

**NOTA SULLA DIPENDENZA DA
INTERNET E SIGNIFICATO
DELLA VALUTAZIONE DEL
DANNO CHE NE CONSEGUE^{1*}**

di
Massimo Saccà

Psicologo
Consiglio Direttivo AIPG

* *Newsletter AIPG n°32, anno 2008*

La valutazione del danno conseguente ad uno stato di dipendenza dall'uso e abuso di Internet e dalle stesse attività virtuali consentite dalle nuove tecnologie informatiche, merita una sia pur breve riflessione che ne faccia comprendere il valore e l'operatività rispetto alla complessità del fenomeno. Infatti, l'uso di Internet è diffuso, generalmente approvato e promosso, perseguito e condiviso dai minori e dagli adulti (nella scuola, nella famiglia, nel lavoro). I minori sono inoltre considerati appartenenti ad una generazione nuova, "digitalica", dotata di competenze acquisite fin dalla più tenera età che li renderebbe strutturalmente diversi dalle generazioni del passato (la cosiddetta "e-generation")

Esiste, dunque, un qualche tipo di danno in questo ambito o le manifestazioni patologiche devono essere considerate una fase di trasformazione di ciò che diventerà nel prossimo futuro la norma?

Questa visione è quella che più o meno tacitamente emerge dal modo in cui Internet, e prima di esso la dimensione virtuale dei videogame, sono stati pensati e proposti dall'universo pubblicitario e consumistico che domina le reti. Internet deve formare il consumatore di domani e i videogame sono il prodotto di consumo che deve abituare le menti dei più giovani a logiche virtuali sempre più sofisticate. Il condizionamento di cui Internet è capace si basa, tuttavia, su fenomeni di dipendenza di vario genere che si intrecciano fra loro mostrandosi come problematiche complesse di carattere sociologico, psicologico e pedagogico. Dunque, sembra lecito contrastare – pur senza compiacimenti

¹ Convegno Nazionale: *Dignità e diritti dei minori: rischi e abusi di internet*, Camera dei Deputati, Palazzo Marini, Roma, 12 marzo 2008

apocalittici – la visione dominante di un Internet prevalentemente positivo e in linea di massima foriero di libertà e creatività.

Internet è un veicolo di espressioni della realtà anche molto lontane da ciò che di norma siamo abituati a considerare positivo o negativo. Internet mette in luce, cioè, forme paradossali di rappresentazione valoriale che ci possono sconcertare ma che d'altra parte producono un loro consenso in quanto si dirigono a parti sensibili degli individui, a volte evidentemente patologiche, soddisfacendo senza mediazioni critiche desideri primari che sottendono particolari strutture di personalità (basti pensare ai siti web che promuovono l'anoressia detti "pro-ana", o quelli dedicati a particolari perversioni sessuali che vengono rivendicate come prerogative di libertà anche quando ledono senza dubbio l'incolumità dei più indifesi, o ancora quelli che per dovizia di informazione mostrano filmati di infanticidio, ecc.). Ma conviene qui fare un discorso più generale, giacché occuparsi degli aspetti più visibilmente inaccettabili ci pone di fronte a chiare e più facilmente definibili forme di abuso e violenza soprattutto sui minori che comportano il danno nelle sue varie specificazioni. Attività più consuete e di largo consumo possono permettere una risposta più ampia alla domanda sulla natura della dipendenza e sulla valutazione di un danno che ne potrebbe conseguire.

Alcuni comportamenti molto diffusi, come ad esempio quelli legati alla ricerca di vissuti interpersonali virtuali e quelli legati all'immediata desimazione in uno spazio grafico virtuale, producono essenzialmente come conseguenza una separazione dal mondo della vita reale, una sottrazione di tempo dalle relazioni e dalle attività nel proprio mondo-ambiente. Che questa in generale non sia una sopravvalutazione del problema lo dimostra il fenomeno nella sua rappresentazione estremizzata quale si realizza in Giappone con l'*Hikikomori*².

Tali riflessioni pur riguardando potenzialmente l'intera utenza di Internet debbono essere particolarmente focalizzate sugli utilizzatori più giovani e in particolare gli adolescenti che godono di una specifica autonomia nell'uso di tali mezzi di scambio. L'adolescenza è il transito evolutivo più problematico per l'individuo ed esso finisce per intrattenere con le tecnologie comunicative uno speciale rapporto. Molto semplicemente, ad esempio, il telefono per gli adolescenti non è solo un mezzo per scambiarsi delle informazioni, è un importante canale di comunicazione che viene utilizzato spesso per qualsiasi bisogno di

² **Hikikomori** ("stare in disparte, isolarsi") è un termine giapponese che sta ad indicare un fenomeno comportamentale riguardante gli adolescenti e i giovani post-adolescenti in cui si rigetta la vita pubblica e si tende ad evitare qualsiasi coinvolgimento sociale. Si tende quindi ad isolarsi chiudendosi nelle proprie case e interrompendo ogni genere di rapporto con gli altri, fuori dalle mura domestiche. L'*hikikomori* diventa schiavo della propria vita sedentaria, gioca con videogiochi e guarda la televisione durante tutto il proprio tempo libero. L'unico mezzo di comunicazione che usa è internet, con cui si crea un vero e proprio mondo tutto suo, con amici conosciuti online. [Voce tratta da [Wikipedia](#), l'enciclopedia libera]

espressione e ciò è divenuto un fenomeno di enormi dimensioni con l'avvento del telefono cellulare e degli sms. Internet è però, in tal senso, qualcosa di più complesso e diverso e la sempre più vicina unificazione di internet, telefonia e televisioni all'interno di un unico dispositivo ci fa già intravedere la complessità delle insidie che ciò comporta in relazione alle dipendenze. L'adolescenza, nelle varie fasi in cui può essere rappresentata, pone come domanda principale all'individuo "Chi sono io?". L'identità è il processo in gioco e il sentimento dell'innamoramento ne è il grande filo conduttore. «L'amore degli adolescenti» – ricorda Erikson – «è in gran misura un tentativo di definire la propria identità per mezzo della proiezione dell'immagine confusa del proprio Io su un'altra persona, al fine di vederla così riflessa e progressivamente più chiara. E' per questo che per tanti giovani amare vuol dire conversare»³. In particolare – sintetizza Lidz – «sia la spinta verso l'indipendenza dalla famiglia che il controllo e la nuova direzione degli impulsi sessuali richiedono una riorganizzazione del Super-Io [...]. Il Super-Io deve anche cambiare per adattarsi ad aiutare a dirigere il comportamento adulto piuttosto che infantile e permettere la gratificazione e l'intimità sessuale»⁴. Questi processi di crescita che qui non possiamo che accennare, richiedono una esperienza sociale, di scambio e di confronto. Ma possono imboccare anche vie patologiche di regressione, depressione e isolamento sociale in relazione alle diverse problematiche poste dalle fasi di sviluppo precedente. In tal senso, la dipendenza dall'uso di Internet si innesterebbe all'interno di esiti negativi dell'elaborazione del processo identitario. «A proposito delle difese regressive come riparo per sfuggire alle angosce sia schizoparanoide, sia depressive che insorgono nel corso della evoluzione psichica e dei processi di consolidamento del senso di Sé [...] J. Steiner» – ricorda V. Caretti – «[...] le ha descritte come "rifugi della mente", intendendo con questa definizione i luoghi mentali ma anche i comportamenti di genere ossessivo-compulsivo, i riti personali, in cui ci si ritira quando si vuole sfuggire a una realtà insostenibile perché angosciosa»⁵.

Se prendiamo ad esempio in considerazione l'attività di *chatting* ricaviamo l'impressione che essa realizzi la sua attrattiva per il fatto di consentire una comunicazione piena – cioè quel bisogno intenso di conversazione che Erikson identifica con l'amore dell'adolescente – ma al contempo protetta da tutto ciò che comporta l'attività relazionale reale in termini di rappresentazione di sé e di fronteggiamento dell'altro. La caratteristica saliente della chat è l'indeterminatezza dell'identità dei soggetti che vi partecipano. Potremmo dire che

³ E. H. Erikson, *Infanzia e società*, 1976, p. 245

⁴ Th. Lidz, *La persona umana*, 1971, p. 321

⁵ V. Caretti, Realtà virtuali e psicopatologia del Sé in adolescenza, in V. Caretti, D. La Barbera, *Psicopatologia delle realtà virtuali*, p. 125.

l'assenza del corpo renda possibile una relazione di grande immediatezza che elimina inibizioni che sarebbero determinanti in un rapporto diretto. L'eroticismo della relazione è liberato dai vincoli dell'inibizione realizzando nella parola scritta (per lo più) l'immagine eccitante, la fantasia erotica. Le emozioni, dunque, trovano il loro affidamento immaginando attraverso le parole dell'interlocutore lo sguardo dell'altro. Si tratta anche di una forma narrativa, anche autobiografica, che descrive il proprio Sé e lo confronta eliminando o modificando il contesto alla ricerca di una propria autenticità. Ma le forme di socializzazione offerte da Internet sono anche di diverso genere, per esempio possono avvenire dentro spazi sociali virtuali popolati da identità virtuali o avatar.

L'ambiente virtuale è capace di far emergere nell'individuo istanze e obiettivi che non hanno necessariamente un collegamento con i bisogni e le richieste del mondo reale, per così dire in carne ed ossa. Tali esigenze sono peculiari e specifiche del virtuale e in esso sviluppate in base ai limiti delle modalità con cui un soggetto umano può relazionarsi in una tale dimensione. Sono presenti in ciò fenomeni psicotecnologici di cui il principale è quello di percepire la realtà rappresentata nello schermo (e in futuro forse direttamente nelle strutture nervose) come più allettante di quella reale. In questa maniera ci si percepirà direttamente dentro un mondo dove non sono necessariamente vincolanti le leggi della fisica (a meno di una decisione diversa da parte del costruttore di software) e della socialità (si pensi ai fattori della temporalità, dell'identità, dell'assenza di linguaggio analogico). Nel cyberspazio non esiste una temporalità storica. Può esservi un cybertempo che può partire da qualsiasi momento o non essere mai posto come limitazione, come un "eterno" qui ed ora, un tempo che illusoriamente non si consuma. Già adesso un soggetto che si definisce come *avatar* all'interno di uno spazio virtuale stabilisce il momento e la situazione della nascita (ma sarebbe meglio dire comparsa nella scena) e l'inizio di una storia personale che non ha precondizioni storiche. Una analisi più ravvicinata di tali prodotti mostra – ad esempio nel caso della piattaforma "Second Life" – come venga fornita, oltre all'architettura grafica dell'ambiente virtuale, anche una cornice etica e comportamentale che indurrebbe all'identificazione con una personalità virtuale dedita ad una vita tranquilla e senza conflitti, con aspirazioni quali viaggiare nelle geografie virtuali e procurarsi profitti economici con delle speculazioni commerciali.

Tale *alter mundus* non è definibile come autisticamente costruito dal soggetto, ma determinato da fattori strutturali imposti dal sistema: anche se determina una condizione di *fuga mundi* non si tratta di una fuga in un altrove di cui si è pienamente artefici. E' per così dire uno stato di compiacenza verso il mezzo che si impone come ambiente e come forma di controllo. «In qualche modo» – scrive Winnicott introducendo la sua teoria dell'oggetto transizionale – «la nostra teoria comprende la convinzione che vivere

creativamente sia una situazione di sanità, e che la compiacenza sia una base patologica per la vita»⁶.

L'atteggiamento di dipendenza generato negli utenti adolescenti (e nei minori in genere ovviamente) sembra poter dunque derivare, in senso rilevante, da una modalità di imposizione di una forma dei prodotti in rete già predisposta che prefigura solo una gamma ristretta e relativamente prevedibile di risposte impoverendo la soggettività delle persone. E ciò configura in fondo un depotenziamento delle possibilità creative di Internet attraverso una interattività non pienamente realizzata che invece rappresenterebbe la differenza fondamentale dai mass media tradizionali e in particolare dalla televisione tradizionalmente criticata per la sua via unidirezionale di comunicazione passivizzante.

Dunque, può intravedersi in questi rapidi riferimenti una condizione di esposizione dei più giovani (ma non solo) a stimolazioni consumistiche che, facendo leva su esigenze di uscita dalle tensioni di una crescita sentita come difficile e non sostenuta da relazioni sociali credibili con cui confrontarsi, predispongono all'abuso di tali spazi virtuali e alla dipendenza a scapito della realizzazione del proprio sé reale.

Il danno che ne deriva è dunque assai concreto. Si tratta di un danno psichico in primo luogo poiché esso va a ledere in generale il sentimento di collegamento alla realtà con le possibili conseguenze negative che possono esplicarsi in vari ambiti (del lavoro, della salute dell'organismo traducendosi in danno biologico, delle relazioni affettive ecc.). Nel caso degli adolescenti, in particolare, potrebbe essere ipotizzato un danno psichico derivato dall'elusione della crisi adolescenziale che ha un senso di strutturazione di sé positivo e fondamentale per l'accesso all'età adulta. Ciò può avvenire attraverso una immersione solo gratificante in una realtà virtuale malleabile e magari attraente in quanto parassita delle facoltà sane del soggetto adolescente che impiegherebbe le sue potenzialità intellettuali ed emotive in situazioni evanescenti.

E' fondamentale, dunque, poter intervenire a livello complessivo con una più profonda cultura pedagogica. Ma è altresì essenziale poter disporre di parametri psicologici clinici in grado di valutare la condizione di rischio individuale in vista di una diagnosi, ma anche di una prevenzione. Da ciò si comprende che prevenire il cattivo uso di Internet dovrebbe significare ripristinare il termine di confronto con una realtà relazionale partecipativa, coinvolgente. Insomma, prevenire non può che significare promuovere la formazione dell'uomo affinché esso possa pensare qualcosa di personale per poter usufruire di Internet e della tecnologia in modo creativo. Non possiamo in altri termini trovare la soluzione alla dipendenza tecnologica e da Internet senza un termine di confronto da essi indipendente e capace di misurarsi con la storia degli uomini e delle loro idee.

⁶ D. W. Winnicott, *Gioco e realtà*, 1999, p. 120

E' dunque importante che possa essere esplorata la possibilità di una valutazione obbiettiva del danno in modo da dare il peso e la visibilità adeguate alle conseguenze di un uso non regolato delle tecnologie del web che sono destinate a caratterizzare in maniera crescente la cultura e la quotidianità delle giovani generazioni.