

Tecnologia

Internet Addiction: fu vera sindrome?

Se ne parla dal 1995, ma ora si chiede anche il riconoscimento ufficiale

Incollati al monitor per ore e ore. E fuori, nella vita reale, incapaci di pensare ad altro che all'e-mail, alla chat, al Web. Ma è una vera malattia oppure una bufala colossale? Ora si comincia a prenderla sul serio

**SERVIZIO A CURA
DI FABIO METITIERI**

Internet, come l'alcool e le droghe, può causare una sindrome da dipendenza, l'Internet Addiction Disorder (IAD). A sostenerlo è il dottor Jerald J. Block, psichiatra dell'Università di Medicina dell'Oregon, con un articolo sul numero di marzo del prestigioso *American Journal of Psychiatry* (1). Lo IAD, secondo questo studioso, deve essere inserito nella prossima edizione del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (2), l'indice ufficiale delle malattie mentali. In effetti, diverse università statunitensi offrono già dei servizi di assistenza per gli studenti affetti da Internet-dipendenza, un problema che è stato riconosciuto anche dal Dicastero integrazione e informazione sociale della Città di Lugano, con il sito Web «Ma tu che ne sai?» (3)

Una storia lunga e quasi comica

Lo IAD venne inventato di sana pianta dallo psichiatra Ivan K. Goldberg, per scherzo, nel 1995. Alcuni colleghi lo presero sul serio e iniziarono a offrire terapie per curare chi ne fosse afflitto. I due più famosi sostenitori dell'esistenza della sindrome sono la psicologa Kimberly S. Young, oggi docente

in un'università francese vicino a New York, che oltre ad aver pubblicato alcuni libri in merito ha un centro di cura online (4), e David Greenfield, un altro terapeuta in Rete (5), docente dell'Università del Connecticut. Mentre Goldberg ancora alla fine del 1996 dichiarava stizzito alla rivista *Wired* che «It's all bullshit» (un modo colorito per dire «Sono tutte sciocchezze»), proprio la sua finta descrizione dei sintomi veniva usata da Young per preparare quello che è tuttora il questionario più noto per capire se qualche parente o amico è affetto da questo male (6).

Curare chi ci trascura per la Rete

Gli scettici, oltre a notare che curare una dipendenza da Internet tramite Internet stessa sarebbe come tenere le riunioni della Alcolisti Anonimi in una distilleria, criticano il fatto che possano essere i genitori o i partner dei malati a individuarli come tali. Nei suoi libri, Young spiega quanto sia difficile combattere lo IAD: i malati negano il problema e la dottoressa è di solito costretta a ricorrere all'aiuto dei parenti (spesso un partner geloso di una relazione in chat) per curare persone che ritengono di essere perfettamente sane e che si infuriar-



A OLTRANZA In Estremo Oriente c'è chi proprio non riesce a scollegarsi.

(Epa)

no quando vengono private del PC e di Internet.

Pochi malati

Un altro argomento di chi non crede alla sindrome è la scarsità di malati. Diversi mass media alla fine degli Anni Novanta avevano descritto lo IAD esagerandone sia i sintomi, con allucinazioni e delirio, sia l'incidenza sui giovani, parlando di un ragazzo su dieci ormai colpito da questo male. Negli ospedali psichiatrici, però,

di queste migliaia e migliaia di giovani in preda alle convulsioni non c'era traccia.

Non più di 38 ore alla settimana

In realtà, se si leggono a fondo le pubblicazioni di Young e degli altri esperti della sindrome, tutto appare molto meno drammatico. La dottoressa precisa che Internet crea dipendenza quasi soltanto in soggetti che hanno già avuto problemi di depressione o di ansia e molto spesso già in cura per altri tipi di dipendenza, oppure per altri disturbi. Per diventare dipendenti, inoltre, occorre rimanere online, per diletto e non per lavoro, almeno 38 ore alla settimana. Secondo Young, insomma, se si ha già avuto qualche problema di dipendenza, o se si è soggetti ad ansia, depressione o bulimia, è meglio non restare collegati, lavoro a parte, per più di cinque ore al giorno. Che pare un consiglio molto ragionevole.

In Italia il primo e più noto sostenitore della pericolosità dello IAD, lo psichiatra Tonino Cantelmi, docente della Pontificia Università Gregoriana di Roma, in dieci anni circa, fino al 2005, scrive di aver individuato solo sei casi di IAD, in soggetti già vulnerabili per altri motivi. Anche per

Cantelmi la sindrome colpisce persone con difficoltà comunicative, con personalità di tipo ossessivo-compulsivo e con marcati aspetti di inibizione nei rapporti interpersonali.

I numerosi scettici

Negli ultimi anni si erano pronunciati contro l'esistenza di una vera e propria sindrome molti studiosi, come Sara Kiesler, dell'American Psychological Association (APA), la psicologa Patricia Wallace nel suo *La psicologia di Internet* (Raffaello Cortina, 2000) e la sociologa Michela Drusian in *Acrobati dello spazio magico. L'esperienza degli adolescenti in chat* (Guerini e associati, 2005). Drusian, in particolare, dopo aver intervistato circa 300 chatter adolescenti scrive di non aver riscontrato alcun sintomo di Addiction: in chat quando non ci si diverte ci si scollega e si passa ad altro.

L'epidemia in Corea e in Cina

Jerald J. Block nella sua proposta parla soprattutto di Corea e di Cina. Secondo questo psichiatra, i morti da gioco online nella Corea del Sud sarebbero già 11, dopo essere stati troppe ore negli Internet Café, e i medici stimano che circa 210 mila bambini e adolescenti di

età compresa tra 6 e 19 anni avrebbero bisogno di cure perché affetti dalla sindrome. Di questi, più del 20 per cento ha bisogno di cure ospedaliere. Tra gli studenti, altri 1,2 milioni correrebbero il rischio di ammalarsi, perché passano circa 23 ore alla settimana giocando online. Occorre precisare che la Corea del Sud è uno dei Paesi dove i giochi di ruolo come «Ultima online» e «Lineage» hanno avuto più successo, con diversi milioni di giocatori accaniti. Quanto alla Cina, Block riporta i dati governativi ufficiali del 2007, con 10 milioni di adolescenti ammalati. Quello che la sua relazione non dice è che da circa tre anni gli Internet-dipendenti cinesi vengono curati con una terapia che prevede anche l'uso di leggere scariche elettriche e di iniezioni in vena di psicofarmaci.

Stati Uniti: molte cliniche e pochi malati?

Per gli Stati Uniti, invece, che per molto tempo hanno avuto una popolazione di navigatori più numerosa di quella cinese, Block non ha dati, perché Internet si usa da casa e non negli Internet Café, ma si dichiara certo che il problema è di analoghe proporzioni. La malattia, tra l'altro, secondo questo psichiatra è molto difficile da curare e presenta frequenti ricadute. Mentre dei milioni di malati statunitensi non si hanno notizie, le cliniche e i terapeuti per trattare la Internet-dipendenza si stanno moltiplicando. Non resta che attendere le bozze della prossima edizione del manuale statunitense, che potrebbero già essere pronte nel 2009, per una prima revisione.

LINK

- 1 <http://ajp.psychiatryonline.org/cgi/content/full/165/3/306>
- 2 <http://allpsych.com/disorders/dsm.html>
- 3 <http://www.lugano.ch/matuchenesai/sub.cfm?catid=05001>
- 4 <http://www.netAddiction.com>
- 5 <http://www.virtual-Addiction.com>
- 6 http://netaddiction.com/resources/internet_addiction_est.htm

FALSO ALLARME

I videogiochi, finora assolti

La proposta di considerare i giochi online e i videogiochi in genere come elementi in grado di determinare una sindrome da dipendenza è stata presentata al congresso del 2007 della American Medical Association (AMA), ma è stata respinta. Secondo la rivista *Wired*, la bocciatura è arrivata proprio dagli esperti di dipendenze, che non ritengono che i videogiochi possano causare dipendenze simili a quelle dell'alcool o delle droghe. Malgrado la tentazione di ottenere la copertura assicurativa per un

nuovo tipo di terapia, l'associazione ha concluso che servono degli studi più approfonditi, mentre alcuni medici hanno addirittura sostenuto che un uso moderato dei videogiochi è salutare.

Il libro di Marc Prensky *Mamma non rompere. Sto imparando!*, pubblicato in italiano da Multiplayer.it all'inizio di quest'anno, si spinge oltre. Prensky, che è un esperto di *e-learning*, difende le potenzialità educative dei videogiochi e sostiene che i nativi digitali, cioè coloro che hanno vis-

suto la propria infanzia sulle console di gioco, hanno migliori capacità di coordinare i movimenti della mano guidati da un'immagine su uno schermo, cosa importante per alcune operazioni chirurgiche di oggi. Inoltre, nelle versioni online, su Internet, giocare è un'attività sociale, dove si collabora con persone di tutto il mondo e dove si possono simulare diverse situazioni. I nativi sarebbero quindi molto bravi in diverse professioni, anche come architetti, avvocati e imprenditori.

CYBERBUSSOLA

MATRIMONIO TRA MICROSOFT E YAHOO? DIPENDE DA PREZZO E CONDIZIONI

DAVIDE GAI

Sul mancato (per ora) matrimonio tra Microsoft e Yahoo sono già stati riversati fiumi di inchiostro. Poiché la maggior parte degli interventi si sono concentrati sugli aspetti finanziari della transazione, ovvero sulla congruità del prezzo dell'offerta, rimane spazio per delle considerazioni un poco diverse. Lo scontro che si è appena verificato a cavallo tra gli studi legali, le sale dei consigli di amministrazione e le lounge degli aeroporti è in realtà una contrapposizione tra due visioni aziendali che non possono essere più diverse. La casa di Redmond può ormai considerarsi un'azienda tradizionale, solida, che vende prodotti che, a dispetto di tutte le critiche, spesso giustificate, svolgono una funzione imprescindibile nel mondo del lavoro, e della vita privata. Quanti studiano o lavorano senza Word o senza Windows? Meno del cinque per cento delle persone. Si badi bene, questo non vuole costituire un'apologia nei confronti delle funzionalità di questi programmi, assolutamente migliorabili, ma una constatazione di come Microsoft si sia con-



quistata un posto nell'economia paragonabile a quello dell'industria dell'acciaio o di quella farmaceutica. Dal TIR alla ballerina: Yahoo danza leggerissima nel mondo di Internet, con un modello di business semplice nella sua accezione spontanea (offrire contenuti gratuiti e guadagnare con la pubblicità) ma in realtà complicatissimo e poco trasparente, fatto di innumerevoli e sofisticati approcci al mercato. Bisogna aggiungere che la Internet company si trova in un regime di concorrenza molto più spietato rispetto a quello della produttrice di software, a differenza della quale non è il numero uno del mercato (Google è molto, ma molto più avanti). Manca inoltre di reali applicazioni del cosiddetto Web 2.0, che merita di essere spiegata, perché è stato correttamente visto co-

me naturale sviluppo della piattaforma WiFi della città di Lugano. In sintesi si tratta di sfruttare Internet senza passare attraverso un browser. In questo modo si esce dalla visione limitativa della rete considerata come un giornale elettronico fatto per essere sfogliato. Le informazioni vengono ricercate ed elaborate da un programma che risiede sul PC, oppure su di un palmare, e vengono presentate in modo sofisticato, con un contenuto di informazioni molto più alto rispetto al semplice browser. Forse l'esempio più eclatante di questo è dato da Google Maps, o da Microsoft Earth. Un aspetto degno di nota è la crescita a dismisura di applicazioni di questo tipo per il mercato dei palmari aventi una connessione a banda larga, dove è proprio la piattaforma Windows Mobile a permetterne l'utilizzo in modo agevole. Tornando al matrimonio, s'aveva o non s'aveva da fare? Sicuramente non a questo prezzo e non a queste condizioni. Di conseguenza Microsoft ha fatto bene a ritirarsi e gli azionisti di Yahoo hanno mille ragioni per essere adirati con il loro management. Fino al prossimo round.

me naturale sviluppo della piattaforma WiFi della città di Lugano. In sintesi si tratta di sfruttare Internet senza passare attraverso un browser. In questo modo si esce dalla visione limitativa della rete considerata come un giornale elettronico fatto per essere sfogliato. Le informazioni vengono ricercate ed elaborate da un programma che risiede sul PC, oppure su di un palmare, e vengono presentate in modo sofisticato, con un contenuto di informazioni molto più alto rispetto al semplice browser. Forse l'esempio più eclatante di questo è dato da Google Maps, o da Microsoft Earth. Un aspetto degno di nota è la crescita a dismisura di applicazioni di questo tipo per il mercato dei palmari aventi una connessione a banda larga, dove è proprio la piattaforma Windows Mobile a permetterne l'utilizzo in modo agevole. Tornando al matrimonio, s'aveva o non s'aveva da fare? Sicuramente non a questo prezzo e non a queste condizioni. Di conseguenza Microsoft ha fatto bene a ritirarsi e gli azionisti di Yahoo hanno mille ragioni per essere adirati con il loro management. Fino al prossimo round.

