

7.13

TUTTI PAZZI PER LA RETE: UNA RICERCA SPERIMENTALE SULL'INTERNET ADDICTION DISORDER

Scurti P.*^[1], Schiavo R.^[1], Festa S.^[1], Perillo G.^[1],
Perrotta T.^[1], Picardi A.^[1], Maddaluno M.C.^[1],
Strano L.^[1], De Causis D.^[1]

^[1]Asl Napoli 2 Nord ~ Napoli ~ Italy

Sottotitolo: Riflessioni per la definizione di progetti di prevenzione all'utilizzo patologico di internet nella fascia d'età adolescenziale.

Testo Abstract

In questo lavoro ci proponiamo di mostrare quanto l'Internet Addiction Disorder abbia correlazioni significative con una serie di variabili che vanno dai tratti personalità agli stili genitoriali percepiti degli intervistati.

La definizione new addiction fa riferimento a quei comportamenti socialmente accettati, come l'utilizzo di Internet, che presentano elementi e caratteristiche in comune con le dipendenze da sostanze ufficialmente riconosciute dalla comunità scientifica. In questi nuovi processi di assuefazione riscontriamo infatti meccanismi noti alle più comuni dipendenze quali la ripetitività, la gratificazione ed il craving. Non ci sono ancora criteri diagnostici condivisi, se non in una piccola sezione di dipendenze senza sostanza nel DSM-5 in cui è stato ufficializzato solo il GAP; la IAD è segnalata, invece, come proposta nella terza sezione del manuale come quelle condizioni che richiedono ulteriori studi per poi essere classificate disturbi; in tale sezione si evidenzia che si può parlare di dipendenza da Internet quando, per una significativa quantità di tempo, le proprie energie psico-fisiche vengono spese per la rete, creando così delle lacune negli altri ambiti della vita quotidiana come quella personale, relazionale, scolastica, lavorativa, familiare ed affettiva, con comportamenti del tutto simili all'assuefazione, al bisogno impellente e alla comparsa di tolleranza, che avvengono anche nell'utilizzo di sostanze. Nell'ICD-11 (2022) è stata aggiunta la nuova categoria "Disturbi dovuti a comportamenti di dipendenza" che include il "Disturbo da gambling" e la nuova categoria diagno-

stica "Disturbo del gaming" caratterizzato da un modello di comportamento di gioco persistente principalmente online.

Fu la Young (Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1996) che oltre alla Computer Addiction (dipendenza da giochi offline) classificò, a seconda dell'oggetto o dell'attività, altre tipologie di disturbo: Net Gaming (dipendenza da giochi online), Cyber Relational Addiction (dipendenza da relazioni online), Cybersex Addiction (dipendenza da sesso virtuale), Information Overload (sovraccarico cognitivo, ovvero bisogno compulsivo di fare ricerche sul web per reperire informazioni e notizie). La ricerca della Young, ha dunque indentificato la IAD come "un disturbo del controllo degli impulsi non dovuto ad una sostanza intossicante, che provoca conseguenze nei principali ambiti della vita quotidiana".

Obiettivo generale

Contribuire alla formulazione di programmi di prevenzione per contrastare lo sviluppo della IAD fornendo agli operatori del settore indicatori evidenzianti le reali necessità e competenze da sviluppare inerenti la popolazione target.

Obiettivi specifici

L'obiettivo del lavoro condotto dagli scriventi è verificare le seguenti ipotesi di ricerca:

- In che modo la dipendenza da internet correla con variabili della personalità e con l'alessitimia?
- Qualora ci fosse una correlazione significativa, in che modo i tratti di personalità possono avere un ruolo determinante nello sviluppo di una dipendenza da Internet?
- Indagare la relazione tra dipendenza affettiva e dipendenza da Internet in funzione del cambiamento del proprio stato umorale nei soggetti;
- Valutare se l'impatto delle dimensioni psicopatologiche e dell'alessitimia sui livelli di dipendenza da Internet è mediato dagli stili genitoriali percepiti dagli esaminati, considerando anche la correlazione tra dipendenza affettiva e stili genitoriali, per il sotto campione di soggetti che ha compilato il questionario sulla dipendenza affettiva.

Metodo

Partecipanti e procedura: Lo studio ha coinvolto un collettivo di studenti raccolto mediante campionamento casuale stratificato. I soggetti frequentavano il terzo anno di scuola secondaria di primo grado, e il primo, secondo e terzo anno di scuola secondaria di secondo grado - tutti rintracciati su territorio campa-

no. La somministrazione è avvenuta mediante un protocollo di questionari autosomministrato ai singoli partecipanti di ogni sezione, a quali è stato garantito l'anonimato e l'utilizzo delle informazioni in forma aggregata per finalità di ricerca. Il tasso di abbandono rispetto al totale delle somministrazioni (445) è pari al 7% (34) per un campione finale di 411 soggetti. Il campione totale analizzato è costituito da soggetti di età compresa tra i 12 e i 17 anni (età media 14 anni), di cui 210 maschi (51,1%) e 201 femmine (48,9%). Tra di essi 112 (27,2%) frequentano il terzo anno di scuola secondaria di primo grado, mentre 136 (31,1%) il primo anno di scuola secondaria di secondo grado, 61 (14,8%) il secondo anno e 102 (24,8%) il terzo. La situazione genitoriale prevede 343 soggetti con genitori sposati (83,5%), 56 con genitori divorziati/separati (13,6%) e 12 con un genitore vedovo (2,9%).

Inoltre come caratteristiche descrittive utili ai fini della ricerca, sono state rilevate informazioni circa la presenza e la tipologia di strumenti tecnologici nella vita quotidiana di questi soggetti e il tempo di utilizzo quotidiano di tali strumenti (per le distribuzioni di frequenza vedi rispettivamente figura 1 e figura 2).

Strumenti: Il protocollo di questionari si compone di una parte introduttiva con le indicazioni per una corretta compilazione e, a seguire, una prima sezione per raccogliere le caratteristiche socio-anagrafiche e la presenza in casa di tecnologia digitale; la seconda sezione è costituita da otto questionari di seguito brevemente descritti:

1. Per indagare la Dipendenza da Internet è stata utilizzata la versione revisionata del questionario originale U.A.D.I. (Uso, Abuso, Dipendenza da Internet) realizzata da Cantelmi e colleghi (2010) che consente di indagare cinque dimensioni: Evasione Compensatoria (uso di Internet all'insegna dell'evasione, quale atto di compensazione rispetto alle difficoltà della vita reale quotidiana), Dissociazione (alienazione e esperienze sensoriali bizzarre, depersonalizzazione, derealizzazione), Impatto sulla Vita Reale (eventuale modificazione delle abitudini, dei rapporti sociali, dell'umore dovute all'uso prolungato/distorto di Internet), Sperimentazione (l'uso di Internet come spazio privato, come laboratorio sociale di sperimentazione del Sé, come terreno per il gioco e la regressione, come strumento per la ricerca di emozioni tramite comportamenti trasgressivi, aggressivi, eccitazione, menzogna, identità fluida, noia), Dipendenza (comportamenti e sintomi legati alla tolleranza, astinenza, compulsività e ipercoinvolgimento).

2. Il Love Addiction Inventory (L.A.I.) è lo strumento utilizzato per la valutazione della Dipendenza Affettiva. Le dimensioni che costituiscono la sua strut-

tura sono sei: Rilevanza (bisogno mentale assiduo di vedere il/la partner e stare in sua compagnia), Ritiro (vissuti disfunzionali rispetto alla vita quotidiana come agitazione, stati d'ansia/depressione, senso di abbandono sperimentati in assenza del/la partner), Tolleranza, (necessità di trascorrere un tempo sempre maggiore con il/la partner pena un senso di astinenza), Modificazione dell'Umore (il partner ha la funzione di condizionare il proprio stato umorale, placato e rasserenato dalla sua vicinanza, agitato e inquieto nel caso della lontananza), Ricaduta (incapacità di ridurre il tempo da trascorrere insieme al/la partner, finendo per desiderarlo/la costantemente) e Conflitto interiore (verso i propri hobby e le proprie responsabilità, che vengono sacrificate pur di stare con l'altro).

3. Il Beck Depression Inventory seconda versione (BDI-II) è lo strumento utilizzato per valutare i sintomi della depressione a livello comportamentale, emotivo, cognitivo e somatico. La struttura del questionario è bidimensionale: Cognitivo-Affettiva (tristezza, pessimismo, fallimento passato, sensi di colpa, sentimenti punitivi, disprezzo verso sé stessi, autocritica) e Somatica (sensazioni provate principalmente sul proprio corpo come agitazione, perdita di energia, cambiamento nel ritmo del sonno e nell'appetito, difficoltà di concentrazione, stanchezza o affaticamento).

4. L'ansia dei soggetti è stata misurata mediante lo State and Trait Anxiety Inventory Form Y-1/Y-2 (STAI-Y) nella versione italiana di Pedrabissi e Santinello (1989). È un questionario bidimensionale di autovalutazione dei livelli di ansia di stato (è la dimensione indicativa dell'ansia "proprio in quel momento", una sensazione soggettiva di tensione e preoccupazione, comportamenti relazionali di evitamento o avvicinamento eccessivo e un aumento dell'attività del sistema nervoso autonomo relativa ad una situazione stimolo, quindi transitoria e di intensità variabile) e ansia di tratto (riflette una condizione ansiosa più duratura e stabile della personalità, continuativa, indipendentemente da una situazione particolare).

5. Per la misurazione di aspetti della personalità è stata impiegata la versione italiana dell'HEXACO-PI-R (HEXACO-Personality Inventory-Revised) di Ashton e Lee (2009), utilizzato per indagare sei dimensioni che hanno maggior peso nella personalità umana: Onestà (persone con intenti genuini e non manipolatori verso gli altri, tendono a non infrangere in alcun modo le regole), Emozionalità (coloro che sperimentano facilmente paura, ansia, e sentono il bisogno di supporto emotivo da parte degli altri, a cui si legano sentimentalmente, Estroversione (individui che vedono sé stessi in luce positiva, manifestano sicurezza nel gestire o affrontare gruppi di persone, di cui godono la presen-

za), Amabilità (persone tendenti al voler piacere agli altri e al manifestare simpatia, gentilezza e affetto verso di essi, a cui si contrappongono l'ostilità interpersonale, il serbare rancore nei confronti degli altri, il criticare molto spesso le loro mancanze), Coscienziosità (riguarda la capacità di saper organizzare il proprio tempo e il proprio ambiente fisico, lavorare in modo disciplinato e mirato verso i propri obiettivi) ed infine Apertura Mentale (saper dare il giusto valore a ciò che si possiede e godersi pienamente ogni momento).

6. La Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) nella sua versione italiana (La Ferlita et al., 2007) è stata adoperata per l'autovalutazione dell'Alessitimia, ed è costituita da quattro fattori: Difficoltà a identificare i sentimenti (riconoscerli e distinguerli dalle sensazioni somatiche), Difficoltà a descrivere i sentimenti (spiegare e parlare dei propri sentimenti ad altre persone), Difficoltà nel Contatto e nell'Utilizzo delle Emozioni (valuta il disinteresse nell'utilizzare le proprie emozioni come segnale e guida nel rapporto con se stessi e gli altri) e Pensiero Orientato verso l'Esterno (valuta un pensiero trasposto verso la realtà esterna e poco attenzionato a entrare nel proprio stato emotivo).

7. La valutazione del grado di autostima dei partecipanti è stata effettuata mediante la versione italiana del Rosenberg Self-Esteem Scale (R.S.E.S.) introdotto da Rosenberg nel 1965, la quale identifica la dimensione Autostima come la riflessione positiva o negativa che l'individuo ha di sé stesso per fare fronte alle sfide fondamentali della vita (Prezza et al., 1997). Il questionario dunque è unidimensionale.

8. In merito alla valutazione del rapporto genitore-figlio, è stato adoperato il Questionario degli Stili Genitoriali Percepiti (Q.S.R.P.G.) validato in Italia e che descrive lo stile relazionale di un individuo, ma anche di una coppia o di una famiglia (Colesso, 2006). Il modello denota tre dimensioni della genitorialità validate dagli autori. Lo Stile Genitoriale Abusivo-Apatico è uno stile di tipo "distruttivo" (non esistere). È una modalità relazionale ed educativa che esprime distruttività nei confronti del rapporto con il figlio, ma anche del suo sviluppo. Lo Stile Genitoriale Reattivo-Ripetitivo è uno stile caratterizzato da "stasi" (non crescere). Rappresenta una modalità di relazione che tende a bloccare ogni forma di crescita e assunzione di responsabilità; è presente l'affetto, ma è soffocante per lo sviluppo dell'indipendenza. Lo Stile Genitoriale Conduttivo-Creativo è uno stile che denota una modalità relazionale costruttiva (diventare adulto), caratterizzata da atteggiamenti e comportamenti che promuovono la crescita, la responsabilizzazione e la preparazione necessaria a un figlio per affrontare l'età adulta.

Discussione

In merito all'obiettivo generale, la ricerca ha evidenziato un impatto medio complessivo sui livelli di dipendenza da Internet da parte delle variabili anagrafiche, delle variabili psicopatologiche, dell'alessitimia, delle variabili di personalità e degli stili genitoriali pari al 30%. Le analisi preliminari indicano che i maschi tendono maggiormente ad attuare una condotta di sperimentazione, utilizzando Internet come territorio per la trasgressione, l'eccitazione e l'aggressività; mentre le femmine sono più inclini a utilizzare Internet come strumento di fuga/allontanamento dalla realtà, ed essere maggiormente tolleranti e dipendenti rispetto all'incremento del tempo di utilizzo dello strumento, modificando le abitudini, le relazioni con gli altri e il tono dell'umore. Inoltre, coloro che utilizzano lo strumento tecnologico oltre le 6 ore al giorno tendono maggiormente a ricorrere ad Internet per far fronte alle difficoltà della vita reale, *escape from reality*; per contro adolescenti che utilizzano Internet non oltre le quattro ore subiscono meno l'effetto di Internet sulla vita reale; in generale l'incremento di 1-2 ore di utilizzo, favorisce un aumento staticamente significativo delle condotte di astinenza, compulsività e ipercoinvolgimento legate alla dipendenza. Inoltre, adolescenti appartenenti a famiglie con genitori sposati sarebbero meno coinvolti in condotte di fuga dalla vita rispetto agli adolescenti che hanno genitori divorziati.

Alla luce del primo obiettivo specifico di questa ricerca, volto a verificare il peso unico delle dimensioni psicopatologiche, dell'alessitimia e delle dimensioni di personalità nella dipendenza da Internet, le analisi di regressione comprovano che individui tendenti all'uso di Internet come fuga, miglioramento dell'umore, della competenza personale e della qualità delle relazioni sociali mostrano una condizione ansiosa (quasi il 13% di impatto sull'evasione compensatoria); inoltre presentano livelli più elevati di depressione sul piano cognitivo-affettivo con tristezza, pessimismo, sensi di colpa e autocritica; maggiori difficoltà nel vivere le emozioni per sé stessi e in relazione agli altri (4%). Coloro che ottengono punteggi più elevati circa i sintomi dissociativi, evidenziano una maggiore difficoltà nel vivere le emozioni (13%); mostrano sentimenti di tristezza, punitivi, e di disprezzo verso sé stessi. Soggetti che riportano valori significativi di sperimentazione e di dipendenza, hanno una difficoltà maggiore nel vivere le emozioni nella vita reale (15%) e presentano livelli più elevati di ansia di tratto (3%).

Indagando il secondo obiettivo di questo lavoro in merito alle caratteristiche di personalità, le analisi di regressione hanno rilevato che adolescenti con pun-

teggi elevati di emozionalità, presentano un incremento nei livelli di evasione compensatoria e di dipendenza. Punteggi elevati di amabilità comportano un incremento dei livelli di evasione compensatoria e di impatto sulla vita reale. In tal senso Internet potrebbe rispondere al bisogno di mostrarsi piacevoli e in cerca di socialità a molte più persone contemporaneamente, e rappresentare un'alternativa più appetibile rispetto alla vita quotidiana a scapito dei rapporti reali con gli altri. Gli adolescenti con livelli maggiori di onestà (tendenti a non infrangere le regole, e che cercano di vivere il proprio percorso di vita con sincerità e senso di responsabilità) presentano livelli inferiori di evasione compensatoria e sperimentazione. Mentre coloro che hanno un'autostima maggiore subiscono meno l'impatto di Internet sulla vita reale (7%). Soggetti con punteggi più elevati di coscienziosità, intesa come temperanza e disciplina verso i compiti, gli impegni e le decisioni da prendere, risultano meno inclini ad attuare condotte di sperimentazione attraverso Internet. Infine, adolescenti che presentano livelli maggiori di apertura mentale ed estroversione hanno livelli più bassi di dipendenza. (vedi figura 3 – Analisi di regressione della dipendenza da Internet su psicopatologie, alessitimia, personalità e stili genitoriali).

Per quanto riguarda il sottocampione di partecipanti di cui sono stati valutati gli aspetti costitutivi della dipendenza affettiva (da partner), in linea con la verifica del terzo obiettivo di questa ricerca, le analisi di regressione consentono di affermare che gli adolescenti con una maggiore tolleranza dell'incremento del tempo che si desidera trascorrere con il partner, conseguono punteggi maggiori di evasione compensatoria (4,5%) e sperimentazione. Invero la ricerca incontrollata di un tempo sempre maggiore da trascorrere con il partner può trovare in Internet un modo (compensatorio) di prolungarsi. Allo stesso modo punteggi maggiori di conflitto verso le proprie responsabilità e i propri hobby, incrementa i livelli di evasione compensatoria e di sperimentazione (11%), nell'incapacità di trovare un equilibrio tra le cose della propria vita e quelle del partner (Savci e Aysan 2017). Un incremento della ricaduta favorisce un aumento dei livelli di dissociazione (5%) e di sperimentazione (3,7%). Il dato può essere interpretato alla luce dello studio di Diotaiuti e colleghi (2022), in quanto nella ricaduta si finisce per desiderare l'altro ancor più di prima, portando un'attenzione estrema al di fuori di sé stessi. L'incremento del livello di ritiro dei soggetti, si lega ad un impatto maggiore di Internet sulla vita reale (4%). Nella misura in cui Internet venga visto come la risposta al senso di abbandono e all'agitazione percepita, è

possibile che si passi da relazioni reali viste oramai con sfiducia, a relazioni virtuali. Il bisogno sempre maggiore dell'altro in termini di rilevanza, comporta un impatto maggiore di Internet sulla vita reale (3,7%). In ultimo, soggetti con una maggiore modificazione dell'umore presentano un livello maggiore di dipendenza (4,8%), in accordo con lo studio di Estevez e colleghi (2017). (vedi figura 4 – Analisi di regressione della dipendenza da internet sulla dipendenza affettiva).

Il quarto obiettivo mirato di questo studio, viene confermato solo in parte dall'analisi degli effetti diretti degli stili genitoriali sulla dipendenza da Internet. La regressione stima che gli adolescenti che percepiscono una modalità relazionale genitoriale opprimente, che limita l'assunzione di responsabilità e lo stimolo alla crescita, potrebbero tendere in misura maggiore a utilizzare Internet come mezzo per evadere da questo tipo di controllo, percepito come una barriera comunicativa da cui evadere al fine di evitare ulteriori conflitti. Coloro che invece percepiscono uno stile genitoriale orientato alla crescita e alla responsabilizzazione di sé, potrebbero adottare in misura minore un comportamento volto a utilizzare Internet come strumento per evadere dalla vita quotidiana, potenzialmente in funzione del grado di sicurezza e supporto percepito nella relazione con i propri genitori (Li et al., 2022). Questi soggetti tendono a essere meno dipendenti dallo strumento tecnologico.

L'obiettivo generale di questo lavoro è verificato dall'analisi di mediazione condotta sia sul totale del campione, che sul sottocampione valutato per i livelli di dipendenza affettiva. Tale analisi mostra come lo stile genitoriale reattivo-ripetitivo possa mediare l'effetto della depressione cognitivo-affettiva, dell'ansia di stato/tratto e dell'alessitimia, sull'evasione compensatoria, sulla dissociazione, sulla sperimentazione e sulla dipendenza. Al tempo stesso per quanto riguarda la dipendenza affettiva, l'effetto della rilevanza, del ritiro, della tolleranza, della ricaduta e del conflitto sull'evasione compensatoria, sulla dissociazione, sulla sperimentazione e sulla dipendenza, passa attraverso lo stile genitoriale reattivo-ripetitivo.

Conclusioni

Gli obiettivi esplorativi di questo lavoro possono dirsi verificati. È possibile affermare che sindromi ansiose o depressive, in modo particolare sul versante cognitivo-emotivo, possono trovare nei comportamenti legati alla dipendenza da Internet una funzionalità (seppur disadattiva), in termini di sfogo, riduzione della tensione, o rivalutazione positiva della propria immagine e del rapporto con gli altri. Internet può rappresentare

uno strumento che conferisce alla persona depressa una seconda possibilità per sentirsi migliore e pensare bene di sé stessa. La difficoltà sperimentata nel vivere le emozioni, espressione dell'alessitimia, può trovare mediante strumenti virtuali come i social network, mondi attraverso cui fare pratica e sperimentare vissuti emotivi protetti da uno schermo, che non arrivano all'altro, ma conferiscono l'idea di stare vivendo una socialità. Una personalità particolarmente emotiva potrebbe lasciarsi coinvolgere maggiormente nell'utilizzo di Internet, avendo l'impressione di essere visti e ascoltati da tutti. Viceversa, buoni livelli di coscienza, estroversione e autostima costituiscono una personalità maggiormente protetta da questo tipo di dipendenza e dai suoi meccanismi. In merito alla dipendenza affettiva, la modificazione dell'umore e la ricerca costante della vicinanza o della presenza del/la partner, possono incidere in modo significativo sull'utilizzo di Internet come strumento per ridurre il senso di astinenza, e placare sentimenti negativi e conflittuali verso sé stessi. In media, tra tutti gli aspetti della dipendenza da Internet, quello che risente maggiormente della dipendenza affettiva è la condotta di sperimentazione. Inoltre, questo studio ha evidenziato l'effetto predisponente allo sviluppo di IAD dello stile genitoriale reattivo-ripetitivo. Lo stato repressivo percepito dall'adolescente è il motore che lo spinge a cercare in Internet la sua liberazione, la sregolatezza, l'agognata indipendenza, rinchiudendosi in uno spazio che, sospendendo o sostituendo la realtà, fa emergere una identità parallela alla propria. La qualità della comunicazione genitoriale dello stile Reattivo-Ripetitivo, verificata in questo studio, è terreno fertile attraverso cui la depressione cognitivo-affettiva, l'ansia di stato/tratto e l'alessitimia sbocciano in IAD. Allo stesso modo, il bisogno di trascorrere un tempo sempre maggiore con il/la partner trova nell'utilizzo di Internet una sorta di sfogo, traendo linfa, da uno stile genitoriale Abusivo-Apatico in cui l'affetto viene penalizzato, e ritenuto possibile solo all'interno di relazioni controllanti ed asfissianti. L'adolescente può trovare nella rete virtuale quell'attenzione e quel dialogo, ma anche il riscatto-vendetta, che nella relazione con i genitori diviene elemosina affettiva o deturpante sentimento.

Indicazioni per il futuro

Questo lavoro sperimentale apre a parer nostro una prima considerazione importante. La IAD sarà probabilmente la patologia del futuro. Gli operatori del settore dipendenze sono poco formati alle tecnologie e alle implicazioni psicologiche e patologiche che tale strumento comporta. I SerD stessi non hanno contesti

pronti per affrontare una possibile emersione del fenomeno che oggi vede quasi 5 miliardi di utenti in tutto il mondo. Infine i programmi di prevenzione troppo spesso lasciano fuori target i sistemi familiari degli adolescenti, e i dati in nostro possesso, riportati in questo lavoro, tracciano indubbiamente nel coinvolgimento educativo proprio gli adulti quali portatori di caratteristiche protettive contro lo sviluppo della patologia da internet. La vera sfida alle dipendenze si giocherà quindi sul terreno delle emozioni e del dialogo face to face, nessuno può chiamarsi fuori pena l'esclusione dal mondo.

