



Le dipendenze da Internet, o Internet Addiction Disorder (IAD), racchiudono una vasta gamma di comportamenti compulsivi legati alla tecnologia e al mondo della rete. Il termine venne coniato nel 1995 da Ivan Goldberg, psichiatra e docente alla Columbia University di NY. In Italia, lo psichiatra Tonino Cantelmi avviò la riflessione sul fenomeno nel 1998 e, successivamente, venne fondato negli USA, da Kimberly Young, il Center for Online Addiction.

Secondo Kimberly Young, psicologa, direttrice del Center for On-Line Addiction, la dipendenza da Internet comprende:

■ **La dipendenza cyber-sessuale** (o sesso virtuale), in cui soggetti sono dediti allo scambio continuo e alla visione di materiale pornografico, e spesso, sono frequentatori di chat per soli adulti;

■ **La dipendenza cyber-relazionale** (o delle relazioni virtuali), in cui il soggetto si costruisce una rete di relazioni virtuali che vanno a sostituire totalmente i rapporti della vita reale, causando problemi nell'ambito familiare e relazionale;

■ **Net Gaming**, ovvero la dipendenza dai giochi di rete che comprende anche il gioco d'azzardo, l'acquisto compulsivo su aste online, l'utilizzo di casinò online, che portano alla perdita di ingenti quantità di denaro e di gran parte delle ore del giorno;

■ **Sovraccarico cognitivo** che implica l'utilizzo smodato di database virtuali, per la raccolta di dati e informazioni, che va ad influire negativamente sul rendimento lavorativo e l'aspetto relazionale;

■ **Giochi al computer**, ovvero la dipendenza dai giochi non rintracciabili su internet, ma accessibili perché parte dei sistemi operativi maggiormente usati.



Nonostante sia difficile delineare un quadro chiaro del disturbo, la maggior parte degli studiosi ritiene che l'ossessione del gioco e l'alienazione dalla vita reale, alla quale si preferisce quella virtuale, sono determinanti per l'instaurarsi di una situazione patologica, alla quale fanno seguito dei disagi a livello psicologico dell'individuo, con una reazione a cascata sull'ambito familiare, relazionale, affettivo e lavorativo.

I segnali d'allarme di questo disturbo sono di varia natura:

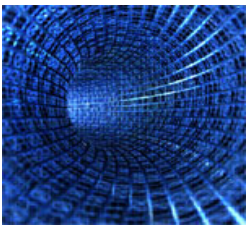
- il soggetto trascorre un'ingente quantità di tempo in rete, perdendone la cognizione e non riuscendo a rispettare i limiti autoimposti;
- mostra irritabilità, aggressività e insofferenza quando viene interrotto o quando non ha a disposizione il web;
- sperimenta uno stato di euforia durante la navigazione, notando eccessivo entusiasmo ed eccitazione;
- vorrebbe trascorrere più tempo online e spesso nega di aver passato troppe ore al computer;
-

tende ad utilizzare il pc anche in situazioni in cui il contesto non lo permette;

- trascura gli impegni della vita quotidiana (come lo studio, il lavoro, l'igiene personale) e intrattenimenti di altro genere (tra cui le amicizie e altre relazioni);

- è soggetto a “crisi d'astinenza” caratterizzate da ansia, agitazione psicomotoria, movimenti volontari o automatici delle dita, sogni ed ossessioni riguardanti la rete;

- non è in grado di dare informazioni pertinenti e dettagliate riguardo la rete e alle attività svolte on line dimostrandosi, al contrario, evasivo e impreciso.



L'uso smodato e incontrollato della rete ha un impatto negativo anche a livello psicofisico, provocando irritabilità, aggressività, nervosismo nella condotta di vita, disturbi del sonno, enuresi notturna, inappetenza o malnutrizione, alterazioni del vissuto temporale, cognitivtà totalmente indirizzata all'uso compulsivo del mezzo.

