

Rubrica a cura di Angelo Spataro

Quando Internet diventa una droga

Intervista a Federico Tonioni

Psichiatra, responsabile del Centro per la cura delle dipendenze da Internet, Policlinico Gemelli di Roma

Quando Internet diventa una droga è il titolo di un libro edito da Einaudi, scritto da Federico Tonioni. L'Autore spiega le patologie legate alla diffusione del mezzo tecnologico sia negli adulti che nei ragazzi. In questa intervista approfondiamo gli aspetti dell'argomento che riguardano i rapporti dei ragazzi con Internet.

Il Centro del Policlinico Gemelli è frequentato più da adulti o da ragazzi?

Abbiamo calcolato che il 20% delle persone che si rivolgono a noi è costituito da adulti interessati al gioco di azzardo e alla pornografia, l'80% da ragazzi interessati soprattutto ai giochi di ruolo su Internet e ai social networks. I primi frequentano in rete contesti dove l'interazione ha poco significato; gli altri invece si muovono solo in ambiti altamente interattivi, dove si compie sempre un investimento emotivo sull'altro. Questo malcelato bisogno di relazioni è quasi un elemento paradossale rispetto a una forma di disturbo comportamentale che ha nel ritiro sociale la sua espressione più manifesta. La maggior parte dei pazienti, comunque, è costituita da adolescenti maschi e questo dato si può spiegare analizzando la natura dei giochi di ruolo che sono per lo più basati sulla violenza e l'aggressività, quindi poco adatti alle ragazze che preferiscono piuttosto la chat o facebook.

Come si manifesta la dipendenza da Internet?

Gli adolescenti trascorrono molte ore della giornata e notti intere persi nel mondo di un gioco virtuale o di un social network. Si immergono così intensamente in un gioco o in una chat che il mondo che sta intorno a loro (i genitori, i fratelli, i compagni di scuola, gli amici, uno sport che prima praticavano con passione) è come se non esistesse più. Tralasciano la scuola, non studiano, fanno continue assenze, trascurano tutto quello che prima suscitava in loro un certo interesse, isolandosi sempre di più dal mondo reale per costruire un mondo parallelo in cui ogni relazione è virtuale e in cui gli interlocutori possono essere anche persone assolutamente sconosciute. Il computer vanifica ogni forma di contatto fisico e di comunicazione reale, viene meno il linguaggio non verbale: l'espressione della faccia, le emozioni, in una parola si diventa meno umani. Il dialogo virtuale ha caratteristiche nettamente diverse da quello

reale. Si è constatato che la mancanza di contatto fisico e soprattutto la mancanza della reciprocità dello sguardo non fanno vivere emozioni vere; i ragazzi, per esempio, non arrossiscono mai se qualcuno scrive in chat qualcosa di affettuoso o di imbarazzante. È una relazione con gli altri che può diventare patologica.

Perché alcuni ragazzi diventano dipendenti da Internet?

C'è alla base un disturbo psicologico?

Stare ore davanti a un computer è sicuramente il sintomo di un "disturbo" psicologico preesistente. Alla base della dipendenza c'è spesso una carenza affettiva o comunicativa che generalmente ha le sue origini nelle prime fasi della vita del bambino. Si tratta spesso di bambini che non sono stati accuditi da una mamma "sufficientemente buona", dal momento che sono vissuti in famiglie dove sono stati adottati stili educativi errati (iperprotezione, permissivismo, indifferenza), perché i genitori sono separati, perché si è stati vittima di atti di bullismo, perché si è estremamente timidi, fragili, incapaci di uniformarsi al comportamento e allo stile di vita dei coetanei. Il rifugiarsi nella "rete" (pensiamo alla chat, a facebook, ai giochi di ruolo) rappresenta per questi ragazzi l'unico modo "sicuro" e "non traumatico" per comunicare con i coetanei.

Queste "patologie virtuali" hanno la stessa pericolosità delle classiche dipendenze come quelle da droga, alcol, tabacco?

In genere non si tratta di una vera e propria dipendenza strutturata come quella dei giovani o degli adulti per le sostanze stupefacenti o per i giochi d'azzardo via Internet, nelle quali esiste una sofferenza fisica o psichica provocata dalla mancanza della sostanza stupefacente o del tavolo da gioco; possiamo definirla una dipendenza non strutturata o, meglio ancora, una fase di abuso comportamentale, che si concretizza con la tendenza a trascorrere in rete tutto il tempo disponibile. La mente dell'adolescente è in una fase di evoluzione e di strutturazione e ancora non esiste la possibilità che si possa instaurare in questa mente una dipendenza patologica. Internet provoca piacere ma anche disagio, senso di frustrazione e agitazione se il ragazzo sta

lontano da Internet forzatamente per alcuni giorni; si manifesta quindi un bisogno, anche impellente, di ritornare al più presto a "connettersi" con il mondo virtuale. Oggi però non sappiamo esattamente cosa accadrà nel futuro di questi ragazzi. Alla base c'è sempre un disagio, ma nessuno può dire se questa dipendenza rientrerà da sola con la crescita, se sfocerà in un disturbo psichiatrico, in un disturbo di personalità, in una dipendenza strutturata, o se perdurerà tale e quale nel tempo. Il dato allarmante è costituito dal fatto che vi è una costante evoluzione della tecnologia (personal computer, tablet, smartphone) che induce i giovani a rimanere sempre "connessi". È una realtà preoccupante. Molti elementi lasciano prevedere che la dipendenza da Internet purtroppo è destinata ad aumentare.

Cosa può fare il pediatra?

Il pediatra deve intervenire in un'epoca molto precoce della vita del bambino, offrendo alla mamma le indicazioni affinché, attraverso il contatto fisico, lo sguardo reciproco, la condivisione dei sentimenti e il dialogo corporeo e verbale si possa instaurare con il proprio figlio, fin dai primi giorni di vita, un rapporto positivo, premessa per una buona crescita psichica, emotiva e sociale del bambino. Devono essere promossi stili educativi che favoriscano l'assertività del bambino, la capacità di potere esprimere i propri sentimenti e i propri pensieri, la capacità di instaurare relazioni personali insieme ai compagni di scuola, ai coetanei, agli adulti. Il pediatra deve dialogare con i genitori e con i ragazzi. I genitori possono riferire che il loro figlio trascorre molte ore davanti al computer e che si isola sempre di più. Possono emergere anche dati che indicano l'esistenza di una carenza di dialogo tra genitori e figli, una carenza affettiva. Non bisogna consigliare ai genitori di sottrarre il computer, perché questa privazione farebbe subentrare nel ragazzo disapprovazione e rabbia con possibili atti di violenza su di sé o sui genitori. In molte città oggi esistono Centri specializzati per curare le dipendenze da Internet e compito del pediatra è quello di indirizzare i ragazzi e i loro genitori in questi Centri, senza drammatizzare esacerbando l'ansia dei genitori, ma anche senza sottovalutare il problema. ♦

Per corrispondenza:

Angelo Spataro

e-mail: spataro.angelo@alice.it