

Area tematica 12

IL DISTURBO DA GIOCO D'AZZARDO, IAD E ALTRE DIPENDENZE COMPORTAMENTALI

Strategie di intervento

12.1

ISOLE NEL RUMORE DELLE IPERCONNESSIONI: L'INTERNET ADDICTION COME FENOMENO EMERGENTE

Locci D. *, Tanca R.M.T.

Unità Operativa Gioco d'Azzardo e Dipendenze Comportamentali – SerD ASL Sassari e Piano Regionale GAP ~ Sassari ~ Italy

New Addiction

Descrizione di un'esperienza lavorativa con giovani pazienti I.A.D. nell'ultimo anno e mezzo.

L'anedonia, e lo scollamento tra le funzioni mentali e il sentire corporeo, come fenomeni responsabili dell'instaurarsi e del mantenimento della dipendenza da internet in tutte le sue forme.

Tra le nuove psicopatologie emergenti, non ancora annoverate nel DSM-5, è degna di nota la I.A.D (Internet Addiction Disorder), condizione che si è manifestata in maniera esponenziale in seguito al periodo pandemico, con un incremento del 4% rispetto al 2021 delle persone con accesso ad internet, e del 10% degli utenti social (We Are Social, 2022).

Il report digitale ha anche evidenziato un aumento, al livello mondiale, degli utenti del Web, con una media giornaliera di 6 ore e 58 minuti in rete, con un incremento di quattro minuti in più al giorno rispetto al 2021 (We Are Social, 2022).

La I.A.D., definita come "l'incapacità di una persona di controllare l'utilizzo di questo strumento, con conseguenti disturbi nell'area psicologica, sociale e lavorativa" (Young, 1998), fa parte delle cosiddette

Dipendenze comportamentali, concettualizzate relativamente da poco, attraverso l'introduzione del Disturbo da Gioco d'Azzardo per la prima volta nel DSM-5; presenta tutte le caratteristiche di craving, tolleranza ed astinenza tipiche delle dipendenze da sostanze, compromettendo, in maniera significativa, la vita sociale, relazionale e lavorativa di chi ne abusa.

Nell'Accademia Scientifica non è ancora presente un consenso generale sulla definizione e sulle caratteristiche della patologia; permangono importanti correnti di pensiero contrastanti che riguardano il "focus della dipendenza": dipendenza da internet o dipendenza da specifiche attività online?

Secondo Young la Dipendenza da internet è un fenomeno esteso che include cinque categorie specifiche: Cybersexual addiction, Cyber-relational addiction, Net compulsion (include gambling online e shopping online), Information overload e Computer addiction (gaming) (Librani, 2018; Mihajlov & Vejmelka, 2017; Pioli, 2017).

Il ritiro sociale è un ulteriore aspetto tipico dell'addiction, tanto da manifestare, in Giappone, una stretta correlazione con il fenomeno dell'Hikikomori, dove l'intimità col web diventa primaria e preferenziale rispetto alla relazione con la realtà circostante; tale uso abituale e ricorrente sostituisce ciò che sembra mancante ed inaccessibile nella vita reale, diventando così un antidoto efficace, anche se illusorio, alla sofferenza e alla frustrazione.

In particolare, nei giovani nativi digitali lo scopo diventa un investimento nella relazione stessa, mediata però dal web, in una fase delicata di formazione dell'identità (Erickson, fasi dello sviluppo psicosociale), in cui la realtà virtuale facilita l'insorgenza di meccanismi dissociativi e di una vulnerabilità dell'io, come messo in evidenza dallo Psichiatra Federico Tonioni, nella sua esperienza clinica presso l'Ambulatorio per le Internet Addiction Disorders del Policlinico Gemelli di Roma.

In accordo con quanto evidenziato in ambito di ricerca, l'équipe dell'Unità Operativa Gioco d'Azzardo e Dipendenze Comportamentali del SerD di Sassari, in collaborazione con il Piano GAP della Regione Sardegna, ha osservato, nel periodo post pandemico, un aumento degli accessi di giovani pazienti dai 18 ai 35 anni con problematiche I.A.D.

In linea con quanto espresso dallo Psichiatra P. Giovannelli, e dal suo team di lavoro presso l'ESC Center for Internet Use Disorders di Milano, secondo cui "Per curare le dipendenze senza corpo, quali sono le dipendenze da Internet, bisogna saper integrare il meglio delle scoperte neuro-cognitive d'avanguardia con le nostre radici culturali, con la saggezza emotivo-

affettiva e con l'abilità delle tecniche terapeutiche a mediazione corporea" (P. Giovannelli, 2010), l'équipe del SerD e del Piano GAP, costituita interamente da Psicologi/Psicoterapeuti, ha proceduto con una valutazione psicodiagnostica specifica, che ha affiancato ai colloqui clinici, la somministrazione di test mirati: Core-om, MCMI-III, SCL.90-R, I.A.T. (Internet Addiction Test – questionario self-report di Young), e, infine, il GPQ e MAC-G, laddove presente il gambling online.

Nel dettaglio, è emerso che i pazienti maschi, dai 19 ai 28 anni, consumavano internet prevalentemente a scopo ludico e di intrattenimento (gaming, gambling e cyber-sex), mentre le pazienti, di età variabile, si connettevano alla rete per 'nutrire' aspetti più strettamente interpersonali, attraverso i social, e la visione compulsiva di serie TV a sfondo romantico, (Drama o BL); nelle pazienti emergeva, inoltre, anche un'attività di shopping compulsivo online.

Abbiamo osservato come l'internet addiction, nei maschi, correlava con aspetti di disregolazione degli impulsi, mentre, nelle femmine, con problematiche di natura ansioso-depressiva, indice di una maggiore vulnerabilità psicologica (Shan et al., 2021).

Nella fase valutativa è emerso, prepotentemente, un disagio interiore che si manifestava con un vissuto anedonico molto intenso, ed un senso profondo di vuoto e di mancanza di connessione con le sensazioni corporee ed i vissuti emotivi.

Osservando il linguaggio del corpo, si notavano scarsa vitalità, un movimento contratto ed un'espressione ridotta, che sembravano mettere in luce una dissociazione marcata tra mente e corpo, di cui i pazienti erano poco consapevoli.

Lamentavano un facile accesso a vissuti di noia ed apatia, e la sperimentazione di un non senso molto profondo, che li spingeva verso una ricerca spasmodica del piacere attraverso la rete, ma, "...l'ossessione per il divertimento tradisce un'assenza di piacere" (Lowen, 1984, p. 11), ed un'incapacità di sperimentarlo nel proprio corpo, tanto da favorire l'instaurarsi dell'internet addiction, attraverso le tre fasi cruciali di coinvolgimento, sostituzione e fuga (K. Young (2000).

A conferma ulteriore di tale inquadramento diagnostico, l'Équipe ha somministrato il TAS-20, da cui sono emersi significativi punteggi di alessitimia, con difficoltà nel definire e verbalizzare i propri stati emotivi, distinguendoli dalle sensazioni corporee.

La terapia di gruppo, iniziata a Gennaio 2025, è ancora in corso, e, sta mettendo in luce, in maniera prepotente, dei corpi silenziati, anestetizzati, interrotti, dove emerge uno scollamento, spesso profondo, tra mente e corpo, tra le funzioni del pensare e del sentire.

L'équipe sta osservando ciò che lo Psicoterapeuta Americano, Alexander Lowen, aveva messo in evidenza nel Dicembre del 1995, durante la conferenza "L'evoluzione in psicoterapia" a Las Vegas, in Nevada, in cui aveva fatto notare quanto segue: "La separazione si è aggravata. La gente è sempre meno in contatto con il proprio corpo a livello di sentimenti e vive sempre più nella testa. I corpi sembrano e sono più morti e in molti casi molto più sformati di quanto abbia mai visto prima. Ma questo cambiamento nella vitalità del corpo non è limitato solo ai miei pazienti. La gente in generale mostra una simile perdita di vitalità nel corpo, evidenziata dalla diffusa condizione di sovrappeso di molte persone, dalla perdita di grazia dei movimenti e dalla mancanza di luce nell'espressione del viso. La gente è più attiva, fa più cose, viaggia di più, ma questa iperattività rappresenta in molti casi l'antidoto alla depressione. In terapia la lamentela dominante è che manca qualcosa che dia senso alla vita. I pazienti hanno la sensazione di non essere realizzati in amore, nelle relazioni o nel lavoro. Sopravvivono, questo è l'unico senso che ha la loro vita. Sopravvivere di per sé non dà senso alla vita e così molte persone ne sono alla costante ricerca in attività esoteriche di vario genere. Altri cercano un senso nella scalata al successo o nell'acquisizione di potere e ricchezza. Ma queste sono ricerche di tipo narcisistico, che non toccano la profonda sensazione interiore di vacuità."

L'attualità drammatica del pensiero di Lowen scuote profondamente i nostri animi di ricercatori: I corpi silenziati, interrotti, privi di luce, repressi, di Lowen (1995), ci raccontano dei "corpi digitali" moderni (2025), immersi in una "virtualità bulimica", menzogna di sogni illusori, dove si ricerca una sopravvivenza iperattiva, immersa in un vuoto assordante.

A conclusione di quanto sopra riportato, e di quanto sta tutt'ora emergendo nel corso dell'esperienza attuale in psicoterapia di gruppo con giovani con internet addiction, l'équipe ritiene fondamentale continuare ad investire nei percorsi di prevenzione, cura e riabilitazione, attraverso l'utilizzo di tecniche a mediazione corporea che favoriscano un'integrazione crescente tra la sfera cognitiva, affettiva e somatica, per facilitare un benessere ed una risoluzione in ambito delle dipendenze emergenti.

Bibliografia

1. Lowen A., Il piacere. Un approccio creativo alla vita, Roma, Astrolabio, 1984
2. Tonioni F., Quando Internet diventa una droga. Ciò che i genitori devono sapere, Torino, Einaudi, 2011

3. Young K. S., Presi nella rete. Intossicazione e dipendenza da Internet, Bologna, Calderini Edagricole, 2000

Sitografia

1. ESC Team Milano., Prevenzione, Diagnosi e Cura delle Dipendenze da Internet, <https://www.escteam.net/>
2. Libriani, S., (2017) A new emergency: the internet addiction Italian Journal of Emergency Medicine, DOI: <https://doi.org/10.23832/ITJEM.2018.016>
3. Lowen A., (1995) Estratto da un intervento alla conferenza "L'evoluzione della psicoterapia" - Milton H. Erickson Foundation Inc, Las Vegas Nevada, http://www.gianfrancobertagni.it/materiali/psiche/Lowen_Guarire_separazione.pdf
4. Ozturk, F. O., & Ayaz-Alkaya, S., (2021). Internet addiction and psychosocial problems among adolescents during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. Archives of psychiatric nursing, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34861951/>
5. Shan X., et al., (2021). Associations Between Internet Addiction and Gender, Anxiety, Coping Styles and Acceptance in University Freshmen in South China, <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2021.558080/full>
6. We Are Social (2022) Digital Report, <https://www.insidemarketing.it/digital-2022-dati-report-we-are-social-hootsuite/>
7. Young K. S., The Center for Internet Addiction, <http://www.netaddiction.com>