

Istituto d'Istruzione Superiore Statale "Caravaggio"

Viale C.T. Odescalchi - 00147 Roma

Sedi **Liceo Artistico**: Viale C.T. Odescalchi 75 - Viale Oceano Indiano 62 - Via Argoli 45

Sede Uffici: Viale C.T. Odescalchi 75 – Telefono 06121126965 – Fax: 0651604078

XIX Distretto – Codice mecc. RMIS08200L - C.F. 97567330580

RMIS08200L@istruzione.it - casella PEC: RMIS08200L@pec.istruzione.it - sito web: <http://www.istruzioneecaravaggio.it>



Circ. n. 341

Roma, 8 aprile 2019

Ai docenti delle classi 1^a G; 1^a H; 2^a G; 4^a H
sede di via A. Argoli, 45

Agli alunni ed ai genitori delle classi 1^a G; 1^a H; 2^a G; 4^a H
sede di via A. Argoli, 45

Oggetto: Seconda fase della ricerca sulle dipendenze da tecnologie digitali tra gli adolescenti curata dal prof. Sergio Mauceri, professore associato di Metodologia della Ricerca sociale presso il Dipartimento di Comunicazione e Ricerca sociale dell'Università Statale degli Studi "La Sapienza" di Roma.

In collaborazione con il Dipartimento di Comunicazione e Ricerca sociale dell'Università Statale degli Studi "La Sapienza" di Roma, nei giorni **lunedì 15 aprile 2019** e **martedì 16 aprile 2019**, presso il **Laboratorio di Grafica della sede di via A. Argoli 45**, si continuerà e si concluderà la ricerca-intervento "Technology Addiction" sulle dipendenze digitali, iniziata nello scorso dicembre. Del questionario somministrato nel primo incontro l'équipe del prof. Mauceri ha fornito al nostro istituto il report finale con l'elaborazione scientifica dei dati, che può essere visionato dai docenti in allegato alla presente circolare.

Nei giorni e orari indicati, gli alunni di ciascuna delle classi menzionate saranno coinvolti in un percorso partecipativo di **due ore**, in cui saranno sollecitati a riflettere e discutere sui rischi di dipendenza da tecnologie digitali e riceveranno delle linee guida per favorire un uso consapevole dello smartphone, dei social network, dei videogames e delle piattaforme streaming (in via di preparazione con un gruppo di docenti esperti in *Digital education*).

Nel corso dell'intervento saranno raccolte, in modo del tutto anonimo, in ottemperanza con le leggi sulla privacy, mediante un modulo online, le reazioni degli studenti di ciascuna classe agli stimoli audio-visivi a cui verranno sollecitati.

Le classi indicate si recheranno nel Laboratorio di Grafica con le seguenti modalità:

- Gli alunni verranno accompagnati nel Laboratorio di Grafica dai docenti in servizio nella rispettiva classe nell'ora stabilita;

- Le classi che di norma utilizzano il laboratorio nelle ore interessate dall'attività di ricerca in argomento, resteranno nelle aule di competenza, se non coinvolte nella somministrazione del questionario;

Si riporta di seguito l'orario da osservare:

lunedì 15 aprile 2019

1^a G: h. 8.30 – 10.30

1^a H: h. 10.45 – 12.45

martedì 16 aprile 2019

2^a G: h. 8.30 – 10.30

4^a H: h.10.45 – 12.45

I docenti delle classi di cui sopra ed in servizio nelle ore di relativo svolgimento del questionario suddetto assisteranno i ricercatori nell'ordinata conduzione dello stesso.

Il dirigente scolastico
Prof. Flavio De Carolis
(Firma sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 co. 2 della L. n. 39/1993)

ALLEGATO 1



TECHNOLOGY ADDICTION



Una ricerca sul rischio di dipendenza degli
adolescenti rispetto alle nuove tecnologie

Gruppo di ricerca coordinato dal Prof. Sergio Mauceri
Dipartimento di Comunicazione e Ricerca sociale CoRis
Università La Sapienza - Roma



Vivere in un mondo tecnologico

- «I cambiamenti intervenuti a modificare i modelli sociali, la cultura e l'economia negli ultimi anni, soprattutto in relazione **alla massiva presenza di nuovi strumenti tecnologici** e di comunicazione, hanno in buona parte ridefinito i concetti dell'infanzia e dell'adolescenza. I mutamenti nelle strutture familiari, **i rapidi avanzamenti tecnologici**, la grave instabilità economica hanno influito profondamente sul modo in cui i bambini e gli adolescenti vivono, sulle sfide che si trovano ad affrontare, sul modo in cui sono accuditi, educati, aiutati a crescere, sulla speranza con cui possono guardare al futuro» (EURISPES, Telefono Azzurro, Indagine conoscitiva sulla Condizione dell'Infanzia e dell'Adolescenza in Italia, 2010)
- «La tecnologia non è più interpretabile come uno strumento neutro, ma è diventata **un ambiente da abitare**, un'estensione della mente umana, un mondo virtuale che si intreccia con il mondo reale e che determina vere e proprie **ristrutturazioni cognitive, emotive e relazionali**.» (Di Lorenzo, Mauro, et al.; 2013).

- Con il termine «Technology Addiction» indichiamo la forma di «**dipendenza da tecnologie digitali**».
- La Technology Addiction non risulta ancora inclusa nel **DSM-V** (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V*, American Psychiatric Association): è possibile ritrovarne traccia solo nell'appendice con la raccomandazione di ulteriori ricerche sul tema.
- La sua sintomatologia risulta simile a quella del «Pathological Gambling», un disturbo ossessivo-compulsivo di «**consumo senza sostanze**» inserito nel DSM-IV già nel 1995.
- Nel 1995 lo psichiatra statunitense **Ivan Goldberg** propose di introdurre nel DSM questa nuova tipologia di addiction (declinata in termini di IAD) indicando i criteri diagnostici di individuazione di tale disturbo.
- Lo studio «*The emergence of new clinical disorder*» (1996) della psicologa statunitense **Young** ha portato alla definizione di una «sindrome» che colpisce in particolar modo i soggetti tra i 15 e i 40 anni con difficoltà socio-comunicative sia a livello familiare, che in quello sociale più ampio. Tali soggetti sarebbero più esposti a tratti ossessivo-compulsivi, al ritiro sociale e all'inibizione dei rapporti interpersonali, al rifugio nella rete dovuto al rifiuto di altre problematiche esistenziali.

Definire la Technology Addiction



La ricerca nelle scuole

15 istituti superiori (7 licei, 5 istituti tecnico-professionali e 3 misti) equamente distribuiti tra centro e periferia di Roma, per un totale di più di 3300 adolescenti coinvolti.

Il campione di ricerca



- Si è scelto di applicare una strategia di campionamento di tipo **multistadio con estrazione a grappolo** degli individui:
- Stadi di campionamento: **1° stadio**: Selezione di 2 aree metropolitane, distinte in centro (entro i 5km dal centro di Roma) e periferia (oltre i 5km dal centro di Roma); **2° stadio**: Selezione degli istituti scolastici nelle due zone campionate al primo stadio, cercando di ottenere un numero pressoché equivalente di istituti tecnico-professionali e licei per ognuna delle zone individuate per un totale di **18** istituti (limite: disponibilità delle scuole); **3° stadio**: Selezione di 10 classi in ciascuno degli istituti (due sezioni di un intero ciclo scolastico per ciascun istituto) per un totale di **170** classi (in due istituti che inglobavano più indirizzi sono state considerate 2 sezioni liceali e 2 tecnico-professionali); **4° stadio**: inclusione nel campione di tutti gli studenti appartenenti alle classi selezionate nello stadio precedente (come *campionamento a grappoli*) per un totale di 3302 studenti.
 - Ad ogni stadio si procede ad una selezione delle unità (aggregate) secondo i criteri che di volta in volta vengono reputati più adeguati (scelta ragionata) e in alcuni casi si può mantenere il riferimento alla randomizzazione (come nel caso della scelta delle classi per ciascun istituto).

2 aree metropolitane di Roma
(centro/periferia)



N° equivalente di istituti
tecnico-professionali e licei



10 classi di ciascun istituto
appartenenti a 2 sezioni
differenti coprendo l'intero ciclo



Tutti gli studenti appartenenti
alle classi delle sezioni indicate

Le scuole coinvolte



Scuola	N° intervistati
Confalonieri – De Chirico (misto)	264*
IIS E. Ferrari	196
IIS Federico Caffè	159
IIS Giorgi Woolf (misto)	329*
IIS Papareschi (misto)	304*
IIS Tommaso Salvini	216
IPSSEOA Amerigo Vespucci	149
Liceo Classico Gaetano De Sanctis	175
Liceo Classico Pilo Albertelli	221
Liceo Classico Lucio Anneo Seneca	330
Liceo Scientifico Francesco D'Assisi	204
Liceo Scientifico Isaac Newton	249
Liceo scientifico G. B. Morgagni	208
Liceo artistico Caravaggio	139
IIS De Amicis - Cattaneo	159



- Scuole entro 5km (centro)
- Scuole oltre i 5km (periferia)
- Centro di Roma

*scuole che comprendevano indirizzi sia liceali che tecnici, nelle quali la rilevazione ha riguardato 2 sezioni liceali e 2 sezioni tecnico-professionali.

Lo strumento d'indagine: il questionario



- ✓ La **prima fase** di ricerca (settembre 2018 – febbraio 2019) si è avvalsa di un approccio quantitativo e ha utilizzato come strumento d'indagine un questionario con domande chiuse, semi-aperte (con modalità di risposta «altro» e/o la possibilità di inserire commenti), scale.
- ✓ A tale fase, seguirà una **seconda fase** (aprile 2019 – maggio 2019) di intervento, con la rilevazione online delle reazioni dei ragazzi, che coinvolgerà gli studenti in un percorso partecipativo di riflessione sui rischi di dipendenza e sulle principali misure per contrastarli.
- ✓ Il questionario è stato realizzato a seguito della **individuazioni di aree problematiche rilevanti**, come mostrato in tabella.
- ✓ Al fine di conoscere meglio l'oggetto d'indagine e di controllare la validità dello strumento nel rilevare il rischio di dipendenza, la somministrazione del questionario nelle scuole è stata preceduta da una somministrazione su piattaforma social (*Facebook*) ad un campione di circa 400 casi (**fase pilota**).

La concettualizzazione del problema attraverso lo strumento d'indagine

	N° Domanda
Tipologia e numero dispositivi per l'accesso in rete	1
Tipologia attività svolte online	4, 11, 18
Frequenza e tempi d'uso	2,3,5,16,17,26, 27, 29
Presenza altre persone durante l'uso	19,28
Sintomi legati al rischio di dipendenza	6,13,14,20,24,3 0
Tipologia piattaforme e applicazioni utilizzate	7,8,15,21,22,23 ,25
Ragione principale d'utilizzo	9
Corrispondenza o dissimulazione reale/virtuale	10, 12
Rendimento scolastico	31
Clima familiare	33
Stili di vita	34
Status socio-economico genitori	40,41
Socio-anagrafiche	35,36,37,38,39

Al fine di ricostruire l'ampio spettro d'interesse del problema, l'oggetto d'indagine è stato declinato nelle seguenti **aree tematiche**:



Dipendenza da
INTERNET



Dipendenza da
SOCIAL NETWORK



Dipendenza dai
VIDEOGAMES



Dipendenza da
STREAMING



Dipendenza da
SMARTPHONE

A ciascuna area tematica è stata riservata una sezione specifica del questionario.

Obiettivi d'indagine

- Identificare i fattori di varia natura (contestuali, relazionali e individuali) che si associano caratteristicamente all'**insorgenza dei sintomi di dipendenza** tra gli adolescenti;
- Definire il **profilo dei soggetti a rischio** di dipendenza da internet, social network, videogames, streaming e smartphone, e, più in generale a rischio di dipendenza rispetto alle nuove tecnologie;
- Valorizzare i risultati della ricerca nell'ottica di tracciare **linee guida di intervento** atte ad un uso corretto e consapevole delle nuove tecnologie nelle scuole superiori.



La rilevazione e l'analisi dei dati

- La compilazione del questionario è avvenuta nelle aule informatiche degli istituti coinvolti, durante l'orario scolastico curricolare.
- I dati sono stati raccolti su una piattaforma online.
- L'elaborazione è avvenuta attraverso l'utilizzo del software SPSS, con la creazione di opportuni indici relativi ai livelli di dipendenza per area tematica e ai livelli di disagio. Successivamente si è provveduto alla costruzione di profili di dipendenza (dipendenti/non dipendenti) al fine di stabilire delle linee guide utili al riconoscimento e al contenimento dei sintomi della dipendenza.



Strategia di ricerca multilivello e integrata

Per tracciare i profili a rischio di dipendenza, sono state considerate le influenze tra dipendenza dai vari dispositivi digitali e i seguenti livelli di analisi:

Contestuale

Riferito ai contesti di appartenenza degli individui, includendo le caratteristiche che descrivono un membro attraverso una proprietà del suo collettivo

- ❖ Contesto familiare
- ❖ Contesto scolastico

Relazionale

Prende come riferimento il sistema di relazioni sociali che ciascun individuo stabilisce all'interno di un collettivo o cerchia sociale di appartenenza.

- ❖ Livello di disagio relazionale

Individuale

Prevede che i casi della *survey* siano considerati nella loro singolarità (attributi che caratterizzano ciascun individuo).

- ❖ Livello di disagio emotivo:
 - ❖ Livello di stress
 - ❖ Livello di noia in classe
 - ❖ Livello di autostima
- ❖ Livello di disagio relazionale
- ❖ Livello di dissimulazione dei tratti della personalità

L'integrazione dei tre livelli di analisi ha portato alla costruzione dei profili di dipendenza da tecnologie digitali:



DIPENDENTI

Soggetti di genere prevalentemente femminile, frequentati istituti-tecnico professionali. Mostrano alti livelli di disagio emotivo e relazionale, alti livelli di noia percepita in classe, livelli di stress tendenzialmente elevati, bassi livelli di autostima e tendenza a nascondere aspetti della personalità.

Il profilo è caratterizzato dall'emergere di sintomi astinenziali (ansia, nervosismo), disturbi ossessivo-compulsivi (ad es. necessita di controllare continuamente i social network), noia generalizzata, piacere conseguente «consumo» digitale, impossibilità di interrompere la connessione e gestire il tempo in rete.



NON DIPENDENTI

- Soggetti di genere prevalentemente maschile, che frequentano istituti liceali. Il loro profilo è caratterizzato tendenzialmente da bassi livelli di disagio emotivo e relazione, bassi livelli di noia percepita in classe, livelli di stress limitati, alti livelli di autostima e bassa tendenza alla dissimulazione.
- Il profilo è caratterizzato da un'estrazione socio-culturale alta, un clima familiare prevalentemente positivo, alto rendimento scolastico, «consumo» digitale in linea con quello del *digital native*.

An illustration of a person's hands in a red suit jacket typing on a laptop keyboard and using a mouse. The scene is set on a blue desk with various digital devices: a smartphone, a tablet, and another laptop. In the background, there are blue hexagonal shapes and a pink pencil on a notepad. A large black speech bubble is centered over the laptop keyboard.

I dispositivi digitali

1. Quali sono i dispositivi in possesso degli adolescenti?
2. Con quale frequenza li utilizzano?
3. Quali sono le attività maggiormente svolte online?

I dispositivi per l'accesso in rete



Tab.1 Tipologia dispositivi per l'accesso in rete.

	E' mio e lo uso	E' mio ma non lo uso	Ne uso uno di un'altra persona	Non lo ho a mia disposizione
Smartphone	98,6 %	0,3%	0,4%	0,7%
Pc fisso/portatile	55,9%	16,8%	20,3%	7,1%
Tablet	30,2%	19,8%	18,2%	31,8%
Smart-tv (con connessione ad internet)	53,7%	7,4%	14,3%	24,5%
Consolle (PS, Xbox, Nintendo, ecc.)	53,6%	19,7%	5,6%	21,1%

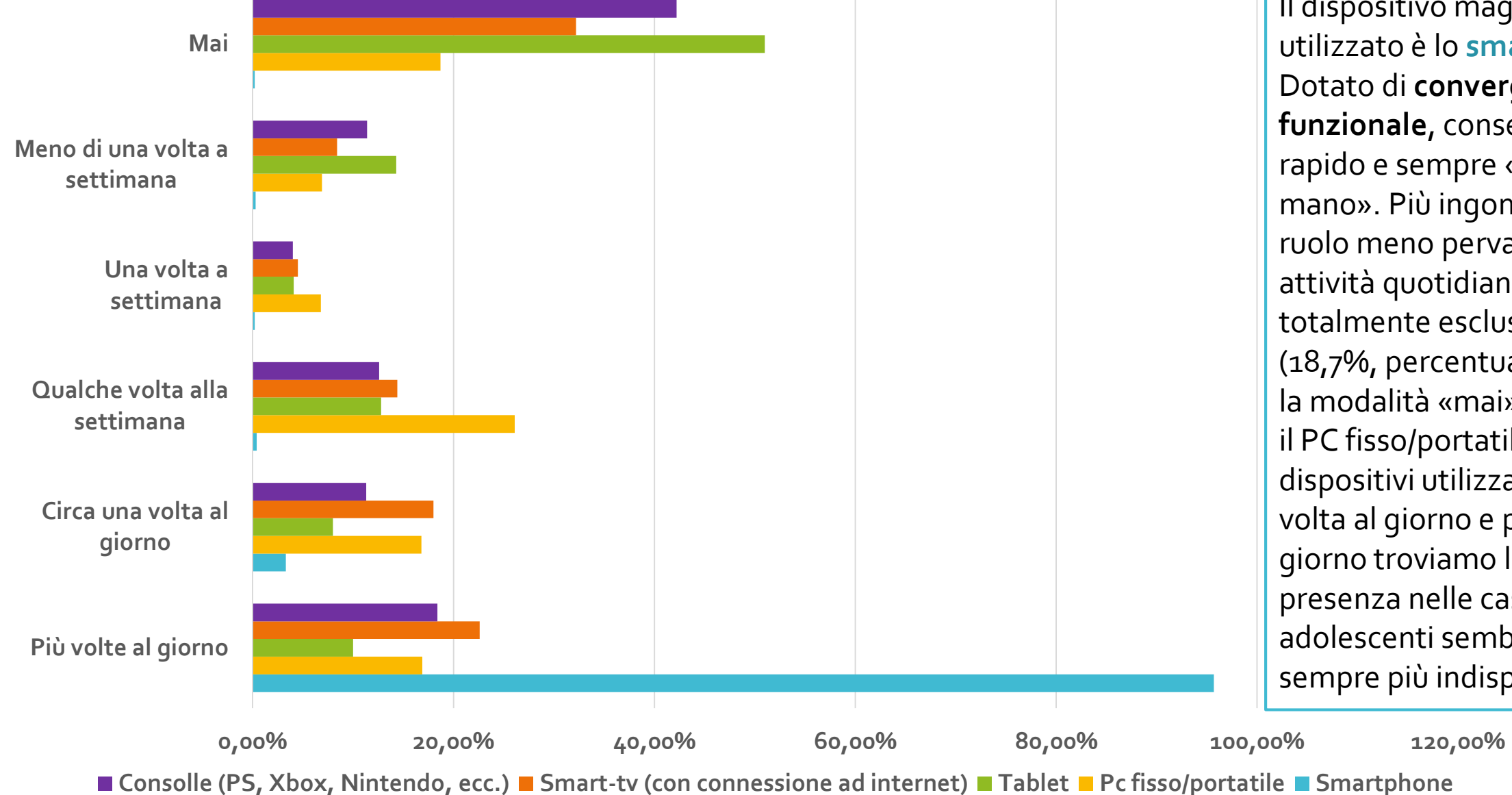


A primeggiare tra i dispositivi è lo **smartphone**: la quasi totalità degli intervistati dichiara di possederne uno personale e di utilizzarlo. Più della metà del campione possiede e utilizza anche un pc fisso/portatile, una smart-tv, una consolle. Meno utilizzato dagli adolescenti è invece il tablet (probabilmente perché a livello di funzionalità può essere facilmente sostituito dallo smartphone).

Frequenza d'uso dei dispositivi



Tab.2 Frequenza d'uso dei dispositivi per l'accesso in rete .

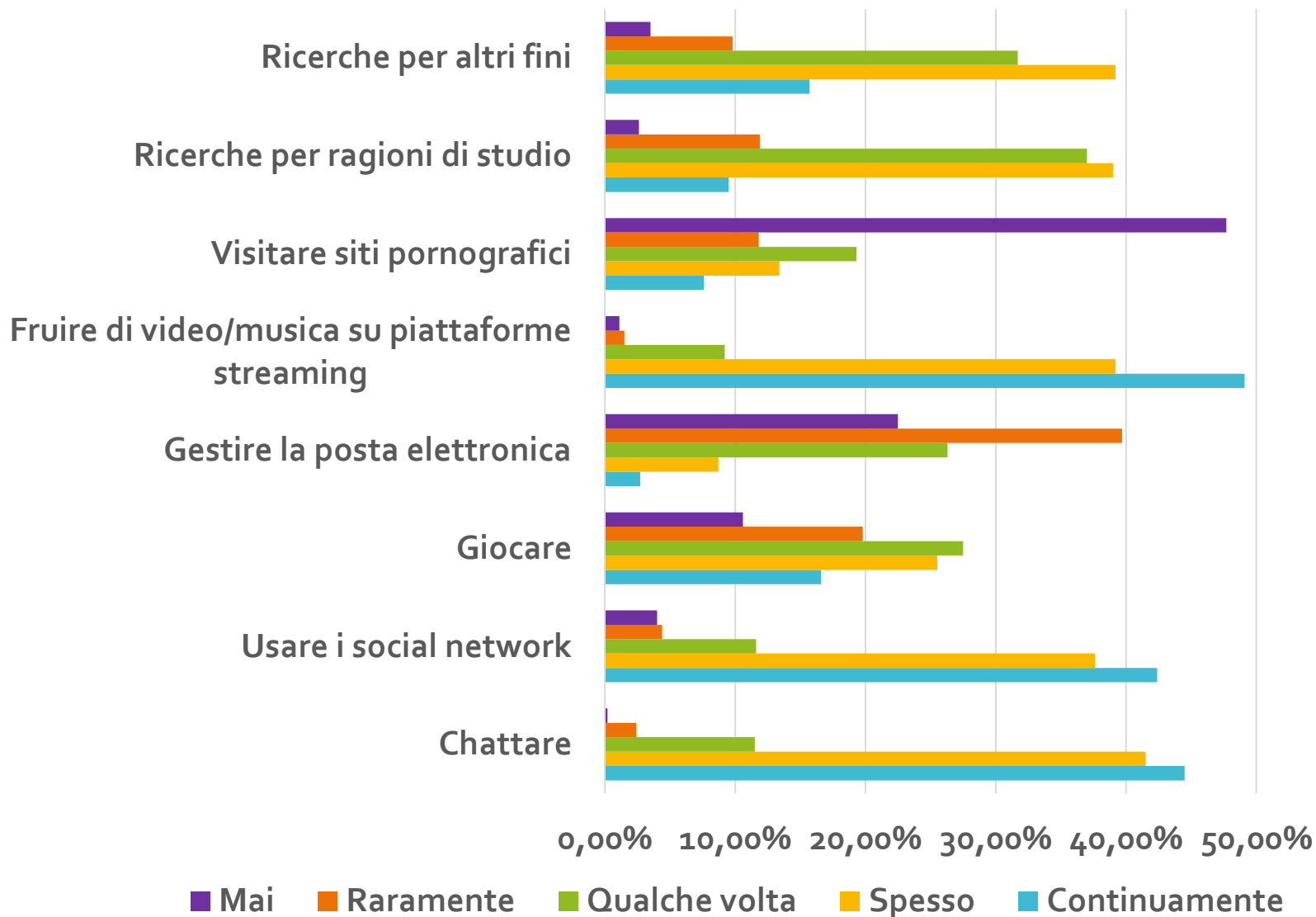


Il dispositivo maggiormente utilizzato è lo **smartphone**. Dotato di **convergenza funzionale**, consente un accesso rapido e sempre «a portata di mano». Più ingombrante e con ruolo meno pervasivo nelle attività quotidiane, se non totalmente escluso dall'utilizzo (18,7%, percentuale maggiore per la modalità «mai»), risulta essere il PC fisso/portatile. Tra i dispositivi utilizzati almeno una volta al giorno e più volte al giorno troviamo la smart-tv, la cui presenza nelle case degli adolescenti sembra diventare sempre più indispensabile.

Le attività svolte in rete



Tab.3 Frequenza attività svolte in rete .



L'attività maggiormente svolta online risulta essere quella relativa alla fruizione di contenuti **streaming** che registra percentuali alte nelle modalità «continuamente» e «spesso», mettendo in luce una realtà nuova ad alto rischio di dipendenza. Altre ricerche avevano, infatti, indicato come attività maggiormente svolte on line quelle di chattare ed usare i social network (Zbigniew, Nicoli; 2014) che qui appaiono solo in seconda posizione.

Tuttavia, la percentuale approssimabile allo zero sul «mai», conferma come la chat sia entrata tra i metodi di comunicazione maggiormente utilizzati dalle nuove generazioni. Anche l'attività di ricerca di materiale informativo che sia per ragioni di studio o per altri fini, interessa una percentuale importante del campione. Al contrario, gli adolescenti si mostrano poco propensi all'utilizzo della posta elettronica.



L'ipotesi di ricerca e i risultati

1. Quali sono i disagi associati al rischio di dipendenza?
2. I fattori contestuali (tipo di istituto, estrazione culturale, ambiente familiare) possono influire sul rischio di dipendenza?
3. Esiste una correlazione tra genere e tipologia di dipendenza?

L'ipotesi di circolarità

L'ipotesi di ricerca prevede che tra la Technology Addiction e i fattori ad essa associati relativi ai tre livelli considerati (contestuale, relazione, individuale) ci possa essere un rapporto di «fecondazione reciproca»: la dipendenza dalle nuove tecnologie è sia causa che effetto dei disagi ad essa correlati.

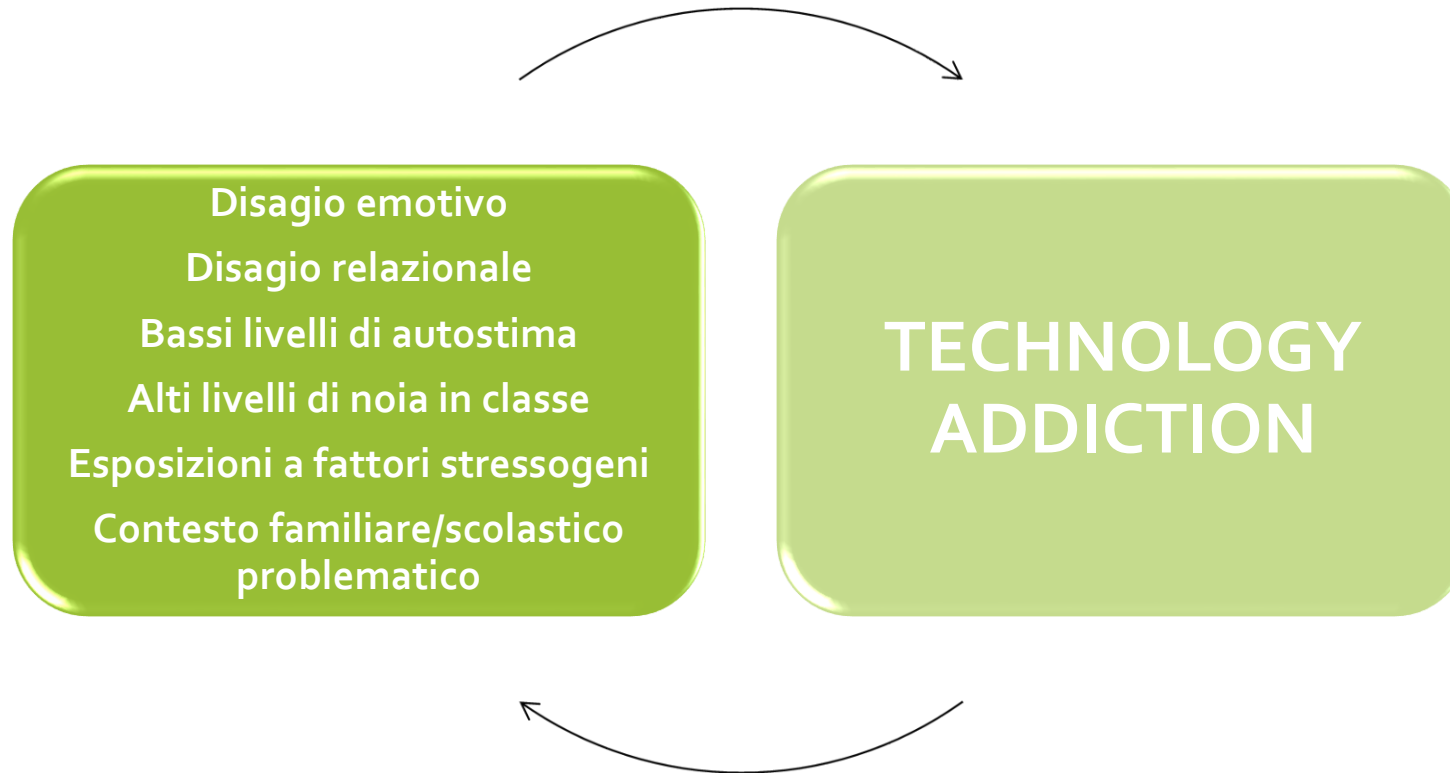


Tabella sintetica delle correlazioni significative

	Dipendenza da internet	Dipendenza da social network	Dipendenza da streaming	Dipendenza da videogames	Dipendenza da smartphone
Livello di disagio emotivo	+	+	+	+	+
Livello di autostima	-	-	-	-	-
Livello di stress	+	+	+	n.c.	+
Livello di noia in classe	+	+	+	+	+
Livello di disagio relazionale	+	+	+	+	+
Tendenza a nascondere aspetti importanti della personalità	+	+	+	+	+
Genere (M/F)	n.c.	✓ (F)	✓ (F)	✓ (M)	✓ (F)
Rendimento scolastico	-	-	-	-	-
Tipo di istituto	✓	✓	✓ (scarti minimi)	✓	✓
- Liceo	-	-	-	-	-
- Istituto tecnico - professionale	+	+	+	+	+
Clima familiare	✓	✓	✓	✓	✓
Estrazione socio-culturale familiare	n.c.	-	n.c.	n.c.	-

+ direttamente correlato: all'aumentare del fattore, aumenta il livello di dipendenza da ciascun tipo di tecnologia digitale
 - inversamente correlato: all'aumentare del fattore, diminuisce il livello di dipendenza da ciascun tipo di tecnologia digitale
 n.c. non correlato: il fattore non risulta influente nel definire il livello di dipendenza da ciascun tipo di tecnologia digitale
 ✓ il fattore risulta correlato al livello di dipendenza da ciascun tipo di tecnologia digitale

1. Quali sono i disagi associati al rischio di dipendenza? (I)

- **In tutte le aree tematiche sono stati riscontrati, a fronte del rischio di dipendenza:**
 - **Alti livelli di disagio emotivo:** il periodo adolescenziale è caratterizzato da una maggiore “*emotional reactivity*”, una particolare reattività emotiva che si ha davanti agli eventi che accadono. Nell’ipotesi di circolarità, è possibile considerare il disagio emotivo sia come causa che come effetto della dipendenza. Le ricerche della Young (1996) indicano, infatti, la presenza di due tipologie di soggetti tra i dipendenti da Internet:
 1. coloro che avevano già manifestato in precedenza disturbi (disturbi dell’umore, d’ansia, del controllo degli impulsi, disturbi di personalità = **disagio emotivo**), e ciò rappresenta un fattore di facilitazione dell’insorgenza dell’IAD;
 2. coloro che non avevano mai presentato, alcun disagio psicoemotivo, il cui bisogno nasce con i primi contatti con la ‘sostanza’ (la rete) e si alimenta e intensifica a ogni successiva ‘assunzione’.
 - **Bassi livelli di autostima:** i livelli di autostima risultano tendenzialmente associati al livello di disagio emotivo.

Possiamo derivare che:

1. La dipendenza da internet causa disagio emotivo e, di conseguenza, un decremento del livello di autostima. (Albanese, 2016).
2. La tendenza a costruire un’immagine di sé debole e insicura porta a sviluppare una bassa autostima. Ne consegue un generale disagio emotivo, che può portare a trovare rifugio nella rete (Young, 1996).

1. Quali sono i disagi associati al rischio di dipendenza?(II)

- **Alti livelli di noia in classe:** La numerosità degli stimoli posti dal mondo virtuale, supera gli stimoli presenti nell'ambiente scolastico. La rete mette KO le agenzie educative, le quali non riescono a tener testa all'*overload* informativo presente in internet e all'ampio *lunapark* dell'offerta cybernetica. Ciò rende necessario un adeguamento dei programmi scolastici e un'adeguata formazione dei docenti, prima, e dei ragazzi, poi, rispetto all'utilizzo (rischi e opportunità) dei nuovi mezzi tecnologici.

- **Alti livelli di disagio relazionale:** Gli studi più recenti compiuti in ambito psicologico e sociologico, suggeriscono che laddove vi sia abuso in termini di «consumo tecnologico», si verifichi una dispersione rispetto al senso della propria identità e al ritiro in un mondo conchiuso, nel quale **le relazioni vengono vissute in modo parziale o distorto** (Huismann et al., 2001; Shaw & Balck, 2008). I *technology addicted* sembrano trascorrere minor tempo nelle relazioni reali a favore di un tempo maggiore trascorso in solitudine davanti ai mezzi tecnologici (Biolcati, 2010). Alle relazioni amicali e affettive vis-à-vis si preferiscono quelle create e mantenute in rete tramite chat, piattaforme o attraverso l'uso di social network, creando reti sociali virtuali (così come si verifica nella *Dipendenza da relazioni virtuali*) (Saladino, Verrastro, 2016).

La nostra linea di ricerca non esclude, tuttavia, che la dipendenza possa originarsi proprio da un senso di **marginalità sociale** presente nel contesto scolastico/familiare (incomprensione da parte dei professori/rapporto conflittuale con i genitori) e, soprattutto, nel gruppo amicale (amicizie superficiali) che tende ad acquisire un punto di riferimento fondamentale nel periodo dell'adolescenza.

- **Tendenza a nascondere aspetti importanti della personalità:** Questo aspetto risulta fortemente connesso ad un basso livello di autostima. La rete costituisce un supporto utile nella costruzione di un'immagine di sé differente da quella percepita e poco apprezzata nella vita reale. Ad esempio, i social network consentono di inserire nel profilo informazioni e foto non veritiere. Allo stesso modo i giochi di ruolo online danno l'occasione di «essere chi non si è», di acquisire potenzialità non facilmente raggiungibili nella vita reale e di mostrarsi con quegli attributi positivi che si crede di non possedere.

2. I fattori contestuali incidono sul rischio di dipendenza?

- **Tipo di istituto:** Nei licei sono stati riscontrati livelli minori di rischio di *addiction* rispetto ai corrispettivi istituti tecnico-professionali. Valori minimi di differenza si misurano unicamente intorno allo streaming, facendo emergere ancora una volta l'esigenza di approfondimenti rispetto ad un tema che si presenta nuovo sul panorama scientifico di ambito sociologico.

- **Clima familiare:** in fase di analisi, il clima familiare è stato ricodificato come «prevalentemente positivo» (democratico/pacifico/attento ai bisogni/aperto al dialogo) e «prevalentemente negativo» (autoritario/conflittuale/poco attento ai bisogni/chiuso). Mentre il primo è significativamente correlato con un rischio basso di dipendenza, il secondo risulta favorire lo sviluppo di forme patologiche di «consumo digitale». Il clima familiare risulta fortemente correlato con il disagio emotivo: possiamo ipotizzare che un clima familiare prevalentemente negativo, caratterizzato da stili genitoriali di tipo autoritario e da un rapporto conflittuale con i membri della famiglia, conduca gli adolescenti ad attivare un meccanismo di rifugio nel virtuale come strategia di *coping* di fronte alla percezione di un disagio interiore.

Disagio emotivo per clima familiare	Prevalentemente positivo	Prevalentemente negativo
Basso	25,2%	10,3%
Medio-basso	47,6%	36,8%
Medio-alto	19,8%	33,4%
Alto	7,4%	19,5%

- **Estrazione socio-culturale familiare:** L'estrazione socio-culturale familiare risulta correlata unicamente nei casi del rischio di dipendenza da social network e del rischio di dipendenza da smartphone: ad un'estrazione socio-culturale familiare più alta corrisponde un rischio minore di incorrere in questi tipi di dipendenza.

3. Genere e tipologia di dipendenza digitale

Dall'analisi per singole aree tematiche non emerge una correlazione significativa tra genere (M/F) e livello di **dipendenza da internet**.

La diffusione generalizzata di internet, nasconde, tuttavia, alcune preferenze tendenziali di genere verso precise aree tematiche: le ragazze presentano un rischio di dipendenza maggiore verso i **social network**, l'utilizzo dello **smartphone** e la fruizione di contenuti in **streaming**; i ragazzi sono più a rischio nel momento in cui si prende in considerazione il settore **videogames**.



Social network
Smartphone
Streaming



Videogames

I profili di dipendenza

Quali sono le caratteristiche associate agli adolescenti a rischio di dipendenza?

PROFILI DI DIPENDENZA DA TECNOLOGIE DIGITALI

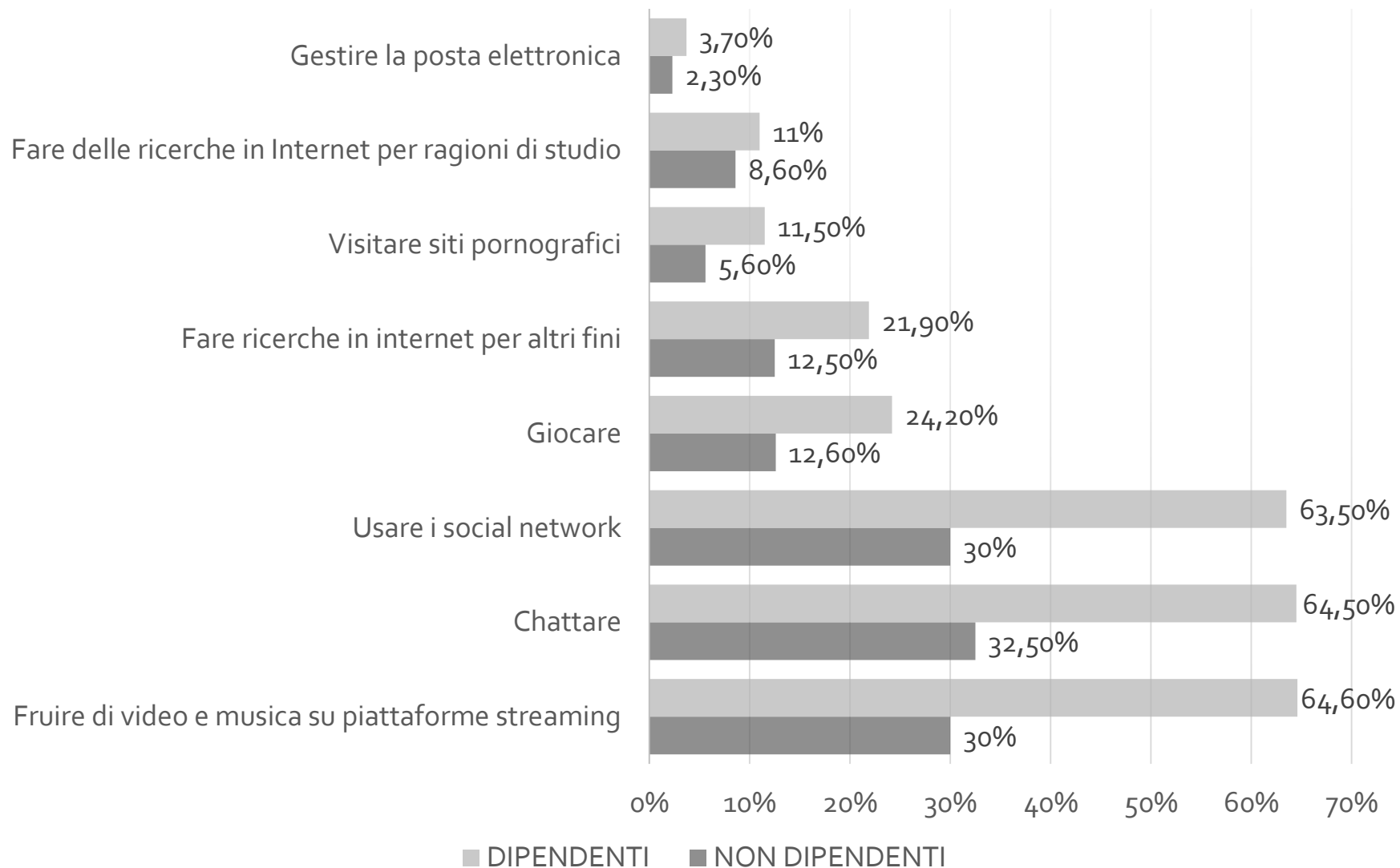
	NON DIPENDENTI	DIPENDENTI
Livello di disagio emotivo	-	+++
Livello di autostima	++	-
Livello di stress	-	++
Livello di noia in classe	-	+++
Livello di disagio relazionale	-	+++
Tendenza a nascondere aspetti importanti della personalità	-	+++
Genere (M/F)	+ (M)	+ (F)
Rendimento scolastico	+ (eccellente)	- (non eccellente)
Tipo di istituto	++ (Liceo)	++ (Istituto tecnico-professionale)
Clima familiare	++ (prevalentemente positivo)	++ (prevalentemente negativo)
Estrazione socio-culturale familiare	+ (Alta)	+ (Bassa/Media)

I simboli + e - stanno ad indicare una correlazione positiva o negativa con i profili di dipendenza. In presenza di più segni "+" aumenta la forza della relazione.

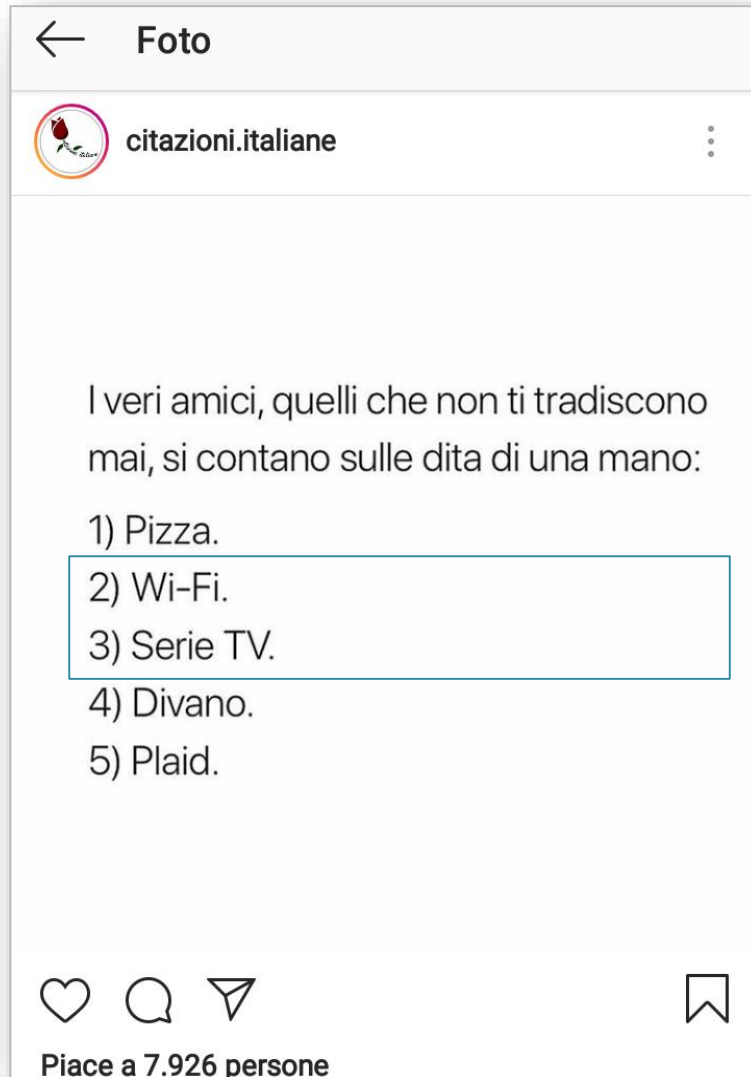
Quali sono le attività maggiormente svolte dai soggetti dipendenti?

Con percentuali superiori al 60%, gli adolescenti maggiormente soggetti al rischio di dipendenza rispondono di utilizzare «**continuamente**» (modalità di risposta correlata alla dipendenza) la rete per:

1. Fruire di video e musica su piattaforme streaming (Youtube, Netflix, Spotify,...);
2. Chattare (Whatsapp, Messenger,...);
3. Usare i social network (like, sharing,...).



1. Fruire di musica o video su piattaforme online: lo streaming (I)



Lo streaming risulta l'attività maggiormente svolta dai soggetti a rischio di dipendenza.

Gli adolescenti proiettano sentimenti in genere associati alle relazioni sentimentali *offline*, sulle attività di fruizione di serie tv *online*, ritenendole più «affidabili», o per lo meno controllabili, rispetto ai legami della vita reale.

Al pari di essi, nel momento in cui la «relazione» streaming-fruitori si interrompe, gli adolescenti provano un senso di smarrimento.

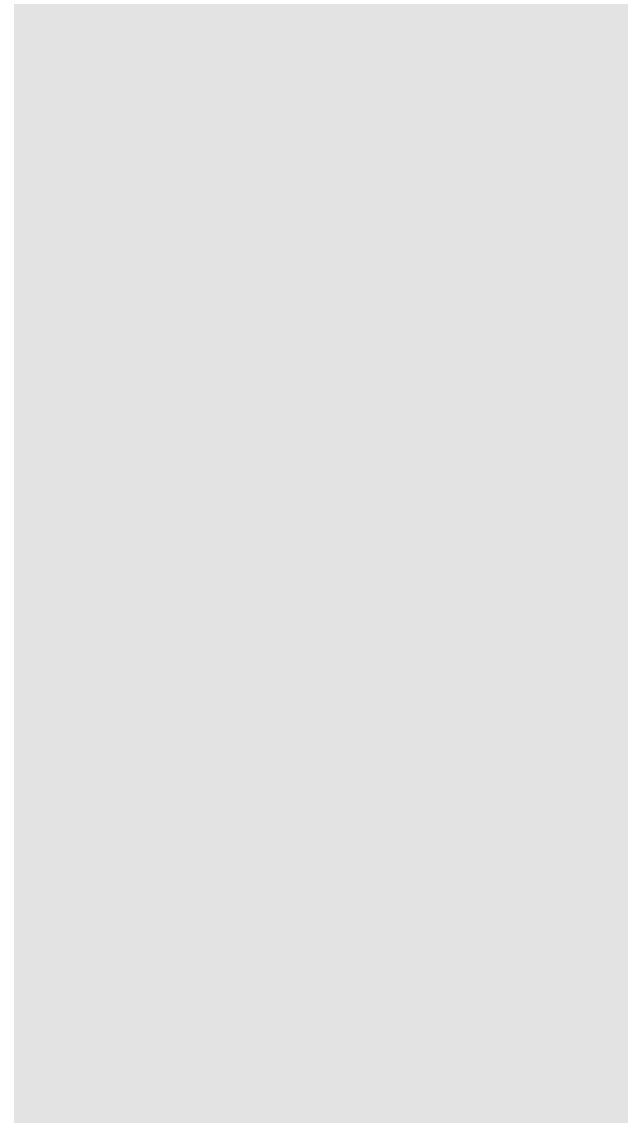
Questa condizione è denominata «**Binge watching**» (tradotto «abbandonarsi al guardare»), termine utilizzato per indicare la visione consecutiva di più episodi in streaming, perdendo il senso del tempo e delle relazioni umane (Jones; Cronin; Piacentini).

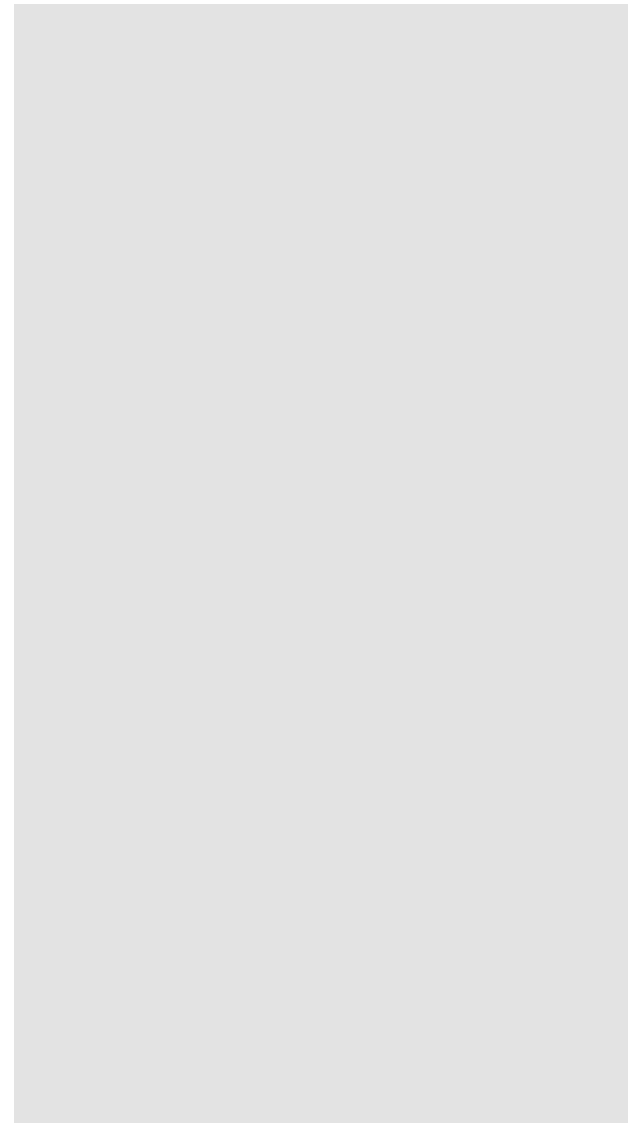
1. Fruire di musica o video su piattaforme online: lo streaming (II)

Il mancato controllo dei tempi di fruizione, la ripetitività e l'impossibilità di astenersi dal compiere l'attività di streaming ne indicano il carattere patologico e sono avvantaggiate da un consumo mediatico immediato, caratterizzato dall'azzeramento dei tempi di attesa tra una riproduzione e l'altra (*ibidem*). Tali evidenze risultano confermate dai risultati di questa prima fase di ricerca, in quanto i profili dipendenti registrano una maggiore frequenza in relazione agli *items* in relazione a:

1. **Visione di streaming per un tempo maggiore di quello previsto:** impossibilità di controllo e interruzione;
2. **«Sindrome dell'abbandono» al termine di una serie tv e necessità di compensazione con una nuova serie:** tipico del «*craving*», così come si verifica nella dipendenza da sostanza, ovvero il desiderio o l'impulso di procurarsi la sostanza (in questo caso rappresentata dalla fruizione di serie tv in streaming);
3. **Rinuncia alle ore di sonno:** abbandono o riduzione delle attività quotidiane anche se primarie e indispensabili per il recupero psico-fisico.

DIPENDENZA DA STREAMING		NON DIPENDENTI	DIPENDENTI	TOTALE
Ho visto film/serie Tv più a lungo di quanto avessi programmato	Di frequente/Qualche volta	42%	81,6%	56,6%
	Raramente/Mai	58%	18,4%	43,4%
Quando è finita una serie tv ho sentito la necessità di iniziarne subito un'altra	Di frequente/Qualche volta	45,7%	71,2%	46,9%
	Raramente/Mai	67,3%	28,8%	53,1%
Ho rinunciato a qualche ora di sonno per poter vedere film o serie tv	Di frequente/Qualche volta	32,1%	70,9%	46,5%
	Raramente/Mai	67,9%	29,1%	53,5%





Quali sono i campanelli d'allarme nell'uso di Internet?

Il profilo dei soggetti dipendenti da tecnologie digitali è risultato tendenzialmente caratterizzato dai seguenti tratti comportamentali con riferimento all'uso di Internet:

- 1. Sintomi astinenziali (ansia, nervosismo):** solo il 14,1% del campione dei non dipendenti mostra tali sintomi; la percentuale aumenta al 49,2% per i dipendenti;
- 2. Noia (nel momento in cui non è possibile collegarsi in rete):** la maggior parte dei profili dipendenti del campione (81,6%) risponde di sentirsi annoiato senza internet; mentre tra i profili non dipendenti si registra una frequenza maggiore sulle modalità *raramente e mai*;
- 3. Impossibilità di interrompere l'attività online e tenere sotto controllo il tempo di utilizzo della rete:** più della metà dei casi inclusi nel profilo della dipendenza risponde di non riuscire ad interrompere l'attività online; ciò non accade invece per il profilo dei non dipendenti (75,4% raramente/mai).

DIPENDENZA DA INTERNET		NON DIPENDENTI	DIPENDENTI	TOTALE
Mi sono sentito/a in ansia o nervoso/a quando avrei voluto essere connesso/a ad Internet ma non ho potuto	Di frequente/Qualche volta	14,1%	49,2%	26,8%
	Raramente/Mai	85,9%	50,8%	73,2%
Senza Internet mi sono sentito/a annoiato/a	Di frequente/Qualche volta	45,7%	81,6%	58,7%
	Raramente/Mai	54,3%	18,4%	41,2%
Mentre ero connesso/a ad Internet ho pensato di dover interrompere ma alla fine ho continuato lo stesso	Di frequente/Qualche volta	24,6%	55%	35,5%
	Raramente/Mai	75,4%	45%	64,5%

Quali sono i campanelli d'allarme nell'uso dello smartphone?

Anche nel caso dello smartphone emergono come caratterizzanti dei profili di dipendenza i sintomi di ansia e nervosismo, oltre che una sensazione di disorientamento. Gli scarti maggiori tra i due gruppi si registrano in relazione alle seguenti sensazioni:

- Sintomi astinenziali (nervosismo) legati al non essere rintracciabili:** i *Dipendenti* mostrano di essere particolarmente preoccupati rispetto alla ricezione piuttosto che all'emissione del messaggio;
- Sintomi ossessivo-compulsivi (nervosismo causato da mancato controllo dei social network):** spiegati da un lato dal desiderio di sapere cosa fanno gli altri e partecipare alle attività virtuali; dall'altro perché lo smartphone consente un controllo (sintomatologia legata ai disturbi di ansia) che non si riesce a realizzare nel vissuto reale;
- Disorientamento:** dovuto probabilmente a: 1) noia e mancanza di stimoli provenienti dall'ambiente esterno; 2) incapacità di fronteggiare e risolvere in autonomia dallo smartphone le problematiche dell'esperienza reale.

DIPENDENZA DA SMARTPHONE		NON DIPENDENTI	DIPENDENTI	TOTALE
Mi sentirei in ansia perché non potrei comunicare istantaneamente con i miei amici e la mia famiglia	Molto	22,1%	52,8%	66,7%
	Poco/Mediamente	77,9%	47,1%	33,3%
Mi sentirei nervoso perché non potrei sapere se qualcuno ha provato a mettersi in contatto con me	Molto	15,4%	49,6%	28,8%
	Poco/Mediamente	84,6%	50,4%	72,2%
Mi sentirei nervoso perché non potrei controllare i social network	Molto	3%	55%	11,6%
	Poco/Mediamente	97%	73,4%	88,5%
Mi sentirei disorientato perché non saprei cosa fare	Molto	6,6%	30%	15,1%
	Poco/Mediamente	93,4%	70%	84,9%

Quali sono i campanelli d'allarme nell'uso dei videogames (I)

Nella dipendenza da videogames, il gioco diventa una vera e propria «sostanza» di cui si percepisce un bisogno insaziabile, bisogno che aumenta ad ogni assunzione. I profili dei dipendenti risultano caratterizzati da:

- Bisogno inarrestabile del videogame:** come per tutte le dipendenze, si registra un bisogno irrefrenabile e inarrestabile del consumo della sostanza (*craving*);
- Allungamento dei tempi di gioco e impossibilità di interrompere:** la *Tolerance* (aumento del tempo di gioco per provocare piacere e cambiamenti del proprio umore) è un tratto tipico della *Videogames addiction* (Brown, 1997);
- Sentimenti di rabbia:** tipico della fase di *Mood modification* (ibidem), la modifica dell'umore, in questo caso in negativo, dovuta all'attività di gioco.

DIPENDENZA DA SMARTPHONE		NON DIPENDENTI	DIPENDENTI	TOTALE
Dopo aver raggiunto un obiettivo di gioco/livello ho sentito un inarrestabile bisogno di andare avanti	Di frequente/qualche volta	32,9%	70%	46,7%
	Raramente/mai	67,1%	30%	53,3%
Ho giocato più a lungo di quanto avessi programmato	Di frequente/qualche volta	39,6%	65,8%	49,3%
	Raramente/mai	60,4%	34,2%	50,6%
Quando non ho raggiunto un obiettivo di gioco mi sono sentito arrabbiato/a o furioso/a	Di frequente/qualche volta	31%	58,3%	41,2%
	Raramente/mai	69%	41,7%	58,8%
Mentre giocavo ho pensato di dover interrompere ma alla fine ho continuato lo stesso	Di frequente/qualche volta	23,8%	57,1%	36,2%
	Raramente/mai	76,2%	42,9%	63,8%

Quali sono i campanelli d'allarme? (Videogames II)

Inoltre, i *Dipendenti* mostrano tendenzialmente le seguenti caratteristiche in merito alla *Videogames addiction* :

1. **Trascurare lo studio:** le lunghe «sessioni» di gioco e l'impossibilità di interrompere l'attività portano ad una riduzione delle ore di studio;
2. **Noia:** tratto emergente in ogni campo della ricerca in connessione alla *Technology addiction*. In particolare, per quanto riguarda il settore *gaming*, risulta strettamente connessa allo stato di *Tolerance*, ovvero il bisogno di aumentare il tempo di gioco per provocare cambiamenti dell'umore (Brown, 1997).
3. **Sintomi di astinenza (ansia, nervosismo):** tipici del profilo di ogni dipendenza, correlati con una percentuale minore al profilo dei dipendenti, ma di rilevanza in quanto assenti nella quasi totalità dei casi «non dipendenti».

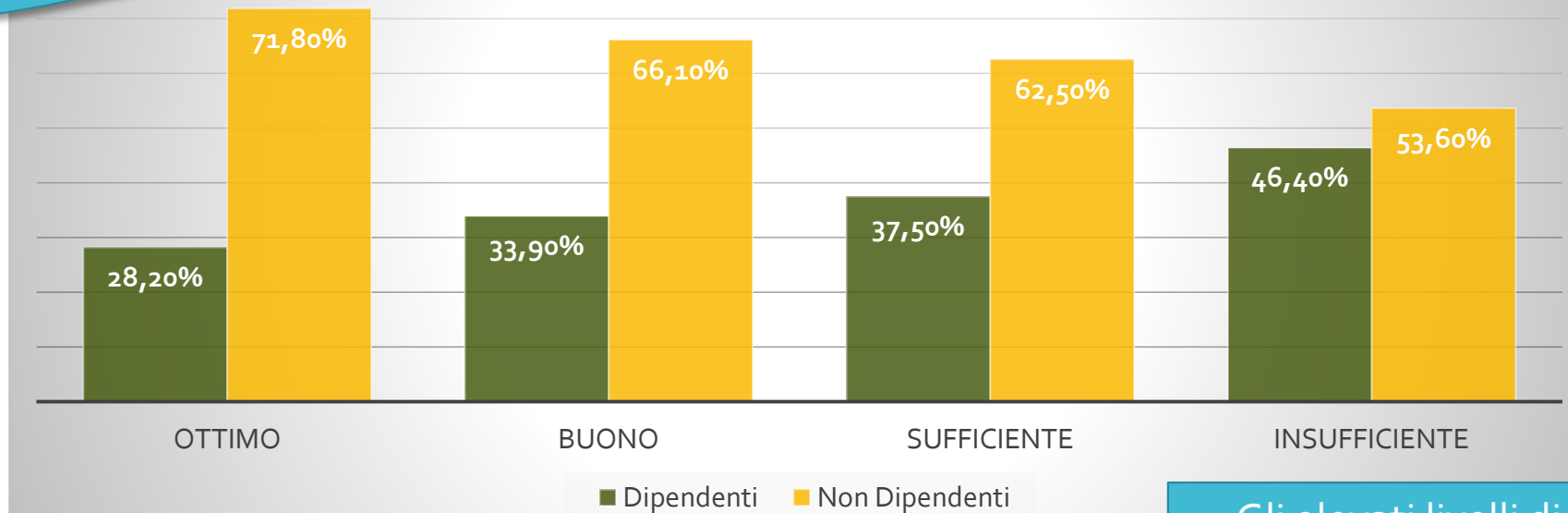
DIPENDENZA DA SMARTPHONE		NON DIPENDENTI	DIPENDENTI	TOTALE
Ho trascurato lo studio per passare più tempo a giocare	Di frequente/qualche volta	26,6%	51,8%	36%
	Raramente/mai	73,4%	48,2%	64%
Quando non ho potuto giocare mi sono sentito/a annoiato/a	Di frequente/qualche volta	27,6%	51%	36,3%
	Raramente/mai	72,4%	49%	63,7%
Mi sono sentito/a in ansia o nervoso/a quando avrei voluto ma non ho potuto giocare	Di frequente/qualche volta	7,7%	33,4%	17,3%
	Raramente/mai	92,3%	66,6%	82,8%

...e il rendimento scolastico?

L'impossibilità di interrompere le attività online e l'alta frequenza delle connessioni possono influire sul tempo dedicato alle attività scolastiche.

Rendimento scolastico per profili di dipendenza.

Rendimento scolastico



Gli elevati livelli di noia percepita in classe possono portare gli adolescenti ad un disinteresse verso le attività scolastiche con conseguente ricerca di stimoli sempre nuovi in rete.

Genere e dipendenza tecnologica

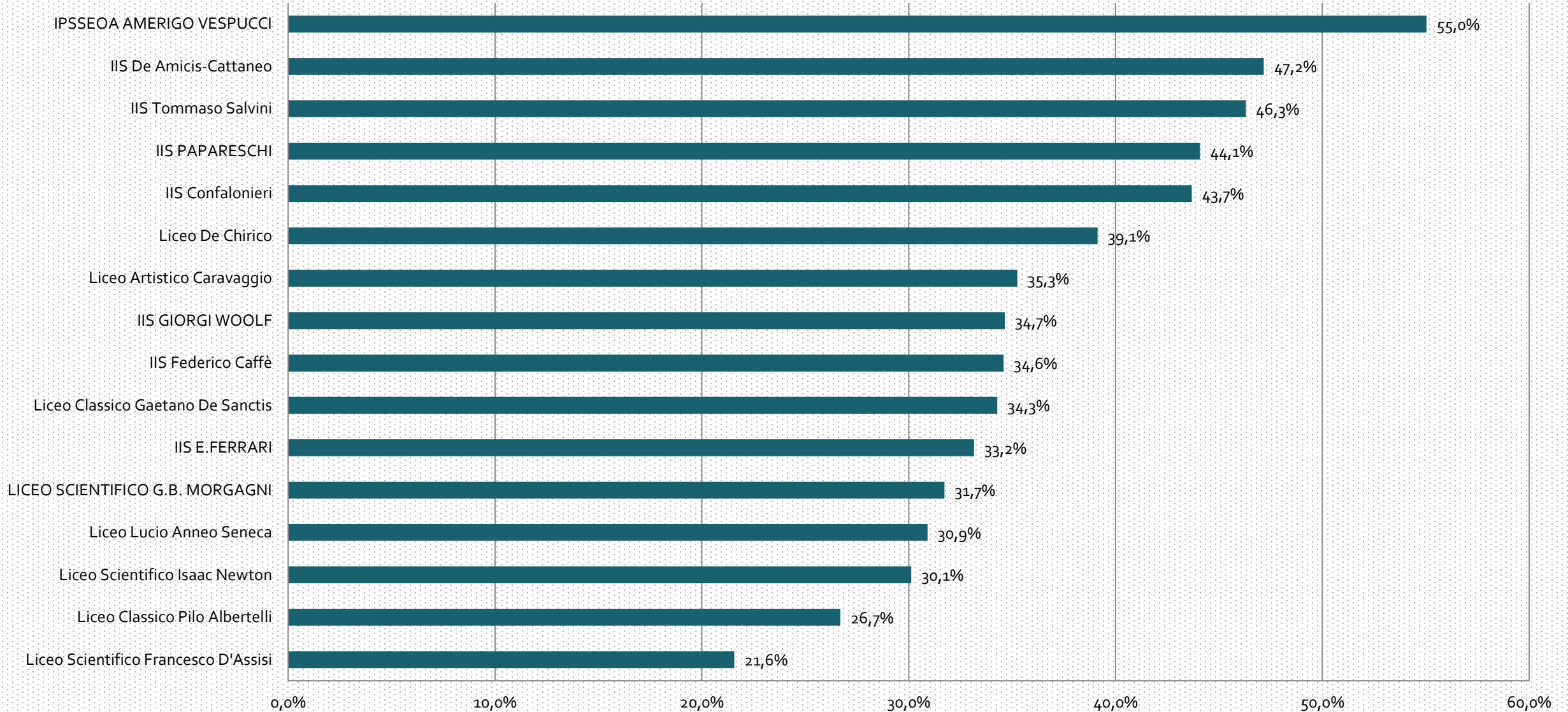
I profili di dipendenza mostrano un'associazione con il **genere femminile**. Tale evidenza, era stata riscontrata anche da uno studio condotto dalla *State University of New York di Binghamton* insieme alla *McGill University* canadese, che mostrava come la dipendenza da smartphone (lo strumento di accesso alla rete maggiormente utilizzato, come emerge dalla nostra ricerca) fosse maggiore nei soggetti di sesso femminile. Come spiega Rivoltella (direttore del Cremit - Centro di Ricerca per l'Educazione ai Media, all'Informazione e alla Tecnologia, dell'Università Cattolica), probabilmente le donne sono più portate ad utilizzare la tecnologia perché maggiormente propense a stabilire delle relazioni, a causa di un background culturale tipico occidentale. La propensione verso le relazioni porta ad un utilizzo maggiore del mezzo tecnologico al fine di stabilire contatti, costruire reti e interagire con il pubblico *online*.

The background of the slide is a photograph of a classroom with rows of wooden desks and orange chairs. A large, dark grey hexagonal graphic is overlaid on the left side of the image, containing the text. The text is white and consists of a main title and a question.

I risultati nelle scuole

In quali scuole riscontriamo il maggior numero di casi con livelli alti di dipendenza?

% di studenti a rischio di dipendenza da tecnologie digitali nelle scuole




LA CONTINUAZIONE DEL PROGETTO

La fase successiva di **intervento** sarà realizzata nei mesi di aprile-maggio nei due istituti tecnico-professionali e i due istituti liceali con la maggiore percentuale di studenti con rischio di dipendenza da tecnologie digitali. A tutti gli altri istituti saranno comunque fornite le linee guida di intervento, da gestire a cura dei docenti.



Grazie

-  Sergio Mauceri
-  Sara Pastore
-  Luca Di Censi
-  per contatti:
sergio.mauceri@uniroma1.com