

INTRODUZIONE ALLE NUOVE DIPENDENZE ON LINE

Giuseppe Lavenia

La diffusione delle nuove tecnologie sta modificando in breve tempo le nostre abitudini e le modalità d'intendere i processi di comunicazione. I nostri parametri spazio temporali mutano continuamente in relazione al costante aggiornamento delle nuove tecnologie e con esse si modifica sempre più il nostro sistema di comunicazione con gli "altri significativi". In passato scrivere una lettera richiedeva tempi lunghi, talvolta non si era neanche sicuri che il destinatario l'avesse ricevuta. Questa estate durante le ferie estive mi sono trovato, per altro con piacere, a scrivere delle cartoline, cercare francobolli o la buca delle lettere. Mi sono sentito un "cavernicolo" ormai ampiamente abituato a comunicare attraverso la posta elettronica e le chat-line. La tecnologia modifica le nostre abitudini e la nostra vita, ma a fronte degli innumerevoli vantaggi apportati dall'applicazione di queste nuove tecniche iniziano a manifestarsi "situazioni particolari" definite da alcuni autori come tecno-patologie. L'utilizzo delle nuove apparecchiature interagisce con il nostro apparato psichico e per la prima volta nella storia del genere umano, l'uomo ha ideato un dispositivo che lo costringe a adeguarsi al "suo" modo di "pensare"; l'utilizzo del personal computer richiede un reale adattamento mentale al suo funzionamento e di conseguenza spinge il soggetto a adeguare le proprie funzioni cognitive al funzionamento della macchina. Alcuni studiosi statunitensi hanno evidenziato un cambiamento nelle modalità di comunicazione del linguaggio parlato degli adolescenti in relazione all'uso dell'informatica. Sempre più spesso questi adolescenti terminano le frasi in tono crescente e lievemente dubitativo, come per suggerire che tutto quanto dicono sia una domanda più che un'affermazione (fenomeno battezzato come upspeak). La natura condizionale e aperta di questo nuovo modo di parlare sembra suggerire che i pensieri di ciascuno, per avere un senso ed essere convalidati, debbano essere sempre collegati alle relazioni altrui. C'è apparso quindi indispensabile analizzare le modificazioni che si verificano nella psiche umana in rapporto con l'ormai totale diffusione della rete e, per quanto riguarda noi operatori delle salute mentale, il possibile approccio per quei fenomeni psicopatologici riuniti nella sigla di IAD (Internet Addiction Disorder) che sempre più frequentemente si manifestano nella pratica clinica.

Internet Addiction Disorder (I.A.D.)

Il termine si deve allo psichiatra americano Ivan Goldberg che, nel 1995, propose dei criteri mutuati dalla diagnostica per le dipendenze dal DSM. Goldberg con la sua proposta ha dato avvio ad una riflessione che ha incuriosito numerosi psicologi e psichiatri ed ha imposto all'attenzione del mondo il rischio di dipendenza da Internet. Goldberg avanzò la proposta di diagnosticare una I.A.D. qualora venissero individuati nella persona tre o più dei seguenti segni clinici di tolleranza e/o astinenza, riscontrabili varie volte nel corso dello stesso anno.

.A Segni clinici di tolleranza:

- Aumento progressivo e costante delle ore da trascorrere on line per ottenere soddisfazione;
- riduzione notevole degli effetti derivanti dall'utilizzo della medesima quantità di tempo trascorsa in Internet.

.B Segni clinici d'astinenza:

3. marcata riduzione d'interesse per altre attività che non siano Internet;
4. sviluppo, dopo la sospensione o diminuzione dell'uso della rete, di agitazione psicomotoria, ansia, depressione, pensieri ossessivi su cosa accade on-line, classici sintomi astinenziali;
5. necessità di accedere alla rete sempre più frequentemente o per periodi più prolungati rispetto all'intenzione iniziale;
6. impossibilità di interrompere o tenere sotto controllo l'uso d'Internet;
7. dispendio di gran quantità di tempo in attività correlate alla rete;
8. continuare ad utilizzare Internet nonostante la consapevolezza di problemi fisici, sociali, lavorativi o psicologici recati dalla rete.

Alcune importanti analogie con le "vecchie" dipendenze

Ciò che ha spinto il nostro gruppo di ricerca ad avviare uno studio sull'I.A.D. è stato, in particolare, la sua analogia psicopatologica con quadri clinici assimilabili all'uso di sostanze psicotrope. Gli elementi in comune da noi analizzati hanno riguardato inizialmente le modificazioni psicologiche che si producono nell'individuo che diviene dipendente dalla rete: perdita delle relazioni interpersonali, modificazioni dell'umore, alterazione del vissuto temporale, cognitivtà completamente orientata all'utilizzo compulsivo del mezzo; il soggetto tende a sostituire il mondo reale con un oggetto artificioso. Una sorta di "feticismo tecnologico", attraverso il quale l'individuo riesce a costruire un proprio mondo personale - e in questo caso virtuale - analogo al mondo del tossicodipendente: esclusivo per linguaggio, abbigliamento, atteggiamenti e comportamenti. La domanda profonda che ci siamo posti è che se questo è vero la tossicodipendenza potrebbe essere vista come un bisogno dell'individuo di crearsi un mondo personale indipendentemente dalla sostanza o strumento che lo rende dipendente. E' evidente che attraverso Internet si possono provare intensi e piacevoli sentimenti di fuga, superando on-line i problemi della vita reale, con un effetto simile ai "viaggi" consentiti da alcune droghe e inoltre permette al soggetto di provare un senso d'onnipotenza, connesso con il superamento d'ogni limite personale e spazio temporale (fenomeno anch'esso presente nell'utilizzatore di sostanze psicotrope). Il fenomeno della distorsione del tempo è fondamentale per poter meglio comprendere il problema: "Qualunque sia la ragione di partenza per avventurarsi nella navigazione on-line, presto s'impara che trovare ciò che serve e poi uscire è ben di rado semplice e veloce come aprire il frigo e prendersi qualcosa da mangiare al volo" (Young, 1995). Il tempo sembra fermarsi in rete, la parola fine non c'è mai. Molte volte i soggetti che utilizzano le rete, oltre a non rendersi conto delle diverse ore già trascorse dinanzi allo schermo, tendono ad alterarsi facilmente con chi disturba il loro "viaggio"; esperienza questa che può essere paragonata alla risposta che un alcolista dà ad un amico trovandosi ad una festa "soltanto un biccherino", o a quella del fumatore che dice a se stesso "solo un'ultima sigaretta e andrò a dormire; lo stesso procedimento è messo in atto dagli internet dipendenti che risponderanno irritati a chi gli chiede di disconnettersi "ancora un minuto e spengo", oppure diranno a se stessi razionalizzando "un altro minuto non farà molta differenza" ma poi rimarranno connessi ancor per ore e ore. Altro fattore fondamentale per la valutazione degli "addicted" è la "negazione del problema". Come spesso accade con altri tipi di dipendenza, è molto difficile ammettere di avere una difficoltà. Nel contesto internet questo appare ancor più gravoso: come si può chiedere aiuto per qualcosa che la maggior parte delle persone apprezza per la sua potenza e il suo potere innovativo?. I soggetti "dipendenti" posti di fronte alla chiara evidenza di un comportamento tossicomane si trincerano dietro l'opinione comune secondo la quale internet è grandioso, "non può far male".

TABELLA COMPARATIVA TRA LA DIPENDENZA DA SOSTANZE E INTERNET ADDICTION DISORDER

Dipendenza da sostanze (DSM IV)

Presenza del fenomeno di tolleranza, quale meccanismo che comporta la necessità di aumentare il dosaggio di droghe, con il fine di pervenire agli effetti psicotropi precedentemente sperimentati, mantenendoli nel tempo;

Manifestazioni d'astinenza, cioè presenza di gravi disagi e sofferenze psicofisiche che si manifestano se il soggetto non assume sostanze psicotrope.

Verificarsi di un prolungamento dell'impiego di sostanze psicotrope da parte del soggetto per un periodo di tempo superiore rispetto alle aspettative personali.

Buona parte del tempo del soggetto è dedicato alla ricerca di sostanze, al farne uso, a riprendersi dagli effetti da esse provocati;

Utilizzo continuativo delle sostanze pur essendo consapevoli delle gravi conseguenze derivanti da simili condotte;

Internet addiction disorder

Bisogno di trascorrere un tempo sempre maggiore in rete per ottenere soddisfazione;

Sviluppo, dopo la sospensione o diminuzione dell'uso della rete, d'agitazione psicomotoria, ansia, depressione, pensieri ossessivi su cosa accade on-line, classici sintomi astinenziali.

Necessità di accedere alla rete sempre più frequentemente o per periodi più prolungati rispetto all'intenzione iniziale;

Dispendio di gran quantità di tempo in attività correlate alla rete;

Continuare ad utilizzare il web nonostante la consapevolezza di problemi fisici, sociali, lavorativi o psicologici recati alla rete.

Incapacità di mantenere attività lavorative o ricreative a causa dell'elevato impiego d'energie volte alla ricerca ed al consumo di droghe alcolici.

Elementi di Psicopatologia

L'utilizzo della rete e delle varie applicazioni è in grado di determinare un ampliamento ed un'errata percezione dei confini del Sé. Presi nel vortice dei rapporti sociali, dividiamo disperatamente la nostra limitata attenzione, concedendo frammenti della nostra coscienza ad ogni cosa o persona che richieda il nostro tempo. Nel farlo, rischiamo di perderci pian piano nella rete labirintica di connessioni mutevoli e temporanee in cui siamo sempre più integrati. Gergen scrive: "Questa frammentazione della percezione di sé corrisponde ad una molteplicità di relazioni incoerenti e fra loro sconnesse. Queste relazioni ci spingono in una miriade di direzioni, invitandoci ad interpretare una varietà di ruoli tale da far sfumare il concetto stesso di sé autentico, dotato di caratteristiche conoscibili. Il sé completamente saturato diventa un non sé. D'altro canto la mancanza di una reale presenza fisica e l'impossibilità di poter accedere a tutta una serie di messaggi non verbali ai quali siamo abituati nelle relazioni interpersonali diminuisce la possibilità d'accesso a tutta una serie d'informazioni fondamentali nell'interazione tra due individui. Questi due fenomeni appena descritti sono alla base di sensazioni d'onnipotenza legate all'uso d'Internet e ai vissuti di depersonalizzazione spesso descritti nelle situazioni di grave intossicazione.

Elemento fondamentale per comprendere le dinamiche legate alla dipendenza da Internet è il fenomeno della “distorsione del tempo” prodotta dalle chat. La comunicazione in chat possiede “l’interattività” che le permette di essere assimilata alle altre forme di comunicazione verbale. Ciò porta istintivamente a confrontarla con esse e a considerare come unità di misura del tempo il volume d’informazioni trasmesse e ricevute. Purtroppo nonostante l’interattività, la chat è comunque più lenta di una comunicazione verbale, perciò alla fine di una conversazione in cui ci si sono scambiate “tot” informazioni il tempo trascorso sarà molto maggiore di quanto sarebbe stato se la comunicazione fosse avvenuta a voce. Questo però è percepito solo successivamente quando controllando l’orologio si vede che, come sempre, si è stati in chat più tempo di quanto non ci si era prefissati. Non è solo la chat a possedere questa peculiarità ma a nostro avviso tutta la struttura del net, sebbene con forme diverse, amplifica il problema tempo. Fra tutti ricordiamo l’ipertesto, elemento fondamentale della rete, costituito da una serie infinita di collegamenti che ci portano a navigare per ore e ore ricercando e reperendo una quantità così vasta d’informazioni che la mente umana non può “contenere” e rendendo in questo modo il nostro “viaggio” vano. Problematica psicopatologica legata alla distorsione del tempo è l’alterazione spazio temporale prodotta nel soggetto che rimane collegato per molte ore, talvolta per giorni, in internet. Alcuni pazienti vanno incontro ad un’inversione del ritmo sonno veglia e a veri e propri stati deliranti in rapporto al costante utilizzo della rete, questi sono i casi di M e di G.

Esperienze cliniche

M., 22 anni, universitario, domiciliato a Latina, nel test (che tratteremo in seguito) ha ottenuto un punteggio di 122/125; dall’anamnesi non sono emersi problemi psicopatologici rilevanti; M. più passava il tempo più aumentava progressivamente le ore passate on-line; diceva di essere ossessionato dai download; per accelerare tale processo, era dovuto ricorrere ad un cambio di abbonamento, passando da una normale linea 56K, ad una velocissima ADSL; tale passaggio comportava dei costi abbastanza proibitivi, che era riuscito a sostenere evitando l’acquisto di libri di testo, fondamentali per proseguire nei suoi studi accademici; causa scatenante i suoi disturbi probabilmente è stata l’annunciata chiusura del suo programma preferito per lo scambio di file multimediali: Napster. Marco è rimasto 36 ore senza mai “staccare”, per cercare di sfruttare al meglio il tempo rimasto fino alla chiusura del famigerato sito. Superate le 36 ore, si sono verificati nel soggetto in questione, tremori, sudorazione profusa, tachicardia, prosopagnosia. Tali disturbi sono regrediti spontaneamente in un periodo di 48 ore. Oltre a questa sintomatologia eclatante, Marco riferiva alcuni deficit relazionali che erano sempre facilmente riconducibili all’uso del computer (era stato lasciato dalla ragazza, si sentiva ignorato da gran parte dei suoi amici e non comprendeva il perché).

G. ha attualmente 23 anni, da sei ha abbandonato gli studi in conseguenza di un episodio psicotico che lo ha costretto ad un ricovero obbligatorio durato più di due settimane in rapporto ad alterazioni del corso del pensiero a carattere delirante e grave alterazione del proprio vissuto corporeo: sente di essere diventato fisicamente come sua madre alla quale ha sempre assomigliato di carattere. Dopo il ricovero M. è seguito dal prof. Marcucci con terapia farmacologica nl e colloqui di psicoterapia individuale associati ad incontri di psicoterapia familiare. Segue un nuovo peggioramento della sintomatologia clinica che lo porta a rimanere sempre più chiuso in casa; isolato anche dagli ultimi amici, inizia a collegarsi ad Internet. M. inizia a modificare tutti i suoi orari di vita, rimane “in piedi” tutta la notte per rimanere connesso e va a dormire alle 6/7 del mattino quando gli altri famigliari si alzano.

Le varie forme dell'Internet Addiction Disorder

Le numerose attività che si possono svolgere online, fanno sì che l'I.A.D. non sia un fenomeno omogeneo, ma si manifesti sotto varie forme:

- *lo shopping compulsivo online;*
- *il gioco d'azzardo online (online gambling);*
- *il trading online;*
- *la chat dipendenza;*
- *la dipendenza da sesso virtuale;*
- *l'information overloading*

Lo shopping compulsivo on line

Lo shopping compulsivo è da qualche tempo oggetto d'interesse per la psichiatria, nonostante non sia ancora stato codificato dal DSM è descritto come un impulso irrefrenabile, un bisogno inarrestabile, una tensione costante che può essere alleviata solo comprando. Appare evidente la concezione del disturbo, in funzione della dipendenza, o meglio la necessità di compiere un rito per alleviare un qualcosa di brutto. Ciò suggerisce che lo shopping compulsivo sia concepito come un disturbo ossessivo-compulsivo. Secondo uno studio effettuato da Christenson (1994) i pazienti con DOC riconoscono le loro ossessioni come indesiderabili, mentre i "compulsive buyer" descrivono lo shopping, almeno all'inizio, come divertente, eccitante; solo con il passare del tempo s'inizierà a provare vergogna e sensi di colpa. Ciò è in linea con il principio secondo cui è il piacere inizialmente dato dall'acquistare, e non tanto dal bisogno di eliminare qualcosa di spiacevole, a portare la persona gradualmente a non poterne fare più a meno. Se questo è vero nello shopping compulsivo, sarà ancora più vero nello shopping compulsivo online, dove può bastare solo una carta di credito per entrare in tutti i centri commerciali del mondo e frugare in tutte le offerte senza offrirsi necessariamente all'occhio divertito dei presenti. E senza quindi doversi vergognare. Quello che spingerà all'ammissione del problema da parte di chi soffre, non sarà l'enorme quantità di tempo spesa in rete, bensì il non riuscire più a sostenere economicamente il proprio comportamento: non sono rari i casi di ricorsi a fidi bancari dopo il prosciugamento del proprio conto, con conseguente vergogna e senso di colpa verso i familiari.

Il nuovo azzardo: gambling on line

Nell'era multimediale il gioco d'azzardo cambia faccia e, naturalmente, nome: comprende i videopoker, le slot machines e il gioco d'azzardo virtuale (casinò virtuali, aste on line ecc.). Oggi, ai tradizionali "drogati" del tavolo verde, si aggiungono quelli del videopoker, quelli che navigano nei siti di gioco virtuale su Internet, ma anche quelli degli spericolati investimenti in Borsa.

La nuova frontiera delle patologie d'azzardo, tuttavia, sembra essere Internet. Il gioco d'azzardo virtuale esiste da quando si è diffuso l'utilizzo d'Internet: disponendo di un personal computer, di un collegamento ad Internet e di una carta di credito è possibile puntare e scommettere su tavoli verdi virtuali della roulette o giocare con slot machines on line stando comodamente seduti a casa propria.

La pericolosità di tale fenomeno risiede nel fatto che il giocatore on line, soddisfacendo il desiderio di sentirsi svestito dal pregiudizio sociale negativo che accompagna i frequentatori di casinò, libero, nella comodità dei suoi spazi, di scommettere 24 ore su 24, può incorrere ad un uso incontrollato e inopportuno del gioco on line. Come fa notare Massimo Croce, uno dei massimi esperti italiani in

questa patologia, “un tempo, l’immagine del giocatore d’azzardo faceva venire in mente Dostoevskij, De Sica e Tommaso Landolfi, che s’inebriavano col piacere dello squallore; oggi invece il giocatore d’azzardo patologico può essere il vicino di casa, il figlio, l’amico: insomma chiunque

Da una stima si contano circa 700 casinò virtuali, ma come spesso accade con le stime riguardanti Internet, sono molto approssimative; si gioca puntando con la carta di credito, quindi in maniera discreta

e solitaria. Una categoria particolarmente a rischio è rappresentata dai giovani. La dimensione del gioco telematico sottolinea l’assenza di un elemento cardine del gioco che è la socializzazione e, inoltre, evidenzia la solitudine e anche la malinconia del gioco, funzione questa che induce ad attuare comportamenti patologici.

In Italia non esiste una normativa che proibisca o regoli la diffusione del gioco d’azzardo on line. Internet ha aperto le porte, inoltre, al tradizionale gioco del Lotto: si gioca accedendo ai siti che funzionano da vere e proprie ricevitorie virtuali. Cliccando, per esempio, su Totoservice si può giocare al Lotto, al Totocalcio, al Totogol, al Totip, Tris e SuperEnalotto. Internet può essere un problema sia per chi già conosceva il gioco d’azzardo, sia per chi lo intraprende per le prime volte: infatti, la rete ne facilita l’accesso e n’augmenta il godimento. Il meccanismo è ancora una volta basato sul piacere, sulla soddisfazione ottenuta dalla vincita. Con una differenza: non sempre si vince: ma questo non toglie voglia al giocatore di continuare a tentare, perché prima o poi si dovrà tornare a vincere; e questo da un sapore vagamente perverso a questo strano meccanismo.

Praticamente le perdite non danno delusione: ma aumentano l’eccitazione della ricerca della vittoria. Vittoria che ogni tanto è conquistata. A differenza dello shopping compulsivo, questo tipo di patologia non porta conseguenze solo sul piano economico: lo scommettitore con lo scopo di recuperare le somme di denaro perso, inizia a passare sempre più tempo nella dimensione virtuale, tralasciando la sua vita. Spesso entrano a far parte del quadro anche tratti depressivi, dovuti ad un’attività frenetica seguita dalla perdita di cospicue somme di denaro, ed un notevole nervosismo che è sfogato nei confronti della famiglia, o di chi cerca di distrarlo dalla sua attività.

Il trading on line

Trading online significa giocare in borsa attraverso internet. In letteratura il problema del gioco in borsa non è quasi considerato, anche se a ben vedere è uno dei problemi attuali più legati ad Internet; sembra ci sia una sorta di gerarchia nel classificare le patologie: da quelle più stupide (e quindi più gravi), a quelle più “intelligenti” e quindi meno patologiche

Investire in borsa richiede una serie di capacità e competenze tali da non poter essere ritenuto qualcosa di banale e alla portata di chiunque. Di solito lo stato d’animo del “trader” oscilla tra due estremi: pura e avidità, entrambe estremamente pericolose.

La paura è legata al fatto di perdere la somma di denaro investita, ma poi è scalzata via dall’ansia di perdere un buon affare e di rimanere fuori dal mercato: superato questo stato d’animo, si viene a creare la presunzione di farcela e di guadagnare forti somme di denaro in pochissimo tempo. Si tratta di un’aspirale che si auto alimenta, dove il superamento della paura crea quel giusto grado di eccitazione ed euforia che uniti alla possibilità, qualche volta raggiunta, di guadagnare grosse somme di denaro, sfocia nell’irrazionale. Quando il successo non è controllato, inizia a venire fuori una specie di senso di onnipotenza che spinge a correre rischi sempre più grandi e decisioni sempre più frettolose. Se nel gioco d’azzardo a questo punto si manifestano sensi di colpa per il comportamento che si sta

tenendo, nel trading online no, a causa della legittimità che gli è attribuita. Anche la vincita presenta aspetti che sono diversi dalla vincita al gioco d'azzardo: qui infatti rappresenta il raggiungimento di un obiettivo studiato e meditato; un'abilità. La fortuna qui non centra (oppure c'entra dimeno rispetto al gioco d'azzardo). Tutto ciò che è stato finora descritto risulta amplificato in maniera notevole da Internet: in rete aumenta la sensazione di poter tenere sotto controllo la situazione, poiché permette di visualizzare 24 ore su 24 l'andamento dei mercati, con la possibilità di operare online. Possiamo notare in questo disturbo un doppio versante psicopatologico: uno legato alla piacevole perversione angoscia-eccitazione e l'altro legato al bisogno di mantenere il controllo, che non basta mai e che quindi alla fine porta alla sua perdita.

La chat dipendenza e le relazioni in Rete

Il fenomeno della comunicazione online è uno dei fenomeni più discussi in questi ultimi anni. Si può considerare il problema della dipendenza dalle chat secondo due aspetti:

- il primo riguarda proprio la modalità di relazionarsi in rete e l'incapacità di allontanarsene (i maniaci delle chat);
- l'altro in cui la rete rappresenta solo una contaminazione di un'altra patologia, ovvero una tentata risoluzione del problema relazionale.

I maniaci delle Chat

La chat è una forma di CMC (comunicazione mediata da computer) sincrona, dove vari soggetti scambiano messaggi di testo in tempo reale; ovviamente la comunicazione può essere tra due sole persone, oppure tra tutte le persone presenti in quel momento in un determinato canale (o stanza, dal momento che spesso le chat sono organizzate in stanze, room, con diversi argomenti); comunque di solito al di là delle tematiche trattate è soprattutto l'aspetto relazionale che spinge all'utilizzo di questa forma di comunicazione. Si rende quindi obbligatorio l'uso della fantasia sia nel presentarsi agli altri utenti, sia nell'immaginarli. Ma ancora più intrigante risulta il fatto di poter dare di sé un'immagine diversa da quella effettiva, suscitando negli altri interesse e curiosità insperabili nella vita di tutti i giorni. Tuttavia mentire, non è l'unica modalità relazionale in questo tipo di gruppi; ci sono molte persone che in chat riescono a provare l'ebbrezza di mettere in scena i lati affascinanti del proprio carattere, che normalmente sono oscurati dall'aspetto fisico. Come dice la Young (1998): "quando si vedono delle persone solo attraverso delle parole scritte su un monitor, si è liberi di costruirsi un'immagine assolutamente personale e arbitraria di questa persona nella realtà" (non sono pochi i casi di persone che sperimentano delusioni anche molto forti in seguito all'incontro con la persona conosciuta in chat e della quale ci si era fatta un'immagine che esulava anche di molto dalla realtà dei fatti). Internet ci dà l'opportunità di porci davanti al nostro ideale, e quindi di sentirci finalmente ideali. Tutto questo può essere sufficiente per far sì che questa modalità comunicativa diventi irrinunciabile; quindi le ore al computer aumenteranno, sarà difficile passare molto tempo senza connettersi, per controllare che ci sia quel messaggio di quella data persona; in altri casi si può avere la sensazione che qualcosa cominci a mancare, come quando la persona di cui ci si innamora è lontana, e ci sono spazi e vuoti da colmare. Allora si inizierà a sperimentare nuovi tipi di interazione, basati non più solo sulle parole scritte: ci sono infatti molti programmi (ad esempio il Messenger di MSN, oppure il Net Meeting di Windows) che consentono anche una connessione audio-video tramite webcam; quando anche questo non basta più si decide di passare all'incontro, e si è visto come proprio in questo momento potrebbe finire;

Quindi se per molte persone conoscere gente su internet, scambiare messaggi, scherzare può essere un piacevole momento di intrattenimento (che rimane tale), per, altri diventa una delle poche, se non l'unica fonte da cui attingere piacere: il resto conta sempre meno e una persona già introversa e con scarsa capacità relazionale finisce, a causa della chat, per atrofizzarla del tutto. Il contatto con una persona potrebbe addirittura divenire fonte di ansia, e di conseguenza sarà evitato il più possibile.

Ed è anche sbagliato pensare che questo genere di persone siano single oppure persone che abitano da sole: infatti la maggior parte delle volte è proprio il partner o uno dei familiari che lo minaccia di ricorrere ad una terapia per smettere .

Quando Internet è una tentata soluzione

Il disturbo che sarà descritto di seguito, non è una vera e propria patologia da Internet, ma è una contaminazione di un suo precedente utilizzo: ad esempio quelli che la Young chiama "Cyber Vedovi " riferendosi a tutti quei matrimoni che falliscono, a causa di relazioni che si instaurano via chat con altri partner.

Per queste persone la Rete, ma più nello specifico le chat, divengono la tentata soluzione: se la relazione non soddisfa più uno dei due partner, la cosa più facile da fare è trovare un, oppure una sostituita in rete; se nella coppia viene a mancare la comunicazione, nella chat si troverà un meccanismo per riuscire a dar sfogo al proprio rancore, alla propria amarezza oppure depressione: si tenterà qualsiasi cosa pur di allontanarsi dallo stallo di coppia, che inizia a diventare pesante e soffocante.

Un'altra soluzione riguarda tutte quelle persone che pensano che Internet possa diventare un luogo adatto per cercare un nuovo partner: così facendo ovviamente si iniziano ad evitare i luoghi reali e le conoscenze in carne ed ossa.

Il cybersesso

La pornografia in rete è divenuta negli ultimi anni fonte di stremo interesse da parte dei media: all'inizio c'è stata la strumentalizzazione in maniera tale da far passare la rete come il centro di perversione, violenza; ora è osservata come un fenomeno degno di particolare curiosità. Non si grida più allo scandalo e la rete non è più un covo di criminali, pedofili e perversi. Tra le varie psicopatologie che compongono la Internet Related Psychopathology (ovvero le psicopatologie correlate all'utilizzo di Internet), figura anche la "cybersexual addiction", che consiste in una vera e propria forma di dipendenza da sesso virtuale. Secondo Cantelmi, "i dipendenti da sesso virtuale utilizzano il computer per la ricerca di materiale sessuale per un numero di ore superiore a 11 la settimana, passando un totale di ore connessi che arriva intorno alle 35, 45. Secondo i dati da lui presentati al Congresso della Società Italiana di psicopatologia i cybermaniaci, sono tutti uomini di cultura medio alta, diplomati e laureati, fra i 30 e i 40 anni ; si stima che il totale dei eros dipendenti sia intorno al 6, 8 % degli internauti. Si nota anche una differente modalità di approccio tra uomini e donne: gli uomini sono più interessati ad immagini sessuali esplicite, mentre le donne sono più interessate a stabilire vere e proprie relazioni; l'80% delle donne, rispetto al 33% degli uomini, ha confessato che la propria attività online le ha portate poi ad avere rapporti sessuali con gli utenti che avevano conosciuto. Ovviamente tutto questo non riguarda il solo materiale fotografico: si va dall'oggettistica, alle nuove fantomatiche scoperte della medicina per ottenere migliori risultati, l'abbigliamento. Tra tutte le patologie questa è quella che più si avvicina alla perversione distaccandosi maggiormente dal concetto di dipendenza; fondamentalmente dichiarare ad una persona che non si conosce, o meglio, che si conosce da dietro un monitor, le proprie fantasie sessuali non proprio

convenzionali, può risultare molto più semplice e privo di imbarazzo: si evita la vergogna e se non si ottiene ciò che si vuole si cambia partner e si prova con un altro; alla fine comunque si troverà qualcuno/a che, un po' per gioco e un po' per attitudine, soddisferà le fantasie anche più mirabolanti.

Fondamentalmente il sesso ha trovato nella rete un mezzo grazie al quale esprimersi, senza la necessità di dover essere sottoposto a giudizio. Ovviamente ciò va ad influire anche sulle relazioni: se il partner è beccato in flagrante, può gettare tranquillamente la coppia in uno stato di profonda crisi; quindi oltre all'enormità di ore passate in rete, al calo dal punto di vista lavorativo (sì perché molti utenti preferiscono fare questo tipo di attività soprattutto quando sono al lavoro; trovano ancor più eccitante quest'aspetto), si corre anche il rischio di mettere a repentaglio la stabilità di un rapporto che magari durava da anni.

L'information overloading addiction

Information overloading significa sovraccarico di informazioni: qualcuno lo ha definito "l'inquinamento di Internet", ovvero la massiccia quantità di informazioni inutili scadenti ed antiquate che circolano in Rete. Per Information Overloading Addiction, s'intende la ricerca estenuante di notizie informazioni, si cerca di essere il più aggiornati possibile attraverso il web surfing, cioè passando in continuazione da un sito all'altro: ci si ritrova quindi a passare tantissimo tempo online alla ricerca di informazioni, e frequenti sono anche i tentativi di ridurre o controllare questa quantità di tempo dedicata all'estenuante ricerca di notizie. Da uno studio condotto della Reuters nel 1997 su un campione di 1000 soggetti, è emerso che circa il 50% di questi utenti davanti ad un'informazione che si stava cercando freneticamente, si prova una specie di eccitazione euforica al momento del suo reperimento. Per qualcuno questo meccanismo può essere molto pericoloso, dal momento che ci si rende conto che in un batter di ciglia, si possono arrivare ad ottenere tutte le informazioni di cui si aveva bisogno, e anche quelle di cui si sarebbe fatto a meno. Se ciò che si sta cercando non si riesce a trovare subito, esistono i motori di ricerca che faciliteranno il loro offrendo all'attenzione dell'utente, migliaia di siti che non si erano considerati all'inizio della ricerca. Verrà a crearsi una situazione in cui non ci sarà più soddisfazione nella ricerca di ciò che interessa, e si vivrà tutto come un obbligo: si tratta di qualcosa di molto simile a ciò che capita all'ipocondriaco con una malattia: cerca informazioni su una malattia, chiede pareri a svariati medici per placare i suoi dubbi, ma più chiede pareri più sente il bisogno di farlo. Così più aumentano le informazioni, più ci si rende conto che esiste un aspetto che non si era considerato, e che non può assolutamente essere lasciato al caso. Così man mano che si va avanti, i dubbi aumentano e ci si rende conto di quante ancora siano le cose da sapere.

Accenni di Cyberpedofilia

Nel paragrafo seguente cercherò di trattare alcune delle problematiche legate ad un uso distorto e non previsto della rete; prima di affrontare questo tema è importante ricordare che "il mondo Internet" è fatto da uomini, con i suoi angoli oscuri e i suoi quartieri degradati. Forse è proprio da questo che bisogna partire per poter comprendere la crescente e nuova cyber criminalità. Lo sviluppo di internet ha portato numerosi studiosi a rilevare la presenza di una nuova dimensione organizzata della pedofilia, e non solo. Pur se quantitativamente meno significativa rispetto alle forme "classiche", la rete, riesce a mettere in connessione, pedofili di tutto il mondo con minori rischi di essere scoperti, vista l'enorme quantità di collegamenti che ospita e l'inadeguatezza delle attuali tecniche di investigazione e controllo. Gli elementi fondamentali della cyberpedofilia,

rispetto alle sue forme classiche, sono relativi alla capacità della rete di far circolare in maniera riservata le immagini e i messaggi di testo. Per quanto riguarda i fattori individuali relativi alla cyberpedofilia, è facilmente ipotizzabile che alcuni individui affetti da tale parafilia, abbiano avuto l'opportunità con Internet di "sperimentare" la loro perversione, fino a quel momento vissuta a livello intrapsichico.

La rete consente ad esempio al pedofilo una maggior facilità e riservatezza nella fruizione di materiale pornografico, con il possibile incremento delle fantasie erotiche, l'ingresso in circuiti di soggetti omogenei (altri pedofili) con il conseguente apprendimento o rinforzo di fantasie, tecniche e opportunità. Inoltre il web consente con molta facilità (scaricando una banalissima chat, inserendo nomi falsi e essendo certi che essi non verranno mai verificati) di adescare e molestare minori in assoluta libertà.

Un aspetto caratteristico della pedofilia in rete è il facile accesso a siti con contenuto riguardanti questo argomento; in questi si tenta di promuovere una coscienza collettiva favorevole alla pedofilia nel tentativo di farla diventare una forma di sessualità accettabile e meritevole di tutela. Il tipo di comunicazione che viene utilizzata è spesso simile a quella impiegata dai movimenti per i diritti civili. Uno dei siti di pedofili organizzati è quello del Fronte di Liberazione dei Bambini (www.fly.to/kidsliberation) sicuramente uno dei più ambigui che si possono trovare in Internet, soprattutto per coloro che non sono avvezzi al linguaggio strumentale e manipolativo dei movimenti pedofili.

Potrebbe infatti capitare di scambiare erroneamente per l'indirizzo di un'associazione che lotta per i diritti dei bambini e questo sembra essere proprio quello a cui mirano i creatori del sito. Di particolare interesse è anche la home page della Danish Pedophile Association (www.danpedo.dk), associazione pedofila con sede a Copenaghen. Come se ciò non bastasse la grande richiesta "di mercato" e la diffusione di internet sta inducendo organizzazioni criminali senza scrupoli ad offrire on-line, una serie di servizi illegali legati allo sfruttamento dei minori.

Bibliografia

- Antonio Roversi: "Chat line", il Mulino, Bologna, 2001;
- American Psychiatric Association, "Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali" (DSM4 TR), Masson, Milano, 2003;
- A. Sims, "Introduzione alla psicopatologia descrittiva", Raffaello Cortina Editore, Milano, 1998;
- V. Caretti, La Barbera "Psicopatologia delle realtà virtuali. Comunicazione, identità e relazione nell'era digitale", Masson, Milano, 2001;
- Tonino Cantelmi, Simonetta Putti, Massimo Talli, "@psychotherapy. Risultati preliminari di una ricerca sperimentale italiana", Edizioni Universitarie Romane, Roma, 2001;
- T. Maldonato "Critica della ragione informatica", Feltrinelli, Milano, 1997;
- E. Di Frenna, "Net Dipendenza", Dedizioni, Napoli, 2001;
- M. Marcucci, M. Boscaro "Dispensa di psicologia delle dipendenze Patologiche", Asterisco, Urbino, 2003;
- J. Rifkin, "L'era dell'accesso", Oscar Mondadori, Milano, 2001;
- V. Andreoli, L. Cancrini, W. Fratta, G.L. Gessa "Tossicodipendenze" seconda ed., Masson, Milano, 1993;
- A. P. Ercolani, A. Areni, "Statistica per la ricerca in psicologia", il Mulino, Bologna, 1995;
- K. Young, "Presi nella rete", Calderini edagricole, Bologna, 2000;
- P. Watzlawick, J. H. Beavin, D. D. Jackson, "Pragmatica della comunicazione umana", Astrolabio, Roma, 1997;

- P. T. Sudo, "Computer Zen", Xenia Edizioni, Milano, 2000;
- Internet Addiction Disorder: valutazione del fenomeno in Italia, M. Marucci G. Lavenia, pubblicato su PSICOINFORMA.NET Rivista telematica semestrale di PSICOLOGIA e PSICOTERAPIA, Editore CENTRO ITALIANO SVILUPPO PSICOLOGIA numero I (2° semestre 2003);
- Alain Ehrenberg, "La fatica di essere se stessi", Biblioteca Einaudi, Torino 1999.
- Gioacchino Lavanco, "Psicologia del gioco d'azzardo – Prospettive psicodinamiche e sociali", McGraw-Hyll Psicologia, Milano 2001;
- Williams, "Gioco d'azzardo un affare di famiglia", Edizioni Riuniti, Roma 2000;
- Galimberti U. "Enciclopedia di Psicologia", le Garzantine - Garzanti editore, Milano 2001;
- Nardone G., Cagnoni F.: "Perversioni in Rete: le psicopatologie da Internet e il loro trattamento", Ponte alle Grazie, Milano 2002;
- Ravenna M. "Psicologia delle tossicodipendenze", Il Mulino, Bologna 1997;
- Wallace P. "La Psicologia di Internet", Raffaello Cortina editore, Milano 2001;
- R. Ciofi, D. Graziano, "Giochi pericolosi? Perché i giovani passano ore tra videogiochi online e Comunità virtuali", Franco Angeli Editore, Milano, 2002.

SITOGRAFIA

- <http://www.dipendenze.com>
- <http://www.psicoonline.it>
- <http://www.fub.it>
- <http://www.multiwire.net>
- <http://www.vnunet.it>
- <http://www.disinformazione.it>
- <http://www.fly.to/kidsliberation>
- <http://www.danpedo.dk>
- <http://www.rai.it>
- <http://www.psicologiaonline.it>
- <http://www.netaddiction.com>
- <http://www.rheingold.com>;
- <http://www.larepubblica.it/tecnologia.htm>
- <http://www.rheingold.com>
- <http://www.istat.it>
- <http://www.psychomedia.it>
- <http://www.netdipendenza.it>
- <http://www.ISPESL.it>
- <http://www.psicologiaitinerante.it>
- <http://www.opsonline.it/>
- <http://www.psibo.unibo.it/psicint.htm>
- <http://digilander.iol.it/psicolo/central.htm>
- <http://http://www.coirag.org/index.php3>
- <http://psychcentral.com/>
- <http://victorian.fortunecity.com/blake/178/articoli.html>
- <http://web.tiscali.it/no-redirect-tiscali/ciskje/iadchat.html>
- http://www.aspic.it/html/indice_news.html
- <http://www.assinform.it/>
- <http://www.benessere.com/>
- <http://www.clessidra.it/>
- <http://www.dica33.it/default.asp>

- <http://www.donneinviaggio.com/>
- <http://www.efluxa.it/netiquette/ten.html>.
- <http://www.e-psichiatria.it/>
- <http://www.eurisko.it/>
- <http://www.gandalf.it/dati/dati3.htm>
- <http://www.giuda.it/index.php>
- <http://www.gruppokaos.it/pagine/Documenti/Banche%20Dati/2paesi.htm>
- <http://www.ilmanifesto.it/>
- <http://www.lastampa.it/redazione/default.asp>
- <http://www.liberliber.it/>
- <http://www.libero.it/>
- <http://www.love-on-line.it/home.html>
- <http://www.pegacity.it>
- <http://www.percheinternet.it/>
- <http://www.piccinonline.com/cantelmim.html>
- <http://www.pol-it.org/ital/lifeonline.htm>
- <http://www.psicologiaitinerante.it/>
- <http://www.psicologiasalute.it/>
- <http://www.psychinside.it/index.html>
- <http://www.psychomedia.it>
- <http://www.repubblica.it>
- <http://www.scedu.unibo.it/roversi/SocioNet/Default.htm>
- <http://www.siipac.it/indexnuova.htm>
- <http://www.siptech.it/>
- <http://www.undicom.it/index.html>
- <http://www.uniurb.it/giornalismo/lavori/conti/cinzia1.htm>
- <http://www.vertici.com/default.asp>
- <http://www.virgilio.it/home/index.html>
- <http://www.vnunet.it>