



Dipendenza da Internet? Realtà psichica e abuso dell'online

di Gerardo Favaretto

Chiunque conosca direttamente l'esperienza di connettersi a Internet, per averla sperimentata in modo almeno non occasionale ha in mente quella sensazione di un clima "claustrofilico"¹ e che si poggia, paradossalmente, sulla sensazione di "allargamento" dell'io e della coscienza² che pur nella consapevolezza di essere soli, fa percepire la posizione di chi scruta da una finestra che permette visuali ampie e orizzonti illimitati. Da questa finestra si possono intravedere molti luoghi e svariate conoscenze; dati e beni di consumo; informazioni, pornografia, giornali e riviste, suoni e testi ma anche, e soprattutto, la possibilità di ascoltare e di comunicare con persone conosciute o non, ma che siano connesse alla rete. Non è certo questo il primo modo che grazie alla tecnologia ci consente di stabilire relazioni a distanza e in assenza di una presenza fisica ma le caratteristiche e conseguenze di questa nuova relazionalità non sono ancora del tutto completamente chiare.

Se la vediamo sotto questa prospettiva la posta elettronica, per esempio, permette molto: dà la possibilità di mandare un messaggio, una battuta, scritti in un tono colloquiale, come se il destinatario fosse lì davanti oppure lunghe lettere frutto di elaborazioni e piene di pensieri articolati e complessi.

Non c'è bisogno di carta e penna, la realizzazione dell'"intenzione" comunicativa è praticamente immediata e non prevede il tempo per accorgersi del separarsi dai propri pensieri. Il messaggio, infatti, viene inviato quasi alla stessa velocità del pensiero al punto che "mandare un pensiero" non è più una metafora ma, letteralmente, quello che sembra accadere.



Chi non conosce quella sensazione di curiosità nell'aprire la propria casella di posta che si concretizza nella ricerca dell'emozione di qualche parola in particolare. Ecco allora distinguere le lettere personali da quelle delle mailing list (all'inizio magari con maggiore difficoltà perché tutti i messaggi sono sentiti come personali). Ecco allora il piacere, lo stupore, la delusione, la rabbia seguire come in una autentica situazione relazionale (talvolta anche di più) la lettura delle diverse mail.

Di fronte a tutto ciò chi non si è guardato almeno incuriosito dal proprio stato mentale, da questi atteggiamenti e ha cominciato a interrogarsi sulla natura di queste esperienze in grado di suscitare emozioni talmente forti anche se disincarnate? Qualcuno magari posto di fronte a un vago desiderio di tornare a connettersi avrà pensato qualcosa del tipo non sarò mica dipendente da questo, da queste emozioni, da questo strumento? E poi allarmato può essersi chiesto: sono dipendente? Ma si può diventare dipendenti da Internet?

E chi fra i professionisti del mondo della psiche³, non ha osservato questi stessi fenomeni con attenzione, curiosità e interesse trovandosi a formulare teorie sulla relazione tra "reale e virtuale", a tentare di interpretare l'esperienza della comunicazione in assenza di corpi così vicina per caratteristiche del contesto in cui avviene a un certo comunicare proprio della relazione psicoterapia.⁴ Chi poi non ha pensato ai problemi legati alla dimensione della gratificazione immaginaria, sul valore liberatorio di nuovi livelli comunicativi?

In queste pagine affronteremo il problema della supposta dipendenza da Internet articolando sostanzialmente tre passaggi.

Nel primo porteremo una riflessione generale sulla qualità di ridefinizione del reale che la connessione a Internet comporta. Chi si collega ridefinisce il proprio campo percettivo della realtà e di conseguenza la propria identità, il proprio io e come accade per tutti i nuovi strumenti di comunicazione multimediale, finisce con il ritrovarsi con una dimensione del reale così riformulata da determinare una particolare qualità di "esperienza vissuta".

In secondo luogo faremo una brevissima riflessione sulle dimensioni del fenomeno ossia sui dati e le caratteristiche di chi siano gli utenti della rete, quali fasce di persone e con che caratteristiche, almeno per quello che oggi è possibile sapere.

Nella terza parte affronteremo più specificamente il problema delle supposta dipendenza. Di questa sindrome, già nata prima an-



cora di essere definita premonizione di una possibile patologia, intuita prima che le indagini scientifiche ed epidemiologiche ne descrivessero l'esistenza e che ha creato come una conseguenza generata da questa presupposizione una incredibile quantità e qualità di diramazioni e conseguenze nella forma di autovalutazioni, gruppi di auto aiuto, cultura diffusa del pericolo e che ha fatto vedere in modo ambivalente la stessa Internet come possibile variante di un pericolo che si manifesta con astinenze, intossicazioni e quanto altro sia possibile supporre nell'ambito della dipendenza.

Ridefinire il reale

Come la comparsa di tutti i nuovi media così Internet ha sollevato intorno a sé una notevole quantità di letture e interpretazioni.

Tali letture, tipiche di ogni strumento nell'epoca della comunicazione mediata dalla tecnica è conseguenza del suo prendere spazio e del determinare le relazioni sociali. Tali effetti sono, per molti versi contenuti dentro lo stesso strumento che si promuove in molte maniere offrendosi anche come fonte di auto-conoscenza, di auto-scopia, di autoriflessione e infine, come risultato di questi processi di autorappresentazione.⁵

Ci sono comunque due livelli che sembrano successivi a questo approccio.

1. Il primo concerne la “natura” del reale che viene sperimentata nell'online. Tale aspetto riguarda le caratteristiche della percezione e della coscienza che coerentemente a questa percezione viene svolta; la qualità emotiva e psicologica dello stare in rete, ossia la possibilità di considerare l'esperienza virtuale innanzitutto come una sorta di campo mentale allargato; una esperienza di ridefinizione sul piano dell'identità che può assumere o meno caratteristiche patologiche,⁶ ma che comunque costituisce una specie di condizione di partenza.
2. Il secondo che concerne, oltre alla dimensione mentale “di base” della connessione, la presenza di convenzionali aspetti relazionali dati dal presupporre la presenza di un altro “dall'altra parte” (es. chat, newsgroup o e-mail). In tale dimensione esiste la presupposizione del porsi del soggetto di fronte all'altro e del ruolo di mediazione comunicativa fra soggetti dello strumento che permette di compiere una peculiare esperienza dell'altro.



Questi interrogativi ci trasportano nella stessa dimensione di una delle più efficaci riflessioni sui vissuti della soggettività nell'ambito della esperienza del moderno che è quella che Benjamin⁷ propone in *Angelus Novus*, nella lettura di Baudelaire e dei suoi *Fleurs du mal*.

In questo saggio Benjamin riprende alcune teorizzazioni bergsoniane intorno alla memoria e alla coscienza e si pone di fronte al dilemma della natura dell'esperienza vissuta.

Ripescando una sua rilettura del Freud di *Al di là del principio del piacere*,⁸ Benjamin sottolinea come di fronte al valore di choc che assume l'esperienza, il compito della coscienza sia quello di azzerare in qualche modo lo choc e, si direbbe oggi, costruire tramite la rappresentazione una forma per la percezione permettendo l'appropriarsi e la riformulazione, in termini vissuti, dell'esperienza. Nel ridefinire il vissuto dell'esperienza entra in modo significativo la memoria e in particolare quell'aspetto di "memoria involontaria"⁹ che riguarda una specifica modalità di recupero del vissuto. È in tale dimensione che si presenta un confronto fra il nuovo e il conosciuto fra il cambiamento e la intrinseca tendenza alla coazione a ripetere insita in ogni rappresentazione.

La possibilità di produrre coscienza e memoria dell'evento in altri modi può permettere al soggetto di recuperare una sua posizione di fronte al reale.

Proseguendo su questa traccia viene naturale pensare alla rete Internet come a una grande espansione della memoria. Un serbatoio infinito di tracce, di ricordi di passaggi, di incroci in cui il senso profondo sta non nella loro esistenza ma nel loro orientamento e nella loro rintracciabilità. E viene da pensare alla "presa di coscienza" di chi, connesso, recupera quella traccia dentro la propria consapevolezza e la integra nel proprio vissuto a generare a sua volta tracce, ricordi e interazioni.

Quali sono i meccanismi generati dalla percezione degli stimoli multimediali? Quali eventi psichici sono destinati a generare? Come si coniugano le rappresentazioni proposte dall'evento esperienza con la peculiare modalità di ogni soggetto di produrre delle proprie rappresentazioni?

Internet appartiene a un ambito di esperienza in cui, come è destino del moderno, esiste almeno inizialmente una prevalenza della dimensione visiva sulle altre. Non solo l'esperienza si fa tramite il



guardare, ma il navigatore che ha una esperienza visuale della scrittura diventa poi spesso un decifratore /produttore di testi. Un soggetto che entra nella rete del grande ipertesto complessivo che Internet è. L'apparizione dell'altro avviene così in questo peculiare primato del visivo, dell'immaginario. Come il *flaneur* di Baudelaire scruta la folla, la assapora, ne cerca l'essenza e ferma in questa sorta di soluzione dell'identità il volto¹⁰ così il moderno *surfer* continua a stare in una esperienza sostanzialmente anonima ma illuminata da momenti in cui lo choc lo raggiunge evocando in lui consapevolezze che appena presenti sono destinate a sparire dato che in questo navigare, come per il *flaneur*, l'estasi, l'apparizione riveste un ruolo importante, quasi centrale nel determinarsi dell'esperienza.

Se l'esperienza reale e concreta dell'altro è sempre una esperienza parziale, metonimica, l'esperienza virtuale è, invece, sempre una esperienza metaforica, complessiva, totale¹¹ che riferisce il soggetto, come nel caso del *flaneur*, a una dimensione melanconica che circonda che colloca l'esperienza in un vuoto rivelando la stessa sostanza creaturale del soggetto parte di questo vuoto.¹²

Osservare Internet e la sua utenza

Fin dai tempi del suo utilizzo diffuso, non esclusivo di una fascia di specialisti, cosa che è accaduta in tempi relativamente recenti, Internet è stato un fenomeno verso il quale ci si è rivolti con attenzione sia da un punto di vista qualitativo che quantitativo.

Si calcola che al giorno d'oggi gli utenti della rete nel mondo siano circa 145 milioni, una percentuale di per sé quantitativamente non rilevante della popolazione mondiale ma che al contrario diventa significativa se se ne osserva la distribuzione geografica e socio culturale.

Circa 70 di questi milioni sono concentrati negli USA mentre il resto per la gran parte si trova in Europa. Ecco che nei paesi ricchi dell'Occidente la percentuale di penetrazione dello strumento diventa senz'altro più elevata. La fascia di più rappresentata (58%) secondo certe indagini del 1997¹³ è quella compresa fra i 30 e 49 anni, sposati (76%) e con figli (44%) con istruzione superiore (70%). Uomini nel 58% con fasce di reddito medio alte (40-80 mila dollari all'anno).

Per quello che questi numeri possono voler dire in ogni caso non sappiamo in modo attendibile quale sia l'uso che della Rete viene



fatto. Dal punto di vista psicologico certamente è molto diverso se parliamo di accesso al Web o dell'uso della posta elettronica o della frequenza magari sistematica in chat, newsgroup o altre modalità che favoriscono aspetti relazionali

Per quel che riguarda il Web, Jakob Nielsen¹⁴ segnala alcuni punti che ci sembrano significativi fra cui:

- gli utenti non leggono il Web;
- sono attratti dai nomi e dalla fama dei siti;
- gli utenti sono impazienti;
- spesso stampano le pagine;
- la tolleranza nei confronti delle attese si fa sempre minore.

Queste caratteristiche fanno capire che, pure con le nuove innovazioni (applet, frame, animazioni o altro), usare il Web per certi punti di vista può fornire una esperienza psicologica molto determinata dalla organizzazione ipertestuale e dalla interattività permessa dell'organizzazione e dalle nuove tecnologie ma che conserva alcuni aspetti sostanzialmente sovrapponibili alle modalità dell'utenza televisiva. Questo focalizza l'attenzione sui comportamenti di utenti (spesso demarcati dai cookies¹⁵) e sulla scelta dei tipi di siti che vengono visitati più spesso. Spesso le scelte sono determinate da fattori eterogenei come

- la disponibilità di qualsiasi tipo di materiale (da quello scientifico specialistico, al software più sofisticato, ai programmi piratati, alla pornografia o ai vari siti di "settore");
- l'uso dei motori di ricerca;
- il mantenimento di un punto di vista anonimo pur nella possibilità di decidere in tempi personali quando e come consultare il Web.

L'esistenza di osservatori su Internet pur non ancora consolidata è comunque favorita dalla funzione commerciale della rete che sta diventando anche una immensa vetrina nella quale è possibile vedere e comprare beni di consumo che diventa ogni giorno di più uno strumento interessante per la distribuzione.¹⁶

Ma Internet è solo in parte il Web e, anche se questo ne ha assorbito molti degli aspetti originari, la rete resta comunque un modo per comunicare.¹⁷



Ma oltre all'interesse di tipo sociodemografico ci sono questioni importanti e determinanti che dovrebbero essere chiarite prima di potere fare qualsiasi tipo di valutazione sulla natura del rapporto con Internet la sua attitudine in relazione a determinante di psicopatologie o la sua capacità di creare dipendenza.

- Che cosa renda Internet fonte di soddisfazione, ossia quali siano i meccanismi di gratificazione psicologica e in quali situazioni e con quali modalità i diversi strumenti della rete possano provocare una gratificazione dell'utente.¹⁸ Che cosa la renderebbe allora possibile oggetto di abuso o dipendenza? Le funzioni di Internet sono davvero molteplici e ciascuna di queste presenta, probabilmente, una sua specifica possibilità di essere usata e di fornire un tipo particolare di gratificazione.
- Quali meccanismi psicologici induca. Ovvero quali siano i meccanismi mentali e le teorie che giustificano l'esistenza di tali gratificazioni. Questi meccanismi riguardano sia la situazione emotiva che è determinata dalla situazione di "connessione" sia alcune condizioni in cui questo avviene come, per esempio, la situazione di anonimato, di esclusione del contatto fisico e della relazione tramite parametri immaginativi, la possibilità di ridefinire completamente aspetti della propria personalità.
- Quali meccanismi relazionali vengono favoriti e realizzati attraverso gli strumenti messi a disposizione da Internet.
- Su quali istanze e a partire da quali spinte venga a costruirsi il "bisogno" emotivo di usare la rete.

Una sindrome preannunciata

Pur con certa diffidenza negli ambienti scientifici, diffidenza che si è tradotta di fatto in un mancato riconoscimento della paternità¹⁹ di tale "disturbo", la sindrome da "dipendenza" Internet Addiction Disorder o IAD, come presto si è fatta conoscere negli ambienti online, è una patologia "annunciata" che giustamente, come nota Grohl,²⁰ è nata in un certo senso prima nei luoghi comuni, nelle convinzioni delle persone esterne all'ambito scientifico che grazie a lavori che ne dimostrassero la effettiva realtà. Tale sindrome peraltro è nota e vengono diffuse versioni in veste nosografica con tanto di criteri diagnostici, stile DSM.²¹

È ripetutamente comparsa sui media la notizia, anche con riferi-



mento a fatti o a dichiarazioni di psichiatri, l'esistenza di una sindrome da dipendenza, di "intossicazioni" con addirittura ricoveri per trattamenti disintossicanti.²² Il tutto convalidato dall'esistenza di osservatori e di scale che testimonierebbero l'esistenza di un pericolo concreto e di una attenzione nei confronti delle conseguenze del connettersi alla rete.

Tali problematiche si erano già poste in misura più o meno simile per il computer, i videogiochi e di tutta la cultura video fin dall'affermarsi di un uso di questi strumenti diffuso e di massa.

Anche per i videogiochi si era parlato di stati di trance indotti, di problemi di compulsione e di attaccamento morboso al mezzo.²³

Uno dei problemi principali dal punto di vista del metodo di tale atteggiamento deriva dallo stesso uso del termine dipendenza, che nella nosografia classica viene attribuito all'uso di sostanze secondo gli specifici criteri definiti nei DSM.²⁴ Come osservano Bricolo et al.²⁵ Va fatta una ulteriore distinzione fra la dipendenza e l'eventuale abuso di determinate situazioni. C'è da dire, inoltre, che una definizione convenzionale di abuso non potrà però che essere penalizzata dal fatto di porsi in modo arbitrario nei confronti della attribuzione a dati comportamenti dei parametri di "normale" uso di uno strumento di cui ancora non si conoscono pienamente potenzialità, caratteristiche e conseguenze dell'uso dal punto di vista psichico.

Da un punto di vista generale, comunque, alcuni autori hanno cercato di dimostrare come il concetto di dipendenza, soprattutto in relazione a una peculiare modalità di relazione e di impulsività a essa collegata, possa applicarsi, al di là dell'uso di sostanze, a determinate situazioni e comportamenti come cibo (nel caso di determinati disturbi alimentari), il gioco patologico o altro.²⁶

Il problema della estensione di tale nozione alla abitudine a stare collegati in rete manca di alcuni passaggi significativi come, per esempio, la descrizione convenzionale della natura delle gratificazioni o meno della connessione, l'opportuna distinzione fra dipendenza e abuso l'instaurarsi o meno di questa situazione in una condizione di assenza di problemi psichiatrici precedenti.

Quest'ultimo risulta essere uno dei punti salienti. L'assenza di problemi psicopatologici preesistenti alla "sindrome" da dipendenza proverebbe infatti che tali disturbi sono collegabili direttamente come conseguenza all'uso di Internet. Nel caso in cui, invece, si



rilevasse che tali sintomi riguardano persone con psicopatologie preesistenti questo deporrebbe per una tendenza da parte di persone problematiche all'uso di Internet e non per una vera sindrome indipendente.²⁷

Si tratta, infine, di indagare se da un punto di vista psicopatologico tale pratica si accompagna, e se sì in che misura, a cambiamenti personali e caratteriali. Da questo punto di vista sono interessanti le osservazioni sulla induzione di atteggiamenti di personalità fittizie o multiple che spesso sono rintracciabili, specie nelle situazioni relazionali di rete.²⁸

Il lavoro che viene citato come esempio di ricerca e prova sull'esistenza della IAD è quello di K. Young²⁹ che nel 1997 intervenne al congresso dell'American Psychological Association proponendo una indagine dalla quale risulterebbe che esistono peculiarità specifiche di comportamenti dipendenti in Internet, comportamenti stimolati in special modo da chat e da MUD (ambienti virtuali costruiti in giochi di ruolo) e in minor misura da altri usi della rete. Alcune persone di un campione di circa 400 rispondono a un'intervista fatta dall'autrice in modo tale da evidenziare nei confronti di queste attività un atteggiamento sostanzialmente patologico classificabile e, a detta della Young, nell'ambito di quelle che sono definite le "dipendenze comportamentali" come il gioco patologico e altri comportamenti compulsivi.

Di fatto sono presenti oggi in Internet alcuni siti, primo fra tutti quello della Young, che propongono valutazioni e autovalutazioni sulla propria dipendenza dalla rete e che poi coerentemente si muovono sulla linea dell'offerta di terapie, che vanno dai generici consigli di fare una vita più sana a gruppi di auto aiuto, fino a più sofisticate proposte di cura specialistica o di formazione per operatori che si volessero specializzare in tale attività, e con questo sollevano un sospetto consistente di dovere prioritariamente definire un bisogno e una domanda indipendentemente dalla conoscenza dello specifico tipo di disagio psichico.

Potrebbe essere interessante ripercorrere criteri diagnostici che sono ripetutamente riproposti in versioni solo leggermente cambiate in svariati siti e in articoli su carta stampata.

Riprendo qui, per esempio, le domande poste a uno dei questionari di autovalutazione di uno degli "osservatori sulla dipendenza",³⁰ che promette con punteggi superiori al 6 la appartenenza a un gruppo a rischio di dipendenza.



- Passi più tempo di quanto avevi pensato navigando in rete?
- Senti di avere dei problemi a limitare il tempo che stai connesso alla rete?

Queste domande si riferiscono sostanzialmente al problema del controllo al sospetto che l'atto possa non essere di natura volontaria e perfettamente legato alla consapevolezza. Ma si controlla quanto tempo si sta davanti a un televisore? Si è coscienti il tempo che si dedica a parlare con un amico o una persona incontrata per caso e, soprattutto, in che misura riteniamo di avere la condizione di pieno controllo di tutte le relazioni che stabiliamo?

- Qualcuno dei tuoi familiari si lamenta del tempo che passi al computer?

Questo che dovrebbe essere un elemento di rilevazione oggettiva potrebbe invece essere una volta una questione di semplice ridondanza di difficoltà relazionali. Ovviamente le persone che hanno difficoltà familiari possono avere maggiore predisposizione di altre a isolarsi, ma se riportiamo questa conflittualità, per esempio nell'ambito degli adolescenti, potremmo presto chiederci quale di questi non avrà difficoltà con la propria famiglia. Qualunque sia la cosa che fa andare in discoteca o stare appunto in Internet.

- Trovi difficile stare lontano dalla rete per parecchi giorni di fila?

E perché si dovrebbe trovare piacevole stare distanti da attività che danno gratificazione. Un atteggiamento di pervadente osservazione moralistica, non esente da una certa interpretazione allusiva all'astinenza, sottintende a questa domanda in cui onestamente più che il rischio di compulsione sembrerebbe indagata la semplice intenzione.

- Il tuo lavoro e le tue relazioni personali sono penalizzate dal fatto che passi troppo tempo in rete?

Domanda questa certo significativa, ma a che dimensione appartiene lo stare in rete? Stare in Internet è necessariamente e indipendentemente da tutto indice di uno scivolamento in una inquietante dimensione parallela? E se il lavoro invece ne rimanesse avvantag-



giato e se la capacità di stabilire relazioni ne fosse invece favorevolmente influenzata?

- Ci sono particolari tipi di area o tipi di file in rete ai quali trovi difficile resistere?
- Hai avuto problemi a controllare i tuoi impulsi ad acquistare prodotti o servizi su Internet?
- Hai provato senza successo a limitare il tuo tempo in rete?
- Ricavi la maggior parte del tuo piacere e della tua soddisfazione a stare in rete?

Conclusioni

L'uso, l'abuso e la ipotetica dipendenza da Internet sono aspetti che necessitano di chiarimento e di ulteriori e serie definizioni.

Se da una parte vanno certamente scartate ipotesi semplicistiche che assimilano determinati comportamenti in un generica "dipendenza", semplificando il problema specie in relazione alla esistenza di patologie pregresse o di "fattori di rischio" personali, certo non si può nascondere che stare in Internet è una condizione molto peculiare, specie in relazione a determinati usi, e che la possibilità che questa sia occasione di comportamenti regressivi, e di una ricerca compulsiva di determinate situazioni è presente e concreta.

Sono indispensabili quindi nel futuro dati e osservatori che in modo coerente riportino le caratteristiche e le modalità dell'utenza, ma è pure indispensabile un atteggiamento di riflessione e di apertura metodologica da parte di chi, nel mondo della psichiatria, è interessato a capire che cosa possa portare dal punto di vista della mente l'esperienza dello stare in rete.³¹

Note

- 1 Definizione di cui dobbiamo la fondazione a E. Facchinelli, *Claustrofilia*, Adelphi, Milano che la utilizzò riferendosi ad alcuni aspetti del setting psicoterapeutico e della sua insolubilità.
- 2 Holland parla di "regressione" in Holland, *Internet Regression* www.psychomedia.it. La questione viene ripresa dopo. Momentaneamente sembra preferibile, per alludere a diversi fenomeni fra i quali la perdita di alcune inibizioni, la nozione di allargamento dell'io.



- 3 Davvero su questo è possibile reperire molte tracce nella letteratura, specie online. Ne elenco una serie nella nota 20. È interessante rilevare come la ricerca sul termine Internet su un motore di ricerca produca la segnalazione di numerosissimi siti molti dei quali usano riferimenti di tipo psicologico.
- 4 Rimando ai capitoli sulle terapie online e ai vari aspetti connessi in questo libro.
- 5 Sarebbe qui a dire che lo strumento viene sia usato che parlato. Il parlare dello strumento è talvolta una rassicurante pratica culturale in forme conosciute di qualcosa che, una volta usato in un certo senso produrrebbe il superamento dei linguaggi dello stesso parlare.
- 6 Stone A. R. (1995) *The War of desire and tecnology, at the close of the mechanical age*. Tr. it. Feltrinelli, Milano, 1997.
- 7 Benjamin W. *Baudelaire a Parigi in Angelus Novus*. Tr. it Einaudi, Torino, 1962.
- 8 È uno dei testi in cui Freud tenta una delle grandi sistematizzazioni della teoria psicoanalitica come teoria generale.
Freud S. *Al di là del principio di piacere*. Tr. it. in *Opere*, Boringhieri, Torino, vol. 9.
- 9 Così spesso evocata attraverso le immagini proustiane della Ricerca del tempo perduto.
- 10 Ci si riferisce alla identificazione della passante nei Fleurs du mal, alla visione estatica di *qualcuno* improvvisamente identificato fra i molti.
- 11 Si veda S. Turkle. *La Vita sullo Schermo*, Apogeo, Milano, 1996.
- 12 Questa dimensione della lettura dell'esperienza virtuale onestamente porterebbe queste pagine al di fuori del loro obiettivo. Preferiamo quindi chiudere sull'allusione lasciando ad altre occasioni l'approfondimento di questa tematica anche se la cosa potrebbe aver un risvolto pratico, quando ci si interroga sulla tendenza non tanto di Internet nell'indurre depressione quanto, piuttosto, delle persone depresse a diventare particolari utenti della Rete.
- 13 <http://www.emeg.findsvp.com>
- 14 www.useit.com/alertbox [dicembre1997].
- 15 Si tratta di tracce lasciate dai diversi siti sull'hard disk dell'utente che permettono di rilevare i suoi spostamenti nel Web e di capirne quindi gusti e preferenze.
- 16 Si veda per esempio la fortuna della vicenda legata alla fondazione del sito di Amazon libri. Nel giro di pochissimi anni il sito www.amazon.com ha reso miliardario il proprio ideatore.



Osservatori sul comportamento degli utenti della rete:

<http://www.repubblica.it/online/internet/bocconi/bocconi2/bocconi2.html>

<http://www.sda.uni-bocconi.it/oii/>

<http://homenet.andrew.cmu.edu/progress>

- 17 Richiamiamo qui il significativo intervento di M. Pullier al convegno Internet e salute mentale di Genova 98 dove l'autore introduce una interessante gradualità nella potenziale relazione di Internet. Dal Web, situazione sostanzialmente solitaria alle chat ai newsgroup ecc. (<http://www.psichiatria.unige.it/congress/index.htm>)
- 18 È interessante l'osservazione su un campione relativamente ristretto e omogeneo come quello della popolazione dell'isola di Malta.
- 19 Anche se la maggioranza fa riferimento a Ivan Goldberg, personaggio molto noto nell'ambito della comunità psichiatrica virtuale e owner di numerose mailing list, che introdusse sindrome e criteri in alcune note del 1996 rintracciabili, per esempio, in <http://aspen.um1.edu> e www.counseling/netdisoder.html
- 20 direttore dell'importante e riconosciuta *Mental health net* che dedica a questo problema un editoriale nel 1997 (<http://www.chmc.com/archives/editor/22.htm>).
- 21 Ecco un elenco di indirizzi e testi dove è possibile trovare a vario titolo e da parte di vari soggetti descrizioni, commenti e altro sulla IAD. La lista comprende siti di tipo diverso che testimoniano efficacemente della eterogeneità dell'approccio al problema.
Michael O'Reilly "Internet addiction: a new disorder enters the medical lexicon", *Canadian Medical Association Journal* 1996; 154: 1882-1883.
<http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet-addiction-criteria.html>
Center for Online Addiction (COLA) <http://www.netaddiction.com/>
Williams, Nancy. *Internet Addiction Survey Results (fwd)*. 1 April 1996. Online posting. <http://www.cybermind.org.hk/archive/cybermind.0496/0013.html>
<http://www.computeraddiction.com/>
<http://www.digitalis.net/~messer/addict.html>
<http://www.seanet.com/~tzhre/iad.htm>
<http://alfa.nano.no/~tomho/iad.html>
<http://home.att.net/~adamantium/>
<http://www.stresscure.com/hrn/addiction.html>



- <http://forums.nj.com/forums/get/internet/116.html>
<http://www.cmhc.com/mlists/research/1997/0696.html>
- Bricolo F., Marconi G. L., Conte G. L., Di Giannantonio M., e De Risio S., "Internet addiction disorder: Una 'nuova dipendenza'. Studio su un campione di giovani utenti". *Bollettino scientifico e di informazione della Società Italiana di Psichiatria* luglio 1997. Vedi anche l'introduzione della sezione "nuove dipendenze" di F. Bricolo su <http://www.Psychomedia.it> che riporta alcuni link.
- Brenner V. "Psychology of computer use: XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction: the first 90 days of the Internet Usage Survey". Department of Counseling and Educational Psychology, Marquette University, Milwaukee, Wisconsin 53201-1881, USA. (brennerv@vms.csd.mu.edu).
- 22 Ripetuti interventi nel sito di Repubblica (www.repubblica.it) nella sezione dedicata a Internet.
- 23 Griffiths M., "Technological addictions", *Clinical Psychology Forum*, 71, 14-19, 1995.
- Keepers G. A. "Pathological preoccupation with video Games" *J. of the Academy of child and adol. Psychiatry* 29, 49-50, 1990.
- 24 A.P.A: DSM IV.
- 25 Bricolo et al. Op. cit.
- 26 Si veda Young K. "Internet addiction disorder: the emergence of a new clinical disorder", *Meeting Am. Psychol. Ass.*, Toronto, 1996.
- 27 Una ricerca della Mellon University su 169 individui avrebbe dimostrato che Internet sarebbe in grado di produrre patologia (<http://homenet.andrew.cmu.edu/progress>).
- C. Riley è autrice della ricerca come una delle esponenti della linea che afferma l'esistenza della IAD.
- 28 Su questo ha scritto cose molto interessanti S. Turkle op. cit. Sul problema della presunta diagnosi di personalità multipla non si può non ricordare l'importante lavoro di Ian Hacking, *La riscoperta dell'anima* tr. it. Feltrinelli, Milano, 1996.
- 29 Young K. "Internet addiction disorder: the emergence of a new clinical disorder", *Meeting Am. Psychol Ass.* Toronto 1996. Ampie notizie sul lavoro della dott.ssa Young nel suo sito <http://www.netaddiction.com>.
- 30 <http://www.stresscure.com/hrn/addiction.html>
- 31 Un ringraziamento a Mario Galzigna per avere discusso con me alcune delle idee di questo capitolo.