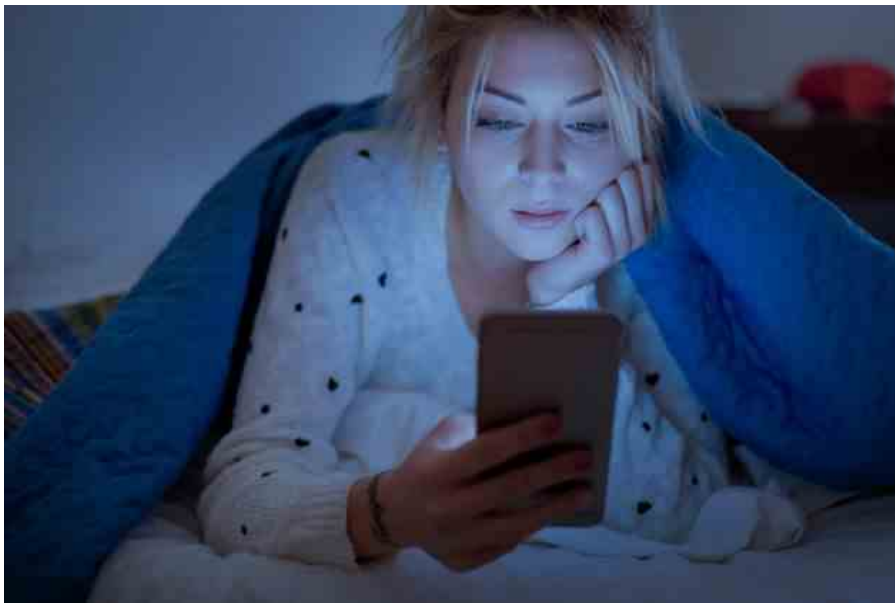


IL BLOG

# Come riconoscere e difendersi dalle nuove dipendenze digitali

Cosa si nasconde dietro l'acronimo IAD (Internet addiction disorder)

14/09/2021 11:18 CEST | Aggiornato 42 minuti fa



TOMMASO79 VIA GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO

(a cura di **Iberto Bibo Martini**, psicologo clinico e coordinatore Unità Di Strada "Vivere" SerDP, Az. USL di Imola, Coop. Sociale Solcosalute, SolcoCivitas)

Con l'acronimo IAD (Internet addiction disorder) si indica un disturbo di dipendenza legato all'utilizzo intensivo ed ossessivo di internet in tutte le sue forme: dalla navigazione sui social, al gioco on-line (gratuito e/o d'azzardo), alla visione continua e compulsiva di filmati (**Binge watching**) al consumo di materiale pornografico, fino allo shopping compulsivo on-line.

La prevenzione alle dipendenze e dei comportamenti devianti: videogiochi, hikikomori e gioco d'azzardo, approfondimento per esperti del settore educativo promosso dalla **Cooperativa SOLCO SALUTE** nell'ambito del **progetto CANTIERI COMUNI** finanziato da **Con i Bambini** nell'ambito del Fondo al contrasto alla **povertà educativa**.

L'iniziativa ha visto svilupparsi due cicli di incontri on-line rivolti agli insegnanti dell'**IC di Medicina (BO)**, ha fatto emergere riflessioni e pensieri che mettono in luce vissuti, spesso al limite della dipendenza, strettamente legati al tema della IAD nei giovani di oggi.

## TENDENZE



**Casellati, i no vax e il generatore automatico di auguri** (di G. Del Vecchio)



**Muore Martina Luoni, paziente oncologica testimonial in Lombardia contro Covid**



**Bollette, la crisi è di sistema. Il Governo pensa a sussidi** (di C. Paudice)



**Milano, Napoli, Giorgetti, Zaia: i guai di Salvini non finiscono mai** (di F. Fantozzi)



**Sondaggio. A Milano Sala vicino al trionfo al primo turno**



**Giorgetti strappa e cerca di portare Salvini sulla via di Draghi** (di G. Cerami)

## ISCRIVITI E SEGUI

Ricevi le storie e i migliori blog sul tuo indirizzo email, ogni giorno. La newsletter offre contenuti e pubblicità personalizzati. [Per saperne di più](#)

✉ **Newsletter**

redazione@email.it

Iscriviti ora →



Questa nuova forma di dipendenza, che in alcuni suoi tratti caratteristici di base ricorda il disturbo ossessivo-compulsivo di personalità, grazie ad alcune peculiarità proprie del mondo digitale può richiamare e ricordare anche altre forme patologiche, un esempio il disturbo narcisistico di personalità e tutta la sfera dei disturbi legati al gioco d'azzardo. In questo caso specifico l'oggetto d'interesse della persona dipendente, in questo caso il social a cui dedica molto del suo tempo, richiede una iper esposizione della propria immagine associata a "like" (in alcuni casi "dislike") che accompagnata da continui aggiornamenti in cui si regalano sempre nuovi filtri e/o immagini buffe da associare al proprio profilo. Questo genera nel soggetto una vera e propria ossessione, dove il piacere e l'apparire non solo la identificano ma essa è continuamente stimolata a rientrare e a non lasciare mai l'oggetto della propria dipendenza.

Ma se l'uso compulsivo dei social riguarda la maggior parte degli utenti della Rete i videogiochi 'gratuiti' sono alla mercé dei più giovani; e qui risiede il motivo per cui in questo progetto preventivo si è scelto di incontrare, rispetto al tema della IAD, sia adolescenti che i loro adulti di riferimento (Insegnanti, genitori, educatori).

Emerge infatti che nella maggior parte dei giochi gratuiti presenti negli Store di qualsiasi gestore si ritrovano meccanismi di vincita che richiamano il gioco d'azzardo: sia nelle forme (uso di ruote della fortuna, casse premio, gratta e vinci) che nel contenuto (premi, premi speciali, bonus) ma a differenza del gioco d'azzardo nelle App di gioco gratuite si vince sempre. Come confermato dagli sviluppatori, qui non vi è scambio di denaro, ma il meccanismo di dipendenza è proprio dettato dalla vincita sicura che crea un corto circuito di cui non puoi più fare a meno. Il craving, così il suo nome proprio, è il fenomeno di cui l'assuntore non può più farne a meno, ne vuole sempre di più, lanciando inoltre il potenzialmente pericoloso messaggio che giocando (anche d'azzardo) si vince sempre.

Associato al craving, conseguente ad una mancata soddisfazione di questa voglia continua ed irrefrenabile (di giocare, chattare, vedere filmati ecc...), si manifestano delle vere e proprie crisi d'astinenza. Nei più giovani ed anche negli adulti si manifestano in esplosioni improvvise di rabbia, attacchi d'ansia e stati depressivi. Alla luce di questo quadro clinico la IAD appare allora come una vera e propria forma di abuso-dipendenza.

Una delle domande più urgenti emerse nel corso dei nostri incontri con i ragazzi verteva proprio su come distinguere un uso dall'abuso. Per rispondere a questo quesito uno degli elementi da considerare è il tempo di utilizzo dello strumento. Il fattore tempo dedicato all'oggetto della nostra dipendenza tende a permeare ogni attimo di spazio libero e il gioco, fattore imprescindibile della socializzazione, diventa così una sorta di fuga dal mondo reale. Inizialmente non si studia più, i compiti (e per gli adulti il lavoro) vengono procrastinati, le relazioni amicali sostituite da quelle virtuali (tenendo conto che spesso on-line si gioca con i Bot, profili virtuali creati dal gioco stesso).



## DAL WEB

Contenuti Sponsorizzati



### Shiba Inu: dovresti investire in questa nuova cripto?

eToro



### Difendi la tua casa dai ladri con Verisure. Promo -50% con telecamera HD inclusa

Verisure



### Casa protetta H24 con Antifurto Verisure. Promo -50% con telecamera HD gratis

Antifurto Verisure

da Taboola

## VIDEO

### Miozzo (Cts): "Drammatico che le scuole siano ancora chiuse"



Nelle situazioni più complesse la persona dipendente arriva ad evitare ogni forma di interazione familiare, saltando i pasti e rivolgendo le proprie attenzioni al solo schermo del device. Questo tipo di gestione del tempo sfocia poi nel fenomeno Hikikomori dove il ritiro dalla vita sociale della persona si trasforma in un vero e proprio isolamento ed auto-confinamento.

Un altro elemento a pari del tempo da tenere in considerazione è la situazione di vita attraversata dall'individuo prima di cadere vittima della IAD. Frequentemente capita che difficoltà nello studio, scelte sbagliate nei corsi universitari da seguire, separazioni e/o lutti, portino la persona a ritrovare nel mondo virtuale quella continua fonte di stimoli positivi che la realtà non gli fornisce. In questo caso un cambiamento personale, che richieda lo sforzo di 'crescere' potrebbe agevolare, ma la Rete purtroppo, non fornendo mai pause, frustrazioni o noia non permette all'individuo di staccarsi e offre continuamente quel piccolo piacere dopaminergico di cui si nutre la IAD.

Come fare allora? Probabilmente la risposta, come riscontrato dal confronto con i ragazzi durante gli incontri, risiede nella Relazione. È importante costruire relazioni sane, guardarsi negli occhi, ascoltarsi, sopportarsi, saper chiedere aiuto sono tutti elementi che ci permettono di riconoscere l'altro ed intervenire nel momento in cui egli rischia di perdersi nel riflesso del suo device.

#### ALTRO:

[salute](#)
[digitale](#)
[dipendenze](#)
[iad](#)


Taboola Feed



### Shiba Inu: dovresti investire in questa nuova cripto?

eToro | Sponsorizzato

