

ARTICOLI DAL WEB

SULLA DIPENDENZA DA INTERNET E LA PROTEZIONE BAMBINI DALLE TECNOLOGIE

L'adolescenza è un momento delicato dello sviluppo di ogni persona, è una fase del ciclo vitale in cui l'identità personale è chiamata ad affrontare importanti trasformazioni sul piano dell'immagine del sé, del rapporto con i genitori, del rapporto con gli altri, dell'identità di genere in connessione alla maturazione sessuale.

La definizione del periodo puberale come periodo di massima **vulnerabilità e fragilità** in un certo senso legittima la ricerca da parte dell'adolescente di un elemento, che può provenire dall'interno, ma più frequentemente dall'esterno, che possa restituirgli l'omeostasi perduta. Là dove questo elemento riesce a fornire il supporto emotivo/affettivo perduto, si potrebbero produrre le condizioni atte a creare una situazione di dipendenza/sudditanza dalla fonte di tale ritrovato benessere.

Il concetto di dipendenza patologica non si riferisce esclusivamente all'assunzione di sostanze psicoattive, ma a tutte quelle attività che determinano **l'instaurarsi di relazioni problematiche**, dando maggiore risalto ai processi mentali coinvolti in tali relazioni disturbate.

L'oggetto della dipendenza è nella maggior parte dei casi socialmente accettato (fumo, shopping, internet) o come nel caso del cibo, ad una attività biologicamente primaria.

La tendenza a sviluppare comportamenti di dipendenza in adolescenza sembra essere rinforzata da quella particolare propensione cognitivo-affettiva che tende all'**immediatezza e all'istantaneità** così caratteristiche di questa fase della vita. Nella sua spasmodica ricerca di emozioni e sensazioni nuove l'adolescente fa spesso esperienza di un bisogno e di un desiderio non procrastinabili: l'impulsività che lo spinge a raggiungere la massima gratificazione possibile nel tempo più breve possibile (tutto e subito) l'insicurezza e il desiderio di trasgredire le regole per affermarsi come persone autonome e relativamente indipendenti dai genitori e l'emulazione dei coetanei sono spesso alla base delle prime forme precoci di

dipendenza.

Una forma di dipendenza comportamentale maggiormente rilevanti in adolescenza sono le dipendenze da tecnologia, quelle dipendenze legate ad una eccessiva interazione uomo-macchina (Griffiths, 1995). Le tecnologie tradizionali semplificavano e rendevano più efficace il lavoro fisico; le nuove tecnologie dilatano la realtà quotidiana su potenziali “**regni virtuali**”, mentre la mente umana, direttamente e indirettamente, si modifica e modifica le proprie capacità sensoriali.

Le dipendenze tecnologiche possono essere sia passive che attive e in genere hanno le proprietà di induzione e di rinforzo che favoriscono tendenze alla dipendenza; risultano agevolate dall'innovazione tecnologica e dalla nuova civiltà, che da una parte genera stress, vuoto e noia e, dall'altra, stimola la tendenza all'immediata gratificazione, fornendo strumenti sempre più adeguati, ma potenzialmente patogeni (Alonso-Fernandez, 1999).

Si pensi per esempio ad internet, che non solo è un utile strumento di comunicazione, ma che può anche essere definito in diversi modi, a seconda del particolare significato che riveste per ciascun individuo: strumento di lavoro, di svago, di socializzazione; inoltre può assumere il valore di un mondo parallelo o alternativo a quello reale nel quale il soggetto ritiene di potersi esprimere meglio, in quanto protetto dall'anonimato.

Nelle dipendenze da tecnologia vengono incluse una serie di attività, quali guardare la televisione, usare il computer e internet, giocare ai videogiochi, usare il cellulare e le linee telefoniche erotiche. Mi soffermo a considerare la **dipendenza da internet**. È un fatto ormai assodato che l'uso eccessivo della rete porta progressivamente a difficoltà soprattutto nell'area relazionale dell'individuo, sia familiare che scolastica, cosicché il soggetto viene assorbito totalmente dalla sua esperienza virtuale, restando “agganciato alla rete” (Cantelmi et. All 2000) e rischiando anche gravi episodi dissociativi.

La dipendenza dalla rete passa attraverso fasi. La fase iniziale, **tossicofilica**, è caratterizzata da un'attenzione eccessiva per la mail box, una polarizzazione ideofettiva su temi inerenti la rete, un incremento del tempo di permanenza on line con difficoltà a sospenderla, intensa partecipazione a chat e newsgroup, collegamenti notturni e perdita di sonno. La seconda fase, **tossicomantica**, è correlata a fenomeni psicopatologici; è caratterizzata dall'incontro con i **MUD** e da collegamenti così prolungati da compromettere la vita sociale.

Alcune caratteristiche, quali l'**anonimato** e l'**assenza di vincoli spazio-temporali**, creano uno spazio psicologico in cui il soggetto può proiettare i propri

vissuti e le proprie fantasie, contribuendo allo sviluppo di una vera e propria dipendenza dal mondo virtuale (Del Miglio, Corbelli, 2003). In particolare l'adolescente, avendo un'identità ancora fluida sente il bisogno di rifuggire da una definizione di sé e l'utilizzo di internet e di uno pseudonimo gli consentono di creare una "persona on line" una maschera" che costituisce l'interfaccia fra sé e la società.

Questa possibilità se da un lato può aiutare l'adolescente a elaborare la sua identità, dall'altro può anche "alienarlo" in una serie di sé parziali ambivalenti e contraddittori che non riesce a sintetizzare. Fondamentale è il **ruolo della famiglia** di un adolescente a rischio dipendenza. Bassi livelli di monitoraggio parentale, inconsistenza della disciplina e scarso supporto sociale sono associati a comportamenti di dipendenza e altri comportamenti a rischio. È una variabile rilevante il **supporto genitoriale**: la disponibilità ad ascoltare e a condividere i problemi dei figli durante tutto il percorso dello sviluppo dell'adolescenza. La percezione di poter contare su relazioni familiari stabili e affidabili incide positivamente sull'immagine di sé e ha una funzione protettiva sulle condotte devianti o su comportamenti che possono essere un pericolo per la salute fisica dell'adolescente.

<http://www.psichiatrianapoli.it/articoli/82-psicologia/102-adolescenti-e-dipendenza-da-tecnologie.html>

Anche in Italia l'uso eccessivo delle nuove tecnologie diventa una malattia. Uno studio condotto dall'Università di Palermo dice che il 90% dei ragazzi soffre di dipendenza da internet, chat, blog e cellulare

Vi ricordate della "sindrome di Hickicomori" o "del giapponesino", così chiamata perché estremamente frequente fra i giovanissimi giapponesi, che vivono la loro vita esclusivamente usando il videogiochi o navigando in Rete? Bene, non è necessario andare fino in Giappone per trovare giovani ossessionati da Internet e nuove tecnologie. In Italia ormai è un dato certo: 9 giovani su 10 sono 'malati' di internet, chat, blog e cellulare! Sono ragazzi che trascorrono gran parte della loro

giornata in casa relazionandosi esclusivamente con il proprio pc e preferendo la dimensione virtuale a quella reale. E' una vera e propria malattia o "tecnodipendenza" come la chiamano gli psichiatri che hanno partecipato allo studio, condotto dal Dipartimento di Neuroscienze Cliniche e dal Dipartimento di Psicologia dell'Università di Palermo, svolto su 412 ragazzi di età compresa fra i 17 e i 21 anni, per valutarne la dipendenza da tecnologie e l'eventuale correlazione con patologie psicologiche e mentali.

Secondo tale ricerca presentata nel mese di ottobre a Montesilvano (PE) dove è in corso il XLIV Congresso della Società Italiana di Psichiatria il 90% degli under 21 usa in modo compulsivo le nuove tecnologie, di questi oltre 100.000 ogni anno sviluppano una forma di psicodipendenza, più frequente nei maschi. Inoltre, un giovane su cinque fra i 'tecnodipendenti' è anche affetto da un disturbo della personalità intesa come difficoltà di relazione o da altra patologia mentale. Insomma non abbiamo a che fare in questo caso con abuso o uso incontrollato di sostanze stupefacenti, alcool o fumo o gioco d'azzardo. Si tratta piuttosto di nuove dipendenze che sono nate con l'avvento e la diffusione delle nuove tecnologie che hanno contribuito a trasformare la modalità di comunicazione e i comportamenti, le relazioni e gli stili di vita degli individui e della società.

“Si parla di dipendenza se il ragazzo ha sintomi di astinenza quando è costretto a stare lontano dal computer o dal telefonino e se ci sono segnali che indicano la perdita del contatto con la realtà – ha spiegato (su www.saluteeuropa.it/news) Daniele La Barbera, Direttore della Clinica Psichiatrica dell'Università di Palermo e responsabile dello studio – I giovani “intossicati” dalle tecnologie si assentano da scuola per un numero rilevante di giorni senza una reale giustificazione o addirittura l'abbandonano, perdono contatti con il gruppo degli amici, partecipano sempre meno alle attività familiari. Soprattutto, trascorrono ore e ore ininterrottamente di fronte allo schermo fino a perdere il contatto con la realtà e procurarsi la “sindrome di Hickicomori” o “del giapponesino”, così chiamata perché estremamente frequente fra i giovanissimi giapponesi”.

La ricerca ha dimostrato che l'eccessiva vicinanza a monitor e display non può che essere pericolosa.

Ma quali sono i sintomi della psicodipendenza? I giovani dipendenti dalle tecnologie hanno spesso comportamenti dissociati, un senso di sé fragile, sintomi di stress. Soffrono d'insonnia, stanchezza, mal di schiena e ansia. "Il profilo del ragazzo che si rifugia patologicamente nella rete è quello di un soggetto fragile, con segni di una depressione che non riesce a contrastare forse proprio a causa dell'incapacità di regolare le proprie emozioni - spiega (su www.saluteeuropa.it/news) La Barbera - Tutto questo è vero anche per la dipendenza da telefonino: tutto fa supporre che giovani e giovanissimi che non riescono a staccarsi dal cellulare..."

Che l'abuso di Internet compromette la vita relazionale e psicofisica dell'utente è ormai noto.

Già nel 1999 www.repubblica.it (Roma 1 marzo 1999) denunciava il primo caso italiano di intossicazione da internet. Si è manifestato con uno stato confusionale, allucinazioni, deliri e conseguente ricovero. La "vittima" aveva trascorso tre giorni quasi ininterrottamente al computer, passando freneticamente da un sito all'altro.

Secondo una relazione pubblicata sul sito www.ecomind.it i più importanti tipi di *Internet Addiction disorder* o dipendenza da internet sono i seguenti: *Cybersex addiction*, il sesso virtuale, ossia tutte quelle attività che provocano eccitazione sessuale come la ricerca di materiale pornografico, gli incontri in chat erotiche; *Information overload*, letteralmente sovraccarico cognitivo. Si tratta del bisogno di reperire una quantità smisurata di informazioni con lo scaricamento continuo di materiale dai diversi siti incontrati o cercati durante la navigazione; *Computer addiction*, la dipendenza in questo caso si riferisce ai giochi virtuali interattivi (MUD's). I partecipanti giocano ed interagiscono tra loro nascondendo la loro vera identità e costruendosene un'altra.

Ma cosa si nasconde dietro l'utilizzo eccessivo di questi strumenti da parte dei giovani? Inadeguatezza, insicurezza, bassa autostima, difficoltà relazionali. E' chiaro che l'abuso nasconde sempre un disagio di relazioni complicate e incomprese tra i genitori e i figli o nel gruppo di amici. Vulnerabilità, difficoltà relazionali, rapporto distorto con la realtà e con il mondo esterno sono aspetti comportamentali, sociali, psichici e culturali che caratterizzano i ragazzi affetti dalle "nuove dipendenze". Spesso dietro l'uso di internet si nasconde la timidezza del giovane che non riesce a socializzare nel reale e si relaziona con gli altri attraverso la chat, oppure più spesso c'è la solitudine di chi si sente incompreso e si rifugia in un mondo virtuale: on line

nascono relazioni facilitate dall'anonimato e si vivono emozioni senza il bisogno di esporsi troppo. Il mondo esterno perde interesse. Lo stesso vale per la dipendenza dai cellulari con uso eccessivo di sms, mms e videochiamate.

Ma allora quale soluzione per arginare il fenomeno? Lo psichiatra La Barbera responsabile dello studio sopra citato afferma che "per arginare il problema, è importante intervenire precocemente: qualsiasi tentativo tardivo da parte dei familiari di modulare o regolare la frequenza o la modalità di utilizzazione delle tecnologie non approda a nulla e anzi, genera soltanto nuovi conflitti. Essenziale, quindi, rivolgersi presto a uno specialista che sia competente nel campo delle tecnologie e sia perciò in grado di affrontare il problema parlando lo stesso linguaggio del ragazzo, sulla base di una conoscenza delle tecnologie comune e condivisa".

Stiamo attenti anche a non cadere in facili contraddizioni: non si vuole assolutamente ripudiare internet o l'utilità delle nuove tecnologie. Saremo ipocriti nel non riconoscere che Internet rappresenta uno strumento nuovo e indispensabile ormai per lavorare, per studiare, per giocare, per indagini e ricerche e le opportunità che offre sono valide e molteplici. Anche la telefonia mobile è ormai indispensabile per la comunicazione. Oggi questi moderni strumenti consentono di superare le barriere di tempo e di spazio, le distanze e i confini del globo. Sono fenomeni che suscitano attrazione e allo stesso tempo diffidenza. Soprattutto i bambini e i giovani dovrebbero limitare il tempo trascorso su Internet, integrarlo con attività che appartengono al mondo reale. Come tutte le cose occorre un utilizzo saggio e nei limiti ragionevoli, dedicando un'attenzione particolare all'impatto che questi strumenti hanno su bambini e giovani, soggetti a rischio a causa della loro fragilità e inesperienza.

<http://www.spaziodi.it/magazine/n0218/vd.asp?id=585&stp=1>

Di Sara Giostra

LA DIPENDENZA DAL CELLULARE

A cura della Dott.ssa Monica Monaco

Come la televisione ed il computer, anche il telefonino rappresenta uno strumento tecnologico di crescente utilizzo che, come dimostrano recenti e numerosi studi, è anche un oggetto verso il quale si può sviluppare una vera e propria forma di dipendenza.

Con la crescita del numero e dei modelli di cellulari, nonché dei servizi offerti attraverso il telefonino, si assiste infatti all'incremento di casi di quella che, in alcuni paesi, è già diventata una "malattia sociale" e che è stata definita "telefonino-dipendenza", "cellularomania" o "cellulare-addiction". **Dal telefono al telefonino: cambiamenti socio-psicologici della comunicazione telefonica.**

La nascita e lo sviluppo del mercato della telefonia mobile ha avviato profonde trasformazioni sociali, attribuendo nuove funzioni psicologiche al telefonino rispetto a quelle assolute dal telefono tradizionale. La tendenza di questo moderno e trasportabile strumento di comunicazione telefonica a diventare nel giro di poco tempo alla portata di tutti, indipendentemente dall'età o dallo status socio-economico, insieme allo sviluppo di crescenti ed innumerevoli caratteristiche tecniche, implicano delle riflessioni relative alle principali *funzioni sociali e psicologiche che il telefonino attualmente assolve*.

Inizialmente, infatti, il cellulare era uno strumento essenziale, alla portata di pochi, il cui possesso assolveva alla funzione di rendere costantemente rintracciabili in tempo reale un numero privilegiato di utenti "socialmente impegnati ed importanti".

Ben presto il cellulare ha cominciato a rispondere e ad alimentare il bisogno comune di essere vicini, superando i confini dello spazio e del tempo, trasformando profondamente le possibilità delle relazioni quotidiane, favorendo la possibilità di aumentare le occasioni di intimità e, talvolta, anche quelle di violazione della libertà e degli spazi personali.

Così, di pari passo alla moltiplicazione delle funzioni tecniche di un telefonino si sono trasformate anche le sue funzioni sociali e psicologiche: il cellulare oggi è uno strumento che accompagna ogni momento della giornata e che aiuta ad organizzare ed a gestire ogni momento della vita, dal lavoro (con le agende, le sveglie, le rubriche, l'orologio) ai momenti di svago (con i giochi, le fotocamere, le videocamere).

Conseguentemente all'evoluzione del mondo della telefonia mobile oggi, oltre alla generica e tradizionale funzione di comunicazione, il telefonino rappresenta uno strumento che riveste almeno **tre importanti funzioni psicologiche** relative sia alla sfera individuale, che a quella relazionale.

Una delle principali funzioni psicologiche del cellulare è quella di **regolare la distanza nella comunicazione e nelle relazioni**. Attraverso il telefonino, infatti, ci si può avvicinare o allontanare dagli altri: ci si può proteggere dai rischi dell'impatto emotivo diretto, trovando una risposta alle proprie insicurezze relazionali, alla paura del rifiuto ed ai sentimenti di insicurezza; ma ci si può altresì mantenere vicini e presenti costantemente alle persone a cui si è legati affettivamente, gestendo l'ansia da separazione e la distanza, costruendo un "ponte telefonico" che attraversa infiniti spazi in pochissimo tempo. Gli adolescenti sono più spesso esempio dell'utilizzo del telefonino come strumento di difesa per affrontare le insicurezze nella comunicazione, sia nella fase di iniziale di conoscenza che in quelle di trasformazione e gestione delle relazioni. I genitori invece, sempre più spesso sostenitori del precoce possesso del telefonino da parte dei bambini e ragazzi, trovano nel telefonino una risposta al proprio bisogno di restare costantemente presenti nella vita dei propri figli, adoperando il cellulare come ciò che è stato definito un "guinzaglio tematico" (Carlini R., Cozzolino G.).

Un rischio della estremizzazione della telefonino-mediazione delle relazioni è che il cellulare, piuttosto che diventare uno strumento di sostegno per affrontare le difficoltà di confronto con gli altri, diventi uno strumento per gestire abitualmente le relazioni. In tal modo è possibile che la "comunicazione telefonica" diventi *un sostituto della "comunicazione reale"*, che lo strumento tecnico prenda il sopravvento e finisca per sostituirsi alla realtà, creando e alimentando una equazione "comunicazione telefonica = comunicazione reale".

Un altro rischio intimamente connesso al precedente è la possibilità che il contatto-distacco finisca per *far idealizzare il referente delle comunicazioni telefoniche o via sms*, sulla base di meccanismi di proiezione di desideri che possono innescarsi facilmente su comunicazioni fatte di brevi conversazioni o di pochi caratteri. È altrettanto possibile che con l'abuso di comunicazione via cellulare si finisca per *vivere relazioni esclusivamente legate alla sfera mentale-emotiva*, che

alimentano una frammentazione e un disconoscimento del corpo come irrinunciabile mezzo di contatto nelle relazioni interpersonali.

Infine, esiste il rischio che la facilità a prendere le distanze, quanto quella ad avvicinarsi, *acceleri eccessivamente* alcuni processi di distacco emotivo che prima avevano tempi più “umani” rispetto a quelli tecnologici offerti dal telefono mobile, nel corso dei quali gli irrinunciabili scambi faccia-a-faccia potevano portare a riflessioni importanti, oggi talvolta impossibili.

Un'altra importante moderna funzione psicologica del cellulare è quella di rappresentare **un mezzo per gestire la solitudine e l'isolamento**, assumendo quasi il ruolo di “antidepressivo o ansiolitico multimediale”, nei confronti del quale diviene ben presto facile diventare dipendenti. In questo senso il telefonino diventa il simbolo della “presenza dell'altro”, che è un'entità sempre a portata di mano. Da ciò nasce conseguentemente *un estremo investimento affettivo del telefonino* che può trasformarlo in una specie di oggetto-feticcio ed il suo possesso può essere ribaltato verso la dimensione dell'“essere posseduti”, in cui spegnere il cellulare diventa quasi come diventare trasparenti e incapaci di entrare in altro modo in relazione. In tal modo, gli altri e la realtà, mantenuti costantemente presenti, non sono conseguentemente mai vissuti come assenti; ciò genera *una mancanza della possibilità di sperimentare la dimensione del lutto e la sua possibile elaborazione*, una esperienza centrale per la differenziazione tra “mondo interno” e “mondo esterno” che, soprattutto fra i giovani, può rendere confusi e persino “fusi”, con possibili conseguenze negative sulla capacità di mentalizzazione e di interiorizzare l'altro attraverso la rappresentazione fantastica della realtà. Si rischia altresì di trovare con *difficoltà una separazione tra “pubblico” e “privato”, tra “intimo” e “condiviso”*, una distinzione che è invece un aspetto fondamentale per la costruzione della propria identità attraverso la possibilità di stabilire dei confini che sono la base delle capacità di entrare in contatto.

Una terza funzione ormai crescente del cellulare è quella di rappresentare **un mezzo per vivere e dominare la realtà**, con le sue innumerevoli possibilità tecniche in grado di regalare l'idea di poter essere presente e capace di “fermare il tempo”, con una o più immagini, un'illusione di potere che può essere spinta fino alla sensazione estrema di onnipotenza.

I rischi dell'abuso di queste funzioni sono maggiori nei ragazzi, in quanto l'età evolutiva è il momento dell'apprendimento delle modalità di contatto sociale reale e delle capacità di controllo degli impulsi e delle emozioni. La comunicazione attraverso il telefonino, infatti, potrebbe finire per divenire *l'unica capacità di mettersi in relazione* e contemporaneamente la sua perpetua possibilità

di contatto *non stimola né la capacità di controllare il rinvio della soddisfazione dei bisogni che si concretizza nell'attesa, né la conseguente creatività che si sviluppa nell'attesa.*

In tal modo, il pensiero lascia sempre più spazio all'azione, al prezzo dell'incapacità crescente di reggere la lontananza e il distacco, perdendo di vista che essi non sono esclusivamente pesi da alleviare, ma anche spazi che è possibile colmare coltivando quelle importanti dimensioni psicologiche rappresentate dalla fantasia e dalle immagini interiori.

Inoltre, l'abuso della possibilità di superare le barriere spazio-temporali sembra rendere sempre di più approssimativi, ossia incapaci di prendere decisioni e impegni precisi, in virtù della possibilità di rinviare le scelte e gli appuntamenti a momenti successivi di contatto.

Le importanti possibilità di risposta a bisogni psicologici da parte del telefonino sottolineano come l'uso del cellulare si può muovere lungo il continuum "elemento risorsa – fattore di rischio", in modo simile a molti altri strumenti multimediali.

La dipendenza da telefonino: un fenomeno complesso

Secondo i crescenti studi condotti in tutto il mondo sull'argomento, il "keichu", come è stato definito in Cina il fenomeno sociale della dipendenza dal cellulare, è un problema che colpisce principalmente i giovani. L'uso quotidiano e comune del telefonino rende spesso difficile tracciare un confine diagnostico tra "comportamento normale" e "comportamento aberrante". Per questa ragione, per l'individuazione di tale problematica è importante osservare tanto gli aspetti quantitativi quanto quelli qualitativi del rapporto con il cellulare. Dal **punto di vista quantitativo**, generalmente si parla di "cellularomania" quando il traffico telefonico quotidiano di un individuo, costituito da chiamate e sms sia in entrata che in uscita, ammonta all'incirca a 300 contatti. Tuttavia, il problema quantitativo potrebbe anche essere manifestato in termini di lunghe conversazioni con poche persone o ancora l'utilizzo eccessivo potrebbe essere legato all'abuso di altre funzioni presenti nel cellulare.

Inoltre, al di là della quantità di comunicazioni o del tempo passato al cellulare, si può ipotizzare una "dipendenza da telefonino" quando una persona presenta alcuni dei seguenti atteggiamenti-spia:

- dedica la maggior parte del proprio tempo ad attività connesse all'utilizzo del telefonino (telefonate, sms, giochi, consultazioni, uso di foto-videocamere, ecc.), svolte in modo esclusivo o in concomitanza con altre attività;

- manifesta senso di stordimento, mal di testa, vertigini, dolori al viso o all'orecchio o altri sintomi fisici che possono essere collegati all'abuso del telefonino;
- manifesta un atteggiamento di estrema affettività verso l'oggetto telefonico che si evidenzia principalmente con la resistenza ad allontanarsi da esso anche per poco tempo;
- mostra un utilizzo del telefonino non giustificato da necessità, bensì come strumento per soddisfare bisogni di ordine affettivo-relazionale e come principale mezzo per comunicare con gli altri rispetto ad altre forme di comunicazione;
- tende ad entrare in ansia o perfino in panico, o comunque a sperimentare stati emotivi spiacevoli, se il telefonino è scarico o se non funziona;
- utilizza il telefonino come mezzo di protezione e di intermediazione per entrare in rapporto con altri con i quali altrimenti non si riuscirebbe a comunicare in modo diretto;
- propende ad utilizzare il cellulare come strumento di controllo nelle relazioni sentimentali e affettive;
- è incapace di mantenere dei momenti di assenza di contatto e di comunicazione con qualcuno;
- tende a giustificare l'incapacità a staccarsi dal telefonino con l'uso di alibi (es. ragioni di sicurezza);
- tende ad utilizzare il telefonino per tenere sotto controllo alcune paure o insicurezze (paura della solitudine, fobie specifiche, crisi d'ansia, ecc.);
- tende ad usare più telefonini, spesso linee separate in base all'utenza (es. lavoro/amici);
- ha l'abitudine di mantenere il telefono acceso anche di notte e di effettuare eventuali risvegli notturni per controllare l'arrivo di short message o di chiamate.

Come tutte le cosiddette “nuove dipendenze”, anche la “cellularomania” tende a innestarsi ed a manifestarsi soprattutto in relazione agli aspetti più fragili della persona. Se, ad esempio, la persona ha dei problemi di autostima il telefonino, rispondendo al bisogno di compensare tale problema, tenderà ad essere utilizzato come strumento per affrontarlo. Allo stesso modo avviene per le persone con predisposizione alle dipendenze nei confronti delle persone, in cui esso diviene strumento per gestire i bisogni emotivi. Spesso la dipendenza dal telefonino si associa ad altre tradizionali o moderne dipendenze che sono secondarie alla cellularomania, quali ad esempio la sindrome da shopping, la dipendenza affettiva e la videomania. Queste ultime possono essere considerate conseguenza della “cellular addiction” quando si manifestano in

relazione ad essa, ossia rispettivamente con acquisti compulsivi nel settore della telefonia (telefonini, accessori e offerte telefoniche), con l'uso del cellulare per assecondare comportamenti di dipendenza affettiva (controllo e continuo contatto) e con l'abuso di videogiochi presenti tra le funzioni del telefonino stesso.

Dipendenza da sms

Il sistema dei messaggi telefonici ha trovato ben presto grande diffusione in relazione alle possibilità di conciliare un mezzo di comunicazione economico, scritto (e quindi conservabile) e indiretto quanto una lettera. Prima, infatti, chi non riusciva ad esprimere qualcosa verbalmente, poteva farlo attraverso una cartolina o con una lettera.

Oggi ciò è possibile attraverso una e-mail o, più velocemente e più alla portata di tutti, attraverso un sms.

Ben presto la necessità di esprimere tanto attraverso uno short message ha portato allo sviluppo di un linguaggio sintetico, fatto di abbreviazioni e codici che è indubbiamente più diffuso tra i giovani e che rappresenta il vero rischio della dipendenza da sms, soprattutto in età evolutiva. Il linguaggio sintetico infatti rischia di prendere il sopravvento tra le funzioni cognitive ed emotive in via di sviluppo, predisponendo alla strutturazione di una forma di pensiero eccessivamente sintetico.

L'intervento sulla dipendenza da cellulare: prevenire è importante quanto curare

Il rapporto con il cellulare è potenzialmente rischioso per tutti, perché spesso solo parzialmente controllabile, dal momento che si possono gestire soprattutto le chiamate effettuate e meno quelle ricevute. È per questo che la prevenzione di questa forma di dipendenza è importante quanto l'intervento su di essa nella sua forma più acuta. Esiste infatti la possibilità che, in un periodo particolarmente difficile della vita il telefonino diventi un oggetto su cui canalizzare uno stato di disagio (affettivo, relazionale, ecc.). Pertanto, è importante allenarsi ad un rapporto equilibrato con il cellulare, limitato nel tempo e capace di autocontrollarsi, concedendosi talvolta qualche pausa dalla sua presenza rassicurante.

Questo tipo di dipendenza si può verificare con

- telefonini
- videogiochi
- Internet (giochi, shopping, cybersex, chat, surfing)
- televisione

Alcune persone possono utilizzare in modo problematico la tecnologia digitale: computer, telefonia, video giochi. Un po' come per la sostanze d'abuso è possibile sviluppare dipendenza per la tecnologia.

Le persone affette da problemi di dipendenza da tecnologia digitale tendono per questo a trascurare altre importanti attività come lo studio, il lavoro, le relazioni interpersonali e altre fonti di svago.

Rischi medici

La tecnologia video e digitale può determinare disturbi sia fisici che psicologici. L'esposizione prolungata può determinare malessere come:

- cefalea
- disturbi visivi
- stanchezza ricorrente
- disturbi da sedentarietà (circolatori, osteoarticolari)
- alterazioni dell'umore, ansia, irrequietezza e irritabilità
- difficoltà di concentrazione
- alterazioni dell'umore
- disturbi del ritmo sonno-veglia
- scarso desiderio di relazionarsi con gli altri

Internet Addiction Disorder

L'Internet Addiction Disorder si manifesta sotto forma di sintomi astinenziali e di tolleranza.

Il termine si deve allo psichiatra americano **Ivan Goldberg** che propose dei criteri mutuati dalla diagnostica per le dipendenze dal DSM.

Questi sono i principali **sintomi patognomici** che caratterizzano l'IAD:

1. bisogno di trascorrere un tempo sempre maggiore in rete per ottenere soddisfazione;
2. marcata riduzione di interesse per altre attività che non siano Internet;
3. sviluppo, dopo la sospensione o diminuzione dell'uso della rete, di agitazione psicomotoria, ansia, depressione, pensieri ossessivi su cosa accade on-line, classici sintomi astinenziali;
4. necessità di accedere alla rete sempre più frequentemente o per periodi più prolungati rispetto all'intenzione iniziale;
5. impossibilità di interrompere o tenere sotto controllo l'uso di Internet;
6. dispendio di grande quantità di tempo in attività correlate alla rete;
7. continuare a utilizzare Internet nonostante la consapevolezza di problemi fisici, sociali, lavorativi o psicologici recati dalla rete.

Oltre a problemi di video-dipendenza, cui i bambini risultano i soggetti più esposti, la navigazione in internet può presentare dei **rischi per i minori** se non è controllata e supervisionata da un genitore. Oltre alla possibilità di accedere a siti dedicati solo ad un pubblico adulto, un pericolo è rappresentato dalle chat, dove le identità delle persone che si vanno a conoscere possono essere facilmente mistificate.

http://www.interdipendenze.org/pages/canale_art_dettaglio.asp?lang=..&id_canale=4&id_sezione=19&id_articolo=182

Genitori e nuove tecnologie: quale atteggiamento con i vostri figli?

Negli ultimi anni i genitori si sono ritrovati di fronte ad un cambiamento epocale: la tecnologia è entrata a far parte sempre di più della vita dei propri figli. Bambini e ragazzi fanno largo uso delle nuove tecnologie per svolgere numerose attività. Un'attività molto comune è il gioco con il cellulare, lo smartphone, il computer con o senza collegamento Internet. Altre attività sono: cercare informazioni nel Web, studiare, ascoltare musica o guardare film, incontrarsi con vecchi o nuovi amici nei Social Network. La Rete permette loro di presentarsi al mondo esterno attraverso un proprio profilo personale, paragonabile ad una vera e propria Carta di Identità.

I giovani di oggi dedicano molto tempo a queste attività e, se non è loro permesso, non vi rinunciano molto facilmente. La casa di un amico può rivelarsi un'ottima alternativa alla propria postazione di casa!

Tuttavia non tutti i genitori hanno colto positivamente questo cambiamento epocale. Vediamo ora quali sono i principali atteggiamenti che si riscontrano nei genitori alle prese con figli sempre più tecnologici.

I diversi atteggiamenti dei genitori di fronte ai figli sempre più tecnologici

Alcuni genitori assumono un atteggiamento "proibizionista", cioè sono assolutamente contrari all'utilizzo da parte dei propri figli di questi nuovi strumenti tecnologici. Sono genitori che provano una grande antipatia per telefonini, computer e altri apparecchi dell'era digitale, e pretendono di conseguenza che anche i propri figli assumano un atteggiamento di questo tipo. Dietro a questo atteggiamento vi può essere una grande paura di eventuali rischi e pericoli e, quindi, il tentativo di proteggerli impedendone l'utilizzo. Un genitore che assume un tale atteggiamento, spesso, tende a svalutare i passatempi "tecnologici" dei propri figli

entrando in una vera e propria lotta di potere: il genitore che rivendica il suo potere decisionale sull'educazione dei figli, e il figlio che rivendica il suo desiderio di apprendere ad utilizzare gli strumenti tecnologici che la società gli mette a disposizione.

Come si può intuire, un atteggiamento di questo tipo viene mal accolto dai propri figli. Ogni comunicazione positiva genitore-figlio viene così a cadere e l'incomprensione regna sovrana.

Altri genitori assumono un atteggiamento "permissivo", cioè sono favorevoli all'utilizzo da parte dei propri figli di questi nuovi strumenti tecnologici, ma in modo un pò disinteressato. Sono genitori che apprezzano le potenzialità delle nuove tecnologie oppure ne possono essere indifferenti, ma in ogni caso non ostacolano in alcun modo le scelte del proprio figlio. Lo lasciano fare, dandogli piena fiducia e libertà di utilizzo, senza però interessarsi alle loro attività. Tra questi, inoltre, vi possono essere genitori iperprotettivi che, pur di avere i propri figli sotto il proprio sguardo, incentivano passatempi tecnologici da svolgere in casa, pensando che queste nuove tecnologie e in particolare Internet, siano luoghi sicuri.

A questo atteggiamento dei genitori, i figli rispondono con grande gioia, entusiasti di poter fare libero uso di ciò che a loro piace e, di certo, non si lamentano con il genitore "così generoso". Da un punto di vista educativo questa "generosità" appare, però, più come una delega, una deresponsabilizzazione dal proprio ruolo genitoriale. Ad un'apparente armonia genitore-figlio si nasconde indifferenza e mancanza di dialogo.

Un atteggiamento apparentemente simile a quello "permissivo" è l'atteggiamento "investigativo", proprio di quei genitori che lasciano grande libertà ai propri figli nell'utilizzo delle nuove tecnologie, ma poi vanno a controllare di nascosto le attività che hanno svolto. Apparentemente danno fiducia, ma poi la tolgono perché dubitano e "invadono" lo spazio di autonomia del figlio. Se questo può essere comprensibile e in un certo senso adeguato fino ad una certa età, nell'adolescenza questo atteggiamento si rivela poco adeguato perché appare come un inganno.

I figli adolescenti, una volta scoperta la curiosità dei genitori, si sentono traditi per la fiducia inizialmente riposta, e questo non contribuisce ad accrescere una loro maggiore competenza e responsabilità.

Questi due ultimi aspetti vengono curati soprattutto da quei genitori che adottano un atteggiamento responsabilizzante”; si tratta di genitori che approvano l’utilizzo da parte dei propri figli delle nuove tecnologie, ma solo a determinate condizioni: età adeguata, dimostrata responsabilità nel loro utilizzo, disponibilità al confronto con una persona adulta. Indipendentemente dalla simpatia o antipatia che loro stessi provano nei confronti di computer, Internet, o cellulari di vecchia o nuova generazione, riconoscono l’importanza e le potenzialità che questi strumenti hanno per i propri figli e, per questo, si impegnano affinché vengano utilizzati con consapevolezza. Si impegnano in prima persona ad imparare il loro funzionamento, chiedono ai propri figli di spiegarlo, oppure instaurano con loro un dialogo sereno e interessato fin dalla loro tenera età, oppure ancora si assicurano che abbiano le corrette informazioni da un esperto, oppure da una persona di fiducia che si possa occupare di questo. Sono genitori, quindi, che forniscono gli strumenti necessari per imparare ad utilizzare questi strumenti che i figli vedono quotidianamente, ma anche le indicazioni utili per tutelarsi da rischi o pericoli.

I bambini o i ragazzi, seppur contrariati per qualche limitazione, sanno apprezzare con il tempo questo tipo di atteggiamento che, dal punto di vista educativo, è il più adeguato. Se sentono che viene loro riconosciuto un importante bisogno, seppur soddisfatto in parte o in tempi diversi da quelli sperati, essi imparano ad essere riconoscenti nei confronti dei genitori e a comprendere il reale significato nascosto dietro i limiti imposti dai genitori. Se si sentono responsabilizzati sono molto più motivati ad un utilizzo consapevole di queste nuove tecnologie.

Conclusioni

L’atteggiamento che un genitore assume nei confronti dei propri figli alle prese con computer, cellulari di nuova e vecchia generazione, Internet ecc, è fondamentale nel determinare un corretto atteggiamento e comportamento dei bambini o dei ragazzi nei confronti delle nuove tecnologie.

Occorre evitare che utilizzino questi strumenti con superficialità o disattenzione, e nemmeno con eccessivo e morboso interesse. Occorre educare i propri figli ad utilizzare questi strumenti con intelligenza e consapevolezza, senza eccessi e con determinati limiti a seconda delle età. E’ importante, quindi, che non venga precluso loro di conoscerli e di utilizzarli perché, se questo è possibile farlo in ambito familiare, non lo è altrettanto al di fuori delle mura domestiche, essendo queste

tecnologie ormai diffuse in ogni contesto; impedirne l'utilizzo significherebbe privarli di strumenti conoscitivi fondamentali per tutelarsi da rischi e pericoli che si possono incorrere.

E' importante, inoltre, che un genitore che non ha dimestichezza con questi nuovi strumenti si attivi per farsi consigliare dagli esperti cosa è possibile lasciar fare ai propri figli e cosa, invece, li porterebbe a correre dei rischi.

E voi che atteggiamento avete nei confronti dei vostri figli?

Dott.ssa Serena Costa

<http://www.serenacosta.it/psicologia-e-internet/genitori-e-nuove-tecnologiequale-atteggiamento-con-i-vostri-figli.html#comments>

DIPENDENZA DA INTERNET

In questi ultimi anni abbiamo assistito alla nascita di una nuova tecnologia che ha ampliato le possibilità di comunicazione e di accesso alle fonti di informazione fino ad ora sconosciute. Sembra, però che questa nuova tecnologia, stia producendo dei fenomeni psicopatologici che si esprimono con una sintomatologia simile a quella che osserviamo in soggetti tossicodipendenti. Infatti esiste una vera e propria psicopatologia che va sotto il nome di Internet Addiction Disorder (I.A.D.) (disturbo da dipendenza da internet), dovuta all'abuso di Internet che mostra gli stessi sintomi dei tossicodipendenti.

Il termine si deve allo psichiatra americano Ivan Goldberg che propose dei criteri diagnostici. Goldberg con la sua proposta ha dato avvio ad una riflessione che ha incuriosito numerosi psicologi e psichiatri ed ha imposto all'attenzione del mondo il rischio di dipendenza da Internet.

Questi sono i principali sintomi che caratterizzano l'I.A.D.:

1. Bisogno di trascorrere un tempo sempre maggiore in rete per ottenere soddisfazione;
2. marcata riduzione di interesse per altre attività che non siano Internet;
3. sviluppo, dopo la sospensione o diminuzione dell'uso della rete, di agitazione psicomotoria, ansia, depressione, pensieri ossessivi su cosa accade on-line, classici sintomi astinenziali;
4. necessità di accedere alla rete sempre più frequentemente o per periodi più prolungati rispetto all'intenzione iniziale;
5. impossibilità di interrompere o tenere sotto controllo l'uso di Internet;
6. dispendio di grande quantità di tempo in attività correlate alla rete;
7. continuare a utilizzare Internet nonostante la consapevolezza di problemi fisici, sociali, lavorativi o psicologici recati dalla rete.

Le modificazioni psicologiche che si producono nell'individuo che diviene dipendente dalla rete sono : perdita delle relazioni interpersonali, modificazioni dell'umore, alterazione del vissuto temporale, cognitivtà completamente orientata all'utilizzo compulsivo del mezzo; il soggetto tende a sostituire il mondo reale con un oggetto artificioso, quasi una sorta di "feticismo tecnologico", con il quale riesce a costruire un proprio mondo personale e in questo caso virtuale analogo al mondo del tossicodipendente che ha un proprio linguaggio, uno specifico abbigliamento, atteggiamenti e comportamenti diversi e differenti rispetto al mondo reale nel quale è abituato a vivere.

Ogni dipendenza implica dei meccanismi: la tolleranza (per cui si è costretti ad aumentare le dosi di una sostanza per ottenere lo stesso effetto), l'astinenza (con comparsa di sintomi specifici in seguito alla riduzione o sospensione di una particolare sostanza) e "craving" o smania che porta a un fortissimo e irresistibile desiderio di assumere una sostanza, desiderio che, se non soddisfatto, causa intensa sofferenza psichica e a volte fisica, con fissazione del pensiero, malessere,

alterazione del senso della fame e della sete, irritabilità, ansia, insonnia, depressione e, nei casi più gravi sensazioni di derealizzazione e depersonalizzazione.

Questi elementi sono tipici di droghe come tossicodipendenza, tabagismo, alcolismo, gioco d'azzardo, attività sessuale irrefrenabile, assunzione di cibo seguita da vomito e sono anche riconoscibili in quanti fanno un uso eccessivo di Internet per soddisfare sul piano virtuale quel che non riescono a ottenere sul piano della realtà, fino al punto di percepire il mondo reale come un semplice ostacolo o impedimento all'esercizio della propria onnipotenza che sperimentano con immenso piacere nel mondo virtuale.

La dipendenza da Internet ha in comune con le altre droghe il tratto ossessivo-compulsivo, la compulsione da Internet si basa sul "piacere" anziché sulla "fobia". E proprio perché si basa sul piacere, anziché sul disagio e la sofferenza, eliminarla risulta molto difficile.

Nelle chat, dove uno è libero di usare la fantasia nel presentarsi agli altri e nell'immaginarli, non è difficile incontrare persone che dichiarano un'identità sessuale diversa da quella reale, così come caratteristiche fisiche, età, occupazione, stato civile. Mentire dà a ciascuno l'euforia di una libertà illimitata e forse, per la prima volta in vita, l'ebbrezza di essere affascinanti, mostrando lati della propria persona che solo in un contesto privo di riscontri visivi, si sente di poter esaltare. In tal modo chi chatta ha la possibilità di realizzare in modo virtuale il proprio ideale dell'io, e di riflesso sentirsi finalmente ideale.

Con queste sensazioni piacevoli a portata di mano, come si fa a spegnere il computer e tornare nella realtà dove nessuno lo crede davvero ideale? A questo punto le ore davanti allo schermo del computer dedicate allo scambio di informazioni, sensazioni ed emozioni aumentano. Poi scatta la tentazione di incontrarsi e spesso la realtà non rispecchia le aspettative, allora l'illusio

insoddisfatto diventa disilluso, e quello soddisfatto, ma respinto, diventa un depresso.

Nonostante la realtà smentisca il virtuale, non per questo ci si astiene, infatti se solo il virtuale dà quello che nega il reale, allora ci si immette nel virtuale, riducendo i contatti reali, ormai divenuti fonte d'ansia e quindi da evitare!

E poi il sesso virtuale, vera e propria dipendenza, dove la masturbazione individuale si accompagna alla condivisione. La possibilità di essere espliciti e diretti, nell'anonimato, porta a scoprire forme di eccitazione ignote e all'inserimento nelle proprie perversioni con potere seduttivo. In tal modo ci si allontana dai rapporti sessuali reali i quali appaiono insignificanti e troppo limitati.

Tra le varie posizioni assunte dal soggetto, quella perversa è quella che più “resiste” a un approccio curativo. Nella maggioranza dei casi, questo tipo di declinazione della propria sessualità assume l'aspetto più di una trasgressione personalizzata che non viene percepita come problematica dal soggetto. La rete si presenta come un osservatorio privilegiato della perversione per alcune sue peculiari caratteristiche. Il suo mondo digitale e astratto, immaginario e virtuale, così impalpabile, parallelo a quello reale pare trasfigurato in un palcoscenico ideale sul quale il perverso mette in scena diverse identità, coperto dall'anonimato e al riparo dalla contaminazione del contatto e della vicinanza fisica, trovando una immediata corrispondenza al suo mondo magico, artificiale nel quale ogni differenza tra i sessi e le generazioni è annullata, per ritornare a una dimensione fantasmatica in cui dominano la finzione e l'illusione che si possa in qualche modo sfuggire alle leggi del vivere comune e al principio di realtà. La rete inoltre rappresenta uno spazio relazionale del tutto particolare, in cui l'interazione avviene tramite tastiera e monitor (lasciamo per ora in sospenso le tecnologie più avanzate quali audio e video). Ciò costringe a una mancanza di contatto diretto con il proprio interlocutore che, tuttavia, nel caso particolare delle perversioni, rappresenta un vantaggio in quanto tale assetto consente una distanza di “sicurezza” da chi si trova all'altro capo del collegamento.

La tossicodipendenza potrebbe essere vista come un bisogno dell'individuo di crearsi un mondo personale indipendentemente dalla sostanza o strumento che lo rende dipendente. E' evidente che attraverso internet si possono provare intensi e piacevoli sentimenti di fuga, superando on-line i problemi della vita reale, con un effetto simile ai "viaggi" consentiti da alcune droghe e inoltre permette al soggetto di provare un senso di onnipotenza, connesse con il superamento di ogni limite personale e spazio temporale. Il tempo sembra fermarsi in rete, la parola fine non c'è mai.

I soggetti che utilizzano le rete, oltre a non rendersi conto delle diverse ore già trascorse dinanzi allo schermo, tendono ad alterarsi facilmente con chi disturba il loro "viaggio"; esperienza questa che può essere paragonata alla risposta che un alcolista dà ad un amico trovandosi ad una festa "soltanto un biccherino", o a quella del fumatore che dice a se stesso "solo un'ultima sigaretta e andrò a dormire; lo stesso procedimento viene messo in atto dagli internet dipendenti che risponderanno irritati a chi gli chiede di disconnettersi "ancora un minuto e spengo", oppure diranno a se stessi razionalizzando "un altro minuto non farà molta differenza" ma poi rimarranno connessi ancora per ore e ore.

Altra caratteristica importante tra gli internet dipendenti è la negazione del problema come spesso accade con qualunque altro tipo di dipendenza; differenza questa ancor più difficile da riconoscere. E' molto difficile infatti chiedere aiuto per qualcosa che la maggior parte delle persone apprezza per la sua potenza e il suo potere innovativo; e quando questi soggetti vengono messi di fronte alla chiara evidenza di un comportamento tossicomane si trincerano dietro l'opinione comune secondo la quale internet è grandioso, "non può far male".

Ogni giorno molti utenti rischiano di allontanarsi dai rapporti interpersonali "faccia a faccia", indispensabili per una vita sana e socialmente equilibrata, preferendo relazioni virtuali; queste inevitabilmente portano ad una spersonalizzazione e ad una proiezione del proprio sè in un luogo non fisico che, data la facilità, la velocità e l'ampiezza geografica dei rapporti il soggetto preferisce.

Si possono individuare vari tipi di gruppi affetti dal disturbo :

- Il gruppo degli utenti a rischio presentano un vissuto di curiosità nei confronti delle opportunità offerte dalla rete simile alla fase di luna di miele del soggetto che ha iniziato un rapporto stabile con l'eroina; tendono ad osservare ed apprendere come muoversi in questo nuovo mondo; in questa fase il soggetto custodisce gelosamente ogni nuova conquista iniziando a modificare la propria identità personale
- Il gruppo degli utenti abusatori ha caratteristiche analoghe ai soggetti che utilizzano oppiacei da diverso tempo: gravi problemi nelle relazioni affettive, importanti problematiche lavorative legate all'utilizzo della rete, problematiche psicofisiche (problemi visivi, alterazione del ritmo circadiano, disturbi nelle condotte alimentari, ecc). Il soggetto in questa fase chiamata della "sostituzione" è profondamente immerso nella comunità internet; grazie al web raggiunge ciò che prima non era mai riuscito a ottenere: avrà tanti amici, troverà sostegno, nuovi stimoli, fiducia, ecc. (ma veri?) L'utente adesso ha sempre un posto dove andare, sa sempre cosa fare; tutte quelle attività che permettevano al soggetto di andare avanti nella vita ora non contano più!
- Il gruppo degli utenti dipendenti presenta aspetti psicopatologici più gravi; in particolare stato confusionale per ore, allucinazioni semplici visive, prosopagnosia, ipertermie, tremori; Importanti problemi nella vita relazionale: abbandono coniugale da parte del partner, seri problemi nell'ambiente lavorativo. Il soggetto ha un'assoluta mancanza di consapevolezza. Altri disturbi presenti nei soggetti dipendenti sono: prolungamento del periodo del tempo di collegamento prefissato, grande quantità di tempo del soggetto viene spesa alla ricerca del materiale da utilizzare in rete, interruzione o riduzione di importanti attività sociali, lavorative o ricreative a causa dell'utilizzo di internet; uso continuativo della rete nonostante la consapevolezza di avere un problema sociale, psichica o fisica collegato ad esso.

E' opportuno quindi percepire il proprio eventuale problema e raggiungerne la coscienza.

Curioso è il ruolo degli operatori nei canali chat. Questi particolari utenti del canale, hanno determinati "poteri" come ad es. eliminare altri utenti dal canale o impedirne l'accesso, dare il ruolo di operatori ad altri utenti, etc. Il ruolo degli operatori dovrebbe essere quello di moderare il canale stesso, "kikkare" ovvero togliere dal canale utenti che disturbano la chat, "bannare" (impedire l'accesso al canale) utenti che effettuano spam (messaggi pubblicitari, testo ripetuto, etc.). Ogni utente in chat ha la facoltà di creare una stanza, diventando operatore non appena accede per primo alla stanza stessa. Essere operatore non è un titolo per grazia ricevuta, è un titolo acquisito da sè quando si crea una stanza o dato da un altro operatore . Tutti possono creare una stanza! Nessuna laurea, nessun esame, nessun altro particolare merito! Molto spesso si dà questo titolo per semplice simpatia verso un utente, per amicizia nella vita reale. Essere operatore, quindi, deve essere considerato un titolo ben lungi da far pensare alla persona che lo detiene, come "speciale", "particolare", "superiore".

Per chi usa il proprio "titolo" di operatore con fini diversi da quelli di moderare il canale, potrebbe creare due aspetti negativi :

- Aver bisogno del titolo di operatore per sentirsi superiore e più "interessante" verso gli altri utenti della chat e verso se stessi. Questo accresce la propria autostima in modo del tutto ingiustificato anche nella realtà, danneggiando la psiche di chi dà troppa importanza al proprio titolo.

- Gli operatori che mal usano la loro posizione , distorcendo il mondo della chat e avvicinandolo al mondo reale, acquisiscono una specie di titolo "dittatoriale", decidendo della "vita" o della "morte" di un utente del canale chat. L'operatore che fa mal uso del suo titolo, quindi si sente padrone-dittatore del proprio mondo (canale chat), lì dentro può dettar legge, eliminare utenti "antipatici", scrivere quello

che vuole nel canale (senza timore di essere eliminato da nessuno), far credere ad altri utenti del canale che lui è degno di maggior attenzione, è interiormente superiore per il solo motivo di essere operatore. Può screditare altri utenti o parlare male di loro, in pubblico o privato. Tutti comportamenti scorretti, maleducati, infantili, non da "operatore corretto" e che invece di enfatizzare la persona per il titolo che ha, ha l'effetto completamente opposto.

In realtà bisogna rendersi conto che è soltanto una chat e non la vita reale.

Ovviamente chi si vuol fregiare degnamente del titolo di operatore di un determinato canale della chat, si dovrebbe limitare al ruolo che gli compete, ovvero quello di moderare la chat, di essere utile al canale, senza limitare la libertà di parlare se non nuoce al pubblico del canale stesso, senza abusare del proprio ruolo, senza crearsi falsi aloni di "superiorità" (del tutto ingiustificati), senza eliminare utenti che sono a lui personalmente antipatici. Vi immaginate un simile individuo che abusa del proprio potere nella realtà? Non è certo questo il corretto modo di "controllare" qualcosa, né il internet né nella realtà.

E' facile essere preda di minacce e di insulti di ogni tipo in chat, proprio per la peculiarità del mezzo, infatti la propria identità è nascosta. Non bisogna però dimenticare che si può risalire attraverso il numero ip al computer dal quale si sta chattando. Minacciare in chat, usare violenza attraverso una chat con parole e metodi psicologici, può essere perseguito. Attraverso il "log" del provider attraverso il quale si ha accesso ad internet e il "log" del server attraverso il quale si chatta, si può risalire all'identità. Se ci si sente minacciati, offesi ed in qualche modo lesi, è consigliabile contattare il servizio "abuse" del provider. E' facile rendersi conto di come sia vile colui che minaccia usando l'anonimato e credendo di non essere perseguibile per il solo motivo che si trova su Internet. Il mondo ideale di queste persone sole e vili può essere proprio quello di Internet. Non lasciatevi quindi infastidire o impaurire di colui che usa il media Internet in questo meschino modo.

Non importa quello che il "minacciatore telematico" dice di voi, non fate l'errore di lasciarvi influenzare dalle sue offese o dalle sue minacce, perdendo la stima in voi stessi. Non fate l'errore di credere alle minacce di denunciarvi e farvi avere delle pene secondo sue fantomatiche accuse, questo lo può decidere un giudice e non lui! Non è legalmente permesso attaccare tramite sistemi telematici il proprio computer, ad esempio rallentando la connessione tramite programmi come i bombardatori a pacchetti e altri sistemi analoghi; non è legale tentare di introdursi nel computer di persone collegate ad internet attraverso il numero IP. E' possibile proteggersi in svariati modi, come ad esempio installando un programma Firewall (ovviamente muniti di licenza d'uso). Vi sono programmi in grado di monitorare determinati attacchi, di registrare il numero IP di colui che tenta l'intrusione. Evitate sempre di cadere nelle trappole tese da coloro che vogliono soltanto la violenza e lo scontro verbale a suon di brutte parole, anche perché spesso non intendono risolvere le questioni in "scontri" leali, ma usano trucchi e strumenti subdoli. L'ignoranza, l'arroganza ed il gusto per la violenza sono vicini a queste persone scorrette.

Non si creda quindi colui che desidera usare Internet per sfogare la propria violenza repressa agendo verso gli altri, di poterlo fare liberamente o di aver trovato un mondo anarchico in cui poter scorazzare da "bandito", vi sono delle leggi da rispettare. Molte azioni effettuate su internet : minacce, aggressioni verbali, offese, attacchi informatici verso altri computer e altre manifestazioni possono essere sanzionabili penalmente. Molto spesso infatti si conosce anche nella vita reale la persona minacciata, e comunque non bisogna dimenticare che "dietro" Internet vi sono uomini e donne in carne ed ossa!

Si possono classificare quattro tipi di violenza:

- Violenza per paura sprigionata dalla persona che si sente minacciata da una situazione, da un gruppo di persone o da una persona singola. La persona entra in panico e cerca con la violenza di togliersi da questa situazione. Si dovrebbe affrontare la situazione di queste persone cercando di minimizzare il panico

dell'altra persona, convincendola che non siamo una minaccia, senza atteggiarsi in maniera autoritaria.

- Violenza per delirio è sprigionata dalla persona che non percepisce limiti di alcuna natura (fisica, morale, etc.), ad esempio la persona sotto gli effetti delle droghe incluso l'alcool. Per affrontare la persona in tale stato, bisognerebbe concentrare la sua attenzione su qualsiasi cosa che non sia se stesso, con voce convinta ed autoritaria, senza dare possibilità di scelta al soggetto.

- Violenza per capriccio irragionevole è basata su un comportamento irragionevole, ad esempio per un sindrome psicotica da rabbia cronica da sfociare all'esterno. Il soggetto in tal caso vuole intenzionalmente provocare violenza per sfogarsi in qualche cosa. Questa è una delle situazioni più difficili da gestire. Infatti bisognerebbe agire in due modi verso tali persone : togliere l'innescò emotivo alla persona, ad esempio non dando alcuna importanza alle sue richieste e fargli anche capire che il suo comportamento/richieste non verranno più tollerate o soddisfatte.

- Violenza criminale usata a livello coercitivo per ottenere qualcosa da una persona. In questo caso la persona vuole da noi qualcosa, tranne che una sfida.

In ultima analisi non bisognerebbe dimenticare che una persona che minaccia o si lascia andare in manifestazioni violente (anche sotto forma di aggressioni verbali) si può pensare in realtà come una persona vile, che cerca di togliersi dalla situazione di paura con la violenza, con scarsa fiducia nei suoi mezzi che non siano quelli violenti. In realtà colui che scatta per primo tra chi ha un diverbio è quello che sente l'impulso di dimostrare che "ha ragione". Deve, con molta probabilità, dimostrare al proprio ego ed a eventuali persone che assistono al "litigio" che deve "vincere".

Le chat consentono agli utenti di dialogare in tempo reale da un capo all'altro del pianeta. Purtroppo sempre più spesso si vedono i canali chat come unico e solo

mezzo per conoscere poi nella realtà altre persone. Conoscersi sì ma non come unico e solo mezzo per farlo. Molto spesso chi si descrive o cerca di far credere in modo positivo con chi chatta, non è in tal modo ma come vorrebbe apparire nella vita reale.

Dott. Roberto Cavaliere

<http://www.iltuopsicologo.it/>

La dipendenza da Internet è un disturbo ossessivo compulsivo che riguarda l'uso della Rete e dei suoi ambienti (social network, shopping, gioco, ecc.). Gli adolescenti sono tra i più colpiti, coinvolgendo poi tutta la famiglia. Anche senza una diagnosi di dipendenza, però, non sempre siamo in grado di gestire l'uso delle nuove tecnologie che abbiamo a disposizione

Di Francesca Cilento

La dipendenza da Internet è un disturbo compulsivo che rientra nelle **New Addictions** insieme al gioco d'azzardo, lo shopping compulsivo, il workaholic, ecc. Chi ne è affetto sente il bisogno di passare sempre più tempo in rete, mentre aumenta il disinteresse verso le attività offline. L'impossibilità di accedere ad Internet provoca **agitazione**, ansia, depressione e **pensieri ossessivi** su cosa stia accadendo online. Il fenomeno sta aumentando, tanto che da circa un anno è sorto

a Roma il **Centro per le psicopatologie da Web** presso il **Policlinico Gemelli**, che ha già curato più di 170 casi.

Alcuni dati sulla dipendenza da Internet

La dipendenza da Internet si può manifestare in molti modi:

- **Dipendenza da cyber sex**: ne è affetto chi scarica, commercia e usufruisce compulsivamente di materiale pornografico online;
- **Net gambling** invece riguarda varie attività online: gioco d'azzardo, shopping, videogame e commercio;
- **Dipendenza cyber-relazionale** per chi riesce ad avere solo o in maggioranza delle relazioni virtuali;
- **Eccesso nelle ricerca delle informazioni online.**

Chi sono i dipendenti? Secondo una ricerca promossa dal Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali, i soggetti più a rischio sono gli **adolescenti maschi**: il 27% dei ragazzi tra 11 e 14 anni e il 36,6% di quelli tra i 15 e i 17, contro il 16% e il 22% delle ragazze della stessa fascia d'età. Gli adolescenti senza controllo a casa sono particolarmente soggetti a sviluppare un disturbo di questo tipo che oltre al disagio sociale può sfociare in situazioni pericolose.

Sintomi e meccanismi della dipendenza da Internet

La dipendenza da Internet è in tutto e per tutto associabile a un disturbo compulsivo e in quanto tale la si diagnostica quando se ne riscontrano i **sintomi** tipici:

- Si usufruisce di internet per **lunghi periodi** (senza averne cognizione);
- L'interruzione delle attività per cause esterne causa **nervosismo, insofferenza e violenza**;
- Quando si è online i soggetti manifestano vivacemente **euforia ed eccitazione**;
- Per raggiungere questa stato d'eccitazione con il tempo si necessita di **maggior tempo**;
- L'**astinenza** provoca ansia, fantasie sul web, agitazione psicomotoria;
- Si **trascurano altri doveri e attività offline.**

Si aggiungono anche dei **sintomi psicofisici** come le alterazioni del comportamento alimentare, per cui si mangia poco e male. I soggetti manifestano anche stanchezza, perdita di sonno, affaticamento, incubi e sonno agitato.

La dipendenza da Internet e gli adolescenti

Gli adolescenti in generale costituiscono un **gruppo molto a rischio** per questo tipo di patologia che mette a repentaglio l'intera armonia familiare. I genitori cominciano a ruotare attorno alla patologia del figlio, cercando di combinare le loro attività con dei 'turni di sorveglianza' continui. I fratelli non solo risentono di questi nuovi ritmi, ma possono anch'essi cadere nel disturbo. Il tutto si inserisce nei già delicati/tesi **rapporti tra adolescente e genitori**: è importante che la coppia genitoriale sia compatta e non invii messaggi diversi.

La tecnologia utile

L'**Università del Maryland** ha condotto uno studio sui proprio universitari (nessuno con una diagnosi di dipendenza da Internet) chiedendo loro di non usare per 24 ore internet e le altre nuove tecnologie a loro disposizione. Le **reazioni** dei ragazzi sono state molto forti: senso di vuoto e di abbandono, ansia, irritabilità e molto altro. Molti hanno sottolineato anche le **difficoltà pratiche** a staccarsi dalle mail o dai pannelli che informavano loro delle lezioni e di altre informazioni utili. Questa forte reazione pone un interrogativo sul ruolo che queste tecnologie hanno e soprattutto su quanto (o meno) siamo in grado di gestirle.

<http://www.crescita-personale.it/dipendenze/2086/dipendenza-da-internet/804/a>

Le **new addiction** sono le nuove dipendenze che ormai si sono diffuse e radicate e che fino a qualche tempo fa non erano considerate gravi perché non collegabili a sostanze psicoattive. In realtà si tratta di problemi seri, come la tecnodipendenza tra i giovani. L'abuso riguarda le **modalità di utilizzo di varie tecnologie, dal cellulare agli ambienti accessibili attraverso Internet**. In questo caso non si tratta delle paure riguardo a come usare in modo proprio questi strumenti, ma l'insorgenza dei meccanismi psicologici che sono tipici di ogni dipendenza.

La tecnodipendenza e i giovani: Internet Addiction Disorder

Gli effetti di una tecnodipendenza su giovani e adulti sono simili per molti versi a quelli delle tossicodipendenze e soprattutto sono ugualmente invalidanti. Il **DSM**

IV ha classificato i sintomi di una vera forma di dipendenza da Internet chiamata Internet Addiction Disorder: si tratta di sintomi ossessivi e/o compulsivi inerenti l'accesso alla Rete che interferiscono con le attività quotidiane. Uno studio riportato dal *Corriere Salute* condotto su 3500 ragazzi evidenzia come il 4% non abbia un rapporto sano con la Rete e che il 9% abbia saltato la scuola per seguire delle attività online. Lo studio ha anche tracciato una lista di campanelli d'allarme che possono portare all'istaurarsi di una dipendenza:

- progressivo e sostanziale **aumento del tempo trascorso su Internet**;
- **diminuzione dell'interesse per le attività offline**, per gli hobby abituali e per gli amici;
- **peggioramento dell'umore**: aggressività, stanchezza, agitazione, sbalzi d'umore;
- **peggioramento delle performance scolastiche**.

La tecnodipendenza e i giovani bolognesi

Una ricerca tutta italiana sulle tecnodipendenze è stata condotta su un campione di studenti bolognesi sotto la supervisione di **Roberta Biolcati**, ricercatore dell'**Università di Bologna**. Dai primi risultati già emerge un **uso eccessivamente assiduo del computer**. Mediamente i giovani hanno risposto ai questionari dicendo di trascorrere **fino a 35 ore alla settimana davanti al pc per chattare**. Secondo i ricercatori Internet si è trasformato a un **rifugio per la mente**, ma soprattutto una modalità protetta con cui tentare approcci e istaurare delle relazioni interpersonali.

La tecnodipendenza mobile: giovani e telefonino

Tra le tecnodipendenze che riguardano giovani e giovanissimi c'è anche quella nei confronti del cellulare. Il **telefono cellulare** ha introdotto modifiche essenziali nel modo di comunicare e per un giovane rappresenta una **conquista di intimità e indipendenza** notevole, non sempre in linea con la propria **maturazione emotiva**. I ragazzi infatti devono imparare a costruire e gestire le proprie relazioni e il cellulare è un modo per vivere queste relazioni in modo distante e ovattato. Il rischio quindi è che un uso smodato del cellulare divenga terreno fertile per il **pensiero magico** e infantile che idealizza la relazione e chi parla impedendo un sano confronto con la realtà. Quand'è che il cellulare diventa pericoloso? Anche in questo caso ci sono comportamenti a rischio: aumento del tempo passato al telefono, sintomi fisici quali mal di testa o stordimento, uso di giustificazioni futili per non staccarsi dal cellulare, uso di più cellulari.

<http://www.crescita-personale.it/dipendenze/2086/tecnodipendenza-e-giovani/2399/a>

Adolescenti schiavi del web

24/01/2013 | Fonte: Benessere Guidone

E' allarme In Giappone per la Sindrome di Hikikomori, ovvero la malattia "degli isolati" che colpisce i giovanissimi ma anche i ragazzi tra i 20 e i 30 anni e le previsioni fanno temere che colpirà anche molti adulti nel prossimo futuro. E' la dipendenza dal computer, o dal web.

Come se non bastassero le ore di lezione a scuola, che spesso prevedono l'uso del computer, quando non studiano i ragazzi passano il loro tempo su Facebook, Twitter, sui siti di giochi o di musica, su Youtube a guardare film e video. E quando posano il computer, il divertimento continua con l'i-pad, l'i-phone e gli altri "collegamenti portatili" alla rete. Questo fa sì che una intera generazione si stia isolando dalla realtà, trasferendo azioni e sentimenti in un mondo virtuale che non fa affatto bene.

<http://www.crescita-personale.it/notizia/adolescenti-schiavi-del-web/1571>

Abitudine al controllo: mania dall'uso di smartphone

Controllo ripetuto - e quasi ossessivo - di mail, news, applicazioni e contatti sui social network: soprannominata "abitudine al controllo" (dall'inglese "checking habits") la nuova mania proviene dall'utilizzo sempre più diffuso degli smartphone che, oltre a essere impiegati come semplici telefoni, fungono anche da mini pc portatili in grado di navigare in internet. Lo studio è stato pubblicato su Personal and Ubiquitous Computing dai ricercatori dell'Helsinki Institute for Information Technology (HIIT).

I dati raccolti mettono in evidenza che l'uso più frequente riguarda il semplice "controllo" ("checking") che dura meno di 30 secondi e prevede l'apertura del blocco dello schermo e l'accesso a una singola applicazione. Comportamento che viene messo in pratica soprattutto nei momenti di noia.

<http://www.crescita-personale.it/notizia/abitudine-al-controllo-mania-dall-uso-di-smartphone/857>

I genitori e la paura della "facebook-dipendenza"

Quattro genitori su cinque temono che i loro figli diventino "Facebook-dipendenti". È quanto emerge da un'indagine sull'impatto delle tecnologie digitali sul benessere umano, condotta dagli esperti della Nominet Trust, un'organizzazione britannica che promuove progetti sul web diretti a combattere gli svantaggi sociali.

Dopo aver intervistato 1000 genitori, il team ha rilevato che quattro su cinque temono che i figli sviluppino una dipendenza da Facebook, uno su tre è convinto che internet abbia il potere di cambiare il loro modo di pensare se usato senza la supervisione di qualcuno e, infine, l'80% crede che i social network siano in grado di prendere il controllo della vita dei ragazzi.

Gli analisti hanno poi sottoposto i risultati del test a Paul Howard Jones, docente di neuroscienze dell'Università di Bristol (Gran Bretagna) che, dopo averli studiati, ha concluso che non esistono evidenze neurologiche che dimostrino che il web sia in grado di "stravolgere" la mente dei giovani più di altri fattori. Al contrario, ha rilevato che internet rappresenta, da una parte, una risorsa preziosa per l'apprendimento e, dall'altra, uno strumento capace di rafforzare i rapporti sociali.

Ricerca dell'università di Palermo su un campione di 2.200 adolescenti

C'è chi passa le notti davanti al pc, ma staccare all'improvviso non serve

La tecnologia che dà dipendenza

"A rischio un ragazzo su cinque"

La tecnologia che dà dipendenza
"A rischio un ragazzo su cinque"

ROMA - C'è chi, ossessionato da un gioco di ruolo on line, dorme di giorno e passa le notti al computer, non esce di casa e ormai non ha più amici. Sono casi-limite, certo, ma la tecnodipendenza colpisce tra il 5 e il 10% dei giovani. Nel complesso, gli adolescenti che soffrono di disturbi più o meno gravi sono il 22%. E' questo il preoccupante scenario emerso da una ricerca dell'università di Palermo su un campione di 2.200 studenti delle scuole superiori, molti dei quali, si è scoperto, avevano delle disfunzioni comportamentali nell'utilizzo di internet, dei cellulari e delle nuove tecnologie.

L'indagine, presentata sul periodico dell'Istituto di informatica e telematica del Cnr di Pisa Focus.it, evidenzia la vulnerabilità di tanti ragazzi. "Secondo i nostri dati - spiega il responsabile della ricerca Daniele La Barbera, uno dei maggiori esperti italiani di psicopatologie - tra il 5 e il 10% del campione soffre di dipendenza e più di un quinto ha comportamenti disfunzionali rispetto alle tecnologie".

I principali sintomi di questi disturbi sono il gran numero di ore trascorse in compagnia delle nuove tecnologie, l'enorme coinvolgimento e la progressiva rinuncia ad altre attività importanti, con pesanti ricadute sociali. In assenza di

contromisure, nelle situazioni più gravi si ha una dipendenza vera e propria, che in questi casi ha caratteristiche simili a quella legata al gioco d'azzardo.

Il tipo di esperienza più rischiosa sembra essere quella nei giochi di ruolo. "La dipendenza da questo tipo di giochi è una delle più additive e pericolose in quanto i videogame, soprattutto se giocati on line, possono durare mesi o anni: tutto dipende dalla volontà del giocatore di tenerli in vita", dice La Barbera.

Ma cosa può fare un genitore se si accorge che il figlio ha dei problemi? A quanto pare le misure drastiche non servono. "Staccare il computer peggiora la situazione", sostiene il responsabile della ricerca. "Proibire all'improvviso l'uso del computer non fa che peggiorare un clima familiare già incandescente. Chi soffre di questi disturbi non si rende conto della gravità della situazione".

Nei casi estremi, per guarire sono necessarie delle sedute di psicoterapia e una terapia farmacologica. La strategia migliore contro la dipendenza, sostengono gli esperti, è però la prevenzione. Per evitare rischi basta limitare l'uso degli apparecchi tecnologici non appena si nota che i ragazzi non li usano più in modo equilibrato.

LAREPUBBLICA.IT

Rischio di dipendenza da Internet negli appassionati di nuove tecnologie.

Giovannelli P.A., Scanu M., Cataldo I.

ESC Team-Centro di diagnosi e cura delle dipendenze da Internet, Milano.

Introduzione: Il presente studio si propone di indagare le caratteristiche di utilizzo di Internet ed il rischio di sviluppare dipendenza nei soggetti appassionati delle nuove tecnologie web-correlate.

Materiali e metodi: Su un campione di 1060 persone è stato somministrato il questionario internazionale C.A.G.E per l'alcolismo (J.A.Ewing, 1984) modificato dal nostro gruppo di lavoro per l'Internet Addiction Disorder. Le persone sono state intervistate all'ingresso di 10 negozi di elettronica di Milano e provincia i primi 2 giorni dall'uscita sul mercato di un nuovo noto tablet. Si è indagata inoltre l'area principale di utilizzo di internet (studio, lavoro, tempo libero) e il tempo medio giornaliero di connessione alla rete.

Risultati: Il 53% degli intervistati è potenzialmente a rischio (tempo di connessione maggiore od uguale a 5 ore/die). La categoria a maggiore rischio è il sottogruppo di utilizzo per motivi di tempo libero nel quale il 40% sta connesso per 5 o più ore al giorno. Inoltre, in questo ultimo gruppo il 72% ha dato risposte negative al test C.A.G.E. mostrando di non essere in alcun modo preoccupato e di non giudicare negativamente il proprio comportamento. I "grandi appassionati" (chi si è recato ad acquistare prima dell'apertura del negozio rimanendo in fila per ore) risultano i più inconsapevoli con il 79% di chi è a rischio di sviluppare dipendenza senza saperlo. Il profilo a maggiore rischio è maschio tra i 30 e i 34 anni. Le femmine che si sono recate all'acquisto sono solo il 11,32% del totale ma risultano le più inconsapevoli, infatti il 90% delle intervistate con comportamento a rischio di dipendenza non ne è a conoscenza. Il 13% degli intervistati sta 12 o più ore al giorno connesso.

Conclusioni: Dallo studio emerge che, a fronte di un'elevata percentuale di popolazione a rischio negli appassionati di nuove tecnologie, vi sia una scarsa percezione del pericolo di sviluppare una dipendenza da Internet. In attesa dell'uscita della "diagnosi ufficiale" prevista nel 2013 con il DSM-V (American Psychiatric Association) è opportuno sensibilizzare le fasce più vulnerabili della popolazione al rischio connesso all'abuso quotidiano di Internet.

In press

ISTRUZIONE E NUOVE TECNOLOGIE

Dalle lavagne elettroniche agli iPad nella scuola dell'infanzia, dall'istituto "total tablet" al progetto "Scuola Lombardia Digitale", passando per le stampanti 3D. Le buone pratiche ci sono, ma spesso sono lasciate alla buona volontà dei singoli (istituti o docenti). Facciamo un quadro di esempi e strumenti

di Luca Indemini

Scuola materna digitale - La Casa di DADA

È un panorama vario, articolato e sfaccettato quello della scuola digitale italiana. Progetti, esperimenti interessanti e buone pratiche non mancano, ma si tratta spesso di fenomeni isolati, lasciati alla buona volontà di singole scuole o singoli insegnanti, o dettati dall'impulso di colossi internazionali in campo tecnologico. È ad esempio il caso del progetto "Smart Future" di Samsung School, che entro il 2015 darà vita a classi digitali in circa 300 scuola italiane, portando in aula tablet e lavagne elettroniche. Ma a fronte dei 300 istituti fortunati, cosa succede nel resto delle scuole italiane?

Innanzitutto, per combattere l'isolamento molti insegnanti fanno gruppo sul web (moltissimi i gruppi tematici su Facebook, da Insegnanti 2.0 a Il tablet a scuola, a La scuola nella nuvola) o cercano di mettersi "in rete". In tal senso fornisce un quadro interessante la mappa realizzata dalla professoressa Paola Limone, "Insegnanti nella rete", che si propone di offrire un quadro dei docenti nella rete. "Siamo più di novemila, tra docenti, ricercatori, educatori – spiega la Limone –, cerchiamo di mettere insieme buone pratiche, ma ultimamente diventa sempre più uno spazio per condividere frustrazioni".

Nel 2008 Paola Limone aveva avviato a Rivoli il progetto "Un computer per ogni studente", che dopo un buon successo iniziale ha subito una brusca frenata. "Il progetto è cresciuto, si è esteso ad altre scuole in Piemonte, il Ministero sembrava apprezzare, doveva partire un nuovo bando e poi più nulla – commenta amareggiata la Limone –. Sono tornata alla lavagna di ardesia e compro i gessetti".

Con la crescente diffusione dei tablet la scuola digitale sembra aver ricevuto un nuovo impulso.

Dianora Bardi, docente di latino e italiano al Liceo Scientifico Lussana di Bergamo e tra i fondatori del Centro Studi Impara Digitale, ha avviato un'ampia sperimentazione per introdurre i tablet in classe, come strumento di apprendimento trasversale. "In questo senso sono d'accorso con il Ministro Carrozza quando dice che il digitale non è materia di insegnamento. Ai ragazzi sul tema c'è poco da insegnare, sarebbe come introdurre lezioni sull'uso del cellulare, si tratta di strumenti che ormai fanno parte della nostra vita – spiega la Bardi –. Bisogna togliere la focalizzazione sulla tecnologia, il digitale è uno strumento da usare quando serve, in modo trasversale, per l'insegnamento di ogni materia".

Quello che deve cambiare è la didattica: riduzione delle lezioni frontali e, seguendo le normative europee, più spazio alla didattica per competenze. In quest'ottica, la tecnologia diventa uno strumento abilitante e facilitante. Si muove in questa direzione il progetto "Scuola Lombardia Digitale", coordinato dalla stessa Dianora Bardi, che fa della regione il laboratorio nazionale della scuola digitale. "Più di 320 scuole, oltre 4 mila docenti e dirigenti scolastici lavoreranno in Cloud, dando vita a un grande consiglio di classe diffuso, che si confronterà sui temi della scuola digitale – spiega Dianora Bardi –. Tema di discussione non sarà solo l'utilizzo dei tablet, si ragionerà sulla didattica, su come dovranno essere strutturate le classi del futuro, quali arredi sono più funzionali, quali sono le tecnologie più utili. L'obiettivo è quello di fare una sintesi dell'esperienza maturata sul campo e presentarla al MIUR". In questo modo si vuole provare a scongiurare quello che fino ad ora si è rivelato uno dei maggiori problemi nella digitalizzazione della scuola italiana: la segmentazione delle esperienze e la scarsa capacità di condivisione delle buone pratiche.

Nel frattempo una forte accelerazione nell'utilizzo delle nuove tecnologie è arrivata dall'Istituto paritario Frejus, ski college di Bardonecchia, diventata la prima scuola "total tablet" italiana. Lavagne elettroniche, tablet e lezioni in rete tramite il cloud computing, per permettere agli studenti/sciatori impegnati nelle gare, di seguire le lezioni a distanza.

Aumenta la diffusione dei tablet nelle aule e crescono i tool per la gestione dei dispositivi mobili nelle scuole. Apple ha recentemente deciso di introdurre anche in Italia il tool gratuito iBooks Author, attraverso il quale gli insegnanti potranno realizzare contenuti da distribuire agli studenti, tramite iTunes U Course Manager.

AirWatch ha lanciato Teacher Tools, che permette agli insegnanti il controllo in tempo reale dei diversi devices degli alunni, attraverso un'interfaccia semplice e intuitivo.

La sperimentazione non riguarda solo la scuola secondaria, di primo e secondo grado; ma si diffonde sempre più nelle scuole primarie e inizia ad affacciarsi nella scuola materna. Il primo caso in Italia è quello de La Casa di DADA, asilo nido e scuola dell'infanzia non paritaria di Pecetto Torinese, diretta da Mirella Maglio. Il progetto DADA 1.0, inaugurato quest'anno, non si propone come un laboratorio di informatica, ma prevede l'inserimento dell'iPad tra gli strumenti tradizionali per esplorare le diverse aree didattiche: dalla motricità alla musica, dalla narrazione ai primi approcci coi numeri. "Lavoriamo in modalità off line – spiega Alessandro Giaccaglia, coordinatore della scuola dell'infanzia –. Abbiamo selezionato le app più funzionali, partendo da un bacino di 1500 e abbiamo creato un'impaginazione semplice e funzionale, che permette ai bambini di accedere in maniera autonoma alle diverse aree tematiche". La sfida innovativa introdotta da La Casa di DADA è stata condivisa con l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, che produrrà due tesi di laurea sull'utilizzo delle tecnologie touch come strumento di didattica integrativa per il Nido e la Scuola dell'infanzia, con l'intenzione di estendere la ricerca effettuata nello stato americano del Maine, dove la tecnologia touch è stata utilizzata come strumento didattico, integrato nel programma educativo tradizionale.

Se i touch screen la fanno da padroni nelle aule 2.0, non rappresentano però l'unica tecnologia che spinge la scuola verso la digitalizzazione. Mentre negli Stati Uniti MakerBot ha dato vita al progetto "Academy" per portare in ogni scuola una stampante 3D, il liceo Scientifico Malpighi di Bologna ha recentemente lanciato il progetto 3Dmakers@school, per dotare le classi di stampanti 3D e software di programmazione.

Tante storie, molti casi, spesso troppo isolati, che faticano a diventare sistema. Ma la strada è quella giusta, secondo Dianora Bardi: “La rivoluzione didattica deve partire dal basso, dalle aule, dalle esperienze sul campo, non può cadere dall’alto. Non sarà facile, non sarà veloce, ma sono sicura che ce la faremo, principalmente per due ragioni. Lo tsunami digitale, che piaccia o no, è irreversibile, i mobile devices sono ormai parte del nostro quotidiano, soprattutto per i ragazzi tra i 15 e i 16 anni; non si torna indietro. Inoltre la didattica per competenze in Europa è legge e la scuola digitale va in questa direzione. Sono ottimista, non mancano i problemi da superare, carenza di fondi, scarsa diffusione di banda larga e wi-fi, ma il digitale sta entrando irreversibilmente nella scuola italiana”.

<http://www.agendadigitale.eu/>

<http://www.youtube.com/watch?v=B9KNYJ9ESFY>

Riflessioni Sociologiche

di Ercole Giap Parini [indice articoli](#)

Giochi di ruolo online e comunità virtuali: esperienze del vivere contemporaneo.

Di Simona Isabella Ottobre 2009

[pagina 1/3](#) - [pagina successiva](#)

Il gioco è una dimensione costitutiva della socializzazione, una attività che permette all’individuo di costruire la propria identità nella consapevolezza del reticolo di relazioni dentro al quale essa si forma. Il gioco permette di ‘mettersi nei panni di ...’, rafforzando l’attitudine a mettere e dismettere i ruoli che la vita sociale pretende siano impersonati e, con essi, le regole che li informano.

Soprattutto, le attività ludiche permettono di acquisire consapevolezza o, meglio, di comprendere i ruoli degli altri, rendendo capaci di dare un senso alle proprie azioni e a quelle altrui.

Simona Isabella, con la forza che viene dalla sua particolare attitudine alla ricerca empirica, con questo intervento ci guida in quel luogo di confine e di trasformazione dell’esperienza ludica rappresentato dal web, dove la tradizionale concezione

dell'identità è sottoposta ad una serie di tensioni e, come passando attraverso ad un caleidoscopio, è chiamata ad assumere nuove forme e a sperimentare nuovi confini di socialità.

Simona Isabella è Dottore di ricerca presso l'Università della Calabria. Si è occupata di comunicazione mediata al computer, con particolare attenzione ai giochi di ruolo online, ai processi di costruzione del sé all'interno di ambienti comunicativi mediati, e alle pratiche narrative connesse. Attualmente conduce studi e ricerche sui Social Network e la comunicazione mobile. Su questi argomenti ha pubblicato: Tra gioco e realtà: comunità ed esperienza nei giochi di ruolo online (Pellegrini, 2006), Quando le parole creano mondi: comunità, identità ed esperienza nei giochi di ruolo on-line, in Bovone, L., Volonté, P., (a cura di), Comunicare le identità, (Milano, Angeli, 2006), Ethnography of online role playing games: the role of virtual and real contest in the construction of the field in Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research, 8(3), Art. 36.

Ercole Giap Parini

Giochi di ruolo online e comunità virtuali: esperienze del vivere contemporaneo

Individuo e società. Comunità virtuali tra tradizione e (post) modernità

Il gioco di ruolo e dell'identità. Creatività ed esperienza

Giochi di ruolo online e comunità virtuali: esperienze del vivere contemporaneo.

Giochi di ruolo online e comunità virtuali: esperienze del vivere contemporaneo Il gioco è un'attività che fa parte della vita degli esseri umani sin dalla loro nascita e che, sebbene in diversa misura e secondo modalità differenti, accompagna gli individui per tutta la loro esistenza. L'attività ludica ha, inoltre, un profondo significato culturale e si inserisce all'interno della vita ordinaria degli uomini seppur rimanendo un momento del tutto particolare e distaccato. Il gioco appare dunque come un'attività separata da quella della vita ordinaria ma, nello stesso tempo, come un'attività che sia di accrescimento alla vita spirituale dell'individuo (Huizinga

1973:35). Roger Caillois, autore del libro *I giochi e gli uomini* (2000), riprendendo in parte quanto affermato da un suo illustre predecessore, lo studioso olandese Johann Huizinga, indica le caratteristiche per cui una certa attività possa entrar a far parte delle attività ludiche: la separatezza dalla vita ordinaria, innanzitutto, il carattere di libertà, il fatto che debba rigorosamente essere un'attività improduttiva (può spostare beni ma non produrne), il carattere incerto per cui il risultato finale deve essere in dubbio e sconosciuto fino alla conclusione, ed infine, il fatto che sia un'attività regolata da leggi oltre che del tutto fittizia.

Caillois, però, non si limita solo a dare una definizione di gioco, al contrario tenta anche di farne una classificazione stabilendo, infatti, che qualsiasi gioco può essere inserito lungo un continuum tra due poli opposti: ad un'estremità si trova un tipo di attività più spontanea, esuberante e incontrollata che chiama *paidia*, all'altra, un'attività più disciplinata, "piegata alle convenzioni arbitrarie" (Caillois 2000: 29) che indica con il nome di *ludus*. Se all'interno di questa scala, che si snoda tra i due poli opposti di *paidia* e *ludus*, i giochi hanno una posizione in base alla maggiore o minore "spontaneità", allo stesso modo questi possono essere suddivisi in quattro categorie generali a seconda che in essi predomini il ruolo della competizione (*agon*), del caso (*alea*), del simulacro (*mimicry*) o della vertigine (*ilinx*) (Caillois 2000: 28). E' difficile però poter classificare i giochi utilizzando queste categorie come tipi ideali, risulta piuttosto che queste quattro categorie si trovino combinate tra di loro.

In una posizione del tutto particolare si collocano i giochi di ruolo online (1). Diretti discendenti dei giochi di ruolo da tavolo (come ad esempio il famoso *Dungeons & Drangons*) i MUDs si presentano come delle piattaforme ludiche virtuali all'interno delle quali i giocatori si muovono interpretando personaggi fittizi. La loro estrema diffusione, a partire dagli anni '80 in cui sono stati creati, e la loro persistente popolarità nelle versioni più tradizionali, nonostante l'implementazione grafica e tecnica li abbia modificati radicalmente, spinge ad una serie di riflessioni che riguardano, tentando una ridefinizione del rapporto tra "reale" e "virtuale", i concetti di gioco, esperienza e comunità.

Il gioco di ruolo e dell'identità. Creatività ed esperienza Il passaggio dai giochi di ruolo tradizionali a quelli online ha comportato, come conseguenza immediatamente visibile, il passaggio da un tipo di comunicazione faccia-a-faccia ad un tipo di comunicazione mediata: non si gioca più tutti seduti intorno ad un tavolo ma ognuno singolarmente di fronte allo schermo del proprio personal computer collegato in Rete. Se dal punto di vista della tipologia di gioco, così come spiegata da Caillois (2000), nulla può cambiare: i MUDs restano infatti un gioco di *mimicry*, ovvero il gioco a "far finta di" tipico del teatro, quel che sembra modificarsi è il principio di separatezza dalla vita ordinaria che un'attività ludica deve mantenere. La

possibilità, infatti, di tenere aperte sullo schermo del proprio computer più “finestre” contemporaneamente e quindi di svolgere più attività allo stesso tempo tra cui il gioco, implica un continuo movimento tra la dimensione del gioco e quella della “realtà”, tra quella che Sherry Turkle (1997) chiamava “vita sullo schermo” e le routine della vita ordinaria.

Il principio di separatezza, che rende una qualsiasi attività un gioco, ha a che fare con il tempo e con lo spazio e si può dire essere rispettato nel momento in cui l’attività ludica ha dei confini di tempo e di spazio ben precisi e riconoscibili. Inoltre, questi limiti devono essere fissati in precedenza, prima dell’inizio convenzionalmente stabilito e sono difficilmente modificabili se non con il previo consenso di tutti i giocatori o per decisione dell’arbitro. Nei MUDs, però, le categorie di tempo e di spazio del gioco sembrano prestarsi a differenti interpretazioni. Essendo il gioco basato su un tipo di comunicazione mediata in cui vi è compresenza di tempo ma non di spazio, stabilire quale sia il confine spaziale del gioco risulta difficile. Nei giochi di ruolo, infatti, poiché non esiste uno spazio fisico del gioco, a meno che non si voglia considerare parte dello spazio di gioco la postazione di ogni giocatore davanti al proprio PC, la delimitazione da ciò che non è gioco è data solamente dal tipo di comunicazione che intercorre tra i giocatori.

Inoltre, i MUDs sono dei programmi implementati su un server che è sempre collegato in Rete, per cui è spesso difficile stabilire con precisione quale sia, convenzionalmente, l’inizio e la fine del gioco. L’accesso al sito, giorno o notte che sia, potrebbe infatti essere inteso come inizio del gioco, mentre il momento in cui ci si disconnette come la fine della “partita” ma, poiché ogni accesso (login) ed ogni uscita (logout) dal gioco riguarda il singolo giocatore (2), questi non possono essere intesi come i “confini temporali” del gioco in sé che, invece, dovrebbero essere stabiliti convenzionalmente e rispettati da tutti i giocatori. Il tempo di gioco nei MUDs diventa, dunque, il tempo che ogni singolo giocatore vuole e può dedicare al gioco, ovvero il tempo in cui ha la possibilità di stare connesso alla rete (3).

Questa serie di ragionamenti sul tempo e lo spazio di gioco all’interno de MUDs sono da ricondurre, però, a tutta una serie di riflessioni più generali su alcuni aspetti delle categorie spazio-temporali che caratterizzano le società contemporanee. Questi cambiamenti, dovuti all’introduzione di nuove tecnologie della comunicazione e dell’informazione, non sono altro che delle trasformazioni che investono i sensi e che mutano la percezione che si ha dell’universo circostante. L’uomo, infatti, per delle ragioni legate ad una “necessità antropologica” (Pecchinenda 2003: 28), ha sviluppato, nel corso del suo percorso evolutivo, una serie di protesi interne ed esterne al proprio corpo che fungono da “schermo” (4) o da “filtro” tra l’apparato sensoriale e il mondo esterno. Questi filtri, o tecnologie, a

partire dal linguaggio e dalla scrittura alfabetica fino ai media elettronici, modificano, di volta in volta, la percezione che l'essere umano ha di sé e della realtà coinvolgendo soprattutto le categorie di tempo e di spazio.

Uno dei fenomeni ai quali si fa riferimento parlando di modificazioni delle categorie spazio-temporali, è il concetto di disembedding (Giddens 1994) o di delocalizzazione, cioè la separazione dello spazio dal luogo e, contemporaneamente, la compressione dello spazio e del tempo dovuta all'annullamento delle distanze per mezzo delle nuove tecnologie della comunicazione. Questi mutamenti non investono ovviamente le distanze da un punto di vista fisico ma solo dal punto di vista della percezione che si ha della distanza stessa: lo spazio, in effetti, si riduce poiché diminuisce il tempo per percorrerlo oppure si annulla, come nel caso del telefono e della comunicazione mediata dal computer di tipo sincrono (ad esempio chat e sistemi di Instant Messaging) in cui la comunicazione avviene in tempo reale, quasi come in una situazione di compresenza fisica.

Questo tipo di processi, se per quel che riguarda l'organizzazione della società sono abbastanza ben definiti, non lo sono altrettanto per le influenze che hanno sulle esperienze degli individui. La despazializzazione è una caratteristica fondamentale della città moderna in cui gli spazi perdono spesso legami specifici con un determinato luogo e diventano spazi di transizione (Mandich 1996: 97), luoghi di passaggio senza alcuna connotazione che li leghi veramente a un contesto specifico. Questa questione della delocalizzazione è abbastanza evidente nei rapporti tra gli individui poiché le loro interazioni sono ormai nella maggioranza dei casi mediate da una tecnologia elettronica. Queste, e soprattutto i cosiddetti new media, se da un lato ampliano notevolmente la rete di relazioni in cui gli individui moderni sono implicati nella loro vita quotidiana, dall'altro obbligano all'utilizzo di nuovi linguaggi, differenti da quelli legati alla contestualità dei rapporti faccia a faccia. La comunicazione mediata dal computer è un esempio di decontestualizzazione della comunicazione poiché, in questo tipo di interazioni, mancano tutta quella serie di indizi spaziali e temporali che spesso rendono possibile la comunicazione stessa. Se è vero dunque che lo spazio è un modo di fare esperienza (Mandich 1996: 93), una dimensione non esterna all'uomo, ma una proiezione del corpo sulla realtà circostante, ciò che ci si domanda è che tipo di esperienza spaziale sia possibile in un tipo di comunicazione mediata in cui il corpo è totalmente assente (5).

Nell'ambiente comunicativo dei giochi di ruolo online però l'ambientazione del gioco assume un ruolo predominante poiché determina l'esistenza del gioco stesso: le interazioni tra i personaggi seguono le regole dettate dal luogo fittizio in cui questi, di volta in volta, si vengono a trovare e la comunicazione, sebbene resti sempre di tipo mediato, riconquista una sua dimensione spaziale e temporale: si

rilocalizza. Questa nuova forma di spazializzazione o di ricontestualizzazione della comunicazione che caratterizza i MUDs e li differenzia da altre modalità di interazione mediata, sembrerebbe basarsi non solo sulla ricostruzione (virtuale) di uno spazio fisico che determina nuovamente il contesto di comunicazione tra i personaggi all'interno del gioco, ma anche sulle relazioni stesse che si vengono a creare tra i giocatori. I MUDs appaiono dunque come un luogo fuori dallo spazio e dal tempo della vita ordinaria ma da questo non completamente separato, data la continua commistione tra la dimensione online e quella offline (6), e in cui tutto si regge su quella particolare forma di socializzazione che Simmel (1997) chiamava socievolezza. E' la "forma ludica della socializzazione" (Simmel 1997: 43), che si manifesta nella sue forme più pure in situazioni come il gioco, l'arte, la moda, e che può avvenire solo in quanto momento distaccato dalla realtà: in quelle situazioni, cioè, in cui l'individuo vi è partecipe solo in quanto persona, lasciando fuori tutto ciò che è più strettamente individuale e che non ha a che fare con quel tipo di interazione.

Individuo e società. Comunità virtuali tra tradizione e (post) modernità.

Caratteristica della società odierna è la velocità e la continuità del succedersi delle trasformazioni che investono l'ambiente sociale nel quale vivono gli individui. E' un mondo aperto al possibile in cui l'individuo, libero da ogni vincolo di appartenenza, può spostarsi da un contesto sociale ad un altro con estrema facilità. L'individuo moderno è però un "viandante forzato", sempre in cammino ma per un luogo che non raggiungerà mai, continuamente animato dal desiderio di raggiungere "una bella strada dove stabilirsi" per poi amaramente constatare che "dietro ogni angolo appare un nuovo angolo, e con esso nuove delusioni e nuove speranze non ancora invalidate" (Bauman 2003: 78).

La condizione dell'individuo moderno è dunque quella di un individuo lacerato tra una certa libertà nell'agire quotidiano che gli permette di fare scelte individuali e, contemporaneamente, un'incertezza causata proprio dal fatto che non è possibile muoversi da un contesto ad un altro utilizzando le conoscenze acquisite altrove.

La catastrofe [della modernità] sta nel fatto che siamo chiamati a comprendere, riconoscere e sopportare libertà molteplici e assai diverse dalle parole asettiche e dalle promesse contenute nel libro illustrato della democrazia.[...] di una democrazia

interiorizzata rispetto alla quale molti concetti e molte ricette della prima modernità sono ormai inadeguate. (Beck 2000:41)

Questi continui cambiamenti sono delle esperienze ambivalenti poiché, sebbene soddisfino il desiderio del nuovo e del diverso da ciò che è scontato e quotidiano, mettono sempre in crisi le regole su cui si era basata l'esistenza fino a quel momento.

La vita nelle metropoli, affermava già Georg Simmel ai primi del '900, non è delle più semplici: l'individuo moderno, perennemente sottoposto ad una forte "intensificazione della vita nervosa" (Simmel 1995: 36) dovuta alla ricchezza di sollecitazioni provenienti dal mondo esterno, è costretto a vivere assumendo un atteggiamento di totale distacco non solo verso l'ambiente circostante ma anche verso i propri simili. Tipico del vivere moderno è dunque l'atteggiamento del blasé (7), che sviluppa una incapacità di sentire e di reagire a tutti gli stimoli che provengono dal mondo esteriore; l'indifferenza che emerge dai suoi modi di fare è, però, un atteggiamento di protezione nei riguardi della sua vita interiore. Inoltre, questa forma di chiusura verso il mondo esterno, una vera e propria intellettualizzazione del sentire, tipica del blasé si avvicina molto al comportamento del protagonista del romanzo di Robert Musil *L'uomo senza qualità*, che Peter Berger (1992) erge a simbolo dell'individuo moderno. Dalle descrizioni che Musil fa del protagonista del suo romanzo e che Berger utilizza per le sue argomentazioni, emerge la figura di un individuo aperto, disgregato, con un sé dalle mille sfaccettature, proprio come un caleidoscopio e, soprattutto, un individuo che vive tra continui spostamenti da una sfera di realtà ad un'altra: è "l'uomo delle possibilità. In altri termini, il sé moderno si caratterizza per la sua apertura infinita, per il suo essere sempre in progress – o anche, si potrebbeazzardare, per il suo alto grado di libertà. Questa libertà non è necessariamente piacevole a viverla: al contrario può essere avvertita come un peso. (Berger 1992: 20)

La velocità con cui l'individuo fa esperienza di tutte queste realtà possibili rende, dunque, precaria la possibilità di mantenere inalterato l'atteggiamento del mettere tra parentesi l'idea che le cose che si stanno vivendo possano essere altrimenti da come appaiono. Per l'individuo moderno niente è dato per scontato, compreso il fatto di non avere più una identità ben definita. L'idea di un "io" unitario, così come era stato concepito nel pensiero tradizionale occidentale, si è ormai rivelata essere un'illusione.

Scenario completamente diverso, anche se si tratta solo di un gioco, è quello che si presenta nei MUDs: ciò che viene a riprodursi all'interno di questi ambienti virtuali appare molto simile ad una società di tipo tradizionale in cui le relazioni tra gli individui erano regolate sulla base di legami parentali e amicali. La stessa identità individuale era strettamente legata alla posizione che il soggetto occupava, per nascita, all'interno di una comunità di tipo familiare o religioso e il suo agire era sempre giustificato da questa appartenenza. Allo stesso modo, in queste cittadelle virtuali, la biografia dei personaggi fittizi, animati dai giocatori, è sempre legata alla storia del gruppo all'interno del quale essi "vivono". Non esistono "cavalieri solitari" all'interno dei MUDs, sebbene nessuna regola esplicita vieti ad un giocatore di giocare un personaggio che sia "moderno", ovvero che agisca al di fuori dei vincoli dettati dall'appartenenza ad una comunità di origine, al contrario la storia del singolo personaggio non può prescindere da quella della comunità di appartenenza e dalla sua storia. All'interno di queste comunità ogni personaggio esiste non solo in quanto singolo individuo con una propria identità personale ma, soprattutto, in quanto membro della comunità stessa. E' dunque l'identità sociale (Crespi 2004), fondata su un principio di similarità, quellache prevale.

Ciò che i giocatori di ruolo sperimentano, anche se solo per gioco, è la vita in una piccola comunità che li esonera, di fatto, dal dover affrontare scelte fondamentali per la propria esistenza e, contemporaneamente, li inserisce in un ambiente affettivo solido e in percorsi di esistenza lineari e prevedibili. Permette loro, inoltre, di condividere con ogni altro membro della comunità di gioco il cosiddetto senso comune, ossia quella costruzione sociale della realtà che permette la sospensione del dubbio che le cose siano altrimenti da come sembrano (8). Questo atteggiamento, che caratterizza la sfera della vita quotidiana e che permette all'individuo di dare per scontate molte delle pratiche quotidiane, è anche un modo per tenere a bada l'inquietudine che assale gli individui nei confronti della consapevolezza della loro caducità. I continui spostamenti tra le varie sfere della realtà, passaggi ai quali l'individuo moderno è continuamente obbligato, mettono a dura prova la tenuta di questo atteggiamento, poiché lo costringono, di volta in volta, a doversi adattare da un punto di vista cognitivo, morale e pratico, ai sempre nuovi ordini del mondo.

L'esperienza dei mudders, che come i chatters, sono "acrobati tra cornici" (Drusian 2005), sembra proprio una sorta di addestramento a vivere più ruoli. Il continuo passaggio dalla dimensione offline a quella online e, all'interno della comunicazione mediata, da un frame comunicativo ad un altro sembra infatti un incessante esercizio acrobatico che può infine rivelarsi utile a rimanere integri nel continuo adattarsi ai contesti più disparati che il vivere contemporaneo richiede.

Vi è da fare una distinzione, però, tra la comunità di gioco vera e propria, ovvero l'ambiente virtuale on game in cui si muovono i personaggi fittizi interpretati dai giocatori e all'interno del quale vigono le sole regole imposte dal gioco, e la comunità dei giocatori che si costruisce intorno ad un tipo di comunicazione mediata off game e a tutta una serie di incontri faccia a faccia. Quest'ultima, rispetto alla prima, si rivela essere qualcosa di più complesso e non del tutto comprensibile se ci si limita ad utilizzare le categorie con cui la sociologia classica spiega le formazioni sociali.

Infatti, teorie comunitarie classiche quali quella tönnessiana (1979) che tenta di spiegare i cambiamenti sociali introducendo la coppia concettuale comunità-società (Gemeinschaft- Gesellschaft) affermando che la prima implica necessariamente l'appartenenza ad un gruppo per nascita, e spiegando la seconda come "una terra straniera" in cui gli uomini "vivono e abitano pacificamente insieme, ma sono non essenzialmente legati, bensì essenzialmente separati" (Tönnies 1979: 83), o come quella weberiana in cui la comunità è intesa come una categoria dell'agire sociale in cui l'individuo è mosso da una "comune appartenenza, soggettivamente sentita" (Weber 1961, vol. I: 23), contrapposta al concetto di associazione (o società) che si ha quando l'agire sociale si fonda su un legame di interessi motivato razionalmente, difficilmente appaiono esauritive di fronte alla complessità di queste nuove forme sociali che si vengono a creare nel Web. Il declino del concetto classico di comunità, ancora prima della diffusione di queste nuove e varie forme associative nate tramite comunicazione mediata dal computer, è stato accompagnato dall'emergere di una serie di problematiche che, in epoca moderna, hanno coinvolto concetti strettamente legati a quello di comunità per come era stato inteso sino ad allora: la nozione di identità, ad esempio, così come quella di fiducia e reciprocità (9).

Per quel che riguarda i MUDs appare fondamentale, al fine di comprendere di che tipo di aggregazioni sociali si tratta, tener conto della struttura e della modalità di gioco che essi hanno e che li distingue da molti altri tipi di gioco. Si tratta infatti del carattere non agonistico che ha il gioco di ruolo: i giocatori sono chiamati a partecipare, nelle vesti del proprio alter ego, a vari tipi di avventure trovandosi anche a doversi scontrare con altri giocatori. Ciò non toglie che non ci siano né vincitori né vinti, almeno non in maniera definitiva, poiché il fine ultimo del gioco è quello di far progredire il proprio personaggio all'interno della comunità di gioco e non quello di raggiungere un obiettivo preciso. L'agonismo, la voglia di primeggiare, che sarebbe una delle caratteristiche principali della cultura occidentale e, nello stesso tempo, il motore che muove gli uomini, non solo nel lavoro e nell'economia, ma anche nella vita privata (Caillois 2000), non pare coinvolgere i giocatori di ruolo, al contrario sembrerebbe cedere il passo alla collaborazione e l'aiuto reciproco che rimangono i principi su cui si fonda il role-play (D'Andrea 1989).

All'interno di questa ottica di cooperazione il dono assume un ruolo fondamentale, sia esso un oggetto (ad esempio una pozione magica o un'arma), del denaro oppure preziose informazioni sulle modalità di gioco (10). Questo atteggiamento, che in genere è abbastanza evidente nel rapporto tra i giocatori anziani e nuovi arrivati (newbies), viene mantenuto anche tra coloro che ormai sono diventati assidui frequentatori del MUD. In ogni caso, il gesto di donare è sempre spontaneo ed è parte integrante del gioco stesso: colui il quale, in seguito ad una richiesta di aiuto, fa un dono è certo che nel momento in cui necessiterà a sua volta di assistenza sarà sicuramente ricambiato da qualche altro mudder che lo aiuterà (Smith, Kollock 1999: 222).

Ed è proprio su questa idea del dono/obbligo reciproco che par fondarsi la comunità all'interno dei giochi di ruolo online. Un'idea di comunità, dunque, non intesa tanto come *cummunis*, ovvero come "una proprietà dei soggetti che accomuna", dice Esposito, come "un attributo, una determinazione, un predicato che li qualifica come appartenenti ad uno stesso insieme" (Esposito 1998: X-XI), ma piuttosto una comunità basata sull'idea di *munus* che invece rimanda all'idea di dono/obbligo reciproco. I membri di una comunità sono persone unite tra di loro non da una qualità che si aggiunge al loro essere persone, piuttosto da un qualcosa che manca. "Il *munus* che la *communitas* condivide non è una proprietà o un'appartenenza. Non è un avere, ma, al contrario, un debito, un pegno, uno dono-da-dare" (11). L'idea insita nella teorie comunitarie della sociologia classica, la sinonimia tra comune e proprio, viene in questo modo completamente ribaltata: il comune non può essere proprio ma risulta necessariamente improprio, non appartiene, infatti, a nessuno dei soggetti.

Una proposta teorica abbastanza interessante, questa proposta da Roberto Esposito che si rivela una buona chiave di lettura per fenomeni aggregativi come quelli che si formano attorno ai MUDs. Il tipo di comunicazione multi utente possibile tramite Internet e che si differenzia totalmente da quella dei media di massa, ha aperto la via a modalità di aggregazione sociale mai viste prima: ma, per riprendere le parole di Esposito, qual è l'onere che tiene uniti i membri di queste comunità virtuali?

Se all'interno del gioco il personaggio è vincolato dal ruolo che occupa nella piccola comunità di appartenenza e ha quindi il dovere di espletare i compiti assegnatigli affinché il gioco prosegua, nella comunità che si viene a creare tra i giocatori non esistono gli stessi vincoli, al contrario, i giocatori non hanno nessun obbligo nei confronti degli altri partecipanti. Sebbene da una comunicazione di tipo mediato, che per molti ancora creerebbe solo legami deboli, sia facile svincolarsi, la partecipazione dei giocatori alle varie attività (discussioni, commenti e organizzazione del gioco tramite forum, mail o Instant Messaging) è sempre molto

vivace ed è vista come un “dono” fatto alla comunità. Ed è proprio sulla relazione che nasce da questo reciproco donarsi che questa si fonda. Quanto accade nella partecipazione online, avviene nei vari raduni “dal vivo”, siano essi ufficiali o no, in cui la presenza di ognuno è vista come un dono fatto alla comunità.

In una società così fortemente individualizzata come quella contemporanea in cui si vive con il continuo timore che la nostra “biografia del fai da te” possa trasformarsi da un momento all’altro in una “biografia del fallimento” (Beck 2000), l’adesione ad un tipo di comunità che fonda la sua esistenza sulla partecipazione volontaristica dei membri e sul fatto che si venga accettati per il semplice motivo di “esserci”, appare quasi come un tentativo di ancoraggio, un modo per non disperdersi all’interno dell’eccessiva frammentazione delle società globalizzate. Una maniera, dunque, di fare esperienza di una biografia non problematica totalmente differente da quella che di fatto si vive.

Inoltre, questo “essere lì per l’altro”, che Sherry Turkle (2002) parlando di comunità virtuali definisce funzione di responsore, si accompagna a quell’idea di *dépense* improduttiva (Bataille 1997) che, contrapponendosi al concetto di utile, spiega bene l’atteggiamento che i mudders hanno verso il giocare. Il dispendio, legato da un rapporto direttamente proporzionale al concetto di perdita, implica un tipo di relazione fine a se stessa. Per i mudders l’essere online è un dispendio di tempo che essi offrono al gioco e ai giocatori e, maggiore è il senso di perdita che ne ricavano, maggiore è la soddisfazione di aver investito in questo tipo di socialità fine a se stessa.

La costruzione della comunità all’interno dei MUDs si forma, dunque, tramite un processo lento che richiede ai giocatori un impegno costante nel mantenere vive le relazioni sia nell’ambito del gioco che al di fuori di esso. Il tema della costruzione della comunità è però sempre strettamente legato a quello della costruzione dell’identità dei mudders sia in quanto singoli individui, sia in quanto giocatori e membri di un gruppo.

Se è vero, come sosteneva Sherry Turkle (1997), che il rischio che si corre nel giocare in questi ambienti virtuali sia quello di smarrire il confine tra il mondo della vita ordinaria e quello del gioco non riuscendo più a riconoscere in quale dei due si stia vivendo, è anche vero, e credo che riguardi la maggioranza dei giocatori, che la costruzione dell’identità in gioco, esattamente come avviene per la comunità, sia un processo che coinvolge inevitabilmente il continuo essere tra la dimensione online e quella offline nel medesimo tempo. I mudders conducono la loro esistenza in una dimensione a cavallo tra la vita ordinaria, ovvero la realtà fisica e geografica nella quale vivono, il gioco, cioè le realtà virtuale all’interno della quale i propri

personaggi si muovono, agiscono e interagiscono con gli altri personaggi, e quella socievolezza digitale fatta di chiacchiere online con gli altri giocatori.

Essere un mudder, dunque, richiede un'abilità mentale che si avvicina molto a quella che lo psicologo Donald Winnicott (2004) chiama attività creativa, ovvero la capacità di sperimentare quella zona intermedia che si colloca tra il "Sé" e il "fuori -di -sé", una sorta di tramite, di luogo di passaggio all'interno del quale ha sede l'attività culturale, quella artistica e il gioco. Mentre nel bambino, nei primi mesi di vita, poiché non si ha ancora cognizione dei confini tra la vita psichica interiore e il mondo al di fuori di sé, sperimentare questa zona intermedia, tramite gli oggetti transizionali serve alla sua formazione in quanto individuo, negli adulti, continuare la sperimentazione di questa zona creativa, aiuta a vivere in una maniera (psicologicamente) sana (Winnicott 2004). Inoltre, il gioco, e in particolare il gioco di ruolo, è uno dei modi affinché l'adulto possa continuare a sperimentare parti di sé, in un processo che permette una trasformazione continua dell'identità. Per di più, è proprio questo incessante andare a venire tra la dimensione online e quella offline che permette questa sorta di sperimentazione creativa del sé. Inoltre, per quel che riguarda il tempo e il luogo del gioco, che nei MUDs è alquanto incerto, per i giocatori di ruolo una delle routine della vita quotidiana è questo continuo essere "sospesi" tra la dimensione del gioco e quella della vita ordinaria: non si è mai totalmente immersi nel gioco, perché contemporaneamente si svolgono altre attività che distolgono l'attenzione dal gioco, o comunque fanno in modo di non essere mai completamente assorbiti da questo, e non si è mai totalmente nella dimensione della vita ordinaria perché si è sempre collegati alla rete Internet (12).

Questo movimento incessante tra la dimensione dell'ordinario e quella dello "straordinario" sembrerebbe dunque far parte dell'attività ludica vera e propria visto che la biografia del personaggio si forma tramite la continua commistione tra avvenimenti di gioco ed avvenimenti della vita reale. Il personaggio che i giocatori creano e con il quale entrano in gioco racchiude in sé, come appunto l'oggetto transizionale per il bambino, una serie di caratteristiche fisiche e psichiche, in base alle quali si rapporta e interagisce con gli altri personaggi ma che, in qualche modo rimandano al giocatore stesso che lo interpreta, non essendo mai propriamente distinto da lui. Per tutti i giocatori il personaggio fittizio che interpretano in gioco rappresenta, di volta in volta, loro stessi ("Sé") e qualcun altro ("altro da sé"), in un continuo gioco che sembra proprio quello dell'assunzione e dell'uscita dal ruolo di cui parla Goffman (2003).

Le situazioni della vita ordinaria, ma anche i giochi, creano dei mondi di significati entro i quali gli individui si muovono assumendo dei ruoli. Questi non sono altro che una serie di caratteristiche personali che ogni individuo assume e in base alle quali

agisce in ogni situazione: “nell’eseguire un ruolo l’individuo deve far sì che le impressioni di se stesso che vengono comunicate nella situazione siano compatibili con le qualità personali appropriate al ruolo che gli sono attribuite nei fatti” (Goffman 2003: 103).

Il ruolo (o personaggio) che ogni mudder interpreta, sebbene sia sempre un’entità in continua trasformazione e con la cui identità egli può giocare, viene riconosciuto per delle caratteristiche e dei comportamenti che, in linea di massima, restano sempre abbastanza coerenti all’idea originaria (questo ovviamente al fine di creare una continuità nel reciproco riconoscimento che porta poi alla costruzione della comunità). Ma l’assunzione di ruolo è in qualsiasi momento revocabile: l’individuo, infatti, può interrompere di interpretare questa parte e assumere un atteggiamento di distanza dal ruolo ovvero il fatto che vi possa essere una scissione tra l’essere e il fare, tra l’individuo e il suo ruolo putativo (Goffman 2003: 124). Uscire dal ruolo significa, appunto, non essere più capace di calarsi in quella scena di finzione, ovvero di trattare come reali avvenimenti e situazioni del tutto irreali.

I mudders, in questa loro continuo andirivieni tra la dimensione del gioco e quella della vita ordinaria, pare abbiano trovato un modo di vivere che, sebbene parzialmente inconsapevole, permette loro di fuggire l’isolamento del vivere contemporaneo in questa sorta di escapism creativo che il giocare un ruolo fittizio in un mondo fittizio consente. Un bravo mudder sa però quando è il momento di attivare tutta una serie di strategie di distanza dal ruolo che non sono altro che delle funzioni difensive (Goffman 2003: 129), dei modi per avere un certo spazio di manovra per distaccarsi da questo mondo immaginario e ritornare alla realtà della vita ordinaria, evitando in questo modo quello che viene sempre percepito come un pericolo: rimanere intrappolati nelle dinamiche del gioco.

Altra questione abbastanza rilevante riguarda l’esperienza: una tematica parecchio dibattuta per il fatto che il termine stesso “esperienza” può essere inteso in vari modi. Ai primi del XX secolo, Walter Benjamin (1976) decreta l’insorgere, tra gli abitanti delle metropoli, di un’atrofia dell’esperienza, intendendo così dire che l’individuo aveva perso quella capacità di esperire, ovvero di accumulare vissuti ed riuscire a tesserli in una trama coerente che potesse intrecciarsi alla biografia individuale e a quella della comunità in cui viveva.

Questa atrofia dell’esperienza, causata dal fatto che l’individuo è sottoposto a continui choc dovuti alla velocità e alla continuità degli stimoli provenienti dall’esterno, tipici della vivere nelle città, portano l’individuo a una progressiva chiusura in sé stesso assumendo un atteggiamento che un altro autorevole autore definisce del blasé (Simmel 1997): ovvero un individuo che, del tutto insensibile,

mostra totale indifferenza verso tutto ciò che lo circonda e che si caratterizza per un modo di sentire in cui è l'intelletto a reagire e non il sentimento, come invece capita all'individuo che conduce una vita rurale. Questo cambiamento, segnato anche da un diverso utilizzo di due termini della lingua tedesca (Erlebnis ed Erfahrung), che in italiano sono resi entrambi con esperienza (Jedlowski 2002), designa quindi la fine di un modo di esperire tipico di un certo tipo di società e l'inizio di una nuova modalità di fare esperienza che sarà poi tipica del vivere moderno.

Tra le cause dell'atrofia dell'esperienza Benjamin adduce la sostituzione della narrazione con l'informazione: come l'informazione regala una conoscenza frammentaria e puntuale, così l'individuo è ormai abituato a fare esperienze che risultano slegate l'una dall'altra perché è l'individuo stesso che ha perso la capacità di legare insieme i propri vissuti esperienziali o comunque non sembrerebbe interessato a farlo.

Ritornando ai MUDS, l'esperienza di gioco che vede impegnati giornalmente i mudders, sembrerebbe configurarsi come una rinnovata capacità di avere delle esperienze nel senso che i giocatori recuperano la capacità di elaborare i propri vissuti e di inserirli in un percorso formativo (Erfahrung). Questa capacità consiste, in parte in una riscoperta del piacere di raccontare storie, in parte nella possibilità di sperimentare una nuova modalità di stare al mondo.

Per quel che riguarda la narrazione vi è un duplice aspetto da prendere in considerazione: il recupero della capacità e del piacere di narrare si sviluppa secondo due modalità, ognuna delle quali è il riflesso dei due diversi modi di fare esperienza (Erlebnis ed Erfahrung) di cui si è detto.

L'accesso al gioco è sancito dalla creazione di un personaggio e dal fatto che questi possa giocare all'interno di una comunità ristretta che ha tutte le caratteristiche, nella sua organizzazione interna, delle comunità di tipo tradizionale. La storia del personaggio, di conseguenza, si lega inscindibilmente con la storia della comunità di appartenenza in una sorta di racconto di Bildung, racconto di formazione, le cui tappe fondamentali, verranno testimoniate nella scheda dell'avatar. La crescita del personaggio è quindi, innanzitutto un percorso personale, quasi intimo che ogni giocatore sperimenta nel giocare il proprio ruolo all'interno del gruppo di cui fa parte. E' un percorso fatto di continui aggiustamenti dovuti sia a questioni più strettamente legate al gioco (cambio di regole e struttura del gioco), sia a questioni riguardanti le relazioni tra i giocatori: avvicinamenti, rotture, incontri di persona sono tutti elementi della vita del giocatore che possono modificare poi il suo modo di giocare il suo personaggio e di farlo relazionare con gli altri personaggi. Inoltre, poiché il gioco si costruisce su relazioni quotidiane, basate su taciti appuntamenti

che si protraggono nel tempo mantenendo, quasi sempre, un certo ritmo tra interazioni on game e off game ogni singolo giocatore, in questi continui scambi con gli altri compagni di gioco, ha la possibilità di lasciare sedimentare i propri vissuti in un tipo di esperienza che definiremmo Erfahrung

Accanto a questo modo di raccontare di tipo tradizionale vi è però anche una modalità di narrazione che è invece tipica della modernità: la narrativa seriale. Uno dei motivi per cui un mudder difficilmente si distacca dal gioco è dato proprio dal fatto che il MUD riproduce tutti i meccanismi della narrativa seriale (la ripetizione, l'attaccamento ai personaggi, la durata nel tempo), benché con notevoli peculiarità dovute anche al tipo di tecnologia utilizzata. Nei MUDs la continua combinazione di elementi di novità che stimolano la curiosità dei giocatori ad accedere con delle cadenze rituali (13) "per vedere cosa sta succedendo", con elementi, al contrario, già noti e che danno la sicurezza di trovare tutto immutato rispetto all'ultimo accesso effettuato, creano questo meccanismo di forte attaccamento al gioco.

Inoltre, se questo tipo di gusto narrativo funziona per un tipo di serialità come quella televisiva in cui il fruitore è solamente uno spettatore di quanto sta accadendo, che partecipa agli accadimenti ma non può modificarli, ancor di più sarà efficace in un meccanismo narrativo quale quello dei MUDs in cui l'individuo è contemporaneamente spettatore, protagonista e narratore delle vicende in corso. La narrazione all'interno dei MUDs presenta, dunque, dei presupposti del tutto nuovi e particolari. Uno degli elementi principali di questo tipo di narrazione è dato dalla coralità delle azioni narrate: il narratore non è mai uno solo ma vi sono sempre più voci narranti contemporaneamente. La coralità dei MUDs non è altro che il riflesso della coscienza, del tutto moderna, di non riconoscersi come gli unici artefici del proprio destino, i mudders, infatti, sono assolutamente consapevoli del fatto di dover cedere la parola ai propri compagni di gioco e imparano anche a farlo rispettando i turni nel parlare.

Ma, al di là del puro piacere di immergersi in questi mondi narrativi tanto da partecipare al gioco e a tutte le attività ad esso correlate per anni, l'esperienza che i giocatori di ruolo fanno è un'esperienza di vita, un modo nuovo di stare al mondo. Quello di cui i mudders fanno esperienza è, in primo luogo, la possibilità di incontro con l'altro. Una conoscenza dell'altro che è per alcuni versi continuamente alimentata dallo sperimentare quel sentimento di vertigine (Jedlowski 2000: 194) dato dalla percezione di prossimità con l'altro che però, poiché in una dimensione online, resta comunque distante e impossibile da avvicinare realmente e, per altri, dal fatto che poi ci sia effettivamente l'occasione di incontrarsi nella dimensione della fisicità e di sperimentare la possibilità di un'amicizia concreta.

In ultimo, ciò che i mudders imparano, giocando di ruolo, è un gioco ben più importante: è il gioco dell'io (Melucci 1991), ovvero la capacità di aprirsi verso l'esterno, di fare esperienze e di apprendere da queste. L'io è, infatti, molteplice perché molteplici sono le situazioni in cui si viene a trovare e alle quali si deve adattare per poter sopravvivere. I MUDs prospettano, come gran parte della CMC, la possibilità di aperture che non siano troppo rischiose (si ha l'opportunità di interagire con moltissime persone ma sempre protetti da uno schermo che garantisce un certo anonimato rassicurante), aperture che permettono agli individui di giocare parti di loro, e di condividere esperienze con altre persone che si avvicinano a questi giochi con lo stesso intento.

Al di là quindi della prospettiva ludica, della possibilità di creare legami forti con individui che altrimenti non si sarebbero mai conosciuti, e comunque di fare esperienze di vita, giocare ad un MUD, o meglio essere un mudder, si profila come un vero e proprio modo di stare al mondo. I mudders hanno infatti, imparato a vivere seguendo il ritmo di una continua oscillazione fatta di aperture e di chiusure verso gli altri che permette loro di sopravvivere alla complessità del mondo contemporaneo.

Simona Isabella <http://www.riflessioni.it/riflessioni-sociologiche/giochi-ruolo-online-3.htm>

NOTE

1) Nel testo si utilizzerà il termine generico gioco di ruolo (GdR) per indicare i MUDs, acronimo che sta per Multi Users Domains (o Dimension) e che si riferisce ad una serie di sistemi di realtà virtuali basati su testi, collegati in rete, ai quali possono accedere più utenti contemporaneamente.

2) Poiché nei giochi ruolo (compresi ovviamente quelli online), lo scopo è quello di costruire un mondo tramite la continua interazione tra i vari personaggi e la narrazione del master, ognuno dei quali ha appunto un "ruolo" in esso, convenzionalmente, ci si dà degli orari in cui ci si ritrova per giocare insieme, ma questo non toglie il fatto che ogni singolo giocatore non possa partecipare a "giocate" diverse con diversi gruppi di persone (es. giochi di gilda o di clan).

3) La possibilità di connessione alla rete e la quantità di tempo che vi si può rimanere connessi sono una prerogativa fondamentale per la partecipazione ad un MUD ma, allo stesso tempo, un indicatore di dell'identità dei mudders. E' implicito ,

dunque, che un potenziale giocatore è un individuo che ha la possibilità di accedere ad Internet anche per tempi abbastanza lunghi.

4) Cfr. Pecchinenda G., 2003. L'autore parla di "schermo semiotico" per indicare la capacità dell'essere umano di frapporre una mediazione tra la sua mente e l'ambiente esterno. Questo "spazio virtuale" è istituito grazie al linguaggio che permette all'uomo di osservarsi; di sdoppiare la soggettività tra un io inteso come soggetto che percepisce e che narra ed un io inteso come oggetto della narrazione. Questo discorso sul linguaggio può essere fatto a più livelli tenendo conto dei vari strumenti tecnologici, dalla scrittura ai media elettronici, e si parlerà, più genericamente, di schermo tecno-sensoriale.

5) I MUDs sono delle realtà virtuali basate su testi. Ogni chat room contiene una breve descrizione del luogo in cui ci si trova, per il resto lo spazio è costruito nelle interazioni tra i personaggi tramite le descrizioni che ogni giocatore fa del proprio personaggio e delle azioni che compie. Gli spazi nel MUD emergono, dunque, come fantasia condivisa tra i giocatori che in quel momento si trovano nella stessa chat.

6) La possibilità di tenere aperte contemporaneamente più sessioni di lavoro sul proprio computer permette di giocare mentre si svolgono altre attività come lo studio o il lavoro.

7) Cfr. op cit., p. 42 A questo bombardamento di stimoli contraddittori provenienti dal mondo esterno il blasé reagisce con una sorta di intellettualizzazione del sentire. Egli reagisce con l'intelletto piuttosto che con il sentimento.

8) Cfr. Jedlowski, P., 2003, p. 59 "Come spiega la sociologia fenomenologica, la realtà viene colta di norma dagli individui entro la cornice di un insieme di strategie cognitive che definiscono il mondo come ricorrenza di situazioni tipiche. Sul piano pratico, queste tipizzazioni corrispondono alle routine entro le quali noi agiamo per la maggior parte del tempo nella nostra vita quotidiana, in connessione ai ruoli che ricopriamo ed alle situazioni cui ci riferiamo".

9) Per ulteriori approfondimenti si veda Bagnasco, A., Comunità: definizione, in Parolechiave 1/1993, p. 11-30.

10) Nella maggior parte dei MUDs esistono dei veri e propri gruppi organizzati di giocatori il cui ruolo è quello di dare informazioni ai nuovi arrivati. Ciò non toglie che chiunque è libero di dare un aiuto fornendo informazioni sia di tipo tecnico che sulle modalità di gioco.

11) Cfr. op.cit., XV, “Ne risulta che *communitas* è l’insieme di persone unite non da una proprietà, ma, appunto, da un dovere o da un debito. Non da un più, ma da un meno, da una mancanza, da un limite che si configura come un onere, o addirittura una modalità difettiva, per colui che ne è affetto, a differenza di colui che ne è, invece, esente o esentato”.

12) La possibilità di accedere alla Rete tramite tecnologie mobili e il progressivo abbassamento dei costi degli abbonamenti, consente di essere online potenzialmente in qualsiasi momento della giornata. Anche se questa opportunità offerta dalle tecnologie mobili non modifica le abitudini di gioco, sicuramente amplia la possibilità di interazione estendendole a tutti quei momenti della giornata intesi come interstizi tra un’attività ed un’altra.

13) Al gioco si accede ogni giorno per giocare, “vedere” chi è collegato, controllare la posta interna al gioco e partecipare al forum. Anche se non si sta collegati al MUD tutto il giorno, mentre si svolgono altre attività, gli accessi sono comunque numerosi durante il corso della giornata, e scanditi da un ritmo dettato, in parte dalla curiosità di sapere cosa sta succedendo in gioco, in parte dal tipo di ruolo e dalle responsabilità che si hanno nel MUD.

Bibliografia

- Bagnasco, A., (1993), *Comunità: definizione*, in *Parolechiave*, n. 1/1.
- Bataille, G., (1997), *Il dispendio*, trad. it. Roma, Armando (ed. or. 1967).
- Bauman, Z., (2002), *Il disagio della postmodernità*, trad. it. Milano, Mondadori (ed. or. 2000).
- Beck, U., (2000), *I rischi della libertà*, trad. it. Bologna, Il Mulino (ed or. 1994).
- Belloni, M. C. Rampazi M., (1996), (a cura di), *Luoghi e reti*, Soveria Mannelli, Rubbettino
- Benjamin, W., (1976), *Angelus novus: saggi e frammenti*, trad. it. Torino, Einaudi (ed. or. 1936).
- Berger, L. P., (1992), *Robert Musil e il salvataggio del sé*, trad. it. Soveria Mannelli, Rubbettino (ed. or. 1936).

- Caillois, R., (2000), I giochi e gli uomini, trad. it. Milano, Bompiani (ed. or. 1967).
- Casalegno, F., (2002), Memoria quotidiana. Comunità e comunicazione nell'era delle reti., trad. it. Milano, Le Vespe
- Crespi, F., (2004), Identità e riconoscimento della sociologia contemporanea, Bari, Laterza.
- D'Andrea, F., (1989), L'esperienza smarrita. Il gioco di ruolo tra fantasy e simulazione, Soveria Mannelli, Rubbettino
- Drusian, M., (2005), Acrobati dello specchio magico. L'esperienza degli adolescenti in chat, Milano, Guerini e Associati.
- Esposito, R., (1998), Communitas, Torino, Einaudi.
- Giddens, A., (1994), Le conseguenze della modernità: fiducia e rischio, sicurezza e pericolo, trad.it. Bologna, Il mulino (ed.or. 1990).
- Goffman, E., (2003), Espressione e identità. Gioco, ruolo, teatralità, trad. it. Milano, Mondadori (ed. or. 1961).
- Huizinga, J., (1973), Homo ludens, trad. it. Torino, Einaudi (ed. or. 1938).
- Jedlowski, P., (2000), Storie comuni, Milano, Mondadori
- Jedlowski, P., (2002), Memoria, esperienza e modernità, Milano, Franco Angeli.
- Jedlowski, P., (2003), Fogli nella valigia. Sociologia, cultura, vita quotidiana, Bologna, Il Mulino.
- Mandich, G., (1996), Modificazioni spazio- temporali ed esperienza, in Belloni, M. C. Rampazi M., (1996), (a cura di), Luoghi e reti, Soveria Mannelli, Rubbettino
- Melucci, A., (1991), Il gioco dell'io, Milano, Feltrinelli
- Pecchinenda, G., (2003), Videogiochi e cultura della simulazione. La nascita dell' 'homo game', Bari, Laterza.
- Simmel, G., (1997), La socievolezza, trad. it. Roma, Armando Editore (ed. or. 1911).
- Simmel, G., (1995), Le metropoli e la vita dello spirito, trad. it. Roma, Armando Editore (ed. or. 1903).

- Smith, M. A., Kollock P., (1999), (a cura di), Communities in cyberspace, London, Routledge
 - Tönnies, F., (1979), Comunità e società, trad. it. Milano, Edizioni di comunità (ed. or. 1887).
 - Turkle, S., (1997), La vita sullo schermo., trad. it. Milano, Apogeo (ed. or. 1995).
 - Turkle, S., (2002), (dialogo con), Memorie sullo schermo, in Casalegno, F., (2002), Memoria quotidiana. Comunità e comunicazione nell'era delle reti., trad. it. Milano, Le Vespe
 - Weber, M., (1961), Economia e società, trad. it. Milano, 4 voll (ed. or.1922).
 - Winnicott, D. W., (2003), Gioco e realtà, trad. it. Roma, Armando Editore (ed. or. 1971).
-

Dipendenza da internet: apre negli Usa il primo centro per la disintossicazione

Il trattamento 'intensivo', della durata di 10 giorni, costerà 14 mila dollari perchè nessuna assicurazione sanitaria riconosce la dipendenza da internet come una condizione clinica.

Internet addiction

INTERNET - Aprirà lunedì prossimo presso il Bradford Regional Medical Center in Pennsylvania il primo centro americano per la cura della dipendenza da internet.

I primi 4 volontari che si sottoporranno al trattamento intensivo, della durata di 10 giorni, sono affetti da quella che gli psichiatri definiscono una vera e propria 'dipendenza patologica da internet' - un'ossessione che si differenzia dalla dipendenza psicologica dalle nuove tecnologie e che condiziona la vita di chi ne soffre in maniera del tutto simile alla dipendenza da eroina.

La patologia si manifesta con diversi disturbi, che vanno dal bisogno di trascorrere un tempo sempre maggiore online per ottenere soddisfazione, alla mancanza di

interesse per altre attività che non ruotano attorno al web, provocando agitazione, ansia, depressione, pensieri ossessivi dopo la diminuzione o la sospensione dell'uso della rete.

Il dibattito sull'esistenza della dipendenza patologica da internet è iniziato nei primi anni 90: da allora diverse ricerche hanno fornito le prove cliniche che essa non solo esiste, ma si sta diffondendo velocemente e - al pari di tutte le altre forme di dipendenza - è in grado di rovinare la vita di chi ne soffre. Ma lo stesso, negli Usa, nessuna assicurazione sanitaria riconosce la dipendenza da internet come una condizione clinica e così, chi vorrà farsi curare dovrà pagare 14 mila dollari.

L'internet addiction si presenta in diverse forme: si va dalla Cybersex addiction - ossia tutte quelle attività che provocano eccitazione sessuale come la ricerca di materiale pornografico o gli incontri in chat erotiche - alla Cyber relational addiction, che consiste in un bisogno di instaurare relazioni amicali o affettive con persone incontrate on-line anche molto lontane fisicamente (il 10% degli utenti Facebook sarebbe dipendente), fino alla information overload (ricerca ossessiva di informazioni) e alla dipendenza dai giochi virtuali interattivi.

Secondo uno studio cinese, pubblicato sulla rivista scientifica Plos One, un uso compulsivo del web modifica non solo il comportamento, ma anche la struttura del cervello, in particolare la sostanza bianca, ossia l'area in cui si trovano le fibre nervose, al pari di altri tipi di dipendenza come l'alcol o le sostanze stupefacenti.

Anche in Italia, negli ultimi anni, sono nate strutture dove è possibile curare la dipendenza da internet. Tra queste figurano il Centro per le psicopatologie da web del policlinico Agostino Gemelli di Roma, nato nel 2009, e l'ambulatorio dell'ospedale Molinette di Torino aperto nel 2010 e facente capo al dipartimento di Psicologia clinica.

Secondo una ricerca condotta da Federico Tonioni, coordinatore dell'ambulatorio sull'Internet Addiction Disorder del policlinico Gemelli le vittime di internet, in termini di dipendenza da giochi, reti sociali e chat sono sempre più giovani: l'età minima dei pazienti del centro si è abbassata fin verso gli 11 anni e circa l'80% delle persone da lui curate hanno tra i 16 e i 22 anni di età. Individui che passano anche 16 ore davanti a schermi luminosi di Pc, smartphone, console per video giochi e tablet, manifestando sintomi anche gravi di disturbo del sonno, difficoltà a concentrarsi negli studi e a relazionarsi con le persone.

Alessandra Talarico 06 Settembre 2013 - notizia 219630

http://www.key4biz.it/News/2013/09/06/Tecnologie/internet_addiction_usa_pennsylvania_219630.html