fragilità narcisistica, che ostacola il processo di integrazione del corpo sessuato, la costruzione di valori e ideali e la definizione dell'identità di genere. Le richieste di immagini del corpo erotico da parte dell'altro vengono così distorte e diventano gli equivalenti di un'offerta d'amore e di attenzione.

### **Il selfie**

Il comportamento oggi più diffuso per dare voce al bisogno di valorizzazione e di rispecchiamento è sicuramente il *selfie*. Attraverso questa moderna forma di autoritratto spesso si cerca di soddisfare un bisogno di visibilità sociale in cui il Sé viene collocato al centro della scena del mondo. Le foto postate su Instagram, per esempio, diventano occasioni straordinarie per ricercare successo, per parlare della propria quotidianità e della propria storia personale. Questi atteggiamenti amplificano un mondo percepito come ristretto e incapace di donare lo spazio ritenuto più adeguato alla propria celebrazione, e soddisfano il bisogno di appartenenza a una comunità più ampia che consente di uscire dal vissuto di anonimato sociale in cui il soggetto si sente relegato (Di Gregorio, 2017).

La pratica del *selfie* "rappresenta una protesi della fragilità dell'autostima e racconta della paura di non essere visto, e quindi di essere dimenticato" (Pietropolli Charmet, 2018, p. 40). Il *selfie* diffonde la propria immagine all'interno dei *social network* per scongiurare questo rischio, nella speranza di conquistare popolarità e successo. Secondo alcuni studi la pratica del selfie correla con una concezione del "corpo oggettivato", soprattutto tra le donne, ovvero



con la tendenza ad attribuire all'aspetto fisico la principale fonte di valore personale (Boursier, Gioia, Griffiths, 2020a, 2020b). Per gli adolescenti, tuttavia, la pratica del *selfie* assume spesso la funzione di laboratorio della propria immagine corporea, in cui si tenta di studiare il proprio corpo, l'effetto che può fare sugli altri, svolgendo una funzione di supporto al processo di mentalizzazione del nuovo corpo adolescenziale e di costruzione dell'identità. Come afferma Paola, 15 anni che trascorre molto tempo a scattarsi fotografie e a selezionarle prima di condividerle sui social network: *“Per il me il selfie è prima di tutto una prova allo specchio... mando alle amiche, oppure decido di postare, solo quelle in cui non solo sono venuta bene, ma che esprimono qualcosa di solo mio, di originale.”*

La ricerca di successo e di rispecchiamento attraverso i *social network* può intrecciarsi con la ricerca di un ruolo sociale, come nel caso di Francesca, 18 anni, che sta iniziando ad avere un numero sempre più consistenti di *follower* e di conseguenza numerose offerte di sponsorizzazione da svariate aziende di moda e di cosmetici:

*“Il selfie deve dare agli altri l'idea che possono entrare nella tua vita, nei tuoi spazi più privati e intimi della quotidianità, così che si sentano tuoi amici, familiari, vicini a te per quello che sei e che fai ogni giorno, non solo rispetto alle cose più belle e divertenti, ma anche quando fai colazione al mattino con il viso struccato. È così che i ragazzi si sentono come te e ti seguono, e poi così sponsorizzi il prodotto. È meraviglioso, ti regalano ciò che ti piace, ti pagano e gli altri ti adorano perché sei come loro, ma hai anche una vita che loro si immaginano bellissima, anche se non conoscono poi i problemi che ho anche io...”*

Il *selfie* può d'altro canto diventare l'espressione attraverso cui si comunicano al mondo anche i disagi della crescita, la condizione di crisi o di blocco evolutivo in cui si trova il Sé adolescenziale. Il disagio dei ragazzi è spesso legato al senso di bruttezza, alla mancata popolarità, alla delusione rispetto alla propria fisicità, al desiderio di perfezione e alla frustrazione delle proprie fantasie di grandiosità. L'adolescente contemporaneo è più portato ad attaccare sé stesso che non l'altro da sé, a ritenersi più spesso indegno e inadeguato di fronte alla telecamera con cui si interfaccia quotidianamente con spavalda ossessione. La sua crisi evolutiva non può prescindere dal corpo, esso è posto al centro. Il corpo viene ritirato quando la vergogna e la fatica di affrontare il mondo diventano troppo difficili da sostenere, oppure sovraesposto, messo in pericolo e attaccato in modo visibile, per esempio attraverso l'autolesionismo, o i disturbi della condotta alimentare. La rete costituisce un ambiente in cui i ragazzi possono dare voce a parti di sé in modo creativo, fisiologico, o può diventare il rifugio o lo specchio delle loro crisi.

Sempre più pervasiva è la diffusione e condivisione di *selfie* scattati nei modi più variegati e talvolta decisamente pericolosi, postati sui *social network*, per garantirsi *like* e popolarità anche a costo di rischiare l'incolumità o addirittura la vita, come nel caso dei *selfie* estremi, denominati anche *killfie*, per sottolineare la loro contiguità con la morte. Si tratta di foto scattate sull'orlo del baratro o sui cornicioni dei grattaceli, che, al di là del bisogno di visibilità, esprimono importanti fatiche nel processo di mentalizzazione del corpo ed evidenti tendenze suicidarie più o meno consapevoli. Alcune di queste pratiche sono legate alla *thin inspiration*, che inneggia a un'ossessiva ricerca di un corpo perfetto che possa essere visibile a tutti e soprattutto riconosciuto da un gruppo di pari che condivida gli stessi valori e ideali. La manipolazione del corpo è riferita a specifici distretti corporei che vengono assottigliati, dimagrirti, plasmati a piacimento, assecondando un potentissimo ideale di controllo (Calandra, Giorgio, 2019). La potenza del controllo è determinata dalla volontà della ragazza dedicata alle *challenge* ispirate alla magrezza estrema, di testimoniare la propria competenza nella manipolazione di parti ristrette e specifiche del corpo, per sottolineare in maniera ancora più marcata dell'anoressica la supremazia che la sua mente riesce ad agire sul corpo. Alcune di queste, ad esempio, sono legate alla *Thin Inspiration. L'Arc de Triomphe*, per esempio, consiste nel plasmare il proprio corpo tanto da creare il maggior spazio possibile tra le cosce. Il *Bikini Bridge*, si riferisce al "ponte" creato dal pezzo inferiore del costume quando poggia sulle ossa delle anche, rese molto sporgenti. Il *Collarbone Challenge* è una competizione in cui vince chi ha le clavicole più accentuate. La regista di queste sfide sembra essere non solo l'ossessione verso la ricerca di un corpo perfetto, su cui si agisce un ipercontrollo, ma soprattutto la ricerca di un corpo che si rende visibile a tutti nella sua invisibilità, apprezzato e riconosciuto da un gruppo di pari che condivide gli stessi valori e ideali.

### **Conclusioni**

Il bisogno di rispecchiamento accomuna comportamenti che appaiono molto differenti tra loro: da un lato le ragazze che inneggiano al controllo del corpo, dando prova della loro capacità di rinuncia al desiderio, dall'altro coloro che praticano *sexting* per attivare desiderio ed eccitamento o che rincorrono, attraverso il *selfie*, l'immagine migliore di sé da diffondere nell'universo virtuale.

Affrontare tematiche correlate alla pratica del sexting nello spazio clinico significa spesso accogliere prima di tutto l'angoscia dei genitori che si rivolgono al terapeuta a seguito della scoperta di foto compromettenti sui *device* dei propri figli. Dal punto di vista della psicoterapia evolutiva risulta fondamentale analizzare le ragioni affettive e i disagi evolutivi che hanno spinto l'adolescente verso tali comportamenti. Ci si trova in un'area tanto più definibile a

rischio, quanto più il *sexting* assume un carattere pervasivo, continuativo, scisso dagli aspetti affettivi, fino a porsi come pratica svincolata dalla relazione e dal contatto reale con l'altro. Gli obiettivi terapeutici riguardano in questi casi la necessità di integrare la scissione tra il corpo e gli affetti all'interno del processo di costruzione identitaria e la risimbolizzazione del comportamento disfunzionale all'interno del conflitto tra il bisogno di essere amati, riconosciuti, pensati e il timore di avvicinarsi alla relazione con l'altro. L'adolescente che esprime attraverso il *sexting* il proprio disagio evolutivo non riesce a trovare un compromesso accettabile tra i propri bisogni affettivi e la dimensione del legame di dipendenza, evitando che questi rappresentino per lui una pericolosa minaccia per l'integrità del Sé e per la propria autonomia.

---

## Bibliografia

Boursier V., Gioia F. & Griffiths M.D. (2020a). Selfie-engagement on social media: Pathological narcissism, positive expectation, and body objectification. Which is more influential? *Addictive Behavior report*, 11, 1-10.

Boursier V., Gioia F. & Griffiths M.D. (2020b). Objectified Body Consciousness, Body Image Control in Photos, and Problematic Social Networking: The Role of Appearance Control Beliefs. *Frontiers in Psychology* 11,147. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00147.

Calandra R. & Giorgio C. (2019). Tentazioni estreme di internet. Morire di popolarità. In: Lancini M., a cura di, *Il ritiro sociale negli adolescenti. La solitudine di una generazione iperconnessa*. Milano: Raffaello Cortina, cap. 8, pp. 151-164.

Cirillo L. & Scodeggio T. (2019). Sessualità. Più sexting e meno sesso. In: Lancini M., a cura di, *Il ritiro sociale degli adolescenti. La solitudine di una generazione iperconnessa*. Milano: Raffaello Cortina, cap. 5, pp. 93-118.

Confalonieri E. & Olivari M.G. (2017). *Questioni di cuore. Le relazioni sentimentali in adolescenza: traiettorie tipiche e atipiche*. Milano: Unicopli.

Di Gregorio L. (2017). *La società dei selfie: narcisismo e sentimento di sé nell'epoca dello smartphone*. Milano: Franco Angeli.

Fredrickson B.L. & Roberts T. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206.

Indagine Eurispes (2018). Sesso, erotismo e sentimenti, i giovani fuori dagli schemi.

Mc Nair B. (1996). *Mediated Sex: Pornography and Postmodern Culture*. London and New York: Arnold.

Morelli M., Bianchi D., Baiocco R., Pezzuti L. & Chirumbolo A. (2016). Sexting, psychological distress and dating violence among adolescents and young adults. *Psicothema*, 28, 2, 137-142.

Pietropolli Charmet G. (2018). *L'insostenibile bisogno di ammirazione*. Bari-Roma: Laterza.

Rice E., Rhoades H., Winetrobe H., Sanchez M., Montoya J., Plant A. & Kordic T. (2012). Sexually explicit cell phone messaging associated with sexual risk among adolescents. *Pediatrics*, 130, 667-673.

Stella R. (2011). *Eros, Cybersex, Neoporn. Nuovi scenari e nuovi usi in rete*. Milano: Franco Angeli.

Stewart J.L., Spivey L. A., Widman L., Choukas-Bradley S. & Prinstein M.J. (2019). Developmental patterns of sexual identity, romantic attraction, and sexual behavior among

adolescents over three years. *Journal of Adolescence*, 77, 90-97.

Twenge J. M. (2017). *Iperconnessi. Perché I ragazzi oggi crescono meno ribelli, più tolleranti, meno felici e del tutto impreparati a diventare adulti*. Torino: Einaudi, 2018.

Volpato C. (2011). *Deumanizzazione. Come si legittima la violenza*. Bari-Roma: Laterza.

Woodward V.H., Evans M. & Brooks M. (2017). Social and psychological factors of rural youth sexting: an examination of gender-specific models. *Deviant Behavior*. 38, 461–476.