ISEA ODV

I QUADERNI DELL'ISEA

DIPENDENZA DA INTERNET

Pubblicazioni
"Quaderni dell' ISEA"

percorsi di informazione e
di educazione ambientale

ISEA ODV

Via Parmenide, 260 – 84131 Salerno

Codice Fiscale 95106410657

Telefono 346.1654273

Sito internet www.iseaonlus.it

E Mail associazioneisea@libero.it

PEC iseaonlus@pec.it

ISEA ODV

La dipendenza da Internet, nota anche come internet dipendenza (in inglese *Internet addiction disorder*, in acronimo IAD), è un disturbo da dipendenza legato ad utilizzo intensivo e ossessivo di internet in tutte le sue forme, dalla navigazione sui social, alla visualizzazione di filmati, al gioco online.

ISEA ODV

Ma cos’è una dipendenza?

ISEA ODV

DIPENDENZA

Nella medicina e nelle scienze sociali, condizione, in cui un individuo si trova, di incoercibile bisogno di un prodotto o di una sostanza, soprattutto farmaci, alcol, stupefacenti, a cui si sia assuefatto, e la cui astinenza può provocare in lui uno stato depressivo, di malessere e angoscia (*d. psichica*), e talora turbe fisiche più o meno violente, cioè nausea, dolori diffusi, contrazioni, ecc. (*d. fisica*): *d. da medicinali, da sostanze psicotrope, dalla droga*. Anche come secondo elemento di parole composte.

ISEA ODV

Le droghe e i comportamenti che danno dipendenza provocano stati soggettivi di piacere e euforia, quindi alterazioni dello stato di coscienza ordinario, creando perciò un sorta di circolo vizioso del quale è difficile fare a meno proprio in virtù dell'aspetto gratificante.

ISEA ODV

La dipendenza è innescata nel momento in cui assumiamo una certa sostanza o mettiamo in atto un determinato comportamento: scattano dei meccanismi anche a livello di sistema nervoso che producono piacere, gratificazione e stati emozionali positivi nel nostro organismo e di conseguenza vengono ripetuti.

ISEA ODV

Il cervello dell'uomo è costituito da milioni di neuroni, quelli localizzati nel sistema limbico, al centro del cranio, nucleo emozionale del cervello, sono deputati al piacere e alla gratificazione. Le cellule nervose comunicano tra loro attraverso messaggeri chimici definiti neurotrasmettitori, i quali attivano specifici componenti cellulari etti recettori.

Quando un individuo fa uso di droghe, queste si insinuano proprio in questo passaggio e interferiscono con i neurotrasmettitori. Dopamina, serotonina, noradrenalina, acetilcolina, acido glutammico e acido gamma amino butirrico (GABA), sono questi i neurotrasmettitori più importanti, ognuno è deputato a un funzione specifica: sensazioni di piacere e dolore, di fame e di sazietà, il desiderio sessuale, regolano i cicli di veglia e di sonno, l'ansia e in genere l'umore.

ISEA ODV

Il neurotrasmettitore che interessa di più ai nostri fini è la **dopamina**, distribuita diversamente e con funzioni differenti nelle aree cerebrali, gioca un ruolo significativo nelle performance di comportamenti finalizzati in risposta a stimoli incentivanti. E' stata definita "il neurotrasmettitore del piacere" in quanto quando viene rilasciata nel centro della gratificazione, regola le risposte emozionali producendo un effetto piacevole e di euforia. Quando la sostanza manca, l'equilibrio viene meno, e il soggetto può incombere nella sindrome d'astinenza ossia in un profondo malessere fisico esplicato nella maggior parte dei casi con un bisogno incontrollabile e irrefrenabile di soddisfare quel desiderio, il ***craving***.

ISEA ODV

Tutte le sostanze che danno dipendenza, ma anche comportamenti compulsivi, attivano *il circuito del piacere e della gratificazione*.

Quindi che la dipendenza è anche un processo biologico cioè un processo che può essere spiegato attraverso molecole, atomi e cellule, un processo che altera il centro del piacere e le altre aree del cervello.

ISEA ODV

Si ha un aumento di dopamina e in alcuni casi anche di serotonina a livello di sistema limbico anche quando vengono messi in atto determinati comportamenti patologici come il gioco d'azzardo compulsivo, le abbuffate di cibo o Internet: si possono paragonare alcuni comportamenti al pari delle tossicodipendenze sia sul piano biochimico che su quello comportamentale.

ISEA ODV

Nuove dipendenze

ISEA ODV

Le Nuove Dipendenze o New Addictions comprendono tutte quelle nuove forme di dipendenza in cui non è in gioco alcuna sostanza chimica: l'oggetto della dipendenza è un comportamento o un'attività lecita e socialmente accettata, è proprio questo connotato che rende difficile il controllo di un passaggio dalla normalità alla patologia.

ISEA ODV

Tra le New Addictions possiamo annoverare la dipendenza dal gioco d'azzardo, da Internet, dallo shopping, dal lavoro, dal sesso, dal cibo, dalle relazioni affettive, come possiamo notare le attività alla base fanno parte della nostra vita quotidiana ma, per alcuni soggetti, possono assumere caratteristiche patologiche, fino a provocare gravissime conseguenze.

ISEA ODV

Spesso le New Addictions si combinano tra loro (per esempio la dipendenza da shopping ed Internet), o si accompagnano alle dipendenze da sostanze oppure può accadere che un soggetto passi da una dipendenza all'altra, per esempio non fa più uso di sostanze ma sviluppa un incontrollabile bisogno di giocare d'azzardo.

ISEA ODV

La Dipendenza da Internet o *Internet Addiction Disorder* (IAD), è stata oggetto di studio sin dagli anni 90 con Ivan Goldberg e con Kimberly Young, la prima a tentare di dare una sorta di dignità scientifica ai curiosi fenomeni di apparente dipendenza dalla rete, intendendo con il termine IAD una forma di abuso/dipendenza da internet che, come tutte le forme di dipendenza, provoca problemi sociali, sintomi astinenziali, isolamento, difficoltà coniugali, prestazionali, economiche e lavorative.

ISEA ODV

INTERNET

ISEA ODV

Internet è una rete di telecomunicazioni ad accesso pubblico che connette vari dispositivi o terminali in tutto il mondo.
Si tratta di un'interconnessione globale tra reti di telecomunicazioni e informatiche di natura e di estensione diversa, resa possibile da una *suite* di protocolli di rete comune chiamata "TCP/IP" dal nome dei due protocolli principali, il TCP e l'IP, che costituiscono la "lingua" comune con cui computer connessi a Internet (gli host) sono interconnessi e comunicano tra loro a un livello superiore indipendentemente dalla loro sottostante architettura hardware e software, garantendo così l'interoperabilità tra sistemi e sottoreti fisiche diverse.

ISEA ODV

L'origine di Internet risale agli anni sessanta, su iniziativa degli Stati Uniti d'America, che misero a punto durante la guerra fredda un nuovo sistema di difesa e di controspionaggio.
La prima pubblicazione scientifica in cui si teorizza una rete di computer mondiale ad accesso pubblico è *On-line man computer communication* dell'agosto 1962, pubblicazione scientifica degli statunitensi Joseph C.R. Licklider e Welden E. Clark. Nella pubblicazione Licklider e Clark, ricercatori del Massachusetts Institute of Technology, danno anche un nome alla rete da loro teorizzata: "Intergalactic Computer Network".
Prima che tutto ciò cominci a diventare una realtà pubblica occorrerà attendere il 1991 quando il governo degli Stati Uniti d'America emana la *High performance computing act,* la legge con cui per la prima volta viene prevista la possibilità di ampliare, per opera dell'iniziativa privata e con finalità di sfruttamento commerciale, una rete Internet fino a quel momento rete di computer mondiale di proprietà statale e destinata al mondo scientifico. Questo sfruttamento commerciale viene subito messo in atto anche dagli altri Paesi.

ISEA ODV

Il progenitore e precursore della rete Internet è considerato il progetto ARPANET, finanziato dalla *Defence Advanced Research Projects Agency* (inglese: DARPA, Agenzia per i Progetti di ricerca avanzata per la Difesa), un'agenzia dipendente dal Ministero della Difesa statunitense (*Department of Defense* o DoD degli Stati Uniti d'America).
In una nota del 25 aprile 1963, Licklider aveva espresso l'intenzione di collegare tutti i computer e i sistemi di *time-sharing* in una rete continentale.
Avendo lasciato l'ARPA per un posto all'IBM l'anno seguente, furono i suoi successori che si dedicarono al progetto ARPANET.

ISEA ODV

Il contratto fu assegnato all'azienda da cui proveniva Licklider, la Bolt, Beranek and Newman (BBN) che utilizzò i minicomputer di Honeywell come supporto. La rete venne fisicamente costruita nel 1969 collegando quattro nodi: l'Università della California di Los Angeles, l'SRI di Stanford, l'Università della California di Santa Barbara, e l'Università dello Utah.
L'ampiezza di banda era di 50 kbps. Negli incontri per definire le caratteristiche della rete, vennero introdotti i fondamentali ***Request for Comments,*** tuttora i documenti fondamentali per tutto ciò che riguarda i protocolli informatici della rete e i loro sviluppi.
La super-rete dei giorni nostri è risultata dall'estensione di questa prima rete, creata sotto il nome di ARPANET.

ISEA ODV

Nel 1991 presso il CERN di Ginevra il ricercatore Tim Berners-Lee definì il protocollo HTTP *(HyperText Transfer Protocol)*, un sistema che permette una lettura ipertestuale, *non-sequenziale* dei documenti, saltando da un punto all'altro mediante l'utilizzo di rimandi (link o, più propriamente, hyperlink).
Inoltre, il 6 agosto Berners-Lee pubblicò il primo sito web della storia, presso il CERN, all'indirizzo https://web.archive.org/web/20150717103715/http://info.cern.ch/hypertext/WWW/TheProject.html
Nel World Wide Web (WWW), le risorse disponibili sono organizzate secondo un sistema di librerie, o pagine, a cui si può accedere utilizzando appositi programmi detti *web browser* con cui è possibile *navigare* visualizzando file, testi, ipertesti, suoni, immagini, animazioni e filmati. Il primo browser con caratteristiche simili a quelle attuali, il Mosaic, venne realizzato nel 1993.

ISEA ODV

Il 30 aprile 1993 il CERN decide di rendere pubblica la tecnologia alla base del World Wide Web in modo che sia liberamente implementabile da chiunque. A questa decisione fa seguito un immediato e ampio successo del World Wide Web in ragione delle funzionalità offerte, della sua efficienza e della sua facilità di utilizzo. Internet crebbe in modo esponenziale, in pochi anni riuscì a cambiare la società, trasformando il modo di lavorare e relazionarsi. Nel 1998 venne introdotto il concetto di eEconomy.

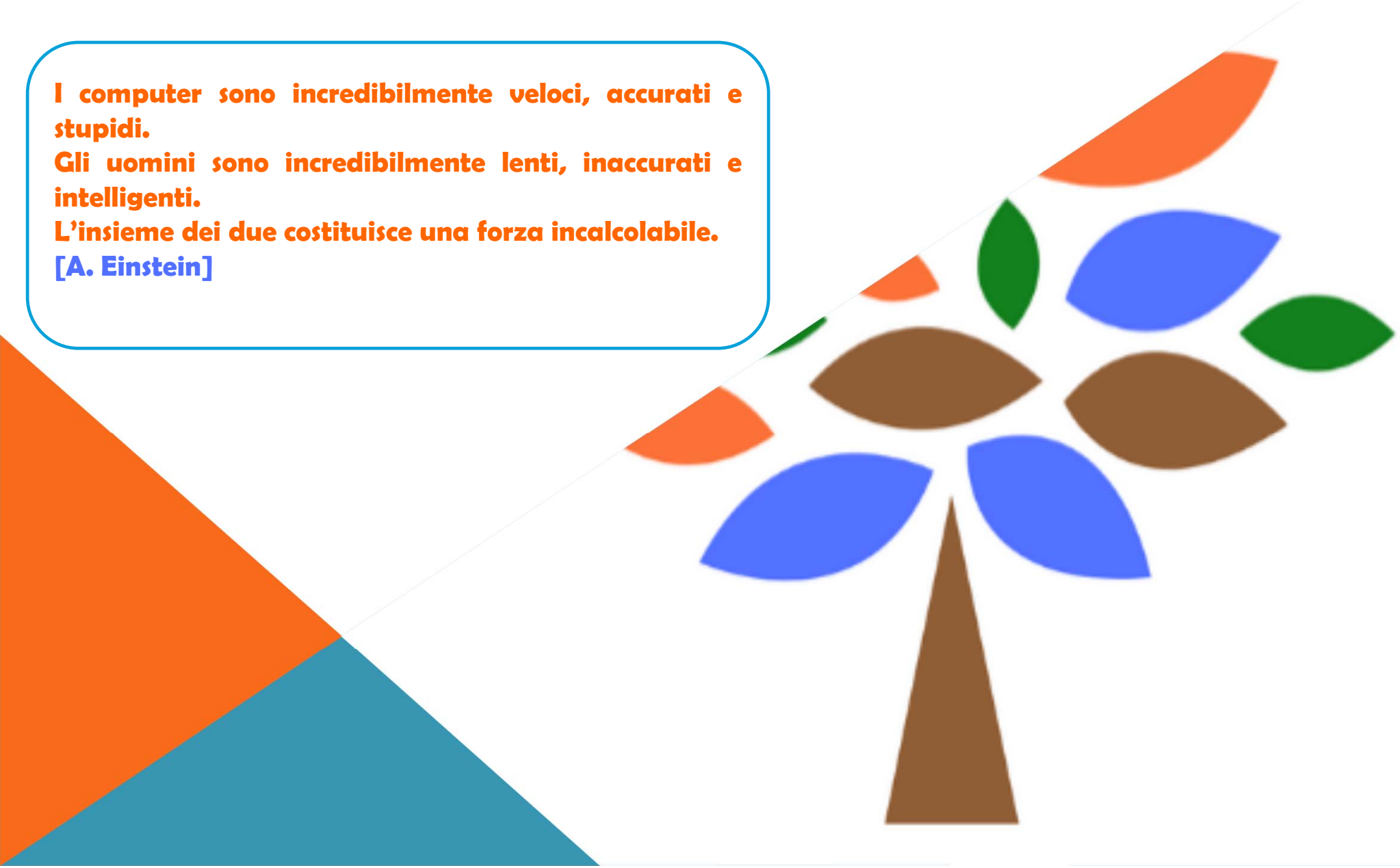
La facilità d'utilizzo connessa con l'HTTP e i browser, in coincidenza con una vasta diffusione di computer per uso anche personale, hanno aperto l'uso di Internet a una massa di milioni di persone, anche al di fuori dell'ambito strettamente informatico, con una crescita in progressione esponenziale.

ISEA ODV

***Internet*, oggi, è sinonimo di globalizzazione: possedere un sito internet significa possedere una vetrina sul mondo ovvero farsi conoscere dappertutto. Dicendo: "Vado su internet!" la gente afferma che intende visitare i siti del World Wide Web. È quindi più simile all'insieme delle entità che lo popolano, piuttosto che all'insieme delle reti di cui è costituito. È più simile alla definizione di *insieme degli iperoggetti* di Tim Berners Lee: il WWW; cioè qualcosa di staccato dall'infrastruttura fisica che, invece, potrebbe subire modificazioni. Importantissima è la capacità dei browser di *vedere internet* dando la possibilità di interpretare il maggior numero di entità possibili.**

***Internet*, Web, World Wide Web, WWW sono oggi trattati come sinonimi.**

I computer sono incredibilmente veloci, accurati e stupidi.
Gli uomini sono incredibilmente lenti, inaccurati e intelligenti.
L'insieme dei due costituisce una forza incalcolabile.
[A. Einstein]



ISEA ODV

Negli ultimi anni è aumentato enormemente il numero di persone che utilizzano Internet.
Nonostante i tanti aspetti positivi è emerso un aspetto negativo: la dipendenza da Internet.
E nello specifico:

- ❑ **Dipendenza da gioco online e giochi di ruolo online (MUD)**
- ❑ **Dipendenza da scommesse online (gambling online)**
- ❑ **Dipendenza dal sesso (cybersex)**
- ❑ **Dipendenza da acquisti online (shopping on line)**

ISEA ODV

I criteri per definire l'Internet Addiction Disorder (IAD permettono di evidenziare gli effetti sintomatici di una relazione morbosa che si può instaurare fra l'uomo e la rete, ma non sono in grado di spiegare quali siano le cause né tantomeno i meccanismi che potrebbero sottostare a tale fenomeno.

Oggi molti studiosi concordano però sul fatto che, piuttosto di che di una sindrome unitaria da dipendenza, sia più indicato parlare di disturbi correlati all'uso di internet, evidenziando, teoricamente, come l'aspetto comportamentale sia un fenomeno relativo che trova la sua espressione patologica nell'esposizione continua a questo specifico strumento.

ISEA ODV

Internet fa ormai parte della vita quotidiana di milioni di persone.
La possibilità di connettersi e navigare, attraverso diversi dispositivi elettronici, ha modificato profondamente le relazioni umane; se da un lato ha migliorato la rapidità della comunicazione, del lavoro, dall'altro può indurre a impoverire la complessità relazionale propria della vita NON virtuale.
L'uso improprio della rete ha creato, nell'ultimo decennio, un numero sempre più crescente di dipendenze virtuali.
La vita trascorsa in internet può arrivare ad assorbire una quantità di tempo tale da condizionare la vita reale: si innescano così meccanismi patologici che condizionano pesantemente le relazioni sociali, la situazioni finanziarie e la salute mentale delle persone coinvolte.

ISEA ODV

Il fattore alla base di tale dipendenza è da ricercare nell'accessibilità, ovvero la facilità di connessione in ogni luogo attraverso ogni tipo di strumento quale pc, smartphone e tablet.

I bisogni sono gratificati alla velocità di un click e non è più necessario essere fisicamente in un luogo chiuso.

Il wireless, che permette di accedere alla rete quasi ovunque, incide pesantemente sulle abitudini e soprattutto sulle necessità delle persone.

ISEA ODV

Altro fattore è il controllo: un senso di potere effimero, virtuale, che ricadono sulle relazioni.

Nel mondo dietro lo schermo le differenze tendono a scomparire e la libertà di espressione di sé dipende totalmente dall'individuo e non dalle identità culturali, etniche e religiose.

La vera autenticità non sta nell'essere come si è, ma nel riuscire a somigliare al sogno che si ha di se stessi.

ISEA ODV

Non ultimo, ma di importanza storica, è il fattore frenesia che prova il "dipendente" nel trovare con facilità persone che lo possano portare a livelli elevati di eccitabilità.

Le Dipendenze da Internet sono più frequenti in persone che presentano una fragilità emotiva di base. Si attivano in soggetti che vivono già difficoltà psicologiche come depressione, disturbi ossessivo-compulsivi, disturbi d'ansia. In queste persone l'uso di Internet viene vissuto come un tentativo di compensare le problematiche relazionali reali, o di evadere dalle difficoltà e dalla sofferenza emotiva.

LE TIPOLOGIE DI IAD



ISEA ODV

Le dipendenze patologiche on-line interessano le stesse attività e gli stessi comportamenti patologici off-line: gioco, relazioni, shopping, sesso.

In rete tali comportamenti sono portati all'estremo perché illimitati nel tempo e nello spazio. La IAD è una condizione caratterizzata da un forte ed insistente desiderio di connettersi al Web: il soggetto aumenta progressivamente il tempo in rete tanto da compromettere la propria vita reale. Se non può connettersi soffre, diventa irritabile fino a stati di agitazione e depressione. La problematica psicopatologica legata alla distorsione del tempo è l'alterazione spazio temporale prodotta dal soggetto che rimane collegato per molte ore, talvolta per giorni in Internet.

ISEA ODV

E’ possibile schematizzare quali siano gli aspetti che contribuiscono all’insorgere di possibili disturbi correlati a Internet:

- ❑ Psicopatologie preesistenti: depressione, disturbo ossessivo compulsivo
- ❑ Eventi di vita sfavorevoli: perdita lavoro, lutto, separazioni
- ❑ Condotte a rischio: “eccessivo consumo”, riduzione delle esperienze di vita e di relazione
- ❑ Potenzialità psicopatologiche proprie della rete: anonimato e sentimenti, sesso virtuale, false identità, gioco d’azzardo

ISEA ODV

GIOCO D'AZZARDO PATOLOGICO ONLINE

(PATHOLOGICAL GAMBLING)

ISEA ODV

Il giocatore d'azzardo tradizionale era facilmente individuabile, ghettizzato nei luoghi deputati al gioco. Con internet chiunque può essere un giocatore compulsivo senza che nessuno lo sappia, basta possedere un computer, un buon accesso alla rete e una carta di credito.

Manca l'effetto socializzante e il giudizio inibitorio degli altri.

Le conseguenze del gioco compulsivo produce ingenti somme di denaro e l'illusione di rifarsi. L'eccitazione per la possibile vincita funge da spinta e supera nella mente del soggetto la delusione della perdita.

Le persone più vulnerabili al gioco d'azzardo sono per lo più i giovani, le persone con basso reddito e bassa istruzione, gli anziani. Per quanto concerne i giochi online la popolazione maschile sembra la più cospicua anche per una maggiore abilità a muoversi nella "rete".

ISEA ODV

GIOCHI DI RUOLO

(MUDS ADDICTION)

ISEA ODV

Le MUDs (Multi-users dungeon o Multi-users dimension) sono giochi di ruolo interattivi in cui tutti i partecipanti interagiscono contemporaneamente, tramite un personaggio, di solito fantastico, con il quale si identificano e giocano. Il giocatore può decidere le caratteristiche fisiche e mentali del suo alter-ego, i luoghi che visiterà e la tipologia di gioco (avventura, spionaggio, intrattenimento o socializzazione).

Il potenziale additivo delle MUDs deriva dal potere attrattivo della finzione, la possibilità di essere una persona diversa con altre caratteristiche e di dare libero sfogo a ciò che nella realtà non si può essere. Soprattutto gli adolescenti sono attratti da questi giochi e più facilmente influenzabili ma non sono esclusi gli adulti magari con una vita sociale limitata.

ISEA ODV

CYBERSEX

ISEA ODV

Il Cybersex è una patologia che porta il soggetto alla ricerca di materiale pornografico in rete (immagini, giochi, film) e di relazioni erotiche tramite posta elettronica o chat rooms. La componente psicologica che caratterizza il consumo di sesso virtuale è l'interattività: internet, offre una serie di situazioni in cui si può interagire in tempo reale con lo scenario erotico o condividere le proprie fantasie sessuali con interlocutori anonimi. Proprio l'anonimato, la distanza visiva e l'aspetto giocoso rendono queste esperienze particolarmente disimpegnate e disinibite tali da incuriosire anche soggetti con una vita relazionale ed affettiva più che soddisfacente ma che sono alla ricerca di sensazioni forti non attuabili nella realtà.

Oggi il sesso è sempre meno vissuto e sempre più consumato e usato per vendere.

ISEA ODV

SHOPPING COMPULSIVO ONLINE

ISEA ODV

A differenza dello shopping patologico (impulso irresistibile, un bisogno incontrollabile, una tensione crescente che può essere alleviata solo comprando) lo shopping compulsivo online si manifesta grazie ad internet che ha amplificato la possibilità di comprare, nel pieno anonimato, oggetti in qualsiasi ora e giorno della settimana, da casa, grazie ad una carta di credito. Ancora una volta sono i requisiti di accessibilità, controllo ed eccitazione a scaturire la dipendenza: il soggetto inizialmente è gratificato dall'attività anche perché facilmente accessibile ed inoltre può scegliere senza pressioni gli articoli e controllare quelli più vantaggiosi, che nella realtà comporterebbero molto più tempo e stress.

NEUROBIOLOGIA E DIPENDENZE



ISEA ODV

Le nuove dipendenze rappresentano un gruppo di patologie emergenti con caratteristiche simili alla dipendenza da sostanze e ai disturbi dello spettro ossessivo-compulsivo e impulsivo. Disturbi poco noti in relazione ai correlati neurobiologici che sottendono queste patologie. In letteratura si fa riferimento ai modelli biologici della dipendenza da sostanze, che secondo alcuni autori implicano meccanismi biologici che potrebbero essere comuni ad altre forme di dipendenza. L'interpretazione della neurobiologia delle dipendenze poggia su due linee teoriche:

- la sostanza determina modificazioni a livello cerebrale che favoriscono l'instaurarsi della condizione di dipendenza:
- la dipendenza si sviluppa in soggetti che presentino una condizione preesistente di vulnerabilità.

ISEA ODV

Tradizionalmente si ritiene che alla base della dipendenza da sostanze e delle dipendenze comportamentali vi sia un'alterazione dei meccanismi cerebrali implicati nella gratificazione e nella motivazione che coinvolgono circuiti meso- cortico-limbici.

Tali meccanismi sono regolati dall'interazione di diversi sistemi neurotrasmettitoriali tra cui quelli principalmente coinvolti sono il sistema dopaminergico, che controlla la spinta motivazionale alla ricerca dello stimolo gratificante e il sistema oppioide, che media i processi di gratificazione derivanti dal consumo della sostanza.

La dopamina viene rilasciata in seguito alla presentazione di stimoli che determinano la motivazione e di stimoli consumatori nuovi o imprevisti.

ISEA ODV

Si ritiene che alla base della dipendenza da sostanze e delle dipendenze comportamentali vi sia un'alterazione dei meccanismi cerebrali implicati nella gratificazione e nella motivazione che coinvolgono circuiti meso-cortico-limbici.

Tali meccanismi sono regolati dall'interazione di diversi sistemi neurotrasmettitoriali tra cui quelli principalmente coinvolti sono il sistema dopaminergico, che controlla la spinta motivazionale alla ricerca dello stimolo gratificante e il sistema oppioide, che media i processi di gratificazione derivanti dal consumo della sostanza.

La dopamina viene rilasciata in seguito alla presentazione di stimoli che determinano la motivazione e di stimoli consumatori nuovi o imprevisti.

ISEA ODV

Tra le teorie esplicative del meccanismo attraverso cui si instaura il processo di dipendenza c'è quella della sensitizzazione incentiva. Secondo questa ipotesi, l'esposizione ripetuta alle sostanze determinerebbe un'ipersensibilità dei circuiti cerebrali che mediano la funzione incentivo-motivazionale.

La dopamina ha un ruolo fondamentale nell'attribuzione del valore motivazionale a stimoli di varia natura (gratificanti, nuovi, inaspettati e spiacevoli), nell'indirizzare i comportamenti motivati, nel predire la gratificazione, l'esposizione ripetuta alle sostanze determina una serie di modificazioni dei circuiti neuronali coinvolti nei meccanismi di motivazione incentiva.

ISEA ODV

L'ipersensibilità di tali circuiti agli effetti della sostanza, agli stimoli neutri e alle azioni ad essa associati, fa sì che venga attribuito un valore di salienza incentiva eccessivo alle rappresentazioni legate alla sostanza e che ciò determini un incremento del desiderio di assumerla.

Secondo alcuni autori, alla base dei comportamenti disfunzionali caratteristici delle nuove dipendenze vi sarebbe un'analoga alterazione dei circuiti coinvolti nella salienza incentiva, per cui contesti e stimoli associati alle diverse condotte compulsive (come il gioco patologico, la dipendenza da sesso o l'alimentazione compulsiva) potrebbero acquisire proprietà incentivo-motivazionali abnormi.

AMBITO PSICOTECNOLOGICO



ISEA ODV

I media elettronici e digitali per le loro “qualità psicologiche” entrano in forte affinità con la realtà mentale e i processi psichici e svolgono una straordinaria funzione di estensione del pensiero e di altre importanti facoltà umane come il linguaggio, la comunicazione, l’intelligenza.

Le tecnologie tradizionali erano prevalentemente “tecnologie fisiche” volte ad ampliare e supportare il corpo, il movimento e gli aspetti fisici e concreti della realtà quotidiana.

Le psicotecnologie modificano gli stati di coscienza, ampliano le percezioni sensoriali e le facoltà della mente, amplificano i vissuti emotivi ed affettivi, arrivando a funzionare come estensioni del sé.

ISEA ODV

L'abuso di internet è fortemente sollecitato da un assetto interiore carente, da un senso di vuoto, da sentimenti di solitudine, da difficoltà ad investire libidicamente la realtà e tutti i suoi aspetti.

Il tipo di personalità predisposto a sviluppare una dipendenza da internet è caratterizzato da tratti ossessivo compulsivi, tendenza al ritiro sociale, inibizione relazionale, disturbi inerenti l'area affettiva, instabilità emotiva e scarso controllo delle emozioni.

ISEA ODV

Molti studi hanno constatato quanto sia varia la tipologia del fruitore di internet e quanto variegate possano essere le motivazioni che spingono ogni soggetto a ricorrere a questa nuova realtà e ad immergersi in essa totalmente: alcuni ammettono di ricorrere al 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.

Si possono distinguere al momento due principali tipologie di internet dipendenti, per fuga o per azione.

ISEA ODV

L'internet dipendente per fuga 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 dipendente da internet 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.

ISEA ODV

L'internet dipendente per azione impiega internet per conseguire uno scopo che va oltre l'eccitazione fine a se stessa.

Il cyberspazio diviene per lui un enorme serbatoio di stimoli ma soprattutto lo spazio ideale per concretizzare le loro elevate aspettative di riuscita. Gli ambiti di azione possono essere quanto mai disparati, dalle relazioni sociali online che possono estendersi al di là della dimensione virtuale al gioco d'azzardo online, percepito come un enorme occasione di successo economico. Nei casi di intossicazione acuta il dipendente per azione arriva a produrre ed inseguire degli obiettivi così ambiziosi e disancorati dalla realtà da sconfinare nella mania.

ISEA ODV

“Essere digitali significa essere ciò che le nostre dita fanno trapelare di noi attraverso lo schermo.
Abbiamo depositato il corpo momentaneamente, dietro la tastiera.
Ci siamo estesi al di là di noi stessi tramite il cursore.
Di noi possiamo fare ciò che vogliamo”

Queste parole sottolineano una importante opportunità che viene offerta all’utente dai social network: la creazione di sé possibili.

ISEA ODV

Nella vita reale il processo di ampliamento delle possibilità passa per tre fasi:

emergenza, costruzione e trasformazione.

Nella fase di revisione di ogni singolo passaggio spesso si incontrano spesso impossibilità oggettive o molto complicate a livello di sforzo cognitivo. Nei Social Network, invece, se non dichiaro esplicitamente la mia identità (*nickname*) posso sperimentare nuovi modi di essere.

Questo permette di sviluppare ruoli e identità all'interno dello sviluppo individuale, permettendo di avere un ruolo nella definizione della propria identità sociale. In questa ottica, il social network, può essere considerato il perfetto ambiente per poter decidere se voler essere se stessi o completamente diversi.

ISEA ODV

L’ evoluzione dei nuovi media ha portato un vantaggio culturale, sociale ed economico: la cultura partecipativa.

ISEA ODV

Tutti possiamo essere fruitori di contenuti, ma allo stesso tempo esserne i produttori.

ISEA ODV

La trasmissione di conoscenza ha perso la sua direzionalità limitata e unidirezionale.

ISEA ODV

Tutto ciò è stato sottovalutato e l'abuso di internet ha creato nuove patologie, vere e proprie dipendenze come nel passato lo erano droghe, alcool, gioco d'azzardo.

ISEA ODV

Bisogna puntare sull'educazione ad un uso appropriato di internet sin dalle scuole per consapevolizzare i giovani e le future generazioni a non disperdere l'enorme potenziale della rete.

ISEA ODV

I QUADERNI DELL'ISEA

DIPENDENZA DA INTERNET

GRAZIE PER L'ATTENZIONE

Pubblicazioni
"Quaderni dell' ISEA"

percorsi di informazione e
di educazione ambientale

ISEA ODV

Via Parmenide, 260 – 84131 Salerno

Codice Fiscale 95106410657

Telefono 346.1654273

Sito internet www.iseaonlus.it

E Mail associazioneisea@libero.it

PEC iseaonlus@pec.it