



DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA E BENI CULTURALI
CORSO DI LAUREA MAGISTRALE *LAVORO, CITTADINANZA SOCIALE,*
INTERCULTURALITÀ. a. a. 2015 / 2016

Università
Ca' Foscari
Venezia

COSÌ CONNESSI, COSÌ DISTANTI

EFFETTI DELLA SOCIALITÀ VIRTUALE SULLE RELAZIONI E I SERVIZI SOCIALI.

RELATORE: PROF.SSA IVANA MARIA PADOAN

CORRELATORE : PROF.SSA MARILENA SINIGAGLIA

CANDIDATA: CASALI GIORGIA

MATRICOLA: 850602

*Alla mia famiglia, ai veri amici e all'amore,
la rete più reale e importante che ho.*

INDICE

INDICE	4
ABSTRACT	6
PREMESSA	8
INTRODUZIONE	10
PRIMA PARTE.....	13
I. RIVOLUZIONE INTERNET.....	14
1.1 Internet: origini e caratteristiche.....	14
1.2 Localmente globalizzati, globalmente localizzati	19
1.3 Nati con e adottati dalla Rete digitale.....	22
II. RETE SOCIALE E SOCIAL NETWORK: BANALE TRADUZIONE?	26
2.1 Rete sociale e rete virtuale: somiglianze e differenze.....	26
2.1.1 Media digitali, social media e social network	32
2.1.2 Connettersi, interagire, condividere, piacere, produrre	35
2.2 Facebook sfida face to face, Whatsapp mette in dubbio i rapporti	40
2.2.1 Amicizie o contatti utili?.....	42
2.2.2 Nella privacy delle proprie stanze e davanti al mondo intero	46
2.3 Un'estensione della mano: ieri telefono oggi <i>smartphone</i>	52
III. UNA NUOVA FORMA DI DIPENDENZA PATOLOGIA: LA DIPENDENZA DA INTERNET.....	57
3.1 Sul concetto di "dipendenza"	57
3.2 L' <i>Internet Addiction Disorder</i> (IAD).....	62
3.2.1 Evoluzione diagnostica e modelli teorici.....	62
3.2.1.1 Il tempo trascorso in Rete e le sue modalità d'uso	78
3.2.2 Effetti sulla salute e sul rendimento individuale e collettivo	79
3.2.2.1 La Trance Dissociativa da Videoterminale.....	85
3.2.3 Strumenti di valutazione e incidenza.....	86
3.2.4 Esperienze di trattamento e casi studio nazionali e internazionali.....	96
IV. SE LA REALTÀ SUPERA L'IMMAGINAZIONE	103
SECONDA PARTE.....	114
V. UN'ALTRA POSSIBILE OFFERTA DEL SER.D. DI PADOVA.....	115

5.1 Il Dipartimento per le dipendenze dell'ULSS 16 di Padova.....	115
5.1.2 Normativa nazionale e regionale	115
5.1.3 Organizzazione interna	119
5.1.4 Dati e caratteristiche dell'utenza	122
5.1.5 Servizi e risorse del territorio: rete del Ser.D.	123
5.1.6 Attività, prestazioni e competenze.....	125
5.1.7 Processo di aiuto: metodologia e strumenti	126
5.2 Proposta di progetto	128
5.2.1 Partnership (Stakeholder).....	128
5.2.2 Definizione e analisi del problema.....	131
5.2.3 Obiettivo generale, sotto-obiettivi e obiettivi specifici.....	133
5.2.4 Modello d'intervento	134
5.2.4.1 Target.....	134
5.2.4.2 Ipotesi causale	134
5.2.4.3 Ipotesi d'intervento	135
5.2.4.4 Azioni.....	135
5.2.4.5 Tempistica attività.....	143
5.2.5 Budget e sostenibilità del progetto: alcune considerazioni	145
5.2.6 Valutazione: analisi SWOT, indici e strumenti	148
CONCLUSIONI.....	153
BIBLIOGRAFIA.....	160
SITOGRAFIA	165
FILMOGRAFIA.....	169
RINGRAZIAMENTI.....	171

ABSTRACT

La scoperta negli anni '60 e lo sviluppo rapido di Internet dagli anni '90 in poi, ha comportato una mutazione radicale nel carattere delle società post-moderne. Al di là dei vantaggi inediti offerti dalla tecnologia, l'attenzione mira sullo stacco tra le sue potenzialità e le sue concrete realizzazioni, nello specifico, sugli effetti impreveduti e dannosi dovuti a un abuso dello strumento Internet e a un legame morboso con esso. In particolare, l'avvento del social network se ha permesso la creazione di sistemi virtuali d'interazione sociale, ha anche intaccato i più reali legami sociali, rendendo difficili momenti di collaborazione e cooperazione tra le persone, innescando meccanismi viziosi d'isolamento e solitudine, di ostilità nei confronti dell' "Altro da sé", di allottamento intergenerazionale, di dipendenza da relazioni virtuali a scapito di quelle "faccia a faccia". La dipendenza cyber-relazionale, infatti, è una specifica forma di una tra le più moderne dipendenze patologiche: quella da internet

(*Internet Addiction Disorder*), insidiosa e difficile da rilevare perché prevede comportamenti accettati e incoraggiati socialmente. Dopo aver riportato dati, esperienze, informazioni disponibili e considerazioni in merito, infine, si vuole proporre un progetto pensato per il Dipartimento per le Dipendenze dell'ULSS 16 di Padova, dove la laureanda ha svolto il tirocinio formativo e ha appurato la mancanza di un'équipe professionale dedicata al problema emergente.

PAROLE CHIAVE: Internet, Siti Social Network, Legami sociali, Abuso, Dipendenza

The discovery of the Internet in the 60's and the its sudden growth from the 90's onward, led to a radical change in the character of post-modern societies. Beyond the innovative advantages offered by technology, the focus of the thesis is the gap between its potential and its concrete achievements and, in particular, the unforeseen and

damaging effects caused by an abuse of the Internet and by a morbid bond with it. The advent of social networks in particular has allowed the creation of virtual systems of social interaction but has also affected the most real social bonds, making it difficult for people to collaborate and cooperate, and triggering vicious mechanisms of isolation and loneliness, of hostility towards “the Other”, of intergenerational estrangement, and of addiction to virtual relationships at the expense of “face to face” ones. The cyber-relational addiction is indeed a specific form of one of the most modern pathological addiction: Internet addiction (Internet Addiction

Disorder), insidious and difficult to detect since it involves socially accepted and encouraged behaviors. After reporting all the related data, experiences, available information and considerations, the final aim is to propose a project devised for the Department for Addictions of the ULSS 16 in Padua, where the graduand has done an internship, and has ascertained the absence of a professional team dedicated to the emerging problem.

KEY WORDS: Internet, Social network sites, Social network, Abuse, Addiction



PREMESSA

Sono una cosiddetta “nativa digitale”. Sono nata nel 1991, quando Internet è stata estesa come rete di connessione a livello mondiale diventando World Wide Web; la televisione, lo stereo, la radio, il walkman, il lettore cd e mp3, i primi personal computer, i primi telefoni cellulari sono una parte consistente della mia infanzia. La mia crescita è avvenuta di pari passo all’evoluzione della rete digitale. Eppure, nonostante la mia abitudine e le mie capacità quasi innate e intuitive di trattare con le nuove tecnologie, in questi ultimi anni hanno iniziato a infastidirmi e a crearmi un notevole disagio. Ecco perché ho cominciato a guardarle almeno con una certa diffidenza e spirito critico. Chi mi conosce, sa che la tecnologia, o meglio, la nuova tecnologia non è la mia più grande passione e che con essa il rapporto è di tutto tranne che di simpatia. Ma al di là di un mancato interesse personale per il settore informatico e uno scarso entusiasmo per questo genere d’innovazioni, lontana è da me l’idea di sminuire il potenziale di una connessione globale e le possibilità di sviluppo che questa offre. Ne faccio un uso quotidiano anch’io, lo ammetto, ed è innegabile l’emozione che si prova quando si ha la possibilità di sfruttare funzioni tanto potenti da essere quasi “magiche”. Ma nel considerare Internet c’è il bisogno, sempre più avvertito, di soppesare e prendere in considerazione anche i rischi che questo può comportare. Rischi che, per vari motivi, non sono considerati e trattati o resi noti, ma che, al contrario, vengono sminuiti e sottaciuti. Per cui, l’intenzione di questa tesi, come si vedrà, è quella di approfondire l’aspetto più perverso dello strumento Internet, con particolare attenzione al mondo in crescita dei social network.

Notare tanti bambini e adolescenti, come i miei cugini, passare gran parte del loro tempo libero a giocare su giochi virtuali e a socializzare su siti di social network, a scapito di altre attività come la lettura, lo studio, la creazione, il gioco in piazza, l’aiuto e il supporto alla vita familiare; vedere anche i miei coetanei, o persone più grandi, adulte, essere completamente assorti dagli stessi siti e applicazioni, tanto da interrompere conversazioni, magari costruttive, intime e

serie, per collegarsi contemporaneamente a un altro tipo di conversazione, in un'altra rete, con altre persone; provare un forte disagio quando in una fase di prima conoscenza, la seconda, massimo terza, domanda che gran parte delle persone il più delle volte rivolge è ormai “ce l’hai *Whatsapp?*”, come se questo fosse un fattore discriminante per passare a una fase successiva; assistere a urti fisici o cadute, per la strada di persone troppo prese e concentrate nelle loro attività sul proprio telefono; percepire che, per molte persone, l’amicizia, il volersi bene, l’amarsi, l’avere rispetto, sono divenute sinonimo di quanta attenzione e tempestività si ripone nel rispondere ai loro messaggi via telefono, invece che considerare anche la qualità del tempo quando si riesce a trascorrerlo insieme, oppure superare questo traffico di messaggi e chat e preferire una chiamata o una citofonata al campanello di casa; imbattersi sempre più in coppie di fidanzati sedute ai tavoli del ristorante a guardare ognuno il proprio cellulare *smartphone*, senza scambiarsi una parola; vedere ovunque e sempre qualcuno, che sta maneggiando o guardando il telefono...

Tutte queste dinamiche, e molte altre ancora, direttamente osservabili nei contesti di vita quotidiana, costituiscono gli stimoli di partenza che hanno dato un forte impulso alla scelta del tema trattato in questa tesi. Gli studi e le ricerche che già da qualche anno tentano di capire e spiegare come e se il vasto mondo di Internet abbia apportato dei cambiamenti non indifferenti negli stili di vita delle persone, nonché il constatare la mancanza di un servizio dedicato al problema, purtroppo emergente, della dipendenza di Internet presso il Servizio per le Dipendenze dell’Azienda ULSS 16 di Padova, dove si è svolto il tirocinio formativo, hanno incoraggiato e pienamente convinto alla trattazione.

INTRODUZIONE

Internet, insieme a tutti i suoi dispositivi e sistemi di connessione, è espressione dello sviluppo compiuto dall'essere umano fino ad oggi, con tutte le sue potenzialità e conoscenze. Come qualsiasi costrutto, Internet è un artefatto umano e, per questo, va considerata ormai come parte integrante della vita quotidiana. Un prodotto innovativo e rivoluzionario di questa nostra modernità, più reale e comune di quanto se immagini; una nuova rivoluzione travolgente e potente al pari di quella prodotta dalla scrittura, quando prima lo scambio comunicativo era solo orale, o di quella della stampa, che ha permesso la diffusione delle prime scritture e pubblicazioni. La rivoluzione Internet è come quella che fu generata dalla costruzione di mezzi e vie di trasporti di ogni tipo, come le navi, l'aereo, il treno e l'automobile; ancora, come la macchina fotografica e quella da scrivere, la radio, la televisione, il telefono fisso e poi quello mobile.

Il fatto straordinario è che ognuna di queste piccole grandi conquiste ha sempre cambiato in modo irrevocabile le abitudini di vita delle persone, per poi integrarsi più o meno adeguatamente alle quotidianità. Hanno inoltre puntualmente causato paure e di timori in chi si è ritrovato a vederle nascere e in chi le ha sperimentate per la prima volta. Internet, allo stesso modo, deve considerarsi come un fenomeno dal carattere e dagli effetti irreversibili che ha comportato una mutazione radicale nel carattere delle società post-moderne, generando ovviamente anch'essa un'iniziale perplessità e diffidenza, da un lato, ma anche entusiasmi e curiosità, dall'altro, spesso sulla spinta di persuasioni sociali e pressioni pubblicitarie. Gli scetticismi oggi persistono tra coloro che ne hanno colto gli aspetti più problematici e contraddittori che nel tempo sono emersi.

Altrettanto straordinario è, tuttavia, il fatto che Internet si differenzi dalle storiche novità perché è un sistema che riesce a essere ipertestuale, interattivo e sociale, a imitarle e comprenderle quasi tutte, grazie soprattutto al cellulare intelligente, lo *smartphone*, di ultima generazione che si sostituisce a esse come niente e nessuno era riuscito a fare prima d'ora.

Ecco perché è diventata ormai una parte di noi, delle nostre case, delle nostre famiglie, delle nostre amicizie, dei nostri amori, dei nostri lavori. Ecco perché ci si ricorre tanto spesso. È per le strade, nei luoghi pubblici e ha investito ogni settore delle attività umane. È nell'aria. La costante presenza, a volte invadente, e la disponibilità inesauribile di Internet potrebbe anche comportare effetti e disturbi, dai più banali fino ai più gravi o addirittura ai limiti dell'immaginazione.

Ecco il motivo per cui l'attenzione della tesi si concentra sullo stacco tra le potenzialità della rete digitale e le sue concrete utilizzazioni. Nello specifico l'intenzione è di raccontare quanto si è capito riguardo alla tendenza sempre più diffusa e generalizzata a spendere molto tempo su dispositivi elettronici, connessi alla rete e farne un certo tipo di uso o abuso, riflettendo soprattutto su quegli effetti imprevisi e dannosi che tale connessione a distanza, continuativa e a tratti morbosa, sta avendo sulla vita delle persone. Il rischio di dipendenza da Internet sarà considerato nella sua interezza, ma guardato nello specifico con una lente sociale, dando particolarmente rilievo ad alcuni aspetti importanti della sfera delle relazioni umane. Pare, infatti, che la rete Internet stia vincendo su quella sociale, se è vero che questa possa togliere sempre più il respiro, e rubare la scena, a quei momenti vissuti e condivisi in situazioni di vita reale. Sembra poter diventare, se già non lo è, il *continuum*, l'estensione delle nostre menti, mani, attività, esperienze. Per questo è così difficile ormai immaginarne un mondo futuro senza.

Pertanto, nella prima parte dell'elaborato, il primo capitolo ripercorrerà brevemente alcune parti salienti del percorso storico della rete Internet, dalla prima comparsa fino allo sviluppo mondiale negli anni '90 del novecento, descrivendone anche le principali caratteristiche, i numeri e la geografia di diffusione, nonché gli essenziali servizi offerti. Inoltre a inquadramento del contesto attuale, si cercherà di spiegare come e perché Internet sia il fiore all'occhiello di quel particolare processo qual è la globalizzazione del pianeta ancora in corso, essendone figlio e allo stesso tempo genitore. A conclusione del capitolo, si vedrà come la rete informatica abbia creato uno spaccato generazionale, causando riscontrabili cambiamenti negli stili di vita e nel funzionamento delle menti tra chi fa parte di quelle persone nate prima dell'era

digitale, quindi anziani e adulti, e quelle nate dopo la digitalizzazione del mondo, ossia i giovani-adulti, adolescenti, bambini;

Nel secondo capitolo, invece, si parlerà imprescindibilmente di rete sociale e rete virtuale e di come le due si differenzino per alcuni aspetti e si somiglino per altri. Per cui, si procederà con l'individuazione dei più accreditati *social network*, i recenti siti di socializzazione e costruzione di reti sociali sul Web, cercando di descriverne il più possibile le caratteristiche peculiari, le diverse tipologie, nonché i potenziali effetti sull'identità delle persone, sulle relazioni che queste instaurano e sulla loro privacy. Fino a giungere a un'analisi del nuovo telefono cellulare che sempre più s'incorpora alle mani di tanti;

Il terzo capitolo, mira a descrivere una tra le più moderne forme di dipendenza patologica, ancora non pienamente riconosciuta: la dipendenza da internet (*Internet Addiction Disorder*). Se ne vedranno, dunque, l'evoluzione diagnostica e i modelli teorici finora sviluppati, gli effetti a livello psichico, fisico e sociale, il tipo di trattamento, nonché alcuni interessanti esperienze nazionali e internazionali che nel frattempo hanno iniziato a rivolgere l'attenzione alla nuova questione di ordine sociale.

La prima parte si chiude con il quarto capitolo, concepito come una rassegna, esilarante per certi versi, d'immagini del Web e citazioni filmografiche che meglio aiuteranno a comprendere, oltre le parole, alcune dinamiche di vita quotidiana tipiche dell'era digitale che hanno gran lunga superato molte immaginazioni e fantasie.

Nella seconda parte della tesi, il quinto capitolo vuole proporre un pensiero di progetto per la creazione di un'équipe professionale all'interno del Servizio per le Dipendenze dell'ULSS 16 di Padova, che possa dedicarsi al fenomeno emergente di dipendenza da Internet. Il progetto deve considerarsi come un primo spunto per la costruzione di un'offerta sociosanitaria migliore e al passo con le trasformazioni sociali dei nostri tempi, ancora tutte da capire.

PRIMA PARTE

I. RIVOLUZIONE INTERNET

L'autostrada informatica trasformerà la nostra cultura tanto drasticamente quanto l'invenzione della stampa di Gutenberg ha trasformato quella del Medio

Evo.

(Bill Gates)

1.1 Internet: origini e caratteristiche

Comunemente, si è soliti ritenere che le origini di Internet siano piuttosto recenti. In realtà, la sua costituzione è il risultato di un articolato processo ancora in corso e che continuerà a evolversi in futuro, iniziato ufficialmente nel settembre del 1969 con la realizzazione del primissimo *network* di computer (ARPANET), ideato e costruito dall'*Advanced Research Projects Agency* (ARPA), fondata nel 1959 dal dipartimento della Difesa degli Stati Uniti. Lo scopo principale non era propriamente quello militare, bensì quello di dare un forte impulso alla ricerca circa le ancora inesplorate potenzialità interattive del computer a fini commerciali. Il nuovo network interattivo informatico si serviva di una rivoluzionaria tecnologia, la cosiddetta commutazione a pacchetto, concepita per la condivisione di un canale di comunicazione tra più nodi e per il trasferimento di dati suddivisi in pacchetti e trasmessi in sequenza. Per comunicare tra loro, quindi, le reti di computer avevano, e hanno tuttora bisogno, di un insieme di protocolli standardizzati di rete, di cui i primi e i più importanti programmati sono il *Transmission Control Protocol* (TCP) e l'*Internet Protocol* (IP). Gli iniziali nodi del primo esperimento di network sono stati l'*University of California di Los Angeles* e quella di *Santa Barbara*, la *Stanford Research Institute* e l'*University of Utah*. Ma solo tre anni dopo, nel 1971, il numero dei nodi salì a quindici unità, molti dei quali erano sempre centri di ricerca universitari. Da questo momento in poi, fu possibile ormai connettere ARPANET con altri network che intanto si andavano a sviluppare, creando un "network di network".

Anche in Europa, lo sviluppo di una tecnologia di commutazione a pacchetto, della comunicazione tra computer e dei protocolli di trasmissione è nato da centri di ricerca pubblica, e non dal mondo dell'impresa. In seguito, dagli anni Settanta e per tutti gli anni Ottanta, le frenetiche e veloci attività di ricerca e d'informatica da parte di comunità interattive di scienziati e dei cosiddetti *hacker*¹, hanno progressivamente espanso la portata e la potenza del sistema Internet che andava sempre più a configurarsi come rete globale di reti di computer.² Si ricorda anche che in tale periodo storico, precisamente nel 1976, l'azienda Apple fabbrica il primo Personal Computer portatile (Cantelmi T., 2013). Ma quel che ha reso Internet davvero capace di investire e coinvolgere il mondo intero è stata la costruzione del World Wide Web (*www*) nel 1991, per opera dell'informatore britannico Tim Berners-Lee del Centro Europeo per la Ricerca Nucleare (CERN) di Ginevra (Castells M, 2013). È da questo momento che Internet si eleva a fenomeno di massa e inizia a crescere esponenzialmente di anno in anno, arrivando a investire ogni settore delle attività umane e toccando circa seicento milioni di persone e la quasi totalità delle imprese, della pubblica amministrazione e dei media, alla fine del 2003 (Carlini F., 2004). Altri dati disponibili mettono in luce che, a fare questi e altre tipologie di uso delle Rete, e soprattutto ad avere la possibilità di accesso alle Rete Internet nel mondo, ci sono circa 3,2 miliardi di persone nell'anno 2013, con una situazione che si presenta a macchia di leopardo: così come la ricchezza, la disponibilità di Internet non è distribuita in maniera equa tra e nei paesi mondiali, determinando anche in questo campo forti disuguaglianze e

¹ Con il termine *hacker* si fa riferimento a un universo composto da esperti programmatori informatici che tra loro interagiscono e programmano in network, scambiandosi liberamente e apertamente protocolli d'informazione e software. Frequentemente ed erroneamente associato ai pirati informatici, cioè coloro che svolgono attività illegali nei sistemi di rete col fine di generare caos nel flusso e traffico informatico, i quali, più propriamente, vengono chiamati *crackers* (Castells M., 2013).

² Per maggiori approfondimenti sulla storia di Internet, M. Castells, *Galassia Internet*, Feltrinelli, Milano, 2013

delle asimmetrie informative e culturali che prendono il nome rispettivamente di *digital divide* e *knowledge divide* (Carlini F., 2004).

Si può notare come l'Asia si collochi al primo posto con 1,24 miliardi di utenti, cioè il 46% del totale, di cui la sola Cina ne tiene 600 milioni. Il numero è circa pari a quello degli utenti Internet in Europa, America Latina e Caraibi, Medio Oriente, Africa settentrionale e Nord-America messi insieme.

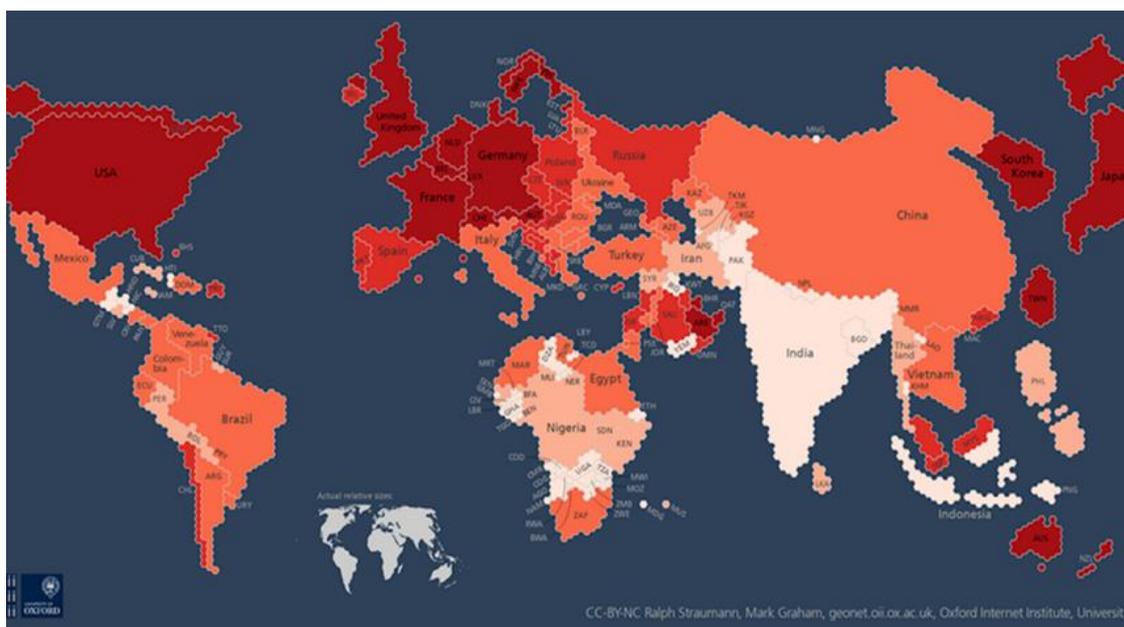


Fig.1 Geonet. Straumann R., Graham M. Oxford University

Gli Stati Uniti e l'America Latina contano circa lo stesso numero di fruitori di Internet con 297 milioni i primi e 287 milioni la seconda. L'India ne ha 190 milioni, mentre il Giappone circa 110 milioni. L'Africa conta 1,1 miliardi di abitanti, eppure sono solo 200 milioni quanti possono accedere alla rete, presentando una forte divisione al suo interno. (Linkiesta, 2015) Sono dati in crescita rispetto a quanto appariva nel 2011 e ancora in aumento, dal momento che nel 2015 la popolazione internet, gli internauti, arriva a toccare circa i 3,4 miliardi di persone nel mondo (Internet World Stats, 2015). Con riferimento all'Europa, e in particolare all'Italia, brevemente si può dire che, la popolazione europea che usufruisce di Internet costituisce il 19.2% della popolazione

mondiale che ha accesso alla Rete, con circa 582 milioni di utenti (Internet World Stats, 2015), mentre sono 41,1 milioni gli italiani nel 2015 che dichiarano di accedere a internet da qualsiasi luogo e strumento, cioè l'85,5% della popolazione totale tra gli 11 e i 74 anni. (Audiweb, 2015) Un dato, questo, che sembra essere in aumento rispetto al 2013, dove il numero di utenti ammontava a 37.8 milioni.

Da immediatamente dopo la nascita della cosiddetta "ragnatela mondiale", è stato possibile navigare in Internet, ossia muoversi all'interno della Rete, grazie a *browser*³ di facile accessibilità e utilizzo. Alla fine degli anni Novanta, sono comparsi i primi motori di ricerca, portali e siti, mentre il nuovo millennio ha battezzato i primi blog e social network. Tutto di facilissima portata con un computer e un collegamento telefonico, oggi ancora più agevole e immediato con la Rete Wireless, ossia con la rete senza fili, senza alcun collegamento fisico (Palfrey J., 2009). Internet, da molti, viene definita come un pozzo infinito e sempre rinnovato di novità e servizi da cui attingere, come una finestra perennemente spalancata sul mondo, così come costituiscono un mondo le più disparate e varie possibilità del suo utilizzo. Tant'è vero che il giornalista e saggista Franco Carlini, considerato uno degli esperti italiani interessati alla materia, considera il termine "Internet" ormai troppo generico e vasto per contenere realtà tanto diverse e, per tale motivo, suggerisce di guardare a tale fenomeno con l'aiuto di tre diverse metafore:

- La rete come "tubo", trasporto o canale di conduzione, ossia la funzione originaria della prima Internet, quando era usata essenzialmente per trasferire dei materiali da un punto all'altro in maniera veloce ed economica. Oggi divenuto mezzo di trasporto di documenti, musiche, film e molto altro;
- La rete come "spazio sociale", definito anche cyberspazio, piazza virtuale, "metaverso" o altro, caratterizzato da modalità di condivisione e di relazione tra persone appartenenti a comunità di utenti, del tutto nuove e particolari;

³ Un browser è un programma che consente di interagire con le pagine web, i testi, le immagini e altri elementi multimediali che formano internet o una rete locale.

- La rete come “nuovo medium” che si affianca e in parte compete con i medium preesistenti, assorbendone alcune caratteristiche ma introducendone altre, diverse. Le principali, ma non uniche, sono l’ipertestualità, la multimedialità e l’interattività, a loro volta accompagnate dal *no limits* (costo insignificante dei supporti di memoria elettronica) e dal *real time* (possibilità di un nastro informativo continuamente aggiornato).

I suoi usi particolari sono così tanti da essere difficilmente individuabili ed elencabili. Ad ogni modo, è possibile rilevare e sintetizzare alcune attività ricorrenti e tipiche, ponendo l’accento ancora una volta che queste non esauriscono la grande e vasta mole dei potenziali usi offerti dalla Rete:

- Ricerca d’informazioni di qualsiasi natura (pagine web, documenti, mappe, indicazioni stradali, video, fotografie, contatti utili, film, musica, libri, riviste, giornali) tramite i più noti motori di ricerca;
- Uso di strumenti d’intelligenza artificiale per la ricerca semantica, le chat box⁴, lo studio e la ricerca, il riconoscimento e sintesi vocale, la traduzione automatica di testi e pagine web, l’interpretazione linguistica automatica ecc.;
- Aderire e partecipare a una comunità virtuale di varia natura attraverso blogs condivisi, mailing list, forum, *social network*, *wiki*, giochi, reti *peer to peer*, sondaggi e votazioni, servizi per incontri ecc.;
- Conversazioni in tempo reale tramite chat scritta servizi VoIP o senza video;
- Lettura abituale di specifiche fonti d’informazione online;
- Ricerca di musica, filmati e *softwar* tramite vari canali;
- Commento e condivisione di articoli multimediali;
- Ascolto di web-radio e visione di web-tv;
- Scambio di messaggi tramite e-mail;

⁴ Robot virtuali utilizzati dalle persone che cercano una compagnia “non umana”, per fare conversazione o veri e propri colloqui di psicoterapia. (Galgani F., 2014)

- Formazione online (*web learning*);
- Acquisti in negozi *online*;
- Pornografia;
- Gioco d'azzardo e giochi di ruolo;
- Criminalità
- Altro, come ad esempio servizi di home banking, pratiche amministrative, prenotazione di visite mediche ecc.⁵

1.2 Localmente globalizzati, globalmente localizzati

A guardarlo bene, il fenomeno Internet non è che il prodotto per eccellenza, e al contempo strumento essenziale, di un contesto strutturale di fondo: la globalizzazione⁶. Secondo l'antropologo Arjun Appadurai, il mondo moderno in cui viviamo è un sistema interattivo, cioè un insieme d'interazioni su larga scala, del tutto nuovo e con un livello d'intensità mai visto prima nella storia dell'umanità, che genera una costante tensione tra omogeneizzazione culturale ed eterogeneizzazione culturale. Facciamo parte tutti, indistintamente, di una situazione insolita di vicinato, anche con coloro più distanti da noi. (Appadurai, 2012) Questo è quello che si vuol dire con l'espressione "localmente globalizzati", per cui oggi è di estrema facilità avere accesso a, ed essere in contatto con, qualsiasi fonte o persona nel mondo, pur rimanendo comodamente nelle proprie "case" e nel mentre che si svolgono altre attività.

⁵ (Galgani F., 2014)

⁶ La globalizzazione, o mondializzazione, è il processo socio-economico più rilevante dei nostri tempi, innescato dallo sviluppo degli imperi coloniali del XV e XVI secolo e alimentato nel tempo dalla diffusione delle nuove tecnologie. Sulla spinta delle logiche neo-liberiste di deregolamentazione, liberalizzazione e privatizzazione, tale processo è arrivato ad abbattere le tradizionali barriere di confine, presentandosi oggi come un complesso e articolato sistema di relazioni che permette l'interconnessione di merci, capitali, persone, informazioni, conoscenze, idee e valori su scala globale, con effetti tanto positivi quanto perversi sulla società.

Per spiegare meglio la complessità del mondo in cui ci ritroviamo, l'autore conia cinque parole che corrispondono ai cinque principali flussi culturali globali (*-orami*) che caratterizzano la modernità: con "etnorama" fa riferimento allo spostamento degli uomini, cioè il panorama di persone, turisti, immigrati, rifugiati, lavoratori che si muovono costantemente; per "tecnorama" intende il flusso della tecnologia, la rapidità con cui questa si muove attraverso confini sempre meno definibili; con "finanziorama" si rivolge al flusso del denaro, in tutte le sue forme; il "mediorama" sarebbe lo scorrimento delle immagini veicolate dai mezzi di comunicazione di massa e individuali; infine, "ideorama" lo collega allo scambio delle idee e delle ideologie. Ognuno di questi flussi è un panorama, una prospettiva, ma si possono considerare come diverse correnti di un unico mare. (Appadurai A., 2012).

Tutto questo fluire, avviene a una velocità mai conosciuta e, a volte, difficile a credersi, assumendo una struttura flessibile ed elastica che di volta in volta muta il suo aspetto, per cui quel che è in questo momento, potrebbe non essere tra qualche istante. Questa condizione, che caratterizza la società contemporanea, è stata efficacemente, incisivamente e largamente descritta dal sociologo e filosofo Zigmund Bauman con il concetto di "liquidità". Metafora in seguito ripresa per adattarla al ruolo predominante svolto oggi dalle nuove tecnologie, in particolar modo da Internet, nel garantire questo incessante flusso mutevole di persone, cose, e idee, coniando la nozione di "tecnoliquidità" (Cantelmi T., 2013).

Per tali ragioni, Internet è divenuto strumentale al sistema capitalismo quando si è elevato a spazio immateriale privilegiato per continuare a svolgere in maniera ancora più efficace la sua funzione primaria: la produzione di valore economico. (Codeluppi V., 2013). Infatti, gli utenti d'Internet, le popolazioni che abbiamo brevemente analizzato in precedenza, non sono solamente i fruitori dei contenuti della Rete, ma ne costituiscono anche il contenuto. Spiegandoci meglio, chiunque abbia a che fare con i contenuti offerti da Internet, non solo ne trarrà beneficio in veste di consumatore, ma ne determinerà al tempo stesso i contenuti in qualità di produttore. Da questo doppio ruolo, oggi rivestito dalla gente comune, nasce il termine *prosumer*, a indicare proprio le attività di chi

consuma nel frattempo che produce. (Siegel L., 2011; Castells M., 2013) Gran parte del tempo libero, infatti, è speso per cercare beni e servizi a uso personale, ma ancora non è evidente a tutti che, soprattutto se tale ricerca avviene tramite l'uso di Internet, stiamo informando circa quel che vorremmo che fosse prodotto. Questo è quello che si vuole esprimere, invece, con la formula "globalmente localizzati".

Oltre il "banale" sistema GPS (*Global Positioning System*)⁷, che permette di essere letteralmente trovati e osservati in qualsiasi luogo e durante qualsiasi ora della giornata da qualsiasi punto del globo, per "localizzati", in questa sede, si fa riferimento a un altro genere d'individuazione. In particolare, ciò che viene catturato e sfruttato dal sistema Internet sono i desideri, i gusti, le aspettative, i pensieri, i piaceri, gli interessi di quanti ne fanno uso, sulla base delle pagine web che consultano e delle tracce che disseminano per la Rete. L'effetto che ne deriva è una Rete Internet che da libera fonte delle più disparate informazioni, si va via via modellandosi e personalizzando su ciò che gli utenti desiderano trovare, distraendoli da notizie e dati che si discostino dai loro punti di vista, dalle loro ideologie e culture. Questo fenomeno, comunemente chiamato *filter bubble* o "bolla d'informazione", è impercettibile e invisibile; nessuno sceglie di farne parte ma a tutti gli effetti separa ognuno dall'esterno, da tutto quello che è fuori le individualità delle persone, nel mentre che influenza scelte e comportamenti degli utenti. (Galgani F., 2014)

Per effetto dello stesso principio, Internet è anche una realtà virtuale di forte interesse come oggetto di analisi per diversi ambiti e discipline. Dall'economia e marketing, alla scienza politica, sociologia e scienze della comunicazione, passando per la psicologia e per l'epidemiologia. È possibile, dunque, per quest'ultime studiare e valutare fenomeni in corso e per prevedere quelli futuri. Solo per citarne alcuni, i calcoli e le stime che vengono svolte grazie a qualsiasi

⁷ Sistema di navigazione satellitare sviluppato e gestito dal dipartimento della difesa statunitense che fornisce a utenti che si spostano via terra, mare o aria, informazioni relative a posizione, velocità e orario 24 ore su 24, in qualsiasi condizione atmosferica e in qualunque parte del mondo. I segnali GPS forniti dai satelliti sono disponibili gratuitamente per un numero illimitato di utenti contemporaneamente.

attività effettuata in Rete da qualsiasi persona, possono riguardare indici di borsa, volatilità dei mercati finanziari, indicatori macroeconomici, diffusione di malattie, probabilità di decessi, acquisto e consumo di prodotti, gradi di soddisfazione, risultati elettorali, insurrezioni e rivolte, umori e stati d'animo, individuazione di terremoti, vincitori di concorsi televisivi e di oscar, risultati sportivi e molto altro ancora (Ceron A., 2014).

La società "tecnoliquida", pertanto si può dire, impone comunque un'esposizione continua del tutto a tutti e di tutti al tutto, al di là del volere delle persone. Forse sarà perché nell'era della globalizzazione l'unica cosa a non essere più localizzata è il potere di qualcuno, sempre più spalmato nel pianeta, non più direttamente individuabile. L'imperativo è quello di vivere un'esistenza totalmente trasparente, che piaccia o no. Anche grazie a qualsiasi schermo, si ha la sensazione di poter e dover governare la realtà, anche quella più lontana, cui si ha il permesso di accedere. Al contempo "si ha la percezione che quello stesso schermo "indovini" sempre, con pochissimi margini d'errore, chi siamo, dove siamo e cosa vogliamo", (Codeluppi V., 2013). a volte più di quanto sappiamo noi di noi stessi.

1.3 Nati con e adottati dalla Rete digitale

Una bambina di soli tre anni, subito dopo lo scatto del fotografo che l'ha immortalata con la macchinetta digitale, corre verso di lui perché sa che dietro lo schermo c'è già pronta la sua immagine. Come fa a saperlo? Un anziano chiede più e più volte di aprire, leggere e cancellare per lui i messaggi dal suo telefono cellulare, di fargli una ricarica telefonica o di fargli vedere come si accende un computer. Come fa a non apprendere con facilità come funziona? Tra una bambina di tre anni e un anziano che ne avrà almeno settanta in più, c'è il tempo sufficiente affinché le cose siano radicalmente cambiate.

Se è vero, infatti, che la transizione dalla modernità alla post-modernità ha avuto inizio dal Secondo dopoguerra in poi, fino a giungere nella società di cui

sinteticamente si è detto sopra, sono circa quattro le generazioni che sono nate e si sono succedute fino ad oggi: bambini che sono diventati genitori, poi nonni e oggi bisnonni. (Cantelmi T., 2013) Ma il fatto su cui riflettere è che, tra queste, “nessuna generazione ha ancora vissuto una vita intera nell’era digitale”. (Palfrey J., 2009) La prima generazione è quella nata tra il 1945 e il 1964 (anche detti *baby boomer*), pertanto quella maggiormente sofferente alle novità apportate dalla rivoluzione digitale. La seconda generazione comprende tutti i nati dalla fine degli anni '60 alla fine dei '70, ed è quella che per la prima volta ha avuto la possibilità di consumare prodotti importati dal resto del mondo, perciò consumatori insaziabili. La terza generazione è composta da chi è nato tra gli anni Ottanta e i primissimi anni '90, caratterizzata già dall’abitudine di cercare e curiosare nella finestra sul mondo (il world wide web). Infine, i nati dal 1994 fino a chi sta nascendo in questo momento, è e sarà la generazione “nuova”, quella che vivrà una vita interamente digitalizzata. (Cantelmi T., 2013). Esiste quindi, almeno teoricamente, una linea di demarcazione, che alcuni fanno risalire al 1980 (Palfrey J., 2009), altri al 1990 e altri ancora al 1985. (Cantelmi T., 2013). Questo confine temporale è utile a distinguere gli “immigrati” o gli “adottati”⁸, dai “nativi” digitali. Se i primi, infatti, sono tutti coloro che hanno fatto proprio l’uso di Internet e delle relative nuove tecnologie perché nati prima dell’avvento dell’era digitale, i secondi sono venuti al mondo già digitalizzato, presentando istintive e notevoli competenze, abilità e conoscenze informatiche.

Molte sono le differenze che intercorrono tra le due tipologie di soggetti che oggi si ritrovano a convivere nell’era di Internet.

Prima di tutto, mentre la “generazione digitale” espande progressivamente sempre più gli spazi della Rete e gli usi che ne fanno, divertendosi,

⁸ C’è chi distingue, poi, i non nativi a loro volta in due categorie: da una parte “coloni”, “immigrati” o “ibridi”, cioè quelle persone abbastanza vecchie da aver frequentato il mondo prima della digitalizzazione e abbastanza giovani da aver abitato da subito il mondo dopo il fenomeno digitale; dall’altra i “tardivi”, ossia coloro che hanno iniziato a occupare e a occuparsi di Internet solo da poco, di fatto, soprattutto grazie alla nuova accessibilità e familiarità di alcuni suoi luoghi e prodotti.

comunicando e realizzando le proprie esperienze e coniugando in modo sempre più complesso le “tradizionali” tecnologie con le più nuove (Palfrey J., 2009; Arcuri, 2008), gli adottati molto spesso, invece, svolgono costantemente un confronto tra le proprietà e novità della rete con i luoghi tradizionali e sicuri di cui hanno ricordo ed esperienza (Palfrey J., 2009), “avvicinandosi a volte alle nuove tecnologie non solo con interesse e curiosità, ma spesso con imbarazzo, timore e sospetto” (Arcuri, 2008).

Secondariamente, tutti gli aspetti principali della vita dei nativi digitali sono veicolati da tecnologie digitali. Non hanno mai conosciuto una maniera diversa di vivere e, a differenza degli adulti, ancora abituati, invece, a forme analogiche d’interazione, scambio e comunicazione, la nuova generazione non ha dovuto imparare nulla di nuovo per vivere dentro il mondo digitale.

Anche dal punto di vista cognitivo, vengono riscontrate delle differenze reali tra chi nasce con e chi viene adottato da Internet. È un dato ormai appurato, infatti, che i giovani e gli adolescenti di oggi, a differenza di quelli di ieri, abbiano modalità di apprendimento più percettive che simboliche. La costante stimolazione percettiva, sin dalla tenera età, ha fatto in modo che gli appartenenti alla “*screen generation*”, abbiano delle abilità visivo-motorie eccezionali, ma allo stesso tempo risultino essere meno abili nella capacità d’immaginazione e ideazione. Infatti, oltre alla straordinaria tendenza a svolgere più pratiche contemporaneamente (*multitasking*), utilizzano mezzi tecnologici per ottenere e utilizzare informazioni e creare forme innovative d’arte e di conoscenza. Sfruttano meno la propria memoria, aiutandosi con supporti esterni. Sanno fare e fanno molte cose, forse troppe, giacché il livello cui possono aspirare è quello della mediocrità, invece che saperne fare solo alcune e in modo più attento e accurato. Presentano ridotte capacità di riflessione, di astrazione e generalizzazione, oltre a non essere particolarmente bravi ad attendere e pazientare. Sono grandi esperti nel rappresentare le emozioni con immagini di faccine (*emoticon*) ma è evidente la loro incapacità e voglia di viverle e sentirle veramente. Si relazionano e condividono, certo, ma è molto probabile che lo facciano soprattutto in spazi virtuali che in quelli reali. Si affidano sempre di più a questo spazio connesso, fino a essere costantemente

connessi a Internet. Come si vedrà nel prossimo capitolo, anche l'amicizia e l'amore, sta assumendo dei connotati diversi per loro. (Cantelmi T., 2013; Palfrey J., 2009; Arcuri, 2008)

La rivoluzione Internet, da più parti, è vista come causa di una rivoluzione, o meglio, di un'evoluzione delle nuove menti, strutturate in modo da essere bene integrate con la tecnologia. Queste nascono e si sviluppano ormai in un *continuum* che intreccia vita reale con quella virtuale. Che effetto avrà su queste menti, una vita intera di tecnologia e di Internet?

II. RETE SOCIALE E SOCIAL NETWORK: BANALE TRADUZIONE?

Il Web è più un'innovazione sociale che un'innovazione tecnica. L'ho progettato perché avesse una ricaduta sociale, perché aiutasse le persone a collaborare, e non come un giocattolo tecnologico. Il fine ultimo del Web è migliorare la nostra esistenza reticolare nel mondo. Di solito noi ci agglutiniamo in famiglie, associazioni e aziende. Ci fidiamo a distanza e sospettiamo appena voltato l'angolo.

(Tim Berners-Lee)

2.1 Rete sociale e rete virtuale: somiglianze e differenze

L'evidente e diffusa abitudine di ricorrere a Internet, ai suoi dispositivi e siti, per scelta o per obbligo, per divertimento o per dovere, nella vita pubblica e nella vita privata, sta inevitabilmente trasformando gli usi e i costumi della società contemporanea, quindi anche le modalità e il senso di “fare rete” tra le persone e i gruppi di persone. Rete sociale, s'intende. La socialità, quale istinto innato e immortale dell'uomo⁹, è sempre più veicolata da, e cercata nei, siti di social network che, da mera traduzione tecnologica, si sono progressivamente trasformati in un surrogato delle più vere relazioni sociali reali, diventando un celebre “luogo” alternativo dove incontrarsi e compiere scambi in forma virtuale. Questo è stato possibile, anche perché l'intero sistema Internet sin dalle sue origini, si è presentato nella sua forma e nella sua sostanza, riproponendo espressioni, termini e locuzioni già note da qualche tempo alla sfera delle interazioni e dei legami sociali negli ambienti di vita reali.

⁹ Da Aristotele in poi, l'uomo è stato descritto come un “animale sociale”, cioè portato per natura a cercare i propri simili e a unirsi a loro, non solo per la sua crescita e riproduzione, ma per la sua stessa sopravvivenza. Gli aggregati umani, danno così vita a luoghi ove questi si scambiano beni principalmente attraverso la parola, cercando di vivere tendendo verso la felicità. (Spitzer M., 2012; Giorgetti Fumel M., 2010)

Prendiamo ad esempio il concetto di *rete*. Esso deriva dal latino ed è formato sulla stessa base del termine *sért-us*, participio passato di *sérere*, che vuol dire *tessere*, riferendosi generalmente a un “insieme di linee, reali o ideali, che s’intrecciano formando incroci e nodi e dando luogo a una struttura complessa.”¹⁰ Tale concetto, molto ampio e generico, è stato adottato da molteplici settori disciplinari, ognuno dei quali lo ha coerentemente declinato al proprio campo d’interesse. È il caso, ad esempio, dell’anatomia, dell’ecologia, dell’istruzione, della matematica, della tecnica, dell’ingegneria gestionale, delle telecomunicazioni e molte altre ancora. Ma è la valenza e il significato che ne danno le scienze sociali, come la sociologia, l’antropologia e la psicologia, che qui interessa, dove la rete assume le caratteristiche e le funzioni di una “rete di reticoli sociali”, cioè di una “struttura, formale o informale, comprendente un insieme di persone o organizzazioni, assieme alle loro rispettive relazioni” (Scott, 2000 in Ceron A., 2014), o meglio, di un “insieme (o insiemi) di attori sociali e di relazioni definita tra tale insieme di attori” (Conaldi G., 2007). Le reti, in senso sociale, sono quindi delle strutture relazionali composte da diversi attori, i cosiddetti nodi o punti della rete, e dalle diverse relazioni, rappresentabili con linee, frecce, archi, che stanno per i legami peculiari che intercorrono tra individui e gruppi d’individui, i luoghi, le istituzioni, i servizi ecc. Tali strutture definiscono il comportamento di questi ultimi e il contesto in cui essi agiscono. La rappresentazione grafica della rete si fa complessa se dovesse considerare anche i collegamenti tra le singole reti, individuali o collettive che siano. Per relazioni, invece, si fa riferimento alle interazioni tra gli attori, nello specifico all’insieme di legami, che intercorrono tra questi, con un diverso grado di coinvolgimento e d’intensità (forte o debole), e un diverso ruolo svolto dagli attori coinvolti. Infatti, le reti in generale e le relazioni in particolare, si è soliti distinguerle in differenti tipologie. Esse possono essere primarie e secondarie, formali e informali, di sostegno, complesse, totali, personali e così

¹⁰ <http://www.treccani.it/>

via¹¹. Charles Horton Cooley formula tra la fine dell'800 e inizio del '900 la dicotomia tra gruppo primario e gruppo secondario. Per il primo egli intende quello "caratterizzato da un'intima associazione e cooperazione" data principalmente dalla presenza di pochi membri, da rapporti di tipo *face to face*, cioè diretti e liberi senza la mediazione di alcun istituto, e da relazioni di tipo affettivo e gratuite. La "primarietà" del gruppo risiederebbe nel fatto che esso svolge una funzione fondamentale nella formazione della natura sociale degli individui, vivendo questi sentendosi parte dell'insieme. Tra i gruppi primari si riconosce un ruolo fondamentale alla famiglia, al gruppo di gioco per i bambini e al vicinato o gruppo di comunità per gli adulti (Cavallaro R., 2003), poiché in essi i legami sono forti, cioè ad alta intensità e abilitano e costringono allo stesso tempo i membri, assicurandone protezione e sostegno ma anche imponendone alti livelli di obbligazione e controllo sociale. (Conaldi G., 2007) I gruppi secondari, invece, sono stati descritti da Cooley come "circoli e associazioni amichevoli o di loro genere, fondate sulla congenialità, che possono dare origine a un'intimità reale". Questi nuovi tipi di raggruppamenti, emersi con la società moderna, si sommerebbero ai gruppi primari e si fondano sull'esistenza d'interessi comuni o attività condivise tra i membri. (Cavallaro R., 2003)

Le reti possono essere rappresentate graficamente, come molti professionisti del settore sociale sono soliti fare, per avere una fotografia immediata, abbastanza esaustiva e chiara circa la consistenza del cosiddetto *capitale sociale*¹² di cui le persone o i gruppi dispongono. Il disegno della rete si farà

¹¹ Se le reti formali sono costituite da rapporti con istituzioni o con attori che rivestono una certa carica, quelle informali sono quelle che non presentano una veste istituzionalmente definita. Le reti di sostegni, invero, sono quelle idonee a offrire ai loro membri supporto sociale. Quelle personali sono quelle ego-centrate, ossia dove al centro si pone l'individuo e tutt'intorno alla serie di attori con cui esso si relaziona in vario modo e con diversa intensità. Quelle totali sono quelle complete, ossia quelle dalla struttura abbastanza complicata e intrecciata. (Conaldi G., 2007).

¹² Pur mancando un consenso circa una definizione univoca di capitale sociale, è possibile considerarlo come "un complesso di risorse che divengono disponibili dall'attore in virtù della

sempre più complesso al crescere di collegamenti tra diverse reti, individuali o collettive, considerati. Inoltre sarà dettagliato se risulteranno registrate anche diversi gradi d'intensità delle relazioni tra le persone e la misura della distanza che passa tra queste. La forma di rappresentazione grafica delle reti maggiormente utilizzata è il grafo, ossia una serie di punti e una serie di linee che collegano coppie di punti. Un esempio di grafo si può vedere nella figura n. 2.

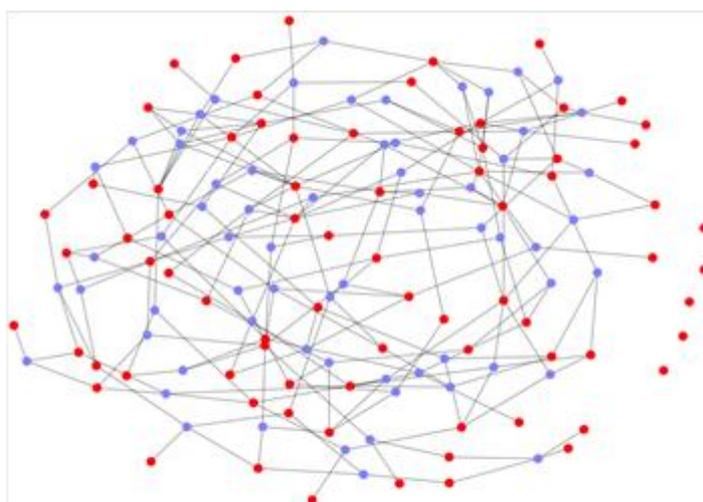


Figura n.2 Esempio di grafo (G oogle immagini)

Quando, poi, si volge lo sguardo al settore delle telecomunicazioni e dell'informatica, si può immediatamente notare la somiglianza della struttura fisica della rete internet con quella della rete sociale e l'utilizzo di termini analoghi per descriverne gli elementi costitutivi e i contenuti. Infatti, basta sostituire ai nodi, ai vertici, centinaia di migliaia di computer con funzionalità di ricetrasmissione; alle linee, agli archi, ai ponti, tutti i vari mezzi trasmissivi che ne consentono l'interconnessione per mezzo di agenti umani (utenti), automatici o di altro agente. Per queste ragioni e per la sua natura capillare, potente e veloce, capace di arrivare agli utenti di tutto il mondo, Internet è anche

sua appartenenza a uno specifico insieme di relazioni sociali". Idealmente contrapposto al capitale patrimoniale, il capitale sociale, composto di norme di reciprocità e di fiducia che da esso derivano, costituirebbe "l'investimento su una somma di risorse attuali o potenziali a disposizione degli individui e delle collettività, funzionali e strumentali a facilitare l'ottenimento di benefici e obiettivi specifici o aggiuntivi altrimenti difficilmente realizzabili" (Conaldi G., 2007)..

denominata "Rete delle reti", "rete globale" o "interrete" e viene definita come un "vasto insieme di reti di elaboratori interconnesse fra loro in modo che ciascun utente [...] possa collegarsi alla rete e utilizzarne le risorse"¹³. In questo senso, Internet con il suo *web 2.0*¹⁴, consente oggi la magia, fino a poco tempo fa impensabile, per cui è possibile accedere a ogni tipo di risorsa, in particolare quella relazionale, pur restando soli e fermi in un certo spazio fisico e intimo, pur non avendo un incontro a "tu per tu" con nessuno. Questo è stato possibile attraverso una trasposizione della rete sociale nella rete virtuale, cioè mediante l'opportunità sempre più sfruttata di creare e mantenere relazioni che hanno origine e svolgimento nel cosiddetto "mondo *online*". Ma se è vero, come alcuni affermano, che Internet è un mondo sociale estraneo alla vita reale quotidiana, com'è possibile allora che essa abbia effetti concreti sulle forme di socialità reale? In verità, la rete Internet assieme alle identità che si mostrano e

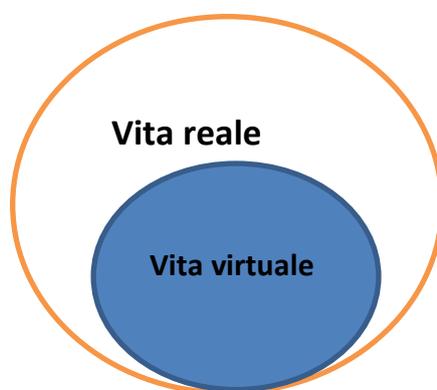


Fig. 3 Spazio della vita virtuale nello spazio della vita reale

alle attività che si svolgono in essa, non può essere più considerata come separata dalla vita reale, ma a ben guardare ne sono una parte, sempre più consistente, ma una parte. (Arvidsson A., 2013). I social network sarebbero una parentesi, una finestra, un secondo luogo all'interno di un luogo più vasto che fa da sfondo, e a cui si accede grazie alla mediazione di uno schermo digitale che

¹³ <http://www.treccani.it/>

¹⁴ Web di ultima generazione, innovativo, altamente interattivo e fortemente incentrato sull'utente che può apportarvi modifiche di qualsiasi tipo. (Palfrey J., 2008)

guarda su un contesto altro, in una “spazialità de-territorializzata”. Quest’ultima crea sicuramente una “bolla comunicativa” e prende una certa parte del nostro tempo reale. Infatti, dal primo decennio del nuovo secolo, il dibattito sociologico ha cominciato a considerare il mondo reale e quello virtuale, *offline* e *online*, più come ambiti in relazione di reciproca continuità, piuttosto che in opposizione e contrastanti tra loro. Tra i due ambiti, dunque, è possibile riscontrare ampi margini di sovrapposizione¹⁵. Se si dovesse rappresentare questo *continuum* che vede lo svolgersi della vita virtuale all’interno della vita reale potremmo rappresentarla con un cerchio che fa da sfondo e un cerchio più piccolo al suo interno, che fa da sotto-insieme.

È possibile ritracciare ulteriori tratti differenziali tra la rete sociale e la rete virtuale: se la prima è da sempre ben definita e circoscritta, sviluppandosi in determinati e familiari contesti locali e comprendendo un limitato numero di persone, la seconda invece è una rete dall’architettura invisibile e la struttura elastica (Cantelmi T., 2013), estendibile a livello globale per cui è possibile avere molti rapporti con tante persone, potenzialmente ed esagerando, con tutte quelle che hanno accesso alla rete da ogni parte del mondo. Inoltre, se la rete sociale richiede un lento e progressivo investimento di tempo, di energie, di sensibilità e affinità per la sua costituzione, manutenzione e alimentazione, la rete virtuale facilita e velocizza il processo di costruzione di ogni tipo di relazione, rendendo più immediato anche quello per interromperle e portarle a termine. Proprio per questo, Bauman, crede fermamente che l’era digitale abbia portato la “creazione di reti ma non di comunità”, cioè non quel gruppo legato da uno stretto rapporto che rafforza l’individuo e gli dà un senso d’appartenenza, quindi di sicurezza e vicinanza, ma una “rete” globale, che nel mentre mette in contatto più velocemente con molti altri, “rende allo stesso tempo gli individui più deboli, aumenta il senso di solitudine, d’insicurezza e porta, col procedere, all’infelicità” (Bauman Z., 2014). Infine, mentre la rete sociale reale prevede che i rapporti siano autentici e trasparenti, la socialità

¹⁵ Aroldi P., Vittadini N. *La rete come spazio sociale*. In Scabini E., 2013

nella rete virtuale porta con sé delle contraddizioni e delle possibilità uniche che, come si vedrà, alterano i rapporti instaurati con questa modalità.

2.1.1 Media digitali, social media e social network

I *medium*¹⁶, attraverso i quali è possibile navigare, scorrere sulla rete Internet per “fare rete sociale virtuale” sono definiti *social media*, cioè quelle “piattaforme virtuali che permettono di creare, pubblicare e condividere contenuti, i quali, a loro volta, sono generati direttamente dai loro utenti” (Yu e Kak, 2012 in Ceron A., 2014) o ancora, tutti quei “siti web basati sulla costruzione e sul mantenimento di legami sociali con altri utenti del servizio [...], negli anni 2000, tra i principali intermediari fra gli individui della rete con i contenuti della rete” (Arvidsson A., 2013). Essi rientrano nella più grande categoria dei media digitali, cioè di quei mezzi di comunicazione di massa che si sono prima affiancati ai media più tradizionali, come il giornale, la televisione, la radio, le riviste, e poi li hanno quasi completamente assorbiti, ricomprendendoli in veste innovativa e veicolando il maggior numero d’informazioni al loro posto. I siti di *social network*, di cui sentiamo quotidianamente parlare e di cui la gran parte di noi è abituata ormai a fare uso, per alcuni autori sono un sinonimo di social media, per altri costituiscono una loro sottocategoria. Si è d’accordo con il ritenere che l’insieme delle numerose piattaforme “social” si distinguerebbe al suo interno per alcune sottili differenze circa le logiche, gli scopi e i modi con cui queste vengono usate per organizzare i gruppi sociali più disparati (Ceron A., 2014). Impossibilitati a svolgere una trattazione completa ed esaustiva della grande varietà di siti che permettono attualmente alle persone di relazionarsi e collaborare reciprocamente¹⁷, si cercherà di elencare e descrivere nelle

¹⁶ Un *medium* o “*mediorama*” sarebbe lo scorrimento delle immagini veicolate dai mezzi di comunicazione di massa e individuali. (Appadurai A., 2012).

¹⁷ Per citarne solo alcuni, ricordiamo brevemente che fanno parte dei social media ad esempio: i gruppi o comunità virtuali e i forum, cioè quei particolari aggregati d’individui costruiti dagli stessi e a cui tutti possono aderire, dove solitamente si discute riguardo a temi e questioni d’interesse comune; i progetti collaborativi come *Wikipedia*, enciclopedia costruita e modificata

caratteristiche salienti, solo quelli che presentano elementi di social networking e numeri rilevanti di utenza.

Gli elementi che caratterizzano e contraddistinguono i siti di social network sono essenzialmente tre: “devono esservi iscritti degli utenti specifici del sito, tali utenti devono essere collegati tra loro e deve esistere la possibilità di una comunicazione interattiva tra gli stessi” (Ceron A., 2014). La possibilità di una comunicazione interattiva è offerta da quell’ampia gamma di servizi, telefonici o via Internet, conosciuti con il nome di *Instant Messaging* (IM), o più comunemente *Chat*, che consentono a strati sempre più ampi della popolazione mondiale di fare una “chiacchierata”, un dialogo, uno scambio informativo in tempo reale¹⁸ (Perrella R., 2014). L’apertura e chiusura di finestre sullo schermo consente di gestire e partecipare a differenti conversazioni con diversi interlocutori. Le conversazioni vengono registrate e si mantengono disponibili nel tempo utenti (www.mauroennas.eu; Palfrey J., 2008).

Dal battesimo del web mondiale fino ad oggi, molti sono i siti di social network che nel tempo si sono succeduti e che di volta in volta hanno offerto funzionalità o novità sempre maggiori, comode, attraenti, comprensibili, intuitive e soprattutto coinvolgenti, per alcuni versi entusiasmanti; tra gli imprenditori iniziò una vera e propria gara nel crearne sempre di migliori per accaparrarsi il maggior numero di quote in borsa e quindi una consistente adesione da parte dell’utenza fruitrice della Rete Internet. Quest’ultima, in parte influenzata e accompagnata nella scelta, ha iniziato a preferire alcuni siti specifici rispetto ad altri, anche sulla base dell’ultima tendenza e dell’incoraggiamento sociale da

da chiunque in qualsiasi momento; le mailing list, un sistema organizzato per la partecipazione di più persone in una discussione asincrona tramite e-mail; i blog, ossia siti Internet generalmente gestiti da singole persone o enti, che pubblicano periodicamente i propri pensieri, opinioni riflessioni, interessi, considerazioni, immagini o video, come una specie di diario on-line. (Palfrey J., 2008)

¹⁸ Il tempo reale, tecnicamente, sarebbe il tempo che scandisce le vite quotidiane. Ma il termine è usato con riferimento alla nuova tecnologia che possiede la capacità di aggiornarsi in continuazione, riportando informazioni e supportando comunicazioni scritte a una velocità quasi pari a quella delle interazioni personali, rimanendo sempre e . (Palfrey J., 2008)

parte d'individui, enti, servizi, istituzioni, personaggi importanti dello spettacolo e della politica e quant'altro che, rendendosi rintracciabili ed esprimendosi su queste piattaforme "social".

Quindi, i siti al momento in voga tra i ragazzi, ma non solo tra questi, anzi, sicuramente sono: *Facebook*, il più noto, cioè la "faccia-libro" o il "libro delle facce", inizialmente sorto come riproduzione informatica dell'annuario cartaceo già da anni diffuso negli Stati Uniti d'America, stampato e distribuito tra gli studenti delle scuole e delle università, attualmente viene utilizzato come un diario permanente delle attività sociali, artistiche, letterarie, politiche, delle passioni, degli hobby e della storia dei suoi utenti; *Twitter*, il "cinguettio" del web, invece, è un *microblogging*, pertanto è sfruttato da tanti, anche da personaggi famosi del mondo politico e dello spettacolo, perché più immediato, informale, sintetico e veloce di *Facebook*, in quanto permette di far circolare notizie brevi e sintetiche tramite l'opzione di passaparola del messaggio tra gli utenti o attraverso il sistema di suggerimento che raggruppa interessi comuni, il cosiddetto *hashtag*, cioè parole, o combinazioni di queste, precedute dal simbolo cancelletto (#); *Linkedin*, poi, è un servizio web gratuito a carattere professionale, contenente informazioni e curricula professionali in quasi tutti i settori, quindi impiegato principalmente da chi vuole sviluppare, accrescere e mantenere una rete di contatti professionali affidabili, poiché il suo scopo principale è, infatti, filtrare e selezionare i profili più vicini affinché ci sia un proficuo incontro tra chi domanda e chi offre una posizione lavorativa; *Google+*; Per quando riguarda la telefonia mobile, è possibile focalizzare l'attenzione su applicazioni di messaggistica istantanea dall'alta componente socializzante come: *Whatsapp*, il "Come va?" del telefono *smartphone* adottato da davvero molti utenti perché consente lo scambio di messaggi di testo, messaggi vocali, fotografie, documenti, posizioni geografiche, video e chiamate, tra due o più persone che possiedono la stessa applicazione sul proprio telefono e il cui numero telefonico è salvato nelle rispettive rubriche. Oggi usato dalla gran parte delle persone al posto di messaggi tradizionali (Sms e MMS), soprattutto per il suo basso costo, di recente addirittura abolito per diventare un servizio gratuito e illimitato; ma anche questa moda sta per giungere alla fine della sua storia,

perché sempre più persone chiedono “Ce l’hai *Telegram*?”, ossia quel servizio di messaggistica istantanea, simile al precedente ma di gran lunga più potente e meglio pensato. Infatti, i file che permettono di scambiare documenti possono essere anche molti e molto pesanti in termini di contenuto e, inoltre, le conversazioni sono assicurate dal sistema *end-to-end* (punto-punto), quindi sono cifrate e non possono essere intercettate durante l’invio, né da parte dell’azienda che offre il servizio, né da parte di terzi soggetti. Ancora, l’utente che si registra può scegliere facoltativamente di essere cercato da altri utenti attraverso un *nickname* (soprannome scelto al momento della registrazione) senza far conoscere necessariamente il suo numero di telefono personale. La lista degli utenti è ordinata per l’ultima attività piuttosto che per l’ultimo accesso; si affacciano, però, ulteriori applicazioni, ancora più recenti, più nuove, come *Snapchat*, servizio di messaggistica istantanea per *smartphone* e *tablet*. che consente di inviare agli utenti della propria rete messaggi di testo, foto e video visualizzabili solo per un certo numero di secondi.

L’elenco dei canali social che consentono comunicazioni in tempo reale, veloci e facili, potrebbe continuare perché vasto e in continua evoluzione, ma si è scelto di ricordare i più conosciuti e quelli maggiormente preferiti da gran parte degli utenti che spesso ne fanno un uso contemporaneo e multiplo, per diversi scopi, con differenti identità.

2.1.2 Connettersi, interagire, condividere, piacere, produrre

L’evento dei social network è un altro motivo per credere che alcuni importanti termini, quindi azioni, che in precedenza potevano collegarsi direttamente ai soli contesti reali di vita, oggi vengano per lo più riferiti alla ormai consistente realtà virtuale, per poi essere utilizzati, a volte anche fin troppo ripetutamente, nella vita reale. L’attuale commistione tra reale e virtuale ha comportato una trasformazione del senso di alcune parole che, all’origine e tradizionalmente, avevano un senso diverso dalle differenti e più profonde sfumature; pertanto, al cambiare del concepire alcune parole, in qualche modo varia anche la natura dell’agire sociale. Concetti come, interazione, connessione, produzione,

amicizia, gratificazione e condivisione, sono tutti oggi impiegati in un altro tipo d'incontro, virtuale, in un altro tipo di luogo, digitale. Prendendo solo ad esempio alcune di queste espressioni, si cercherà di scendere un po' nelle differenze di valenza che ne danno rispettivamente i due contesti.

Connettere, “dal latino *con-néctere*, composto da *con*, ossia *cum*, insieme e *néctere* che vuol dire unire, intrecciare, congiungere strettamente”¹⁹. Generalmente è usato come sinonimo di pensare, di ragionare per sottolineare la capacità di collegamento tra concetti e idee. Ma si riferisce anche al “raggiungimento fisico tra persone e cose distanti”²⁰. Si pensi, ricordando gli orami di Appadurai (Appadurai A., 2012), alla connessione data dagli spostamenti di persone, dai trasporti e scambi di merci, dai flussi di denaro, dei viaggi dell'informazione. Essere connessi, inoltre, vuol dire far parte di una o più reti, esserne un nodo, in cui la connessione sarebbe la “proprietà della rete che tiene conto del numero di linee presenti nel grafo rispetto a quelli dei nodi” (Conaldi G., 2011). Nel lessico di tutti i giorni, però, connessione è intesa come la possibilità di essere collegato della rete Internet, di farne parte, di esserne un nodo. “Sempre connessi” è l'espressione che alcuni autori hanno iniziato a usare (Turkle S., 2012; Scabini E., 2013), e indica la condizione di tutti noi che facciamo parte di un mondo globalizzato, pertanto dove vige l'imperativo dell'interconnessione.

La connessione, il collegamento, permette l'interazione tra due o più persone. Con il termine interazione, “dal francese *interaction*, composto da *inter* e *azione*, s'indica l'agire reciproco di elementi tra di essi”²¹. Tralasciando il senso che ne danno le scienze come la fisica o la genetica, quel che interessa è la sua accezione sociale che sta a significare la reciproca influenza tra individui o tra i gruppi d'individui tramite processi e modalità di comunicazione, anche non verbale. Non raramente, il termine "interazione" è sostituito oggi da quello

¹⁹ <http://www.etimo.it/>

²⁰ <http://www.treccani.it/>

²¹ Ivi

d'interattività, "dal latino composto da *inter* e *agere*, cioè agire nel mezzo"²². Già nel 1995 Tim Berners-Lee, l'inventore del World Wide Web, proponeva di eseguire tale sostituzione, per sottolineare quegli scambi e quelle relazioni tra le persone rese possibili grazie alla mediazione della macchina, cioè il computer o altro dispositivo. Non solo, Berners-Lee credeva che l'interattività potesse generare occasioni di apprendimento tra le persone, di creatività, d'innovazione e d'interazione-costruttiva, arrivando a parlare di "intercreatività". Ma il più delle volte, l'interattività cui si assiste concretamente riguarda in via quasi esclusiva l'agire dell'uomo in rapporto alla macchina, alle pagine web in cui naviga, agli artefatti a cui può accedere ed è quindi vincolato a quelle specifiche e limitate azioni previste dai progettisti del web (Carlini F., 2004).

Chiaro però è che attraverso i sistemi interattivi, l'uomo può inserire e modificare i contenuti del web, condividendoli con il mondo di Internet. La parola condividere è "composta da *con* e *dividere*. Quest'ultimo, a sua volta, deriva dal latino ed è composto da *dis*, separazione, e *videre*, vedere, letteralmente significa vedere separato"²³ con qualcun altro, "spartire insieme con altri le proprie visioni, magari diverse, o momenti di tempo, ricorrenze, energie, progetti, idee, pensieri, cose"²⁴. È un atto caratterizzato da un grado abbastanza alto di significatività e intimità, nonché di estrema importanza, per questo non tutti riescono a condividere e non tutti riescono a farlo con chiunque capiti. Ecco perché solitamente una persona seleziona accuratamente le persone con cui si sente di poter condividere quel che la riguarda. Ultimamente, invece, il termine condividere è spesso sentito e usato in riferimento ai siti di social network: "ho condiviso un'immagine su *Facebook*", oppure "ho condiviso un post", che spesso si abbrevia con l'espressione "ho *postato* un'immagine". "Postare", è un termine ormai a tutti gli effetti entrato a far parte del vocabolario italiano che "discende dal verbo inglese *to post* nel senso di disporre, collocare

²² <http://www.etimo.it/>

²³ Ivi

²⁴ <http://www.treccani.it/>

al suo posto”²⁵. Originariamente riferito e utilizzato in ambito militare, oggi è molto caro nel settore della rete Internet e vale come l’atto di inviare un messaggio, di pubblicare un commento, di caricare un file multimediale, come un *link*, un’immagine o un video, insomma, di inserire qualsiasi tipo di contenuto, proprio o altrui, su un sito web. (Plafrey J., 2008) Il senso è completamente diverso da quello che abbiamo sempre conosciuto; si svuota della sua originaria importanza e profondità. Risulta anche più scarso della voce “pubblicare” in senso stretto, riconducibile all’atto di scrivere un libro, un articolo o qualsiasi elaborato scritto che sia un contributo alla letteratura. Non si sceglie più con chi condividere e non c’è molta attenzione su cosa condividere, lo si fa indistintamente e incondizionatamente. Si mostra in pubblico anche quel che è la parte più privata di noi stessi. Questo avviene oggi per effetto di un altro cambiamento importante della nostra epoca, tanto nei termini quanto nei comportamenti.

La cultura delle immagini, dell’estetica, già in vigore da qualche decennio, ha fatto in modo che sia sempre più avvertita “l’esigenza di mostrare gli aspetti più esteriori e superficiali della realtà a scapito dei suoi contenuti più profondi” (Cantelmi T., 2013); siamo tutti più o meno narcisisti, come molti autori affermano, nel tentare di apparire più che a essere come siamo veramente. Tutto è finalizzato a piacere agli altri, a ricevere un confronto continuo che appaghi questo bisogno di conferme, di sentirsi apprezzati, di auto esprimersi, anche giudicando, di conformarsi, di ridurre l’ansia, l’insoddisfazione e l’incertezza. (Cantelmi T., 2013; Siegel L., 2011; Giorgetti Fumel M., 2010) Per cui il termine piacere, “dal latino *placere*, che da un lato vuol dire andare a grado agli altri”²⁶ e dall’altro si riferisce al “senso di viva soddisfazione che deriva dall’appagamento di desideri, di aspirazioni di vario genere”²⁷. Il piacere agli altri è diventato il punto cardine attorno a cui ruota larga parte delle attività che si svolgono e dei contenuti che s’inseriscono sui siti di social network. Il

²⁵ Ivi

²⁶ <http://www.etimo.it/>

²⁷ <http://www.treccani.it/>

pulsante “Like” di *Facebook*, appunto, che consente di apprezzare ciò che gli altri condividono al pubblico, ne è la riprova. Al crescere del numero dei “like” su un proprio post, cresce inevitabilmente anche il senso di gratificazione e un senso di euforia, considerando che sempre più persone ritengono questo come l’indicatore principale di una buona reputazione, cioè il “giudizio sulle qualità di una persona, anche sconosciuta, che viene espresso in conformità a informazioni pubbliche” (Arvidsson, 2013). Effettivamente, “il tasto *like*, il “mi piace” del web, è il tasto più cliccato al mondo” (Cantelmi T., 2013), oltre al fatto che tutti si esprimono e commentano, aspettandosi un giudizio dagli altri, per poi aspettare che questi commentino per giudicare nuovamente. L’attività di mostrarsi agli altri, esibirsi, presentarsi, tirarsi fuori, viene anche espressa, in senso molto ampio, dal termine prodursi in pubblico. Ma non consiste solo in questo il cambiamento del senso profondo del termine produrre apportato dall’intera attività svolta all’interno dei social network. Produrre, “dal latino *producere*, è composto da *pro*, avanti, e *ducere*, condurre, e letteralmente vuol dire mettere avanti, dar frutto, partorire, generare”²⁸, “ottenere, ricavare, comporre, ideare, provocare, causare la formazione di qualcosa”²⁹. Generalmente riferito a diversi ambiti come l’agricoltura, l’anatomia, l’artigianato e molti altri, è nel suo senso economico che risiede la trasformazione più grande, come già si è visto nel primo capitolo. Se prima intendevamo produzione come quel particolare processo di trasformazione di beni per la creazione di profitto o come la capacità degli uomini di collaborare insieme per meglio portare a compimento le cose, oggi dobbiamo intendere l’attività produttiva come la generazione e l’organizzazione di contenuti virtuali da parte degli utenti che in solitudine li producono e allo stesso tempo in solitudine ne usufruiscono, favorendo l’arricchimento di aziende leader nel settore delle telecomunicazioni e dell’informatica.

²⁸ <http://www.etimo.it/>

²⁹ <http://www.treccani.it/>

2.2 Facebook sfida face to face, Whatsapp mette in dubbio i rapporti

I siti di social network e tutte quelle applicazioni “social” dei cellulari *smartphone*, sono indiscutibilmente strumenti utili e potenti per gestire sia la propria rete sociale, esistente o potenziale, fatta di legami parentali, amicizie, amori, conoscenze, rapporti professionali e formali, e sia la propria identità, dall’aspetto estetico fino agli interessi, i desideri più intimi e i bagagli di competenze. In virtù di queste stesse ragioni, però, le relazioni e le identità che si realizzano grazie al supporto di tali piattaforme sono caratterizzate da almeno tre paradossi³⁰: per quanto riguarda la costruzione e la gestione delle identità umane, il primo paradosso risiede nel fatto che il poter cucire su misura la propria identità, scegliere quali parti di questa possano o meno essere visibili, quindi valutabili e giudicabili dagli altri, si accompagna alla possibilità che un intervento esterno possa influenzare, senza troppe difficoltà e più o meno inaspettatamente, la reputazione che gli altri hanno della nostra identità. La mancanza di un corpo fisico, infatti, viene colmata da un corpo virtualmente, costruito e composto da una pluralità d’immagini parziali e descrizioni di se stessi particolarmente attente e accurate, molte volte anche non autentiche, per raggiungere e mantenere un certo aspetto per un certo sito o social media, quindi per certi tipi di pubblici. La fisicità, l’immediatezza del corpo reale, per non parlare dei diversi contesti fisici che aiutano a definire e orientare l’incontro e l’interazione di corpi e i comportamenti dei soggetti, sono da sempre contemplati come gli elementi distintivi dei rapporti ai quali eravamo abituati faccia a faccia, quelli diretti, dove avviene l’incontro effettivo dei corpi fisici che si possono vedere, percepire e toccare. (Cantelmi T., 2013; Riva G., in Scabini E., 2013) Il corpo è una parte consistente della comunicazione tra persone, quella parte del non detto e del non scritto che fa trapelare altri tipi di messaggi, altrettanto importanti. Sicuramente la comunicazione non verbale e della prossemica e prossimità fisica, si presenta più completa, proficua, matura ed

³⁰ Riva G. *I tre paradossi dei social network*. In Scabini E., 2013

efficace. Le regole dei social network permettono anche agli altri componenti della nostra rete di poter intervenire sulla nostra identità sociale. E questo può essere fatto in maniera diretta (es. postando un commento sulla bacheca) o in indiretta (“taggando”³¹ il profilo di quella persona a un’immagine, a un testo scritto, a un contenuto specifico), senza che lui lo voglia.

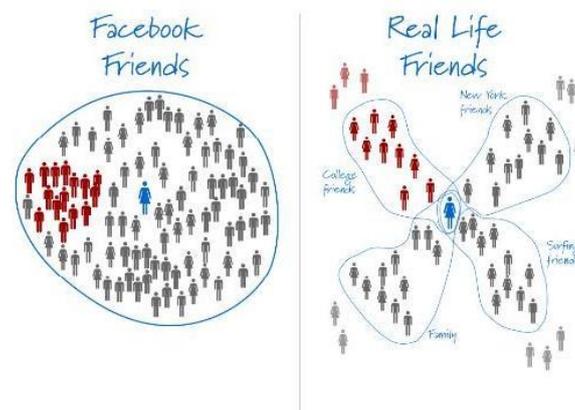


Fig. 4 Differenza tra la gestione di amicizie su Facebook e quelle nella vita reale.³²

Ciò può portare a cambiamenti imprevisti alla propria identità sociale; la seconda contraddizione circa le identità in rete, sta nel fatto di poter scegliere come e quali parti della persona e della nostra immagine mettere in risalto e scegliere in modo diverso per ciascuno dei social network di cui si è parte, cosa che rende allo stesso tempo più agevole agli altri l’opportunità di ricomporre i frammenti sparsi in rete, ricostruendo e risalendo alla nostra identità reale; infine, il terzo paradosso è in riferimento alla gestione delle relazioni personali, quando queste già da tempo, grazie a siti e applicazioni “social”, non sono più distinte in base alla loro tipologia, al grado d’intensità e coinvolgimento, nonché al tipo di contesto in cui si svolgono, ma sono unite in unico calderone,

³¹ Il tagging è una funzionalità prevista da molti siti di social network, in particolare *Facebook*. Consente l’“etichettamento” di membri della propria rete a qualsiasi tipo di contenuto condivisibile sulla piattaforma, molto spesso col fine di porlo all’attenzione dell’interessato e di chiunque faccia parte della sua rete”.

³² www.mauroennas.eu

rischiando di assottigliare sempre più la divisione dei ruoli sociali. (Riva G., in Scabini E., 2013)

Altri grandi paradossi si notano nei sistemi di messaggistica istantanea com'è ad esempio l'applicazione *Whatsapp*, pensati per facilitare la comunicazione e lo scambio tra le persone, quindi per favorire delle buone relazioni sociali. Ma quando, attraverso questi artefatti, è possibile vedere quando l'altra persona ha effettuato l'ultimo accesso, o se ha visualizzato o meno il messaggio, se l'ha ricevuto, purché non abbia impostato specifiche impostazioni personali per la protezione della privacy, avviene quasi automaticamente, pensare di essere evitati o ricevere una mancanza di rispetto se la persona alla quale scriviamo fa il suo ultimo accesso dopo che le abbiamo scritto e magari non accenna a risponderci; o se visualizza il messaggio e non risponde per giorni; peggio se si nota che accede più volte alla *app* durante la giornata e non trova mai un secondo per leggere il nostro messaggio. Tutte dinamiche che più che avvicinare e connettere, rischiano di generare ostilità e freddezza nei e tra i rapporti.

2.2.1 Amicizie o contatti utili?

È vero che, come si è visto, le relazioni mediate nello spazio dei social network non mirano a sostituirsi a quelle reali ma ne voglio essere solo un prolungamento; è vero poi che alcune ricerche affermano che le persone che usano la rete e in particolare i *social network*, presentano reti sociali più estese e diversificate, rispetto alle persone che non ne fanno uso; ma è vero anche, però, che la costituzione dei social media, in particolare dei social network, ha significato per una persona poter scegliere di entrare in relazione con ogni amico della sua rete sociale o di contatti, in doppia modalità: face to face e online. Intercettando e facendo leva su quel profondo bisogno umano e istintivo di scambiarsi pensieri ed esperienze di vita privata, è molto facile che sia preferita la relazione online invece che l'interazione nello spazio e nel tempo della nostra vita reale, così veloce e pressante da rimpicciolire sempre più l'area interpersonale e privata. Non solo le relazioni interpersonali, ma anche gli

aggregati sociali tendono a formarsi sempre meno nella realtà face to face e a spostarsi, piuttosto, sulla piazza virtuale. È più comodo e immediato. Ma in nome di questa comodità, stiamo assistendo al “progressivo aumento di relazioni che s’instaurano e s’intensificano in modo estremo sui nuovi media, capovolgendo i tradizionali confini tra vicinanza e distanza”³³ e comportando la diminuzione di quelle che avvengono all’interno della propria comunità reale di appartenenza. Il rischio, quello che vediamo lentamente succedere sotto i nostri occhi, consiste nel disfacimento dei tradizionali luoghi di appartenenza collettiva, oltre al rischio paradossale di sentirsi, si connessi, ma disgraziatamente distanti (Turkle S., 2012). “La comunità lascerebbe il posto a una moltitudine di pubblici connessi” (Boyd, 2008 in Arvidsson, 2013). E mentre la tecnologia tenta di facilitarci la vita, sempre più ostica, porta via quanto di più umano ci sia, molto spesso sottraendo tempo, energie e possibilità per lo svolgimento e il godimento di relazioni umane reali (Turkle S., 2012).

La sovrapposizione di legami che si creano online a quelli vissuti faccia a faccia, infatti, ha comportato un cambiamento nella concezione anche di che cosa significhi “relazione di amicizia” (Cantelmi T., 2013). Il termine amicizia, oggi estremamente usato e abusato, generico e dilatato, fino a ricomprendervi rapporti di vario genere e grado che vengono chiamate “amicizie” ma che esattamente non lo sono, dovrebbe essere invece quel “vivo e scambievole affetto fra due o più persone, ispirato in genere da affinità di sentimenti e da reciproca stima”³⁴ Già Aristotele distingueva tra amicizia profonda, pura, disinteressata o “autentica”, cioè quella fondata sulla virtù, da quella,

³³ Nell’analisi delle reti sociali, la distanza è quella “misura della rete che ci consente di analizzare il modo in cui gli individui sono radicati nella rete [...] importante per comprendere le differenze che ci sono tra gli attori circa i vincoli e le opportunità [...] comporta implicazioni nell’ambito della diffusione e dello scambio di risorse all’interno della rete (Conaldi V., 2007).

³⁴ <http://www.treccani.it/>

interessata, superficiale, apparente o “non autentica”, che si nutre soltanto dell'utilità materiale o del vantaggio, del piacere che si può trarre dall'altro³⁵.

Oggi, l'amicizia di cui si parla tanto, si riferisce a quel rapporto con amici, aggiunti con l'azione di richiesta di conferma di amicizia, che sono registrati anch'essi in un sito di social network e che, quindi, possono vedere i rispettivi profili³⁶ e fotografie. Chi non è “amico” non può accedere ai contenuti dei profili degli altri. (Palfrey J., 2008)

In un mondo dove tutto è consumato e infine scartato, anche le amicizie rischiano di assorbire al loro interno, quell'abitudine “usa e getta”. Questo è particolarmente evidente quando ci rende conto che è possibile stringere numerose amicizie con un click e decidere di interromperle in facilità con un secondo click, rendendo più semplice l'atto di farsi degli amici ma dando anche la chiara impressione dello svuotamento di significato e importanza che possiede quest'antico legame. La vita sociale virtuale si configura come una copia, una ricostruzione, un'imitazione goffa della vita sociale face to face. Le interazioni, le amicizie e gli amori tra persone si liquefanno (Cantelmi T., 2013), come già Bauman descrive ampiamente nel suo “Amore liquido: sulla fragilità delle relazioni”.

Infatti, i rapporti sono fragili e vulnerabili, diminuisce l'empatia, espressa al massimo con un “like” di conforto su quei “post” che lasciano trapelare un dispiacere, una tristezza, un momento difficile, e ognuno rimane seduto davanti al proprio pc o con la testa china sul telefono. I legami solidi, gli impegni, le ragioni durature richiederebbero di rallentare i tempi di vita, di prendersela con calma, di vivere seriamente il rapporto, di scendere a compromessi, di conoscere veramente le persone che riteniamo amiche o compagne di vita, di legare un loro nel nome dell'affetto, della fiducia e della confidenza. Ma come si può immaginare questo in un mondo che corre per ogni cosa e che stimola a

³⁵ Ivi

³⁶ Un profilo è l'interfaccia digitale di un utente che rappresenta la caratteristica principale di un sito di social network. I profili possono essere personalizzati e contengono caratteristiche interattive come le sezioni per gli amici e i commenti. (Palfrey J., 2008)

conoscere e a provare cose sempre diverse, incontrare persone sempre nuove e a instaurare un'amicizia universalità ma proprio per questo superficiale e spenta? Come si fa ed essere amici a duemila o, come si legge nelle bacheche di alcuni profili, quattromila "amici"? Robin Dunbar, antropologo dell'università di Oxford, informa già da qualche tempo che il numero di soggetti oltre il quale una persona non riuscirebbe a mantenere relazioni sociali stabili con i membri della sua personale e vera rete sociale, è di 150 individui, tra familiari, amici, colleghi e conoscenti (Bauman Z, 2011, Spitzer M., 2013).

La libertà di stringere amicizie con chiunque, presentarsi come si vuole a queste, interromperle quando si ha voglia, riunirle in un unico grande contenitore senza distinzione d'importanza, porta a un'inevitabile instabilità, insicurezza e precarietà dei legami. Questo è particolarmente osservabile tra le generazioni più giovani, chiamate anche "*screen generation*", i famosi nativi digitali, ma questi non avvertono la mancanza di altri tipi di legami; loro sono a proprio agio così, nelle loro reciproche comunicazioni cellulari tra conoscenti (Carlini F., 2004), probabilmente perché abituati sin dalla nascita e, per cui, impossibilitati a sentire la mancanza di un qualcosa che non hanno mai vissuto o che sfocatamente ricordano; piuttosto, è riscontrabile un certo livello d'ansia e di disagio quando devono interagire, esprimersi e assumere un ruolo nei contesti reali d'interazione. Per questo si parla di una nuova forma di relazione sociale nata a seguito dell'arrivo dei social media: il cosiddetto "individualismo in rete" (Rainie e Wellman, 2012 in Arvidsson, 2013), che trasformerebbe l'originaria relazione, dove l'individuo è una parte della rete, in una relazione del tutto ego-centrata, ossia dove l'individuo è al centro della rete. Tra le due c'è una sostanziale differenza e non rimane altro da pensare che, tra quei pochi amici veri che si possono avere anche su *Facebook*, tutti gli altri "amici" costituiscano più un pubblico, che scegliamo e che di volta in volta espandiamo, per mostrarci, per riflettere la nostra immagine, per raggiungere degli scopi, per allargare i contatti che sono indispensabili per fare strada.

2.2.2 Nella privacy delle proprie stanze e davanti al mondo intero

Come già si è detto, non sempre l'immagine, o le diverse immagini, che compongono i profili dei siti di social network, rimangono invariate. Si costruiscono e aggiornano accuratamente pezzi d'identità da mostrare in pubblico, ma c'è il serio rischio che qualcuno possa alterarle o risalire ai rimanenti frammenti di identità sparsi per il web, ricomponendone la reale natura. L'appartenere a diversi ambienti mediatici può avere effetti importanti sulla privacy delle persone, cioè su quel particolare diritto, disciplinato in Italia dal T.U. "*Codice in materia di protezione dei dati personali*" emanato con decreto legislativo n.196/2003, di mantenere informazioni, gusti e comportamenti propri riservati o gestirle in autonomia e avere la discrezione di condividerle con chi si preferisce e non con tutta la popolazione degli internauti. Ma anche l'aver la certezza assoluta di cosa e con chi veramente si sta condividendo quell'informazione.

Il mondo di Internet è sempre più discusso anche, se non soprattutto, per gli attuali problemi e pericoli legati alla privacy e a particolari fenomeni come atti di bullismo, violenze, truffe, persecuzioni, mobbing. Fenomeni già noti ma che ora, non solo trovano espressione nel nuovo mega spazio virtuale, ma proprio grazie a questo, si amplificano, acquistano una velocità tale da diffondersi capillarmente, fino a riuscire ad arrivare in poche ore fino all'altra parte del mondo e quindi a volte, essere fatali per le vittime.

I pericoli per i cosiddetti dati sensibili, i problemi riguardanti la rintracciabilità e alla trasparenza delle informazioni disseminate sulla rete dagli utenti, investono in generale chiunque navighi in Internet senza essere esperto di privacy, soprattutto quando agisce e interagisce online. Tant'è vero che per ogni motore di ricerca ci sono almeno un avviso e una guida per riuscire a scegliere le proprie personali impostazioni sulla privacy, anche ricevendo suggerimenti direttamente dai programmatori e dagli esperti della piattaforma. Quel che sconvolge, però, è quanto viene spesso dichiarato da queste guide. Ad esempio, nella guida di *Mozilla Firefox* è possibile capire di più riguardo al

tracciamento, quindi il potenziale rischio di disperdere e rivelare anche ingenuamente dati personali e che qualcuno ne venga in possesso, espressione anche di quei messaggi pubblicitari che si ritrovano e ripetono nelle diverse pagine visitate, o del nuovo sistema di navigazione con i cookie; o del banale numero di cellulare che diventa sempre più spesso lo strumento prediletto per le persecuzioni e “stalkerizzazioni”; è consentito inoltre cambiare impostazioni circa la sicurezza online, ossia la tutela di account e password per l'accesso alle infinite banche dati online sempre più grandi e importanti per l'organizzazione e gestione della nostra vita economica, domestica, lavorativa, politica, associativa e ricreativa; infine, è possibile capire di più della sorveglianza operata dai governi, quindi riuscire ad auto proteggersi dalla consegna d'informazioni e dati privati da parte di terzi nelle mani di enti governativi, I terzi, sarebbero soprattutto tutte quelle società *online* che chiedono di accettare lo scambio di propri dati personali al fine di beneficiare di un servizio via web, fosse di compra-vendita, fosse per entrare a far parte del mondo social, fosse per qualsiasi altro servizio. In certe circostanze, infatti, le società possono essere costrette a consegnare queste informazioni. Pauroso, ad esempio, che nelle guide per la protezione dei propri dati si arrivi a consigliare addirittura di coprire la Webcam (la telecamera incorporata ai pc portatili che permette videochiamate e scatto di foto) soprattutto quando è spenta perché, anche se disattivata, non vuol dire che qualcuno che lo voglia non sia in grado di osservarci nel privato delle nostre stanze di casa.

Accettare, quindi, le condizioni su tali siti vuol dire acconsentire anche che fette importanti di nostre informazioni, magari delicate o che un tempo erano gestite di volta in volta dai singoli utenti (si pensi semplicemente alla possibilità di scegliere a chi dare il proprio numero di telefono personale), diventino di dominio pubblico, si è più visibili, più trasparenti a tutti i navigatori della rete. Proprio tutti. E spesso, si ribadisce, senza un consenso esplicito formale da parte dell'interessato. Ma c'è anche da considerare che alla base del social networking e del mondo Internet vi è anche il caso di una libera scelta degli individui di scambiare informazioni personali, di renderle note, proprio perché, come lo stesso Bauman Z. è giunto a dichiarare, non si prova più gioia ad avere

segreti nell'attuale "società confessionale" e che, il più delle volte, "chi mostra di avere a cuore la propria privacy è addirittura visto con sospetto" (Bauman Z., 2014).

Questo è ancor più vero quando gli utenti di Internet, spesso sono minori, adolescenti ragazzi che, senza un'adeguata consapevolezza circa l'uso che ne fa e una conoscenza approfondita delle reali condizioni poste da contratto da parte dell'azienda a cui si rivolgono, possono essere facilmente coinvolti ed entrare attivamente o passivamente a far parte del cosiddetto cyber-bullismo, oppure diventare oggetti, mercanzie pregiate di siti pedopornografici, al di là della loro volontà. Le forme 2.0 di bullismo vengono realizzate mediante messaggi insultanti e provocatori inviati ripetutamente al telefono della potenziale vittima, o attraverso scatto di foto e videoripresa di momenti inappropriati che faranno da ricatto morale, visto il pericolo repentino di diffusione online dei contenuti; l'utilizzo d'immagini a fini che consapevolmente o inconsapevolmente, direttamente o indirettamente vengono caricate sulla rete Internet, anche da parte degli stessi genitori, e che diventano materiale pubblico, cioè anche di chi lavora dietro questi siti e chi li sovvenziona, ossia utenti regolari del web che hanno anche diversi profili particolari con i quali socializzano, interagiscono, avvicinano le ingenuità di ragazzi. Potrebbero farlo attraverso l'uso di materiale a forte contenuto di violenza, oppure mediante la spedizione di materiale pornografico, come fase anticipatoria di tentativi di molestia sessuale, o, ancora, il rischio sempre più grande di essere trovati fisicamente grazie alla geo localizzazione.

Come anche viene riportato da un'indagine australiana, la rivelazione dell'anno mette in guardia soprattutto i genitori, dal caricare foto dei propri figli minori sui siti di social network, cioè renderle visibili e di dominio pubblico. "Più della metà delle foto dei siti pedo-pornografici viene trafugata da account social dei genitori (ignari)". Così si legge sull'articolo di Panorama che cita la ricerca *Australia's new Children's eSafety*, l'organismo australiano che ha il compito di monitorare la sicurezza dei minori *online*. Dopo solo una decina di giorni dalla loro pubblicazione le foto dei bambini colti nei loro più svariati momenti delle attività quotidiane, verrebbero viste milioni di volte dai frequentatori di siti di pedofilia. In

molti casi, poi, vengono scambiate, o meglio vendute, utilizzando vari canali privati, ad esempio l'email. Secondo la ricerca, la scarsa conoscenza delle dinamiche online da parte di molti genitori sarebbe il punto critico su cui focalizzare l'attenzione e sensibilizzare le condotte adeguate *online*.³⁷

Nel 2011, la ricerca *EU Kids Online I*³⁸, finanziata dal *Safer Internet Plus Programme* della Commissione europea, si è concentrata sul mondo dei Social Network, l'età e la privacy", evidenziando che i siti di Social Network sono molto popolari, con una tendenza in crescita, soprattutto tra i bambini europei (il 38% di quelli che hanno dai 9 ai 12 anni e il 77% dei 13-16enni, possiedono un profilo) e che le restrizioni sull'età siano efficaci solo parzialmente, con alcune differenze in base al Paese e al tipo di sito cui si accede. Il report sottolinea anche come i bambini più piccoli (un quarto degli utenti dai 9 ai 12 anni) abbiano maggiori probabilità rispetto ai più adulti di avere il loro profilo impostato come "pubblico", cioè visibile da tutti. Anche il ruolo dei genitori per l'uso dei siti di social network, quando è presente, è parzialmente efficace, specialmente per i bambini più piccoli. Un quarto degli utenti dei social network comunica *online* con persone estranee alla loro vita quotidiana e un quinto espone pubblicamente sul profilo il proprio indirizzo di casa e/o il proprio numero di telefono. Infine, la ricerca mostra anche come le strategie volte a proteggere i bambini dagli altri utilizzatori dei siti di Social Network, non sono di facile e immediata comprensione per gli stessi piccoli utenti della Rete. Un secondo report della ricerca *EU Kids Online II*³⁹, del 2012, ha raccolto la quantità e, soprattutto, la qualità dell'esperienza *online* di oltre 25.000 ragazzi tra i 9 e i 16 anni, mettendo a confronto figli e genitori di 25 Paesi europei. Viene rilevato che quella dei rischi *online* dei bambini è una preoccupazione dei genitori, tanto italiani quanto europei, che occupa il quinto e il sesto posto, preceduta da quella per il rendimento scolastico, poi da quella degli infortuni sulle strade e, per prima, si avverte la paura per i figli di atti di bullismo (ma solo

³⁷ (<http://www.panorama.it/mytech/social/foto-bambini-facebook-ricerca-genitori/>)

³⁸ Livingstone S. et al., 2011

³⁹ Dürager A. et al. 2012. In Scabini E., 2013.

quelli *offline*). In generale, si rileva che i genitori tendono ancora a sottostimare o, in alcuni casi, a ignorare i rischi legati a Internet. Nel contesto italiano, in particolare, si nota che la frequenza d'uso dei figli è legata specialmente all'uso quotidiano da parte dei genitori: il 60% dei ragazzi afferma di usare Internet tutti i giorni, e la percentuale cresce fino al 66% tra quei ragazzi che hanno genitori che ne fanno lo stesso uso, quando non è superiore. Straordinariamente, dotare i ragazzi di un computer connesso alla rete nella riservatezza della propria cameretta, è una pratica più diffusa tra genitori che usano poco o niente Internet, mentre diminuisce in famiglie dove vi sono genitori che lo usano spesso o tutti i giorni. L'atteggiamento nei confronti d'Internet, la frequenza d'uso e la percezione di sé come utenti competenti, nonché il livello d'istruzione, lo status socio-economico e la conoscenza o meno dei molteplici rischi circa il mondo Internet, sono tutti fattori che influenzano sia il modo in cui i genitori regolano l'uso dei loro figli, sia la percezione di poterli aiutare in modo efficace nella navigazione. Si rintracciano diverse pratiche di regolamentazione dell'uso d'Internet adottate tra le famiglie italiane ed europee come: la "mediazione attiva" attraverso il dialogo e la condivisione dell'esperienza *online*, quella relativa alla "sicurezza dell'esperienza *online*" con la promozione e l'incoraggiamento a un uso responsabile della Rete e sostegno nella gestione dei rischi, quella "restrittiva", mediante la definizione di regole che definiscono il tempo da trascorrere *online* e pratiche specifiche, quella "ex-post", dei percorsi di navigazione e quella "tecnica", attraverso il ricorso a software o "filtri famiglia" che bloccano e filtrano i contenuti accessibili. Al pari dei genitori europei, quelli italiani prediligono forme di mediazione sociale, invece che di monitoraggio o a restrizione tecnica. Anche se dai risultati emersi, risulta che tra le diverse tipologie d'intervento, solo la mediazione attiva dell'uso e la mediazione restrittiva sono associate in maniera statisticamente indicativa con una riduzione sia dell'esposizione ai rischi, sia della probabilità che i ragazzi siano turbati dalle esperienze di rischio. La definizione di regole rispetto all'uso di Internet, diminuisce sicuramente i rischi, ma allo stesso tempo, riduce anche le opportunità di benefici offerti della Rete: l'impedire ai ragazzi di approcciarsi a Internet, infatti, potrebbe comportare un'ignoranza digitale, quindi un'incapacità

di fronteggiare i rischi quando si ritroverà inevitabilmente a farlo. È sicuramente da preferire, come sottolinea l'indagine stessa, un atteggiamento dei genitori che promuova un uso responsabile e sicuro della Rete, attraverso il dialogo e la condivisione delle pratiche *online*.⁴⁰ Poi può accadere che i figli non seguano i consigli dei genitori, come è stato osservato in Italia con il 39% dei ragazzi che vi oppone resistenza e l'8% che li ignora totalmente; inoltre, il 49% di loro crede che le strategie di mediazione adottate dai genitori limitino la loro attività in Internet. Tuttavia, se il 16% dei ragazzi vorrebbe delle mediazioni più lievi, il 10% vorrebbe che i genitori li seguissero di più.

Ma un articolo di Nuovoconsumo, esprime la preoccupazione per tutti gli utenti del web poiché "i casi di violazione della privacy possono diventare più frequenti se non si osservano alcuni accorgimenti" quando si vive online. Sembra che se ne siano accorte anche le Autorità per la privacy europee, le quali hanno adottato un parere per la protezione dei dati personali e la reputazione degli utenti, ritenendo concreto il rischio di un'informazione non corretta, oltre a scarse misure di sicurezza esistenti. L'attivazione di servizi non richiesti, l'esposizione inconsapevole dei propri dati sul web, la divulgazione delle immagini che sono messe come profili o che vengono caricate per essere condivise, ne è solo un piccolo esempio (Ciriello C., 2013). Rientra in questi casi anche il rischio di essere esclusi per una candidatura di lavoro per aver fatto, o per continuare a fare, un uso "improprio" dei social network, sempre più

⁴⁰ Il *National Center for Missing & Exploited Children*, riassume in dieci regole quello che i genitori dovrebbero sapere prima di affidare ai loro figli uno *smartphone*. Prima di tutto, fino a quando i figli hanno sempre vicino degli adulti, non ha alcun bisogno di un telefono, che invece è utile per sapere dove si trova, quando è solo, quindi è strumento la cui importanza va spiegata ai figli per responsabilizzarli. È utile stabilire insieme a loro dove e perché possono usare il telefono, facendo in modo anche ogni *app* scaricata appaia anche sul vostro *smartphone*. Controllare la bolletta, spiegare che le diverse password non vanno rivelate a nessuno e che non bisogna rispondere a messaggi di estranei. Cercare di stabilire qual è il modello di telefono migliore per lui. Spiegare che un'immagine condivisa smette di essere privata. E stabilire insieme delle conseguenze ne caso dovessero trasgredire le regole (D'Alessandro J., 2015).

utilizzati dai reclutatori per un'analisi dei profili personali, al fine di selezionare i futuri lavoratori. Saper trattare con i social network è sempre più richiesto dal mercato del lavoro, ma una cattiva *web reputation*, fatta di foto inopportune o scandalose, informazioni non coerenti con il curriculum vitae presentato, commenti negativi o discriminanti nei confronti dei pregressi datori di lavoro, potrebbe favorire altri per la sempre più rara opportunità di un colloquio di lavoro (Pagni L., 2015).

Il fatto è che, com'è stato detto, le comunicazioni sui social media sono: persistenti, rimanendo disponibili per lungo tempo in rete; replicabili, quindi modificabili e combinabili con altre comunicazioni; scalabili, perché si diffondono rapidamente; infine, ricercabili, vista la facilità con cui si possono rintracciare (Arvidsson A., 2013). “La privacy ha invaso, conquistato e colonizzato la sfera pubblica, ma al prezzo di perdere il suo diritto alla segretezza, suo tratto distintivo e privilegio più caro e più gelosamente difeso.” (Bauman Z., 2011)

E oggi, il dispositivo principe con cui è possibile controllare con estrema facilità le persone che ci interessano anche se sono distanti da noi, è proprio il nostro amico telefono intelligente.

2.3 Un'estensione della mano: ieri telefono oggi *smartphone*

Da qualche anno è possibile collegarsi a Internet anche da dispositivi mobili come palmari, *tablet*, telefoni cellulari, notebook. Ma, ancora non è chiaro se sia l'aver (o il ritrovarsi) in mano il telefono cellulare a far preferire una connessione sulla rete digitale semi-continuativa, o se invece sia l'imperativo della connessione digitale e virtuale, socialmente accettato, incoraggiato, e comunemente praticato, a costringerci con le teste piegate troppo spesso su schermi e con il cellulare sempre in mano. Schermi che ci aprono mille e più finestre da cui guardare, ma che ci oscurano la vista per qualche attimo per

qualche secondo, minuto, oppure ora di troppo (Codeluppi V., 2013). Soprattutto i cellulari, oggi *smartphone* (telefoni intelligenti), sono strumenti che consentono di fare tutte quelle operazioni che prima erano esclusive dei computer o di altri singoli e distinti strumenti elettronici. “Sembrano aver realizzato quella «tripla A» della connettività che gli uomini del marketing telefonico annunciavano già negli anni '80; «*anyone, anywhere, anytime*», tutti connessi e raggiungibili, in ogni luogo e in ogni istante” (Carlini F., 2004). Sono comodi, perché tascabili e mobili; sono i più diffusi poiché maggiormente accessibili e perché non riusciamo neanche a ricordare com'erano le nostre vite prima del loro arrivo sul mercato e nella nostra quotidianità.

Sono soprattutto i giovani e i giovanissimi a farne un uso massiccio e ad avere un rapporto con questo strumento al quanto singolare, ma la tendenza non risparmia nessuno, essendo anche gli adulti e qualche persona anziana altrettanto coinvolti e curiosi. Per i ragazzi il cellulare rappresenta ormai lo strumento elettivo per avere una proficua vita di relazione e, a differenza dei loro genitori e nonni, che lo continuano a vederlo per lo più come “semplice” telefono, lo considerano uno strumento multiuso: per passare il tempo, per giocare, scambiarsi consigli, trovare luoghi da frequentare, prendere accordi, chattare, scaricare applicazioni⁴¹ mobili più o meno utili ai loro scopi specifici (Arcuri, 2008). È anche per questo che i giovani spingono per possedere i modelli di cellulare *smartphone* con funzioni sempre più complesse e strabilianti, sulla spinta anche di pubblicità come quella dell'azienda TIM che con forza recita “Cioè che oggi è nuovo domani è già passato”.

C'è chi anche ha inventato il termine “generazione del pollice” per descrivere i ragazzi sempre abituati ad avere il cellulare sempre in mano. È tanto vero questo che ad esempio il cellulare “in Finlandia [...] viene chiamato *kanny*,

⁴¹ Le applicazioni mobili (generalmente abbreviato in *app*) sono programmi software simili a quelli del computer ma che si differenziano per avere una struttura informatica più leggera, veloce ed essenziale. I contenuti delle app, sono arrivati oggi a toccare i più svariati temi, dal cibo, ai libri, dal meteo, al giornale, con un certo grado di differenza circa l'utilità o meno delle stesse.

intendendo una sorta di estensione della mano [...] il termine cinese *sho ji* significa «macchina da tenere in mano», ma si usa anche *dagenda* [...] che indica una cosa personale e familiare, ma grossa” (Carlini F., 2004).

Il telefono cellulare, dunque, è lo strumento essenziale e decisivo in un mondo frammentato, perché permette l’interazione mobile in luoghi virtuali. Il telefonino, inoltre, diventa fonte di libertà, soprattutto per i ragazzi che sentono di poter gestire autonomamente le loro identità, i loro impegni, il loro tempo, le loro relazioni, al di fuori del controllo dei genitori. I recenti studi hanno dimostrato come soprattutto le fasce di utenti più giovani si rapportino al proprio *smartphone* con implicazioni affettive, considerandolo un vero e proprio amico quando rende più dignitosi e tranquilli se ad esempio ci si ritrova in una situazione di disagio e d’imbarazzo, se si aspetta qualcuno fermi in mezzo ad altra gente che può curiosare o quando si è a una festa e non si conosce nessuno, a parte il festeggiato.

Come bene spiega Carlini, nel suo “Parole di carta e di web”, il cellulare prima e lo *smartphone* oggi hanno sempre presentato delle caratteristiche peculiari che attirano e contemporaneamente allontanano le persone che lo usano: per prima cosa, il cellulare è sempre presente e riempie i buchi di tempo libero; poi, è cognitivamente impegnativo, vista la riduzione drastica dell’attenzione a breve termine quando se ne fa uso; inoltre, delocalizza, pertanto stravolge la tradizionale correlazione tra il telefono e la località fisica da dove si effettua la chiamata, quindi nasconde il contesto da cui l’interlocutore sta chiamando, che non è un’informazione necessaria in questo caso, ma è utile per orientare la conversazione; per questo stesso motivo, il cellulare, ancora, permette di mentire circa il dove ci si trova, di troncare una conversazione che non si vuole affrontare o di evitare consapevolmente persone che non si preferiscono; il cellulare, poi, imbarazza in quanto, chiamando una persona al cellulare, c’è puntualmente il dubbio e la paura di essere invadenti o di sopraggiungere in un momento poco opportuno, così come può essere fastidioso l’essere

raggiungibili in ogni istante e in ogni luogo⁴². La possibilità di video-telefonare, ad esempio, colma quella lacuna propria della telefonata, ossia l'informazione fisica, ma l'essere visibili può creare problemi quando lo schermo del telefono non fa più da protezione e riservatezza; il telefono consente di individuare chi prova a chiamare, se non che tale possibilità venga disattivata, e di decidere se rispondere o meno. In caso di rifiuto di chiamata o di non risposta, nelle persone particolarmente ansiose e morbose, si generano angosce che spesso le fanno ricorrere a tecniche ormai conosciute da quasi tutti, come chiamare da un altro apparecchio oppure far precedere il numero del destinatario da specifici codici che non fanno comparire il numero. Ma non sono rari i casi in cui, colui che non rispondeva, lo fa invece di fronte a una telefonata anonima. Anche per quanto riguarda gli Sms ci sono delle dinamiche curiose: da messaggi brevi e a un'unica direzione, utili soprattutto per comunicare qualcosa di urgente a chi non è raggiungibile, si è passati a un flusso continuo di dialoghi intensi ma di dubbia importanza, sostituendosi alla telefonata vocale, al messaggio in segreteria telefonica o, paradossalmente, alla chiacchierata a voce (Carlini F., 2004). Lo stesso avviene attualmente per i messaggi vocali di *Whatsapp* ad esempio: come mai si preferisce scambiarsi questo tipo di messaggi, che durano pochi secondi o pochissimi minuti, interrompendo di volta in volta la comunicazione, invece di chiamarsi semplicemente e stare al telefono anche per ore, per esaurire la conversazione in un unico atto pratico e sensato?

⁴² In un articolo dell'Internazionale, dal titolo "Irreperibili e felici", vengono riportati i risultati di due recenti studi, uno tedesco e uno olandese, che hanno individuato i costi psicologici dell'essere reperibili. Stress, disturbi del sonno, tensione, fatica, irritabilità, depressione e infelicità sono gli effetti e i sentimenti più avvertiti da chi sa di poter essere chiamato da un momento all'altro, perché non può effettivamente rilassarsi del tutto e fino in fondo. Pare che anche la sola presenza di un cellulare mentre si studia sia sufficiente per disturbare l'attenzione e l'impegno mentale. Per questo, quando non è indispensabile, è consigliato adottare alcune strategie che possono migliorare il proprio benessere e il rapporto con il proprio telefono, come: impostare la "modalità aereo" sul cellulare, che disinibisce la possibilità di ricevere messaggi e chiamate per conto di altri; non guardare le email nel weekend; togliere le notifiche dei social network dal telefono (Burkeman O. 2015).

Probabilmente sono tutte forme di comunicazione, queste, che più che essere utili, divertono. Quindi piacciono, ma stanno anche diventando espressione di un certo disagio generalizzato. “La soddisfazione che nasce dall’esperienza della facile comunicazione, sempre a portata di mano, stimola una certa forma d’investimento sull’oggetto tecnico che da quel momento in avanti, soddisferà una certa esigenza [...] il cellulare, allora, comincia a essere utilizzato con funzioni di sostegno alla difficoltà personale di confronto con il reale.” (Di Gregorio L., 2003) Le persone, in effetti, dimostrano di saper vivere le loro esperienze soprattutto mediante lo schermo del proprio *smartphone*, capace di catturare momenti in fotografie o videoriprese e di condividerle su canali social, ma si dimenticano sempre più frequentemente di viverle da protagoniste. “Gli *smartphone* sono diventati, senza esagerare, un’estensione di noi stessi” (Della Dora L., 2016). L’interattività, di cui già si è parlato, ha spinto verso il progressivo annullamento della contrapposizione fra soggetto e oggetto fino al raggiungimento di un nuovo, e a tratti preoccupante, rapporto tra l’uomo e la macchina, in cui questi si compenetrano vicendevolmente.

Infatti, la “mania” sempre più evidente di tenere il telefono sempre in mano e di bloccarlo e sbloccarlo in continuazione per vedere, quasi compulsivamente, se qualcuno ci ha cercato, sta diventando un automatismo fuori controllo e potrebbe nascondere delle vere e proprie condotte patologiche. Tanto che, l’attaccamento morboso ai dispositivi elettronici, potrebbe provocare nuove tipologie di problemi psicologici nelle persone o, diversamente, tendere ad amplificare quelli già presenti, fino a comportare nuove forme di dipendenza (Di Gregorio L., 2003).

III. UNA NUOVA FORMA DI DIPENDENZA

PATOLOGIA: LA DIPENDENZA DA INTERNET

“Le caratteristiche della comunicazione virtuale possono rendere la Rete più agevole della realtà, anzi tanto gradevole da instaurare una sorta di dipendenza.”

(Tonino Cantelmi)

3.1 Sul concetto di “dipendenza”

Il termine dipendere, dal latino de-péndere, vuol dire essere appeso, attaccato a qualcosa o a qualcuno, in inglese *addiction* significa dedizione, schiavitù; in certi dizionari viene anche tradotto come “essere schiavi di un vizio”. La dipendenza è sicuramente una condizione naturale e, in particolari momenti, imprescindibile dell’uomo. Un periodo breve o lungo di dipendenza, il più delle volte è funzionale al raggiungimento di una piena autonomia e autodeterminazione. Infatti, da sempre, l’uomo è dipendente quando ha bisogno di figure significative e di riferimento per crescere; quando necessita di relazioni con gli altri uomini per svilupparsi cognitivamente e realizzarsi nei propri obiettivi; quando gli sono indispensabili cure per rimanere in uno stato di salute; quando gli occorre un parere e un intervento tecnico da parte di chi ha competenze diverse dalle proprie; quando, per ricevere una remunerazione, deve svolgere un lavoro per conto di qualcun altro; semplicemente, quando ha bisogno di cibo per sopravvivere. Questi tipi di dipendenze, insieme a molti altri esempi, possono rientrare in quella che possiamo chiamare “dipendenza sana” o “funzionale” di una parte della vita di un individuo. Quando però si parla di dipendenza, solitamente, ci si riferisce alla sua eccezione negativa o “patologica”, ossia quella “disfunzionale” che prende gran parte del tempo e della concentrazione di un individuo ed è data da un’alterazione comportamentale o causata da un rapporto squilibrato (abuso) con sostanze legali e/o illegali, naturali e/o sintetiche. I fattori di un comportamento squilibrato

sono tanti In questo caso, l'uomo dipendente tende a perdere la capacità di controllo sulla semplice abitudine, ricercando la fonte di piacere in modo esagerato e senza alcuna forma di moderazione. Inoltre, gli effetti soddisfacenti e piacevoli che esso ne trae, aggiunti al malessere che prova quando non assume quel comportamento o quella sostanza, lo spingono a reiterare l'esperienza, fuggendo e rifugiandosi.

L'uso di sostanze stupefacenti e alcoliche è una pratica che risale sin all'antichità, svolta per conoscere la volontà delle divinità, per alleviare le fatiche e i dolori fisici o per provare il puro piacere in una chiave mistico-religiosa. Solo negli anni '70 del XX secolo, in Italia, comincia a essere avvertito come problema, bisognerà attendere gli anni '80 per avere una certa consapevolezza dei danni che questo può comportare e, infine giungere negli anni '90 per capirne a fondo i rischi reali e svolgere anche interventi preventivi. (Dal Pra Ponticelli, 2005).

Per essere considerata patologica, una dipendenza deve presentare una serie di caratteristiche che già nei primissimi anni '50 del '900 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) tentò di descrivere dando la sua una definizione di tossicodipendenza, ossia quel particolare "stato d'intossicazione cronica o periodica dannosa all'individuo e alla società, prodotta dall'uso ripetuto di una sostanza naturale o di sintesi, caratterizzata da: un irresistibile bisogno o desiderio di continuare ad assumere la sostanza e quindi di procurarsela con ogni mezzo; tendenza ad aumentare la dose; dipendenza psichica e fisica dagli effetti della sostanza; effetti dannosi all'individuo e alla società." Nel 1978 l'OMS, poi, modificò tale definizione sottolineando il concetto di dipendenza come "stato psichico e talvolta fisico risultante dall'interazione tra un organismo vivente e una sostanza, e caratterizzato da modificazioni del comportamento o reazioni che determinano la compulsione ad assumere la sostanza in modo periodico o continuo, per sperimentare i suoi effetti psichici e per evitare gli effetti di privazione." (Basurto M.C., 2004)

Ma la diagnosi delle varie dipendenze si basa universalmente sui criteri indicati nel Manuale internazionale di statistica e diagnostica dei disturbi mentali (DSM). Secondo quest'ultimo, "per dipendenza s'intende una modalità patologica d'uso

della sostanza che conduce a menomazione e a disagio clinicamente significativi, come manifestato da tre (o più) delle condizioni seguenti [...]:

- tolleranza, ossia il bisogno di dosi notevolmente più elevate della sostanza per raggiungere l'intossicazione o l'effetto desiderato e allo stesso tempo un effetto notevolmente diminuito con l'uso continuativo della stessa quantità della sostanza;
- astinenza, cioè l'insieme dei sintomi spiacevoli fisici e psichici sperimentati dalla persona quando questa non assume la sostanza o non mette in atto il comportamento compulsivo, sperimenta;
- tendenza ad assumere progressivamente quantità sempre maggiori o per periodi più prolungati, rispetto a quanto previsto dal soggetto;
- desiderio persistente o tentativi infruttuosi di ridurre o controllare l'uso della sostanza;
- grandi quantità di tempo spese per procurarsi la sostanza, assumerla e riprendersi dai suoi effetti;
- interruzione o riduzione d'importanti attività sociali, lavorative e ricreative a causa dell'uso della sostanza;
- uso continuativo della sostanza nonostante la consapevolezza di avere un problema persistente o ricorrente, di natura fisica o psicologica, verosimilmente causato o esacerbato dalla sostanza"⁴³.

Gli approcci che affrontano il problema della dipendenza sono essenzialmente due: quello *disease*, attento ai fattori bio-predisposizionali e farmacologici delle sostanze, in cui rientrano l'approccio *medico-biologico*, che fa risalire le cause della dipendenza all'incontro del soggetto con la sostanza, e quello *bio-psicologico*, che interpreta la dipendenza in base a anomalie biologiche e psicologiche individuali precedenti l'incontro con le sostanze; *adattivo* poiché considera fonti generatrici di dipendenza prevalentemente i fattori sociali

⁴³ Basurto M.C., 2004

d'influenza e le caratteristiche del vissuto personale del soggetto, oltre a vedere l'uso di sostanze o l'assunzione di comportamenti come una strategia di adattamento sociale. Ciascuno di questi approcci ha una visione parziale del problema, poiché la molteplicità dei fattori che concorrono a far sorgere una situazione di dipendenza, vede storie di vita e a quadri clinici assai diversi tra loro e a volte complessi, tanto da non consentire una via unica d'intervento. Sarebbe opportuno adottare un sistema interpretativo multifattoriale e una risposta terapeutica multidisciplinare e integrata (Dal Pra Ponticelli M., 2005).

La dipendenza patologica è talvolta evidente e maggiormente conosciuta quando riguarda l'uso di sostanze psicoattive che possono essere pericolose per la salute e l'equilibrio mentale della persona. Ma altre volte, invece la dipendenza patologica è insidiosa e difficile da mettere in luce perché coinvolge comportamenti accettati, o addirittura incoraggiati socialmente. "Ogni esperienza di liberazione, se condotta a una sua esasperazione, può trasformarsi in scorporazione, può produrre delocalizzazione, spaesamento, perdita di radicamento ed estraneità" (Giorgetti Fumel M., 2010). Le dipendenze che ancora richiedono uno sforzo di comprensione e sguardo critico da parte della comunità scientifica sono quelle sviluppatesi rapidamente al cambiare veloce della cultura e dei modelli della società, comportando una serie di difficoltà e incertezze circa il rilevamento, la diagnosi e la cura. Infatti, accanto alle forme di dipendenza classiche o storiche, quali sono la tossicodipendenza e l'alcodipendenza, il gioco d'azzardo (GAP o *Gambling*) e il tabagismo, devono prendersi in considerazione nuove forme di dipendenza (*new addictions*), tra le quali queste stanno emergendo la dipendenza da televisione (*television addiction*), da lavoro (*work addiction*), gli acquisti compulsivi (*shopping addiction*), la dipendenza affettiva, i disturbi alimentari ecc. Tra questi, anche l'*Internet Addiction Disorder* - IAD (Dal Pra Ponticelli, 2005). Possiamo dire che sono tutte forme di dipendenza da sostanze legali.

Da diversi decenni, infatti, sono state rilevate le analogie esperienziali e comportamentali tra la dipendenza da sostanze psicoattive e la necessità imperiosa di mettere in atto condotte reiterate e alla lunga nocive, a volte anche particolarmente incredibili come ad esempio l'ossessione per l'esercizio fisico, o

per guardare o commettere suicidi, omicidi e violenze sessuali. I meccanismi e i sintomi della dipendenza possono a tutti gli effetti verificarsi anche senza l'impiego e gli effetti chimici di nessuna droga (*Addiction drug-free*).

La spiegazione risiede nei meccanismi coinvolti nel cervello di una persona che sviluppa una dipendenza e non nel come essa sceglie di dar sfogo a tale disturbo, cioè attraverso l'assunzione di certe sostanze o di particolari comportamenti. Nella regione più interna del cervello, infatti, si trova un gruppo di neuroni responsabili delle emozioni positive, attivati per effetto del neurotrasmettitore dopamina quando inaspettatamente accade qualcosa di positivo. Quando tali cellule si attivano, inviano endorfine al lobo frontale, provocando una sensazione soggettiva piacevole. È noto da un bel po' di tempo che tutte le sostanze creano dipendenza attivando questo meccanismo e questa parte del cervello, che alcuni autori definiscono "nucleo di dipendenza", appunto (Spitzer M., 2012). La neurofisiologia ci insegna che la dopamina in effetti, è coinvolta in funzioni come l'apprendimento, i comportamenti e i suoi rinforzi, l'attenzione e l'integrazione senso-motoria. La dopamina è la matrice del sistema di gratificazione: questo porta a dire che a ogni comportamento gratificante vi è un aumento della dopamina in alcuni nuclei cerebrali.⁴⁴ Un tratto altrettanto simile tra dipendenze da sostanze e comportamentali è che la loro insorgenza è subordinata a molteplici cause, le quali non scaturiscono tutte dalla medesima situazione, bensì da fattori diversi (multifattorialità), la cui interazione, come in un pericoloso cocktail, può appunto generare il disturbo. Così com'è pericoloso il cocktail di varie dipendenze (shopping, lavoro, relazioni, gioco d'azzardo, pornografia, droghe), soprattutto se queste possono essere protrate attraverso uno strumento sempre più a portata di mano.

Quindi, esiste un'ipotetica e specifica vulnerabilità personologica all'*Internet Addiction*? Esistono tratti di personalità che predispongono più di altri alla patologia da Internet? Secondo quali modi, regole, dinamiche avviene l'incontro con la Rete? Internet può essere considerata come una nuova sostanza?

⁴⁴ Bricolo F. et al., 2002.

3.2 L'Internet Addiction Disorder – IAD

Il dibattito sull'esistenza della dipendenza patologica da internet è iniziato nei primi anni 90, immediatamente dopo l'esplosione del *Word Wild Web*: da allora diversi studiosi afferenti a molteplici aree disciplinari e appartenenti a diverse aree geografiche, si sono interessati alle implicazioni che la rivoluzione Internet ha avuto per la vita delle persone, forse perché effettivamente troppo evidenti e repentine. Le ricerche in seguito realizzate, hanno fornito le prove cliniche che una dipendenza da Internet, non solo esiste, ma si sta diffondendo velocemente e che è in grado di rovinare la vita di chi ne soffre, al pari di tutte le altre forme di dipendenza. Considerevoli sono ormai le ricerche epidemiologiche esistenti in letteratura ma si comprende da subito una frammentazione di molteplici e differenti metodi di valutazione, già dall'utilizzare definizioni non uniformi del fenomeno. Negli ultimi anni, molteplici nomi si riferiscono all'Internet Addiction Disorder (IAD), come le espressioni di *net-addiction*, *internet addiction*, *cyber disorder*, *Pathologic Internet Use*⁴⁵ e molte altre ancora, come *Internet Dependency*, *Compulsive Internet Use*, *Compulsive Computer Use* e *On-line Disorder* (Cantelmi T., 2013). Non si può ancora parlare di una sindrome certa ma deve essere considerata come "sindrome preannunciata" (Giorgetti Fumel M., 2010). Qui si cercherà di riassumere il pensiero e le teorie di chi si è concentrato soprattutto nella comprensione del mondo psicologico degli individui in rapporto patologico con il mondo Internet perché Incapaci di farne a meno, compulsivi nel collegarsi alla rete e di utilizzarne i servizi."⁴⁶

3.2.1 Evoluzione diagnostica e modelli teorici

Il primo a parlare di *Internet Addiction Disorder*, e quindi ad aver fornito l'impulso a tutte le ricerche successive, fu lo psichiatra Ivan Goldberg che provocatoriamente, nel 1995, propose all'American Psychiatric Association di

⁴⁵ Mostafaei A., 2012

⁴⁶ Definizione di "Net-dipendenza" <http://www.treccani.it/>

annoverare all'interno del Manuale diagnostico e statistico dei Disturbi mentali (DSM), alcuni criteri diagnostici, partendo da quelli già visti in precedenza e usati per rilevare fenomeni di dipendenza patologica, al fine d'individuare i soggetti affetti dal nuovo disturbo, definito dallo stesso psichiatra come un uso mal adattivo di Internet che conduce a menomazione o disagio clinicamente, anche grave. Affinché si possa parlare di un vero e proprio disturbo legato all'uso d'Internet, Goldberg specifica che devono riscontrarsi ripetutamente almeno tre i criteri che propone. Questi sono:

- il bisogno di aumentare il tempo di collegamento ad Internet per raggiungere l'eccitazione desiderata, oppure effetto marcatamente diminuito con l'uso continuato della stessa quantità di tempo su Internet. (Tolleranza)
- l'uso di Internet o di simili servizi in rete viene impiegato per alleviare o evitare i sintomi di astinenza. (Astinenza)
- Si accede spesso ad Internet, con più frequenza e per periodi di tempo più lunghi di quanto preventivato dal soggetto.
- Persistente desiderio o tentativi infruttuosi di cessare/controllare l'uso. (*Craving*)
- Grande quantità di tempo spesa in attività legate all'uso di Internet.
- Importanti attività sociali, lavorative o ricreative vengono sospese o ridotte a causa dell'uso di Internet.
- L'uso di Internet continua, nonostante la consapevolezza di avere persistenti o ricorrenti problemi fisici, sociali, occupazionali o psicologici, verosimilmente causati o esacerbati dall'uso di Internet.⁴⁷

I sintomi osservabili, secondo Goldberg, sono: cambiamenti drastici dello stile di vita per trascorrere più tempo in rete; diminuzione complessiva dell'attività fisica; disinteresse per la propria salute; privazione di sonno o cambiamento delle abitudini di sonno per passare più tempo in rete; riduzione di momenti di socializzazione, come risultato della perdita di amici, del trascurare l'ambiente familiare e lavorativo; rifiuto di allontanarsi dalla Rete per una quantità di tempo

⁴⁷ Cantelmi T., 1998

prolungata; intenso e vivo desiderio di trascorrere più tempo al computer; trascurare il lavoro e i doveri personali (Lavelli E., 2009)

Nonostante tali intuizioni, la proposta dello psichiatra non fu accolta, ma la sua teoria ha aperto uno dei più grandi dibattiti, ancora in corso, che vede da un lato autori che concordano nel ritenere che sia possibile sviluppare una dipendenza nei confronti della rete e, dall'altro, chi oppone resistenze al concetto di "dipendenza senza sostanze" e nello specifico alla dipendenza da Internet. Infatti, la presenza di altri disordini mentali tra i soggetti potenzialmente dipendenti sembrerebbe essere più una regola che un'eccezione, ragion per cui diversi studiosi affermano che tuttavia la dipendenza da Internet non può essere considerata uno specifico disturbo psichiatrico, quanto piuttosto un sintomo psicologico che può connettersi a differenti quadri diagnostici e clinici.

Nel 1996, la psichiatra canadese Kimberly Young, ricercatrice dell'Università di Pittsburgh, a Bradford, riuscì per prima a dimostrare alcuni fenomeni psicopatologici connessi all'uso di Internet che esse stessa definì come la "dipendenza del terzo millennio"⁴⁸. La ricercatrice, non solo affermò l'esistenza della dipendenza da Internet, ma propose anche alcuni criteri diagnostici che secondo lei potevano individuare i caratteri formali della dipendenza, ovvero la tolleranza, l'astinenza e il *craving*. Per Young K.⁴⁹ infatti, sono Internet-dipendenti coloro che soddisfano quattro o più dei seguenti criteri nel corso di un anno:

- Essere mentalmente assorbito da Internet;
- Avvertire il bisogno di utilizzare Internet sempre più a lungo per sentirsi soddisfatto;
- Avere difficoltà a controllare il proprio utilizzo della rete;
- Sentirsi inquieto o irritabile mentre si tenta di ridurre o interrompere l'utilizzo di Internet;

⁴⁸ Young K., 2000

⁴⁹ Young K., 1996

- Utilizzare Internet come mezzo per fuggire dai problemi o per alleviare il senso di abbandono, impotenza, colpa, ansia o depressione;
- Mentire ai familiari o agli amici per nascondere il proprio grado d'interesse per la rete;
- Avere messo a repentaglio o aver rischiato di perdere relazioni affettive, opportunità di lavoro o di studio a causa di Internet;
- Tornare in rete anche dopo aver speso grandi somme di denaro per i collegamenti;
- Ritiro sociale quando si è *offline* con aumento di depressione e ansia.

Secondo la Young, alla base nella nuova dipendenza, sarebbero sempre presenti forme di fuga più o meno evidenti, da altri problemi. La fuga, tuttavia, è solo temporanea, perché una volta spento il computer, i problemi di ogni giorno si riaffacciano e si aggravano, spingendo le persone dipendenti a rituffarsi nel *cyber* spazio e a tornarvi sempre più frequentemente e per periodi sempre più lunghi, al fine di placare le sensazioni dolorose risvegliatesi (Young K., 2000).

Tra tutte le diagnosi presenti nel DSM IV, quella del gioco d'azzardo patologico, per la Young si avvicina maggiormente alla natura dell'*Internet Related Psychopathology* (IRP), perché comporta il fallimento della capacità di controllo, senza implicare un'intossicazione da sostanze chimiche. In tal modo la Dipendenza da Internet si può definire come un disturbo del controllo dell'impulso che non implica un'intossicazione (Young K., 1996).

Al fine di spiegare meglio i comportamenti ossessivo-compulsivi verso Internet e per identificare i fattori facilitanti e/o predisponenti l'insorgere di tali disturbi, la Young elaborò anche il modello "ACE" acronimo di:

- *Accessibiliy* (*Accessibilità*) estrema facilità e velocità con cui oggi, dopo l'introduzione e la diffusione della Rete, è possibile avere accesso con un click ai singoli servizi e avere la gratificazione immediata di ogni più piccolo bisogno avvertito;

- *Control (Controllo)* capacità personale dell'individuo di padroneggiare e gestire le proprie attività *online*, spesso molto più di quanto gli è possibile fare con le attività della sua vita reale;
- *Excitement (Eccitazione)* vissuta nell'esperienza stessa di navigare in Rete Navigare, poiché ci si sottopone a un'enorme quantità di stimoli che emozionano, entusiasmano ed elettrizzano, soprattutto perché quello che è possibile fare in Rete, non sempre è possibile nella vita reale.⁵⁰

Inoltre, la dottoressa Young⁵¹ individuò cinque tipi specifici di *Cyberaddiction*, cioè diverse forme con cui la dipendenza da Internet può manifestarsi ed esprimersi, confermate e condivise in seguito anche da altri autori. Queste tipologie consistono in:

1) *Cybersexual Addiction (Dipendenza da sesso e pornografia virtuale)*: gli individui che ne soffrono sono di solito dediti a scaricare, utilizzare e commercializzare materiale pornografico *online*, o sono coinvolti in chat-room per soli adulti. I segni clinici di tale dipendenza sono, ad esempio: trascorrere molto tempo nelle *chat room hard* private e masturbarsi nel mentre, tentare di trovare un partner sessuale via Internet, comunicare nell'anonimato per esprimere fantasie che altrimenti difficilmente verrebbero espresse, provare un senso di colpa o di vergogna per il proprio uso della rete e nascondere agli altri, elevare il sesso *online* a principale fonte di piacere sessuale;

2) *Compulsive online gambling (Gioco d'azzardo online compulsivo)*: la dipendenza dai giochi in rete comprende una vasta categoria di comportamenti, compreso il gioco d'azzardo patologico, già noto e classificato nel DSM IV, i videogiochi e il commercio *online* compulsivo. I segni clinici possono essere: quantità di denaro speso sempre maggiori, nascondere l'attività di gioco a familiari e amici, irrequietezza e irritabilità quando si cerca, senza successo, di ridurre o controllare il gioco d'azzardo, utilizzo per fuga da problemi personali o di umore, scarsa attenzione e cura delle relazioni più importanti, della carriera

⁵⁰ Fata A., 2012

⁵¹ Young K., 2000

lavorativa e scolastica, azioni e comportamenti illegali per continuare ad avere denaro sufficiente a finanziare il gioco;

3) *MUDs Addiction (Dipendenza da giochi di ruolo)*: I MUDs (*Multi Users Dungeon* o *Multi Users Dimension*) sono dei giochi di ruolo in cui il soggetto sceglie quali caratteristiche dare al suo "avatar", cioè il suo personaggio, in essi. Il rischio più grande, dato da un abuso di questo tipo di giochi, è quello della depersonalizzazione, cioè di una possibile identificazione del giocatore con il personaggio e una confusione, fino alla sostituzione, della sua personalità con quella dell'avatar costruito. I segni clinici della dipendenza, molto spesso, sono: grandi quantità di tempo spese per giocare, tentativi ripetuti senza successo di controllare, ridurre o porre fine all'utilizzo dei MUD, persistenza del comportamento e dell'attività;

4) *Cyber Relationship Addiction (Dipendenza dalle relazioni virtuali)*: gli individui, in questo caso, sono coinvolti in modo morboso in relazioni amicali o affettive *online* e, spesso, tali relazioni non si traducono in una conoscenza o in un incontro reale. Gli amici trovati in rete diventano più importanti delle relazioni che fanno parte della vita reale. I segni clinici sono, ovviamente, un'enorme quantità di tempo trascorsa in rete per intraprendere relazioni di qualsiasi tipo e diversi tentativi, spesso vani, di controllare, ridurre o interrompere tali interazioni virtuali;

5) *Information Overload Addiction (Dipendenza da sovraccarico informativo)*: Gli individui, affascinati dalla ricchezza di dati Web, compulsivamente passano da una sito all'altro, ricercando e organizzando informazioni e dati, costantemente assetati dal reperirne di nuovi. I segni clinici sono, come per gli altri: spendere molto tempo in rete per recuperare notizie sempre nuove, provare a controllare, ridurre o interrompere l'attività di ricerca, senza troppo successo, protrarre l'attività, nonostante questa causi diversi problemi, soprattutto lavorativi.

Nel 1997, Griffiths Mark⁵², psicologo esperto delle dipendenze comportamentali e studioso della dipendenza da gioco alla Nottingham Trnt University, parla di dipendenze tecnologiche, intese come “dipendenze non chimiche”, che riguardano il tipo, il modo e il tempo d’interazione uomo-macchina. L’interazione, oggi sempre più interattiva con gli strumenti tecnologici, può essere secondo l’autore passiva (es. televisione), o attiva (es. videogiochi), e ha una solitamente una proprietà d’induzione e di rinforzo, favorente la tendenza alla dipendenza. Griffiths, infatti, ha spiegato più volte che per decidere di occuparsi di particolari attività su Internet sono caratteristiche, non solo i fattori biologici della persona, le caratteristiche psicologiche e le variabili di situazione, ma anche le caratteristiche strutturali dell’attività stessa. Inoltre, sostenne che le dipendenze da prodotti tecnologici, tra cui Internet, condividono con le dipendenze da sostanze alcune caratteristiche essenziali:

- *Alterazioni del tono dell’umore*, l’inizio dell’attività o l’assunzione della sostanza provoca cambiamenti del tono dell’umore, il soggetto può esperire un aumento di eccitazione o maggiore rilassatezza come diretta conseguenza dell’incontro con l’oggetto della dipendenza;
- *Dominanza (salience)*, cioè, l’attività o la droga dominano i pensieri, i sentimenti ed il comportamento del soggetto, assumendo un valore primario tra tutti i suoi interessi;
- *Tolleranza*, bisogno di aumentare progressivamente l quantità di droga o l’attività per ottenere l’effetto desiderato. per ottenere i medesimi effetti iniziali è necessario aumentare l’attività in questione;
- *Astinenza*, malessere psichico e/o fisico che si manifesta quando si interrompe o si riduce il comportamento o l’uso della sostanza; malessere psichico e/o fisico, che si esprime sotto forma di tremori, irritabilità, disforia, in seguito alla diminuzione drastica o all’interruzione improvvisa dell’attività;

⁵² Griffiths M.D., 1997; Griffiths MD., 2000.

- *Conflitto*, interpersonale e intrapersonale, solitamente attorno alla questione dell'attività e del comportamento dipendente;
- Ricaduta, tendenza ripetuta al ritorno verso schemi precedenti dell'attività in questione, anche a distanza di molti anni di astinenza e di controllo.⁵³

Nel 1998, la dottoressa Kimberly Young⁵⁴ propose quelle che per lei potevano essere le fasi progressive che conducono alla dipendenza. Queste sono:

- *Coinvolgimento*: costituito dal momento in cui si effettuano i primi accessi alla rete, accompagnati da un grande curiosità e fascinazione, soprattutto per specifiche applicazioni e siti che attirano più degli altri l'interesse del navigatore;
- *Sostituzione*: caratterizzata dall'addentrarsi, sempre più profondamente e intimamente, nella comunità di Internet per trovare e svolgere tutto quello che non si può avere o fare nella vita reale, sostituendo progressivamente sempre più attività appartenenti alla vita reale, con quelle virtuali;
- *Fuga*: quando si arriva ad essere dipendenti dalle attività in Internet, che avvengono sempre più frequentemente e per periodi di tempo sempre più protratti, ma che soprattutto vengono svolte con lo scopo di fuggire dal mondo reale e dai problemi di cui quest'ultimo è caratterizzato;

Nel 1999, Grohol J.M.⁵⁵ elaborò un suo modello, il cosiddetto, *Pathological Internet Use – PIU* ritenendo soprattutto che i soggetti affetti da *Internet Addiction* siano, più frequentemente, dei nuovi arrivati in Internet. Infatti, da una prima fase di ambientazione, caratterizzata dall'incanto e dall'ossessione per le novità. Passeranno a una fase di disillusione o evitamento, in cui se ne discosteranno, per poi giungere a un'ultima fase di equilibrio e di normalità.

⁵³ Lavelli et al., 2009

⁵⁴ Young K., 1996

⁵⁵ Grohol J.M., 1999

Nello stesso anno, Davis R.A.⁵⁶ tentò d'identificare l'eziologia dell'Utilizzo Patologico di Internet (PIU), utilizzando l'approccio cognitivo-comportamentale, in base al quale il PIU deriverebbe da pensieri distorti e da comportamenti che ripropongono la situazione disadattiva. Per l'autore, i sintomi cognitivi del PIU, le cognizioni disadattive, sono spesso la causa prossimale dei sintomi affettivi o comportamentali evidenti, e non il contrario. Le cause distali, invece, cioè lontane dai sintomi, sono: le vulnerabilità e fragilità della persona a cui è predisposta per sua natura o perché soggetta a eventi spiacevoli e drastici della vita; una psicopatologia preesistente; l'esposizione alle nuove tecnologie (*stressor*). Determinante per lo sviluppo del PIU, è il tipo di esperienza che si associano ad Internet: se positiva, il soggetto è maggiormente stimolato e invogliato a svolgere le stesse attività *online* per arrivare a una reazione sempre uguale, fino a quando non cercherà nuove tecnologie per giungere ad esperienze fisiche e mentali simili. Le cause prossimali contribuenti la PIU possono essere di due tipi: pensieri distorti su di sé, che comprendono la messa in dubbio di sé, un basso livello di auto efficacia e una bassa autostima, e tali pensieri sono guidati da uno stile cognitivo ruminante, che tende cioè a riguardare continuamente problemi associati all'uso personale di Internet e a ricordi legati a esso, mantenendo così il circolo vizioso del PIU e a ricorrere a Internet per ottenere delle risposte più positive da parte degli altri; pensieri distorti sul mondo, che riguardano la generalizzazione di eventi circoscritti, rari e sporadici, pensieri del tipo "tutto o nulla" che estremizzano la dipendenza della persona dalla Rete. Il risultato di tali cognizioni disadattive è un PIU specifico o un PIU generalizzato. Per l'autore, infatti, il PIU può essere di due tipi: specifico, se la dipendenza è riferita a una specifica funzione di Internet (es. materiale erotico, gioco d'azzardo, aste, ecc.) e quindi ci sarebbe dipendenza indipendentemente dalla presenza o meno di Internet; generalizzato, invece, se è un sovra utilizzo multidimensionale di Internet, che comporta lo spendere una grande quantità di tempo *online*, senza un obiettivo preciso ed è socialmente più pericoloso, poiché agisce come *stressor* per i soggetti e può esacerbare le

⁵⁶ Davis R.A., 2000

condizioni psicopatologiche preesistenti. Nel modello cognitivo-comportamentale, tuttavia, viene posta maggiore enfasi sui sintomi cognitivi quali: pensieri ossessivi e/o continui su Internet, soprattutto quando si è offline, calo del controllo degli impulsi, con conseguente incapacità di porre fine all'uso di Internet, elevare Internet a unico amico e unico luogo in cui ci si possa sentire bene; spendere una grande quantità di tempo e di denaro per il collegamento alla rete, anticipando sempre più il momento in cui si effettuerà l'accesso; forte senso di colpa per l'utilizzo della rete, con relativa diminuzione dell'autostima e un aumento dei sintomi del PIU (Fata A., 2012).

Tra gli autori che non considerano il legame patologico con il Web come una dipendenza spiccano, Turkle S. e Miller M.C. La Turkle, crede che il Web consenta una manipolazione della propria identità passando da una visione "classica" (identità come unicità, intenzionalità, coerenza, costanza, profondità) a una visione postmoderna (molteplicità, fluidità, interattività, plasticità, superficialità). Miller, ritiene che sia difficile chiamare *Internet Addiction* un disturbo non bene identificato. La sua posizione è che Internet non sia altro che un veicolo per la ricerca di esperienze gratificante che quindi non vi sia nulla di particolarmente nuovo e utile nell'inventarsi una nuova patologia. Entrambi credono che sarebbe più opportuno parlare di disturbi dell'identità, invece che di una dipendenza da Internet. (Lavelli E. et al., 2009) In effetti, anche Cantelmi Tonino e Massimo Talli convergono con il credere che le stesse caratteristiche multimediali della Rete, permettano al soggetto di sperimentare una condizione virtuale di "onnipotenza", legata sia al superamento dei normali vincoli spazio-temporali sia, e soprattutto, alla possibilità di esplorare differenti aspetti del Sé. Se fino alla metà degli anni '90 sono stati redatti articoli di carattere aneddótico, dalla seconda metà degli stessi, hanno iniziato a emergere contributi e indagati da campioni numericamente più consistenti, giungendo nel 1999 a compiere studi di coorte⁵⁷.

Negli anni 2000, infatti, Cantelmi e dei suoi colleghi, come Del Miglio, Talli, D'Andre et al., propongono un nuovo modello: l'*Internet Related*

⁵⁷ Bricolo F. et al., 2002

*Psychopathology*⁵⁸, considerata come una costellazione di disturbi e di comportamenti *online* anche molto diversi fra loro, discostandosi da quella parte della letteratura che vede l'internet-dipendente come un soggetto che ha come unica motivazione quella di rifugiarsi nella Rete per non pensare ai propri problemi. Infatti, gli autori spiegano che tali persone, invece, scelgono di collegarsi alla Rete per ragioni differenti e come lo stesso tipo di applicazione possa avere significati o conseguenze diverse, da persona a persona. I tre studiosi, infatti, ipotizzano che alcuni individui ricercano nella Rete effetti simili a quelli che un eroinomane si aspetta dalla sua sostanza di abuso preferita: il senso di onnipotenza, la possibilità del "viaggio", la sedazione dell'ansia: questo è il caso delle personalità contraddistinte da tratti fobici e narcisistici. Quest'ultime utilizzano la Rete come meccanismo di evitamento di qualsiasi relazione interpersonale reale, perpetuando, con la complicità dell'anonimato dei rapporti stabiliti, modalità psico-fobiche di disconoscimento della propria vita emotiva e di scarsa elaborazione delle emozioni. A un secondo livello, gli autori pongono le personalità con tratti istrionici o caratterizzate da accentuata sensibilità al giudizio e dalla costante tendenza definirsi attraverso gli altri. Questi soggetti potrebbero ricercare nella Rete effetti simili a quelli dispensati dalla cocaina, cioè euforia, senso di potere, aumento delle performances, a tali utenti la Rete offre la possibilità di assumere identità sostitutive con cui "proporsi" agli altri. In entrambi i casi, possiamo notare che la struttura stessa della Rete offre la possibilità di esercitare un controllo totale sulle relazioni così stabilite e le gratificazioni ottenute agiscono da rinforzo per il successivo comportamento di ricerca "della sostanza". Terze e ultime sono annoverate le personalità che, per difetti cognitivi e affettivi subclinici, sostanziate in un primo tempo nella sola esperienza soggettiva, cioè i sintomi base, possono trovare in Internet una sorta di organizzatore fondamentale per processare le informazioni e regolare gli affetti. In questo caso non è presente una vera motivazione alla ricerca: è solo quando si verifica l'incontro con il mezzo che la particolare vulnerabilità personologica favorisce una terapia ormonale sostitutiva

⁵⁸ Cantelmi T. et al.,1998

indispensabile alla sopravvivenza. Per gli studiosi, quindi, si possono distinguere al momento due principali tipologie di Internet-dipendenti, o meglio, dei cosiddetti “retomani”: il “Retomane per fuga” e il “Retomane per azione”. Il primo sfrutta la Rete per anestetizzarsi dal dolore reale, per eccitarsi e stordirsi sempre di più, per scappare dai propri vissuti depressivi, dovuti a difficoltà di vita reale o problematiche oggettive e a un sostanziale senso d’impotenza, di rassegnazione e di estraneità sociale, per giungere progressivamente a sostituire la vita reale con la dimensione virtuale che può drammaticamente trasformarsi in psicopatologie di tipo dissociativo e/o autistico. “Ciò che si crea in Internet è spesso volte una condizione di «solipsismo telematico», la propensione cioè a eleggere la rete o un suo luogo particolare come luogo di rifugio in cui trovare sollievo ai propri problemi quotidiani.” (Giorgetti Fumel M., 2010); il secondo, invece, impiega Internet per interagire l’enorme serbatoio di stimoli qual è il cyberspazio e poter concretizzare le sue elevate aspettative di riuscita in disparati ambiti d’azione. Nei casi d’intossicazione acuta il retomane per azione arriva a produrre e inseguire degli obiettivi così ambiziosi e slegati dalla realtà da sconfinare nella mania. Gli autori spiegano che entrambi i tipi di retomania utilizzano la Rete per eccitarsi e che non devono essere considerati rigidamente distinti, quanto legati in un *continuum* che parte dalla fuga e arriva all’azione.

La prima ipotesi di modello, infatti, prevede un percorso, un cammino, virtuale caratterizzato dallo sviluppo di livelli sempre maggiori di dipendenza, ognuno dei quali conduce il soggetto a divenire progressivamente un vero e proprio retomane. Nel 2000, perciò, il gruppo di studiosi hanno delineato le seguenti fasi di sviluppo della dipendenza:

- 1) E-mail: primo approccio alla rete, con lo svolgimento di attività di base e semplici, come l’uso di posta elettronica. Riguarda principalmente utenti non dipendenti. Ma più questi ultimi diventano consapevoli di non poter più riuscire a sospendere, o almeno ridurre, l’uso di Internet, e più è possibile considerare questa fase come il primo passo verso la tossicofilia;

- 2) Fase *Lurker* (guardone): contraddistinta da passaggi fugaci, solitamente senza alcun scopo, da un sito all'altro, al massimo per acquisire la conoscenza del "gergo" per comunicare successivamente nelle *Internet Related Chat*. Con l'inizio della partecipazione intensa alle IRC, *newsgroup*, *forum*, MUD, il soggetto si trova nell'area *tossicofilica*, contrassegnata da un incremento della durata dei collegamenti, dalla riduzione delle ore di sonno per il prolungarsi dei collegamenti, malessere offline, centralità cognitiva e affettiva di Internet, dal controllo ossessivo e compulsivo della propria casella postale;
- 3) Fase *Tossicomantica*: correlata a fenomeni psicopatologici poiché caratterizzata da una partecipazione molto intensa ai contesti virtuali, collegamenti estremamente prolungati con ripercussioni negative sulla vita familiare, sociale, accademica e professionale. In questa fase, Internet, cessa di essere uno strumento a cui ricorrere per alcuni, circoscritti, bisogni per diventare l'elemento e il principio che organizza e gestisce la vita del soggetto⁵⁹

Si viene così a tracciare un *continuum* virtuale di gravità crescente tra uso-abuso-dipendenza che da un piano prettamente comportamentale-relazionale arriva a coinvolgere e stravolgere aree sempre più consistenti e profonde del mondo, tanto interno quanto esterno, della persona. "L'associazione della dipendenza da Internet alla dipendenza prodotta da uso di sostanze è resa possibile dalla presenza di due fasi comuni: una prima fase detta tossicofila, caratterizzata dall'aumento delle ore trascorse davanti al computer [...] e una seconda fase tossicomantica, l'uso della rete diverrebbe così esteso da mettere a rischio la propria vita sociale, affettiva, lavorativa e la propria salute psicofisica." (Giorgetti Fumel M., 2010).

⁵⁹ (Cantelmi T., 1998)

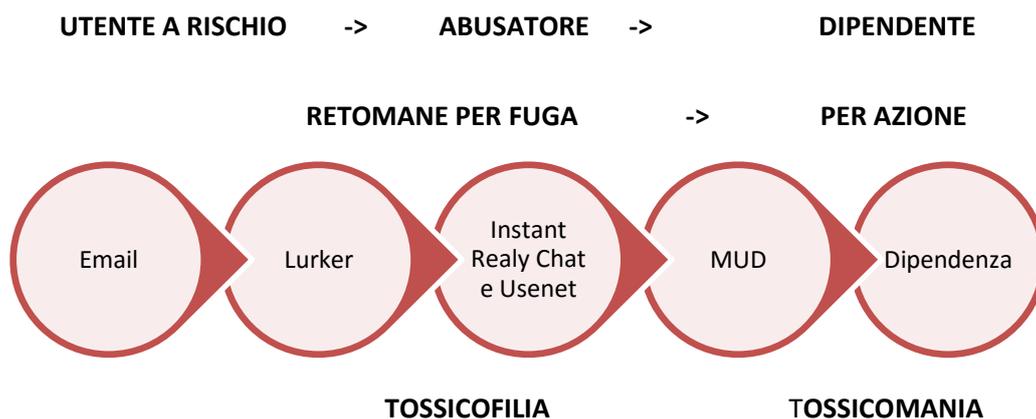


Fig. 5 Evoluzione verso la retomania: dal coinvolgimento alla

È per questo che, in base alla posizione in questo percorso, è possibile distinguere tra: un utente a rischio, cioè quello che ha già sviluppato un vissuto di curiosità nei confronti delle opportunità della rete simile alla fase della “luna di miele” che si riscontra nei soggetti che hanno iniziato un rapporto stabile con l’uso di una sostanza; un utente abusante, il quale si distingue per alcune caratteristiche simili agli utilizzatori di sostanze oppiacee, con problemi nelle relazioni affettive per sottrazione di tempo e presenza fisica, assieme a problemi lavorativi legati all’utilizzo non consentito o abusato della rete. Questa fase, anche detta della sostituzione della vita reale con quella virtuale; infine, un utente dipendente che vive stati confusionali di anche alcune ore, allucinazioni visive, dimenticanza di volti, mancanza di memoria, eccessi di calore corporeo, tremori, assieme a sintomi sociali correlati a un’assoluta mancanza di consapevolezza del proprio stato (Giorgetti Fumel M., 2010; Lavenia et.al., 2009; Perella R., 2014). Mentre è abbastanza chiara la differenza tra chi usa e non usa Internet, è meno trasparente la distinzione uso-abuso-dipendenza. C’è una sostanziale “difficoltà a distinguere tra le abitudini eccessive, dannose ma non patologiche (maggioranza) e le vere e proprie forme di dipendenza.” (Di Gregorio L., 2003)

Per quanto concerne la predisposizione all’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 d'azione le personalità maggiormente vulnerabili sarebbero quelle caratterizzate da disturbo di personalità (narcisistico, ossessivo, ecc.) e/o con aspetti depressivi (compensati) o maniacali (Cantelmi T., 1998). E' bene precisare che ogni servizio presente in Rete può essere usato dal soggetto sia per fini di evasione sia di ricerca di successo.

Un modello speculare, invece, proposto sempre dal gruppo di Tonino Cantelmi, considera che nell'uso "normale" della Rete vi sia un aumento progressivo delle esperienze, parallelamente all'uso di sempre maggiori strumenti e servizi *online*. Se il primo approccio alla Rete è solitamente mediato dall'uso dell'*e-mail* dal passaggio rapido da un sito all'altro, successivamente saranno utilizzate anche altre applicazioni ben più sofisticate e complesse. Nell'uso patologico di Internet tale processo si ripete, ma in modo speculare. Nonostante il bagaglio di esperienze acquisito con i precedenti collegamenti, l'utente arriva a restringere progressivamente l'uso che fa della Rete aumentando progressivamente il suo tempo di permanenza *online*. L'ossessività che caratterizza il suo agire tende a circoscriversi su temi specifici della Rete. Dunque, si può dire che, tale modello, vede nei nuovi mezzi di comunicazione un potenziale di dipendenza come l'alcol, la nicotina e altre droghe (Spitzer M., 2012). La rete stessa sembra possedere, in virtù delle sue enormi risorse, quelle che possono essere definite delle "potenzialità psicopatologiche" come: la capacità di indurre sensazioni di onnipotenza, la possibilità di vincere le distanze e il tempo (Giogetti Fumel M., 2010).

Nel 2002, Bricolo Francesco⁶⁰, propongono una definizione interessante di quello che per il gruppo di studiosi dell'ULSS 20 di Verona, è il "Nuovo Problema" di rilevanza clinica, dato dall'intrecciarsi di cinque variabili di seguito definite:

⁶⁰ Bricolo F. et al., 2002.

1. *Digital Technology* (TD) è il mondo Internet e ai suoi dispositivi, fondato su byte, navigazione ipertestuale e interattiva, perciò in continua e veloce evoluzione, che possiede molteplici e differenti applicazioni (*chat lines, e-mail, online play*);
2. *Use* (U), ossia tipo di utilizzo che si fa della prima variabile con, almeno, tre modi d'uso: ludico-ricreativa, professionale e di vita privata;
3. *Health* (H), cioè salute, tanto mentale (disturbi psichiatrici, trascuratezza delle altre aree vitali come il lavoro e le relazioni) quanto fisica (posture, dipendenza);
4. *Correlation* e *Association* (C/A), sono due possibilità di collegare tra loro le prime tre variabili. In caso di Correlazione si ha un nesso causale tra tecnologia, uso e salute, quindi correlati in un rapporto di causa-effetto, mentre se è *Association* si ha la semplice frequente compresenza, l'associazione, tra le prime tre variabili, senza nessuna ipotesi di nesso causale;
5. *Pattern* (P) sta a indicare altre modalità d'uso che richiedono però una particolare attenzione. Queste sono i tempi d'uso, i modi d'uso in senso stretto e gli elementi associati. Anche se non viene ritenuto possibile definire un tempo massimo oltre il quale può sussistere un problema, le ulteriori modalità d'uso sono riferibili a comportamenti irrispettosi dell'igiene e della sostenibilità ambientale, ma anche a posture scorrette e malsane, mentre gli elementi associati potrebbero essere l'uso di altre sostanze o di pratiche sessuali particolari.

La categoria del "nuovo problema" viene ulteriormente scomposta in: comportamenti di dipendenza; attività sessuale; gioco d'azzardo in senso ampio, abilità ai tempi di risposta agli stimoli, disturbi psichiatrici diagnosticati con uno strumento Golden Standardizzato, cioè validato, attività criminali mediate dalla tecnologia nelle sue diverse applicazioni. Un pregio degli studiosi è che si astengono dal denominare un problema ancora poco chiaro ma che

evidentemente riscontrano e avvertono sempre più nella loro esperienza, non solo professionale ma anche di vita.

Più di recente Cantelmi e Talli (2007) hanno proposto un set di criteri articolato in sintomi *overt* (manifesti) e sintomi *covert* (occulti), dove i primi comprendono un elevato tempo di permanenza *online*, non giustificato da motivi di lavoro o di studio, manifestazioni sintomatiche *offline* (ad es. nervosismo, irritabilità, depressione, ecc.); conseguenze negative dovute all'uso eccessivo di Internet (ad es. isolamento sociale, scarso rendimento lavorativo, ecc.); i secondi, prevedono un irrefrenabile impulso a collegarsi a Internet, ripetuti tentativi di controllare, ridurre o interrompere l'uso di Internet, frequenti menzogne relative all'uso eccessivo di Internet; ricorrenti pensieri e/o fantasie relative a Internet. Per la diagnosi del disturbo di dipendenza da Internet è necessaria la presenza di almeno due sintomi *overt* e almeno due sintomi *covert*, per un periodo di tempo non inferiore ai 6 mesi.

Solo nel recente 2013, L'*American Psychiatric Association* ha citato per la prima volta l'*Internet Addiction* nella terza sezione dell'ultimo DSM-V, quindi entro il novero di tutti quei disturbi comportamentali, senza sostanze, a loro volta inseriti nella categoria dei disturbi dalla gratificazione che necessitano ancora di ulteriori sforzi da parte del mondo della ricerca. (Cantelmi T., 2013)

3.2.1.1 Il tempo trascorso in Rete e le sue modalità d'uso

Il criterio più evidente e in base al quale si stabilisce la dipendenza è il tempo trascorso in rete. Non è ancora chiaro quale sia il limite di ore al giorno o alla settimana oltre il quale si può parlare di uso eccessivo e dipendente della Rete. "Young K. ha rilevato che il numero massimo di ore settimanali di collegamento, oltre il quale si parla di dipendenza, è 38,5" (Fata A., 2012), con la successiva conferma di Cantelmi e dei suoi collaboratori nel 2000. Altri autori parlano di 13 ore settimanali, o di 8.5 ore alla settimana, altri ancora vedono il limite massimo tra le 7 e le 14 ore al giorno (Perella R., 2014). Sia la Young K. che Grohol J.M. tuttavia, precisano che il tempo non può costituire l'unico criterio per la definizione di una dipendenza da Internet, ma che deve essere letto alla luce di

altri fattori più precisi, in particolare, tutti quei problemi che, a cascata, discendono dall'abuso d'Internet (Fata A., 2012). Anche, Del Miglio, Cantelmi, Talli⁶¹, hanno sottolineato che il tempo di collegamento alla Rete è sicuramente correlato con il livello di dipendenza dei soggetti, ma che esso non può costituire l'elemento cardine per lo sviluppo del' *Internet Addiction Disorder*. È possibile, infatti, che una persona stia molte ore connessa alla Rete ma senza alcun tratto di dipendenza, come è il caso di chi, per lavoro o per studio, è costretto ad avere a che fare con computer, cellulare, Internet, ma senza riportare comportamenti bizzarri quando se ne discostano. I criteri fino ad oggi presi a modello per la definizione dell' *Internet Addiction Disorder*, non sono del tutto validi e soddisfacenti.

3.2.2 Effetti sulla salute e sul rendimento individuale e collettivo

Tutte le teorie e le scoperte circa la dipendenza da connessione ad Internet, si sono sviluppate ovunque, almeno ovunque sono state condotte ricerche sugli impatti e le ricadute, positive e negative, non solo dell'Internet dipendenza ma, spesse volte, anche solo del semplice uso di Internet e dei suoi dispositivi elettronici. Da una revisione della letteratura, ma anche per quello che ormai ingenuamente si sa o si può ben comprendere, l'uso di Internet può avere almeno sei effetti negativi e alcuni risvolti positivi⁶².

- **Problemi Interpersonali:** consistono in ricorrenti e gravi difficoltà nel relazionarsi con gli altri, quindi, sono tutti quei problemi che prevedono reazioni a certe situazioni come gli altri non si aspetterebbero. Si perdono relazioni, in modo graduale e galoppante, non si trova interesse nel coltivarli, e quelli che si hanno, possono non aver una significatività e una profondità importante. Alcuni siti di social network, generano invidia in molte persone,

⁶¹ Del Miglio C. et al., *Fenomeni psicopatologici Internet-correlati: ricerca sperimentale italiana*. In Cantelmi T. et al., 2000

⁶² Syed Shah et al., 2014.

che sono gelose dei successi e della tanta felicità ostentata dagli altri (Romano V., 2013). Come la dipendenza da sostanze conduce progressivamente al ritiro sociale, da un lato, e all'esclusione ed emarginazione sociale, dall'altro, anche la dipendenza da Internet, al pari di qualsiasi altra forma di dipendenza, porta alla solitudine e all'isolamento⁶³. Ciò che può variare nella nuova dipendenza, e che rende difficile il raggiungimento di una consapevolezza generale e collettiva circa il problema, è che "la rete e le comunità web, in un loro uso distorto, offrono l'illusione di un'appartenenza comunitaria, fondata su legami virtuali, in cui le relazioni possono essere create e mantenute, senza rinunciare alla propria condizione di egoistico e appassionato isolamento" (Giorgetti Fumel M., 2010). La relazione tra un uso spropositato di Internet e problemi interpersonali è cresciuta rapidamente e molte lamentele arrivano dalle famiglie stesse, magari con minori, adolescenti, ragazzi e giovani adulti in casa. Le persone insicure e con disagi relazionali riescono a mostrare liberamente la propria identità solo mondo virtuale, ma non acquisiscono realmente l'abilità di relazionarsi e mostrarsi agli altri, motivo per cui continuano ad aver bisogno di quest'ambiente virtuale per sentirsi adeguate e accettate.⁶⁴ Secondo la legge per la quale non esisti se non sei sulla rete, spettacolarizzare la propria vita in Internet ed essere sempre in contatto virtuale con gli altri sono diventati gli indici prediletti per appurare l'esistenza

⁶³ Un sondaggio dell'*Happiness Research Institute* di Copenaghen, ha indagato su un campione di oltre mille persone, chiedendo a metà di loro di stare lontani da *Facebook* per una settimana. Dopo aver espresso ognuno grado di soddisfazione su una scala da 1 a 10, ne è risultato che: il gruppo che ha continuato a connettersi su *Facebook* ha dato mediamente una risposta di 7,67 prima del test e 7,75 dopo. L'altro è passato da 7,56 quando ancora usava Facebook, a 8,12 dopo averlo evitato per una settimana. Inoltre, il gruppo senza Facebook ha riportato un aumento dell'attività sociale "nel mondo reale" e minori sensazioni di rabbia o solitudine. Se prima del test l'81% di questo gruppo si definiva "felice", dopo il test la percentuale è salita all'88% (La Repubblica, 2015; Latella A., 2014).

⁶⁴ <http://www.istitutobeck.com/faq-dipendenza-internet.html>

umana stessa.⁶⁵ “L’aspetto sociale di questi mondi virtuali, infatti, è tale per cui si sia soggetti ad accettazione o a rifiuto, si riesca a instaurare relazioni o si rimanga esclusi, con processi del tutto simili, sebbene elevati esponenzialmente, a quelli della vita reale” (Giorgetti Fumel M., 2010).

- Problemi comportamentali: cattiva gestione del tempo che si trascorre su internet con conseguente bisogno di riprogrammare il proprio tempo a causa di un utilizzo pesante di Internet; correlazione sempre più positiva con situazioni multiproblematiche; uso della Rete fino a tarda notte con privazione di sonno e isolamento sociale; trascorrere meno tempo coltivare passioni vere; mentire agli amici o ai familiari circa il tempo che viene trascorso *online* e su ciò che si fa quando si è collegati; salto dei pasti per rimanere *online*; è molto improbabile che gli usatori di Internet s’impegnino ad assumere comportamenti di promozione della salute. Più in generale si osserva una graduale perdita del senso di appartenenza a tutto ciò che è della dimensione del territoriale, in senso culturale, politico e sociale, per via di un’intensificazione dell’identificazione alla grande e immateriale comunità elettronica [...] che spinge sempre più alla rinuncia dell’esperienza diretta della natura” (Giorgetti Fumel M., 2010). Il coinvolgimento istantaneo cui siamo sottoposti dai nuovi media, sopprime l’identità privata, generando rabbia e forme di violenza (Giorgetti Fumel M., 2010)
- Problemi fisici: a causa di collegamento alla Rete per tante ore, anche fino a tarda notte, si registrano emicranie e cefalee, insonnia e mal di schiena (cervicalgia, dorsalgia, lombalgia), eccessivi affaticamenti, indebolimento del sistema immunitario che porta al peggioramento dello stato di salute psicofisica del dipendente, sempre più incline alla malattia e alla

⁶⁵ Le relazioni sono organizzate sempre più come realtà digitali capaci di sostituire gradualmente quelle faccia a faccia. Spariscono o cambiano rilevanza le organizzazioni sociali tradizionali come famiglia, vicinato, oratorio, sezione di partito, associazioni e si affermano le nuove forme comunitarie connettive (Forum, Comunità online...) e reticolari (social network) più fluide e flessibili perché costruite su una nuova percezione e organizzazione del tempo e dello spazio (Latella A., 2014).

dipendenza; la durata del sonno e la fatica cominciano a essere utilizzati come criteri per l'individuazione delle persone dipendenti dalla navigazione in Internet. Inoltre sono riscontrabili disturbi alla vista, dolori e fastidi al collo, contratture e indolenzimenti. Seduti tante ore al giorno senza fare sforzi particolari senza muovere un muscolo, chini sulla tastiera o con la testa sugli *smartphone*, si assumono posture sbagliate e non si svolgono movimenti che aiutano il corpo a smaltire e a bruciare calorie, pertanto aumenta il rischio di patologie cardiovascolari, sovrappeso e diabete. Posso verificarsi alterazioni articolari. Un intenso utilizzo delle mani e delle dita attraverso le quali consultiamo i nostri mini "pc" da tasca, infatti, può provocare disturbi fino a scatenare vere e proprie patologie. Le sindromi del "Tunnel carpale" o del "dito a scatto", cominciano a insorgere anche tra i giovani, i maggiori ossessionati dalla tecnologia. Sollecitare molto l'articolazione del pollice e dell'indice può indolenzire la struttura della mano e di conseguenza anche il polso. Il mouse è stato da anni ritenuto causa d'infiammazione di alcuni nervi all'interno del polso, un fastidio che inizia con un formicolio alle dita, soprattutto di notte, a causa della compressione del nervo mediano all'interno del polso. Tale infiammazione è una patologia nota come sindrome del tunnel carpale che se non adeguatamente controllata, può degenerare in perdita di sensibilità delle dita e di forza della mano. Ma il cosiddetto dito a scatto è il vero effetto collaterale della nuova tecnologia. Un bruciore insieme a un fastidio alla base del pollice può essere la spia per accorgersi di tale problema degenerativo dell'articolazione. Lo scatto avviene nel momento della flessione-estensione del dito che procura dolore e gonfiore locale.⁶⁶

- Problemi psicologici: cambiamenti di umore repentini e destabilizzanti, copresenza di disturbi compulsivi e depressione, irrequietezza, irritabilità, ansia e tono basso d'umore ma anche senso di soddisfazione, gratificazione

⁶⁶ Humatinasalute, 2014. <http://www.humanitasalute.it/tecnologia-e-salute/6343-abusi-di-tablet-e-smartphone-attento-a-mani-e-dita/> .

e piacere durante la connessione ad Internet, utilizzato come criterio d'analisi nelle ricerche. Infelicità (Romano V., 2013), disturbi della memoria, dell'attenzione e della concentrazione, oltre ad appiattimento emotivo e generale ottusità. Tale quadro clinico è stato definito "demenza digitale" (Spitzer M., 2012) Pensare, memorizzare e riflettere non costituiscono più la norma. "Demenza" non significa solo mancanza di memoria, caratteristica molto diffusa tra i giovani, ma anche scarso rendimento mentale, poco pensiero, bassa capacità critica e di orientarsi nella "giungla delle informazioni" (Spitzer M., 2012), riduzione drastica delle capacità creative e analitiche. Semplificandoci quasi tutte le attività avviene uno spegnimento d'interesse per la vita reale; chiusura su se stessi (narcisismo); La facilitazione degli strumenti elettronici, evita che noi possiamo fare qualsiasi tipo di fatica, anche mentale, ma delegando sempre il compito a questi strumenti di fare per noi, anche il nostro cervello si atrofizza. Il punto di caduta si è cristallizzato nella delega che le generazioni del benessere hanno dato ai mezzi nel riconoscimento dei modelli collettivi, diciamo pure dei valori e disvalori. È lì che, senza che ce ne accorgessimo, si è pericolosamente abbassata per tutti e per ciascuno la soglia della capacità personale di critica, che è come dire la soglia di difesa della persona in quanto tale. [...] All'ampliamento del potere dei mezzi ha corrisposto l'ampliamento della rinuncia della responsabilità di decidere con la propria testa.[...] rimbambimento generale delle menti e delle coscienze che abbiamo messo in piedi delegando alla comunicazione di massa il ruolo di scegliere i modelli al posto nostro, per tutti noi."⁶⁷ Peggioramento delle prestazioni scolastiche, sia nel calcolo sia nella lettura. L'attenzione viene distolta e maggiore è il numero di media che vengono utilizzati e minore è la partecipazione ad attività con gli altri. L'utilizzo del computer nei primi anni della scuola materna può provocare disturbi dell'attenzione e in seguito dislessia, In età scolare, si registra un incremento dell'isolamento sociale. (Spitzer M., 2012) Sono molto diffusi sentimenti di solitudine e abbandono e

⁶⁷ Cortese T., 2013.

nello stesso tempo crescono crisi di panico, ansia e paure, suscitate dalle relazioni interpersonali. Il successo delle chat-line costituisce un chiaro esempio su come le persone possano essere apparentemente socializzate in rete, mentre magari, nella vita reale, sono profondamente chiuse, privilegiando forme di relazione accomodanti ai propri bisogni narcisistici (Cantelmi T., 2013). Inoltre risultano associati problemi di stress, anche derivanti dal contesto di vita reale, cioè preesistenti rispetto alla dipendenza, ma in questo Internet non fa altro che aumentare lo stress dato da uno scarso controllo sulla propria vita, che provoca, soprattutto nelle donne, disturbi ormonali, difficoltà digestive, scarso sviluppo della muscolatura, disturbi cardiaci e circolatori, ma anche morte neuronale..

- Problemi lavorativi: tratti di test della personalità con l'utilizzo d'Internet hanno suggerito che la relazione negativa tra unità di lavoro e Internet fa lo scapito del tempo che potrebbe essere speso per studiare e ottenere buoni voti. Infatti, la significativa correlazione negativa tra unità di lavoro e la percentuale di tempo di Internet, supporta l'idea che l'uso di Internet motivi e spinga al non-lavoro. Ritardi sul posto di lavoro e nelle consegne. Molte persone navigano in Internet per propri interessi durante l'orario di lavoro. Anche il non aver lavoro e una situazione economica insoddisfacente conduce alla dipendenza da Internet.

Tutta questa mole di problemi può divenire molto presto un circolo improduttivo che si autoalimenta e che porta progressivamente alla degenerazione fisica e mentale. Ma essi sono sostenuti, anche consapevolmente da tanti, perché Internet, in fin dei conti, porta con sé effetti positivi come l'informazione, la comodità, risorse illimitate e il divertimento. Inoltre la rete Internet è di grande aiuto quando si parla di comunicazione senza confini, di creare, gestire e tramettere documenti, vedere e sentire persone molto distanti, di acquistare prodotti di ogni genere senza muoversi, di seguire corsi di aggiornamento a distanza e di migliorare le proprie capacità in autonomia, di espandere la propria rete di contatti e il bagaglio di conoscenza. Una parte considerevole di evidenze empiriche nega che le attività di Internet possano produrre senso di

solitudine, isolamento sociale e problemi nei rapporti interpersonali e sociali. Per alcuni, quindi, socializzare via *Web* con gli amici e i familiari, ma anche instaurare relazioni nuove, aiuta a incrementare il proprio capitale sociale⁶⁸. Per chi ha già sviluppato una dipendenza da Internet, questi benefici sono solo che un danno, poiché il web si trasforma in una “ragnatela senza centro né principio, in cui perdersi e finire prigionieri, di una sete di novità, che permette di osservare i propri desideri in una veste sempre nuova, senza però concedere il tempo per impegnarsi a concretizzarli, con il rischio di vederli e vedersi invecchiare, senza averne realizzato alcuno” (Cantelmi T., 2013)

3.2.2.1 La Trance Dissociativa da Videoterminale

Internet può essere considerato come un laboratorio sociale utile soprattutto per costruire, distruggere e ricostruire la propria immagine, le diverse individualità e identità, nonché il proprio Sé, all'interno di un contesto virtuale in continua evoluzione. Tale possibilità, offerta dalla Rete, permette un'espansione e un'alterazione del Sé, fino divenire causa di nuove forme di dissociazione. Il Disturbo da Trance Dissociativa da Videoterminale, comporta la sconnessione di funzioni, come la memoria, la coscienza, l'identità, la percezione di sé e dell'ambiente circostante, solitamente fortemente integrate tra loro. Grazie alla pratica clinica, si è potuto appurare che tale disturbo può verificarsi in maniera graduale oppure improvvisa, così come può essere a carattere temporaneo o arrivare alla cronicizzazione. Pur non essendo correlato specificatamente alla dipendenza da Internet o da giochi *online*, il disturbo da Trance Dissociativa viene inserito tra quei disturbi della coscienza che, in generale, sono indotti dalle applicazioni innovative dei computer, degli *smartphone* e dei contesti virtuali nel loro insieme. Con il concetto di “*trance*” ci si riferisce alla depersonalizzazione, ossia la perdita del senso abituale dell'identità personale, con il rimpiazzamento o meno di un'identità alternativa, un'alterazione involontaria dello stato di coscienza simile a quella del sonno, ma con caratteristiche elettro-encefaliche simili a quelle di uno stato di veglia, durante il

⁶⁸ Regalia C., Manzi C. *La sfida dei social network per l'identità familiare*. In Scabini E., 2013.

quale l'individuo perde il suo contatto con la realtà fino a quando non torna in una condizione di "normalità" e in cui non avrà memoria della fase dissociativa (amnesia) . Suler J.⁶⁹ ritiene che la dissociazione sia dovuta a una mancata integrazione della vita reale con quella virtuale, quando cioè la vita faccia a faccia viene sostituita da quella virtuale ("virtualizzazione della realtà") e l'attività in rete diventa un mondo a sé, una parte dissociata della mente delle persone coinvolte. Deve esser detto, poi, che tale disturbo si dispiega su tre livelli evolutivi differenti: la dipendenza, cioè il coinvolgimento di tipo ossessivo-compulsivo, estremo e ritualistico con Internet e i suoi dispositivi; la regressione, ossia la tendenza a cercare e coltivare delle relazioni di fantasia che compensino quelle che nella vita reale non esistono, assieme al ritiro sociale di tipo autistico; infine, la dissociazione vera e propria, che assottiglia i confini dell'Io, fino alla loro scomparsa, permette la dispersione del Sé e la diffusione dell'identità con la conseguenza della depersonalizzazione. (Lavelli E. et al., 2009; Perella R., 2014)

3.2.3 Strumenti di valutazione e incidenza

Per far fronte a questo fenomeno, inizialmente e per tanti anni, sono state predisposte, soprattutto negli Stati Uniti, delle "cliniche" *online*, al fine d'individuare persone con problemi di uso-abuso-dipendenza da Internet e di capirne il comportamento generale nei confronti della tecnologia. Lo strumento adottato dalle cliniche virtuali è il questionario in rete, compilato e inviato tramite posta elettronica dall'utente direttamente all'autore. Anche se nessun autore riporta pubblicamente on-line il grado di attendibilità del proprio questionario, un fatto interessante, nonché espressione di un disagio generalmente avvertito, è che l'introduzione e la proliferazione di tali questionari hanno visto anche la crescita esponenziale delle risposte da parte degli utenti Internet:

- L'*Internet Usage Survey* fu realizzato da Viktor Brenner nel 1996 e pare essere il primo tentativo di valutazione degli effetti psicologici indotti dall'uso

⁶⁹ Suler J., 2004

di Internet. Disponibile in lingua inglese, si compone di una prima sezione che raccoglie informazioni sulle “generalità della persona” e di una seconda parte relativa agli “ stili di vita in relazione ad Internet”, fatta di 44 domande di cui le prime quattro sono a risposta multipla e le rimanenti a risposta del tipo “vero/falso”. I risultati emersi da un primo campione di 185 soggetti, in riferimento al rischio psicopatologico connesso al numero di ore spese in rete, hanno messo in luce che circa il 17% dei soggetti rispondenti utilizza Internet per più di 40 ore settimanali;

- L'*Internet Addiction Questionnaire* di John Suler, fu introdotto nel 1996. È disponibile solo in lingua inglese ed è composto da 22 domande a risposta chiusa del tipo “si/no”. Valuta il tipo di uso che si fa di Internet, con particolare attenzione all’aspetto relazionale. È presente nel questionario una sezione riguardante i dati anagrafici della persona;
- L'*Internet Stress Survey* elaborato da Morton C. Orman, è composto di soli 9 Item con risposte del tipo “si/no”, pertanto facilmente compilabile e molto diffuso. In allegato al questionario, viene fornita anche una griglia di autovalutazione per commisurarsi con i risultati ottenuti. Al crescere delle domande affermative, aumenta la probabilità di essere dipendenti dalla Rete;
- L'*Internet Behaviour Questionnaire* è stato introdotto da Oliver Egger con lo scopo di diffonderlo in tutto il mondo, per questo esistono due versioni, una in lingua inglese e l'altra in tedesco. Si compone di 5 sezioni e 46 Item. La prima sezione ha per oggetto l’aspetto sociale, quindi l’uso della rete come mezzo di comunicazione, e le 5 domande previste sono a risposta aperta. La seconda parte, invece, tratta delle modalità, dei tempi e degli scopi dell’uso di Internet, e l’utente deve scegliere il più appropriato tra i 14 gruppi di affermazioni presenti. Nella terza parte, si considerano tutte quelle sensazioni e i pensieri ossessivi che si riscontrano solitamente in un retomane, e anche in questo caso si può scegliere solo uno tra i 6 gruppi di frasi. La quarta sezione è dedicata alle varie esperienze connesse all’uso di Internet, e obbliga anch’essa a scegliere tra 6 gruppi di frasi, quella ritenuta

più adeguata. Nella quinta e ultima parte si chiedono le generalità della persona;

- L'*Internet Addiction Survey* di Kimberley Young, è disponibile in lingua inglese ed è suddiviso in 5 parti distinte. Attraverso la prima sezione, di 12 domande con risposta "si/no", si vogliono rilevare i modelli comportamentali riguardanti l'uso di Internet, i comportamenti a rischio di tossicomania ed eventuali dipendenze da farmaci o da sostanze, presenti e passate. Nella seconda parte, si prevedono 170 domande con risposta del tipo "vero/falso", volte a far emergere le caratteristiche di personalità di una potenziale tossicomania da Internet, e ulteriori 15 domande, con risposta a scelta fra tre, per testare le capacità di *problem solving*. La parte terza valuta il livello di depressione che spesso accompagna la dipendenza da Internet, attraverso la scelta di una sola risposta per ognuno dei 21 gruppi di 4 frasi. Nella parte quarta viene misurata la ricerca di emozioni, e la persona deve scegliere la risposta più vicina al suo modo di sentire per ognuno dei 40 gruppi di 2 frasi. La quinta sezione è dedicata alle generalità delle persone⁷⁰.

Svariati sono stati i contributi testologici per la valutazione dell'IRP. Tra i più importanti strumenti di analisi e valutazione del fenomeno della dipendenza da internet, va annoverato senz'altro l'*Internet Addiction Test* (IAT), sviluppato nel 1998 dalla Young K. al fine di valutare specificatamente il grado di rischio psicopatologico connesso all'uso di Internet. Il questionario, compilabile in circa 10 minuti, si compone di 20 *item* diversi con risposte su scala Likert con punteggio da 0 a 5 (0 mai; 1 raramente; 2 occasionalmente; 3 frequentemente; 4 spesso; 5 sempre).⁷¹ Le domande sono del tipo: "*Siete rimasti online più a lungo di quanto intendevate? Trascurate le faccende domestiche per passare più tempo collegati? Preferite l'eccitazione offerta da Internet all'intimità con il vostro partner? Stabilire nuovi rapporti con altri utenti online? I vostri studi risentono negativamente della quantità di tempo che passate online?*"

⁷⁰ Cantelmi T., 1998

⁷¹ Young K., 1998

*Controllate la vostra email prima di fare qualche altra cosa importante? La vostra resa sul lavoro o la vostra produttività sono influenzate negativamente da internet? Vi ritrovate a scacciare pensieri negativi sulla vostra vita con il pensiero consolatorio d'Internet? Vi capita di scoprirvi a pregustare il momento in cui sarete nuovamente online? Temete che la vita senza internet sarebbe noiosa, vuota e senza gioia? Perdete ore di sonno perché restate alzati fino a tardi davanti al computer? Avete già tentato di ridurre la quantità di tempo che passate online senza riuscirvi?*⁷². Una volta che la persona ha risposto a tutte le domande, le cifre di risposta man mano crocettate, vengono sommate. Il punteggio ottenuto è valutato in base alla fascia in cui cade: un punteggio tra 0 e 19 non è rilevante perché è sotto la media; un punteggio tra 20 e 49 punti lo ottiene un utilizzatore medio d'Internet, a cui può a volte capitare di navigare in rete un po' troppo a lungo, senza però perdere il controllo della situazione; il punteggio tra 50 e 79 punti è al di sopra della media e indica una persona con già diversi problemi causati da internet e dovrebbe riflettere sull'impatto che questi problemi hanno sulla sua vita; un punteggio tra 80 e 100 punti si ottiene se l'uso d'internet è intensissimo e sta causando alla persona notevoli problemi, pertanto la persona dovrebbe considerare l'impatto d'Internet sulla sua vita e affrontare i problemi che le causa.

Nel 2000, poi, Kimberley Young et al.⁷³ hanno tentato anche di esaminare i primissimi terapisti che hanno incontrato e trattato pazienti affetti da problemi cyber-correlati durante la loro carriera, al fine di raccogliere informazioni importanti non solo sull'utenza ma anche sulle strategie d'intervento adottate dai singoli professionisti. In particolare, i partecipanti allo studio erano terapisti che hanno risposto a pubblicazioni su rilevanti gruppi di discussione on-line e che hanno ricercato parole chiave "Internet" o "dipendenza" su popolari motori di ricerca, per trovare il sito web del Centro per le Dipendenze *Online*. La valutazione consiste in domande aperte e chiuse, divise in tre sezioni, dove la prima riguarda il tasso d'incidenza della presenza di altre dipendenze o

⁷² Young K., 2000

⁷³ Young K. et al., 2000

problemi psichiatrici, nonché gli interventi utilizzati, la seconda valuta le attitudini dei terapisti per quanto riguarda l'uso dipendente di Internet su una scala Likert di 5 punti (1 è il massimo assenso e 5 il massimo dissenso), la terza e ultima si concentra su informazioni demografiche, come il sesso, l'età, anni di carriera, paese d'origine, l'organizzazione professionale cui si è affiliati ecc. Su 44 risposte giunte nell'arco di 6 mesi, 35 di queste sono state ritenute valide. Pertanto il campione considerato si compone di 23 femmine e 12 maschi con 14 anni in media di pratica lavorativa alle spalle. Alcuni risultati rilevano che: l'80% dei terapisti ha notato che alcuni utenti spendono molto tempo a usare Internet; l'85% afferma di aver visto propri utenti che appaiono dipendenti da Internet; il 74% dichiara di vedere utenti con difficoltà relazionali e che per questo usano Internet; il 70%, invece, risponde negativamente alla domanda riguardante la presenza di disturbi clinici, come depressione, ansia e disturbo bipolare tra i propri clienti; il 60% risponde che chi sembra essere affetto da dipendenza da Internet è anche quello che ha una storia di dipendenza da sostanze; il 60 % dei terapisti non considerano adeguato il proprio programma di lavoro per supportare gruppi di quegli utenti che presentano dipendenza di Internet; il 94% dei professionisti sente e avverte che il problema della dipendenza da Internet è un problema assai più diffuso rispetto ai casi da loro stessi riscontrati; il 90% acconsente al fatto che l'uso di Internet possa diventare un problema significativo nella nostra società; il 95% risponde affermativo quando si chiede loro se i professionisti della salute mentale richiedono di riporre maggiore attenzione alla classificazione dei tipi di dipendenza dall'uso d'Internet; circa il 50 % è favorevole a dichiarare che gli psicologi non prendono la dipendenza da Internet seriamente come un disturbo riconosciuto; infine, tra gli altri risultati, c'è la risposta quasi del tutto negativa (80%) per quanto riguarda il bisogno di ulteriori ricerche per comprendere meglio la natura della dipendenza dall'uso di Internet.

Del Miglio, Gamba e Cantelmi, nel 2001, misero a punto un nuovo strumento d'indagine psicodiagnostico: una scala per la rilevazione delle variabili psicologiche e psicopatologiche correlate all'uso/abuso di Internet denominata UADI concepita e realizzata presso l'Università "La Sapienza" di Roma ed è a

tutt'oggi l'unico strumento italiano a essere stato validato dalla popolazione. Non deve essere concepita come uno strumento diagnostico, ma per cogliere la presenza di alcuni problemi. Tale scala, è composta da 75 item, a cui è possibile rispondere secondo una scala Likert strutturata in cinque livelli (da 1=assolutamente falso a 5=assolutamente vero) che riguardano l'uso di Internet, con particolare attenzione al vissuto emotivo del soggetto durante e dopo il collegamento. Nello specifico, lo strumento indaga cinque dimensioni: quella dell'Evasione compensatoria (EVA), cioè la tendenza a evadere dalle difficoltà quotidiane mediante internet; quella della Dissociazione (DIS), in altre parole la comparsa di esperienze sensoriali bizzarre, la tendenza all'alienazione e alla fuga dalla realtà; poi, quella dell'Impatto sulla vita reale (IMP), ossia la comparsa di conseguenze sulla vita reale, il cambiamento di abitudini, umori o rapporti sociali; quella della Sperimentazione (SPE), quindi la propensione a usare internet per sperimentare parti del sé e/o per cercare nuove emozioni; infine, quella della Dipendenza (DIP) che prevede la comparsa di sintomi di dipendenza come, ad esempio, il progressivo aumento del tempo di collegamento, la compulsività e l'eccessivo coinvolgimento. L'utilizzo sempre più diffuso del test tra i professionisti e di utenti di Internet, ha indotto i ricercatori nel 2009 a operare una semplificazione delle procedure d'interpretazione dei risultati attraverso quello una "standardizzazione dei punti grezzi". I primi risultati mostrano delle correlazioni tra la dimensione dell'evasione, della dissociazione e della sperimentazione, più frequenti nei minori di 20 anni che negli adulti. Ma potrebbero esistere delle sottodimensioni. La dimensione della dipendenza, invece, non mostra correlazioni.⁷⁴

Si ricordano anche la *Davis Online Cognition Scale* di Davis e coll. (2002) e la *Chen Internet Addiction Scale* di Chen (2003).

Nel 2002, Bricolo et al.⁷⁵ propongono delle indicazioni per fare ricerche future. In particolare, secondo gli studiosi la ricerca deve prediligere studi di coorte con il gruppo di controllo su campioni numericamente significati e utilizzando

⁷⁴ Bricolo F. et al., 2002; Cantelmi T., 2013

⁷⁵ Ibidem

strumenti Golden Standard, indagando problemi specifici ma tenendo conto della particolare cultura nell'epoca della globalizzazione.

Quando, nel 2007, gli studiosi italiani Del Miglio, Talli, Cantelmi, et al., condussero una ricerca sulla personalità degli abusatori e sul tipo di relazione tra l'abuso della rete e il rischio psicopatologico, l'*Internet Addiction Test* fu somministrato on-line a 236 soggetti italiani (139 uomini e 97 donne di età compresa tra i 13 e i 50 anni), reclutati attraverso delle *chat rooms*. È stato rilevato un rischio per lo sviluppo di una dipendenza da Internet soprattutto tra i più giovani, in quanto questi tendono a fare un uso di tipo compensatorio di tale strumento rispetto alle difficoltà relazionali e sociali riscontrati nella vita reale⁷⁶. Le stime sull'incidenza dell'IRP nella popolazione, variano sostanzialmente secondo la metodologia di rilevazione adottata (rilevamenti effettuati in Rete e rilevazioni effettuate fuori dalla Rete) e degli strumenti impiegati come i questionari che s'ispirano a differenti criteri diagnostici.

Una ricerca taiwanese del 2007⁷⁷ ha indagato l'Internet dipendenza attraverso la lente della teoria interpersonale, somministrando diversi questionari a 555 studenti, di cui il 46% era costituito da soggetti maschi. Gli strumenti di rilevamento utilizzati sono: il *Parent-child Relationship Scale*, l'*Interpersonal Relationships Scale*, la *Social Anxiety Scale* e l'*Internet Addiction Test*. Ne deriva che le relazioni sociali con i pari hanno una relazione significativa con la relazione con i genitori; le relazioni sociali hanno un'influenza significativa con l'ansia sociale; le relazioni con i genitori, le relazioni sociali in generale e l'ansia sociale hanno impatti importanti sullo sviluppo della dipendenza da Internet. I risultati ottenuti dall'*Internet Addiction Test*, dimostrano che il 51% dei partecipanti è a un punteggio medio, il 46% a un livello basso e solo il 3% a un livello alto e pericoloso. Statisticamente significativo è il fatto che chi presenta un livello più alto di dipendenza, è colui che riporta anche un più alto livello di ansia sociale, un più basso livello di qualità nelle relazioni interpersonali e nella relazione con i genitori.

⁷⁶ Ferraro G. et al., 2007. Cit. in Lavelli E. et al., 2009

⁷⁷ Chia-Yi Liu, 2007

Uno studio del 2011⁷⁸ circa la relazione tra dipendenza da Internet e il tipo di legame con i genitori, condotto in India su 200 studenti (100 maschi e 100 femmine) di età compresa tra i 16 e i 18 anni, è stato pensato in modo che la metà del totale degli studenti madri lavoratrici e i rimanenti altri avessero madri non lavoratrici e non (50 maschi e 50 femmine con madri lavoratrici e 50 maschi e 50 femmine con madri non lavoratrici). Anche per questo, i ragazzi sono stati selezionati da tre città diverse Chandigarh, Mohali e Panchkula. I test utilizzati, per testare la presenza di dipendenza da internet, sono stati: l'*Internet Addiction Test* di Kimberly Young, per testare il legame tra genitori e figli e il *Parental Bonding Instrument* di Parker (1979), composto da diverse dimensioni (*Maternal care/overprotection* e *Paternal care /overprotection*), al fine di correlare a ognuna di queste la dipendenza da Internet. I dati sono stati analizzati usando l'indice di correlazione di Pearson. La ricerca riporta un rapporto negativo tra dipendenza da Internet e protezione materna e paterna, ma un rapporto positivo molto significativo con l'iperprotezione materna. In questo senso, sembra che maggiore è il sostegno emotivo e minore è la possibilità di un uso di Internet. La sicurezza psicologica e il supporto all'interazione sociale potrebbero essere i motivi interessanti per cui gli adolescenti con un basso supporto dei genitori usano Internet molto più di quelli che hanno un alto supporto da parte dei genitori. Il gruppo di studio afferma che il tipo di rapporto genitori-figli gioca un ruolo vitale nello sviluppo o meno del nuovo disturbo di dipendenza da Internet.

In Italia, Cesare Rivoltella, in collaborazione con Camillo Regalia, conduce una ricerca, dal titolo "Social media e rapporti genitori-figli: determinanti psico-sociali e strategie educative", finanziata dall'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano all'interno della linea D3.2. Il progetto di ricerca, il cui acronimo è *Family.tag (Technology Across Generations)*, ha utilizzato principalmente un questionario diviso in tre sezioni, la cui prima parte è volta a costruire il profilo tecnologico della famiglia; la seconda si concentra sui social network e in particolare su *Facebook*, utilizzando una serie di scale tratte dalla letteratura

⁷⁸ Bhagat Geeta et al. 2011

per misurare i significati dati a tali siti da parte di più piccoli e più grandi e per valutare i possibili effetti sulla qualità del rapporto intergenerazionale; la terza sezione, infine, comprende una serie d'indicatori di funzionamento familiare e di adattamento psicosociale dei figli, misurate con scale tratte dalla letteratura o costruite *ad hoc*. Pertanto, lo studio mira a: indagare i profili d'uso dei dispositivi tecnologici in famiglie e il livello di frequentazione dei social media da parte dei genitori e figli; esplorare i significati attribuiti a Facebook, poiché social network preferito; verificare se e in che misura la qualità del legame familiare sia in grado di esercitare un ruolo moderatore rispetto al legame che l'identificazione con Facebook può avere sul grado di adattamento psico-sociale dei più giovani; verificare se e in che misura l'interazione tra genitori e figli su Facebook possa portare al miglioramento della qualità del rapporto tra genitori e figli. Il campione dei ragazzi è stato reclutato dalle scuole secondarie di primo grado, scuole secondarie di secondo grado della Lombardia e dalla sede milanese dell'Università Cattolica ed è composto da 693 adolescenti e giovani adulti (42% maschi e 58% femmine), di età compresa tra i 13 e 23 anni. Il campione dei genitori è stato reclutato attraverso i figli ed è composto da 867 soggetti (462 madri e 415 padri), cioè il 62 % di tutti quelli invitati a partecipare. I risultati mettono in luce che: per quanto riguarda il primo e il secondo obiettivo, il 39.5% delle case possiede un computer, il 52.7% ne ha due o più di due e di questi l'86.7% possiede la connessione alla Rete, il 5.1% delle famiglie ha un solo telefono cellulare, il 4% due, il 22% tre, il 36% quattro, il 20% cinque, il 5.7% sei, il 3.8% sette apparecchi, con il 54% delle famiglie ha due figli. Emerge, inoltre, che il 55% i figli navigano da una fino a tre ore al giorno, a fronte del 23.6% dei genitori e che l'84% dei ragazzi usa i social network, a fronte del 32.4% dei genitori. Ancora, se i ragazzi arrivano ad avere 4.050 contatti con una media di 515 e dichiarano di conoscerne in media 136, i genitori giungono ad avere 4.000 contatti e in media 60 amicizie, e di tre quarti se non tutte. Si rintraccia un significato e un peso diverso al concetto di amicizia e di appartenenza al gruppo tra figlie e genitori; per quanto riguarda il terzo e il quarto obiettivo, invece, la qualità percepita dei legami familiari è in prevalenza positiva, gli usi di *Facebook* tra i ragazzi vede, da un lato, il 20% scrivere ogni

giorno su *Facebook* e, dall'altro, il 30% che ha una frequenza di accesso attivo mensile, c'è, inoltre, una certa consapevolezza nei ragazzi dello scarto esistente tra la visione identitaria che loro hanno di sé e quello che viene fatto emergere su siti di social network, mentre i genitori sono tendenzialmente intimoriti nei confronti di *Facebook* e del mondo Internet in generale. Pare, inoltre, che il legame tra identificazione con *Facebook* e dipendenza da Internet nei ragazzi è significativo solo in caso di una scarsa mediazione attiva familiare, in più risulta che solo una percentuale minoritaria di figli e di genitori riferisce di scambiarsi informazioni tramite il social network preferito, con una media complessiva di una volta ogni 2-3 mesi. Il che porta a dire che la gran parte delle famiglie non prendono in considerazione tale modalità di comunicazione per dialogare tra i membri. Anche se una parte di ragazzi trova che *Facebook* abbia incrementato la qualità del legame con entrambi i genitori, si ravvisa che proprio questi ragazzi hanno un legame scarso di vicinanza affettiva con i genitori.⁷⁹

Uno studio iraniano del 2012⁸⁰, ha testato il rapporto tra l'Internet dipendenza e la salute mentale di studenti (20 maschi e 30 femmine) dell'Università Payame Noor, nella città di Mahabad, in Tehran, selezionati casualmente. Sono stati impiegati il *General Health Questionnaire* (GHQ-28), *L'internet Addiction Scale* (IAS) e i dati sono stati analizzati con statistiche descrittive, coefficiente di correlazione e T-test. I risultati della ricerca mostrano che non c'è presenza di case di Internet dipendenza tra i soggetti analizzati e che la maggior parte degli studenti erano a un livello medio o basso di consumo, solo alcuni hanno mostrato delle tendenze ma bisogna anche considerare il fatto che si tratti di studenti d'informatica, ed è comprensibile l'entusiasmo; le femmine più dei maschi mostrano segni più preoccupanti per lo sviluppo di una dipendenza da Internet, in quanto riportano dei valori medi più alti rispetto ai maschi in quasi tutte le variabili considerate (trascuratezza sociale, mancanza di controllo,

⁷⁹ Regali C., Manzi C. *La sfida dei social network per l'identità familiare*; Rivoltella P.C., Ferrari S. *Educare ai new media in ambito familiare*. In Scabini E., 2013

⁸⁰ Mostafaei A., 2012.

negligenza, uso eccessivo ecc.), tranne che per la salute mentale; c'è una correlazione positiva tra salute mentale e negligenza, oltre ad esserci una correlazione positiva tra salute mentale e un uso eccessivo di Internet; infine, gli studenti con personalità caratterizzate da dipendenza, depressione, timidezza e bassa autostima, possiede una tendenza allo sviluppo della dipendenza dalla Rete.

Uno studio iraniano, del 2014⁸¹, sulla correlazione tra dipendenza da Internet e depressione, ansia e stress su 209 studenti universitari selezionati casualmente dallo stesso ateneo, ha utilizzato come strumenti di ricerca l'*Internet Addiction Test* e il *Depression, anxiety and stress survey* (DASS-21), composto da 21 item nella sua versione ridotta e di 42 item nella versione integrale. Ne risulta che vi è una correlazione positiva tra ansia, stress e depressione con la dipendenza da Internet nel suo complesso e con tutti i suoi componenti, perché la dipendenza da Internet può spiegare la variabile dell'ansia fino al 20%, la variabile della depressione fino al 17% e lo stress fino al 13%, tutti numeri statisticamente significativi.

3.2.4 Esperienze di trattamento e casi studio nazionali e internazionali

Cantelmi, dal 1996 al 1998 ha osservato quattro casi di dipendenza da Internet, e sono i primi casi *offline* rilevati in Italia, dove il fenomeno è piuttosto limitato. I casi vedono un maschio che passa circa 50 ore settimanali su *Instant Realy Chat* ed è in fase *Lurker*, con personalità schizoide; un maschio che trascorre 50 ore settimanali, anch'esso su *Instat Realy Chat* e in fase *Lurker*, con Depressione; un altro maschio che spende 70 ore settimanali su Giochi di ruolo MUD's e presenta un disturbo bipolare; infine, una femmina che per 50 ore settimanali usa solo *Instant Realy Chat* e riporta un disturbo istrionico di personalità.⁸²

⁸¹ Seifi Amir et al., 2014

⁸² Cantelmi T. et al., 2000

Griffiths Mark, nel 2000⁸³, ha concentrato la sua attenzione su cinque casi-studio, riportandone le caratteristiche essenziali in un articolo. Viene descritto, ad esempio, il caso di G., uno studente britannico di 15 anni affetto da neurofibromatosi, una malattia ereditaria caratterizzata dalla presenza di numerosi tumori benigni della pelle e del tessuto nervoso che causano, non solo inestetismi fisici, ma anche diversi problemi comportamentali di vario grado. Il ragazzo è abile con la tecnologia e con la programmazione del computer, trascorre 3-4 ore al giorno durante la settimana e più di 5 o 6 ore al giorno nel fine settimana. Quando non è al computer, guarda la televisione. La sua pagella ha risentito, oltre che del suo stato di malattia, anche del tanto tempo speso sui dispositivi elettronici. La madre conferma i problemi sociali del figlio, il quale presenta grandi difficoltà nel farsi gli amici e nel reagire ai tormenti e atti di bullismo, di natura verbale, dei compagni. Per questo che i suoi genitori pensano che il computer è grande "amico" per G, ed è per questo che presenta un complesso d'inferiorità e una mancanza di confidenza quando si relaziona con gli amici. Neanche un consulto psichiatrico ha sortito progressi notevoli, perché sembra che a G. "piaccia" spendere il suo tempo nel mondo della propria camera, lontano dagli altri. Sicuramente, tale comportamento, è sintomatico di altri problemi che investono il ragazzo e da cui lui tenta di scappare rifugiandosi nel suo mondo (retomane per fuga); un secondo caso interessante raccontato è quello di J., una giovane donna disoccupata di 35 anni che spende minimo 40 ore a settimana su Internet. Il suo tempo e il suo uso eccessivo della Rete virtuale, è totalmente impiegato ai servizi di *chat online* (IRC). La donna, descrive se stessa come una persona invalida, troppo grassa e per nulla attraente, ma dice anche che questo non fa alcuna differenza su Internet, perché si arriva a conoscere gli altri prima in quest'ambiente poi li incontra nella "vita reale", più avanti. Anche se è consapevole del suo comportamento poco adeguato al modo di vivere, non ritiene di essere dipendente. J. è sposata con un uomo che ha conosciuto su Internet ma lo vede pochissimo, perché le vive in Canada e lui negli Stati Uniti. La madre pensa che la figlia abbia perso la

⁸³ Griffiths M.D., 2000

testa ad aver sposato una persona che senti di non conoscere veramente. Riguardo al suo rapporto coniugale J. dice che è chiaro lo scarso tempo di vita reale passato assieme ma che, tuttavia, il loro tempo in rete (3-4 ore ogni notte) ha permesso più di una possibilità di conoscenza l'uno dell'altro. Quello che fanno è parlare del nostro sentimento, di desideri e bisogni, di progetti futuro e molto altro. J. presenta alcune componenti come la dominanza, le alterazioni del tono dell'umore e i sintomi d'astinenza. Il suo essere troppo grassa spiega perché preferisce Internet e non la comunicazione faccia a faccia. La motivazione alla base del suo comportamento è socializzare (retomane per azione); gli altri tre casi riguardano J. uno studente di 16 anni che spende approssimativamente 70 ore settimanale, di cui 40 connesso a Internet, P. studente universitario di 20 anni che passa dalle 40 alle 50 ore settimanali su Internet. e D., di 32 anni, disoccupato, che si collega a Internet per molte ore senza trovare il modo di vivere dignitosamente e di uscire dalla depressione che lo investe.

Come segnalato da Young K. nel 2000⁸⁴, esiste una certa difficoltà a reperire il giusto trattamento al fenomeno della dipendenza da Internet, anche una volta individuato Questo è ancora più evidente in Italia, dove molti professionisti socio sanitari non sono preparati ad affrontare l'IRP e alcuni non ne riconoscono neppure l'esistenza. Di norma vengono prescritti i seguenti trattamenti:

- *Gruppi di auto-aiuto*: composti da persone che condividono lo stesso problema e che insieme scambiano, raccontano, ascoltano le proprie esperienze per sostenersi vicendevolmente per riprendere l'autonomia, persa, dalla Rete;
- *I Dodici Passi*: pratica diretta alla riabilitazione, tanto personale quanto spirituale, dei soggetti dipendenti, grazie a un percorso già più volte testato nei gruppi degli Alcolisti Anonimi;
- *Counseling terapeutico*: volto a sostenere e accompagnare la presa di coscienza del problema, guidando al cambiamento psicologico;

⁸⁴ Young K. 2000

- *Psicoterapia individuale*: svolta soprattutto con quei soggetti che presentano i sintomi dell'IRP combinati assieme a quelli di un disturbo pregresso, per ristrutturare la consapevolezza di parti profonde di sé e portare al cambiamento delle condotte patologiche;
- *Strategie di disintossicazione*: tutte quelle pratiche, già più volte sperimentate e implementate, utili per affrontare e risolvere il problema, soprattutto dal punto di vista comportamentale⁸⁵.

Più di recente, il disturbo ha raggiunto livelli talmente seri che comincia a essere curato con programmi d'intossicazione digitale e con strumenti e tecniche, impiegate solitamente per trattare la dipendenza patologica da sostanze, anche perché gli studi condotti *online* hanno una limitata attendibilità e non sono abbastanza sufficienti (Cantelmi T, Talli M., 1998), anche se, il più delle volte, l'unico modo efficace e veloce per entrare in contatto e agganciare i ragazzi con sintomi di dipendenza dalla Rete, è proprio sfruttare i siti della Rete. E se fino a qualche tempo fa si credeva che la dipendenza da Internet fosse un fenomeno appartenente solo a quei Paesi asiatici dall'alto sviluppo tecnologico, come il Giappone, la Cina o la Corea del Sud, oggi il fenomeno si nota anche in Europa e in tante altre parti del mondo. Gli *Hikikomori*, infatti, cioè gli adolescenti che rifiutano il mondo e si chiudono in camera per non uscirne più per mesi, anni o addirittura per tutta la vita (Cantelmi T., 2013), "sono circa 20/30 mila in Italia, quasi 80 mila in Francia, mentre in Giappone si parla di cifre che oscillano tra i 500 mila e il milione di casi, anche se il fenomeno è sicuramente più ampio di quanto al momento si riesca a vedere."⁸⁶ A tal proposito, dal 2004, il professor Tao Ran ha fondato il "Centro di trattamento della dipendenza da internet", situato a Daxing, nella provincia di Pechino. Negli anni di pratica clinica si è riscontrata la necessità di aprire circa 400 centri di recupero in pochissimi anni.⁸⁷ Nel 2009, invece, è stato inaugurato il primo

⁸⁵ Cantelmi T. et al., 2010; Fata A., 2012

⁸⁶ Grosso L., 2015

⁸⁷ Vendola A., 2014

ambulatorio italiano dedicato alla cura della dipendenza da internet al policlinico Agostino Gemelli di Roma⁸⁸, grazie all'équipe specializzata guidata da Federico Tonioni. Da quella data, circa 300 sono gli assistiti e i casi sono molto diversi tra loro. È il caso di L., il quale preferisce utilizzare un'*email* per raccontare la sua storia, piuttosto che il colloquio diretto, faccia a faccia, poiché lo schermo è stato la sua protezione per tutta l'adolescenza e, nonostante abbia deciso di chiedere aiuto al centro, ancora non riesce a distaccarsene; o come il caso di F., che preferisce stare attaccato al pc interi pomeriggi invece di vivere una vita normale e relazionarsi con la famiglia, come la madre racconta nel gruppo di genitori dell'ambulatorio. Spesso, come tanti genitori fanno di fronte a questi atteggiamenti, la madre di F. stacca la spina o sequestra il computer, rischiando ogni volta reazioni molto aggressive da parte del ragazzo e pesanti litigate. Tonioni F., informa che circa il 90% dei pazienti dell'ambulatorio ha meno di 30 anni, con un'età minima dei pazienti che si è abbassata fin verso gli 11 anni e circa l'80% delle persone curate hanno tra i 16 e i 22 anni di età. In prevalenza maschi, quasi tutti frequentano ossessivamente i social network e hanno sviluppato una forte assuefazione ai giochi on line, smettendo anche di andare a scuola per questo. Per questi ragazzi, pare che si sia persa la cognizione del tempo, in uno stato simile al sogno a occhi aperti. Nelle persone un po' più adulte, invece, le dipendenze più rilevanti sono i siti pornografici e le *poker room*, anticamera di una cyber-dipendenza. La psicoterapeuta dell'équipe, Lisa Allegretti, dichiara che la dipendenza da Internet è tutt'altro che *light* rispetto a quella da cocaina o eroina. Lo dimostrano i ragazzi che si sono rivolti fino ad oggi agli ambulatori: passano tutto il loro tempo disponibile connessi, compromettono il percorso di studi, anche universitari, presentano stati dissociativi, prima nei confronti del proprio corpo e poi della loro identità, nonché ideazione paranoidea, una difficoltà specifica nella comunicazione non verbale quindi a vivere e/o trasmettere le emozioni, fino a raggiungere il ritiro sociale. Sono evidenti anche un'aggressività e una rabbia represses, che esplose solo quando viene messo in discussione il loro comportamento e le ore

⁸⁸ Capone S., 2011

trascorse in Rete. Alla base del comportamento si rintracciano in prevalenza motivi dati da difficoltà a interagire con gli altri⁸⁹.

Un anno dopo l'esperienza romana, inizia quella dell'ambulatorio dell'ospedale Molinette di Torino, facente capo al dipartimento di Psicologia clinica e guidato dal Dott. Donato Munnu.⁹⁰

Il nove settembre 2013 in Pennsylvania, invece, apre la prima struttura ospedaliera psichiatrica che offre un programma di disintossicazione contro le dipendenze dalla Rete, per merito dell'associazione non-profit *Bradford Regional Medical Center*, fondata da Kimberly Young. Gli esperti che proporranno il trattamento saranno gli stessi coinvolti nella cura di altre assuefazioni tradizionali.⁹¹ Ma negli Usa nessuna assicurazione sanitaria riconosce la dipendenza da internet come una condizione clinica e così, chi vorrà farsi curare, con un trattamento intensivo di della durata di dieci giorni, dovrà pagare 14 mila dollari.⁹²

Il modello cognitivo-comportamentale del PIU di Davis ha fatto da stimolo per molti centri, pubblici e privati, che svolgono terapia di tipo cognitivo-comportamentale (CBT) per far fronte ai casi di dipendenza da Internet. Presso l'Istituto Beck, ad esempio, la terapia viene concepita così: la prima fase della terapia prevede il tentativo di comprensione di quanto il problema sia radicato e quante conseguenze negative dirette o indirette abbia già arrecato, nel mentre che la persona viene aiutata a riprendere progressivamente un certo grado di consapevolezza circa la gravità e gli effetti dannosi del problema; in una seconda fase, poi, viene elaborato insieme a lei un piano comportamentale per arginare l'uso di Internet e per ricominciare, o cominciare per la prima volta, a mettere in atto tutta una serie di comportamenti e attività fino a quel momento trascurati; in seguito, in un fase più finale, l'attenzione e le energie dei terapisti

⁸⁹ Tonioni F. *Nativi digitali e dipendenza da internet*. In Scabini E., 2013; Laterza A. 2013.

⁹⁰ Servizio giornalistico TG1. Ambulatorio per la dipendenza da internet Molinette di Torino.2010. <https://www.youtube.com/watch?v=212yHIF5VxA>

⁹¹ Di Pasqua E., 2013

⁹² Talarico A. 2013.

e dei soggetti dipendenti, viene riposta su tutte quelle dinamiche cognitive ed emotive, interiori alla persona, che hanno determinato lo sviluppo della dipendenza da Internet e che continuano a reitarla nel tempo. In questo processo, il soggetto deve essere aiutato anche spronandolo al coinvolgimento e alla partecipazione ai gruppi terapeutici, familiari e di coppia, al fine di supportarlo nell'acquisizione di quelle capacità indispensabili per sapersi relazionare adeguatamente con sé e con gli altri, con l'obiettivo ultimo di riprendere rapporti, affetti e relazioni di rilievo per la sua vita.

In ognuna di queste fasi, particolare interesse viene riposta dai terapisti nel registrare la quantità di tempo speso e il tipo di uso che il soggetto fa d'Internet, assieme ai tipi di pensieri ad esso correlati, oltre a verificare l'andamento della terapia dell'esposizione allo stimolo, che prevede un iniziale allontanamento del soggetto da Internet per certo un periodo di tempo e successive, varie esposizioni al mezzo, al fine di mostrargli e fargli comprendere i potenziali effetti, le sue reazioni e distorsioni cognitive così come si presentano ai professionisti.

I tempi di recupero, in genere, sono piuttosto lunghi perché la terapia cognitivo-comportamentale, non si limita soltanto a contenere un comportamento sregolato, ma si prefigge di correggere, quindi trasformare completamente, i meccanismi cognitivi ed emotivi profondamente radicati, che influenzano il modo con il quale la persona si relaziona, non solo con Internet, ma soprattutto con se e col mondo circostante⁹³.

⁹³ <http://www.istitutobeck.com/faq-dipendenza-internet.html>

IV. SE LA REALTÀ SUPERA L'IMMAGINAZIONE

“Tutto ciò che puoi immaginare, è reale.”

(Pablo Picasso)

A chiusura di questa prima parte, si vuole dedicare un ultimo capitolo alla raccolta d'immagini⁹⁴, citazioni di film e videoclip, ideati e realizzati da chi si è accorto, più o meno da tempo, che alcune tipiche situazioni di vita reale sono sempre più ai limiti di ogni tipo d'immaginazione. “Quel che ci poteva sembrare fantascientifico fino a ieri, è attualmente più reale di quanto riusciamo a pensare”. (Perrella R., 2014) Un principio questo ben espresso già nel 1983 dal film *Videodrome*, dove viene raccontata la storia di una registrazione pirata, uno show, gestito da delle menti umane perverse che si nascondono dietro il nome di “Spectacular Optical. Tenere un occhio sul mondo”, che riprende atti di violenza, torture, omicidi e violenze a sfondo sessuale, apparentemente finti ma del tutto reali, il cui segnale di ricetrasmisione provoca un tumore al cervello dello spettatore che la guarda, causandogli forti allucinazioni e spingendolo al suicidio per liberarsene. Contestualizzando la pellicola nel periodo storico in cui uscì nelle sale cinematografiche, all'epoca era la televisione a preoccupare nei suoi effetti sulle menti delle persone e quindi sulla società intera (“guardare la TV aiuta a sentirsi una parte della grande tavolozza del mondo”; “la TV è la realtà e la realtà è meno della TV”; “lo schermo televisivo è il vero occhio della mente umana”) tanto quanto oggi ci spaventano apparecchiature più raffinate e moderne per lo stesso identico motivo. E se il mondo fosse apparentemente reale, ma la verità fosse quella scoperta da Neo, l'*hacker* protagonista di *Matrix*? La realtà sarebbe una terra sopravvissuta alla catastrofe dove l'intera umanità ha avuto bisogno di macchine per riuscire a sopravvivere, attraverso il trasferimento d'impulsi elettrici da un'intelligenza artificiale al cervello degli umani, che vivono e svolgono le loro normali e quotidiane attività in pratica

⁹⁴ Tutte le immagini riportate sono state prese direttamente dal web.

all'interno di programmi software ma con l'illusione di vivere in un mondo vero. L'illusione in cui gli esseri umani vivono è finalizzata a 'coltivarli' meglio. Questa stessa visione è ben raccontata dal film di animazione *Wall-e*, dove gli umani, scappati dalla terra perché invasa dai rifiuti, "vivono" su una grande astronave nello spazio costantemente seduti su delle poltrone dotate di schermi virtuali che arrivano a collocarsi direttamente davanti al volto⁹⁵ delle persone e attraverso cui esse svolgono la gran parte delle loro azioni. Memorabile la parte in cui due umani, si vedono e si parlano per mezzo dello schermo, pur viaggiando vicine con le loro poltrone. Non sono poi tanto rari i casi in cui, infatti, le persone oggi comunicano attraverso questi strumenti pur trovandosi nello stesso ambiente. Straordinario anche quando il robottino protagonista del lungometraggio, percuote



con un'espressione di grande stupore, si renderà conto della dimensione in cui lui e gli altri umani stanno vivendo. Questo a ribadire che lo schermo ci porta via dal "qui e ora", sottrae attenzione a quello che si sta vivendo

⁹⁵ I Google Glass, sono stati inventati, non sono già più un'immaginazione. Occhiali dotati di un micro sensore che permette di far scorrere davanti agli occhi le pagine e le finestre di Internet su un mini-schermo trasparente che solo chi li indossa può vedere. Potrebbero sostituire tutto quello che siamo abituati a utilizzare: computer, tablet, smartphone. (Rampini F. 2013)

in un dato luogo, distraendoci da quel che ci accade attorno, nonché da quello che accade agli altri. Si tratta, in definitiva, di generazioni che hanno “abbassato la testa” al volere e al potere di chi li governa. Non solo, è il caso di dire che le



persone, così piegate sui propri schermi oscuranti, non riescono più naturalmente a conversare e a interagire tra, soprattutto in quei luoghi dove il chiacchiericcio una volta era la regola e dove, invece, ora viene offerta la possibilità del “Free



Wi-fi” per distrarsi e autoescludersi.⁹⁶Lo stesso cartone animato ci è utile come metafora per spiegare un altro problema che scaturisce dall’uso di Internet e dei suoi dispositivi: si ricorda che gli umani in questione, per il loro stile di vita troppo sedentario e per un’alimentazione fatta di cibo-spazzatura a cui sono indotti, soffrono di obesità e sono limitatissimi nei loro movimenti, per questo motivo hanno bisogno di poltrone per “deambulare”. Ergo, troppo tempo seduti davanti al computer o fermi davanti a un telefono porta con sé una vasta serie



di problemi che come si vedrà, colpisce la salute fisica oltre che quella mentale. È sempre più comune vedere una persona guardare il suo telefono cellulare quando si passa per la strada, che incrociare il suo sguardo o poter condividere un saluto con lei. E tant’è vero che s’intravede la possibilità che si affacci sulle strade un nuovo

⁹⁶ Nel progetto *Sur fake*, il fotografo francese Antoine Geiger, presenta una panoramica a cavallo tra dipendenza e normalità. Gli scatti immortalano uomini e donne, In metropolitana, per strada, in casa, in ufficio, nei musei, i cui volti vengono risucchiati dagli schermi dei loro dispositivi elettronici e appaiono . gli uni accanto agli altri, alienati, dissociati, completamente assopiti, quasi sequestrati, dal flusso d’informazioni e attività del Web (Triunfo D., 2015).

segnale di pericolo, raffigurante persone che camminano completamente assorte negli schermi dei propri telefoni, quindi incredibilmente distratte mentre attraversano le vie o cambiano le traiettorie, diventando pericolosissime per se stesse e per gli altri. Sarà per questo che la deputata americana Pamela Lampitt ha presentato una proposta di legge, che potrebbe entrare in vigore nel New Jersey e diffondersi in altri Stati, al fine di vietare l'uso di *smartphone* per strada, perché sarebbero la causa dell'aumento degli incidenti stradali, con un incremento del 35% negli ultimi sei anni.⁹⁷ Il fotografo Eric Pickersgill, provocatoriamente in questo senso, ha presentato in mostra un progetto fotografico, intitolato "Rimosso!", composto di una serie di scatti fotografici di vita quotidiana in un cui tutti i dispositivi elettronici sono stati, per l'appunto, rimossi!⁹⁸. Questa sempre più evidente propensione a instaurare relazioni di vario tipo attraverso la mediazione di strumenti telematici, a discapito di relazioni faccia a faccia, è bene espressa anche nel film *Hello Denise!*, con l'aggiunta di riferimenti a uno dei problemi relazionali che



attraversano la nostra società: la fobia sociale. La pellicola, infatti, racconta di una serie di storie intrecciate e paradossali, in cui tutte le comunicazioni sono dominate principalmente dal telefono fisso e cellulare, ma anche da fax e dal computer, senza che vi sia alcun contatto diretto. Qualsiasi occasione d'incontro resta deserta perché tutti gli attori, convinti della partecipazione

⁹⁷ Mazza F., 2016

⁹⁸ *Fotografo elimina i Cellulari dalle sue immagini per mostrare come ne siamo diventati Dipendenti!* 2015 <http://frasideilibri.com/fotografo-elimina-i-cellulari-dalle-sue-immagini-per-mostrare-come-ne-siamo-diventati-dipendenti/>

degli altri, si defilano poiché impauriti dall'aver il minimo contatto veramente umano con qualcun altro. Si preferisce fare come nel film *Her*, dove il protagonista Theodore, appassionato e abile scrittore di lettere personali via Internet per conto di altri, adotta un nuovo sistema operativo per cominciare a sviluppare una relazione complessa e del tutto particolare con un'intelligenza artificiale sorprendentemente "umana", Samantha. Gli sviluppi tecnologici, infatti, consentono di potersi relazionare con quelli che vengono chiamati "robot socievoli", costruiti per fornire compagnia, supporto psicologico e sostegno di ogni genere alle persone. Un esempio di chat tra uno studente e il suo robot-insegnante d'inglese è indicativo per capire meglio la relazione profonda e il tentativo di commistione tra macchina e uomo. Quando il ragazzo chiede al suo tutor robot chi fosse stato a crearlo (*Who created you?*), l'insegnante digitale risponde di essere umano e di essere stato Dio a crearlo (*I'm a human. I was created by God*)⁹⁹. Affascinante e terrificante allo stesso tempo. È molto più facile e comodo nascondersi dietro un apparecchio telefonico o dietro lo schermo di un computer che affrontare i rischi della conoscenza diretta. Spesso preferiamo gli schermi ai volti umani. Non è così facile dire di no ai social network, ai siti d'incontri, a Internet in generale, alla rete globale. È comprensibile! In essa ci si può trovare tutto e si possono fare molte cose che arrivano a coincidere quasi con il tutto. La sola possibilità di cambiare la propria identità o di ricostruirla da zero, crearne di più e di diverse, genera un senso di libertà e di onnipotenza in quanti la sfruttano. Si può essere chiunque si voglia



essere, si può fare e dire quel che più si voglia senza subirne il senso di vergogna o la paura di un riconoscimento. Basta essere un *avatar*. E proprio l'omonimo film ci ricorda che grazie alla tecnologia è possibile essere quel che nella vita reale non si è,

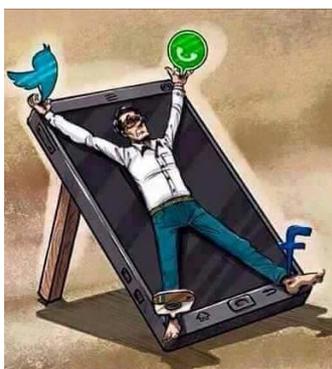
per vari motivi. Il primo attore, Jake Sully, è un marine costretto su una sedia a rotelle che accetta di trasferirsi sul pianeta Pandora e di esplorarlo mediante un avatar costruito fedelmente ai tratti somatici degli autoctoni. Straordinaria la

⁹⁹ Galgani F, 2014

parte in cui Jake prende coscienza che, “indossando” il suo avatar, può riuscire a camminare, a correre, quindi a utilizzare le sue gambe inferme.



Quando sulla pagina iniziale del motore di ricerca *Firefox Mozilla* compare l’immagine di un occhio sempre aperto all’interno di un monitor, con vicino un messaggio che recita: *“La sorveglianza delle forze dell’ordine non si ferma a binocoli, cimici e criminali: ora sono passati al digitale. Diventa esperto di sorveglianza in pochi, semplici passi.”*, non penseresti mai che proprio il tuo computer sia interessante per le intercettazioni; ma soprattutto quando poco dopo si capisce che *“un nuovo disegno di legge proposto nello stato di New York potrebbe obbligare tutti i produttori di telefoni a implementare un metodo che possa permettere alle forze dell’ordine di accedere facilmente ai dati integrati aggirando gli algoritmi di cifratura utilizzati”* è impossibile dunque non associare questa realtà a quanto veniva immaginato nella società futura a



regime totalitario del romanzo, nonché film, 1984 (*Nineteen Eighty-Four*), dove domina il Grande Fratello, il calcolatore che controlla i cittadini tutti i giorni e per tutto il giorno, influenzandone aspirazioni, affetti e speranze. Come se si stesse vivendo in un *The Truman show* globale, dove la “spettacolarizzazione delle vite” affascina e appassiona il pubblico che guarda gli eventi più importanti dell’esistenza, o come se si assistesse a una edizione planetaria di un *Hunger game*, dove, nonostante tutti siano coscienti della pericolosità e del rischio di morte di chi partecipa forzatamente, il gioco, non solo è tranquillamente ammesso, ma è socialmente accettato e apprezzato.

Nel film *La solita commedia* viene immaginato un Dante rispedito sulla Terra per studiare e poi aggiornare i gironi dell’inferno circa i nuovi peccati contemporanei che non trovano più una specifica collocazione. Tra i nuovi peccatori, Dante scoprirà anche “tossici della tecnologia”, qual è il personaggio che viene descritto: inizialmente invitato da un collega di lavoro a farsi

“*MessApp*” (sul suo nuovo *smartphone*, poi sempre più preso dalla nuova tecnologia, inizia ad assumere comportamenti stravaganti come aggredire la sua compagna quando questa le confessa che lo vede sempre connesso online e manifesta la sua preoccupazione per il suo essere troppo preso dallo *smartphone*; sentirsi scendere vertiginosamente nel panico quando è impossibilitato a connettersi perché la batteria del telefono è scarica; servirsi di scantinati dove la gente dipendente come lui si stringe al braccio il cavo del caricabatteria e buca la presa elettrica per continuare a navigare, con un effetto tranquillante immediato. Il ragazzo, alla fine, entra in una clinica di recupero dove può ricevere il sostegno dei gruppi di mutuo-auto-aiuto e incontrare persone con problemi simili, come quel ragazzo che, ossessionato dal farsi *selfie*, si alza dal cerchio di sedie e con soddisfazione dichiara di aver raggiunto i dieci giorni senza essersene fatto uno.

Incredibile a credersi ma è così: la *selfie sindrome* esiste. Quante volte, infatti, ci vediamo persone che con i colli tirati verso l'alto e le braccia tese dinanzi a loro, si stanno autoscattando una fotografia? Oggi esistono anche dei bracci allungabili in commercio per ottenere inquadrature e risultati migliori in



piena autonomia. Non ci si scomoda più e non si disturbano più gli altri, neanche per chiedere: “Mi scusi, mi/ci scatterebbe una foto?”, che solitamente si rivela anche occasione di un breve contatto con le altre persone. Questa è una verità che trapela anche nel film *La grande bellezza*, dove, tra il gruppo d'intellettuali annoiati, c'è anche una donna che racconta al protagonista la sua passione e abitudine a scattarsi foto, anche nuda, nella solitudine del suo letto vuoto, della sua casa vuota.

Preoccupanti sono anche tutti quei comportamenti, stili di vita e reazioni quelle reazioni, che esistono e non sono per nulla esasperate, come quelle che vengono raccontate in alcune puntate della *web series* firmata *The Pills*. Nel *Il like*, tra una pagina e l'altra di *Facebook*, Luca s'imbatte in una foto di una ragazza che mostra soprattutto il suo bellissimo fondo schiena e si blocca tanto

è l'indecisione se apprezzare questa bellezza o se disinteressarsene. Matteo, uno dei suoi coinquilini, oltre a criticare il fatto che le persone oggi postino certe foto così liberamente, da amico gli consiglia di non mettere il “mi piace” pubblicamente, quindi di fronte anche alla fidanzata. Luigi, l'altro coinquilino, invece lo tenta, minimizzando le conseguenze e il ragazzo cede. Immediatamente dopo aver cliccato squilla l'*iPhone* di Luca che non poteva immaginare di dover passare il resto della sua vita a giustificarsi per telefono con la sua ragazza dicendo “Era solo un like!”.



In *L'amore i tempi di Facebook*, Matteo si accorge che la sua fidanzata non ha risposto a un suo messaggio in chat, pur avendo lei effettuato l'accesso al social e pubblicato un video musicale sulla sua bacheca personale nelle ore successive a quando aveva ricevuto tale messaggio. Nonostante lei abbia cercato di giustificarsi, dicendo di essere stata impegnata con il lavoro, Matteo, ormai completamente offuscato dalla gelosia, dalla delusione e dalla rabbia per l'evidente bugia, si punta la pistola alla tempia tenendo ben stretta alla sua testa quella della sua ragazza e spara, uccidendo entrambi. Se tutti dovessero reagire in questo modo alle menzogne, ai segreti e alle doppie vite che oggi Internet consente di nascondere e custodire gelosamente, come sarebbe finito il film *Perfetti sconosciuti*, dove un gruppo di coppie di amici riuniti a cena decide di giocare a condividere tutto quello che arriva dall'esterno sui telefoni di ciascuno, tra messaggi, chiamate, foto e post, durante tutto l'arco della serata? Probabilmente con un massacro collettivo.

La sottile linea ADSL, invece, comincia riprendendo una ragazza impegnata a spiare, con un filo d'invidia e rabbia, il profilo *Facebook* di una sua conoscente

che non le è particolarmente simpatica ed è chiaramente intenzionata a fare qualcosa per rovinarle la vita attraverso il social network. A un certo punto, però, la connessione s'interrompe e sia lei che il resto dei coinquilini della casa, si ritrovano ognuno furi dalla porta delle proprie stanze, consapevoli che è impossibile connettersi a Internet e che quindi qualcuno non ha pagato la bolletta della linea Internet. Tutti se la riprendono brutalmente con Luigi, l'incaricato a saldare il conto per quella volta, anche se lui si salva dicendo di aver adempiuto al suo dovere. Quindi pensano di chiamare un tecnico e di cercarlo sul web, per poi disperarsi quando si ricordano di essere senza connessione. Dopo dieci minuti *offline*, la vita dei ragazzi si è mobilitata, ognuno pensa nervosamente al film porno che non può vedere, alle puntate della serie televisiva che sono state interrotte, o a quello che nel frattempo, fuori da ogni tipo di gestione e controllo, accade sul portale di *Facebook*. Luigi, dunque, comunica a tutti che vuole uscire per andare a cercare un *Internet Point* ma un coinquilino gli chiede come avrebbe potuto trovarlo senza l'aiuto di *Google Maps*; Luigi risponde che avrebbe chiesto "alla gente, in giro" e l'amico, incredulo, gli si avvicina di corsa e, quasi confessandosi, gli dice: "La gente è cattiva, Luigi!". Il ragazzo si convince di questo e si risiede ad aspettare che la linea torni. Venti minuti dopo essere senza connessione, i ragazzi manifestano chiari segni di nervosismo, depressione, ansia e panico. In questo stato di noia e depressione, la ragazza del gruppo si ritrova a disegnare sovrappensiero su un foglio la finestra di una pagina di *Facebook*. Quando però nella stanza dove sono tutti riuniti si sente il suono di un messaggio di un *Iphone*, i ragazzi cominciano una folle ricerca. Quando finalmente trovano il telefono con la connessione, litigano per averlo ognuno per sé. Risolveranno la diatriba, e l'episodio si chiude, giocando alla roulette russa¹⁰⁰, puntandosi la pistola alla tempia e sfidando la sorte.

¹⁰⁰ L'applicazione roulette russa per iPhone si chiama *iRevolver* ed è uno strumento gratuito con cui si sceglie il numero di proiettili da lasciare nella pistola, si gira il tamburo e si preme il grilletto mettendoci il dito sopra, ovviamente dopo essersi puntati l'iPhone alla tempia. (Armano A., 2011)

Dall'atmosfera meno divertente, ma di altrettanta forza evocativa è il film *Disconnect*, un racconto corale che intreccia principalmente quattro storie di adulti e ragazzi immersi nella "realtà virtuale", ma del tutto sconnessi gli uni rispetto agli altri, per trattare, non solo il tema della solitudine del mondo iperconnesso, ma soprattutto quello dell'ingenuità



delle persone dell'uso di Internet che crea disastri a volte davvero inimmaginabili ma reali. C'è, quindi, un detective privato di crimini informatici che paradossalmente proteggerà suo figlio, il quale, con la complicità di un amico, crea un falso profilo di *Facebook* e gioca con i sentimenti di un coetaneo più introverso, costretto al tentativo di suicidio quando viene deriso tra i compagni di tutta la scuola; c'è anche un importante avvocato costantemente preso dal telefono, anche a cena, che non vede quel che intanto accade nella sua famiglia, ma riesce solo a rimproverare incoerentemente i figli quando fanno uso dei telefoni a tavola; poi vi è una giornalista televisiva che cerca di costruire un servizio sulla storia di un ragazzo che, come tanti altri minorenni, si vende sulle *videochat hard*. Infine, c'è una donna che sistematicamente sente il bisogno di collegarsi in *chat room* per cercare conforto in uno sconosciuto on line, che come lei è reduce da un lutto, mentre il marito accumula debiti col gioco d'azzardo online. La coppia, si ritroverà senza più risparmi in banca per poi venire a capire che qualcuno, magari dall'altra parte del mondo, o vicino a casa, è riuscito a rubare dati sensibili per conoscere tutti i loro movimenti e per commettere frode.

Ma ancora qualcosa di più terrificante può avvenire oggi per mezzo dell'incontro dei menti umane perverse e lo strumento Internet. La pellicola *Nella rete del serial Killer* e il cortometraggio *Erlösung*, presentato all'edizione del Ca' Foscari Short Film Festival di quest'anno, ne descrivono bene l'assurdità: nel primo caso, un killer mediatico uccide animali e uomini attraverso il sito "Killwithme", mettendo in atto un gioco in cui più persone "guardone" si collegano al suo sito e più velocemente le sue vittime, torturate in diretta, andranno incontro alla morte; nel secondo filmato, è una ragazza a essere appassionata dei video

autoprodotti in casa che circolano sul web, in particolare su *Youtube*, in cui le persone tentano di uccidersi o lo fanno fino in fondo. Istigata dallo scetticismo di un amico circa la veridicità di queste videoriprese suicide, la ragazza gli dimostra come può essere facile uccidersi davanti a una telecamera.

Gli esempi potrebbero continuare, perché a ogni tipo di fantasia si troverebbe il corrispettivo nella vita quotidiana, nei nuovi comportamenti delle persone comuni e meno comuni, in alcuni casi patologici e paradossali. Ma è bene non dilungarsi e lasciare, a chi legge, un briciolo di spazio all'immaginazione, assieme all'inevitabile stupore quando si capirà che ben poco è rimasto di finzione, poiché è già tutto incredibilmente verità.

SECONDA PARTE

V. UN'ALTRA POSSIBILE OFFERTA DEL SER.D. DI PADOVA

La professione è al servizio delle persone, delle famiglie, dei gruppi, delle comunità e delle diverse aggregazioni sociali per contribuire al loro sviluppo; ne valorizza l'autonomia, la soggettività, la capacità di assunzione di responsabilità; li sostiene nel processo di cambiamento, nell'uso delle risorse proprie e della società nel prevenire ed affrontare situazioni di bisogno o di disagio e nel promuovere ogni iniziativa atta a ridurre i rischi di emarginazione.

(Art.6, Titolo II, Codice deontologico dell'assistente sociale, 2009)

5.1 Il Dipartimento per le dipendenze dell'ULSS 16 di Padova

5.1.2 Normativa nazionale e regionale

I Servizi per le Tossicodipendenze (Ser.T.), o Servizi per le Dipendenze (Ser.D.) vengono istituiti con la *Legge n. 162 del 26 giugno del 1990*, modificante le norme della precedente legge n. 685 del 1975. Entrambe confluiranno, poi, nel *Testo unico delle leggi in materia di disciplina degli stupefacenti e sostanze psicotrope, prevenzione, cura e riabilitazione dei relativi stati di tossicodipendenza*, emanato con il *D.P.R. 309 del 1990* e relative modifiche introdotte dalla *Legge 49/2006*. In sintesi, il T.U. stila inizialmente una classificazione delle sostanze in tabelle, equiparando le droghe leggere a quelle pesanti, in seguito determina le disposizioni riguardo la produzione, la coltivazione, l'impiego e la distribuzione delle sostanze, e infine prevede la repressione delle attività illecite, l'accesso ai programmi di trattamento informativi e educativa, anche in sostituzione alla pena, e le attribuzioni regionali, provinciali, comunali e nello specifico dei Ser.T. L'art. 114 del suddetto D.P.R. pone i seguenti obiettivi in tema di prevenzione e recupero dei tossicodipendenti:

- prevenzione dell'emarginazione e del disadattamento sociale mediante la progettazione e realizzazione, in forma diretta o indiretta, d'interventi programmati;
- rilevazione e analisi, anche in collaborazione con le autorità scolastiche, delle cause locali di disagio familiare e sociale che favoriscono il disadattamento dei giovani e la dispersione scolastica;
- Il trattamento integrato degli stati di uso, abuso e dipendenza da sostanze stupefacenti e psicotrope e il reinserimento scolastico, lavorativo e sociale del tossicodipendente.

L'art. 122 dello stesso T.U., invece, è rilevante ai fini della definizione del programma terapeutico e socio-riabilitativo, che deve essere formulato nel rispetto della dignità della persona, tenendo conto in ogni caso delle esigenze di lavoro e di studio e delle condizioni di vita familiare e sociale dell'utente. Quindi deve essere plasmato sui singoli casi (personalizzato) e deve prevedere, ove le condizioni psicofisiche del tossicodipendente lo consentano, iniziative volte a un pieno inserimento sociale attraverso l'orientamento e la formazione professionale, attività di pubblica utilità o di solidarietà sociale. Il servizio pubblico per le dipendenze verifica l'efficacia del trattamento e la risposta del paziente al programma.

Il *Decreto Ministeriale 444 del 1990* ribadisce la funzione particolare dei Ser.T. di prevenzione, diagnosi, cura e riabilitazione degli stati di dipendenza da sostanze d'abuso e patologie correlate, fornisce le linee guida in merito alla definizione dell'organico e alle caratteristiche organizzative e funzionali dei servizi per le tossicodipendenze, definiti come "strutture di riferimento delle USL per i tossicodipendenti e per le loro famiglie, che garantiscono agli interessati la riservatezza degli interventi e l'anonimato, ove richiesto".

Con il *referendum del 18 e 19 aprile 1993*, poi, si è scelto di depenalizzare l'uso personale di sostanze. L'*Accordo Stato-Regioni del 21 gennaio 1999 "Riorganizzazione del sistema di assistenza ai tossicodipendenti"* ha successivamente individuato i requisiti strutturali, tecnologici e organizzativi dei Ser.T., definendo obiettivi e compiti del Servizio Sanitario Nazionale e, delle

Amministrazioni regionali e delle Aziende Sanitarie Locali, nonché individua il modello organizzativo dipartimentale come modalità più idonea ad assicurare il raggiungimento degli obiettivi e la reale integrazione tra le diverse unità operative e tra servizi. Inoltre, la Legge quadro n. 328 del 2000, intitolata “Legge quadro per la realizzazione del sistema integrato degli interventi e dei servizi sociali” all’art. 22 prevede tra i livelli essenziali delle prestazioni sociali, gli interventi integrati “di tipo socio-educativo per contrastare dipendenze da droghe, alcol e farmaci, favorendo interventi di natura preventiva, di recupero di reinserimento sociale”. Nel 2001, invece, la Legge quadro n. 125, disciplina riguardo l’alcoldipendenza e i problemi a essa correlati.

La normativa della Regione Veneto in materia di dipendenze, in particolare la *Legge Regionale 22 del 16 agosto 2002* relativa all’accreditamento e all’autorizzazione delle strutture sanitarie, socio-sanitarie e sociali; la *D.G.R. 445 del 28 febbraio 2006* che aggiorna le disposizioni del *D.G.R.n.246 del 28 gennaio 1997* in merito all’adeguamento dei servizi e delle strutture per la prevenzione, la cura e la riabilitazione delle dipendenze da sostanze d’abuso; il *D.G.R. 3703 del 28 novembre 2006* che modifica e integra gli aggiornamenti apportati dal D.G.R. n. 445/2006; il *D.G.R. 84 del 16 gennaio 2007* che aggiorna la L.R. n.22/2002 con l’approvazione dei requisiti e degli standard, degli indicatori di attività e di risultato, degli oneri per l’accreditamento e della tempistica di applicazione, per le strutture sociosanitarie e sociali. Infine, ma non per questo meno importante, il *Piano Socio-Sanitario 2012-2016*, approvato dalla Regione Veneto con la *Legge Regionale n. 23 del 29 giugno 2012*, pone tra le azioni prioritarie della programmazione regionale:

- la prevenzione primaria e selettiva:
 - garantire informazione e educazione alla popolazione giovanile per prevenire i danni causati dall’uso del tabacco, delle sostanze stupefacenti e dell’abuso di farmaci e alcolici;
 - potenziare la promozione di comportamenti e stili di vita sani e sobri in collaborazione con le famiglie;

- coinvolgimento attivo dell'ente locale, della conferenza dei sindaci, del mondo della scuola, dello sport, delle realtà parrocchiali, del volontariato e dell'animazione, di tutti gli adulti significativi con funzioni educative nei confronti dei bambini e degli adolescenti;
- la cura:
 - favorire una presa in carico il più precoce possibile, aggiornando la tradizionale operatività dei Sert all'evoluzione dei tempi e degli stili di assunzione dei nuovi assuntori;
 - individuare idonee strategie per coinvolgere i minori e le loro famiglie, in particolare attraverso la realizzazione di "spazi neutri non connotati" per la consultazione e presa in carico dei più giovani, capaci altresì di assicurare una integrazione degli interventi e dei servizi;
 - promuovere le attività mirate alla disassuefazione al fumo durante un ricovero ospedaliero, sostenendo successivamente una presa in carico territoriale per il mantenimento;
 - rivedere l'accreditamento dei diversi percorsi di cura con nuove unità d'offerta più flessibili e con percorsi estensivi, di lunga durata, sperimentando forme di responsabilizzazione con finalità educative e di recupero;
 - puntare al superamento della cronicità assistenziale ai soggetti dipendenti da sostanze attraverso la promozione di un utilizzo più appropriato del metadone e la progettazione di percorsi in Comunità per il loro reinserimento sociale;
- la riabilitazione:
 - favorire il reinserimento e l'integrazione sociale delle persone con problemi di dipendenza, attraverso l'attivazione di percorsi socio-lavorativi efficaci, un appropriato uso delle risorse sanitarie e sociali e l'attento coinvolgimento del SIL;
 - coordinare queste progettualità all'interno dei piani di zona, area tossicodipendenze e marginalità sociale;

- accompagnare le famiglie coinvolte nel percorso terapeutico del loro congiunto, attraverso un sostegno specifico (psico-educazionale) e/o l'inserimento in gruppi di auto-aiuto.

5.1.3 Organizzazione interna

Il Dipartimento per le Dipendenze dell'ULSS 16, presso l'Ospedale dei Colli, si colloca tra i servizi ad alta integrazione sociosanitaria, poiché deputato alla prevenzione, cura e riabilitazione delle problematiche connesse alle situazioni di dipendenza patologica. Esso è costituito dalle Unità Operative Complesse Ser.T. 1 e Ser.T. 2, entrambe site nella stessa sede.

Se la delibera n. 2069 del 29 dicembre 2000 del Direttore Generale dell'Azienda Sociosanitaria 16 istituiva il Dipartimento funzionale per le Dipendenze, la delibera n.924 del 13 luglio 2001 dà vita al Dipartimento strutturale per le Dipendenze al fine di una maggiore economicità gestionale e una migliore efficacia programmatica e operativa. Nella delibera, il Dipartimento Funzionale per le Dipendenze viene definito come "la forma organizzativa cui afferiscono i servizi e le strutture a vario titolo coinvolte nell'assistenza alle persone che fanno uso di sostanze psicoattive e stupefacenti e che perseguono, pur mantenendo la propria autonomia e responsabilità tecnico-funzionale, finalità comuni e interdipendenti". Le finalità cui esso deve tendere, principalmente sono:

- Coordinare e integrare l'attività svolta dalle istituzioni pubbliche e dalle organizzazioni sociali impegnate, a vario titolo, nell'area delle Dipendenze da Sostanze Psicoattive;
- Migliorare la qualità dell'assistenza sanitaria e sociosanitaria mediante la standardizzazione delle metodologie, la formulazione di linee guida e la definizione concertata di procedure operative comuni, orientate alla convergenza delle varie esperienze tecniche, scientifiche e assistenziali;

- Verificare la rispondenza del sistema preventivo assistenziale all'evoluzione dei bisogni, sviluppando nuovi programmi, individuando strategie operative sperimentali e introducendo modalità innovative d'intervento;
- Razionalizzare gli interventi e l'utilizzo delle risorse pubbliche e private adottando procedure di programmazione, verifica e valutazione degli interventi e dei risultati raggiunti;
- Promuovere lo sviluppo di un sistema informativo integrato di settore;
- Attivare percorsi formativi comuni tra gli operatori impegnati nel campo delle tossicodipendenze.

Il Dipartimento Funzionale è composto poi dai seguenti organi:

- Il Direttore del Dipartimento, solitamente un Dirigente Medico nominato dal Direttore Generale su proposta del Direttore dei Servizi Sociali e del Direttore Sanitario, ed è scelto fra i Direttori dei Ser.T. dell'azienda sulla base della qualifica, dell'esperienza maturata, dei riconoscimenti e dei precedenti incarichi in ambito di tossicodipendenza. Esso ha funzioni decisionali, di governo e di rappresentanza del Dipartimento, di programmazione annuale e pluriennale delle attività e di negoziazione del budget annuale;
- Lo staff di coordinamento, a sostegno del Coordinatore di Dipartimento nello svolgimento delle proprie funzioni, composta dai Direttori dei Ser.T., dai Responsabili delle Unità Operative e/o Funzionali dei Ser.T., da un coordinatore dei Servizi Sociali dei Ser.T., da un coordinatore dei Servizi Infermieristici dei Ser.T., da un Dirigente delegato dal Direttore dei Servizi Sociali e da un Dirigente delegato Dal Direttore Sanitario;
- Il Comitato Operativo, composto dai Direttori dei Ser.T., i Responsabili delle Unità Operative e/o Funzionali del Dipartimento, un Dirigente delegato dal Responsabile del Dipartimento di Prevenzione, un Dirigente delegato dal Direttore dei Servizi Sociali, un Dirigente delegato dal Direttore Sanitario e i Rappresentanti delle Comunità Terapeutiche pubbliche e private del territorio (regolarmente iscritte all'Albo Regionale degli enti ausiliari,

convenzionate con l'Azienda e con sede legale e operativa nel territorio dell'ULSS 16).

- Il Comitato Allargato, a cui parteciperanno, oltre che i rappresentanti dei Comuni, anche i referenti dei servizi e strutture a valenza sociosanitaria, pubbliche e private, impegnati nelle attività di prevenzione, cura e riabilitazione dei tossicodipendenti, anche se in maniera non prevalente.
- I gruppi di studio e di collaborazione, costituiti dal Direttore del Dipartimento su proposta del Comitato Operativo. I primi vengono attivati su tematiche specifiche con il compito di elaborare documentazione informativa, proposte e protocolli d'intesa; i secondi rappresentano la sede di concertazione fra soggetti coinvolti su stesse progettualità ed interventi integrati.

Il Ser.T di Padova s'inserisce quindi in quella forma organizzativa definita "Dipartimento Strutturale", che prevede una struttura in diversi gruppi di lavoro che svolgono, in sintesi, le seguenti attività:

- ambulatoriale-infermieristica per la somministrazione delle terapie e altre prestazioni sanitarie; servizio domiciliare per la consegna della terapia;
- prestazioni mediche, specialmente in ambito tossicologico ed epatico;
- Interventi di Servizio Sociale e programmi sociali e educativi;
- Interventi di sostegno psicologico;
- ambulatorio di alcologia;
- ambulatorio del tabagismo;
- interventi mirati alla cura della dipendenza da gioco d'azzardo;
- colloqui di accoglienza per coloro che si avvicinano per la prima volta al Servizio (siano diretti interessati o familiari) o per chi ha bisogno di consultare il medico, l'educatore o l'assistente sociali per altri problemi sempre collegati alle sostanze;
- Interventi di terapia familiare;
- presa in carico di coloro che sono stati segnalati dalla Prefettura e di chi gode della misura alternativa alla detenzione;
- rilascio della tessera sanitaria per gli stranieri irregolari (Carta STP per Straniero Temporaneamente Permanente);

- controlli per la Commissione Patenti.

5.1.4 Dati e caratteristiche dell'utenza

Nel 2014 le persone in carico al Servizio per le Tossicodipendenze (solo Padova, non territorio Piovese che nel 2009 era ancora ULSS 14) sono state complessivamente 2044 (nel 2015 sembrano essere 2374 con almeno una prestazione in corso) di cui:

- 1.343 tossicodipendenti (117 nuovi ingressi)
- 596 alcolisti (97 nuovi ingressi)
- 111 tabagisti (43 nuovi ingressi)
- 155 giocatori d'azzardo (60 nuovi ingressi)
- 368 con residenza fuori territorio ULSS
- 38 segnalati dalla Prefettura in base all'art.121 (33 nuovi ingressi) e 133 segnalati in base all'art.75 dell'ex Dpr.309/90 (31 nuovi ingressi)
- 600 in carico alla Commissione Patenti di Padova
- 14 lavoratori arrivati su segnalazione dei medici del lavoro trovati positivi ai test

Due i principali filoni problematici su cui si concentra gran parte del lavoro degli operatori:

1. la diffusione del consumo di sostanze e alcool tra i pre-adolescenti, adolescenti e giovani, con l'abbassamento dell'età di uso e di consumo e l'innalzamento della tolleranza sociale di tale fenomeno;
2. l'"invecchiamento" di una grossa parte dell'utenza "ricorrente" del Ser.T. (sia tossicodipendenti che alcolisti, conseguenza del prolungamento dei trattamenti e dell'abbassamento della mortalità, grazie anche ai buoni successi in ambito di prevenzione e trattamento delle problematiche infettivologiche), con problematiche socio-sanitarie e d'integrazione sociale correlate.

5.1.5 Servizi e risorse del territorio: rete del Ser.D.

In una logica di rete, di continuità e appropriatezza delle cure, il Ser.D collabora in modo costante con molti altri servizi presenti sul territorio. Prima di tutto esso si coordina con le Comunità Terapeutiche (CT) convenzionate accreditate dalla Regione Veneto, ossia quelle strutture residenziali o semi-residenziali chiamate a svolgere con il paziente tossicodipendente un lavoro progressivo di riabilitazione alle attività di vita quotidiane e di cura dalla dipendenza patologica.

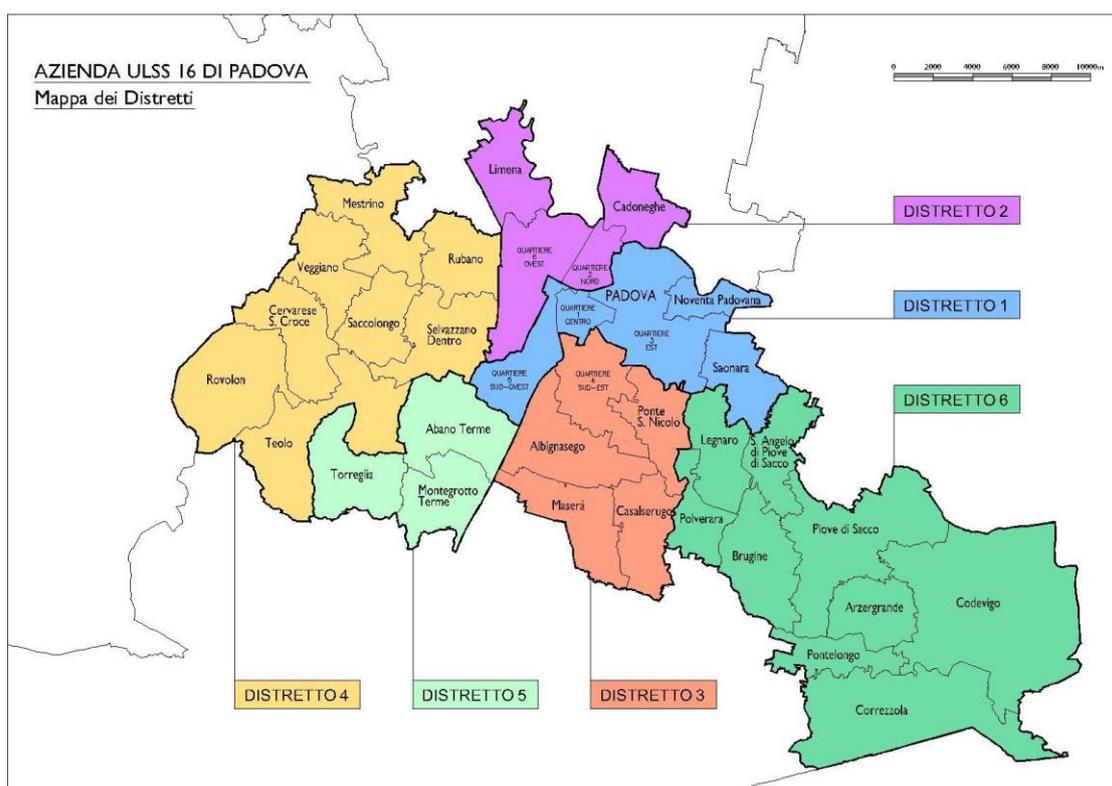


Fig. n. 6 Mappa dei Distretti ULSS 16 di Padova (Piano di Zona, 2011-2015)

Nello specifico, queste strutture possono essere così riassunte:

- Cooperativa TERR.A: C.T. *Villa Ida* (tipologia Pronta Accoglienza), C.T. *S. Gregorio* (tipologia B) e C.T. *Galileo* (tipologia A)
- Associazione NOI, FAMIGLIE: C.T. *di Via Zara* e due appartamenti (tipologia A) nonché servizio semi-residenziale

- C.T. convenzionate accreditate fuori dal territorio dell'ULSS 16, qualora il programma d'intervento personalizzato le ritenga maggiormente idonee a quelle del territorio o quando non vi è altra scelta in mancanza di posti disponibili all'interno delle strutture del territorio.

Con il fine di attivare interventi di reinserimento sociale e lavorativo degli utenti, il Ser.D inoltre collabora non solo con le Associazioni di volontariato e le Cooperative Sociali, per attività diurne, lavorative o per l'inserimento in appartamenti a diversi livelli di protezione, ma soprattutto con il Servizio di Integrazione Lavorativa (SIL)¹⁰¹.

Altri soggetti appartenenti alla rete dei servizi con i quali il Ser.D collabora sono: i Centri Alcolologici Territoriali (ACAT); il Consultorio Familiare e quello per i giovani ("Contatto Giovani"); l'Unità Operativa Disabilità Adulta; il Dipartimento di Salute Mentale con i relativi Servizi territoriali e i Reparti ospedalieri; la Neuropsichiatria Infantile; l'hospice "Casa S. Chiara per l'assistenza residenziale e domiciliare specialistica e infermieristica; i Servizi Sociali dei Comuni; l'Ufficio Politiche Abitative; Forze dell'Ordine; Azienda Ospedaliera S. Antonio con particolare riferimento ai reparti di Tossicologia Clinica e Forense, Malattie Infettive e Tropicali, Ginecologia, Pediatria e Pronto Soccorso. Nei casi in cui, poi, il paziente tossicodipendente si trovi in una situazione di misura alternativa al carcere a seguito di una condanna penale, il Ser.D tiene rapporti

¹⁰¹ Il S.I.L. è un servizio dell'Azienda ULSS 16, afferente alla Direzione dei Servizi Sociali, che opera all'interno della rete dei servizi sociali e sanitari del territorio. Il suo scopo è quello di promuovere una reale integrazione sociale e lavorativa di persone svantaggiate e con disabilità che possiedono potenzialità e capacità residue tali da consentire un loro inserimento nel mondo del lavoro. Attraverso l'elaborazione e la realizzazione di progetti d'integrazione lavorativa, il S.I.L. conosce le caratteristiche della persone e le coniuga con quelle della realtà aziendale, svolgendo un ruolo di mediazione al lavoro. In particolare i progetti solitamente adottati sono: osservazione/orientamento, per l'apprendimento di regole base; formazione, per l'acquisizione di abilità lavorative generali; mediazione al collocamento, per la comprensione di abilità lavorative specifiche; Progetto d'integrazione sociale in ambiente lavorativo, per la permanenza in contesti lavorativi nei casi di persone con disabilità grave ma con un sufficiente livello di autonomia comportamentale e personale. (Carta dei Servizi del S.I.L)

con l'Ufficio Penale di Esecuzione Esterna (UEPE) o con il Tribunale per i Minorenni e l'Ufficio Servizio Sociale Minori (USSM), quando una situazione giudiziaria e una pena coinvolgono l'utente minorenne.

5.1.6 Attività, prestazioni e competenze

A fronte di una situazione in continua evoluzione, il Dipartimento per le Dipendenze, strutturato in diversi gruppi di lavoro, garantisce il sistema di offerta consolidato, attraverso:

- L'attività ambulatoriale:
 - Raccolta e archiviazione dati ed Epidemiologia
 - Gruppo di lavoro per l'accreditamento del Servizio
 - Attività di consulenza e informazione a cittadini, consumatori, famiglie, Servizi
 - Accoglienza persone dipendenti (minorenni e maggiorenni) e familiari
 - Presa in carico (medico-infermieristica, psicologica, educativa, sociale, infettivologica, integrata) di persone dipendenti e dei relativi familiari, con programmi ambulatoriali, residenziali e semi-residenziali
 - Attività alcolologiche ambulatoriali-territoriali, di gruppo-comunità in collaborazione con la rete dei 40 Club Alcolisti in Trattamento, con "Approccio Ecologico-Sociale";
 - Attività di prevenzione, cura e contrasto alle Malattie Infettive
 - Ambulatorio per il Tabagismo
 - Ambulatorio per il Gioco d'Azzardo Patologico dal 2009 (fenomeno emergente anche come "dipendenza digitale" tra i giovani)
 - Programmi per tossicodipendenti in Misura Alternativa alla Detenzione
 - Ambulatorio di Terapia familiare
 - Attività dell'area "Parentalità"
 - Attività di Reinserimento sociale e lavorativo
 - Attività e programmi su Segnalazioni e Ordinanze della Prefettura

- Attività di Prevenzione (CIC-Centri Informazione e Consulenza nella scuola: Dipartimento Dipendenze + Consultorio “Contatto Giovani”)
- Progetto “Siamo sicuri?” (Scuole elementari del Piovese)
- Gruppi di coordinamento: socio-educativo, ambulatoriale e infermieristico
- Ambulatorio Patenti (accertamenti medico-legali)
- Collaborazioni con i Medici del Lavoro per programmi con lavoratori segnalati
- Progetti in collaborazione con Enti e Servizi (“Emergenza Freddo” in collaborazione con il Comune di Padova, UPP e “Stragi del sabato sera” in collaborazione con Prefettura, Questura, Guardia di Finanza)
- Partecipazione a Tavoli di lavoro inter-Servizi e Regionali su temi vari
- Rete CAT (Club Alcolisti in Trattamento)
- Assistenza Primaria ambulatoriale (anche attraverso gruppi “Comunità Terapeutica” c/o il Dipartimento)
- Interventi territoriali per casi complessi
- Progettazioni specifiche realizzate saltuariamente con Fondi Regionali:
 - nell’area della prevenzione e dei Trattamenti Innovativi per minorenni e giovani nell’area del reinserimento socio-lavorativo

5.1.7 Processo di aiuto: metodologia e strumenti

La dipendenza patologica, considerata dal DSM come patologia a carattere cronico recidivante, si è mostrata nella pratica lavorativa come una malattia resistente ai vari percorsi di assistenza e ai programmi di volta in volta pensati e realizzati. Il fenomeno dell’abuso di droghe, qualsiasi esse siano, continua a diffondersi e, soprattutto, ad assumere forme e caratteri sempre diversi in relazione ai tipi di comportamento e alle modalità di approccio alle cosiddette nuove droghe da parte di adolescenti e giovani, quanto agli atteggiamenti dei soggetti abitualmente dipendenti dalle classiche sostanze stupefacenti o psicotrope, sfuggendo a concrete soluzioni. Questo non vuol dire che la presa in carico non dia dei risultati. Ogni progetto di trattamento, rivolto a singoli

individui o a gruppi, deve seguire delle tappe graduali e complementari tra loro. Queste sono:

- Accoglienza della domanda: l'accesso al servizio
- Conoscenza della situazione problematica
- Valutazione
- Elaborazione del progetto d'intervento
- Negoziazione del contratto con l'utente
- Attuazione del progetto comune
- Conclusione dell'azione
- Valutazione conclusiva e del follow-up nel tempo

Per seguire concretamente tali fasi e per esercitare la propria professione, l'assistente sociale, soprattutto quello operante nell'area dipendenze patologiche, utilizza soprattutto i seguenti strumenti:

- Il colloquio individuale
- Il "gruppo di utenti"
- Il "gruppo di famiglie degli utenti"
- La visita domiciliare
- La riunione di équipe
- La riunione con altri interlocutori della rete

Gli strumenti, invece, che vengono utilizzati nella dimensione organizzativa sono le attività di:

- Programmazione, progettazione e organizzazione delle attività (a cui collabora anche l'Assistente Sociale per gli ambiti di sua competenza)
- Amministrazione
- Ricerca epidemiologica (in cui collabora anche l'Assistente Sociale per gli ambiti di sua competenza)
- Raccolta, elaborazione e valutazione dei dati (a cui collabora anche l'Assistente Sociale per gli ambiti di sua competenza)

5.2 Proposta di progetto

Nonostante l'assenza di ricerche regionali e relativa legislazione in materia; posto il trend in aumento del fenomeno a livello nazionale, europeo e internazionale; giacché la dipendenza da Internet viene enunciata all'interno della terza sezione del DSM V nell'ambito dei disturbi da gioco, entro i disturbi della gratificazione; considerata comunque l'esistenza nel territorio padovano di servizi che trattano il problema delle Dipendenze Patologiche e che sono quindi potenzialmente in grado di rilevare il bisogno, il presente progetto è pensato per essere proposto e realizzato dal Dipartimento per le Dipendenze dell'ULSS 16 di Padova, il più grande della Regione Veneto e uno dei maggiori in Italia per numero di pazienti in carico, che, ipoteticamente, proporrà quindi, attraverso la Direzione Sociale, un progetto pilota di ricerca per la realizzazione di un ***Servizio di prevenzione e trattamento delle dipendenze da Internet***"

5.2.1 Partnership (Stakeholder)

Rete iniziale

	Contributo	Interesse
Comune di Padova	<p>Fornisce il Piano di Zona con dati d'interesse</p> <p>Gestisce e coordina i servizi socio-assistenziali</p> <p>Segnala casi problematici Elabora e applica politiche d'intervento sociosanitario</p>	<p>Benessere e qualità di vita della cittadinanza</p> <p>Rete dei servizi</p> <p>Efficienza ed efficacia degli interventi</p> <p>Promozione del territorio e sviluppo delle relazioni</p> <p>Conoscenza di problematiche sommerse ed emergenti del territorio Vicinanza tra enti e servizi locali e cittadinanza.</p>
Struttura Complessa Infanzia Adolescenza Famiglia (SC IAF) Ex UOC di Neuropsichiatria	<p>Servizi per soggetti in età evolutiva con problematiche psicologiche, psichiatriche,</p>	<p>Promozione della salute prevenzione, diagnosi, cura e monitoraggio di bisogni nelle aree: materno-infantile</p>

<p>dell'Infanzia e dell'Adolescenza</p>	<p>neurologiche e neuromotorie e per le famiglie Trattamenti terapeutico-riabilitativi dei servizi di Consultorio Familiare, Neuropsichiatria Infantile, Psicologia, Logopedia di 1° livello, Pediatria di Comunità Fornisce dati ed evidenze cliniche sul fenomeno Collabora alla presa in carico</p>	<p>della famiglia della coppia della genitorialità dello sviluppo armonico del bambino delle malattie infettive del percorso nascita dell'integrazione sociale e scolastica dei minori in condizione di disabilità lieve e stabilizzata.</p>
<p>Centro Salute Mentale</p>	<p>Servizi per l'assistenza diurna i Centri di Salute Mentale (CSM) Servizi semiresidenziali: i Centri Diurni (CD) Servizi residenziali: strutture residenziali (SR) distinte in residenze terapeutico-riabilitative e socio-riabilitative Servizi ospedalieri: i Servizi Psichiatrici di Diagnosi e Cura (SPDC) e i Day Hospital (DH) Fornisce dati ed evidenze cliniche sul fenomeno Collabora alla presa in carico</p>	<p>cura, assistenza e tutela della salute mentale</p>
<p>Consultorio "Contatto giovani"</p>	<p>Fornisce dati ed evidenze cliniche sul fenomeno Conoscenza di dinamiche, modelli e prassi d'intervento consolidate, a integrazione e approfondimento di quelle messe in atto dal Dipartimento per le Dipendenze Servizi per giovani dai 14 ai 21 anni: Consulenza psicologica e terapia breve focalizzata per gli adolescenti Consulenze e visite</p>	<p>Preservare il benessere della giovane popolazione e della famiglia</p>

	<p>ginecologiche per adolescenti</p> <p>Consulenze mediche per problematiche anche maschili</p> <p>Consultazione con genitori e insegnanti su problematiche relative ai giovani in carico al servizio</p> <p>Attività d'informazione e prevenzione sulla sessualità e l'affettività</p> <p>Attività di <i>counseling</i></p> <p>Invio e accompagnamento a servizio territoriale specialistici</p>	
--	---	--

Rete ampliata

Servizio Integrazione lavorativa S.I.L	Elaborazione e realizzazione di progetti d'integrazione lavorativa in varie realtà aziendali	Promuovere una reale integrazione sociale e lavorativa di persone svantaggiate e con disabilità
Famiglie	<p>Si adoperano affinché i figli partecipino alle attività</p> <p>Forniscono informazioni utili sugli utenti</p> <p>Collaborano con i servizi</p> <p>Partecipano al percorso d'aiuto</p> <p>Partecipano e s'impegnano nelle iniziative</p>	<p>Benessere dei minori, ragazzi e giovani</p> <p>Armonia familiare</p>
Cooperative sociali	<p>Centri giovanili</p> <p>Attività di prevenzione sul territorio</p> <p>Centri estivi</p> <p>Servizi educativi domiciliari</p> <p>Attività ludiche</p>	Benessere della cittadinanza
Associazione Banca del tempo	Inserimento degli utenti nel circuito degli scambi di tempo	<p>Scambio gratuito di "tempo" tra le persone</p> <p>Relazioni sociali</p> <p>Impiego del tempo</p>
Comunità terapeutiche (Pronta accoglienza,	Servizio di riabilitazione alle attività di vita	Recupero e riabilitazione alla vita quotidiana delle

tipo A e B)	quotidiane e di cura dalla dipendenza patologica	persone Sviluppo e autonomia dell'individuo
--------------------	--	--

Rete potenziale

Scuole medie inferiori e superiori	Presta ambienti e locali per attività Collaborazione, mediazione, partecipazione attiva, supervisione da parte degli insegnanti	Medio-alti livelli di scolarità Successo scolastico dei ragazzi Integrazione sociale e culturale nella scuola Auto-promozione e rappresentazione positiva della scuola
Forum regionale agricoltura sociale Veneto	Spazi verdi per attività didattico-educative, terapeutiche, riabilitative, lavorative	Multifunzionalità dell'agricoltura Benessere delle persone Prevenzione e trattamento di condizioni problematiche o di fragilità
Università di Padova e di Venezia Corsi di laurea in Servizio Sociale, Psicologia e Scienze dell'educazione	Stimolo al tema tra i corsi di laurea interessati Campione di ragazzi dai 19 ai 30 anni Fornisce dati ed evidenze cliniche sul fenomeno Potenziali tirocinanti	Studio e ricerca Formazione e abilitazione professionale degli studenti

5.2.2 Definizione e analisi del problema

Dal Piano di zona (PDZ) 2011-2015¹⁰² emergono chiaramente diversi bisogni, alcuni di questi ci interessano particolarmente perché, anche se non si riferiscono direttamente alle dipendenze da Internet, esprimono un disagio, soprattutto dei giovani, a causa di una povertà principalmente di relazioni e di

¹⁰² Regione del veneto, Azienda ULSS 16 Padova, Conferenza dei sindaci dei comuni dell'ULSS 16 Piano di Zona 2011-2015 <http://www.ulss16.padova.it/all/tmp9fafkX.pdf>

comportamenti devianti; nonché di una generale difficoltà delle famiglie nel rapportarsi con e gestire i propri figli. Già nei precedenti PDZ 2007-2009 e 2010, venivano messe in luce tra le altre, la necessità di monitoraggio dei fenomeni giovanili emergenti e maggiore coinvolgimento delle scuole medie inferiori e superiori e delle Università (con particolare riguardo ai preadolescenti), e quella di una maggiore sensibilizzazione, informazione e un coinvolgimento attivo della comunità locale.

Nelle *Linee d'Indirizzo Regionali per la redazione del PDZ 2011-2015*: si esortano gli interessati ad aumentare le conoscenze sui rischi connessi all'uso di sostanze, a favorire prevenzione alle fasce di popolazione più deboli (soprattutto giovani) e ad accompagnare, sostenere, attivare le reti familiari degli utenti. Circa la mappatura del fenomeno droga, si rilevano un aumento dei fenomeni di "poliassunzione" e "poliabuso", mentre le azioni di prevenzione nel sistema di offerta dei servizi s'impegnano in particolar modo a promuovere stili di vita sani nella popolazione giovanile e a porre attenzione all'area trasversale, ossia alle sempre più frequenti situazioni di doppia diagnosi (dipendenza congiunta a problemi psichiatrici), anche unita in certi casi alla disabilità. Tra le priorità e gli obiettivi non ancora raggiunti e auspicabili ci sono i programmi diurni per consumatori (attività ricreative e terapeutiche).

Dall'*area famiglia-infanzia-adolescenza, minori in stato di bisogno e giovani*, importanti per noi sono tre priorità: la difficoltà delle famiglie nella gestione della vita quotidiana (organizzativa, relazionale, educativa, intergenerazionale) che comporta una difficoltà dei genitori unici nell'accudimento, gestione e crescita dei figli, una fragilità nel ruolo educativo genitoriale, soprattutto se in presenza di figli adolescenti; gravi disagi dei minori, com'è il vivere in contesti familiari inadeguati o fortemente carenti di fattori protettivi, come le difficoltà socio-educative, di apprendimento, relazionali, psicologiche e affettive che presentano i minori. Tutto questo forse per grave trascuratezza e incapacità genitoriale, per abusi e maltrattamenti, per disagio psichico come disturbi neuropsichiatrici gravi, disturbi del comportamento gravi o deficit di attenzione e iperattività; infine, il rischio di devianza dei giovani dovuta a precarietà e incertezza nei riferimenti valoriali; scarsa partecipazione alla vita comunitaria;

povertà relazionale, difficoltà ad assumere ruoli attivi all'interno dell'ambiente di appartenenza, Aumento di disturbi del comportamento, consumo di alcol e droghe, con abbassamento dell'età di prima assunzione, difficoltà nell'assunzione dell'autonomia. *L'area disabilità*, invece, ricorda che il bisogno di salute mentale è in rapida crescita in tutto il mondo e che, con riferimento a Padova, a maggior parte dei disturbi mentali comuni insorge in età giovanili, nel 10%-20% dei casi.

5.2.3 Obiettivo generale, sotto-obiettivi e obiettivi specifici

Tutto ciò considerato, si decide di porre come obiettivo generale del progetto, quello di *favorire la sana socializzazione e lo scambio intergenerazionale di giovani e famiglie in contesti di vita reale e prevenire, nonché curare laddove esista, la dipendenza da Internet e rischi associati nella giovane popolazione.*

Da qui, due macro sotto-obiettivi si vogliono raggiungere:

- Approfondire la conoscenza del fenomeno “Dipendenza da Internet” nel contesto specifico di Padova (studio e ricerca);
- Prevenire, curare e riabilitare fenomeni di abuso e dipendenza da Internet in senso stretto (sperimentazione pratica).

Gli obiettivi specifici del primo sotto-obiettivo sono:

- Colmare la carenza d'informazioni e contribuire alla migliore comprensione del fenomeno
- Quantificare e qualificare il fenomeno sul territorio padovano
- Individuare metodologie adeguate e “buone prassi”
- Individuare potenziale utenza, prima tra quella del Ser.D., poi tra la comunità locale

Gli obiettivi specifici del secondo sotto-obiettivo consistono, invece, in:

- Sensibilizzare la comunità al tema
- Diminuire l'isolamento sociale

- Diminuire il disagio sociale giovanile
- Diminuire il numero degli abusatori/dipendenti della Rete
- Diminuire la quantità di tempo trascorso in Rete
- Aumentare un utilizzo appropriato della Rete
- Favorire le relazioni tra i giovani, tra le famiglie, tra i giovani e le famiglie e tra queste e gli altri enti di cura e educativi
- Aumentare l'assertività e la capacità di resistere all'influenza dei pari e dei mass media
- Alleggerire il carico di cura delle famiglie
- Rafforzare e valorizzare il ruolo educativo dei genitori
- Sviluppare percorsi di cura e di riabilitazione *ad hoc*
- Rinforzare rete dei servizi
- Valutare il contenuto del progetto e riadattare in base ai risultati ottenuti

5.2.4 Modello d'intervento

5.2.4.1 Target

Il progetto è rivolto direttamente ai giovani di età compresa tra i 12 e i 30 anni e, indirettamente, alle loro famiglie, residenti nel distretto dell'ULSS 16 di Padova.

5.2.4.2 Ipotesi causale

L'ambiente sociale incoraggia l'uso di Internet e di dispositivi elettronici che consentono la navigazione. Tra tutti, i nativi digitali, cioè i nati dopo la metà degli anni '80, sono quelli più abili con le nuove tecnologie e, proprio per questo, spesso instaurano con esse rapporti che superano il semplice uso, passando per una fase di abuso e giungendo fino a rapporti di vera e propria dipendenza, la quale intacca ogni aspetto della loro vita (rapporti sociali, rendimento scolastico, salute fisica e mentale). Gli studi più rilevanti dimostrano che, oltre ad esserci una percentuale di rischio di dipendenza insito nelle

caratteristiche stesse della Rete, perlopiù i fenomeni di dipendenza sono strettamente legati a condizioni multiproblematiche e/o patologiche che starebbero alla base dello sviluppo del comportamento dipendente. Inoltre, è stato dimostrato come sia decisivo il ruolo delle famiglie nel sapere o meno mediare l'uso di Internet ai loro ragazzi.

5.2.4.3 Ipotesi d'intervento

Offrire un servizio specifico per la prevenzione la cura e la riabilitazione della dipendenza da Internet, permette di sensibilizzare la comunità al tema per prevenire i casi di dipendenza, di rispondere adeguatamente a problemi conclamati, avviando dei trattamenti individualizzati nei confronti degli utenti che già hanno sviluppato i sintomi della patologia e offrendo un sostegno alle famiglie nel loro compito educativo, di cura e di vigilanza, sfruttando soprattutto le risorse del territorio, affinché l'ambiente familiare diventi di supporto e di stimolo a uno sviluppo sano dei giovani.

5.2.4.4 Azioni

Tutte le attività del progetto si dispiegheranno lungo il periodo che va dal primo settembre 2016 fino a fine agosto 2018, per una durata complessiva di 24 mesi. Il Dipartimento per le dipendenze proponente, terrà conto di prendere accordi con la rete iniziale dei partner almeno 5 mesi prima dell'inizio del progetto effettivo. In tale tempo, da maggio a giugno 2016, il servizio sarà impegnato a contattare, personalmente, telefonicamente o via email, anche solo un rappresentante per ognuno dei servizi partner, e si accerterà di aver adeguatamente diffuso l'invito a partecipare all'incontro previsto per settembre, definendo luogo, data e orario. A settembre 2016 ha inizio il primo anno del progetto, "Studio, ricerca e conoscenza", che prevede:

1. Incontro con i partner (valutazione ex ante): nella seconda settimana di settembre 2016 finalizzato a stabilire i ruoli che ogni soggetto avrà nel progetto e per quale scopo, a riflettere in modo condiviso sull'idea progettuale e sul problema rilevato, quindi a fare una valutazione preventiva

del progetto, utile a bilanciare, sin dall'inizio del percorso, i pregi e i difetti dello stesso ma anche le opportunità verso cui tende nonostante i problemi di contesto e le minacce esterne. In tale incontro si aprirà anche un diario, dove appuntare tutte le azioni che da questo momento saranno svolte e le considerazioni che ne derivano;

2. Costituzione équipe dedicata: nella terza settimana di settembre, l'organico del dipartimento si riunirà per decidere chi, tra i diversi professionisti, costituirà il gruppo di lavoro dedicato alle dipendenze da Internet. L'équipe dovrà mantenere un carattere di multidisciplinarietà, quindi dovrà contenere almeno un assistente sociale, un medico, uno psicologo, un educatore e un infermiere.
3. Riunione d'équipe (1 volta al mese): L'équipe costituita, si ritroverà in riunione una volta al mese per tutto l'anno del progetto, al fine di ridefinire di volta in volta l'andamento interno del progetto e i compiti di ogni professionista, di sostenersi vicendevolmente durante tutte le fasi del progetto, di confrontarsi e discutere circa il lavoro da svolgere.
4. Raccolta e analisi della letteratura esistente: dalla quarta settimana di settembre fino alla fine di dicembre, si ricorrerà alle informazioni già acquisite nel settore, alla letteratura specialistica composta di articoli, libri, riviste, periodici, studi, ricerche, pubblicazioni d'interviste, alle banche dati, alle statistiche epidemiologiche, ecc., al fine di raggiungere una conoscenza generale del fenomeno e una conoscenza più legata al territorio padovano.
5. Confronto con gli esperti del fenomeno: nello stesso periodo e a supporto della precedente attività, può essere utile chiedere consulenze e informazioni ulteriori, ma anche momenti di formazione, agli esperti della Dipendenza da Internet, ossia a tutti quei soggetti che sono intervenuti concettualmente o operativamente sul tema con altre esperienze nazionali.
6. Individuazione target utenza nel database: ancora in fase di studio, nella prima settimana di novembre, si cercherà di recuperare dati e informazioni preliminari sull'utenza bersaglio (giovani dai 12 ai 30 anni), sfruttando il

sistema di raccolta dati dell'ULSS 16, il *Quick view*, che permette, con semplici operazioni, di risalire ai dati anagrafici grazie al programma *Galileo*, e alle informazioni sulle prestazioni terapeutiche per mezzo del programma *Gedi*.

7. Analisi dei dati e confronto sui casi individuati: dalla seconda metà di novembre fino alla fine di dicembre, si tenterà di sfoltire ulteriormente il numero di utenti individuati con l'azione precedente, per giungere a un numero più ristretto di utenti probabilmente a rischio di dipendenza o già dipendenti da Internet. I dati saranno letti, quindi, alla luce anche delle informazioni che i professionisti del servizio possiedono riguardo a ogni singolo utente, rifacendosi in particolare alla loro storia personale e clinica, alla loro condizione, ai loro comportamenti, alla loro situazione familiare, alla loro rete sociale, al loro rendimento scolastico/lavorativo e quant'altro.
8. Incontro con i partner (valutazione in itinere): Nella seconda settimana di gennaio 2017, quindi dopo 4 mesi dall'attivazione del progetto, si valuterà, insieme ai partner iniziali, quanto è stato realizzato fino a questo momento, con quali tempi, risorse e modalità di lavoro degli operatori, per riprogettare eventualmente in itinere, ridefinendo anche la valutazione *ex ante*. Inoltre, si valuterà anche la possibilità, e l'esigenza, di individuare nuovi partner idonei per la prosecuzione del progetto.
9. Selezione di strumenti d'indagine esistenti e costruzione di nuovi: dalla terza settimana di gennaio fino alla fine di febbraio, l'équipe sarà impegnata a selezionare solo alcuni degli strumenti d'indagine che emergono dalla letteratura, sulla base soprattutto degli obiettivi del progetto. Inoltre, rifacendosi a quelli già esistenti nello stato dell'arte, il gruppo di lavoro s'impegnerà eventualmente a costruirne di nuovi.
10. Elaborazione e creazione di materiale informativo: nello stesso periodo, l'équipe professionale, lavorerà all'elaborazione e alla realizzazione di materiale informativo e di sensibilizzazione (Carta dei servizi, dépliant, libretti informativi, volantini, poster ecc.), sulla scorta di quanto appreso dalla

letteratura e dagli esperti, da diffondere tra la comunità e da affiggere all'interno dei locali del servizio.

11. Contatto con i primi utenti e somministrazione: dalla prima settimana di marzo fino a fine giugno, si procederà con il contatto degli utenti che avverrà in occasione di colloqui stabiliti in precedenza o telefonicamente se gli utenti non si rivolgono da molto al servizio. Previa spiegazione e informazione delle finalità del progetto, nonché dopo aver ottenuto il consenso alla partecipazione degli utenti, si somministreranno gli strumenti d'indagine al fine di individuare il nucleo di utenza realmente a rischio di dipendenza o dipendenti da Internet (utenza iniziale)
12. Ampliamento della rete: da maggio a giugno, l'équipe sarà impegnata a contattare tutti quei servizi ed enti individuati nella valutazione in itinere, di concerto con i partner iniziali, al fine di espandere la rete di soggetti con cui collaborare per la prosecuzione del progetto.
13. Elaborazione dati e analisi dei risultati: per tutto il mese di luglio, verranno elaborati e analizzati i dati e le informazioni risultanti dalle risposte degli utenti contattati alle indagini.
14. Incontro con i partner (valutazione ex post): Dopo 11 mesi, a conclusione della prima parte del progetto, i partner si confronteranno su quanto svolto fino a questo momento e s'impegheranno a fare una valutazione generale e finale del primo anno. Questo momento di valutazione è cruciale e rilevante poiché sarà determinante per la prosecuzione della seconda parte del progetto. Infatti, solo se l'indagine farà emergere una chiara e consistente domanda sociale, quindi la presenza di un considerevole corpo di utenza, si potrà continuare con il percorso progettuale.

Il secondo anno, "Sperimentazione pratica", ha inizio a settembre 2017 e prevede:

1. Incontro con i partner (valutazione ex ante): nella seconda settimana di settembre, finalizzato a stabilire di nuovo i ruoli che ogni soggetto avrà nel progetto e per quale scopo, stavolta impegnando anche nuovi partner del

progetto, a riflettere in modo condiviso sull'idea progettuale e sul problema rilevato, quindi a riflettere di nuovo sulla valutazione preventiva del progetto e per confrontarsi su quanto emerso dall'indagine.

2. Riunione d'équipe (1 volta al mese): l'équipe costituita, si ritroverà in riunione una volta al mese per tutto l'anno del progetto, al fine di ridefinire di volta in volta l'andamento interno del progetto e i compiti di ogni professionista, di sostenersi vicendevolmente durante tutte le fasi del progetto, di confrontarsi e discutere circa il lavoro da svolgere.
3. Colloqui individuali con utenti e famiglie: dalla terza settimana di settembre fino a fine dicembre, i colloqui saranno accordati preventivamente per cominciare a ipotizzare una primissima idea del tipo di aiuto specifico di cui gli utenti hanno bisogno, per capire come loro vedono il loro rapporto problematico con Internet, cosa pensano possa esser fatto per essere aiutati, cosa hanno cercato di fare a proposito delle loro problematiche e ciò che, secondo loro, li ha condotti ad avere disturbi associati alla Rete. Tali colloqui sono mirati anche a sviluppare un minimo di convincimento e motivazione in quegli utenti che, da subito, mostrano una certa resistenza alla relazione d'aiuto, nonché a informare circa i rischi e gli effetti di Internet quelli che invece si presentano disinformati e ingenui. I colloqui con le famiglie, separati da quelli con gli utenti, sono finalizzati, non solo a conoscere un po' più da vicino l'ambiente familiare e il tipo di relazioni che lo caratterizzano, ma anche per coinvolgere le figure significative degli utenti nel processo di aiuto e nei gruppi di sostegno che si prevedono da marzo fino a giugno;
4. Incontro con i partner (valutazione in itinere): a fine dicembre, prima delle festività natalizie, i partner s'incontrano per confrontarsi e discutere circa le informazioni e le dichiarazioni emerse dai colloqui, valutando gli esiti della prima fase alla luce degli obiettivi del progetto. In particolare, i diversi soggetti a vario titolo interessati, inizieranno a ipotizzare prime tipologie d'intervento più adeguato per ogni singolo caso.

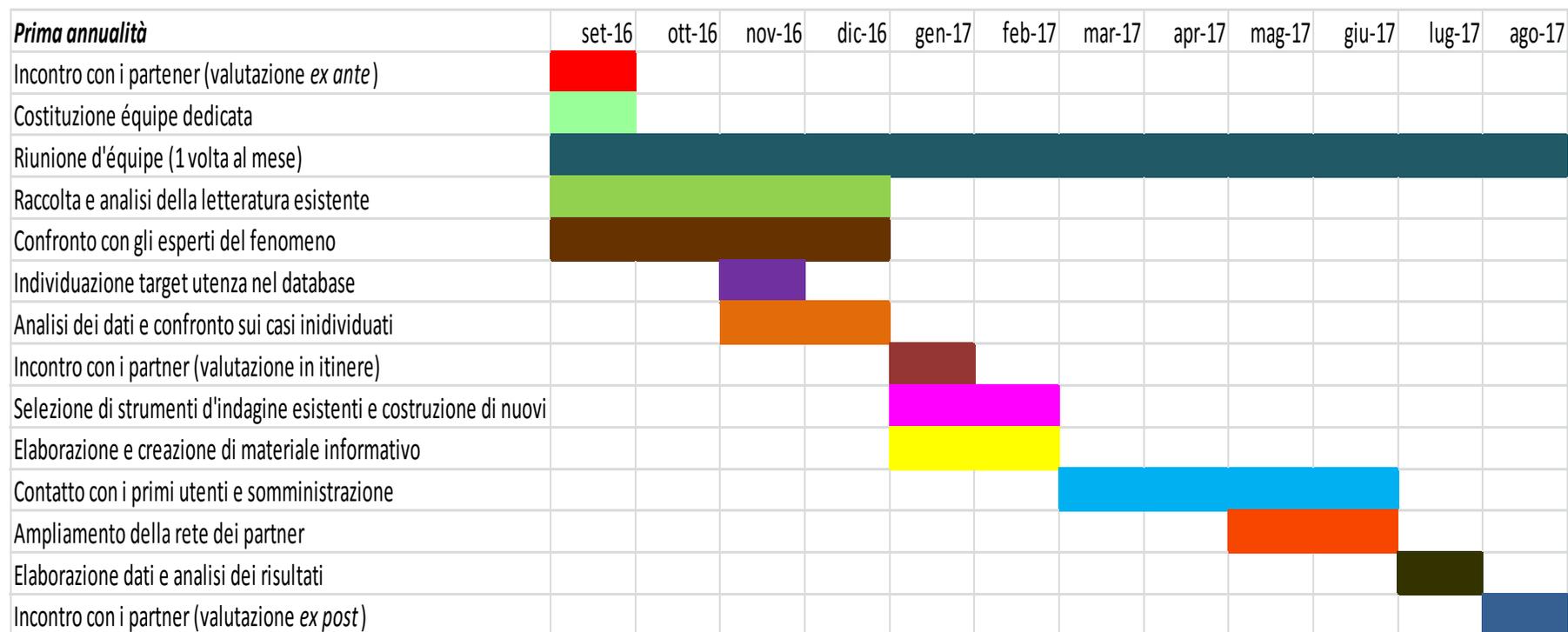
5. Co-costruzione e monitoraggio di percorsi individualizzati di sostegno, cura e riabilitazione: a partire dalla seconda settimana di gennaio fino alla fine di luglio, si riprenderanno i contatti con gli utenti e, insieme a loro, si elaboreranno dei progetti d'intervento personalizzati, sulla base delle specifiche esigenze e dei particolari problemi valutati. Questo è il momento, quindi, per negoziare i cosiddetti "contratti terapeutici" che impegnano l'operatore, l'utente e uno o più partner della rete di servizi del progetto. Di pari passo all'avvio dei percorsi terapeutici si procederà con il loro monitoraggio, attraverso colloqui con gli utenti e confronti con gli operatori dei servizi partner.
6. Incontri di gruppo tra famiglie e giovani (2 volte al mese): dalla prima settimana di marzo fino alla fine di giugno, le famiglie e i ragazzi saranno divisi per fasce d'età degli utenti in più gruppi (12-18; 18-25; 25-30 anni). Il modello previsto per la conduzione dei gruppi è quello multifamiliare, cioè quello che vede l'invito e la partecipazione di più nuclei familiari più estesi possibile (anche con fratelli, nonni, zii e tutte le figure significative per i ragazzi, anche quelle esterne alla famiglia se necessario). I conduttori facilitano la comunicazione senza fare interventi interpretativi; gli osservatori, registrano in silenzio le dinamiche del gruppo. L'obiettivo generale di tale modello, è quello di garantire il successo del percorso dell'utente e ridurre i rischi di recidiva, con il sostegno della sua rete familiare, ma anche far scorrere informazioni utili e condividere esperienze e pensieri tra le famiglie e tra i minori sul tema di Internet, nonché favorire la conoscenza e stimolare le relazioni tra questi.
7. Elaborazione d'interviste di gradimento: Da marzo a giugno, l'équipe elaborerà delle interviste di gradimento utili per ricevere un feedback sull'intero progetto da parte degli utenti e delle loro famiglie. I questionari saranno diffusi nell'ultimo incontro dei gruppi multifamiliari e restituiti il giorno dell'evento finale previsto per luglio, dove sarà possibile integrare ulteriori informazioni con interviste condotte informalmente durante lo svolgersi della giornata finale.

8. Organizzazione evento finale: da maggio fino a giugno il gruppo di lavoro stilerà un progetto per una giornata finale in cui riunire tutti i partecipanti del progetto (utenti, famiglie e operatori dei servizi), anche con il coinvolgimento della stessa utenza e delle famiglie. L'idea sarà proposta e discussa durante i gruppi multifamiliari e si accoglieranno proposte, così come verranno attribuiti dei ruoli e dei compiti a ciascun soggetto per la realizzazione dell'evento.
9. Evento finale "*Un giorno sconnessi insieme*": nella seconda settimana di luglio, avrà luogo una giornata caratterizzata dall'assenza di qualsiasi dispositivo che possa collegarsi a Internet e resa attraente dalla presenza di diverse pietanze, preparate da tutti i partecipanti, da musica e da attività ludiche. Scopo dell'evento è il creare un ambiente conviviale di vita reale e raccogliere nel frattempo ulteriori informazioni su quanto fino a questo momento svolto. Tal evento può trasformarsi in un appuntamento fisso, ogni fine settimana, per connettersi, anche in forma residenziale, con persone, animali e ortaggi, presso le fattorie sociali e didattiche del territorio.
10. Incontro partner (valutazione ex post): Dopo 24 mesi, a conclusione dell'intero progetto, si analizzeranno gli esiti e il grado di coerenza di questi con quanto programmato; gli effetti del progetto sul target d'utenza e le ricadute in generale, anche quelle meno previste; la trasferibilità del progetto in altre aree e a capo di altri target di utenza; la possibilità di collaborazioni con altri progetti e con ulteriori partner potenziali; le risposte fornite alle domande e ai bisogni emergenti, per eventualmente riorientarle in una nuova ed eventuale progettazione. Ovviamente parteciperanno alla valutazione finale tutti gli attori coinvolti e anche questi potranno dare la loro personale valutazione sul progetto pilota, sul tipo di utenza incontrata per la prima volta e sul come hanno percepito dell'esperienza progettuale svolta.
11. Report finale: ogni tipo d'informazione utile e interessante, emersa durante la prima fase del progetto, quella di studio e di ricerca saranno sintetizzate e racchiuse in un report conclusivo che possa diventare un piccolo contributo

alla letteratura esistente, quindi utile a stimolare la conoscenza e l'attivazione anche in altri dipartimenti per le dipendenze e altri tipi di servizi.

5.2.4.5 Tempistica attività

Diagramma di Gantt



Seconda annualità	set-17	ott-17	nov-17	dic-17	gen-18	feb-18	mar-18	mag-18	giu-18	lug-18	ago-18
Incontro con i partner (valutazione ex ante)											
Riunione d'équipe (1 volta al mese)											
Colloqui individuali con utenti e famiglie											
Incontro con i partner (valutazione in itinere)											
Percorsi individualizzati di sostegno, cura e riabilitazione											
Incontri di gruppo tra famiglie e giovani (3 volte al mese)											
Elaborazione di interviste e questionari di gradimento											
Organizzazione evento finale											
Evento finale "Un giorno sconnessi insieme"											
Incontro partner (valutazione ex post)											
Report finale dell'esperienza pratica											

5.2.5 Budget e sostenibilità del progetto: alcune considerazioni

Per tutte le attività proposte, si ricercheranno fondi (*fundraising*) attraverso la partecipazione a bandi di progetto regionali, nazionali ed europei, in collaborazione con diversi partner del progetto.

Alcune azioni possono eventualmente svolgersi, se individuate dal Dipartimento e dalla Conferenza dei Sindaci come priorità nel territorio, con costi ridotti: i vari momenti d'incontro tra partner e la relativa formazione, avverranno negli spazi e con le modalità previste dal regolamento (delibera aziendale) del Dipartimento Funzionale per le Dipendenze di Padova. La formazione degli operatori e i momenti di studio e di ricerca, possono essere realizzati con l'utilizzo del budget per la formazione già previsto per i dipendenti del Servizio o con iniziative di autoformazione interna ai Servizi (operatori già esperti sulle tematiche formano i colleghi con momenti trasversali di aggiornamento). Il confronto con gli esperti della dipendenza da Internet, può avvenire mediante accordo/convenzione tra il Dipartimento per le Dipendenze e gli enti per cui i professionisti esperti lavorano. I gruppi di sostegno con le famiglie si possono eventualmente svolgere in orario di servizio degli operatori.

Risulta comunque necessaria la presenza di un *fundraiser* e di un supervisore organizzativo.

Al momento, calcolare il budget dell'intero progetto è difficile. L'importante lavoro di sensibilizzazione iniziale sul fenomeno dovrebbe affinare negli operatori la capacità di leggere il problema tra l'utenza ordinaria e, di conseguenza, la motivazione, passione e inventiva, per promuovere iniziative rivolte ad affrontare la problematica emergente.

Seguendo la logica teoria-prassi-teoria, poi, è possibile ritenere che, una volta implementato e valutato tale progetto, si avranno maggiori elementi di prova, utili per sensibilizzare al nuovo bisogno e ricevere l'attenzione da parte della comunità e, soprattutto da parte di enti e istituzioni, anche in termini economici. Il progetto mirerà a una naturale sostenibilità e continuità, se non con un'integrazione definitiva del nuovo servizio per le dipendenze da

Internet nell'offerta di servizi del Dipartimento, almeno con l'impegno di un'accurata ricerca di fondi.

In questa sede, quindi, si presenta solo uno schema che, a titolo d'esempio, può esser utile per prevedere il budget iniziale per la realizzazione di un "Servizio di prevenzione e trattamento delle dipendenze da Internet" nel Dipartimento per le Dipendenze dell'ULSS 16 di Padova.

Spese per il personale	<u>Responsabile di progetto:</u> Direttore di Dipartimento (2 ore settimanali per 22 mesi per)	5.280,00€
	<u>Operatori socio-sanitari:</u> • Assistente sociale (10 ore settimanali per 22 mesi)	6.160,00€
	• Psicologo (10 ore settimanali per 22 mesi)	7.040,00€
	• Educatore (10 ore settimanali per 22 mesi)	6.160,00€
	• Medico (10 ore settimanali per 22 anni)	8.360,00€
	• Infermiere (10 ore settimanali per 22 mesi)	5.720,00€
	<u>Personale amministrativo:</u> • Amministrativo addetto all'archivio cartelle sociali (10 ore settimanali per 22 mesi)	5.280,00€
	• Amministrativo addetto banca dati (10 ore settimanali per 3 mesi)	1.000,00€
	<u>Personale per consulenza e supervisione:</u> • supervisore esterno (2 ore settimanali per 22	5.280€

	mesi)	
	<ul style="list-style-type: none"> Progettista sociale/<i>fundraiser</i> (10 ore settimanali per 22 mesi) 	13.200,00€
	<ul style="list-style-type: none"> 3 Consulenti esperti esterni (10 ore settimanali per 3 mesi) 	1.980,00€
Spese per attrezzature	1 Computer	1.500,00€
	1 Stampante	50,00€
	Manutenzione ordinaria	400,00€
Spese per immobili e infrastrutture	Manutenzione straordinaria Pulizia Lavori in economia [Rientranti nelle spese ordinarie del Dipartimento funzionale]	0,00€
Spese generali	Illuminazione e forza motrice Spese telefoniche Spese postali [Rientranti nelle spese ordinarie del Dipartimento funzionale]	0,00€
	Risme di carta (80 pz.)	200,00€
	Computer (1 pz.)	1.500,00€
	Stampante	50,00€
	Toner colore stampante (20pz.)	150,00€
	Registratore vocale	30,00€
Altre categorie di spese	<u>Spese per ricerche:</u> <ul style="list-style-type: none"> acquisto materiale di studio, libri, riviste scientifiche ecc. 	4.000,00€
	<u>Spese evento finale:</u> <ul style="list-style-type: none"> stampe volantini evento (3.000 pz.) 	25,00€

	<ul style="list-style-type: none"> Catering (per 200 persone) 	1.600,00€
	<u>Spese per la pubblicazione e la diffusione d'informazioni e risultati:</u> <ul style="list-style-type: none"> Carta dei servizi (5.000 pz.) 	40,00€
	<ul style="list-style-type: none"> Report finale (200 pz.) 	2.500,00€
TOT.		72.225.00€

5.2.6 Valutazione: analisi SWOT, indici e strumenti

L'analisi SWOT richiede un periodico aggiornamento, anche alla luce dei risultati che progressivamente si notano, puntando soprattutto a fare in modo che: le debolezze diventino dei vantaggi e che questi ultimi si associno sempre più alle opportunità; le debolezze non diventino delle minacce e che quest'ultime si avvicinino a essere delle opportunità.

Un esempio iniziale di analisi SWOT potrebbe essere così schematizzato:

Punti di forza (<i>Strengths</i>)	Punti di debolezza (<i>Weaknesses</i>)
<ul style="list-style-type: none"> Molti anni di esperienza, alti livelli di qualità e specializzazione delle competenze nel campo delle dipendenze patologiche; Servizio storico e punto di riferimento nella Regione Veneto; Eterogeneità dei professionisti ed esperienza nel lavoro d'équipe; Presenza di gruppi di studio; Ampiezza, dinamicità e densità della rete di soggetti partner e 	<ul style="list-style-type: none"> Carenza di personale, spazi e ambienti insufficienti; Servizio garantito solo con finanziamento pubblico; Scarsa esperienza sul tema della Dipendenza da Internet; Concentrazione solo su minori e ragazzi di età 10-30 anni; Utenza eterogenea e multiproblematica; Attività non generalizzabile a tutta

interessati;

- Multifunzionalità degli obiettivi;
- Costi contenuti;
- Adattabilità agli imprevisti;
- Procedure snelle e facili;
- Trend in aumento di problematiche legate a Internet;
- Valutazione plurima;
- Evidenze empiriche e casi studio nazionali e internazionali.

l'utenza;

- Durata del progetto;
- Congruenza parziale alla domanda rilevata dal PDZ 2015.

Opportunità (*Opportunities*)

- Scarsa offerta di servizi dedicati al nuovo problema sul territorio veneto ;
- Individuazione di una domanda sociale non attualmente soddisfatta;
- Presenza di enti o soggetti con interesse comune al fenomeno;
- Individuazione di ulteriori situazioni problematiche;
- Conoscere meglio la Dipendenza da Internet;
- Elaborare del materiale conoscitivo, divulgativo e di sensibilizzazione;
- Creare tavoli di discussione sul tema emergente;
- Replicare e generalizzare con altra utenza.

Minacce (*Threats*)

- Crisi economica, tagli alle risorse, budget limitato, contrazione del numero degli operatori dei servizi;
- Trasformazione del terzo settore;
- Scarso livello di conoscenza generale degli effetti negativi di Internet;
- Incoraggiamento e accettazione sociale ai comportamenti a rischio;
- Rifiuto o scarsa partecipazione degli utenti e delle relative famiglie;
- Risultati negativi o poco soddisfacenti;
- Difficoltà di gestione del progetto per scarsa partecipazione dei professionisti;
- Indifferenza al progetto.

Gli indici di valutazione sono:

- Quantità e qualità delle informazioni raccolte (affidabilità delle informazioni rispetto ad altre esperienze sul piano internazionale e alla fonte da cui derivano)
- Conoscenza dell'incidenza e il tipo di manifestazioni del fenomeno sul territorio padovano
- Numero di utenti e famiglie partecipanti
- Numero di servizi interessati e coinvolti
- Livello di consapevolezza della comunità locale circa il fenomeno
- Numero di ore trascorse sulla Rete
- Tipo di uso della Rete
- Livello d'isolamento sociale
- Frequenza e intensità di relazioni tra giovani, tra famiglie, tra giovani e famiglie, e tra famiglie e altri enti educativi e di cura
- Assertività e capacità di resistere alla pressione degli amici e dei mass media
- Numero di abusatori e dipendenti dalla Rete
- Ruolo educativo dei genitori
- Carico di cura della famiglia
- Percorsi di cura e di riabilitazione adeguati
- Incremento della rete dei servizi
- Quantità e qualità dei contatti attivati con i partner del progetto
- Rilevanza percepita e condivisione del problema
- Attinenza del progetto a problematiche significati e rilevanti
- Quantità e qualità delle risorse utilizzate

- Congruenza interna tra le diverse parti del progetto e periodico adeguamento in base ai risultati ottenuti
- Tempo ed energie impiegate
- Efficacia (raggiungimento obiettivi)
- Impatto (cambiamenti indiretti positivi o negativi avvenuti per mezzo del progetto)
- Efficienza (rapporto costi/ricavati)
- Produttività (rapporto tra risorse impiegate e risultati ottenuti)
- Trasferibilità e riproducibilità

Gli strumenti di valutazione sono:

- Analisi SWOT
- Diagramma di Gantt
- Rilevazione dati da parte dello staff (n utenti contattati, n. presenti attività, n. contatti con operatori di altri servizi, n. ore dedicate dagli operatori alle singole attività)
- Osservazione partecipante
- Questionari
- Interviste individuali
- Discussione di gruppo
- Registrazione delle attività (Diario)
- Griglie di valutazione e autovalutazione
- Scale
- Test

La documentazione per la restituzione del lavoro svolto consiste in:

- Report finale con le diverse fasi del progetto
- Carta dei servizi

- Strumento d'indagine realizzato
- Interviste a utenti diretti (ragazzi) e utenti indiretti (famiglie)
- Questionari
- Brochure evento
- Diario di lavoro

CONCLUSIONI

È diventato terribilmente ovvio che la nostra tecnologia ha superato la nostra umanità.

(Albert Einstein)

In caso di conflitto tra l'umanità e la tecnologia, vincerà l'umanità.

(Albert Einstein)

Si è visto come, dove, quando e perché Internet nasce e si sviluppa. Se n'è compresa la portata e il trend crescente di utilizzo. Si è capito quali sono le principali attività che consente di fare, le modalità in cui è strutturata e funziona, i cambiamenti che ha comportato. È un fenomeno che continua a evolversi, innovarsi, migliorarsi e a crescere, tanto da non riuscire minimamente a immaginare come sarà il futuro. A quelli che ne sono spaventati, intimoriti o che la criticano tanto da rifiutarla e da ritenere che si possa tornare a un mondo senza di essa, si consiglia di accettare questa realtà virtuale, questo mondo costantemente ma liquidamente interconnesso, perché porta anche i suoi vantaggi; ma ai più entusiasti, anche alla luce del tema preso in considerazione da questa tesi, si vuole dire di fare lo stesso sforzo di bilanciamento tra le possibilità offerte e le reali implicazioni sociali. Se da una parte, infatti, non si accetta di avere a che fare con Internet oggi e per gran parte del giorno, si rischia di perdersi molte delle opportunità e risorse, soprattutto relazionali e lavorative, che si trovano grazie alla Rete e ai suoi siti social. Inoltre, si mentirebbe di certo se si dovesse negare l'innovatività, la comodità e gli agi che la rete digitale mette a disposizione dei suoi utenti; ma vorrebbe dire esser ciechi dall'entusiasmo se notassero i cambiamenti che nuovo sistema virtuale di "fare rete" ha apportato nella realtà quotidiana, nel linguaggio comune, nei comportamenti, nell'agire, nel vivere delle persone. Lo spazio e il tempo dedicato al mondo virtuale tende ad allargarsi progressivamente, fino quasi a coincidere con la vita che si svolge al di fuori, cioè in quella che siamo sempre stati abituati a vivere. Persone che mettono in scena una pirandelliana molteplicità di

maschere, di profili *ad hoc*, ancor più facilitate da barriere, schermi, connessioni distanti, che le rendono particolarmente fredde quando interagiscono e comunicano in dimensione reale, faccia a faccia, *offline*.

Internet e i social network, non sono dannosi né pericolosi fintanto che essi non vengono a occupare un posto preminente o esclusivo fra le modalità di socializzazione umane. Alcune persone ne conoscono i possibili aspetti scomodi, le pesanti ricadute o vere e proprie patologie. Si è dimostrato, infatti, come la mancanza di una direzione quando si naviga nel mare della Rete, insieme a una scarsa educazione e consapevolezza circa le opportunità e i rischi che può comportare, trasformano il web e l'uso che alcune personalità di soggetti ne fanno, in una ragnatela che cattura prede e che difficilmente lascia andare via. È particolarmente difficile quantificare la popolazione net-dipendente dal momento che un "retomane" il più delle volte è rintracciabile solo sul Web. Per questo si ha, in generale, una scarsa incidenza del fenomeno. Ma anche la sola presenza di un "piccolo numero" di soggetti già presi, caduti, incastrati, invischiati nella Rete, legittimi curiosità e voglia di capire nei riguardi del fenomeno, nonché di pensare a come poter fronteggiare il nuovo problema, soprattutto in futuro. Se nessuno ancora può dire di aver vissuto tutta la sua vita nella nuova era digitale, infatti, non si conoscono ancora gli effetti che potrebbe dare un'intera vita digitale sulla popolazione anziana di domani, sui giovani di oggi, gli adulti di domani e gli anziani del dopodomani. Inoltre, ancora tante cose vengono discusse tra comunità scientifica e che varrebbe la pena approfondire. Ad esempio, la sottile soglia che separa il semplice coinvolgimento dalla dipendenza patologica, rende difficile diagnosi certe e precoci. Inoltre, la visione di Internet stessa pecca di discordanze e pareri spesso contrapposti, con una parte di studi che considera Internet come un pericolo per il benessere socio-psico-fisico dei singoli e delle collettività, da un lato, e una parte di ricerche che scoprono nella Rete Internet uno strumento dall'alta componente socializzante, che favorisce quindi lo scambio, la comunicazione e il contatto continuo, anche perché è utile ad accrescere il numero di amici. I fenomeni di dipendenza da Internet devono essere letti, infatti, come un sintomo di una

difficoltà contemporanea di costruire, e impegnarsi a mantenere, legami sociali solidi.

Ma si sa che il numero, quindi alla quantità, di persone con cui le genti oggi possono avere contatti, non consente di valutare effettivamente la qualità, quindi il livello d'intensità, di complicità, di empatia e la durata, delle relazioni tra le persone. Bisogna, inoltre, considerare che mentre alcune droghe possono in qualche caso avere "un uso rituale" e quindi, sotto certi aspetti, un effetto aggregante, l'essere collegati alla Rete, e tramite questa al mondo, condanna a una paradossale solitudine in cui anche gli oggetti d'investimento appaiono sospesi in una dimensione virtuale e irraggiungibile che non permette né vere fantasie, né vera intimità. Rimane anche da chiarire se a determinare la dipendenza da Internet siano elementi predisposizionali e del vissuto della persona, o se Internet stesso abbia del potenziale dipendente. Una delle questioni condivise tra gran parte degli studiosi interessati è che, qualora ci sia un rischio di dipendenza da Internet, questo investe soprattutto la popolazione mondiale più giovane.

Per questo, l'Unione Europea ha deciso con un emendamento di quest'anno di spostare l'età minima per accedere ai siti di social network da 13 a 16 anni¹⁰³. Anche i pediatri italiani sono preoccupati nel mentre che richiedono il divieto dell'utilizzo di cellulari ai bambini con meno di 10 anni, poiché temono un progressivo e sempre più veloce isolamento delle generazioni più giovani¹⁰⁴. Il provvedimento dell'UE, sulla spinta anche delle famiglie più scettiche, insieme alla richiesta dei pediatri, è segno di un fondato timore, ma non si crede che tali precauzioni rappresentino strategie abbastanza efficaci per accogliere e integrare Internet nelle nostre vite quotidiane, con i suoi pregi e difetti, soprattutto in quelle dei giovani e giovanissimi. Dì a un ragazzo cosa non deve fare e lui la farà, oltre al fatto che non gli è tanto difficile prendere un dispositivo, tipo un cellulare o un computer, "in prestito" da qualcun altro, così come non gli è ancora proibito inserire informazioni

¹⁰³ Zatterin M., 2015

¹⁰⁴ Redazione InformaSalus.it, 2015

personali false e potersi registrare lo stesso a uno o più siti. No, non è questo il modo migliore. Si pensa, invece, che l'ingrediente fondamentale per coesistere e vivere sereni in questa era digitale, con la presenza di Internet sempre a disposizione, forse sia quello di spiegare, razionalizzare, guidare, controllare e educare l'uso che se ne fa¹⁰⁵. Un ruolo educativo fondamentale appartiene oggi alla famiglia. Famiglia che però si è fatta nel frattempo altrettanto digitalizzata, ma che fortunatamente mantiene ancora un attaccamento e un ricordo sufficienti per condurre stili di vita che risalgono a prima dell'era digitale. La domanda è: come saranno le famiglie di coloro che adesso sono i giovani nativi digitali? Si teme per le neo famiglie o per quelle i cui membri tra qualche anno saranno tutti nativi digitali, dove cioè anche i genitori conoscono bene e usufruiscono assiduamente di tali sistemi di comunicazione. C'è da ribadire, inoltre, che il regime di flessibilità e mobilità socio-lavorativa degli ultimi anni ha portato e spinge tutt'oggi a essere reperibili e rintracciabili in qualsiasi momento. Il tempo è scarso se non lo si può regolarmente e stabilmente organizzare e se quei pochi e frammentati interstizi che ne rimangono vengono riempiti con la tecnologia, si avrà sempre meno tempo a disposizione per conciliare vita lavorativa e vita personale, a scapito anche dei rapporti intrafamiliari e interpersonali. Per tali ragioni, perché Internet è un fenomeno che ha investito e coinvolto tutti dai

¹⁰⁵ Uno strumento ricco e potente come Internet può essere integrato nelle nostre vite, tenendo a mente alcune considerazioni importanti: le persone che hanno capacità innate di sviluppare relazioni, trovano nelle reti sociali virtuali uno strumento solido per creare o rinforzare i rapporti esistenti; gli utenti che, invece, hanno un carattere introverso o timido, possono relazionarsi più facilmente nelle reti sociali, ma con il pericolo che sviluppino molti rapporti virtuali e un isolamento dall'ambito reale; quelli che hanno una personalità dispersiva devono imparare ad utilizzare questo strumento con un ordine e uno scopo preciso, altrimenti i padroni del loro tempo e delle loro priorità saranno la tecnologia stessa; Le reti sociali non possono sostituire il rapporto personale; Internet in generale e le reti sociali in particolare si sono rivelate uno strumento efficace per crescere intellettualmente e per uscire dell'isolamento; le reti sociali stanno dando vita a nuove forme di comunicazione e di interazione, di linguaggi e di espressioni, sempre più comuni in tutti i livelli della nostra vita quotidiana (La Porte J.M., 2010)

più piccoli ai più grandi, il compito educativo delle famiglie potrebbe rimanere inadempito, essendo queste non soltanto prese dalla normale routine quotidiana ma anche perché attratte e distratte da quella che sembra essere il passatempo preferito da molti. Nei nuclei familiari problematici o multiproblematici o, ancora, che presentano scarsi livelli d'istruzione e particolari condizioni socio-economiche, il ruolo genitoriale nel mediare l'uso della rete può farsi ancora meno credibile.

Il fenomeno Internet, poi, proprio per la sua portata globale e per la sua entrata prepotentemente nella vita politica, sociale ed economica delle società, come si è visto, richiede di essere guardato da diversi punti di vista. Le ricadute, infatti, non investono solo l'aspetto sociale della vita delle persone. Sarebbe, quindi, interessante, nonché opportuno, approfondire ad esempio: le ricadute che, nel produrre e smaltire i dispositivi elettronici che ne consentono la fruizione, ha e potrebbe avere su una delle dimensioni più importanti del nostro benessere, quella ecologico-ambientale; l'effetto del *digital divide* per cui l'accesso alla rete digitale è ancora negato a una parte della popolazione mondiale, spesso quella che produce per le aziende pezzi essenziali per il mondo di Internet, non facendo altro che espandere quel divario tra potenze mondiali e alcuni paesi in via di sviluppo, o meglio tra ricchi e poveri, e diventando nuova espressione di disuguaglianza sociale; gli imperi virtuali costituiti dalle grandi industrie del settore informatico e delle telecomunicazioni che traggono profitto e vivono di lunga vita per mezzo delle informazioni e dei dati generati dagli stessi utenti del servizio che offrono, divenendo vera e propria merce per l'attuale ricavo di profitto; dunque, il discorso sulla privacy e la liceità del ricatto che sottende spesso l'uso Internet quando viene richiesto all'utente il suo consenso per il trattamento di dati personali o l'installazione di programmi vari, in cambio dell'accesso ai siti della rete; la quantità di tempo di vita quotidiana che si regala, in aggiunta a quello dedicato alla navigazione in Internet, ma anche per mantenere il suo sistema in generale e i dispositivi elettronici connessi a esso; il continuo e incessante fluire d'informazioni, alla velocità del tempo reale, che porta le persone ad aggiornarsi in continuazione e quindi è motivo

di un continuo sforzo, soprattutto mentale, di catalogazione, selezione, scelta, che mobilita troppo spesso l'uomo dal suo agire sociale; ancora, lo sviluppo diacronico e sincronico del rapporto uomo-macchina, soprattutto alla luce delle nuove macchine e di quelle che si attendono per il futuro, guardato con l'occhiale dell'incorporazione tra l'individuo e l'artefatto, fino quando alla sostituzione del secondo al posto del primo; il cambiamento delle modalità di collaborazione, cooperazione e solidarietà tra le persone, anche in campo politico, nonché la trasformazione della modalità stessa di fare politica e comunicarla agli elettori; l'incitamento all'utilizzo di Internet anche a seguito della stabilizzazione del regime di flessibilità lavorativa richiesta sempre più dal mercato del lavoro di oggi; la cosiddetta "pedagogia digitale" che entra ufficialmente nelle scuole quando anche queste hanno preferito adottare dispositivi elettronici e sistemi e-learning d'insegnamento, rispetto ai tradizionali strumenti, per garantire un miglior apprendimento e una più alta istruzione, tanto dei più piccoli quanto degli universitari.

Dunque, per queste ragioni, un approccio aperto e allo stesso tempo critico allo strumento virtuale è sicuramente da preferire. Si ritiene importante che soprattutto le istituzioni e gli enti coinvolti s'interessino al fenomeno emergente, comprendendolo al fine di spiegarlo. "Fare ricerca" è la parola d'ordine, perché di fronte a un fenomeno così complesso che mette in dubbio la stessa comunità scientifica, non si possono chiudere gli occhi o girare le testate. Nel nostro caso, in particolare, i servizi sociosanitari sono chiamati a fare ricerca qualitativa e quantitativa, al fine di preparare interventi di prevenzione, cura e riabilitazione di quei casi già individuati di dipendenza da Internet e di quelli che caratterizzeranno l'avvenire, sulla base delle evidenze disponibili e anche sulle particolari caratteristiche della propria utenza e del proprio territorio. Ecco perché si è pensato potesse essere interessante iniziare a formulare un'ipotesi di progetto per il Servizio per le dipendenze dell'Azienda ULSS 16 di Padova, che prevedesse una fase di studio e di ricerca, finalizzata sia a contribuire alla letteratura esistente con delle nuove considerazioni, sia a studiare il fenomeno nel particolare contesto padovano, e una fase di sperimentazione, volta ad attivare percorsi di aiuto pratici con e

per i primi soggetti dipendenti individuati e sensibilizzare il resto della comunità al tema. Il tutto non senza considerare difficoltà e incertezze dovute principalmente alla mancanza di una domanda sociale chiaramente espressa tra la popolazione, all'esistenza di una costellazione di sistemi di valutazione e di trattamento ancora poco testati e accreditati, nonché all'improbabilità che in questo particolare momento storico le istituzioni possano e vogliano investire su progetti in ambito sociosanitario. Ma il disagio espresso dai giovani è forte, se non ovunque, almeno nel territorio padovano, il rischio di dipendenza e di devianza è alto; nulla, poi, esclude la possibilità di testare in fase di ricerca una molteplicità di strumenti d'indagine elaborati in questi ultimi anni da diversi autori italiani e internazionali; così come la somiglianza riscontrata nel trattamento usato nelle tossicodipendenze e nelle dipendenze da Internet, lascia ben sperare che gli interventi da adottare siano di basso impatto economico e che non richiedano una trasformazione radicale dei servizi, quanto piuttosto un semplice ampliamento dell'offerta dei servizi che prevedono. Rimane dubbia, invece, la possibilità dei servizi di sfruttare le stesse applicazioni della Rete per attrarre l'attenzione di chi vive solo in questa e avrebbe bisogno di un sostegno per reintegrare la propria vita reale. È possibile che un giorno saremo in grado di usare Internet a nostro vantaggio, di saperlo usare davvero, con intelligenza e con consapevolezza, per riportare l'umanità all'umanità.

BIBLIOGRAFIA

1. Appadurai A. *Modernità in polvere: dimensioni culturali della globalizzazione*. Raffaello Cortina, Milano, 2012: 71-90
2. Arcuri L. *Crescere con la TV e internet. Dal telecomando alla mouse*. Il mulino, Bologna, 2008: 16-20, 30-35
3. Arvidsson A., Delfanti A. *Introduzione ai media digitali*. Il mulino, Bologna, 2013:14-20, 98-115
4. Basurto M. C. *Il Servizio sociale professionale applicato alle dipendenze patologiche*. Carocci, Roma, 2004: 19-30
5. Bauman Z.; Mattei M.G. *La vita tra reale e virtuale*. Tratto da "Meet the media guru. A tu per tu con la cultura digitale". Egea, Torino, 2014
6. Bauman Z. *Amore liquido. Sulla fragilità dei legami affettivi*. Editori Laterza, Bari, 2009
7. Bhagat Geeta. Sehgal Meena. *The relationship of parental bonding and internet addiction*. Indian Journal of Psychological Science 2 (2): 29-37, India 2011.
[http://www.napsindia.org/upload/JournalPDF/THE%20RELATIONSHIP%20OF%20PARENTAL%20BONDING%20AND%20INTERNET%20ADDICTION\\$Geeta%20Bhagat%20and%20Meena%20Sehgal.pdf](http://www.napsindia.org/upload/JournalPDF/THE%20RELATIONSHIP%20OF%20PARENTAL%20BONDING%20AND%20INTERNET%20ADDICTION$Geeta%20Bhagat%20and%20Meena%20Sehgal.pdf)
8. Bricolo F., Ancona E., Serpelloni G. *Effetti dell'uso della tecnologia digitale sul cervello e sulla psiche. Una revisione delle evidenze e due proposte*. Verona, 2002: 197-210. www.dronet.org il portale Internet per i Dipartimenti delle Dipendenze, Cap. 20.
9. Cantelmi T. *Tecnoliquidità. La psicologia ai tempi di internet: la mente tecnoliquida*. San Paolo Edizioni, 2013: 5, 15, 20-24, 57-60, 88-92, 116-125, 140-141, 170-177

10. Cantelmi T, Talli M., *Usi e abusi della "rete delle reti"*. *Psicologia Contemporanea*, 11-12 /1998: 6-11
11. Cantelmi T. *La mente in internet. Psicopatologia delle condotte online*. Piccin, Padova, 2000: 31, 75, 93
12. Cantelmi T., Toro M.B., Talli M. *Avatar-Dislocazioni mentali, personalità tecno mediate, derive autistiche e condotte fuori controllo*. Ed. Magi, Roma, 2010: 43
13. Castells M. *Galassia internet*. Feltrinelli, Milano, 2002: 21-33, 37, 49
14. Cavallaro R. *Sociologia dei gruppi primari*. Liguori Editore, Napoli, 2003: 100-111
15. Carlini F. *Parole di carta e di web: ecologia della comunicazione*. Einaudi, Torino, 2004: 4-5, 98-110
16. Ceron A.. *Social media e sentiment analysis*. Springer Verlag, Milano, 2014: 1-9, 12-14
17. Chia-Yi Liu; Feng-Yang Kuo. *A study of internet addiction trough the lens of the interpersonal theory*. *Cyber Psychology e Behavior*. 10(6): 799-804, Tiwan, 2007
18. Ciriello C. *Presi nella rete*. *Nuovoconsumo* anno XXII/227. 2013: 12
19. Codeluppi V. *Vivere nell'era dello schermo*. Angeli, Milano, 2013: 18-26, 45-46, 57-63
20. Conaldi G. *Analisi delle reti sociali: teorie, metodi, applicazioni*. FrancoAngeli, Milano, 2007: 27, 30, 31, 36, 37, 44, 45, 57-64
21. Consiglio Nazionale dell'Ordine Assistenti Sociali. *Codice deontologico dell'assistente sociale*. 2009

22. Cortese T. Mediamente. I mezzi di comunicazione di massa e l'appiattimento delle menti: un pericolo per le giovani generazioni. *Nuovoconsumo* anno XXII/227: 16
23. Davis R.A. *Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet (PIU)*, 1999, "Computers in Human Behavior", 17(2): 187-195, 2000
24. Dal Pra Ponticelli. *Dizionario di Servizio Sociale*. Carocci Faber, Roma, 2005: 173-185
25. Di Gregorio L. *Psicopatologia del cellulare. Dipendenza e possesso del telefonino*. FrancoAngeli / Le Comete, Milano, 2003: 14, 28, 78
26. Direzione Servizi Sociali Ulss 16 Padova. *Carta dei Servizi. Servizio Integrazione Lavorativa*. 2015
27. Direzione generale Ulss 16 Padova. *Delibera n. 2069 29/12/2000 "Costituzione del dipartimento funzionale per le dipendenze dell'azienda Ulss 16"*
28. Galgani F. *Solitudine e contesti virtuali*. Elaborato finale in Psicologia della Personalità. Università Telematica Internazionale Uninettuno (UTIU), 2014: 26-29 <http://www.galgani.it/solitudine-internet/>
29. Giorgetti Fumel M. *Legami virtuali. Internet: dipendenza o soluzione?* I ciottoli di jonas n. 12, Di Girolamo, Trapani, 2010: 7, 9, 13, 27-30, 34, 47-49, 50-52
30. Griffiths M.D. *Does Internet and computer "addiction" exist? Some case study evidence*. *Cyber psychology & Behavior* 3(2): 211-218, 2000
31. Griffiths M.D. *Video games and clinical practice: issues, uses and treatments*. *British journal of clinical psychology* 36, 639-641, 1997.
32. Jacobelli J. (A cura di), Cantelmi T, D'Andre A. *La realtà del virtuale*. Editori Laterza, Roma;Bari, 1998: 28-33

33. Lavelli E., Tortia B., Bignamini E. *Internet e Dipendenza. Dal Fare al dire.* I/2009:7-16.
34. Livingstone S., Olafsson K., Staksrud E. *Social Networking, Age and Privacy.* EU Kids Online, 2011: 1
<http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20%282009-11%29/EUKidsOnlineIIReports/ShortSNS.pdf>
35. Mettieri F. *Incontri virtuali: la comunicazione interattiva su internet.* Apogeo, Milano, 1997: 279-291
36. Mostafaei A., Khalili M. *The relationship between Internet addiction and mental health in male and female university students.* Annals of biological research 3(9): 4362-4366. Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran, 2012. <http://scholarsresearchlibrary.com/ABR-vol3-iss9/ABR-2012-3-9-4362-4366.pdf>
37. Palfrey J. *Nati con la rete. La prima generazione cresciuta su internet: istruzioni per l'uso.* BUR, Milano, 2009: 447-455
38. R. Perella. *Dipendenza da internet. Adolescenti e adulti.* MAGGIOLI Editore, 2014: 23,53-54, 56-57
39. Scabini E., Rossi G. *Famiglie e nuovi media.* Vita e pensiero, Milano, 2013: 8, 15-18, 38-41, 46, 57-65, 95-96, 105-145
40. Seifi Amir., Ayati Mohsen., Fadaei Mojtaba. *The study of the relationship between Internet Addiction and Depression, Anxiety and Stress among Student of Islamic Azad University of Birjand.* International Journal of Economy, Management and Social Sciences 3 (12): 28-32, Birjand, 2014
41. Sennet. R. *L'uomo flessibile. Le conseguenze del nuovo capitalismo sulla vita personale.* Feltrinelli, Milano, 2001:
42. Siegel L. *Homo interneticus. Restare umani nell'era dell'ossessione digitale.* Piano B, Prato, 2011:66, 68-72;98-99

43. Spitzer M. *Demenza digitale. Come la nuova tecnologia ci rende stupidi*. Corbaccio, Milano, 2012: 6, 13-16, 20, 65, 96, 232
44. Syed Shah N. Mohd et al. *Negative and positive impact of internet on young adults: Empericial study in Malaysia*. *Omnia Science* 10 (30): 619-638, Malaysia, 2014.
<http://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2099/16118/Syed%20Shah%20Alam.%20Negative%20and%20positive%20impact%20of%20internet%20addiction%20on%20young%20adults.%20Empericial%20study%20in%20Malaysia.pdf>
45. Turkle S. *Insieme ma soli. Perché ci aspettiamo sempre più dalla tecnologia e sempre meno dagli altri*. Codice, Torino, 2012
46. Young K. *Presi nella rete. Intossicazione e dipendenza da internet*. Calderini Edagricole, Bologna, 2000
47. Young K. S., *Pathologichal Internet Use: A case that breaks the stereotype*, In "Psychological Reports", 1996, 79, 899-902.
48. Young K., Pistner M., O'mara J., Buchanan J. *The mental health concern for the new millennium*. *CyberPsychology & Behavior* 3(5): 475-479, 2000.
49. DPR n° 309 09/10/1990. *Testo unico delle leggi in materia di disciplina degli stupefacenti e sostanze psicotrope, prevenzione, cura e riabilitazione dei relativi stati di tossicodipendenza*
50. L.R. n. 23 del 29 giugno 2012. *Norme in materia di programmazione socio sanitaria e approvazione del Piano socio-sanitario regionale 2012-2016*

SITOGRAFIA

Etimologia delle parole <http://www.etimo.it/>

Significato delle parole <http://www.treccani.it/>

Dati Internet in Italia. 2015 <http://www.audiweb.it/>

Dati Internet nel mondo. 2015 <http://www.internetworldstats.com/>

Mazza F. *Usare gli smartphone per strada potrebbe diventare illegale.* 2016
<http://www.ispazio.net/551793/usare-gli-smartphone-per-strada-potrebbe-diventare-illegale>

Grosso L. *Hikikomori: gli adolescenti chiusi in una stanza Il disagio giapponese dilaga in Italia.* 2015.
<http://espresso.repubblica.it/visioni/societa/2015/06/17/news/hikikomori-gli-adolescenti-chiusi-in-una-stanza-il-disagio-giapponese-dilaga-in-italia-1.217500>

Burkeman O. *Irreperibili e felici.* 2015.
<http://www.internazionale.it/opinione/oliver-burkeman/2015/10/27/irreperibili-felici-stress>

D'Alessandro J. *Quando dare uno smartphone ai propri figli.* 2015.
<http://playground.blogautore.repubblica.it/2015/10/30/quando-dare-uno-smartphone-ai-propri-figli/>

Fotografo elimina i Cellulari dalle sue immagini per mostrare come ne siamo diventati Dipendenti! 2015 <http://frasideilibri.com/fotografo-elimina-i-cellulari-dalle-sue-immagini-per-mostrare-come-ne-siamo-diventati-dipendenti/>

Pagni L. *Lavoro, un candidato su tre escluso per uso "improprio" di Facebook.* 2015. <http://www.repubblica.it/economia/2015/11/11/news/lavoro-127075542/>

La Repubblica. *The Facebook Experiment: "Stare alla larga dai social network riduce rabbia e senso di solitudine"*. 2015.

http://www.huffingtonpost.it/2015/11/12/facebook-facebook-experiment-social-network-rabbia-solitudine_n_8541550.html

Trunfio D. *Sur fake: le surreali foto che mostrano come lo smartphone ci stia risucchiando*. 2015. <http://greenme.it/vivere/arte-e-cultura/18331-sur-fake-fotografie-smartphone-dipendenza>

Zatterin M. *L'Unione europea vieta Facebook ai minori di 16 anni*. 2015. <http://www.lastampa.it/2015/12/16/societa/lunione-europea-vieta-facebook-ai-minori-di-anni-FgVcsgVKFcq1YaINrl3hmL/pagina.html>

Corlazzoli A. *Facebook, non ho l'età*. 2015.

<http://www.ilfattoquotidiano.it/2015/12/17/facebook-non-ho-leta/2311957/>

La Porte J.M., Piciarelli F. *L'uso d'Internet e la trasformazione dei rapporti sociali*. 2010. <http://www.familyandmedia.eu/it/argomenti/associazioni/128-luso-dinternet-e-la-trasformazione-dei-rapporti-sociali.html>

Vendola A. *La dipendenza da Internet in Cina*. 2014. <http://www.ilpost.it/2014/01/21/dipendenza-internet-cina/>

Latella A. *Una comunità in rete, tra solitudine e isolamento*. 2014. <http://www.sociologiaonweb.it/una-comunita-in-retetra-solitudine-e-isolamento/>

Redazione InformaSalus.it. *Vietare i cellulari ai bambini sotto i 10 anni: la richiesta dei pediatri italiani*. 2014.

<http://www.informasalus.it/it/articoli/vietare-cellulari-bambini.php>

Sbandi F. *L'esperimento di Facebook. Ecco cosa accade se metti Mi Piace a tutto*. 2014.

<http://coscienzeinrete.net/arte/item/2079-l%E2%80%99esperimento-di-facebook-ecco-cosa-accade-se-metti-mi-piace-a-tutto>

- Humanitasalute. *Dispositivi touch: attenzione a mani e dita*. 2014
<http://www.humanitasalute.it/tecnologia-e-salute/6343-abusi-di-tablet-e-smartphone-attento-a-mani-e-dita/>
- Laterza A. *Dipendenza da Internet. Reportage dal Policlinico Gemelli*. 2013.
http://www.huffingtonpost.it/2013/10/14/dipendenza-internet--gemelli-cura-tonioni_n_4095506.html
- Romano F. *Facebook causa infelicità? La scienza dice di sì, ma....* 2013.
<http://www.socialmediamarketing.it/facebook-causa-infelicit-la-scienza-dice-di-si-ma/>
- Talarico A. *Dipendenza da internet: apre negli Usa il primo centro per la disintossicazione*. 2013. <https://www.key4biz.it/News-2013-09-06-Tecnologie-internet-addiction-usa-pennsylvania-219630/16330/>
- Di Pasqua E. *Intossicati da internet? L'ossessione si cura in ospedale*. 2013.
http://www.corriere.it/salute/neuroscienze/13_settembre_04/dipendenza-internet-ospedale-cura-terapia_8cc40e28-1556-11e3-8320-f9ee5bd09b2b.shtml
- Fata A. *Internet addiction disorder. Una Review*. 2012.
<http://www.psychiatryonline.it/node/2031>
- Bauman Z. *La fine dell'intimità nell'era di Facebook*. 2011.
<http://temi.repubblica.it/micromega-online/la-fine-dellintimita-nellera-di-facebook/>
- Armano A. *Il telefono puntato alla tempia*. 2011
<http://www.ilfattoquotidiano.it/2011/11/25/telefono-puntato-alla-tempia-2/173144/>
- Servizio giornalistico TG1. *Ambulatorio per la dipendenza da internet Molinette di Torino*. 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=212yHIF5VxA>
- Gabbatt A. *Excessive internet use linked to depression, research shows*. 2010 <http://www.theguardian.com/technology/2010/feb/03/excessive-internet-use-depression>

Rainie L., Horrigan J. B., Wellman B., Boase J. *What Is the Internet Doing to Relationships?* 2006. <http://www.pewinternet.org/2006/01/25/what-is-the-internet-doing-to-relationships/>

Suler J. *The Psychology of Cyberspace*. *CyberPsychology and Behavior*, 7: 321-326. 2004. <http://truecenterpublishing.com/psycyber/disinhibit.html>

Grohol J.M., *Internet Addiction Guide*. 1999. <http://www.grohol.com/netaddiction/>

e-iglesias.eu. *Reti sociali reali e virtuali*. <http://www.mauroennas.eu/glocal/articoli-in-evidenza-2/61-soluzioni/gente-e-ambiente/75-le-reti-sociali-reali-e-virtuali>

- <http://www.ulss16.padova.it>
- <http://www.regione.veneto.it/web/guest/normativa>

FILMOGRAFIA

1. *Perfetti Sconosciuti*. Di Paolo Genovese. Commedia. Italia. 2016
2. *Il like*. Di The Pills web series. Commedia. Italia. 2015
3. *La solita commedia*. Di Fabrizio Biggio e Francesco Mandelli. Commedia. Italia. 2015
4. *Erlösung*. Di Mark Gerstorfer. Drammatico. Austria. 2014
5. *La grande bellezza*. Di Paolo Sorrentino. Drammatico. Italia; Francia. 2013
6. *Lei (Her)*. Di Spike Jonze. Commedia, USA, 2013
7. *Hunger games*. Di Gary Ross. Avventura. USA. 2012
8. *Disconnect*. Di Henry Alex Rubin. Drammatico. USA. 2012
9. *La sottile linea ADSL*. Di The Pills web series. Episodio 22, Stagione 1. Commedia. Italia. 2012
10. *L'amore ai tempi di Facebook*. Di The Pills web series. Episodio 4, Stagione 1. Commedia. Italia. 2011
11. *Avatar*. Di James Cameron. Fantascienza. USA; Gran Bretagna. 2009
12. *Wall-e*. Di Andrew Stanton. Animazione. USA. 2008
13. *Nella rete del serial killer (Untraceable)*. Di Gregory Hoblit. Drammatico. USA. 2008.
14. *Matrix*. Un film di Lana Wachowski, Andy Wachowski. Fantascienza. USA. 1999
15. *Hello Denise*. Di Hal Salwen. Commedia. USA. 1995
16. *1984 (Nineteen Eighty-Four)*. Di Michael Radford. Drammatico. Gran Bretagna. 1984

17. *Videodrome*. Di David Cronenberg. Fantastico. Canada. 1983

RINGRAZIAMENTI

Si ringrazia la professoressa Ivana Maria Padoan per aver accettato e sostenuto il mio progetto di laurea; il professor Mauro Ferrari per la sua disponibilità a suggerire modifiche e correggere errori, soprattutto riguardo alla parte più strettamente progettuale della tesi; tutto il corpo docente per aver riempito il corso di laurea, con insegnamenti e stimoli che hanno ogni giorno confermato il mio interesse e piacere nel frequentarlo.

Ringrazio con tanto, tantissimo, affetto la Dott.ssa Assistente Sociale Roberta Giuriatti, per avermi seguito, supportata e incoraggiata, non solo durante tutta la preziosa e interessante esperienza di tirocinio, qual è stata quella al Servizio per le Dipendenze dell'ULSS 16 di Padova, ma anche nel periodo di costruzione della tesi, in generale, e del progetto per un nuovo servizio per le dipendenze, in particolare.

Ringrazio la mia calorosa, rassicurante e splendida famiglia, fisicamente distante, lontana, ma mai come in questi anni tanto vicina con il suo puntuale, dolce e paziente sostegno morale, oltre che materiale, con la profonda fiducia e stima nei miei riguardi, la comprensione dei miei errori, l'ascolto dei miei problemi, l'aiuto pratico e risolutivo nei momenti di difficoltà e paura, l'amore sconfinato che da sempre supera qualsiasi forma di connessione fisica o virtuale.

Voglio ringraziare i miei compagni di quest'avventura, i colleghi dell'università e gli amici con i quali, in questi tre indimenticabili anni di studio a Venezia, mi sono ritrovata più volte a condividere momenti di vita davvero significativi, spensierati e del tutto reali. Mi riferisco soprattutto a Michela e Sara, Maria, Diego, Stefania, Alessandro, Alessia, Diego, Carlo, Eugenia, Martina, Elisabetta, Giorgiana, Alberto, Serena e José.

Sono molto grata anche a quegli amici che, nonostante la distanza, hanno continuato a impegnarsi per non far mai mancare la loro presenza e che ogni volta, al mio ritorno a casa, erano lì, ad aspettarmi con la sensazione che il

tempo non fosse mai passato. Mi rivolgo a Giovanna, Flaviana, Michela, Eleonora, Francesca, Marco, Bruno.

Grazie ad Antonio, per il suo amore puro e genuino, per supportarmi e sopportarmi, per offrirmi ogni giorno un motivo per essere sempre migliore, per avermi preso per mano e avermi portato nel suo mondo fatto di sogni, di viaggi, di bellezza e di natura. Grazie, con vero affetto, anche a tutta la sua vitale, armoniosa e amorevole famiglia, che mi ha accolto e sostenuto come se fosse anche un po' la mia.