

## **ISOLAMENTO SOCIALE E DIPENDENZA DA INTERNET IN ADOLESCENZA**

***Poli Teresa***

Il disturbo da dipendenza da internet, con le sue innumerevoli varianti nella dipendenza da Smartphone, da social Network, da gioco e sesso online, da accumulo di informazioni (information overload), rappresenta un problema in crescente aumento e pone la questione di come e quanto la rete nel web venga utilizzata, soprattutto dall'adolescente. I dati statistici raccolti a livello internazionale, evidenziano come, negli ultimi anni, l'estensione del fenomeno dell'utilizzo di internet, abbia subito una forte accelerazione, in particolare nel contesto adolescenziale dell'ultimo decennio. I bambini e gli adolescenti di oggi, sono soggetti che sono nati e vivono immersi in un mondo in cui Internet e i relativi dispositivi tecnologici esistono da sempre: non a caso sono stati battezzati come "nativi digitali". Questo comporta due elementi di criticità su cui riflettere: il fatto che essi non abbiano esperito una realtà alternativa sprovvista di Internet, per cui esso è il loro mondo, e il fatto che, molto spesso, essi vivano Internet "allo sbaraglio", essendo sprovvisti di adulti di riferimento che fungano da esempio sull'uso corretto di tale tecnologia.

Uno sguardo d'insieme al contesto sociale attuale può aiutarci ad iniziare a mettere a fuoco alcuni aspetti di questo fenomeno, citando Freud infatti "la psicologia individuale è contemporaneamente e da sempre psicologia sociale". Noi non possiamo considerare solamente l'individuo ma bensì il suo spazio sociale perché quest'ultimo lo determina a livello della sua maniera di pensare e di sentire. L'imperativo sociale oggi vigente è pari ad un obbligo continuo al divertimento, all'appagamento immediato, al consumo illimitato di oggetti e di esperienze. Sposando questa tendenza, Internet rende illusoriamente possibile questo soddisfacimento illimitato e immediato.

In questo accumulo di godimento non c'è spazio per le dimensioni della perdita, dell'attesa, della rinuncia, tutti elementi costitutivi dell'incontro con l'altro. L'incontro con il proprio simile comporta una rinuncia che la presenza stessa dell'altro stabilisce: se parla devo tacere per ascoltarlo, inoltre devo vincolarmi al luogo e al tempo dell'incontro e a tratti cedere sulla parte attrice della mia esistenza per farmi semplice spettatore della sua. Questa rinuncia sembra oggi essere insopportabile, la rete e le comunità web, in un loro uso distorto, offrono l'illusione di una appartenenza comunitaria, fondata su legami virtuali, senza rinunciare alla propria condizione di egoistico e appassionato isolamento.

Solo le bestie, che non ne sono capaci, e gli dei, che non ne hanno bisogno- sosteneva Aristotele- possono vivere fuori della città, possono fare a meno della parola, per l'uomo è solo nella città, solo nel legame istituito della polis e solo attraverso la parola ch'egli può ricercare la propria felicità. Secondo lo psicoanalista francese Jaques Lacan il linguaggio richiede sempre una perdita di godimento, una separazione, il bambino infatti può iniziare a parlare solo rinunciando in parte al capezzolo o al ciuccio, una bocca sempre tappata, un bambino sempre attaccato alla madre, che non conosce la perdita, non avrà nulla da chiedere, nessuna domanda da formulare. E' la mancanza, la possibilità di spazi vuoti che permette inoltre lo sviluppo del pensiero, è l'intervallo tra due eventi che permette al bambino di elaborare i vissuti e rappresentarsi mentalmente: dove tutto è pieno non c'è spazio per il pensiero.

Questi ragazzi vivono immersi in una simbiosi costante con un altro virtuale sempre presente, che non può deludere né venir meno, perché sempre sostituibile, come gli oggetti usa e getta. E' questa la dimensione prettamente patologica del legame virtuale, la possibilità di evitare l'incontro con le mancanze dell'altro, con l'assenza di garanzie che l'incontro con il proprio simile sempre comporta, con il fatto che lo stare assieme mi esponga alla perdita sempre possibile dell'altrui presenza.

Il legame virtuale diventa così la modalità di evitare il cattivo incontro con i limiti dell'altro e propri, con la sofferenza, con il dolore della perdita. Alla natura incerta ma unica e insostituibile del legame reale con il proprio simile, sempre potenzialmente esposto all'incertezza, alla delusione e alla perdita, il legame

virtuale offre la disponibilità infinita di una serie di contatti e amicizie intercambiabili, che possono essere attivate o revocate con un clic.

Le chat consentono di evitare di incontrare il reale della mancanza nel suo duplice senso di una mancanza legata alle imperfezioni, all'umanità in quanto limite alla perfezione dell'altro- che in una dimensione virtuale può invece essere facilmente idealizzato- e anche nel senso di quella sensazione di mancanza, di solitudine, di incompletezza che si può provare quando la presenza dell'altro ci è sottratta/viene meno. Gli incontri su internet seducono a livello immaginario proprio per la possibilità di evitare il portato specifico di disillusione della vita reale.

Gli adolescenti costruendo il proprio avatar, la propria identità virtuale, ideale, perfetta trovano una unità immaginaria, monolitica, autosufficiente, che non necessita del confronto con l'altro sociale. Avatar è un termine che deriva dalla religione induista e che rappresenta l'assunzione di un corpo fisico da parte di dio, gli adolescenti diventano divinità attraverso lo schermo del computer che restituisce, come lo specchio d'acqua di Narciso, quella unità ideale, quella perfezione di cui nella realtà non si consiste mai, permettendo un continuo rimaneggiamento della propria immagine. Nella lingua italiana si denota l'essere umano principalmente con tre termini: persona, individuo, soggetto. Questi tre termini non sono sinonimi ma sottolineano aspetti diversi dell'essere umano. Persona significa "suona attraverso" e si riferisce alla funzione della maschera teatrale; in questo senso descrive la parte immaginaria dell'identità, le identificazioni e i ruoli sociali danno all'essere umano una forma e un contenitore per rappresentarsi. Il termine individuo sottolinea l'indivisibilità di un elemento, il suo essere un tutt'uno monolitico, preso nella sua singolarità, separato dall'insieme a cui appartiene, sganciato dai legami sociali. La società attuale rinforza queste due componenti dell'essere umano mentre disconosce l'ultimo termine, quello di soggetto. La parola soggetto indica l'assoggettamento dell'essere umano al linguaggio, alle regole e ai patti sociali, la dipendenza dall'altro intesa come passaggio attraverso l'altro per formare la propria immagine, perché la nostra immagine non ci appartiene mai del tutto, è qualcosa che sfugge e interroga il soggetto su ciò che è per l'altro. L'identità solida, monolitica e autosufficiente creata dai ragazzini attraverso internet spegne in loro il tentativo di collocarsi nel desiderio dell'altro e mina la loro salute mentale, perché, come sosteneva J. Lacan, più pazzo del pazzo che crede di essere re è il re che crede di essere re.

In una intervista una sedicenne afferma: "mi piacerebbe assomigliare di più alla me online"; su Facebook "non posti fotografie di come sei di solito. Puoi scrivere quello che vuoi su di te, tanto loro" (gli altri utenti di Facebook), "non sanno se è vero o no. Puoi creare quello che vuoi essere".

La psicoanalista Colette Soler utilizza il termine "narcinismo", per indicare il fatto che la vita è guidata dall'imperativo di godimento (cinismo), evidentemente scollegato da legami con l'Altro (narcisismo). Gli adolescenti, come tante piccole divinità della Rete creano l'interlocutore a propria immagine e somiglianza. L'alterità viene annullata, su internet l'altro diviene un'estensione di sé, basti pensare al meccanismo per cui Google e Facebook personalizzano progressivamente i post e le notizie visibili, rendendo il mondo un luogo in cui tutti la pensano come te, stesse idee politiche, stesse convinzioni religiose, stessi gusti culinari. Questo processo implica la contropartita di un rifiuto dell'altro da sé, della diversità non integrabile, di ciò che dell'altro resiste al diventare uno. Aumenta il fenomeno del cyberbullismo, che viene registrato dal 43% degli adolescenti e dal 62% fra i grandi utilizzatori di Internet. Commenti brucianti, prese in giro, così come apprezzamenti pesanti non sono impediti dall'imbarazzo, dalla timidezza, dalle convenzioni sociali. Sui social network abbondano i fenomeni di massa e nella massa si sa, anche grazie a Freud e al suo scritto "Psicologia delle masse e analisi dell'Io", gli affetti si esaltano, il pensiero si inibisce, suggestione e contagio spingono alla rinuncia del proprio particolare modo d'essere, della propria alterità in nome di una anonima uniformità. Come è ben rappresentato in una puntata della serie Black Mirror dove il numero di like ricevuti diventa un mezzo per selezionare e discriminare le persone, meno c'è legame sociale e più si presta attenzione al numero (per esempio appunto al numero di like su facebook), il numero infatti non basta a fare legame sociale e la folla è solo un aggregato di unità individuali multiple.

Nell'etimo di Narciso c'è il termine greco narcosis, che significa torpore e rimanda alla patologica chiusura su se stessi di questi ragazzi, al progressivo spegnimento di interesse per la vita reale: "se Facebook venisse cancellata, verrei cancellata anch'io". E' un perdere la dimensione reale dell'incontro, il corpo a corpo necessario ad incontrare se stessi attraverso gli altri.

La sintomatologia è associabile a quella che osserviamo in soggetti dipendenti da sostanze psicoattive, con la presenza di due fasi comuni. Una prima fase detta tossicofilia, caratterizzata dall'aumento delle ore trascorse davanti al computer, con conseguente perdita di ore di sonno e da elevati controlli effettuati su Internet. Mentre in una seconda fase, definita tossicomania, l'uso della rete diventerebbe così esteso da mettere a rischio la propria vita sociale, affettiva, lavorativa e la propria salute psicofisica. Inoltre si riscontra lo sviluppo, dopo la sospensione o la diminuzione dell'uso della rete, di classici sintomi astinenziali quali agitazione psicomotoria, ansia, depressione. Il sintomo principale dell'astinenza da computer in soggetti dipendenti consiste in manifestazioni d'aggressività, il computer funge da stampella immaginaria, da collante narcisistico al quale rimanere mimeticamente identificati, le reazioni violente e spropositate trovano una spiegazione infatti in una sorta di difesa istintiva verso chi cerca di sottrarre un'"armatura" che protegge dall'angoscia di frammentazione interna. Internet fornisce infatti identificazioni solide a personalità/io fragili, lasciati soli in una società segnata dalla caduta degli ideali e dalla scomparsa di riferimenti simbolici che facciano da bussola nelle loro giovani vite.

Un fenomeno in particolare si sta progressivamente estendendo dal Giappone, dove è apparso con caratteristiche specifiche a quel particolare contesto sociale, alla nostra società: gli hikikomori o adolescenti in reclusione volontaria. Alcuni di questi ragazzi arrivano alla reclusione più completa: non escono più dalla loro stanza neppure per mangiare, invertono il ritmo circadiano stando svegli tutta la notte e dormendo nelle ore diurne, non incontrano nessuno pretendendo, addirittura, che non siano mai accolti degli ospiti nelle mura domestiche; tengono costantemente chiuse le persiane per impedire che la luce del sole penetri dall'esterno. Il loro unico compagno è il computer, eternamente connesso ad internet nei confronti del quale la dipendenza diviene totale. Indicativo è il fatto che tutti i comportamenti di reclusione dei ragazzi partano da una crisi di adattamento scolastico cui fa seguito un ritiro sempre più vasto. Perché la scuola diveniva così insostenibile? Sono ragazzi dotati di intelligenza profonda, bravi studenti né maltrattati né emarginati dal gruppo classe. L'ingresso in adolescenza, con l'accesso ai caratteri sessuali secondari, segna da sempre un difficile passaggio, ma oggi l'appuntamento è divenuto ancora più difficile da sostenere perché l'immagine del ragazzo completamente realizzato, sicuro di sé e perfettamente autonomo domina tutto l'universo delle nostre rappresentazioni, in primis le aspettative dei genitori. In questo processo di seconda nascita che è l'adolescenza, l'istituzione scolastica finisce fatalmente per divenire il luogo nel quale le premesse narcisistiche infantili, coltivate nell'istituzione familiare, ricevono una secca smentita. I nostri ragazzi invece, vorrebbero fare bella figura: immaginandosi che l'adolescenza non sia altro che il proseguimento della loro infanzia sublime, si attendono di ricevere nell'ambiente esterno le stesse munifiche ricompense affettive che hanno avuto dalla famiglia e, quando questo non accade, avvertono la bruciante sensazione di una dolorosa ed ingiusta ferita che sia stata loro inferta alle spalle. Ne deriva una rabbia smisurata (la rabbia ha insieme l'aggressività e l'impotenza) e senza parole cui si aggiunge una vergogna intollerabile. A generare la vergogna basta lo scarto inevitabilmente sussistente tra la nostra dimensione immaginaria e quel che realmente siamo, ci vergogniamo pertanto, non di qualcosa che abbiamo fatto, quanto piuttosto, più radicalmente, per quel che siamo e per quel che non riusciamo a non essere. Il terribile corollario di questo teorema porta a concludere che, mentre la colpa era quasi sempre emendabile attraverso una punizione o un pentimento sincero, la vergogna non consente riparazioni e costringe ad un annullamento totale di sé. L'uso linguistico comune chiarisce le cose: quando una persona si vergogna dice che vorrebbe sotterrarsi oppure scomparire: tutte metafore che alludono al fatto di non voler essere visti da nessuno e di rifiutare il peso dello sguardo. La dipendenza non è l'origine del problema, perché essa interviene solo in un secondo tempo quando ormai il ritiro è già cominciato. Internet non causa il ritiro, cerca semmai di ovviarvi, attraverso un rimedio peggiore del male, adottato però con lo scopo di

mettere in atto una maldestra terapia. E' necessario che la fuga dal mondo e la reclusione abbiano già fatto la loro comparsa, espressioni di un quadro depressivo dovuto ad un rifiuto della perdita, in questo caso dell'impalcatura narcisistica infantile. Per mantenere in vita ciò che hanno perso, rinunciano a desiderare e perdono la loro vita. Quando questo problema non esiste, Internet non procura nessun fastidio e non è causa di nessun disturbo. Anzi in adolescenza, fase in cui il bisogno di controllo su ciò che accade nel proprio corpo viene proiettato all'esterno, il computer, con le sue regole prestabilite, i suoi percorsi immutabili, rappresenta una sorta di alter ego tecnologico, una realtà virtuale affidabile che non tradisce come invece fanno corpo ed emozioni.

In una società in cui i genitori diventano migliori amici e si confondono con i pari, trasgredire è diventato una missione impossibile, e impossibile dunque è "andare oltre", crescere utilizzando il conflitto intergenerazionale come trampolino di lancio. Senza nessun nemico da combattere, da cui prendere il testimone, l'adolescente si ripiega su se stesso, impiegando l'aggressività nei videogiochi per difendere padri narcisistici incapaci di lasciare il posto a chi li segue. Sostenere la conflittualità adolescenziale significa tenere una posizione, rispondere agli attacchi, perché senza Dart Fener non è possibile alcuna saga e affrontare un conflitto significa mettere in conto e non temere una sconfitta, poter fallire. Di fronte a tutte le strategie elusive che gli adolescenti ed il contesto culturale contemporaneo mettono in atto per evitare l'incontro con questo momento traumatico, penso che il compito del padre consista non più nel ruolo normativo del dare delle leggi ma nella funzione di testimonianza, non solo mostrando, anche su se stesso, l'evidenza del fallimento, ma addirittura evidenziandone il valore, perché poter fallire significa aver conquistato il diritto ad un'esistenza autentica nella quale il negativo non è più espulso, quasi che esso fosse semplicemente un'evenienza da trascurare o un inciampo fastidioso, ma è anzi integrato dentro la propria esperienza fino a diventarne un elemento fondante, senza d'altra parte che esso ci faccia piombare nell'abisso della disperazione.

#### BIBLIOGRAFIA:

- S. BANI "I nuovi adolescenti, cosa ci chiedono?", 2009
- G.P. CHARMET, A. PIOTTI "Uccidersi. Il tentativo di suicidio in adolescenza", 2009
- P. DE LUCA "Nuove forme del sintomo: la dipendenza da Internet", 2011-2012
- P. FELICIOTTI "Vite di confine", 2005
- S. FREUD "Psicologia delle masse e analisi dell'io", 1921
- M. G. FUMEL "Legami virtuali. Internet: dipendenza o soluzione?", 2010
- J. LACAN "Seminario X. L'angoscia", 1962-1963
- S. LAFFI "Il furto. Mercificazione dell'età giovanile"
- C. NAKANE "La società giapponese" 2004
- A. PIOTTI "Il banco vuoto", 2012
- G. SENZOLO "Ritrovare il futuro", 2004

C. SOLER "Quel che resta dell'infanzia", Corso 2012-2013

F. STOPPA "La prima curva dopo il paradiso", 2006

F. STOPPA "La restituzione. Perché si è rotto il patto tra le generazioni", 2010