

Internet addiction: la parola all'esperto

Internet può diventare una dipendenza, come una droga? Se la si usa in maniera patologica si: ce lo spiega in un'intervista lo psicologo Alessio Testani

a cura di Redazione GirlPower

14 dicembre 2009

A cura di Antonella Marchisella

De Kerckove ha definito tutta l'odierna tecnologia della comunicazione e dell'informazione come "tecnologia della mente o psicotecnologia" poiché essa estende ed amplifica le capacità psichiche e sensoriali **interagendo con la struttura mentale** in maniera analogica, come suggeriscono anche le ricerche di Sherry Turkle che ha descritto il concetto di **Second Self** in relazione al legame che la nostra mente tende a stabilire con il computer e tutte le dinamiche psicologiche che nascono su internet.

Abbiamo chiesto al **Dottor Alessio Testani**, psicologo, di approfondire con noi l'argomento:

Dottor Testani che cos'è il Sé Tecnologico?

Le tecnologie avanzate sono caratterizzate da un tropismo psichico crescente, simulano la mente ed i suoi processi. Ad esempio, il computer ed internet funzionano spesso come estensioni del Sé e mirano a trasformare lo stato della mente, le condizioni della coscienza, rappresentano un bacino di emozioni e sensazioni intense e rassicuranti, anche se frutto di dimensioni totalmente virtuali e simulatorie. Attualmente i mezzi tecnologici rappresentano dei veri e propri filtri tra la nostra mente e il mondo, filtri attraverso i quali passano le nostre esperienze prima di essere codificate dalla coscienza. Il sé subisce di continuo l'influenza dei contesti in cui si muovono le tecnologie della comunicazione.

Che cosa accade in un contesto psicopatologico?

Il mezzo tecnologico in un contesto psicopatologico ci porta ad una sensazione sgradevole di perdita del controllo poiché simula una perdita di controllo sul nostro mondo interno, attraverso l'identificazione tra il computer e la mente. In molte osservazioni si è rilevato come in pazienti giovani con tratti di personalità borderline o narcisistico, l'essere costretti dai genitori ad interrompere una conversazione in chat o un collegamento internet che durava da ore o giorni, determinava la comparsa di violenti episodi di ansia e rabbia con grande agitazione.

Chi fa un uso smodato e patologico di internet presenta spesso altre dipendenze comportamentali, cosa ci dice al riguardo?

Direi che nel caso delle dipendenze da internet un elemento che favorisce l'abuso può essere determinato dalla rapidità e facilità con le quali l'esperienza può ripetersi e protrarsi, provocando la comparsa di un comportamento compulsivo. Si potrebbe pensare anche ad una sorta di addiction prettamente correlata alla comunicazione in cui il cyber dipendente manifesterebbe difficoltà di comunicazione, una concezione spazio-temporale alterata e cercherebbe senza sosta un veicolo per esprimere o risolvere il proprio malessere.

Pare che la dipendenza da internet, alla stregua di altre dipendenze, trovi terreno fertile sovente in soggetti affetti da disturbo depressivo, disturbo compulsivo e polidipendenze...

Certo! Inoltre è altamente significativa la correlazione con situazioni ambientali difficili come la solitudine, i problemi coniugali e la disoccupazione. Interessante è anche tenere presente che possono essere vulnerabili a questo tipo di dipendenza anche quei lavoratori che per ragioni inerenti il loro impiego sono costretti a trascorrere molte ore in rete o ad usare il pc.

Che cosa ci dice sulla droga virtuale?

Ormai esiste un'ampia letteratura scientifica sulle connessioni tra condotte tossicomane e l'uso smodato dei mezzi tecnologici e di Internet. Così come il tossicomane nella fase iniziale di "luna di miele" con la sostanza viene a contatto con esperienze sensoriali incredibili ed appaganti, e quindi sente la possibilità di risignificare gli oggetti di relazione, anche i cosiddetti "internauti" scoprono come sia possibile entrare in uno spazio spesso significativamente gratificante rispetto ai loro bisogni. I frequentatori abituali delle chat, descrivono questi posti come un nuovo mondo, un'apertura mentale che gli ha permesso di padroneggiare varie modalità della relazione e del contatto interpersonale, ed arrivano a dire che è solo grazie alla chat che essi si sentono veramente liberi e felici. In questi soggetti molto spesso si segnalano, transitoriamente (da uno a sei mesi circa), comportamenti disfunzionali o decisamente compulsivi, in quanto sacrificano le ore di sonno notturno o anche rapporti ed impegni significativi, con risvolti molto gravi sulla loro vita. Queste situazioni di "short addiction" si evolvono verso una risoluzione spontanea ed in seguito vengono stigmatizzate dal soggetto che le ha vissute, ma pongono l'accento su una sorta di vulnerabilità additiva che viene amplificata dal contatto con il cyberspazio. In relazione a questo fenomeno Patricia Wallace (1999) parla di *malattia dei novellini*: "Quando i primi entusiasmi e l'eccitazione per il nuovo mondo virtuale si smorzano, alcuni utenti riconoscono il pericolo di perdere troppo tempo in attività inutili e smettono, abbandonando semplicemente le loro maschere senza volto".