

ANNALES  
VIII

# L'INCAPACITÀ CONSENSUALE TRA INNOVAZIONE NORMATIVA E PROGRESSO SCIENTIFICO

(CAN. 1095, MITIS IUDEX E DSM-5)

ESTRATTO:

Tonino Cantelmi - Massimo Talli

Una *review* sui fenomeni psicopatologici internet-correlati



LIBRERIA  
EDITRICE  
VATICANA



TONINO CANTELMÌ

Direttore dell'Istituto di Terapia Cognitivo Interpersonale di Roma

MASSIMO TALLI

Psicologo e psicoterapeuta

## **UNA REVIEW SUI FENOMENI PSICOPATOLOGICI INTERNET-CORRELATI**

SOMMARIO: Introduzione. – 1. Un disturbo per 25 definizioni. – 2. Criteri diagnostici. – 3. Incidenza del disturbo. – 4. Modelli teorici. – 5. Predisposizione. – 6. Cyber-intossicazioni. – 7. Strumenti di valutazione. – 8. Quale trattamento? – Conclusioni.

### *Introduzione*<sup>1</sup>

Sono passati circa 20 anni dal nostro primo lavoro sulla cosiddetta *dipendenza da Internet*<sup>2</sup>. L'occasione per interessarci a questa singolare patologia ci venne fornita da una signora del nord Italia che, a seguito di una prolungata esposizione alla Rete, giunse nel nostro ambulatorio con chiari segni dissociativi. Quello che non convinceva del suo quadro clinico era il ruolo giocato dalla Rete, se essa cioè rappresentasse una fortuita e ininfluyente coincidenza, oppure, se fosse una causa della stessa sintomatologia.

<sup>1</sup> Nell'ambito di questa *review* gli Autori, dopo una prima descrizione del "fenomeno Internet" ed in particolare dei rischi psicologici e psicopatologici legati al suo uso, propongono al lettore una serie di contributi inediti sul tema, da loro sviluppati nel corso degli anni. Sono molteplici gli aspetti trattati dalla *review* e tutti di fondamentale interesse: dal problema definitorio della sindrome ai possibili criteri diagnostici; dai modelli esplicativi proposti dai vari autori al possibile trattamento della sindrome.

<sup>2</sup> Cf. T. CANTELMÌ - M. TALLI, *I.A.D. Internet Addiction Disorder*, in *Psicologia Contemporanea*, (1998), 150, 4-11.

Ciò che nel 1998 si conosceva di questo problema era dovuto esclusivamente ai lavori pionieristici della Young di Pittsburgh<sup>3</sup>. In Italia, erano in pochi a beneficiare di un collegamento alla rete e ancora di meno a parlare di “strane” influenze psicologiche.

Da allora, la “Rete delle Reti” è letteralmente esplosa a livello planetario divenendo il mezzo di comunicazione per eccellenza. Con la sua diffusione, sono aumentate, fortunatamente, le conoscenze scientifiche sugli aspetti psicopatologici di questo media e molto materiale oggi può essere reperito fuori e dentro la Rete.

La stessa tecnologia su cui poggia la Rete è cambiata: l’avvento della banda larga ha permesso collegamenti più sicuri e rapidi mentre l’ingresso della telefonia e della Tv digitale hanno reso Internet ancora più utile e accattivante. Ciononostante il suo spirito anarchico è rimasto piacevolmente intatto, così come la sua capacità di stimolare inediti percorsi mentali.

La *review* in questione si propone di esaminare i contributi scientifici più importanti apparsi sino ad oggi sull’argomento (per la maggior parte ad opera di autori di lingua inglese) seguendo un percorso ideale scandito dai seguenti contenuti: definizioni - criteri diagnostici - incidenza del disturbo - modelli teorici - predisposizione - servizi di rete e tossicità - strumenti di valutazione - trattamento.

Per convenzione terminologica useremo in questo lavoro l’espressione *Internet Related Psychopathology* (IRP), per indicare una costellazione di disturbi e di comportamenti *on-line* anche molto diversi fra loro, come ad esempio: dipendenza da cyber-sesso, dipendenza da cyber-relazioni, dipendenza dai giochi di ruolo *on-line* e altro ancora<sup>4</sup>.

Ampio spazio verrà dedicato ai nuovi contributi scientifici sviluppati dalla nostra *équipe* nel corso dell’ultimo anno. Nuove conoscenze che, speriamo, possano arricchire l’eredità del 1998.

<sup>3</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Psychology of computer use: XL Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype*, in *Psychological Reports* (1996), 79, 899-902.

<sup>4</sup> Cf. T. CANTELMÌ - C. DEL MIGLIO - M. TALLI - A. D’ANDREA, *Internet Related Psychopathology: primi dati sperimentali, aspetti clinici e note critiche*, in *Giornale Italiano di Psicopatologia* (2000), 6/1, 40-51.

## 1. Un disturbo per 25 definizioni

Rapporti aneddotici di dipendenza da computer emersero già negli anni settanta e ottanta<sup>5</sup>. Si parlava ovviamente di problematiche connesse all'uso-abuso del pc e non di Internet, dato che questo ancora non esisteva.

Secondo la “leggenda” il primo studioso ad ipotizzare il disturbo e a chiamarlo *Internet Addiction Disorder* fu lo psichiatra americano Ivan Golberg<sup>6</sup>, il quale in maniera piuttosto provocatoria fece girare in rete i relativi criteri diagnostici. Da allora, nel panorama scientifico, si è affacciata una moltitudine di definizioni per descrivere la sindrome, come *Internet Addiction*<sup>7</sup>, *Internet Dependency*<sup>8</sup>, *Compulsive Internet Use*<sup>9</sup>, *Compulsive Computer Use*<sup>10</sup>, ecc.

Similmente a quanto avviene per le scatole cinesi, la IRP può essere intesa come un sottoinsieme più piccolo di un problema più grande, che a sua volta può essere scomposto in base all'oggetto specifico di dipendenza<sup>11</sup>, ovvero in *Cybersexual addiction*, *Cyber relationship addiction*, *Muds addiction*, *Compulsive online gambling*, *Compulsive online shopping* e *Information overload addiction*<sup>12</sup>.

Lavenia e Marcucci (2005)<sup>13</sup> tendono a operare una ulteriore distinzione tra *Cybersex Addiction* e *Cyberporn Addiction*, attribuendo alla prima una interattività sessuale (sistema “uomo-macchina-uomo”) completamente assente nella seconda (sistema “uomo-macchina”).

<sup>5</sup> Cf. M.A. SHOTTON, *The costs and benefits of computer addiction*, in *Behaviour & Information Technology* (1991), 10, 219-230.

<sup>6</sup> Cf. I. GOLDBERG, *IAD*, in <http://www.iucf.indiana.edu/brown/hyplan/addict.html> (accesso: 31.01.2019).

<sup>7</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*, in *CyberPsychology & Behavior* (1996), 1, 237-244.

<sup>8</sup> Cf. K. SCHERER, *College life on-line: healthy and unhealthy Internet use*, in *Journal of College Student Development* (1997), 38, 655-665.

<sup>9</sup> Cf. D.N. GREENFIELD, *Psychological characteristics of compulsive Internet use: a preliminary analysis*, in *CyberPsychology & Behavior* (1999), 2, 403-412.

<sup>10</sup> Cf. M.N. POTENZA - E. HOLLANDER, *Pathologic gambling and impulse control disorders*, in K.L. DAVIS - D. CHARNEY - J. COYLE - C. NEMEROFF (ed), *Neuropsychopharmacology: The Fifth Generation of Progress*, Baltimore 2002, 1736-1737.

<sup>11</sup> Sul punto, si rimanda al prospetto terminologico che segue nel testo.

<sup>12</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Internet Addiction*, cit.

<sup>13</sup> Cf. G. LAVENIA - M. MARCUCCI, *Cybersex Addiction: Chatsex Addiction e Cyberporn Addiction. Analisi e valutazione preliminare del fenomeno*, in [www.dipendenze.com/nuovedipendenze/sexovirtuale.asp](http://www.dipendenze.com/nuovedipendenze/sexovirtuale.asp) (accesso: 31.01.2019).

Davis<sup>14</sup>, con il suo modello cognitivo-comportamentale, propone di utilizzare semplicemente il termine *Specific Pathological Internet Use* (contrapposto a *Generalized Pathological Internet Use*) per indicare una qualsiasi forma di dipendenza *on-line* specifica. Come già detto gli autori di questo articolo, hanno proposto la sigla IRP ovvero *Internet Related Psychopathology*.

Un'ulteriore definizione è stata da noi proposta per evidenziare l'aspetto "euforizzante" della rete. Abbiamo definito *Retomania* una sorta di esaltazione "simil-maniacale" capace di culminare in drammatici fenomeni dissociativi<sup>15</sup>.

Uno spunto di riflessione, non solo terminologico, ci viene offerto da Caretti con la sua *Trance Dissociativa da Videoterminale*, un disturbo, previsto dal DSM, indotto dalla tecnologia che presenta un quadro clinico sovrapponibile a quello di una intossicazione acuta da Internet<sup>16</sup>.

<sup>14</sup> Cf. R.A. DAVIS, *Internet addiction: is it real? Catalyst*, in: <http://www.victoriapoint.com/internetaddiction.htm> (accesso: 31.01.2019).

<sup>15</sup> Cf. T. CANTELM, *La mente in Internet. KOS*, in *Rivista di medicina, cultura e scienze umane* (2000), 181, 28-36; T. CANTELM - M. TALLI - A. D'ANDREA - A. GASBARRI, *Psicopatologia connessa ad Internet: recenti acquisizioni*, in *Giornale di Medicina Militare* 1999, 149, 49-54.

<sup>16</sup> Cf. V. CARETTI, *Psicodinamica della Trance Dissociativa da Videoterminale*, in T. CANTELM - A. D'ANDREA - C. DEL MIGLIO - M. TALLI (ed.), *La mente in Internet. Psicopatologia delle condotte on-line*, Padova 2000, 125-131; T. CANTELM, *Psicopatologia delle condotte online*, in V. CARETTI - D. LA BARBERA (ed.), *Psicopatologia della realtà virtuale*, Milano 2001.

<i>Technological Addiction</i>	<i>Pathological Computer Use</i>	<i>Internet Addiction</i>	<i>Specific Pathological Internet Use</i>	<i>Net Compulsion</i>	<i>Cybersexual Addiction</i>	<i>Cybersex Addiction</i>
Cyber Addiction	Compulsive Computer Use	Internet Addiction Disorder	Internet Related Psychopathology		Compulsive on-line Gambling	Cyberporn Addiction
Tech Abuse		Compulsive Internet Use			Muds Addiction	
Trance Dissociativa da Videoterminale		Pathological Internet Use			Cyber Relationship Addiction	
		Internet Dependency			Information Overload Addiction	
		Net Addiction			Compulsive on-line shopping	
		Retomania				
		Generalized Pathological Internet Use				

*Specifico*

*Generale*  
*Itinerario terminologico della IRP, secondo un continuum "generale - specifico"*

## 2. Criteri diagnostici

Storicamente la IRP è stata diagnosticata impiegando criteri di valutazione molto diversi fra loro. Il primo riconoscimento ufficiale al disturbo, si deve a Young che nel 1996 propose i criteri diagnostici per la *Internet Addiction Disorder*<sup>17</sup>. Secondo la Young nei soggetti colpiti si potevano individuare i caratteri formali della dipendenza, ovvero tolleranza, astinenza e *craving*.

Successivamente la stessa Autrice pensò di adottare i criteri per il gioco d'azzardo patologico, un disturbo considerato più vicino alla fenomenologia della IRP per il fatto di non implicare l'assunzione di sostanze chimiche<sup>18</sup>. Alcuni criteri per il gioco d'azzardo patologico ("rincorsa" alle perdite, commettere atti illegali per finanziare il gioco, reperire denaro per alleviare una situazione finanziaria causata dal gioco) non vennero ritenuti applicabili alla IRP mentre uno venne creato *ex novo*: trascorrere in rete più tempo di quanto preventivato<sup>19</sup>.

Le linee guida proposte da Shapira e colleghi<sup>20</sup>, invece, si soffermano soprattutto sugli aspetti emotivi connessi con l'esperienza di perdita del controllo. Secondo questi Autori l'uso smodato di Internet si accompagna inevitabilmente ad ingenti angosce e preoccupazioni.

Più di recente, gli Autori di questo articolo hanno proposto un *set* di criteri articolato in sintomi *overt* (manifesti) e *covert* (occulti). Per diagnosticare il disturbo è necessaria la presenza di almeno due sintomi *overt* e almeno due sintomi *covert*, per un periodo di tempo non inferiore ai 6 mesi<sup>21</sup> (Cantelmi e Talli 2007).

Ad oggi la IRP non fa parte di alcun sistema diagnostico (ad esempio non esistono criteri ufficiali né nel DSM-5, anche se si sottolinea la necessità di fare ulteriore ricerca, né nell'ICD-11): i soggetti affetti dalla sindrome possono

<sup>17</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Internet Addiction*, cit.

<sup>18</sup> Cf. ID., *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction- and a Winning Strategy for Recovery*, New York, 1998; ID., *Internet Addiction*, cit.; M.N. POTENZA, *Should addictive disorders include non-substance-related conditions?*, in *Addiction* (2006), 101 (suppl. 1), 142-151.

<sup>19</sup> Cf. A. JOHANSSON - K. GOTESTAM, *Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years)*", in *Scandinavian journal of psychology* (2004), 45, 223-229; L. LEUNG, *Net-generation attributes and seductive properties of the Internet as predictors of online activities and Internet addiction*, in *Cyberpsychology and behavior* (2004), 7, 333-348.

<sup>20</sup> Cf. N.A SHAPIRA - T.D. GOLDSMITH - P.E KECK JR - U.M. KHOSLA - S.L. MCELROY, *Psychiatric features of individuals with problematic Internet use*, in *Journal of affective disorders* (2000), 57, 267-272.

<sup>21</sup> Cf. T. CANTELMÌ - M. TALLI, *Anatomia di un problema, fenomeni psicopatologici internet-correlati*, in *Psicotech* (2007), 5/2, 7-32.



essere inseriti all'interno della categoria del *disturbo del controllo degli impulsi non altrimenti specificato*.

È necessario che si presentino 5 o più dei seguenti sintomi:
1. Ti senti eccessivamente assorbito da Internet (pensi al collegamento precedente o pianifichi la prossima sessione <i>on-line</i> )?
2. Senti il bisogno di passare più tempo collegato alla rete per ottenere la stessa soddisfazione?
3. Hai ripetutamente tentato di controllare, ridurre o interrompere l'uso di Internet, ma senza successo?
4. Ti senti irrequieto, nervoso, depresso o irritabile quando tenti di ridurre o interrompere l'uso di Internet?
5. Rimani <i>on-line</i> più a lungo di quanto originariamente intendessi?
6. Hai rischiato di perdere relazioni importanti, il lavoro, la scuola o la carriera a causa di Internet?
7. Hai mentito ai familiari, al terapeuta o ad altri per nascondere l'entità del tuo coinvolgimento in rete?
8. Usi Internet come mezzo per scappare dai problemi o per alleviare l'umore disforico (sentimenti di impotenza, colpa, ansia, depressione)?

*Criteri diagnostici per l'Internet Addiction (Young, 1998)*

A. Preoccupazione maladattiva connessa ad Internet, come indicato dalle seguenti:
1. Preoccupazione relativa ad Internet esperita come irresistibile
2. Eccessivo uso di Internet per periodi di tempo più lunghi di quelli pianificati
B. L'uso di Internet e le preoccupazioni ad esso connesse causano angoscia clinicamente significativa o indebolimento delle aree sociali, professionali, ecc.
C. L'uso eccessivo di Internet non avviene esclusivamente per periodi di ipomania o mania e non è meglio spiegato da altri disturbi

*Criteri diagnostici per l'Uso Problematico di Internet (Shapira, 2000)<sup>22</sup>*

<sup>22</sup> Cf. N.A. SHAPIRA - T.D. GOLDSMITH - P.E. KECK JR - U.M. KHOSLA - S.L. MCELROY, *Psychiatric features*, cit.

È necessario che siano presenti 2 o più dei sintomi OVERT e 2 o più dei sintomi COVERT, per un periodo di tempo di almeno 6 mesi. I sintomi non sono meglio spiegati da altri disturbi.
OVERT
1. Elevato tempo di permanenza <i>on-line</i> , non giustificato da motivi di lavoro o di studio
2. Manifestazioni sintomatiche <i>off-line</i> (ad es. nervosismo, irritabilità, depressione, ecc.)
3. Conseguenze negative dovute all'uso eccessivo di Internet (ad es. isolamento sociale, scarso rendimento lavorativo, ecc.)
COVERT
1. Irrefrenabile impulso a collegarsi ad Internet
2. Ripetuti tentativi di controllare, ridurre o interrompere l'uso di Internet
3. Frequenti menzogne relative all'uso eccessivo di Internet
4. Ricorrenti pensieri e/o fantasie relativi ad Internet

*Criteri diagnostici per l'Internet Related Psychopathology (Cantelmi e Talli, 2007)*<sup>23</sup>

### 3. Incidenza del disturbo

Le stime sull'incidenza della IRP nella popolazione variano sostanzialmente a seconda della metodologia di rilevazione adottata (rilevazioni effettuate in Rete e rilevazioni effettuate fuori dalla Rete) e degli strumenti impiegati (questionari che si ispirano a differenti criteri diagnostici).

In genere le rilevazioni *on-line* indicano un tasso di diffusione compreso tra il 3% e l'11%<sup>24</sup>.

Ad esempio, lo studio di Greenfield condotto su un campione composto di 17.251 soggetti, di età compresa tra gli 8 e gli 85 anni, riporta un tasso di incidenza del disturbo pari al 5.7%<sup>25</sup>.

<sup>23</sup> Cf. N.A SHAPIRA - T.S. GOLDSMITH - P.E. KECK JR - U.M. KHOSLA - S.L. MCELROY, *Psychiatric features*, cit.

<sup>24</sup> Cf. S. KERSHAW, *Hooked on the Web: Help is on the Way*, 2005, in <https://www.nytimes.com/2005/12/01/fashion/thursdaystyles/hooked-on-the-web-help-is-on-the-way.html> (accesso: 31.01.2019); T. DE ANGELIS, *Is internet addiction real?* In <http://www.apa.org> (accesso: 31.01.2019).

<sup>25</sup> Cf. D.N. GREENFIELD, *Psychological characteristics of compulsive Internet use: a preliminary analysis*, in *Cyberpsychology and behavior* (1999), 2, 403-412.

Uno studio svolto da alcuni ricercatori coreani ha evidenziato un tasso di incidenza leggermente più basso: su 13.000 partecipanti allo studio solo il 3.47% di loro è risultato dipendente da Internet<sup>26</sup>.

Probabilmente le differenze nel grado di diffusione riportato da questi studi sono dovute all'influenza di molteplici fattori. Ad esempio Greenfield<sup>27</sup> ha studiato soprattutto gli utenti americani, mentre Whang e collaboratori<sup>28</sup> hanno studiato esclusivamente soggetti coreani. Inoltre, Whang e colleghi hanno utilizzato l'*Internet Addiction Test* proposto da Young, uno strumento costituito da una scala Likert con 20 items che ha quindi una struttura molto diversa dalle risposte si/no utilizzate nello studio di Greenfield.

In linea di massima gli studi effettuati in Rete hanno il vantaggio di riuscire a raccogliere una grande quantità di dati in un periodo di tempo relativamente breve<sup>29</sup>. Ciononostante la somministrazione *on-line* può selezionare soprattutto i soggetti che usano frequentemente Internet o che ritengono di avere un problema nella modalità di utilizzo di Internet.

Gli studi non eseguiti in Rete con selezione *random* dei soggetti del campione rappresentano un importante modo di affrontare la ricerca sulla IRP. Il primo studio pubblicato sulla diffusione di questo fenomeno nella popolazione generale, che ha usato una strategia di campionamento *random offline*, ha riportato una stima di diffusione molto bassa, variabile dallo 0.3% allo 0.7%<sup>30</sup>.

#### 4. Modelli teorici

Analizzeremo in questa sede solo alcuni dei modelli che sono stati proposti per spiegare il fenomeno IRP.

<sup>26</sup> Cf. L.S. WHANG - S. LEE - G. CHANG (2003), *Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction*, in *Cyberpsychology and behavior* (2003), 6, 143-150.

<sup>27</sup> Cf. D.N. GREENFIELD, *Psychological characteristics*, cit.

<sup>28</sup> Cf. L.S. WHANG - S. LEE - G. CHANG, *Internet over-users*, cit.

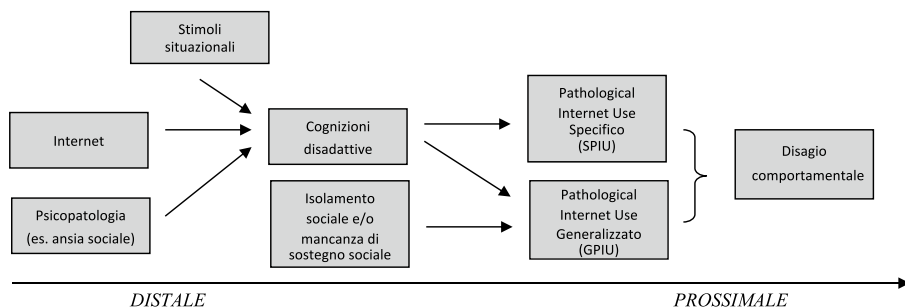
<sup>29</sup> Cf. O. EGGER - M. RAUTERBERG, *Internet Behavior and Addiction*. Zurich, Swiss Federal Institute of Technology, Work & Organisational Psychology Unit (IfAP), Swiss Federal Institute of Technology (ETH), Zurich 1996, in <http://www.idemployee.id.tue.nl/g.w.m.rauterberg/ibq/report.pdf> (accesso: 31.01.2019); T. EPPRIGHT - M. ALLWOOD - B. STERN - T. THEISS, *Internet addiction: a new type of addiction?* in *Missouri medicine* (1999), 96, 133-136.

<sup>30</sup> Cf. E. ABOUJAOUDE - L.M. KORAN - N. GAMEL - M.D. LARGE - R.T. SERPE, *Potential markers for problematic internet use: a telephone survey of 2513 adults*, in *CNS spectrums* (2006), 11, 750-755.

Il modello ACE della Young<sup>31</sup> sintetizza i principali fattori che facilitano e/o predispongono l'insorgere dei disturbi correlati con Internet:

- accessibilità (la facile ed immediata accessibilità ad ogni servizio, con gratificazione immediata di ogni piccolo bisogno);
- controllo (l'elevato controllo che si può esercitare sulle proprie attività *on-line*, non disgiunto da una irrealistica percezione di onnipotenza);
- eccitazione (la straordinaria quantità di stimoli a cui è possibile sottoporsi e il conseguente stato di eccitazione che può essere facilmente raggiunto).

Il modello di Davis<sup>32</sup> utilizza un approccio cognitivo-comportamentale, in base al quale l'*Uso Patologico di Internet* (PIU) deriva da cognizioni problematiche unite a dei comportamenti che intensificano o mantengono la risposta disadattiva. La teoria pone l'enfasi sulle cognizioni o i pensieri dell'individuo intesi come la fonte principale del comportamento anormale. Secondo l'Autore le cognizioni disadattive che si innescano automaticamente con Internet possono riguardare il sé (rimuginazioni sul proprio valore personale, dubbi su di sé, ecc.) o il mondo (generalizzazioni o pensieri di tipo tutto o nulla). Il prodotto di tali cognizioni è un PIU che può essere, a seconda dei casi, specifico o generalizzato. Il PIU specifico caratterizza le persone dipendenti da una funzione specifica di Internet (es. materiale erotico, gioco d'azzardo, aste, ecc.). Queste forme di dipendenza sono contenuto-specifiche ed esisterebbero indipendentemente dalla presenza o meno di Internet. Il PIU generalizzato, invece, comprende un sovra-utilizzo generalizzato e multidimensionale di Internet che appare riconducibile all'uso stesso della rete.



L'elaborato modello cognitivo-comportamentale di Davis (1999)

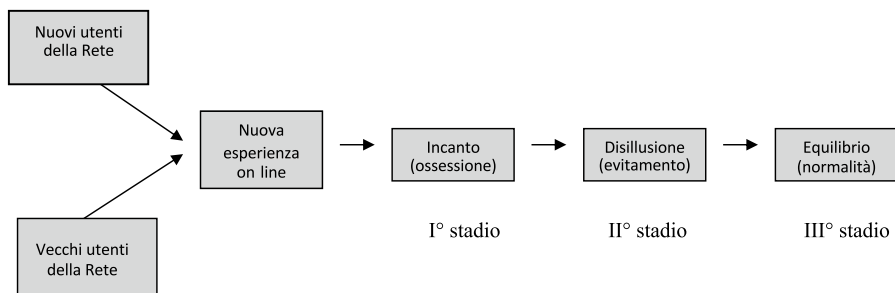
<sup>31</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Caught in the Net*, cit.

<sup>32</sup> Cf. R.A. Davis, *A cognitive-behavioral model of pathological Internet use (PIU)*, in *Computers in Human Behavior* (2001), 17/2, 187-195.

Il modello di Cantelmi e colleghi prevede un percorso virtuale, caratterizzato dallo sviluppo di livelli sempre maggiori di dipendenza, che conduce il soggetto a divenire progressivamente un vero e proprio dipendente dalla Rete. Inizialmente gli utenti attraversano una fase *tossicofilica*, caratterizzata da una costante e crescente attenzione nei riguardi della *e-mail* e una certa persistenza nella navigazione negli innumerevoli siti che intessono la Rete; successivamente essi entrerebbero nella fase *tossicomantica*, caratterizzata da una iperfocalizzazione su applicazioni interattive come *chat* e *mud*, costruendosi progressivamente un'identità sempre più sfaccettata e multipla<sup>33</sup>.

Grohol<sup>34</sup> ritiene che i soggetti affetti dal disturbo siano, più frequentemente, dei nuovi utenti della Rete che, non avvezzi al nuovo ambiente tecnologico, ne rimangono per così dire "incantati".

Anche coloro che utilizzano la rete da più tempo possono sviluppare il disturbo, ma solo dopo aver scoperto una nuova applicazione particolarmente attraente. Ad ogni modo, sia i nuovi sia i vecchi utenti raggiungeranno, prima o poi, per proprio conto lo stadio III, quello dell'equilibrio.



*Modello di Grohol del Pathological Internet Use (1999)*

Una delle possibili conseguenze della dipendenza patologica del computer e dalle sue applicazioni è quella che Caretti definisce *Trance Dissociativa da Videoterminale*<sup>35</sup>. Tale disturbo comporta uno stato involontario di *trance* con alterazione dello stato di coscienza, depersonalizzazione e perdita dell'abituale senso di identità personale con possibile sostituzione di questa con un'identità

<sup>33</sup> Cf. T. CANTELMÌ - A. D'ANDREA - C. DEL MIGLIO - M. TALLI (ed.), *La mente in Internet*, cit.

<sup>34</sup> Cf. J.M. GROHOL, *Internet Addiction disorder*, in *Psych Central*, in [http://www.meta-religion.com/Psychiatry/Disorders/internet\\_addiction\\_disorder.htm](http://www.meta-religion.com/Psychiatry/Disorders/internet_addiction_disorder.htm), dicembre 1999 (accesso: 31.01.2019).

<sup>35</sup> Cf. V. CARETTI, *Psicodinamica*, cit.

alternativa che influenza quella abituale. Dal punto di vista psicodinamico si possono riscontrare tre livelli evolutivi: la dipendenza, la regressione, la dissociazione.

La dipendenza implica:

- un ipercoinvolgimento di tipo ritualistico con il computer e le sue applicazioni;
- una relazione di tipo ossessivo-compulsivo con le esperienze e le realtà virtuali;
- una tendenza a “sognare ad occhi aperti” come modalità prevalente sull’azione nei rapporti reali;
- una vergogna conscia o inconscia come tratto peculiare di debolezza dell’Io;
- tendenze fobiche nei confronti della vita sociale.

La regressione comporta:

- una tendenza a relazioni immaginarie che compensano le scarse relazioni oggettuali
- ritiro autistico;
- fantasia autistica come modalità difensiva dell’Io.

La dissociazione si caratterizza per:

- labilità dei confini dell’Io;
- dispersione del Sé;
- depersonalizzazione, cioè distacco ed estraniamento da se stessi fino alla perdita del contatto vitale con la realtà.

#### **Aggiornamenti (1/6)**

##### ***Un modello speculare***

L’idea che sottende tale modello è che vi sia nell’uso “normale” della Rete un aumento progressivo delle esperienze, parallelamente all’uso di sempre maggiori strumenti e servizi *on-line*. Se il primo approccio alla Rete viene solitamente mediato dall’uso della *e-mail* o del *web* (*zapping* da un sito all’altro), successivamente verranno utilizzate anche altre applicazioni ben più sofisticate e complesse di queste, come *chat*, *newsgroup*, *mud*, ecc.

Nell’uso “patologico” della rete tale processo si ripete, ma in modo speculare. Nonostante il *background* esperienziale acquisito con i precedenti collegamenti, l’utente arriva a restringere progressivamente l’uso che fa della Rete aumentando contestualmente il suo tempo di permanenza *on-line*. L’ossessività che caratterizza il suo agire tende a circoscriversi su temi specifici della Rete, come sesso, azzardo, ecc.

Si possono individuare 4 fasi evolutive ben precise, che conducono l’utente a divenire progressivamente un vero e proprio Rete-dipendente:

Fase d’ingresso nella Rete: l’utente entra in contatto con la Rete, mediante il *web* o la posta elettronica. Appare tanto disorientato quanto curioso di fare nuove esperienze.

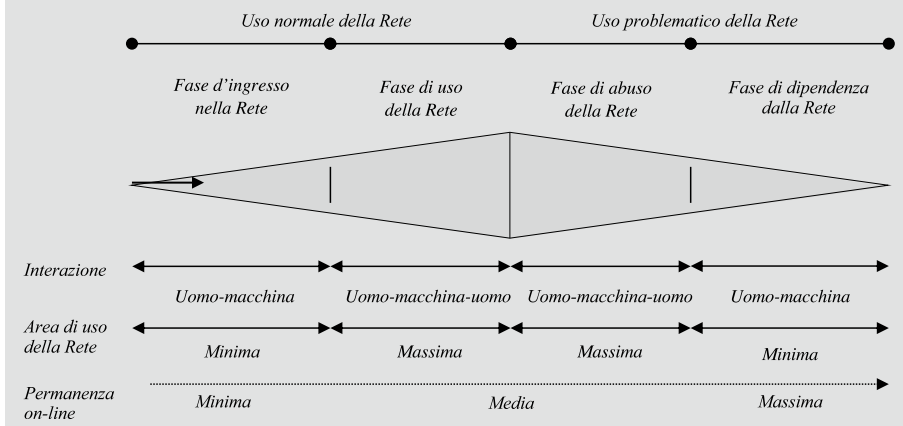
Sul piano relazionale, stabilisce con Internet un tipo di rapporto “uomo-macchina” (anche se il soggetto comunica con altre persone, queste passano in secondo piano rispetto alla fascinazione tecnologica della Rete).

**Fase di uso della Rete:** l’utente è in grado di utilizzare un’ampia varietà di strumenti e servizi e di muoversi in Rete con sufficiente sicurezza. È consapevole dei pericoli insiti in tale tecnologia. Sul piano relazionale, stabilisce con Internet un tipo di rapporto “uomo-macchina-uomo” (la Rete viene percepita come un mezzo di comunicazione).

**Fase di abuso della Rete:** l’utente comincia a selezionare le applicazioni della Rete che possono maggiormente soddisfarlo. Incrementa il suo tempo di permanenza *on-line*. Sul piano relazionale, stabilisce con Internet un tipo di rapporto “uomo-macchina-uomo” (nonostante che il soggetto cominci ad utilizzare la Rete, e quindi anche le persone che incontra *on-line*, in modo indiscriminato non ne appare ancora consapevole).

**Fase di dipendenza dalla Rete:** l’utente restringe ulteriormente l’ambito di utilizzo della Rete, dedicando il suo tempo di permanenza a pochissime applicazioni e servizi (*chat* e *mud* in particolare). Sul piano relazionale stabilisce con Internet un tipo di rapporto “uomo-macchina” (anche se il soggetto comunica con altre persone queste vengono percepite come oggetti di piacere).

Dal punto di vista grafico, possiamo riassumere quanto detto nel seguente modo:



## 5. Predisposizione

Oggi, non è facile tracciare un quadro delle caratteristiche psicologiche degli utilizzatori di Internet: soprattutto non è possibile affermare con sicurez-

za se vi siano dei fattori predisponenti in grado di sottendere all'abuso di tale strumento. Certamente la presenza di difficoltà psicologiche (problemi familiari, relazionali, ecc.) o psichiatriche (disturbi di personalità, fobia sociale, ecc.) costituisce un forte fattore di rischio<sup>36</sup>.

Molti studi hanno potuto constatare quanto sia varia la tipologia del fruitore di Internet e quanto variegata possano essere le motivazioni che spingono ogni soggetto a ricorrere a questa nuova realtà e ad immergersi in essa totalmente: alcuni ammettono di ricorrere alla *web* con l'intenzione di ricercare una nuova eccitante identità, altri sono spinti dall'esaltante prospettiva dell'anonimato, altri soltanto per ridurre la tensione e lo *stress* della vita d'ogni giorno, altri ancora con lo scopo di intraprendere nuove amicizie o solo perché sulla rete trovano un luogo sicuro e protettivo.

Secondo uno studio di Marcucci e Lavenia<sup>37</sup> le personalità IRP avrebbero in comune il tratto schizoide. Gli individui con questo tratto si caratterizzano per la loro tendenza ad isolarsi nonché per la loro difficoltà a formare relazioni sociali stabili. I loro interessi e passatempi di solito aumentano il loro stato di isolamento dalle altre persone in quanto sono più interessati alle cose (oggetti, macchine, ecc.) che alle persone.

È stato suggerito che i soggetti di sesso maschile potrebbero avere una maggiore propensione a sviluppare una dipendenza da Internet per via dell'uso particolare che fanno della rete. I maschi sarebbero più dediti ad attività a più elevato "gradiente tossicologico", come *videogames*, sesso virtuale e gioco d'azzardo<sup>38</sup>. Vari studi, effettuati fuori dalla rete su studenti universitari, sostengono questa osservazione<sup>39</sup>. Ad esempio, in uno studio su un campione di adolescenti di Taiwan una porzione significativamente maggiore di maschi aveva fatto giochi *on-line* rispetto alle femmine (81.8% contro 36.4%)<sup>40</sup>. Inoltre, i maschi avevano un punteggio più alto su una scala che valutava la dipendenza da Internet (*Chen Internet Addiction Scale*) e un numero maggiore di maschi trascorrevano oltre 10 ore giocando *on-line* rispetto alle femmine<sup>41</sup>.

<sup>36</sup> Cf. T. CANTELMINI, *La mente in Internet*, cit.

<sup>37</sup> Cf. G. LAVENIA - M. MARCUCCI, *Cybersex Addiction*, cit.

<sup>38</sup> Cf. J. MORAHAN-MARTIN - P. SCHUMACHER, *Incidence and correlates of pathological Internet use among college students*, in *Computers in Human Behavior* (2000), 16, 13-29.

<sup>39</sup> Cf. *ibid.*; K. SCHERER, *College life on-line: healthy and unhealthy Internet use*, in *Journal of College Student Development* (1997), 38, 655-665; C. CHOU - M.C. HSIAO, *Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case*, in *Computers & Education* (2000), 35, 65-80.

<sup>40</sup> Cf. C.H. KO - J.Y. YEN - C.C. CHEN - S.H. CHEN - C.F. YEN, *Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents*, in *The Journal of nervous and mental disease* (2005), 193, 728-733.

<sup>41</sup> Cf. S.H. CHEN - L.C. WENG - Y.J. SU - H.M. WU, *Development of Chinese Internet Addiction Scale and its psychometric study*, in *Chinese Journal of Psychology* (2003), 45, 279-294.



Secondo Wallace<sup>42</sup> le persone con elevato “locus di controllo interno” sarebbero maggiormente attratte dalla Rete per le sensazioni di controllo che offre (la possibilità di scegliere i siti da visitare, cosa leggere, cosa scaricare, ecc.). Se si è appurata una differenza significativa tra soggetti utilizzatori della Rete e soggetti non utilizzatori della Rete, relativamente al tasso di “internalità”, lo stesso non è avvenuto per gruppi di utenti con livello di coinvolgimento diverso (uso, abuso, dipendenza).

**Aggiornamenti (2/6)**  
**Net Analysis**

In questo lavoro ci siamo per così dire “divertiti” ad applicare le specifiche dell’Analisi Transazionale alla questione IRP. Abbiamo individuato quattro atteggiamenti fondamentali (posizioni) in relazione a come l’utente dipendente percepisce la realtà circostante e la virtualità della Rete. Per ogni posizione abbiamo definito la motivazione principale e la probabile modalità d’uso della Rete, se specifica (il PIU specifico caratterizza le persone dipendenti da una funzione specifica di Internet; ad esempio materiale erotico, gioco d’azzardo, aste, ecc.) o generalizzata (il PIU generalizzato, invece, comprende un sovra-utilizzo generalizzato e multidimensionale di Internet che appare riconducibile all’uso stesso della rete. Spesso si associa all’abuso di *chat* e posta elettronica, come risposta a difficoltà di tipo sociale).

<i>Realtà (buona- cattiva)</i>	<i>Soggetto (buono- cattivo)</i>	<i>Virtualità (buona- cattiva)</i>	<i>Posizione</i>
Cattiva	Cattivo	Buona	Il soggetto usa la Rete per non pensare a sé e alla realtà circostante (ritiro autistico). Probabilmente il PIU è generalizzato
Cattiva	Buono	Buona	Il soggetto usa la Rete per sfuggire ad una realtà insoddisfacente (fuga). Probabilmente il PIU è generalizzato
Buona	Cattivo	Buona	Il soggetto usa la Rete per aumentare la propria autostima (autocura) o come mediatore-facilitatore dei suoi rapporti con la realtà. Probabilmente il PIU è generalizzato

<sup>42</sup> Cf. P. Wallace, *La psicologia di Internet*, Milano 2000.

<i>Realtà (buona- cattiva)</i>	<i>Soggetto (buono- cattivo)</i>	<i>Virtualità (buona- cattiva)</i>	<i>Posizione</i>
Buona	Buono	Buona	Il soggetto usa la Rete in modo specifico, o per aumentare il proprio livello di eccitazione o per raggiungere determinati obiettivi. Probabilmente il PIU è specifico
Cattiva / Buona	Cattivo / Buono	Cattiva	In questo caso il soggetto non può dipendere dalla Rete.

### **Aggiornamenti (3/6)**

#### ***Retomani per fuga e retomani per azione***

La letteratura sulla IRP tende spesso a presentare l'internet dipendente come un soggetto che ha come unica motivazione quella di rifugiarsi nella Rete per non pensare ai propri problemi.

Il modello proposto vuole invece dimostrare come i soggetti "internet dipendenti" scelgono di collegarsi alla Rete per ragioni differenti e come la stessa applicazione (*chat, mud, ecc.*) possa avere significati o conseguenze diverse per il soggetto.

Si possono distinguere al momento due principali tipologie di Internet dipendenti o retomani:

- retomane per fuga,
- retomane per azione.

Il retomane per fuga è quello che meglio si adatta allo stereotipo di Internet dipendente, dato che utilizza la Rete principalmente per scappare dai propri vissuti depressivi. Presenta nella vita reale difficoltà o problematiche oggettive ed un sostanziale senso d'impotenza e di estraneità sociale. Quando si collega alla Rete lo fa esclusivamente per anestetizzarsi dal dolore reale, senza manifestare alcuna aspettativa di successo o di cambiamento personale (la Rete come analgesico). Non crede di poter cambiare la propria condizione psicologica, ha solo bisogno della Rete per eccitarsi e stordirsi sempre di più. Nei casi di intossicazione acuta il retomane per fuga arriva a sostituire progressivamente la vita reale con la dimensione virtuale, andando così incontro a drammatici fenomeni psicopatologici di tipo dissociativo e/o autistico. Il retomane per azione, invece, impiega Internet per conseguire uno scopo che va oltre l'eccitazione fine a se stessa. Il *cyberspazio* diviene per loro un enorme serbatoio di stimoli ma soprattutto lo spazio ideale per concretizzare le loro elevate aspettative di riuscita. Gli ambiti di azione possono essere quantomai disparati, dalle relazioni sociali *on-line* che possono estendersi al di là della dimensione virtuale al gioco d'azzardo *on-line*, percepito come un enorme occasione di successo economico. Nei casi di intossicazione acuta il retomane per azione arriva a produrre ed inseguire degli obiettivi così ambiziosi e disancorati

dalla realtà da sconfinare nella mania. Come è noto l'insorgere della dipendenza, sia quella indotta da sostanze sia da comportamenti, è subordinato a molteplici cause, le quali non scaturiscono tutte dalla medesima situazione, bensì da fattori diversi, la cui interazione, come in un pericoloso *cocktail*, può appunto generare il disturbo:

### **Dipendenza = Fattori predisponenti + Fattori scatenanti + Fattori perpetuanti**

Sia il retomane per fuga, sia quello per azione utilizzano la Rete per eccitarsi, ma il primo, come già detto, lo fa per scappare dai propri problemi, il secondo per raggiungere il successo o un cambiamento. Considerando la sequenza eziologica della dipendenza, è opportuno precisare che è la finalità dell'agire *on-line* più che l'eccitazione sottostante a mantenere la stessa dipendenza. Per quanto invece concerne la predisposizione alla IRP, non possiamo che ravvisare una diversa costellazione psicologica a seconda del tipo di retomania considerata. Nel caso della retomania di evasione sarebbero maggiormente esposte alla sindrome le personalità caratterizzate da tratti di tipo depressivo e/o tendenti a difficoltà sociali. Nel caso, invece, della retomania denominata "d'azione" le personalità maggiormente vulnerabili sarebbero quelle caratterizzate da disturbo di personalità (narcisistico, ossessivo, ecc.) e/o con aspetti depressivi (compensati) o maniacali. È bene precisare che ogni servizio presente in Rete può essere usato dal soggetto per fini sia di evasione sia di ricerca di successo. A livello grafico possiamo rappresentare la IRP lungo un continuum che parte da un tipo di "retomania per fuga" e arriva ad una "retomania per azione":



Per meglio comprendere la differenza tra le due tipologie di retomani potremmo pensare ad un'altra *addiction*, ben più studiata e riconosciuta dalla comunità scientifica della IRP, il Gioco d'azzardo Patologico (GAP). Gli addetti ai lavori sanno che questa dipendenza può manifestarsi con modalità diverse a seconda del tipo di giocatore: per alcuni di questi il gioco può rappresentare semplicemente un motivo di evasione ed eccitazione (i nostri retomani per fuga) per altri una grande opportunità di vincita e di cambiamento personale (i nostri retomani per azione). Entrambi si eccitano con il gioco ma con motivazioni molto diverse fra loro.

*Maria, retomane per azione, 27 anni, celibe*

La paziente esaminata nel corso dell'anno 2005 era giunta in seduta psicoterapica a seguito di una forte "intossicazione" da Internet. Prima di allora non aveva mai mostrato segni di disagio psichico né difficoltà di tipo relazionale. Maria aveva cominciato poco prima

del periodo estivo ad usare la Rete in modo anomalo, intrattenendosi nelle *chat* anche per più di 70 ore settimanali, e trascorrendovi talvolta intere notti. L'idea di base che motivava questo comportamento è che doveva assolutamente trovare un ragazzo con cui passare l'estate. A questo scopo, dopo una breve conoscenza in Rete, Maria incontrava i potenziali pretendenti nella sua città per conoscerli realmente. A fine settembre la paziente aveva conosciuto ben 30 ragazzi senza per questo legarsi con nessuno: «Non ero mai contenta... non riuscivo a trovare il ragazzo che mi ero imposta di trovare».

## 6. *Cyber-intossicazioni*

Si è più volte sostenuto che non tutte le applicazioni di rete presentano la stessa potenzialità di creare dipendenza, proprio perché ciascuna sottende la messa in moto di diversi meccanismi psicologici. Secondo una nota ricerca della Young<sup>43</sup> gli utenti dipendenti trascorrono più tempo in ambienti di comunicazione sincrona come le *chat* (per il 35%), e i *MUD* (per il 28%).

È ipotizzabile che la stessa comunicazione sincrona comporti una gratificazione tale da innescare un rinforzo del comportamento più di quanto non avvenga per applicazioni in cui l'utente è confinato in un ruolo passivo.

Oltre a ciò, vi possono essere anche altre caratteristiche additive connesse a questi particolari servizi.

Ad esempio i *MUD* presentano notevoli elementi di depersonalizzazione, poiché si avvalgono di una tecnologia che rende meno plausibile ed evidente il contesto ludico, facilitando l'identificazione del giocatore con il personaggio<sup>44</sup>.

Le *chat* possono costituire invece un'eccellente modalità di evasione dalla realtà e di fuga dal quotidiano. Nelle *rooms* è possibile interagire con gli altri utenti senza essere riconosciuti, ed esprimere la propria personalità liberamente senza paura di essere giudicati. Si può anche assumere un'identità fittizia per sentirsi più accettati e desiderabili dagli altri utenti<sup>45</sup>.

L'immediata accessibilità dello strumento è un'altra caratteristica che può facilitare l'instaurarsi della dipendenza: con un semplice *click* si può entrare in un mondo dove non esistono limiti di spazio o tempo, dove si può interagire con un numero illimitato di persone senza spostarsi né essere visti da nessuno, nel totale anonimato<sup>46</sup>.

<sup>43</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Psychology of computer use*, cit.

<sup>44</sup> Cf. T. CANTELMÌ - L. GIARDINA GRIFO, *La mente virtuale*, Milano 2002.

<sup>45</sup> Cf. ID., *Chat line: amicizia, amore e relazioni in Internet*, in F. DI MARIA - S. CANIZZARO (ed.), *Reti telematiche e trame psicologiche*, Milano 2001, 81-88.

<sup>46</sup> Cf. T. CANTELMÌ, *La mente in Internet*, cit.

Un fenomeno poco conosciuto connesso a questo tipo di comunicazione è il cosiddetto *effetto Zeigarnick*, uno stato di inquietudine e di accentuazione del pensiero legato all'esperienza interrotta in *chat*. L'utente che si scollega alla Rete, può pensare che da qualche parte c'è un dialogo che continua senza di lui.

#### **Aggiornamenti (4/6)**

##### **Il ruolo della “dissonanza cognitiva” nel fenomeno addiction**

Crediamo che si possa affermare che un certo livello di dissonanza cognitiva (la dissonanza cognitiva di Festinger è una teoria che si basa sull'assunto che l'individuo mira alla coerenza con se stesso<sup>47</sup>) caratterizzi i comportamenti addittivi in genere e che li renda possibili, proprio in virtù della frammentazione dell'esperienza.

Generalmente, le “ricompense” che Internet comporta diminuiscono col tempo a causa dell'instaurarsi della tolleranza. L'individuo si trova di fronte ad una notazione discordante: si collega per stare meglio ma, contemporaneamente appaiono segni di malessere prima inesistenti. A questo punto, la vicenda può avere due sviluppi divergenti.

Una prima possibilità è quella di difendersi e di negare la discrepanza. L'individuo, cioè, potrebbe modificare il proprio atteggiamento trasformandolo in uno più compatibile con l'uso di Internet. Ciò corrisponde all'instaurarsi della dipendenza. In tale fase, infatti, si ha una trasformazione della personalità in seguito al coinvolgimento nell'uso, parallelamente all'insorgere della negazione sia della problematicità del consumo di Internet, sia della sua incompatibilità con il personale sistema di valori. In altre parole, questa fase sarebbe quella dell'inizio e della stabilizzazione della dipendenza. Quest'ultima, generalmente, si instaura dopo un certo periodo di “apprendimento” delle modalità d'uso, al termine del quale, il soggetto si sente più vicino alla Rete e ne sente la centralità in rapporto al proprio sistema di valori.

L'altro sviluppo è la reazione sana ad una dipendenza che sta prendendo la mano: le conseguenze negative dell'abitudine sono avvertite e registrate, la frattura interiore che ne deriva non è minimizzata e il disagio è utilizzato per rafforzare la propria volontà a ridurre il tempo di permanenza *on-line*.

Crediamo, quindi, che la dipendenza venga in particolar modo mantenuta da una “riduzione patologica della dissonanza”, che rinforza il comportamento disfunzionale (*addiction*) giustificandolo, invece di rimuoverlo con pensieri realistici. Sul piano clinico, le dissonanze cognitive si evidenziano soprattutto nella propensione del soggetto dipendente a mentire agli altri, e nei casi più gravi, a se stesso.

## **7. Strumenti di valutazione**

Svariati sono stati i contributi testologici per la valutazione della IRP, per citarne alcuni: l'*Internet Addiction Questionnaire* di Suler<sup>48</sup> (1996), la *Davis*

<sup>47</sup> Cf. L. FESTINGER, *Teoria della dissonanza cognitiva*, Milano 1973.

<sup>48</sup> Cf. J. SULER, *The basic psychological features of cyberspace*, in *The Psychology of Cyberspace*, <http://www.rider.edu/suler/psyber/basicfeat.html>, 2002 (accesso: 31.01.2019).

*Online Cognition Scale* di Davis e altri<sup>49</sup> (2002), la *Chen Internet Addiction Scale* di Chen<sup>50</sup> (2003) e ovviamente l'*Internet Addiction Test* della Young<sup>51</sup> (1998), probabilmente il questionario più diffuso e impiegato nel mondo<sup>52</sup>.

In Italia è stato proposto da Del Miglio, Gamba e Cantelmi<sup>53</sup> (2001) uno strumento denominato UADI, ovvero *Uso Abuso Dipendenza da Internet*.

Concepito e realizzato presso l'Università "La Sapienza" di Roma il questionario è a tutt'oggi l'unico strumento italiano ad essere validato sulla popolazione. L'UADI si compone di 75 *items* a cui è possibile rispondere secondo una scala Likert a cinque livelli (1 = assolutamente falso; 2 = piuttosto falso; 3 = né vero né falso; 4 = abbastanza vero; 5 = assolutamente vero).

Sono cinque le dimensioni indagate dal test:

- evasione compensatoria (EVA): la tendenza ad evadere dalle difficoltà quotidiane mediante Internet;
- dissociazione (DIS): la comparsa di esperienze sensoriali bizzarre, la tendenza alla alienazione e alla fuga dalla realtà;
- impatto sulla vita reale (IMP): la comparsa di conseguenze sulla vita reale, il cambiamento di abitudini, umori e rapporti sociali;
- sperimentazione (SPE): la propensione ad usare Internet per sperimentare parti del sé o/e per cercare nuove emozioni;
- dipendenza (DIP): la comparsa di sintomi di dipendenza, come il progressivo aumento del tempo di collegamento, la compulsività e l'eccessivo coinvolgimento.

<sup>49</sup> Cf. R.A. DAVIS - G.L. FLETT - A. BESSER, *Validation of a new scale for measuring problematic Internet use: Implications for pre-employment screening*, in *CyberPsychology & Behavior* (2002), 5, 331-345.

<sup>50</sup> Cf. S.H. CHEN - L.C. WENG - Y.J. SU - H.M. WU, *Development of Chinese Internet*, cit.

<sup>51</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Internet Addiction Test (IAT)*, in <http://www.netaddiction.com> (accesso: 31.01.2019).

<sup>52</sup> Cf. M. TALLI - A. D'ANDREA - T. CANTELM, *Strumenti per la valutazione della IAD-PCU: review on-line*, in *Formazione Psichiatrica* (1998), 1-2, 77-84.

<sup>53</sup> Cf. C. DEL MIGLIO - A. GAMBA - T. CANTELM, *Costruzione e validazione preliminare di uno strumento (U.A.D.I.) per la rilevazione delle variabili psicologiche e psicopatologiche correlate all'uso di internet*, in *Giornale Italiano di Psicopatologia* (2001), 7, 293-306.

## Aggiornamenti (5/6)

### Un nuovo strumento di valutazione: l'IRP-AS

La valutazione psicologica mediante PC rappresenta un tema di attuale interesse nel campo della diagnostica psicologica, come documentano il numero crescente di ricerche effettuate in tale direzione ed il rapido diffondersi di programmi per l'utilizzo del computer – a fini psico-diagnostici – nei più diversi ambiti applicativi: del lavoro, clinico, scolastico, militare.

Lo strumento che proponiamo in queste pagine origina dalla necessità di valutare il fenomeno IRP nel modo più oggettivo possibile, evitando di ricorrere alla classica metodologia del questionario "self-report". Si è così giunti ad un inedito *software* diagnostico, in grado di compiere inferenze di tipo quantitativo e qualitativo.

L'attuale versione beta del programma è in grado di operare in modo silente, poiché non viene avvertito e percepito dall'internauta, se non quando l'uso della Rete diviene problematico. Solo in questa particolare condizione il *software* installato nel PC si attiverà per avvertire l'utente dei pericoli connessi al suo abuso telematico.

Nello specifico, il *software* permette di compiere due tipi di analisi:

analisi quantitativa. Poiché il programma è in grado di cogliere gli spostamenti dell'utente nella Rete (se ad esempio chatta e poi gioca con un MUD) e i relativi tempi di connessione, può valutare il livello di coinvolgimento raggiunto dall'utente (se usa, abusa, dipende dalla Rete) nonché altri importanti parametri come il rischio di tolleranza o di dissociazione;

analisi qualitativa. Il programma consente inoltre di visualizzare i principali contenuti toccati dalla navigazione *on-line* (contenuti pornografici, politici, ecologisti, ecc.) e di calcolare per ognuno di essi la frequenza di comparsa. In questo modo si può sapere se un soggetto si intrattiene in *chat* per motivi di amicizia o sessuali.

Il coinvolgimento giornaliero (Cg), espresso in termini di uso-abuso-dipendenza, viene calcolato in base ad alcuni parametri, come la frequenza d'uso giornaliera (Fg), la motivazione di base (M), se è ludica o lavorativa, il tempo di permanenza *on-line* giornaliero (Tg), la differenza di tempo di permanenza *on-line* tra le ultime due settimane (Ts2 / Ts1) e il livello di esposizione giornaliero (Eg).

Quest'ultimo parametro, in particolare, costituisce una stima di quanto il soggetto si espone continuamente, senza interruzioni, alla Rete: più elevato è questo indice più elevata è la probabilità che il soggetto sviluppi una sintomatologia di tipo dissociativo.

Il rapporto Ts2 / Ts1, invece, consente di valutare la propensione del soggetto ad aumentare progressivamente la sua permanenza *on-line* (fenomeno della tolleranza).

$$Cg = (Fg \cdot Tg \cdot Eg / M) \cdot (Ts2 / Ts1)$$

Nell'analisi qualitativa, i contenuti più frequentemente ricercati dal soggetto vengono conteggiati e raggruppati in base ad alcune categorie generali (violenza, sesso, ecc.). In questo modo è possibile integrare i risultati dell'analisi quantitativa con informazioni di contenuto, così da delineare meglio gli interessi e i bisogni del soggetto che vengono appagati dalla Rete.

Ciò permette di sapere, ad esempio, se un soggetto si intrattiene in *chat* per motivi di amicizia o sessuali oppure se la sua forma di dipendenza da MUD riguarda giochi di ruolo a contenuto sessuale o violento.

### Esempio di analisi

Attività On-line	Frequenza d'uso giornaliera	Tempo di permanenza (in minuti)	Ts2 / Ts1	Livello di esposizione 1 = <120' 2 = 121'-240' 3 = 241'-360' 4 = >360'	Motivazione 1= Personale 2 = Lavorativa	Coinvolgim.
Chat	3	30	0,75	1	1	67,5
E-mail	2	12	1	1	1	24
Ricerca	5	2	0,66	1	2	3,3
Gambling	0	0	0	1	1	0
Mud	6	420	1,2	3	1	9072
Trading	0	0	0	1	1	0
Web	4	20	0,66	1	2	26,4
Game	2	244	1	2	1	976

Tabella di raccolta quantitativa

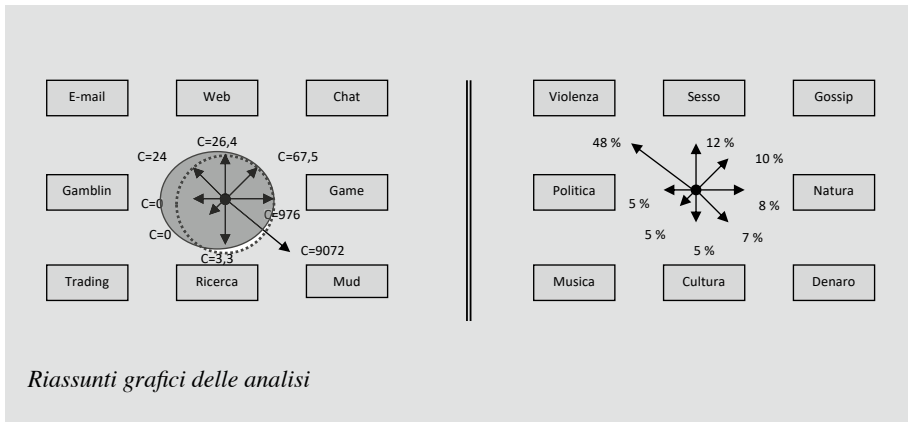
Contenuti	Percentuale
Violenza	48
Sesso	12
Gossip	10
Natura	8
Denaro	7
Cultura	5
Musica	5
Politica	5
Totale	100

Tabella di raccolta qualitativa

Livello di coinvolg.	Uso della Rete tolleranza	Rischio dissociazione	Rischio	Diagnosi
Uso	Generalizzato	No	No	Retomane MUD in fase tossicomane
Abuso	<u>Specifico</u>	<u>Si</u>	<u>Si</u>	Il contenuto del MUD è prevalentemente di natura violenta
<u>Dipendenza</u>				

Tabella diagnostica finale





## 8. *Quale trattamento?*

Come segnalato da Young<sup>54</sup>, esiste una certa difficoltà a reperire il giusto trattamento al proprio problema e questo è ancora più evidente in Italia. Molti psichiatri e psicoterapeuti non sono preparati ad affrontare la IRP e alcuni non ne riconoscono neppure l'esistenza

Di norma vengono prescritti i seguenti trattamenti:

- gruppi di auto-aiuto: formati da persone accomunate dal medesimo problema, si propongono di condividere le proprie esperienze per riacquistare il controllo sulla Rete;
- i Dodici Passi: favoriscono il recupero personale e spirituale dell'individuo mediante un percorso simile a quello degli Alcolisti Anonimi;
- *counseling* terapeutico: favorisce la presa di coscienza del problema promuovendo il successivo cambiamento psicologico;
- psicoterapia individuale: particolarmente indicata nel caso in cui la IRP si accompagni ad una patologia pregressa, permette di giungere alla presa di consapevolezza di parti profonde di sé ed al loro cambiamento;
- strategie di disintossicazione: utili per affrontare e risolvere il problema, soprattutto dal punto di vista comportamentale.

Nonostante le molte carenze poc' anzi evidenziate, l'Italia è stata una delle prime nazioni europee ad aver sperimentato una forma di psicoterapia *on-line* rivolta, in particolar modo, ai casi di dipendenza dalla Rete. Il servizio, acces-

<sup>54</sup> Cf. K.S. YOUNG, *Presi nella rete. Intossicazione e dipendenza da Internet*, Bologna 2000.

sibile tramite il sito [www.psychinside.it](http://www.psychinside.it), ha offerto gratuitamente interventi di tipo consulenziale e terapeutico<sup>55</sup>.

Nel 2016 Cantelmi ha messo a punto il “modello Sisifo” per il trattamento della dipendenza da internet e, in generale, per il trattamento delle dipendenze comportamentali. Tale progetto terapeutico, in fase di sperimentazione presso la comunità terapeutica SISIFO di Tuscania, prevede tre settimane intensive in modalità residenziale, e si basa su un modello di intervento multidisciplinare integrato: psicoterapia cognitiva-interpersonale, *mindfulness*, onoterapia, stimolazione magnetica transcranica e altre attività di gruppo come il *social dreaming* e l’arteterapia<sup>56</sup>.

#### **Aggiornamenti (6/6)**

***Uno sguardo sulla società: la teoria della Tecnoliquidità (di Michela Arnò, [www.lapie-tradellafollia.com](http://www.lapie-tradellafollia.com)***

#### **Definizione**

La tecnoliquidità è un termine coniato da Tonino Cantelmi per definire gli effetti dell’interazione della società liquida, come teorizzata da Bauman (si veda: Z. BAUMAN, *Modernità liquida*, Milano 2012), con la diffusione della rivoluzione digitale (si veda: T. CANTELM, *Tecnoliquidità. La psicologia ai tempi di internet: la mente tecnoliquida*, Cisinello Balsamo [Mi] 2013; T. CANTELM - E. LAMBIASE, *Tecnoliquidità: nuovi scenari (evolutivi?) per la salute mentale*, in *Modelli della mente*, I, Milano 2017.). Questa interdipendenza si declina in tre elementi fondamentali: la velocità, il narcisismo e l’ambiguità, che caratterizzano le nuove modalità cognitive, relazionali e di costruzione dell’identità dell’*homo techno-digitalicus* immerso nell’era digitale (T. CANTELM - M. TALLI - M.B. TORO, *Avatar, Dislocazioni mentali, personalità techno-mediate, derive autistiche e condotte fuori controllo*, Roma 2011).

#### **Origine**

La società liquida è un concetto elaborato dal sociologo polacco Zygmunt Bauman, secondo il quale le trasformazioni sociopolitiche del nuovo millennio, fortemente volute in nome di una pseudo libertà assolutista e totalitaria, hanno destinato l’esistenza umana ad una condizione di incertezza, instabilità, e indefinitezza senza precedenti, in cui il cambiamento incessante è l’unica certezza: privata di tutti i suoi solidi cardini di riferimento, la società è ormai “allo stato liquido”. L’estremizzazione della libertà individuale e della globalizzazione hanno eliminato qualsiasi punto di riferimento concreto nei valori e nel senso di moralità del cittadino, che si sente smarrito, non rappresentato, sempre più lontano dall’apparato sociopolitico (sul punto, si rimanda anche alla pubblicazione postuma di Eco: U. ECO, *Pape Satàn Aleppe, cronache di una società liquida*, Milano 2016). Tra i principali sconvolgimenti della post modernità, Bauman riconosce infatti lo spoglio degli stati nazionali della loro autorità in favore di un’entità sovranazionale che è geograficamente e psicologicamente

<sup>55</sup> Cf. T. CANTELM - S. PUTTI - M. TALLI, *@Psychotherapy. Risultati preliminari di una ricerca sperimentale italiana*, Roma 2001.

<sup>56</sup> Per ogni approfondimento si rimanda al sito: [www.comunitasisifo.it](http://www.comunitasisifo.it).

molto lontana dalle necessità concrete del singolo individuo. Viene meno quindi il senso di appartenenza, quel senso di essere membri di una comunità dove si è responsabili delle proprie azioni proprio nel momento in cui ci si autodetermina come individui agenti; ed è così che, con la totale scomparsa di valori solidi e durevoli, il cittadino cerca di orientarsi facendo del suo interesse personale la sua unica ragione di vita. L'accumulo di beni non è più in funzione del possesso, bensì in funzione del consumo immediato, il quale è finalizzato all'effimero soddisfacimento della pulsione del momento fino al ripresentarsi di una nuova pulsione e all'approvvigionamento del prossimo oggetto usa e getta.

Il paradigma della tecnoliquidità di Cantelmi è una teoria che ipotizza come i cambiamenti psicologici e l'insorgenza dei nuovi disturbi psicopatologici (e non) dell'uomo moderno possano essere correlati all'incontro della società liquida con i profondi mutamenti nello stile di vita apportati dalle nuove tecnologie digitali, mezzi di informazione e social media (T. CANTELMÌ, *Tecnoliquidità. La psicologia ai tempi di internet: la mente tecnoliquidità*, Cisinello Balsamo [Mi] 2013). Poiché la mente umana "costruisce" se stessa attraverso l'interazione con l'ambiente, le trasformazioni che la tecnologia ha operato sull'ambiente esterno non possono che avere delle conseguenze sulla sua formazione. In conseguenza di ciò, Cantelmi ritiene che il fenomeno della tecnoliquidità esprima il cambiamento antropologico del modello della mente umana nell'epoca della post modernità.

### ***Le basi teoriche***

Nello specifico, Cantelmi individua importanti cambiamenti nella sfera emotiva, cognitiva e relazionale degli individui, oltre che ad una diffusa instabilità del senso di identità riscontrabile nelle generazioni che hanno vissuto nel pieno dell'era digitale (che egli distingue tra "immigrati digitali" e "mobile born", a seconda che si tratti di individui entrati nell'era digitale durante il corso della loro vita, oppure di individui nati quando l'era digitale era già presente). L'impatto della diffusione della rete internet e dei moderni strumenti di comunicazione digitale hanno prodotto una profonda mutazione antropologica in pressoché tutti gli aspetti della vita dell'uomo. A questo proposito, la tecnoliquidità riprende la definizione di "società liquida" di Bauman per descrivere la libertà senza limiti rappresentata dalla costante accessibilità ad un infinito fiume di informazioni di qualsiasi genere, giorno e notte, grazie all'avvento di internet. L'incessante flusso di informazioni è in continuo aggiornamento, ogni notizia viene smentita o dimenticata un attimo dopo, in un fluido incessante "divenire" di una realtà che mai si riposa e che sembra condannare l'individuo alla continua ricerca di informazioni per non rimanere indietro con il mondo che "accade" alla velocità di un battito. Il sovraccarico cognitivo che ne consegue impedisce alla mente umana di ritenere ed elaborare tutte le informazioni acquisite, così che si perde in queste ogni valenza costruttiva necessaria alla formazione della personalità dell'individuo, alla scelta dei suoi valori, al suo processo di identificazione e autodeterminazione che si esplica nella scelta consapevole dell'essere un'entità separata dall'altro da Sé ai fini del perseguimento di un "Io" coeso e continuativo che racchiude un numero di esperienze, conoscenze e rappresentazioni coerenti con la propria unicità e con il proprio sistema di valori. Manca il tempo per riflettere, per partecipare emotivamente e cognitivamente all'informazione, per attribuirle un significato personale e immagazzinarla nel proprio bagaglio di conoscenze ed esperienze a lungo termine. Gli studi neuroscientifici volti ad indagare la formazione della coscienza descrivono il Sé come un processo di connessioni neuronali

che si attivano collegando tra loro ricordi, esperienze, emozioni, conoscenze: la coscienza umana è pertanto “plastica” e variabile, si accresce con l’aumentare delle connessioni del cervello durante tutto l’arco della vita. Si potrebbe quindi affermare che la mente umana è il risultato di un insieme di ricordi impliciti ed espliciti che orienta il modo unico e coerente con cui ciascun individuo fa esperienza della realtà. L’uso diffuso e pervasivo dei dispositivi digitali portatili e sempre accesi li ha resi un prolungamento della mente umana: essi fungono da unità di memoria ausiliarie, così che l’individuo non ha più bisogno di ricordare niente, basta salvarlo da qualche parte dove egli saprà ritrovarlo al bisogno. In questa modalità “tecnomediata” di confrontarsi con l’esperienza, la mente umana si riorganizza secondo un nuovo adattamento che avrà necessariamente come conseguenza una serie di modificazioni strutturali riscontrabili nella forma del pensiero.

Ma l’inesauribilità delle informazioni corrisponde anche all’inesauribilità delle relazioni possibili, quelle che si possono allacciare in rete con chi non si è mai incontrato di persona, che possono diventare tanto intime e intense quanto immediate nella loro cancellazione sempre a portata di un *click*: esordisce allora la nuova patologia della dipendenza *cyber*-relazionale, in cui le relazioni virtuali assorbono la mente del soggetto fino a fargli trascurare quelle reali, che diventano sempre più sbiadite sullo sfondo e che non sono più in grado di far provare quelle emozioni forti come invece riescono a fare quelle in rete.

La teoria della tecnoliquidità analizza le conseguenze di questa rivoluzione digitale che ha aperto la voragine di un malessere esistenziale in cui ci troviamo tutti collettivamente immersi, o meglio, “connessi”. Il senso di vuoto latente che sembra essere trasversale a tutte le nuove patologie da dipendenza comportamentale, sarebbe generato dall’interazione di molteplici fattori antropologici e pulsionali caratteristici dell’essere umano, che si sono incontrati con gli attributi della tecnologia moderna la quale li ha resi possibili e li ha amplificati; in particolare l’edonismo, il narcisismo, il desiderio di provare sempre nuove ed eclatanti sensazioni (*sensation seeking*) le pulsioni sessuali, sono stati esacerbati dalle infinite possibilità offerte dalla rete, come verrà meglio spiegato di seguito.

### ***Impatto della tecnoliquidità sulle funzioni cognitive***

La teoria della tecnoliquidità ha anticipato quello che sarà il filone di studi che si interessa dei cambiamenti strutturali e funzionali della mente umana conseguenti alla pervasività della tecnologia digitale (sul punto, si rimanda a: T. CANTELMÌ - E. LAMBIASE, *Tecnoliquidità: nuovi scenari (evolativi?) per la salute mentale*, in *Modelli della mente*, 1/2017, in [http://ojs.francoangeli.it/\\_ojs/index.php/modelli-mente-0a/article/view/4939/162](http://ojs.francoangeli.it/_ojs/index.php/modelli-mente-0a/article/view/4939/162)). Alcuni studi di *neuroimaging* hanno dimostrato come assidui giocatori di *videogames* abbiano un volume di materia grigia dello striato ventrale maggiore dei non giocatori: questo comporterebbe una maggiore attivazione del sistema dopaminergico nei giocatori assidui di *videogames*, proprio come avviene nei giocatori d’azzardo patologici e nei dipendenti da sostanza; i soggetti assidui giocatori hanno dimostrato inoltre un tempo di risposta ai quesiti decisionali tra due o più opzioni di gran lunga minore dei soggetti non giocatori. La neuroscienziata Greenfield (cf. S. GREENFIELD, *Mind change: How digital technologies are leaving their mark on our brains*, Random House, Aug, 2014) fa più volte riferimento alla tendenza all’iperfocalizzazione sugli stimoli esterni contingenti a scapito dell’introspezione e della riflessione interiore come effetto della prolungata interazione con la tecnologia digitale (“the sensory triumphs the cognitive”). Numerosi studi scientifici ulteriori hanno

inoltre ormai ampiamente dimostrato come la prolungata esposizione ai media digitali sia responsabile di importanti disturbi da *deficit* dell'attenzione e dell'iperattività nei bambini e nei giovani adulti, di difficoltà nell'apprendimento, in particolare nella scrittura e nella lettura, di disregolazione degli impulsi, specie nel controllo dell'aggressività e dell'ansia.

Per quanto concerne l'impatto della tecnologia sulle capacità cognitive, la teoria di Cantelmi osserva come da un modello di apprendimento lineare, in cui le informazioni fruiscono e vengono incamerate dal soggetto in ordine cronologico e in connessione causale, si sia passati a un modello di apprendimento "in parallelo", dove le informazioni non sono più contestualizzate in uno spazio temporale e causale, ma vengono assorbite come tutte contemporanee e disconnesse; questo a causa del sovraccarico di informazioni che si offrono al soggetto contemporaneamente, e quindi necessariamente senza alcuna sequenza spazio-temporale: questa la fondamentale differenza tra l'elaborazione delle informazioni da parte di un immigrato digitale dalle modalità di acquisizione di informazioni della generazione dei nativi digitali. Mentre i primi hanno bisogno di un tempo maggiore per apprendere, elaborare ed incamerare le informazioni all'interno di un reticolato (o "modulo") spazio-temporale, i nativi digitali sono abituati a rispondere in maniera immediata alla molteplicità di stimoli sensoriali espressi dai dispositivi digitali, senza tuttavia avere il tempo di ritenerle all'interno della memoria a breve termine per un lasso di tempo sufficientemente lungo da poterle rendere significative abbastanza da far costruire al cervello una nuova connessione sinaptica. Cantelmi spiega come i nativi digitali dimostrino una minore capacità di attenzione sostenuta rispetto agli immigrati digitali: questi ultimi hanno allenato la mente a filtrare un minor numero di informazioni dall'ambiente esterno, trasformandole, attraverso un processo di astrazione simbolica, in conoscenze acquisite, così da renderle riutilizzabili in altri contesti e andando ad accrescere le capacità critiche del soggetto. La recente letteratura scientifica riporta che la finestra attentiva dell'individuo medio è calata nell'ultimo decennio dai dodici agli otto secondi, un secondo in meno rispetto ai pesci rossi. Secondo gli studiosi, la progressiva diminuzione di nuove connessioni sinaptiche è una conseguenza dell'eccessivo delegare delle attività cognitive agli strumenti digitali; l'intelligenza umana si costruisce e si sviluppa con l'aumentare del numero di nuove connessioni sinaptiche, a loro volta derivanti dal numero e dalla qualità di esperienze emotive e cognitive con l'ambiente esterno. Lo psichiatra tedesco Manfred Spitzer (M. SPITZER, *Digitale Demenz*, Schattauer 2012) parla di "demenza digitale" riferendosi al restringimento del volume dell'ippocampo osservato nei pazienti dipendenti patologici da internet, osservabile nel decadimento delle loro funzioni cognitive e nell'appiattimento emotivo. Una delle principali funzioni cognitive che costituiscono l'intelligenza umana è, appunto, la memoria. La memoria è il risultato di attenzione, capacità di concentrazione, capacità di elaborazione dell'informazione finalizzata al suo immagazzinamento e recupero. La Greenfield (S. GREENFIELD, *ID: The Quest for Identity in the 21st Century*, Reuseabook-Gloucester, GLOS, United Kingdom 2009) paragona il decadimento cognitivo degli abusatori di internet alla patologia dell'Alzheimer e della Schizofrenia, in cui la moltitudine di informazioni sensoriali immagazzinate rimangono disconnesse e prive di significato. Nella teoria della tecnoliquidità, Cantelmi sottolinea come le profonde modificazioni nell'ambiente esterno apportate dalla pervasività delle tecnologie multimediali non possa che avere importanti conseguenze nelle modalità di interazione dell'individuo con l'ambiente, e conseguentemente nello sviluppo delle sue capacità cognitive ("nuovo modello della mente"). L'iperfocalizzazione sugli stimoli esterni prodotta dalla velocità con cui i media forniscono una grande quantità di stimoli

e informazioni comporta inoltre uno spostamento della funzionalità primaria del cervello umano dalla sfera cognitiva a quella sensoriale. Questo è molto evidente nei giovani che trascorrono numerose ore giocando ai videogiochi: lo *span* attentivo è fortemente diminuito rispetto alla media di riferimento, malgrado la responsività agli stimoli sensoriali di tipo visivo-motorio siano fortemente potenziati. Lo stesso concetto verrà sostenuto dalla Greenfield (S. GREENFIELD, *Mind change: How digital technologies are leaving their mark on our brains*, Random House, Aug, 2014): secondo la neuroscienziata l'aumento delle capacità di velocità di risposta che si osserva nei riflessi dei *gamers* assidui non è indice di aumentato quoziente intellettivo ma, al contrario, di decadimento cognitivo rispetto alla capacità di mettere in relazione diverse connessioni neuronali e costruire deduzioni logiche e di significato. Secondo Cantelmi, ciò costituisce un importante cambiamento antropologico nella struttura mentale dell'essere umano "tecnodigitalicus": egli riconosce in questa difficoltà di simbolizzazione e di astrazione anche la progressiva perdita nelle nuove generazioni della capacità di raccontare e "raccontarsi", una modalità di interiorizzazione della realtà in cui vi si attribuisce significato, si ordinano gli eventi in connessione logico-temporale, si costruiscono valori coerenti e di lungo respiro, si orienta la propria esistenza. Cantelmi trae queste conclusioni dalle osservazioni cliniche su molti suoi pazienti in psicoterapia, e definisce compito di quest'ultima, come strumento di cura, quello di reinsegnare al paziente questa capacità, persa nel fluttuante oceano tecnoliquido.

### ***Impatto della tecnoliquidità sulla costruzione del senso di identità***

Nell'universo tecnoliquido, l'esistenza del singolo è sempre più legata alla sua presenza in rete, alla continua condivisione di attimi della sua vita (potremmo quasi dire "condivido, dunque sono") nell'iperuranio di uno spazio virtuale onnipresente, seppure invisibile. Internet e i *social media* rappresentano oggi un potentissimo mezzo per mettere in mostra se stessi, per appagare il proprio bisogno di essere ammirati, di essere al centro dell'attenzione degli altri, eredità di quel narcisismo primordiale così intrinseco nella natura dell'uomo. Non ci sono limiti alle diverse immagini che si possono mostrare di sé in rete, alle infinite possibilità di costruirsi identità diverse, di cambiare opinione, gusti e modi di pensare, per meglio adattarsi ai continui cambiamenti del "pubblico della rete", perché l'apparire ammirati agli occhi degli altri ha conquistato il primato sulla preservazione della propria reale identità. Cantelmi ritiene che le esigenze della nuova "società tecnoliquida" abbiano reso liquida anche l'identità dell'individuo, su più livelli. Nuove esigenze di vita lavorativa delle famiglie espongono i neonati prima e i bambini poi all'intercambiarsi di diverse figure di accudimento nell'arco della loro giornata. Secondo l'Autore, venendo meno il concetto di continuità educativa e di figura di riferimento primaria come era la madre fino ad un ventennio fa, le modalità di apprendimento di un proprio personale stile relazionale ed il conseguente processo di individuazione che hanno inizio da bambini hanno subito importanti cambiamenti. Oltre a ciò, Cantelmi osserva come la società moderna privilegi molto di più negli individui la flessibilità rispetto allo sviluppo di una personalità solida e strutturata: questo perché il soggetto deve potersi "reinventare" e riadattare numerose volte a diversi ruoli lavorativi, o a diversi *partner* di vita, dato il moltiplicarsi delle opportunità che la tecnologia ha reso possibile. A livello più prettamente esistenziale invece, la tecnologia ha abbattuto le barriere spazio-temporali, ha accelerato le transazioni, richiesto che le decisioni venissero prese alla velocità di un *bit*, assicurandoci comunque tutti sul fatto che

si può sempre tornare indietro, che niente è definitivo e tutto può essere ri-disfatto e rifatto in maniera completamente diversa. Così come nel lavoro, nelle relazioni, nella scelta dei *partner* di vita, nella scelta degli studi, nella scelta dei gruppi di amici di cui far parte e con cui condividere idee e opinioni. Se da una parte ciò ha enormemente esteso le possibilità e la libertà di scelta individuali, l'eccessiva facilità e velocità di cambiamento ha condotto anche all'indefinitezza dell'identità. Le infinite possibilità della rete, incontrandosi con il narcisismo e l'edonismo sempre più esasperati nella cultura della facilità del consumo, hanno fatto sì che l'individuo non voglia più fare delle scelte definitive che gli precludano altre opzioni, volendo rimanere sempre aperto a tutte le possibilità che potrebbero ancora presentarsi. Ogni decisione, ogni impegno preso, è considerato come una grave limitazione della propria libertà. Il prezzo da pagare è però il senso di precarietà pervasivo che genera ansia, un forte senso di angoscia verso un futuro sempre più incerto, privo di punti di riferimento stabili con cui l'essere umano possa orientarsi. Il processo di affermazione della propria autonomia e quindi della propria identità si raggiunge attraverso la capacità di prendere decisioni a lungo termine sulla propria vita, e nel riuscire a tollerare le inevitabili frustrazioni che queste scelte implicheranno lungo il cammino della propria esistenza. L'incontro della tecnologia con la società liquida ha permesso di allontanare la paura di dover provare questa frustrazione, promettendo all'individuo un numero infinito di possibilità tra cui non dover mai scegliere definitivamente. La tecnoliquidità spiega come sia proprio questa incapacità di impegnarsi e di scegliere a precludere il processo di individuazione, dal cui fallimento prendono forma le nuove psicopatologie della post modernità. La rinuncia alle scelte definitive caratteristica della società liquida fa sì quindi che anche l'identità rimanga "liquida", dove ciò che può sembrare la massima esaltazione della libertà del singolo è in realtà la rinuncia alla vera libertà di poter affermare se stessi come esseri coerenti, unici, che rimangono uguali a se stessi nonostante i cambiamenti: la rinuncia alla costruzione di una propria identità continuativa frustra uno dei bisogni primari dell'indole umana.

La teoria della tecnoliquidità spiega inoltre come le conseguenze della crisi identitaria della postmodernità si ripercuotano necessariamente anche nel ruolo genitoriale. Come "immigrati digitali", i genitori hanno trovato nella tecnologia digitale e nella società liquida gli strumenti di rivalsa per le mancate esperienze di cui si sono sentiti privati nell'adolescenza. Nella ricerca di quella libertà perduta e di quella spensieratezza, in cui il narcisismo prevale sull'impegno dell'"esserci per l'altro", i genitori rinunciano al ruolo di punto di riferimento fermo ed autorevole per i loro figli per poter rimanere in uno stato di prolungata adolescenza.

### ***L'impatto della tecnoliquidità sulla sfera relazionale***

La facilità con cui si fanno nuovi incontri nel *web* ha moltiplicato in maniera esponenziale il numero di persone con cui è possibile interagire in tempo reale a qualsiasi ora del giorno e della notte; le relazioni nella società liquida sono "tecnomediate", ovvero esperite per mezzo di strumenti tecnologici: le comunicazioni sono incentrate sulla concretezza e sulla brevità dei contenuti, i *post* e le foto condivise sui social sono finalizzati a gratificare il proprio narcisismo, mettendosi in mostra nella vetrina del mondo virtuale. Le amicizie reali occupano uno spazio sempre più ristretto nella vita dell'individuo, essendo ormai gradualmente soppiantate dalle "connessioni"; queste ultime sono relazioni interpersonali in cui non è più necessaria la prossimità fisica, molto spesso all'insegna della teatralità e della superficialità delle conoscenze. Alla radice della grande forza gravitazionale eserci-

tata dalle relazioni virtuali, Cantelmi identifica diversi fattori psicologici su cui ha fatto leva l'incontro tra le caratteristiche della tecnologia del nuovo millennio con le peculiarità della società liquida. Il senso di incertezza, di precarietà e di incessante cambiamento che Bauman ha brillantemente sommarizzato nell'aggettivo "liquida" attribuendolo alla società post moderna, si riflettono nella stessa fluidità con cui l'individuo si muove nelle relazioni, entrando e uscendo da molteplici rapporti sempre meno vincolanti: Cantelmi definisce questa attitudine diffusa come una "dilatazione del periodo dell'adolescenza", che riflette il desiderio insito nell'essere umano di non precludersi nessuna possibilità, di non impegnarsi in situazioni che comporterebbero la rinuncia alla prossima occasione di provare piacere e quindi al ridimensionamento del proprio edonismo. Secondo la teoria della tecnoliquidità, la tecnologia del mondo virtuale ha reso possibile infinite possibilità di intrattenere sempre nuove relazioni, costruendosi identità ogni volta diverse per agganciare nuovi *partner*. Paradossalmente, l'inseguimento di molteplici relazioni è proprio ciò che fa sentire l'individuo maggiormente solo, perché la nuova forma di "condivisione" offerta dalla tecnologia virtuale aliena l'individuo dalle esperienze emotivamente realmente significative di condivisione e di vicinanza con l'altro. Allo stesso tempo, le caratteristiche di facile accessibilità ed immediatezza amplificano l'intensità delle emozioni positive prodotte dall'appagamento narcisistico che si attua nel momento in cui l'altro viene investito dalle proprie proiezioni idealizzate, le quali non possono essere smentite dalla realtà: tale processo è infatti alla base delle relazioni puramente virtuali. Conseguentemente all'appagamento del bisogno narcisistico, le relazioni virtuali stimolano determinati circuiti del piacere del cervello per cui rischiano di causare dipendenza nei soggetti particolarmente vulnerabili per cause costituzionali o situazionali. Cantelmi non ritiene che la precarietà delle relazioni sentimentali dell'epoca contemporanea sia diretta conseguenza della tecnologia, sebbene quest'ultima abbia certamente accelerato e facilitato l'espressione di un malessere legato all'esaltazione del narcisismo, dell'immagine e della ricerca di emozioni alla base della società "liquida" moderna.

## Conclusioni

Pochi fenomeni hanno subito una crescita esponenziale e vertiginosa come quella che ha caratterizzato la Rete negli ultimi dieci o quindici anni. Forse sono ancor meno le innovazioni tecnologiche capaci, a così breve distanza dalla loro nascita, di entrare nell'uso comune, di influenzare la vita quotidiana della gente, persino il suo modo di mettersi in relazione con gli altri. «L'evoluzione tecnica del mezzo informatico, inoltre, è talmente rapida che spesso l'analisi di un fenomeno si completa quando il fenomeno stesso si è riadattato, trasformato in altro»<sup>57</sup>.

<sup>57</sup> Cf. A. GASTON - C.M. GASTON, *Sindrome da Internet*, in *InnovAzioni*, n. 4, settembre-ottobre 2005, in <https://toninopintacuda.wordpress.com/2006/01/29/sindrome-da-internet/> (accesso: 31.01.2019).



Ciononostante, abbiamo cercato con questa *review* di fornire alcuni riferimenti certi su cosa è (e non è) la IRP, raccolti in un mare di informazioni e dati davvero sconcertante per le sue proporzioni.

Innanzitutto l'indubbio potenziale psicopatologico della Rete. Sebbene le ricerche effettuate non siano ancora in grado di mettere in relazione di causa ed effetto la comparsa di specifici sintomi con l'uso intensivo della Rete, è innegabile come la stessa Rete costituisca un potentissimo catalizzatore di psicopatologie preesistenti, uno spazio ideale dove esprimere gli aspetti più deteriori e patologici del sé.

Si è anche riscontrato che un importante indicatore di rischio psicopatologico è l'elevata permanenza *on-line*: più aumenta il tempo di collegamento alla Rete più aumenta la probabilità di sviluppare una delle varie forme di *addiction*. In base alla nostra esperienza l'utente non dovrebbe superare le 5-6 ore giornaliere, se non per motivi di lavoro o di studio<sup>58</sup>.

Tra i vari contributi inediti che abbiamo presentato (gli aggiornamenti), ci appare degno di un'ulteriore menzione lo strumento denominato IRP-AS, un *software* per la valutazione della sindrome basato proprio sui tempi di permanenza *on-line*. Tale strumento potrebbe essere di grande aiuto per prevenire nuovi casi di *addiction*, similmente a quanto già avviene per gli incidenti stradali grazie a strumenti di rilevazione della velocità, come *autovelox* o simili.

<sup>58</sup> Cf. T. CANTELMÌ - V. CARPINO, *Il tradimento online. Limite reale e virtuale dell'amore*, Milano 2005.

