

Psicologia



Arroganti, cinici,  
aggressivi.  
Assolutamente  
indifferenti  
nei confronti  
degli altri.  
Siamo davvero  
diventati così?  
E perché?

Un MONDO  
di EGOISTI?

**A** passeggio seminude, cellulare in una mano e sigaretta nell'altra, parlando ad alta voce dei propri fatti più intimi. In macchina, grintose come belve, pronte a scattare non appena la strada si libera, incuranti di pedoni e ciclisti. In fila, appiccicate a chi sta davanti. Scenette di ordinaria inciviltà, diverse fra loro ma con una cosa in comune: la mancanza di rispetto per quelli che stanno vicino. E che sono diventati invisibili, sempre meno importanti.

● Ma perché si è perso il "senso degli altri", a favore di una visione egocentrica, cinica e un po' arrogante del mondo? Lo abbiamo chiesto al dottor Luciano Di Gregorio, psicologo e psicoterapeuta a Milano, autore del libro "La fatica di essere autentici" **Franco Angeli** Editore.

## A VOCE (TROPPO) ALTA

**Cena fra amici o riunione fra colleghi, il copione non cambia: un accenno di suoneria più o meno stereofonica e qualcuno tira fuori il cellulare e inizia una conversazione parallela, ignorando commensali e portate.**

Ma l'irrompere indiscreto del telefonino non risparmia neanche il buio del cinema o il silenzio di una sala teatrale, sotto forma di squillo inaspettato o di lucina insistente che segnala l'arrivo di un nuovo messaggio. Perché proprio il telefonino fa compiere tanti piccoli gesti di maleducazione?

«Perché il cellulare è il mezzo ideale, complici le infinite possibilità di comunicazione che offre, per entrare e uscire a piacimento dai rapporti con le altre persone. Una possibilità allettante in un mondo di relazioni interpersonali sempre più fragili, ambigue, poco definite. Se si risponde al telefonino mentre si è a tavola è come se ci si allontanasse da chi sta di fronte in quel momento. L'altro perde subito importanza e riprendo valore io, con la mia voglia di comunicare con persone diverse e il mio ego in primo piano. In più il telefonino è molto insidioso perché è ormai dato per scontato che sia sempre lecito rispondere, in qualsiasi situazione. Anche la dipendenza dagli sms, a cui si sente di dover rispondere subito, anche se si sta guardando un film oppure ascoltando un concerto è un nuovo bisogno. Un'urgenza che viene considerata irrinunciabile e assolutamente non rimandabile».

### L'intimità è pubblica

Capita, poi, spesso che uomini e donne irreprensibili si abbandonino al cellulare a conversazioni imbarazzanti: tenerezze fra amanti, liti fra parenti, pettegolezzi piccanti sui vicini, tutto viene gridato in pubblico.

«E anche questo è un modo di esibirsi e gratificarsi, velato di protagonismo. Si cerca un piccolo pubblico a cui mostrare se stessi e la propria intimità, senza vergogna, anzi con compiacimento».

“  
**Spesso parlando al cellulare si mostra il volto peggiore**

## Nuda... fra la gente

La moda è stata complice con shorts, microgonne, scollature abissali, vestiti monospalla con schiena scoperta. Non c'è stato centimetro del corpo che gli stilisti abbiano risparmiato sulle passerelle.

- Sulla strada, però, il risultato è diverso che sulle algide ed eteree modelle: trasparenze e mini-dimensioni danno, anche in pieno centro città, uno strano "effetto-spiaggia".
- A volte si sfiora il paradossa-

le: abito velo + tanga per pedalare in bici, pantaloncini e infradito per stare in ufficio, gonna ascellare e sandalo con tacco a stiletto per andare a prendere il bimbo all'asilo.

- Completini a dir poco audaci che però tante sfoggiano, a tutte le età. E sempre nella completa indifferenza per gli sguardi altrui, maschili e non, che le proprie nudità incontrano.

«Quello che vince in questo caso è il modello che arriva

dalla televisione e che, soprattutto in Italia, è fatto di tanto nudo femminile. Quella stessa esibizione del corpo che molte donne adottano senza porsi troppe domande: il senso del proibito è caduto, la morale si è trasformata insieme al modo di vestirsi e svestirsi. Ecco perché il fatto di essere nude o quasi non viene avvertito come disturbante per gli altri. Semplicemente è considerato normale, anche quando non lo è».

Psicologia



► **Car jungle:** feroci al volante

**Tranquilli fino al momento di mettersi al volante, iper-aggressivi dopo.**

Sono molti quelli che alla guida si trasformano: urlano contro chi sorpassa, si azzardano in manovre rischiose, si fermano per ore davanti ai segnali di passo carabile, parcheggiano senza considerare le macchine davanti e dietro o spostandole a colpi di paraurto.

- Le strade metropolitane, ma anche quelle dei piccoli centri, somigliano sempre di più alla giungla dei vecchi romanzi di avventura: la lotta è lecita con ogni mezzo, l'importante è vincere "il nemico" e guadagnare un metro o un minuto.

«In auto spesso scatta un meccanismo psicologico: ci si sente dominanti, come se la propria forza fosse amplificata da quella del mezzo. L'atteggiamento verso chi è più debole (pedone, ciclista...) diventa aggressivo. Anche persone responsabili avvertono meno il senso del pericolo o lo ignorano. E la sensazione di essere intoccabili resta, nonostante le sanzioni più severe. Nella normalità questo porta a tutta una serie di scorrettezze, nei casi più gravi può condurre alla pirateria della strada e a incidenti seri».

**PERCORSO A OSTACOLI**

**Spintoni nelle file, gomitate nei negozi, "collisioni" sul marciapiedi. Anche per chi va a piedi il percorso nasconde non poche insidie: per alcuni gli altri sembrano diventati invisibili.**

- **Ci sono ma non contano, per questo diventa normale passarci fisicamente sopra, urtarli e proseguire senza un accenno di scusa, semplicemente ignorandoli.**

«Egocentrismo ma anche indolenza e menefreghismo, un mix micidiale, questo sta dietro alle sgarbattezze, agli urti. Gli altri diventano invisibili perché lo sguardo è concentrato soltanto su se stessi. In più quando se ne avverte la presenza è come se fossero ostacoli: danno fastidio, fanno perdere tempo, ecco perché si "spintonano" con tanta disinvoltura. Piccole cose che testimoniano però la perdita di alcuni valori, come il senso della distanza come rispetto, della cortesia, di una gentilezza minima nei modi».

**COME DIFENDERSI**

Ma c'è un modo di difendersi dagli atteggiamenti "sopra le righe" di chi sta intorno che rendono più sgradevoli le giornate? «Inutile nascondersi, siamo tutti indifesi contro l'arroganza e la mancanza di educazione. Però il consiglio più importante e più "sano" è quello di sforzarsi di riportare tutto, anche gli episodi più spiacevoli alle giuste dimensioni, riuscire se si può a non farsi irritare e soprattutto imparare a non farsi coinvolgere in reazioni altrettanto esagerate e fuori misura. Mantenere il senso della realtà e non rispondere alle "provocazioni" è molto importante per vivere meglio».

**COME CAMBIARE**

E se invece il problema è il nostro atteggiamento e ci si rende conto che si vuole cambiare in meglio e perdere qualche abitudine "trash"?

«Non è difficile... Basta recuperare alcuni valori del passato, la buona educazione, una gentilezza che non è formalismo ma attenzione per chi sta vicino. È utile anche fare propri ideali più profondi come la solidarietà. Un "allenamento" quotidiano per imparare a considerare l'interesse degli altri e a mettersi in secondo piano, quando è necessario, senza considerarlo un fallimento. In questo modo si riuscirà ad uscire dalla povertà spirituale della cosiddetta "ego-generation", dall'eccesso di individualismo e di egocentrismo tipico di questo periodo».

Lucia Fino