



**CAPTED - Departmental Research Center**

**Center for Educational Changes and Potentials in the Digital Transition**

Event of the Permanent Seminar

**DIGITAL TRANSITION  
AND SOCIAL INEQUALITIES:  
Flow as strategy of social alienation**

Milan (Italy) and Online • March 11 2025

**SEMINAR REPORT**  
**Bilingual: English/Italian**

Written by:

**Maddalena Sottocorno** Research Fellow, University of Milano-Bicocca

**To cite this report:** CAPTED (2025). *Digital Transition and Social Inequalities - Flow as a Strategy of Social Alienation*. Seminar Report, 11 March 2025, University of Milano-Bicocca, 1-14.

Available at: <https://www.formazione.unimib.it/en/news/seminar-report-digital-transition-social-inequalities>

## Table of contents

## Indice del report

Report: ENGLISH VERSION	Report: VERSIONE ITALIANA
→ <a href="#"><u>Introduction</u></a>	→ <a href="#"><u>Introduzione</u></a>
→ <a href="#"><u>Flow and its darker side</u></a>	→ <a href="#"><u>Flow e suoi elementi critici</u></a>
→ <a href="#"><u>Flow and freedom</u></a>	→ <a href="#"><u>Flow e libertà</u></a>
→ <a href="#"><u>Flow and organizations</u></a>	→ <a href="#"><u>Flow e organizzazioni</u></a>

**Report:**

# **ENGLISH VERSION**

## INTRODUCTION

### **Digital Transition and Social Inequalities: Flow as a Strategy of Social Alienation** CAPTED Permanent Seminar 2024-2025

On 11 March 2025, the seminar Digital Transition and Social Inequalities - Flow as a Strategy of Social Alienation took place, promoted within the framework of the Permanent Seminar “Educational and Sociocultural Changes and Potentialities Related to the Digital Transition” of the CAPTED Research Center. The event started with a keynote speech by **Professor Braxton Soderman** (University of California, Irvine), followed by interventions by CAPTED members, Professors **Paolo Monti** and **Andrea Galimberti**, while **Professor Francesca Antonacci** coordinated the event.

Students from the Master’s Degrees in **Advanced Educational Sciences** and **Human Resource Development** attended the event both in person and online.

## FLOW AND ITS DARKER SIDE

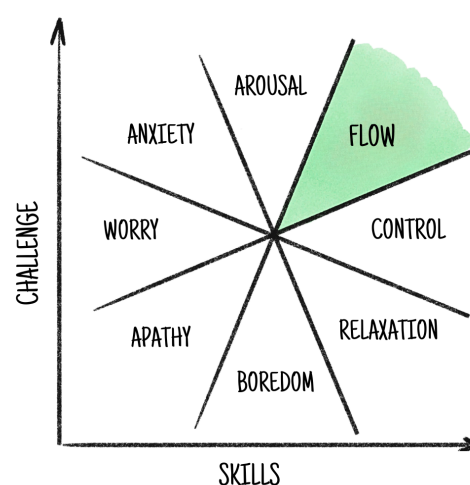
### Summary of the speech by Braxton Soderman

(University of California, Irvine)

Braxton Soderman introduces the concept of **flow**, reconstructing its founding theoretical elements. In particular, he refers to the research of the Polish-born psychologist **Csikszentmihalyi**, who studied art and creativity in the 1970s, trying to understand where the immersive involvement given during a particular activity comes from.

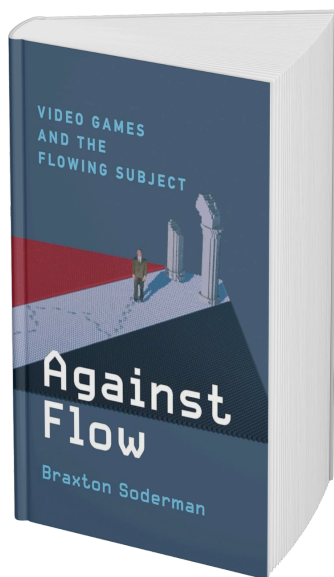
Csikszentmihalyi is the author of the *flow theory*, some of the basic principles of which Soderman recalls are:

- You are engaged in a demanding activity that requires skill;
- You are focused on a task to be performed;



- You are in the control paradox: you are in full control of what you are doing, but this control is not perceived as strenuous;
- You lose self-awareness;
- You are in a situation where time is transformed and apparently disappears.

The flow state results from immersion in a challenging activity (**challenge-based immersion**). Based on these characteristics, the concept has found considerable application in game design models.



Professor Soderman  
authored **Against Flow**  
(2021).

Professor Soderman then illustrates the **critical aspects of this theory**.

**Flow**, in fact, is a condition that does not require reflection, **does not lead to critical evaluation of situations and can contribute to social isolation and alienation from others**. The main critiques of this concept relate to the fact that it **reinforces individuality** and the construction of a strong and powerful self that is primarily concerned with its personal life. This results in a reduced ability to feel part of a general social situation. The flow theory finds widespread application on a cultural level, speaking of *flow culture* and its commercialization (*commodification of flow*). In education, too, this concept is underpinned by an emphasis on individualistic models of learning that are based on personalization and risk leading to alienation.

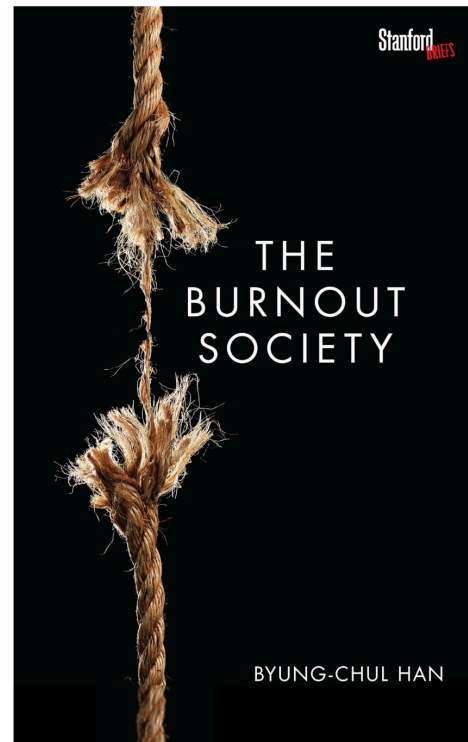
## FLOW AND FREEDOM

### Summary of the comments by Paolo Monti

(University of Milano-Bicocca, Italy - CAPTED member)

**Paolo Monti** focuses his speech on the **concept of freedom**. The flow theory, in fact, makes individuals feel free, always immersed in a dimension of enjoyment. The professor refers to the work of Byung-Chul Han and his volume entitled *The Burnout Society*, to understand the contemporary experience of work in relation to this emphasis on freedom. In particular, he points out that there is currently a decline of institutions that externally control the individual. Instead, **control is internalized**.

This supports a society of **individualism**, based on **self-realization** and **performance** (the *achievement society*). A characteristic element of this society is the idea that the individual is his or her own “entrepreneur”.



Professor Monti draws some of his reflections from *The Burnout Society* (Byung-Chul Han, 2015).

This entails a change of language, of interpretative lenses, of values, which can be summarised as follows:

- The subject is no longer under the control of an external norm, but behaves like a self-entrepreneur;
- Freedom and compulsion come to coincide (*compulsive freedom*): the individual participates in practices whose goal is to maximise performance in all spheres of existence (work, leisure, relationships);

- In each practice, there is a drive to self-sacrifice in order to achieve ever greater goals (self-exploitation) and the individual does not resist this, precisely because it is the subject that submits oneself to this effort;
- New pathologies arise out of this excess of positivity and proactivity (depression, hyperactivity, borderline condition...).

This relates to the flow theory for the following reasons:

- There is an individualistic sense of performance that leads to ever higher levels of performance;
- The model of society outlined emphasises individualistic dimensions of self-realization through performance, even in the educational context: the technological platforms used in this context can generate alienating experiences;
- Alienation is self-directed/self-inflicted: the subject is driven to want to be better and better, but their performance is based on metrics that they do not control, as much as the flow experience is carefully programmed by game designers.

Paolo Monti closes his speech by proposing an **alternative trajectory of freedom** that concerns the possibility of controlling the conditions of personal action. The subject, in the model of society that aims at maximizing performance, should ask him/herself what his/her ends are, what excellence is, and in what terms he/she intends to realize himself/herself. In asking oneself these questions, the subject can activate **critical thinking**, leading to the control of **one's actions** according to criteria that are not only those of individual self-realization, but rather taking into account the context and relationships.

## FLOW AND ORGANIZATIONS

Summary of the comments by [Andrea Galimberti](#)

(University of Milano-Bicocca, Italy - CAPTED member)

**Andrea Galimberti's** talk highlights the **links between flow theory and organisations**, understood as contexts in which work is regulated for profit or non-profit purposes. The professor recalls the concept of the *knowledge society*, which has emerged since the 1990s, emphasizing education as a means of economic progress. In some contexts, this has even been described as **educational fundamentalism**.

In this sense, a reference is drawn to the so-called **Toyota Revolution**. This label refers to **an organizational model that focuses on talent and performance**. **Flexibility** becomes fundamental: the organizational system must respond quickly to changes in the markets, consequently the employee must be equally flexible and continuously able to adapt to changes. In this model, decision-making is disseminated throughout the organization: workers are polyvalent subjects, capable of making decisions, who go along with the changes in the organism to which they belong.

More recently, there has been a shift from the idea of a learning organization to **the model of the creative industry**, which must always come up with new solutions. This leads to conditions whereby people experience organisations feeling that they must always innovate and change their work. At the same time, there is a shift in the model of work organization, which loses its rules in terms of time and space (there is no constraint in terms of hours or places in which to carry out one's activity, but the activity may be demanded at all times in all places): this favours the idea of an **individualistic immersion in work**.

**The world of organizations is moving towards the flow model.**

This means, on the one hand, allegedly having more freedom in terms of work organization, but at the same time, it gives rise to a condition in which **one's freedom is constantly subject to measure and evaluation**, which influences it decisively.

On another level, a different dimension of flow related to the assessment processes that constantly take shape in organizations is thematized. Specifically, the example is based on algorithms used to “measure” soft skills through gamification-based simulations that, through the dynamics of flow, encourage subjects to “let themselves be absorbed” by what is happening, lowering their defenses and their reflective questioning activity (which allows for a critical posture with respect to the assessment process itself). Such practices aim, in an often rhetorical way, to identify the subject’s talents and potential, i.e., what makes her “unique,” but, paradoxically, through an evaluation process that passivizes her and leaves the final word to the algorithmic “oracle”.

**Report:**

# **VERSIONE ITALIANA**

## INTRODUZIONE

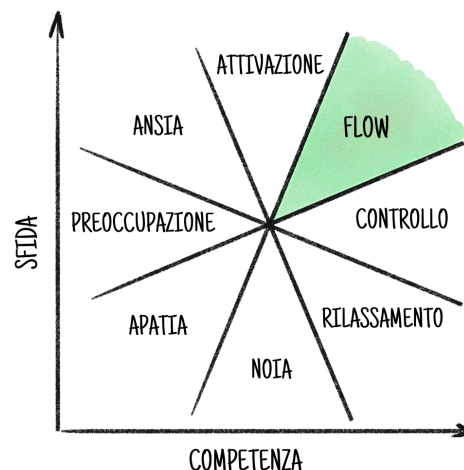
### **Transizione digitale e disuguaglianze sociali: Il flow come strategia di alienazione sociale** Seminario Permanente CAPTED 2024-2025

L'11 marzo 2025 si è svolto il seminario Digital Transition and Social Inequalities - Flow as a Strategy of Social Alienation [Transizione digitale e disuguaglianze sociali - Il flow come strategia di alienazione sociale] promosso nell'ambito del Seminario Permanente "Cambiamenti e potenzialità educative e socioculturali connessi alla transizione digitale" del Centro Studi CAPTED. L'evento si è articolato a partire dalla relazione del **professor Braxton Soderman** (University of California, Irvine), a cui sono seguiti gli interventi dei **professori Paolo Monti e Andrea Galimberti** del Dipartimento di Scienze Umane per La Formazione dell'Università di Milano-Bicocca. Il seminario è stato introdotto e coordinato da Francesca Antonacci, anche lei professoressa del Dipartimento di Scienze Umane "Riccardo Massa" per la Formazione dell'Università di Milano-Bicocca. Studentesse e studenti dei Corsi di Laurea Magistrale in **Scienze Pedagogiche e Formazione e Sviluppo delle Risorse Umane** hanno partecipato all'evento in presenza e online.

## FLOW E SUOI ELEMENTI CRITICI

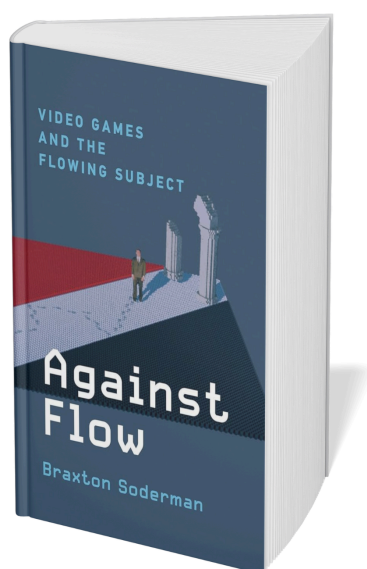
**Sulla presentazione di Braxton Soderman**  
(University of California, Irvine)

Braxton Soderman introduce il concetto di **flow**, ricostruendone gli elementi teorici fondanti. In particolare, si riferisce al lavoro di ricerca dello psicologo di origini polacche **Csikszentmihalyi** che negli anni Settanta ha studiato l'arte e la creatività, cercando di capire da dove derivi il coinvolgimento immersivo che si dà durante una particolare attività (*Where does deep enjoyment with a particular activity come from?*). A Csikszentmihalyi si deve la teoria del flow, di cui Soderman richiama alcuni principi fondanti:



- Si è immersi in un'attività impegnativa che richiede abilità;
- Si è concentrati su un compito da svolgere;
- Ci si trova nel paradosso del controllo: si è nel pieno controllo di ciò che si sta facendo, ma questo controllo non viene percepito come faticoso;
- Si perde la coscienza di sé;
- Si è in una situazione in cui il tempo si trasforma e apparentemente scompare.

Lo stato di *flow* deriva dall'immersione in un'attività **sfidante** (*challenge-based immersion*). A partire da queste sue caratteristiche, il concetto ha trovato notevole applicazione nei modelli di *game design*.



Il Professor Soderman ha pubblicato **Against Flow** (2021).

Il professor Soderman illustra, poi, gli **aspetti problematici di questa teoria**. Il *flow*, infatti, è una condizione che non richiede riflessione, non porta a valutare criticamente le situazioni e **può contribuire all'isolamento sociale e all'alienazione dagli altri**. Le critiche maggiori che vengono mosse a questo concetto riguardano il fatto che esso **rafforzi l'individualità** e la costruzione di un sé forte e potente che ha interesse principalmente per la sua vita personale. Ciò determina una minore capacità di sentirsi parte di una situazione sociale generale. La teoria del *flow* trova diffusione a livello culturale, si parla di *flow culture* e della sua commercializzazione (*commodification of flow*). Anche in ambito educativo, questo concetto è sotteso ad un'enfasi su modelli individualistici di apprendimento che si fondano sulla personalizzazione e che rischiano di portare all'alienazione.

## FLOW E LIBERTÀ

In merito ai commenti di Paolo Monti

(Università degli Studi di Milano-Bicocca - Membro CAPTED)

**Paolo Monti** orienta il suo intervento attorno al **concetto di libertà**. La teoria del *flow*, infatti, fa sentire gli individui liberi, sempre immersi in una dimensione di piacevolezza. Il professore fa riferimento all'opera di Byung-Chul Han e al suo volume dal titolo *La società della stanchezza*, per comprendere l'esperienza contemporanea del lavoro in relazione a questa enfasi sulla libertà. In particolare, evidenzia come attualmente vi sia un declino delle istituzioni che controllano l'individuo dall'esterno. Il **controllo**, invece, è **internalizzato**. Questo sostiene una società dell'individualismo, basata sull'auto-realizzazione e sulla prestazione (la *società della prestazione*).

Elemento caratterizzante di questa società è l'idea che il soggetto sia "imprenditore di sé stesso".

Ciò comporta un cambiamento di linguaggio, di lenti interpretative, di valori, così riassumibile:

- Il soggetto non è più sotto il controllo di una norma esterna, ma si comporta come un imprenditore di sé stesso;
- Libertà e costrizione vengono a coincidere (*compulsive freedom*): si accetta di partecipare a pratiche il cui obiettivo è massimizzare la prestazione in tutti gli ambiti dell'esistenza (lavoro, svago, relazioni);
- In ogni pratica, c'è una spinta al sacrificio di sé per raggiungere obiettivi sempre maggiori (*autosfruttamento*) e non c'è resistenza a questo, proprio perché è il soggetto stesso a costringersi a tale sforzo;
- Si danno nuove patologie a causa di questo eccesso di positività e proattività (depressione, iperattività, condizione borderline...).

Quanto prospettato si collega alla teoria del *flow* per le seguenti ragioni:



Il Professor Monti trae alcune delle sue riflessioni da ***La società della stanchezza*** (Byung-Chul Han, 2020).

- Vi è un senso individualistico della prestazione che porta a raggiungere livelli di *performance* sempre maggiori;
- Il modello di società prospettato enfatizza dimensioni individualistiche di autorealizzazione attraverso la prestazione, anche nel contesto formativo: le piattaforme tecnologiche utilizzate in questo ambito possono generare esperienze alienanti;
- L'alienazione è auto-diretta/auto-inflitta: il soggetto è portato a voler essere sempre migliore, ma la sua performance è misurata su metriche che eludono il suo controllo, così come nel flow l'esperienza è programmata attentamente da altri.

Paolo Monti conclude il proprio intervento prospettando una **traiettoria alternativa di libertà** che riguarda la possibilità di controllare le condizioni del proprio agire. Il soggetto, nel modello di società che punta alla massimizzazione della prestazione, dovrebbe domandarsi quali siano i suoi fini, che cosa sia l'eccellenza e in che termini intende realizzare sé stesso. Nel porsi queste domande può attivare un **pensiero critico**, che porti al **controllo del proprio agire** secondo dei canoni che non siano solo quelli della realizzazione individuale del sé, ma tenendo piuttosto conto del contesto e delle relazioni.

## FLOW E ORGANIZZAZIONI

*In merito ai commenti di **Andrea Galimberti***

(Università degli Studi di Milano-Bicocca - Membro CAPTED)

L'intervento di **Andrea Galimberti** evidenzia i **collegamenti tra la teoria del flow e le organizzazioni**, intese come contesti in cui il lavoro è regolato per fini profit o no profit. Il professore richiama il concetto di società della conoscenza (*knowledge society*), che si è affermato a partire dagli anni Novanta del '900. Esso determina un'enfasi sull'educazione come mezzo per la progressione economica dei Paesi. In alcuni contesti si è parlato di *fondamentalismo educativo*.

Si fa riferimento, in questo senso, alla cosiddetta **Rivoluzione Toyota**. Con questa etichetta ci si riferisce a **un modello organizzativo che mette al centro il tema del talento e della performatività**.

La **flessibilità** diventa fondamentale: il sistema organizzativo deve rispondere velocemente ai cambiamenti dei mercati, di conseguenza il lavoratore deve essere altrettanto flessibile e capace continuamente di adattarsi ai mutamenti. In questo modello il processo decisionale viene disseminato in tutta l'organizzazione: i

lavoratori sono soggetti polivalenti, capaci di prendere decisioni, che assecondano i cambiamenti dell'organismo a cui appartengono.

Più recentemente, si è passati dall'idea di un'organizzazione che apprende, al **modello dell'industria creativa**, che deve sempre proporre soluzioni nuove. Si creano delle condizioni per cui le persone vivono le organizzazioni sentendo di dover sempre innovare e modificare il proprio operato. Al contempo, cambia il modello di organizzazione del lavoro che perde le sue regole in termini di tempi e spazi (non vi è un obbligo in termini di orari o luoghi in cui svolgere la propria attività, ma l'attività può essere richiesta in qualsiasi tempo e luogo): questo favorisce l'idea di un'immersione individualistica nell'attività lavorativa.

## Il mondo delle organizzazioni va verso il **modello del flow**.

Ciò significa, da una parte, avere una libertà in termini di organizzazione del lavoro; allo stesso tempo, si dà una condizione in cui **la propria libertà è soggetta costantemente alla misurazione e alla valutazione**, e in questo modo viene condizionata in modo determinante.

Su un altro livello, viene tematizzata una diversa dimensione del flow legata ai processi di *assessment* che costantemente prendono forma nelle organizzazioni. Nello specifico, si fa l'esempio di algoritmi utilizzati per "misurare" le competenze trasversali (*soft skills*) attraverso simulazioni basate sulla gamification che, attraverso la dinamica del flow, incoraggiano i soggetti a "lasciarsi assorbire" da quanto accade, abbassando le proprie difese e la propria attività di interrogazione riflessiva (che permette una postura critica rispetto al processo stesso di valutazione). Tali pratiche mirano, in modo spesso retorico, a individuare il talento e il potenziale del soggetto, ovvero ciò che lo rende "unico", ma, paradossalmente, attraverso un processo di valutazione che lo passivizza e che lascia l'ultima parola all'"oracolo" algoritmico.