

## **Identità e dipendenze digitali: nuovi stili di vita o nuove emergenze sociali?**

di Laura Franceschetti

Dipartimento di Scienze Sociali ed Economiche – Sapienza Università di Roma

[laura.franceschetti@uniroma1.it](mailto:laura.franceschetti@uniroma1.it)

[contributo al volume Pennella A., a cura di, “Nello smartphone di Narciso. Identità, pensiero e narcisismo nell'epoca del web”, Mimesis edizioni, forthcoming 2020]

### **Indice**

Premessa – 1. Digital Life: i dati del fenomeno – 2. Nativi Digitali e Active Agers: diversi modi d'uso – 3. Internet e quotidianità: tra potenzialità e dipendenze – 4. Come governare le prospettive di sviluppo della Rete: attori istituzionali e network sociali – 5. Spunti di riflessione

### **Premessa**

Stefano Rodotà nel 2005 scriveva: «Internet non è soltanto il più grande spazio pubblico che l'umanità abbia conosciuto. È un luogo dove la vita cambia qualità e colore, dove sono possibili l'anonimato e la moltiplicazione delle identità, la conoscenza e l'ubiquità, la libertà piena e il controllo totale. [...] La grande trasformazione tecnologica cambia il quadro dei diritti civili e politici, ridisegna il ruolo dei poteri pubblici, muta i rapporti personali e sociali, e incide sull'antropologia stessa delle persone»<sup>1</sup>.

In questa affermazione sono contenute le parole-chiave intorno alle quale sviluppare una riflessione sul rapporto tra individuo e nuove tecnologie, sui portati e le conseguenze della virtualizzazione della vita, ossia “identità”, “conoscenza”, “libertà” ma anche “controllo”, “anonimato”, “ubiquità”, e ancora “diritti” e “ruolo dei poteri pubblici”.

Un intreccio di etichette e argomenti che ruotano intorno a quella che viene comunemente definita ‘digital life’, ossia la condizione di assoluta pervasività delle nuove tecnologie nella nostra vita quotidiana al punto tale da modificare abitudini e stili di vita.

Emblematico a tal proposito è il film documentario *DigitalLife* recentemente prodotto da Varese Web Srl in coproduzione con Rai Cinema e Fondazione Ente dello Spettacolo, e diretto da Francesco G. Raganato, che racconta, attraverso 50 storie<sup>2</sup>, come Internet e il digitale abbiano cambiato la vita di tutti i giorni, innanzitutto introducendo nel nostro lessico la distinzione tra online e offline, con una conseguente ricentatura del nostro vissuto nella dimensione virtuale. Il trailer del film recita “il racconto di un mondo fatto di connessioni, condivisioni e vita.”.

Ma quante sono queste connessioni? Come si articolano? Come cambiano il nostro stile di vita? Quali sono le opportunità e quali i rischi?

L'esperienza diretta di ciascuno di noi ci restituisce il lato positivo dell'uso delle nuove tecnologie, rappresentato dalla facilità di reperimento dell'informazione, dalla moltiplicazione delle occasioni di relazione, dai nuovi spazi di confronto e discussione, dal miglioramento della fruizione dei servizi pubblici, ecc.

I mezzi di comunicazione di massa, invece, danno spazio a fatti di cronaca sempre più frequenti che riguardano comportamenti estremi assunti da adolescenti in funzione dell'uso spasmodico che fanno della rete e che vengono ricondotte alle cosiddette *web challenges*<sup>3</sup>. Per non parlare dei casi ancor più

---

<sup>1</sup> La Repubblica, 28 ottobre 2005, “L'uomo nuovo di Internet”.

<sup>2</sup> Il film è un prodotto corale, espressione della selezione di centinaia di video realizzati da cittadini da tutte le parti del mondo che hanno voluto contribuire a questo progetto inviando il loro materiale alla piattaforma [www.digitalife.org](http://www.digitalife.org). in quasi due anni di lavorazione. Un racconto collettivo che tocca diversi argomenti: la nascita di internet, la perdita di una persona cara, il mondo del lavoro in evoluzione, la rinascita dopo una crisi, la ricerca di una felicità perduta, la possibilità di socializzare, viaggiare, condividere esperienze ed emozioni. Ma anche il terrorismo, il mondo dell'informazione e delle fakenews, il cyberbullismo. Il tutto con una visione di speranza nel futuro.

<sup>3</sup> Risalgono allo scorso anno il caso del quattordicenne milanese trovato impiccato nella propria camera (la Repubblica, 13 settembre 2018) e un episodio analogo era accaduto a febbraio, quando un altro adolescente venne trovato in fin di vita. Nello stesso periodo, la notizia di un 15enne che, a Sesto San Giovanni, precipita in una condotta di aerazione, per un selfie: muore dopo volo di 25 metri (la Repubblica, 16 settembre 2018). Oramai non li chiamano più ‘selfie’ ma ‘killfie’ per la loro pericolosità: *Selfie killer, 259 vittime nel mondo in sei anni* (la Repubblica, 20 maggio 2019).

diffusi di cyberbullismo. E a questi si affiancano numerosi titoli di giornali che riportano studi che evidenziano, ad esempio, una forte correlazione tra il tempo speso in Internet dai giovani e il basso rendimento a scuola<sup>4</sup>, fino a sfociare in atteggiamenti di assoluta reclusione sociale ed isolamento dal mondo<sup>5</sup>.

Gli adolescenti sembrano essere la fascia di popolazione più vulnerabile di fronte a questo nuovo fenomeno sociale, perché sono la cosiddetta *web generation*, che è nata già immersa nelle nuove tecnologie, perché vivono l'età critica della sperimentazione identitaria, perché sono i principali fruitori di quelle piattaforme social, che alimentano sempre più diffusi comportamenti narcisistici.

I dati descritti nei paragrafi successivi mostrano invece come anche gli adulti, dal canto loro, possono essere soggetti ad un uso eccessivo e non consapevole delle nuove tecnologie, con conseguenze comportamentali analoghe a quelle manifestate dalle fasce giovanili.

Questo contributo, attraverso la ricostruzione dei dati di scenario che circoscrivono il fenomeno, cercherà non solo di descrivere i principali disagi e rischi sociali connessi ad un uso eccessivo delle tecnologie digitali, ma proverà anche a delineare la rete di soggetti, pubblici e del privato sociale, chiamati a garantire un governo più consapevole dello sviluppo della Rete.

## 1. Digital Life: i dati del fenomeno

Il Global Digital YearBook 2019 rileva che sono oltre 4 miliardi gli utenti connessi ad Internet nel mondo, più di 3 miliardi sono attivi sui social network e con quasi 9 miliardi di utenze da dispositivi mobile (We Are Social, Hootsuite, 2019a).

Più della metà della popolazione mondiale, quindi, è online e i dati più recenti evidenziano anche una crescita esponenziale negli ultimi anni, considerato che 250 milioni di persone si sono connesse ad Internet per la prima volta nel 2017.

Non è aumentato solo il numero di utenti di Internet, ma anche il tempo speso nella rete: gli utenti intervistati passano più di 6 ore al giorno su Internet, che equivale quasi ad 1/3 del loro tempo da svegli.

E lo fanno prevalentemente da un supporto particolare, il mobile, con un traffico dati in costante crescita: dei 250 milioni di persone che nel 2017 si sono connesse ad Internet per la prima volta, ben 200 milioni lo hanno fatto utilizzando dispositivi mobile.

La centralità di questi dispositivi, poi, è ulteriormente rafforzata dall'uso delle app: queste vengono usate 7 volte più spesso del browser nella ricerca di informazioni o fruizione di servizi.

Anche l'uso dei social media è in costante crescita: nel 2017 Facebook ha registrato 11 nuovi utenti al secondo. Anche rispetto a questo uso, si conferma la centralità del mobile: solo il 5% degli utenti di questa piattaforma social a livello mondiale accede alla stessa da dispositivi no-mobile (tablet oppure computer).

In Italia lo stesso Rapporto registra il 92% della popolazione connessa ad Internet (con un incremento del 19% rispetto al 2018), e ben 56 milioni di utenti attivi sui social.

Il sondaggio Google Consumer Barometer 2018<sup>6</sup> ci dice che in termini di utilizzo dei dispositivi la popolazione adulta mostra una netta prevalenza (97%) di accessi da mobile mentre solo il 62% lo fa da un computer desktop oppure da un portatile, con un aumento del traffico dati da smartphone, nell'ultimo anno, del +16% a fronte di -6% del traffico dati da tablet o pc.

La centralità dei dispositivi mobile che emerge da questi primi dati evidenzia non solo la centralità di uno specifico device, ma anche le potenzialità d'uso ad esso connesse: l'accesso ad Internet non è limitato agli ambiti lavorativi degli individui, bensì si estende a funzioni di socialità e intrattenimento

---

<sup>4</sup> Il Giornale, 19 aprile 2017, *Ocse: quindicenni italiani più stressati al mondo e dipendenti da internet*; la Repubblica, 28 aprile 2018, *Adolescenti italiani 31 ore a settimana sul web. I risultati dell'indagine Ocse: nel 2015 erano 21, superata la media dei paesi europei. E lo studio ne risente*, la Stampa, 19 aprile 2017, *La scuola italiana tra le più stressanti al mondo. Un quarto degli adolescenti dipende da Internet*.

<sup>5</sup> La Repubblica, 7 marzo 2019, *Hikikomori, lo sfogo di una mamma: 'Ho denunciato i miei figli, mi picchiavano se li staccavo da Internet*; la Repubblica, 1 maggio 2019, *Sindrome di hikikomori: le quattro regole per aiutare gli adolescenti "reclusi"*; la Repubblica, 16 luglio 2019, *Hikikomori, adolescenti 'reclusi' e la paura del sesso*.

<sup>6</sup> Consumer Barometer è lo strumento globale e interattivo di Google che fornisce dati per oltre 50 paesi e 20 categorie di prodotti, relativi alla penetrazione di Internet nei diversi contesti territoriali e all'evoluzione dell'utilizzo dei dispositivi digitali nel tempo.

che trovano conferma in altri dati di scenario.

Circa il 90% degli intervistati dichiara di connettersi ad Internet quotidianamente e di trascorrere circa 6 ore al giorno online (quasi il doppio del tempo che passiamo davanti alla TV, che è pari a 3 ore al giorno). Di queste ore, quasi 2 sono passate utilizzando una piattaforma social media (We Are Social, Hootsuite, 2019b).

Anche il ranking dei siti Internet più visitati conferma questa ricerca ossessiva di una socialità virtuale: Google si colloca al primo posto, seguito dalle principali piattaforme social (Facebook, Youtube) e poi da quelle di e-commerce, come Amazon, segue Wikipedia e solo al 7° posto troviamo siti di informazione giornalistica (Repubblica e altri quotidiani).

Questo primato di Google nasconde un'ulteriore conferma della ricerca di socialità online, perché se si analizzano quali sono le principali chiavi di ricerca su questo motore di ricerca, si rileva che i primi 3 posti sono occupati da parole quali "facebook", "meteo", "youtube".

Quanti sono gli italiani che frequentano i social network?

La percentuale è significativa: circa il 60%, ossia 34 milioni di italiani di cui 31 milioni accedono da mobile. Una cifra così alta è giustificata dal fatto che nella rilevazione si considerano piattaforme social non solo quelle tradizionalmente considerate tali (ossia Facebook, Twitter, ecc.), ma anche app social (quali Whatsapp), quindi tecnologie e pratiche in rete che le persone adottano per condividere contenuti testuali, immagini, video e audio, la cui pervasività nel vissuto quotidiano è ampiamente riconosciuta.

Incrociando poi i dati sulla tipologia di sito navigato principalmente sul web con la tipologia di dispositivo utilizzato, torna preponderante la centralità del mobile: mentre la consultazione di un motore di ricerca si fa quasi indifferentemente da smartphone (52%), piuttosto che da computer (45%), la fruizione di un social network invece è una funzione svolta prevalentemente da smartphone (45%) rispetto al computer (30%). E qui si intravede un'altra caratteristica del rapporto tra individuo e tecnologie digitali, che sarà esplorata successivamente: l'ubiquità.

Del resto, se approfondiamo la tipologia di attività svolte attraverso lo smartphone, vediamo che non solo queste si sono specializzate nel tempo, ma hanno anche rafforzato la pervasività di questa tecnologia rispetto alle attività svolte normalmente nella nostra vita quotidiana:

- l'87% della popolazione intervistata usa messaggistica da mobile,
- l'81% guarda video da mobile,
- il 49% gioca da mobile,
- il 41% effettua operazioni bancarie da mobile (evidenziando un progressivo superamento della tradizionale diffidenza verso l'home banking),
- il 76% usa servizi di navigazione mobile su mappe (We Are Social, Hootsuite, 2019b).

Lo smartphone poi ha progressivamente sostituito tutta una serie di supporti e strumenti – nel 2013 ad esempio il notebook esce dal Paniere ISTAT<sup>7</sup> - che prima 'regolavano' le nostre attività quotidiane. Ancora una volta i dati di questa ricerca ci restituiscono evidenze che possono essere degli *alert* sulle possibili dipendenze da tecnologie:

- il 38% degli intervistati dichiara di usare sullo smartphone la funzione di sveglia,
- il 21% gestisce l'agenda o gli appuntamenti,
- il 31% controlla il meteo,
- il 26% controlla le notizie,
- il 45% gira video o scatta fotografie,
- l'11% gestisce liste (della spesa, cose da fare)

e comincia a crescere anche il numero di coloro che usano lo smartphone per monitorare il livello di attività fisica (contapassi, bruciocalorie, ecc.), i livelli di salute oppure l'andamento della dieta alimentare che stanno seguendo (We Are Social, Hootsuite, 2019b).

La concentrazione di tutte queste funzioni e attività su un solo dispositivo può far scaturire una vera e propria dipendenza dallo stesso: il termine comunemente utilizzato è "No.Mo.Fobia"<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Il paniere ISTAT è lo strumento utilizzato dall'ISTAT per rilevare i prezzi al consumo e calcolare i relativi numeri indici per la misura dell'inflazione. Il paniere viene aggiornato annualmente e questa modifica tiene conto dei cambiamenti emersi nelle abitudini di spesa delle famiglie.

<sup>8</sup> Esiste una seconda sindrome connessa a questi fenomeni: è nota come FOMO, acronimo che sta per "fear of missing out" (la paura di perdersi qualcosa, di essere tagliato fuori). Cfr. Di Nicola, Ferri, Moccia et al., 2017, *Gender Differences and Psychopathological Features Associated With Addictive Behaviors in Adolescents*, in *Front Psychiatry*. 2017; 8: 256. Per

È lo sviluppo di un “attaccamento” morboso nei confronti del cellulare. Alcune persone non riescono a separarsi dal proprio telefonino, neanche per pochi minuti, poiché tale condizione li proietta in uno stato di ansia, irrequietezza ed insicurezza.

Recenti studi sembrano indicare che la nomofobia sia da considerare una dipendenza patologica piuttosto che un disturbo d’ansia (King et al., 2010).

Si può parlare di nomofobia quando una persona prova una paura sproporzionata di rimanere fuori dal contatto di rete mobile, al punto da sperimentare effetti fisici collaterali simili all’attacco di panico (sudorazione, mancanza di respiro, vertigini). Questo tipo di persone, a rischio dipendenza o già dipendenti, sfidano norme e buon senso pur di non separarsi dal proprio cellulare neanche in luoghi dove l’uso ne è proibito o sconsigliato (ospedali, aerei, ristoranti, cinema, teatri ecc.); tipicamente le persone a rischio possiedono più apparecchi o li cambiano in continuazione, passano un’eccessiva quantità di tempo al telefono o ne utilizzano i servizi (specie WhatsApp e Facebook) in modo spropositato.

## **2.Nativi Digitali<sup>9</sup> e Active Agers: diversi modi d’uso di Internet**

I dati fin qui descritti delineano uno scenario in cui l’evoluzione tecnologica assume un ruolo importante nel cambiamento delle nostre vite, con un forte impatto su tutte le fasce d’età della popolazione.

Senza dubbio il segmento di popolazione maggiormente esposto è rappresentato dai giovani: quasi la totalità degli individui di età compresa tra gli 11 e 34 anni hanno un accesso ad Internet e prevalentemente da smartphone (Audiweb Trends, 2017).

Secondo i dati emersi da una recente ricerca dell’Associazione Nazionale Di.Te.<sup>10</sup> con il supporto del portale per studenti Skuola.net, i ragazzi sono iperconnessi, soprattutto in alcune fasce di età: in media, tra gli 11 e i 26 anni spendono online tra le 4 e le 6 ore il 32,5% degli intervistati. Più del 17% del campione resta connesso tra le 7 e le 10 ore. Supera le 10 ore quasi il 13% degli intervistati. Entrando nel dettaglio si nota che dagli 11 ai 14 anni circa il 12% delle femmine e il 10% dei maschi dichiarano di passare più di 10 ore al giorno online, la percentuale sale rispettivamente al 35% e al 20% intorno ai 26 anni.

In tutte le fasce di età indagate, invece, emerge che controllare lo smartphone con una frequenza di 10 minuti è l’esigenza di circa il 40% dei ragazzi. Dichiarano di farlo il 40% delle femmine e il 27,6% dei maschi tra gli 11 e i 14 anni, il 45,4% delle ragazze e il 38,8% dei ragazzi tra i 15 e i 17 anni, il 46,8% delle giovani e il 38,1% dei loro coetanei dell’altro sesso tra i 18 e i 20 anni. Dai 21 ai 26, invece, iniziano a guardarlo quasi nel 30% dei casi, sia maschi sia femmine, con una frequenza intorno ai 30 minuti.

Tutto questo tempo speso online incide negativamente sulla capacità di attenzione, drasticamente diminuita. Se fino a qualche anno fa durava anche più di 20 minuti, “oggi potremmo paragonarla a quella di un pesce rosso, che riesce a stare concentrato per 9 secondi”, si legge nella ricerca. Con un costo anche sulla vita di relazione, perché questi comportamenti, in alcuni casi compulsivi e che potrebbero evidenziare un ipercontrollo oltre che un’iperconnessione, hanno un prezzo elevatissimo, aumentando la distanza relazionale fra l’individuo e gli altri.

Parlare di giovani e Internet significa parlare soprattutto di giovani e social network perché è questa la finalità d’uso maggiore di connessione ad Internet degli individui compresi tra gli 11 e i 34 anni (Audiweb Trends, 2017).

Per affrontare meglio questo argomento, può essere utile introdurre la distinzione formulata da

---

le principali ricerche sul fenomeno si vedano Greenfield D.N. e Davis R.A., 2002; Dixit S. et al., 2010; Bragazzi N.L., Del Puente G., 2014; Di Gregorio L., 2003; Tams S., et al., 2017, Olivencia-Carrión M. et al., 2018.

<sup>9</sup> Il termine “nativi digitali” è stato coniato nel 2001 dallo scrittore e divulgatore Marc Prensky. nell’articolo “Digital Natives, Digital Immigrants”, 2001. (disponibile a: <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>), riferendosi a tutti i ragazzi nati dopo il 1985, scegliendo questa data perché coincidente con la diffusione di massa dei computer e soprattutto dei primi sistemi che prevedevano un’interazione grafica con il computer.

<sup>10</sup> L’Associazione Nazionale Dipendenze Tecnologiche, Gap e Cyberbullismo” è un’organizzazione di volontariato che nasce nel 2002 con l’obiettivo di porsi come una risorsa professionale, innovativa e di qualità dedicata alla sensibilizzazione, alla prevenzione e al trattamento delle dipendenze tecnologiche, del gioco d’azzardo patologico e dei fenomeni internet correlati, come ad esempio il cyberbullismo.

BlogMeter (2018) nella seconda edizione della ricerca “Italiani e social media”<sup>11</sup>: ci sono quelli che ci accompagnano ogni giorno, di cui non potremmo fare a meno e che definiscono noi stessi, i cosiddetti ‘social di cittadinanza’; e ci sono altri che utilizziamo solo al bisogno, per poi dimenticarne fino alla successiva urgenza, detti ‘social funzionali’. La distinzione tra le due tipologie è netta. Tra i primi figura Facebook, Twitter, Instagram e hanno tutti i difetti e i pregi delle relazioni umane: sono costanti, continuativi, stimolanti, a volte soffocanti. Tra i secondi invece abbiamo LinkedIn, Tripadvisor, Booking, Spotify, Meetic, ossia piattaforme non prettamente social, ma che sono percepiti come tali dagli utenti perché permettono di condividere informazioni con gli altri.

In questa ricerca emerge che la presenza sui social e il rapporto con essi dipende anzitutto da questioni anagrafiche: potremmo dire che tanto più crescono gli anni, tanto più diminuisce il numero dei social. Tra i 18 e i 34 anni infatti il 30% degli intervistati sono *addicted* e collezionano 7 o più canali social. Il 45% ne gestisce dai 4 ai 6, mentre il 27% ha tra uno e tre social network. Gli utenti di età compresa tra i 15 e i 17 anni inoltre sono già oltre Facebook e dichiarano di dedicare più tempo ad altre piattaforme social, quali Instagram e YouTube.

La maggioranza di uomini e donne compresi tra il 45 e i 64 anni, invece, dichiara di gestire tra uno e tre social network e di preferire “il tradizionale Facebook”.

Un altro dato che emerge da ricerche internazionali<sup>12</sup> che può aiutare a comprendere meglio le conseguenze dell’uso di Internet sul comportamento dei giovani – e soprattutto dei giovanissimi – è quello che riguarda quale piattaforma social viene usata da questa fascia di popolazione.

I giovani under 25 fuggono dal tradizionale Facebook (Anderson, Jiang 2018) per spostarsi su altri social network quali i ‘classici’ YouTube, Instagram e Snapchat, ma anche i più innovativi Snow, ThisCrush o piattaforme musicali quali Musical.ly e il più recente TikTok.

È quello che tecnicamente si definisce il *context collapse* (Boyd 2014) perché, sostanzialmente, quale ragazzo vorrebbe condividere i propri segreti in un luogo dove ci sono anche i suoi genitori? O i colleghi dei suoi genitori? Oppure le insegnanti? Sono le caratteristiche stesse dell’ambiente (intense interconnessioni sociali) che spingono gli utenti a limitarne l’uso. E quindi, per sfuggire ai vecchi, i giovani cominciano a preferire altri contesti social che sono più omogenei perché frequentati principalmente da loro coetanei. Per intercettare i bisogni e i disagi di questa fascia di utenza, pertanto, come genitore, come insegnante, oppure come terapeuta non basta più aprire un profilo Facebook, ma occorre iniziare a presidiare altre piattaforme, conoscendone soprattutto le modalità d’uso.

Si tratta sostanzialmente di piattaforme che adottano linguaggi più vicini ai giovani – musica, stickers e selfie – e intercettano meglio i bisogni di socialità, di costruzione dell’identità ma anche di visibilità tipici di questa fascia d’età.

L’attrattività delle reti sociali per i giovani sta proprio nel fatto che queste consentono di fare nuove amicizie, sentirsi parte di un gruppo, provare l’effetto che si fa sugli altri attraverso il proprio profilo, ricevere feedback sulle opinioni “postate” e, in questo modo, sviluppare la propria identità. Internet permette di coltivare contatti con persone di tutto il mondo e di condividere virtualmente interessi comuni. Inoltre, online si è meno inibiti nell’allacciare contatti rispetto alla vita reale e si hanno quindi rapidamente tanti “successi”.

E’ chiaro che questa attrattività è maggiore quanto più la specifica piattaforma social adotta modalità d’uso che ‘tengono fuori’ gli adulti, che permettono di non essere disturbati o controllati.

Non tutti i social network che stanno prendendo piede sono però così innocui: soprattutto quelli che non si limitano a raccogliere ‘like’ ma consentono anche di esprimere commenti estesi<sup>13</sup>, spesso si trasformano in un covo di insulti e cyberbullismo, tanto da spingere il legislatore ad emanare una legge

---

<sup>11</sup> È una ricerca che ha coinvolto 1500 intervistati, tra i 15 e i 64 anni, residenti in Italia: un campione rappresentativo (per sesso, età e area geografica) degli iscritti ad almeno un canale social. L’obiettivo di questa ricerca è scoprire perché gli italiani usano i social media, quali sono i loro impieghi nella vita di tutti i giorni e comprendere come mutano gli orientamenti e le opinioni degli utilizzatori, di anno in anno. Disponibile a: <https://www.blogmeter.it/blog/blogmeter-presenta-la-terza-edizione-della-ricerca-italiani-e-social-media>.

<sup>12</sup> La Edison Research and Triton Digital, che monitora l’uso di Facebook dal 2008, ha registrato la prima inversione di tendenza nel 2018: il numero di americani d’età compresa tra i 12 e i 24 anni e che fa uso abitualmente di Facebook è calato da 82 a 65 milioni tra il 2016 e il 2017, e negli ultimi 2 anni il calo degli utenti attivi è stato pari a 15 milioni negli Stati Uniti (<https://www.edisonresearch.com/facebook-declines-first-time-infinite-dial-history/>).

<sup>13</sup> È il caso di ThisCrush, finita nel 2017 sotto l’attenzione dell’Osservatorio Nazionale sul Cybercrime, che con un messaggio su Facebook ha denunciato quanto avviene su questa applicazione.

di contrasto ad hoc nel maggio del 2017<sup>14</sup>, i cui punti cardine sono l'educazione continua nelle scuole e il coinvolgimento dei genitori, per creare maggiore consapevolezza nei ragazzi<sup>15</sup>.

Dagli studi fin qui riportati, infatti, emerge che i giovani sono in media molto abili nell'uso delle nuove tecnologie, ma ciò non significa che ne facciano un uso responsabile. La conoscenza e l'uso di accorgimenti tecnici per le impostazioni di sicurezza e privacy è relativamente basso: solo il 21% dei genitori predispone filtri e blocco ai siti e di questi solo il 15% tiene traccia della cronologia dei siti Web visitati.

Da qui la necessità di un ruolo diverso che gli adulti (genitori, insegnanti, figure di supporto anche psicologico) dovrebbero giocare a fianco delle nuove generazioni. Il problema però risiede nel notevole divario digitale che separa queste fasce d'età: l'epoca dei social è iniziata da meno di dieci anni ed ha scatenato una vera e propria rivoluzione nelle dinamiche relazionali che anche gli adulti, a giudicare da quanto si vede quotidianamente anche su piattaforme popolate da *vecchi* come Facebook o Twitter, devono ancora imparare a governare.

Le ricerche sull'uso di Internet da parte della popolazione italiana (GFK Italia, 2016) mostrano un sorprendente attivismo dei *Silver*, ossia gli *Active Agers*, gli ultrasessantenni che, pur non essendo nativi digitali mostrano un crescente interesse verso le nuove tecnologie, riproducendo le stesse tendenze già descritte nella popolazione nazionale: il 30% dei 65-74enni italiani accede a Internet; il 65% di chi utilizza uno smartphone o un tablet lo fa per accedere a piattaforme social.

Nelle cosiddette 'pantere grigie' prevalgono atteggiamenti di esplorazione, di voglia di fare e di socializzare. L'impegno in molteplici e variegate attività spazia dall'attivismo sociale, al divertimento e al viaggio più intraprendente, in logiche di *enjoyment* e valorizzazione etica della propria esistenza.

Si spiega così la crescita di utenti anziani di Facebook, che nel 2016 ha conosciuto un incremento del + 12%, a fronte di una crescita del +5% degli utenti tra i 13 e i 17 anni (GFK Italia, 2016).

Per la terza età, sebbene restino difficoltà di accesso, la rete si sta rivelando un'opportunità importante dal punto di vista relazionale e sociale.

Innanzitutto, secondo una ricerca condotta dall'Osservatorio Senior insieme all'Università Cattolica di Milano (2016) l'uso di Internet contribuisce a definire l'autopercezione dell'anziano: chi usa Internet si sente meno anziano di chi, a parità di sesso, età e altre caratteristiche socio-demografiche, non lo usa. Inoltre, i social networks servono da integratore sociale: l'aiuto offerto ai nonni dai figli e dai nipoti con Internet crea nuove occasioni relazionali in famiglia; i social consentono di ricostruire reti di relazioni con colleghi e amici del passato; la stessa condivisione di foto tra membri della famiglia distanti sia geograficamente sia a livello generazionale, ad esempio, aumenta le possibilità di dialogo attraverso una condivisione quotidiana.

L'approccio a strumenti tech migliora sicuramente le capacità cognitive e aiuta le persone a restare attive, riducendo perdita di memoria e di stimoli, emarginazione sociale e senso di isolamento o solitudine, ma è necessario un perfezionamento per quanto concerne le competenze. Il sociologo Nadio Delai, autore di *Internet over 60. Le tecnologie digitali per la generazione matura*, pone l'attenzione sul bisogno di sviluppare un nuovo genere di welfare, istituzionale, che si possa attivare concretamente in questa direzione, ossia nella possibilità, per gli enti locali soprattutto, di sviluppare politiche e servizi in grado di fornire assistenza all'innovazione e che possa eventualmente anche formare e riqualificare le persone. Servono strumenti strutturati, istituzionalizzati che tengano giovani e anziani uniti da un ponte di condivisione e conoscenza della rete.

In caso contrario, non mancano i rischi. L'esigenza di una maggiore visibilità online porta a intervenire sui social con maggiore frequenza, e ciò può creare sconvolgimenti di tipo familiare. Quando si diventa appassionati (*addicted*), infatti, si rischia l'assorbimento totale del proprio tempo in queste attività e possono anche nascere nuove relazioni con persone che mostrano interessi più affini e vicini,

---

<sup>14</sup> Legge 29 maggio 2017, n. 71, recante "Disposizioni a tutela dei minori per la prevenzione ed il contrasto del fenomeno del cyberbullismo", ma dopo 2 anni il bilancio della sua applicazione non è positivo: ilSole24Ore, 12 giugno 2019, *Cyberbullismo, cresce l'allarme ma la legge per ora resta sulla carta*; Avvenire, 5 giugno 2019, *Insulti in Rete. Cyberbullismo, ecco perché la legge non salva i ragazzi*.

<sup>15</sup> Dati del Telefono Azzurro relativi all'anno scolastico 2015-2016 forniscono una chiave di lettura allarmante: l'81% dei genitori minimizza il problema, il 49% dei professori non sa rendere consapevoli i genitori, il 20% sempre dei professori presenta difficoltà di comprensione del fenomeno e il 10% delle vittime ha pensato al suicidio.

che minano relazioni affettive di lungo corso. Non va dimenticato, da ultimo, il rischio delle frodi informatiche.

### 3. Internet e quotidianità: tra potenzialità e dipendenze

Il report “Global Digital Landscape” di Nielsen (2015) rileva come la connettività diffusa sia il nuovo stile di vita: il 76% degli intervistati si è dichiarato felice di poter essere connesso sempre e dovunque e nel 69% dei casi affermano che la comunicazione face-to-face sarà gradualmente sostituita da quella digitale.

Per le generazioni successive ai Millennials, poi, l’*Internet anytime, anywhere from any device* (Leotta et al., 2015) sarà qualcosa di scontato, un servizio del quale neanche rendersi più conto.

In questa pervasività delle ICT emergono bisogni nuovi espressi dal cittadino-digitale, che rappresentano una moderna interpretazione della piramide dei bisogni di Maslow<sup>16</sup>:

1) quello ad una *connessione stabile* e possibilmente gratuita, perché per l’individuo essere parte della “rete” è essenziale e non è ammessa alcuna interruzione;

2) quello del controllo sulla *georeferenzialità* o con funzionalità da remoto, perché l’orientamento sensoriale e il senso di controllo su se stessi e sull’ambiente viene sempre più spesso demandato a tecnologie quali ad esempio il GPS o applicazioni come i task manager o ancora i sistemi di remote control (per l’auto, per la casa, per anziani e bambini...);

3) il bisogno di *socialità* e di abbattimento delle distanze, che riguarda non solo l’utilizzo dei Social Network per obiettivi di relazionalità, ma anche lo sviluppo delle nuove tecnologie per assicurare l’assistenza remota e, nel prossimo futuro, la presenza virtuale;

4) infine, quello della *visibilità*, nel web, e dell’*autorealizzazione da possesso*, che corrisponde alla necessità di possedere strumenti ad alta tecnologia, non tanto per le effettive potenzialità d’uso degli stessi, quanto piuttosto per lo status symbol che essi incarnano.

A questi bisogni si affianca poi una trasformazione anche nelle scelte di consumo del cittadino-digitale, che registra un veloce spostamento verso la cosiddetta “economia dell’esperienza”: centrando le relazioni sul modello della condivisione, diventa rilevante ostentare il proprio status sociale attraverso “l’acquisto di esperienze” (viaggi, serate mondane, partecipazioni ad eventi, ecc.), piuttosto che collezionando beni di consumo materiali, che fino a qualche anno fa era irrinunciabili e identitari.

Questi dati, sia in termini di frequenza d’uso sia in relazione agli obiettivi perseguiti dagli utenti della navigazione della rete, non fanno altro che confermare le preoccupazioni manifestate già a metà degli anni Novanta dai primi studiosi che cominciarono a parlare di Internet Addiction Disorder<sup>17</sup>, ossia di quei disagi comportamentali generati dall’uso delle tecnologie digitali, che si configurano come una vera e propria dipendenza patologica da Internet, tanto da far suggerire loro l’inserimento della stessa nel DSM, il più diffuso manuale statistico-diagnostico dei disturbi psichiatrici<sup>18</sup>. Questo disturbo si manifesta con il bisogno di trascorrere sempre più tempo in rete, l’impossibilità di controllarne l’uso, lo sviluppo di depressione, ansia e pensieri ossessivi in seguito ad una sospensione dell’utilizzo e, nei casi più gravi, l’assiduo utilizzo per molte ore, senza pause, può indurre scompensi psicotici o portare alla morte (per complicanze cardiache) (Tonioni, Corvino, 2011).

Tra le tipologie di dipendenza connesse allo IAD abbiamo la *dipendenza cybersessuale*, ossia uso compulsivo di siti dedicati al sesso virtuale e alla pornografia; la *dipendenza cyber-relazionale*, per cui si preferisce instaurare rapporti d’amicizia o amorosi con persone conosciute sul web; la *net compulsion*, ossia comportamenti compulsivi che riguardano il gioco d’azzardo (*gambling online*), la partecipazione ad aste on-line, oppure il commercio in Rete; l’*information overload*, ovvero il disagio derivante dall’eccessiva disponibilità di informazione, che impedisce la capacità di assumere decisioni; infine la *Computer Addiction*, ossia la tendenza al coinvolgimento in giochi virtuali (*gaming disorder*), come per

---

<sup>16</sup> Maslow, A. H. (1973), *Motivazione e personalità*,. Roma: Armando Editore.

<sup>17</sup> I primi ad individuare nella dipendenza da Internet caratteristiche clinico-psicopatologiche simili ai disturbi da uso di sostanze oppure ai disturbi del controllo degli impulsi, come il gioco d’azzardo patologico, o ancora ai disturbi di tipo ossessivo-compulsivo e ai disturbi dell’umore, sono stati Ivan Goldberg, (1995), Kimberly Young, (1996).

<sup>18</sup> La dipendenza da Internet è presente con il nome di “Internet Gaming Disorder” nella sezione 3, riservata alle condizioni che richiedono ulteriori ricerche prima di essere formalmente considerate “disturbi”.

esempio i MUD's, (Multi User Dimensions – giochi di ruolo).

A queste poi si affiancano comportamenti disfunzionali non ancora diagnosticati come disturbi psicologici, ma che comunque compromettono la vita quotidiana degli individui, come la perdita di specifiche abilità (di memoria oppure di orientamento) semplicemente perché non le svolgiamo più manualmente o mentalmente, avendole delegate ai nostri diversi *devices* (in una sorta di *outsourcing della memoria*). Oppure lo *sleep texting*, ossia l'abitudine sempre più diffusa soprattutto tra i ragazzi di inviare messaggi online anche nel sonno<sup>19</sup>. O ancora, la tendenza a controllare compulsivamente il proprio cellulare: da una ricerca condotta da Skuola.net, Università di Roma 'Sapienza' e Università Cattolica di Milano per conto della Polizia di Stato<sup>20</sup>, in media, circa la metà degli studenti passa su Internet almeno 5-6 ore al giorno, con la stessa intensità sia durante la settimana sia nel week-end. I picchi sono ancora più alti tra chi ha meno di 19 anni. In base all'analisi, si stima che l'utente medio controlli tra le 10 e le 20 volte all'ora, in pratica fino a un check ogni 3 minuti, se gli sono arrivate - sullo smartphone o sul computer - nuove notifiche<sup>21</sup>.

Le nuove tecnologie, però, non hanno solo effetti negativi sulla vita delle persone. Diversi sono gli studi<sup>22</sup> che sottolineano la possibilità di Internet di esaltare le capacità degli individui migliorandone il vissuto: in particolar modo l'uso dei Social Networking Sites (SNS), può favorire la formazione e il mantenimento del capitale sociale, può facilitare le transizioni scuola-università-lavoro, può agevolare la ricerca di informazioni e l'organizzazione delle routines quotidiane. A fare la differenza verso un uso funzionale, piuttosto che problematico, di Internet sarebbe non tanto il fatto di essere nativi digitali o meno, quanto piuttosto fattori quali l'autostima, il supporto sociale, l'autocontrollo e la consapevolezza (Baiocco et al., 2014).

Lo stesso Marc Prensky (2010) dieci anni dopo, supera la vecchia contrapposizione di tipo anagrafico tra nativi digitali e immigrati digitali e introduce un nuovo profilo: quello del saggio digitale (*digital wisdom*) come risultato dell'interazione tra la mente umana e i nuovi strumenti che ha a disposizione: «Quello della saggezza digitale è un duplice concetto, poiché fa riferimento sia alla saggezza derivante dall'utilizzo del digitale per accedere all'abilità cognitiva al di là della nostra capacità innata, sia alla saggezza riferita all'utilizzo prudente della tecnologia per accrescere le nostre potenzialità» (ibidem, p. 18). Corrisponde, in questa accezione, al concetto di '*digital competence*' richiamato dalla Commissione Europea nella strategia per lo sviluppo del framework di conoscenze, skills e attitudini necessarie al pieno esercizio della cittadinanza europea<sup>23</sup>.

L'utilizzo del web si pone quindi a metà di un delicato equilibrio tra due modelli interpretativi che riguardano il rapporto tra l'uomo e gli artefatti: quello dell'uso funzionale<sup>24</sup> (Leont'ev in Baiocco et al., 2014) e quello dell'uso strumentalmente inverso<sup>25</sup> (Ekbia e Nardi 2012). La difficile gestione di questo equilibrio e il conseguente uso problematico del web è conseguenza dei sempre più labili confini tra vita online e vita off-line. Già Z. Baumann (2013) aveva definito questa condizione tipica della modernità parlando di tecnologie che creano identità mobili e liquide, tra il tempo online e quello offline. Tra questi non c'è una divisione netta, ma "saltelliamo" continuamente da una dimensione all'altra. Il tempo diventa fluido e rende meno nitidi i confini tra tempo libero e lavorativo, determinando così forti ripercussioni sulle nostre relazioni, da quelle sentimentali a quelle lavorative. Alcuni modi di fare della

---

<sup>19</sup> Lo rileva una ricerca condotta su 372 ragazzi dalla Villanova University, pubblicata sulla rivista *Journal of American College Health*: la maggior parte non aveva memoria del fatto di aver inviato messaggi o del loro contenuto. Le comunicazioni spedite sono spesso prive di senso, non danno risposte sensate a domande, e sono quindi più che pericolose, imbarazzanti.

<sup>20</sup> La Repubblica (10 maggio 2018), *Dipendenza da internet, il 45% degli studenti passa sul web almeno 6 ore al giorno*.

<sup>21</sup> Cfr. anche Campanella et al. 2015.

<sup>22</sup> Per una interessante rassegna si veda: Baiocco et al. 2014; Riva et al., 2012.

<sup>23</sup> La competenza digitale consiste nel saper utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione (TSI) per il lavoro, il tempo libero e la comunicazione. Essa è supportata da abilità di base nelle TIC: l'uso del computer per reperire, valutare, conservare, produrre, presentare e scambiare informazioni nonché per comunicare e partecipare a reti collaborative tramite Internet (vedi <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1315&langId=en> e anche <https://www.agid.gov.it/it/agenzia/stampa-e-comunicazione/notizie/2018/05/04/competenze-digitali-online-traduzione-italiana-del-quadro-competenze-europee-base>).

<sup>24</sup> Quando un artefatto è l'estensione fisica e/o mentale del corpo e delle abilità umane.

<sup>25</sup> Questo può determinare da un lato una progressiva dematerializzazione dell'essere umano, riducendolo ad un insieme di azioni finalizzate al mero funzionamento dello specifico sistema tecnico (come la ripetizione meccanica delle stesse azioni nel *gaming disorder*), dall'altro può esercitare una funzione totalizzante, che si esplica in un forte legame tra soggetto e artefatto in termini di frequenza e tempi di utilizzo.

vita online vengono traslati nella vita offline rendendo i rapporti più fragili, superficiali e fluidi<sup>26</sup> perché appunto cambiano status con grande facilità: *just moving the fingers*, ad esempio, possiamo aggiungere un amico oppure cancellarlo. Basta un click.

I possibili effetti negativi di Internet sulla vita offline, tuttavia, non sono conseguenza solo di specifici tratti di personalità degli individui, ma spesso sono causati dal modo in cui le tecnologie vengono progettate. A. Alter (2017) afferma che una buona parte dei prodotti e dei servizi hi-tech che utilizziamo più frequentemente possono produrre veri e propri fenomeni di dipendenza, del tutto simili a quelli causati dagli stupefacenti. La psichiatria utilizza già da un po' il concetto di "dipendenza senza sostanza", un approccio utile per spiegare fenomeni come il gioco d'azzardo compulsivo.

I social network, ad esempio, sono siti che fanno leva sul piacere psicologico che gli individui provano nel ricevere feedback positivi dal prossimo<sup>27</sup>: Facebook, con il tasto "like", consente agli utenti di incrementare e soprattutto quantificare numericamente la propria popolarità; Instagram, alimenta l'umana tendenza a mostrarsi e a confrontarsi soprattutto esteticamente con gli altri; Twitter, può addirittura inebriare qualora i nostri tweet vengano "retwittati" migliaia di volte.

Un altro caso significativo di dipendenza tecnologica indotta è quello dei videogiochi, soprattutto per quanto riguarda i *multiplayer online games*, in particolare quelli ambientati in articolati universi fantasy. A questi si accede pagando una quota periodica, che permette a milioni di persone di entrare in un mondo nel quale si possono conoscere – virtualmente, via chat – molti altri giocatori, con i quali si può poi partecipare a lunghe, estenuanti "missioni", che in molti casi diventano per i partecipanti una vera e propria ossessione.

La lista si allunga con i siti di shopping online, che spesso propongono consigli d'acquisto sulla base di un profilo di consumo costruito sui prodotti acquistati in precedenza.

Oppure i canali digitali di serie tv, come Netflix<sup>28</sup>, che genera dipendenza perché associa una caratteristica tipica delle serie tv (i "cliffhanger", ossia l'espedito narrativo di concludere l'episodio con una interruzione brusca in corrispondenza di un colpo di scena o di un altro momento culminante caratterizzato da una forte suspense) con la prassi di far partire in automatico il successivo episodio.

Non dimentichiamo poi i gadget digitali utilizzati nello sport, come i fitness watch, che trasformano le nostre prestazioni sportive in parametri quantitativi, e così facendo rischiano di innescare negli utenti comportamenti di tipo ossessivo orientati al continuo miglioramento, che però a volte non fanno ascoltare all'individuo i segnali di stanchezza inviati dal corpo.

Infine, non possono essere trascurate le derive pericolose sui Disturbi del Comportamento Alimentare, determinate da siti web<sup>29</sup> e applicazioni che propagandano comportamenti patologici, orientati al controllo ossessivo del peso corporeo da perseguire attraverso l'adozione di abitudini alimentari estreme: è il fenomeno dell'*apporessia*, che esaspera il controllo delle calorie ingerite attraverso le app.

#### **4. Come governare le prospettive di sviluppo della Rete: attori istituzionali e network sociali**

Le prospettive di sviluppo delle tecnologie digitali sono in rapida evoluzione e gli scenari di interazione uomo-macchina spesso determinano nuovi paradigmi sociali che richiedono specifiche strategie di governo.

Internet nasce con il cosiddetto Web 1.0, caratterizzato dalla fruizione di contenuti disponibili 'al dettaglio': i dati e le informazioni venivano pubblicati online ed era necessaria un'adeguata capacità di ricerca e selezione da parte dell'utente; non era prevista alcuna interazione tra utente e contenuto. Si è affermato poi il Web 2.0, incentrato proprio su questa interattività con l'utente, sulla condivisione, sulla partecipazione, che dà luogo a quello che è stato definito il 'web dinamico'. È diventato centrale, pertanto, il concetto di 'prosumer' (dalla crasi di producer e consumer): il consumatore è diventato

---

<sup>26</sup> Zygmunt Bauman parla a tal proposito di 'fragilizzazione' dei rapporti umani, con una riflessione che inizia già nella raccolta di saggi *Danni collaterali* (Laterza, 2013) e prosegue poi in *La vita tra reale e virtuale* (Egea, 2014).

<sup>27</sup> Un piacere psicologico individuale che poi viene ampiamente sfruttato a fini commerciali dalle singole piattaforme, alimentando la cosiddetta 'like economy' (Gerlitz, e Helmond, 2013).

<sup>28</sup> Piattaforma per la fruizione di contenuti multimediali d'intrattenimento che offre legalmente la visione di prodotti come film, serie TV, show, documentari in streaming su Internet, in modalità on demand.

<sup>29</sup> Si tratta dei cosiddetti siti pro-Ana, che sostengono l'anorexia come filosofia di vita, attraverso suggerimenti pratici e blog che spiegano come controllare il senso della fame, procurarsi vomito e velocizzare il dimagrimento.

produttore attivo di informazioni che vengono condivise su larga scala, soprattutto grazie ai sistemi di file sharing e ai social media, con una rivoluzionaria disintermediazione istituzionale dei contenuti.

L'evoluzione più recente del Web muove ora verso il '3.0', il Web of Things<sup>30</sup>. L'utente si aspetta che la produzione ed il consumo di contenuti e servizi avvenga con una continuità sia spaziale sia temporale rispetto alla propria esperienza quotidiana, in modo *seamless*, ininterrotto e proprio quando è interessante per l'utente, spesso senza che questo si attivi in una ricerca specifica. Per questo motivo il mercato sta progettando veri e propri 'ecosistemi digitali' (Fuggetta 2017): sistemi socio-tecnici distribuiti, adattativi e aperti basati su un protocollo di comunicazione standard che favorisce il dialogo tra soggetti differenti per condividere informazioni da poter mettere a disposizione della collettività. Gli attori di queste reti collaborano secondo le regole della *coopetition*: concordano nella definizione di regole e infrastrutture comuni e condivisi, ma poi competono nella produzione e offerta di servizi ai propri utenti-clienti con l'obiettivo di rendere sempre più continuativa l'esperienza digitale dell'individuo, a prescindere dai dispositivi usati, dai sistemi operativi di riferimento o anche di luoghi di connessione (casa o lavoro).

La crescente convergenza della vita digitale rispetto alla vita reale e la tendenza ad escludere la parola 'attesa' dal vocabolario del mondo digitale, accresce le aspettative degli utenti rispetto alle potenzialità della rete, che riguardano non solo l'*ubiquità*, ma anche la *personalizzazione* e la *semplicità d'uso*, spesso anche a costo della *privacy* (Leotta et al. 2015). La possibilità di ricevere servizi sempre più proattivi, il desiderio di sperimentare veri e propri 'assistenti digitali' che forniscono informazioni in tempo reale, ad esempio, sulle condizioni del traffico mentre ci rechiamo da casa al lavoro, incrociando parametri ambientali (lo stato del traffico) e personali (le routine di spostamento casa-lavoro), spinge gli utenti ad accettare l'acquisizione e il trasferimento di una sempre maggiore quantità di dati personali, sul proprio stile di vita e di consumo, a piattaforme online i cui termini di utilizzo non sono sempre trasparenti. Così come la necessità di velocizzare le transazioni online – anche quelle di tipo monetario – porta milioni di consumatori ad affidare i propri account a soluzioni di Password Management cloud-based, i cui livelli di sicurezza non sono accertati, oppure a non leggere i termini e le condizioni dei servizi sottoscritti.

Il consolidarsi di queste aspettative interessa tanto la sfera pubblica della vita dell'individuo, quanto quella privata.

Nella sfera pubblica chiama in causa le istituzioni, che possono avere un ruolo innanzitutto come attori della regolazione dell'innovazione tecnologica. Fondamentale è l'impegno dei diversi governi per garantire, ad esempio, la diffusione della banda larga per moltiplicare le possibilità di accesso alla rete: ma dieci anni di piani, comitati e risorse pubbliche (4 miliardi tra somme già spese e impegnate) non sono bastati a staccare l'Italia dalla coda dei ranking europei di sviluppo della banda ultralarga. È vero che in Italia la copertura della banda larga raggiunge il 90% delle famiglie e supera dunque la media dell'Unione, pari all'83%, tuttavia si registra un ritardo nella penetrazione dei nuovi servizi a banda larga veloce, con una percentuale del 15% della popolazione rispetto al 35% dell'UE (Agcom, 2019; European Commission 2019).

Altrettanto rilevante è il ruolo di promotore che le istituzioni possono giocare, ai diversi livelli, per avviare iniziative volte ad accrescere le competenze digitali nella popolazione<sup>31</sup> (a partire dalla scuola, per esempio, oppure da programmi specifici per la popolazione anziana). Così come, per riprendere le parole di Stefano Rodotà citate all'inizio di questo contributo, è fondamentale il ruolo del legislatore nella tutela della *privacy* con obiettivi specifici volti a regolare senza tuttavia censurare, in modo da tutelare le libertà individuali e collettive, l'accesso, l'uso non distorsivo né violento, la sicurezza della *privacy*, la neutralità della Rete, il diritto all'oblio (sintetizzati nella Carta di diritti in Internet approvata dal Parlamento nel 2015).

---

<sup>30</sup> E' una rete di dispositivi fisici con la capacità di trasferire i dati senza la necessità di interazione tra esseri umani o tra esseri umani e computer. Si tratta, ad esempio, di: case intelligenti (che regolano ad esempio il termostato, le luci, la musica), città intelligenti (che controllano ad esempio l'illuminazione stradale, i semafori, i parcheggi), automobili senza conducente, agricoltura intelligente (che combina i dati sull'umidità del suolo o sull'uso di pesticidi con tecniche avanzate di *imaging*).

<sup>31</sup> Secondo l'Indice DESI (European Commission 2019), in Italia le persone su dieci non utilizzano Internet abitualmente e più della metà della popolazione non possiede competenze digitali di base. Tale carenza nelle competenze digitali si riflette anche in un minore utilizzo dei servizi online: nel 2018 solo il 13% della popolazione ha presentato moduli online alla Pubblica Amministrazione.

Non va dimenticato, poi, che le istituzioni possono essere protagoniste anche nell'indirizzo delle modalità d'uso delle tecnologie digitali: come erogatori dei servizi pubblici infatti possono valorizzare le potenzialità del web sia nell'ascolto dell'utente sia in una maggiore customizzazione della relazione di servizio. Ma questo apre ad un altro filone di ricerca - sulla qualità dei servizi pubblici online, sulla qualità della comunicazione online delle istituzioni pubbliche al fine di garantire servizi pubblici efficaci (Franceschetti, 2011) - che esula da questa trattazione.

Relativamente al tema specifico di questo intervento, un ruolo fondamentale delle istituzioni pubbliche è senza dubbio quello di definire il problema percepito collettivamente in modo da pianificare poi misure adeguate di intervento nei diversi spazi di azione pubblica. Alcune istituzioni sovranazionali e nazionali sono impegnate nell'individuazione del *frame* cognitivo di riferimento, ma permangono ampi margini di incertezza: mentre l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha avviato dal 2014 un ampio confronto scientifico per valutare la possibilità di includere l'IAD nella categoria diagnostica delle dipendenze senza sostanze<sup>32</sup>, nello stesso anno il Dipartimento Politiche Antidroga della Presidenza del Consiglio dei Ministri<sup>33</sup>, invece, ha fatto propria la classificazione di dipendenza da Internet proposta da I. Goldberg.

In questo dubbio definitorio manifestato dalle istituzioni, si aprono ampi spazi di influenza in cui i protagonisti diventano i professionisti che operano per il benessere psicologico dell'individuo, del gruppo e della collettività, ossia gli psicologi e gli psichiatri. Trattandosi di un problema che ha radici nel più ampio processo dell'affermazione della Network Society e che chiama in causa la capacità di governo, da parte delle istituzioni, di un processo di cambiamento che richiede agli attori pubblici competenze e conoscenze che non sono sempre patrimonio delle culture organizzative nelle quali operano, le porte dell'arena decisionale si aprono inevitabilmente ad un forte protagonismo degli attori privati portatori di un sapere esperto, così come è stato già rilevato, ad esempio, nel caso dell'affermazione del paradigma dell'Open Government in Italia e allo sviluppo di politiche per la liberazione dei dati pubblici (Franceschetti, 2016).

La maggior parte degli articoli rinvenibili online su questo tema<sup>34</sup> sono pubblicati da organizzazioni professionali e associazioni di categoria che amplificano le preoccupazioni sulla diffusione di questo fenomeno nelle fasce giovanili della popolazione<sup>35</sup>. Queste comunità di professionisti figurano anche tra i principali promotori di eventi finalizzati ad incentivare una riflessione più profonda e condivisa sul problema e sugli strumenti clinici di intervento<sup>36</sup>. Un evento che, dal titolo, sembrerebbe avere sicuramente un promotore pubblico - la *1ª Giornata Nazionale sulle dipendenze tecnologiche e cyberbullismo* - è un interessante esempio di questo debole presidio del tema da parte delle istituzioni: l'attore pubblico (il Ministero dell'Interno<sup>37</sup>) è solo un partner<sup>38</sup>, un soggetto che ha raccolto una proposta ideata da un soggetto del privato sociale (Di.Te. - Associazione nazionale dipendenze tecnologiche) in collaborazione con un *think tank* di rilievo quale l'Università Politecnica delle

---

<sup>32</sup> Nel 2005 l'OMS ha inserito nel protocollo DMS-5 il disturbo da gioco d'azzardo, come primo disturbo non correlato all'uso di una sostanza, aprendo così la strada a studi comparativi che hanno rilevato similitudini comportamentali tra gioco su internet, disturbo da gioco d'azzardo patologico e disturbo da uso di sostanze. Mancando però ancora una definizione standard dello IAD è difficile determinare i dati di prevalenza con precisione (WHO, 2018).

<sup>33</sup> Disponibile su [http://www.governo.it/AmministrazioneTrasparente/BandiContratti/Archivio/accordi\\_pa/politicheAntidroga/01PROGETTO%20IAD-U.pdf](http://www.governo.it/AmministrazioneTrasparente/BandiContratti/Archivio/accordi_pa/politicheAntidroga/01PROGETTO%20IAD-U.pdf)

<sup>34</sup> Questa considerazione è frutto di una ricerca di sfondo compiuta in Rete, analizzando i contenuti dei link riportati nelle prime 2 pagine di Google, risultati dall'interrogazione del motore di ricerca attraverso diverse combinazioni delle seguenti parole-chiave *internet*, *web addiction*, *dipendenze digitali*. Sono stati selezionati solo i link riconducibili a siti web di soggetti istituzionali oppure di testate giornalistiche (sia nazionali sia locali), con l'obiettivo di censire: i principali attori citati nei testi, le relazioni messe in campo, le iniziative menzionate e le principali parole-chiave associate al fenomeno.

<sup>35</sup> Dire-Agenzia di stampa nazionale, 2018, *Allarme psichiatri: in Italia sono 300mila i giovani dipendenti da internet*; HuffingtonPost, 12 settembre 2018, *Gaming, gambling, social e porno. La dipendenza da Internet è più insidiosa delle droghe*. Intervista al prof. Gianluigi Gessa, neuropsicofarmacologo.

<sup>36</sup> L'Ordine degli Psicologi del Lazio ha dedicato il *Festival della Psicologia 2018* all'esplorazione dei processi trasformativi che hanno preso avvio con l'ultima rivoluzione tecnologica, focalizzando una sezione proprio su "Psicoterapia e Digital Life", ossia sulle possibili implicazioni che tale scenario ha sulla psicologia, in generale, e sull'intervento clinico e psicoterapeutico, in particolare (v. <https://festivalpsicologia.it>).

<sup>37</sup> <http://www.interno.gov.it/it/notizie/ad-ancona-prima-giornata-nazionale-dipendenze-tecnologiche-e-cyberbullismo>.

<sup>38</sup> Tanto che il Ministero si limita semplicemente a rilanciare la notizia dell'iniziativa sul proprio sito (<http://www.interno.gov.it/it/notizie/ad-ancona-prima-giornata-nazionale-dipendenze-tecnologiche-e-cyberbullismo>), mandando come rappresentante un funzionario locale, invece di un incarico di responsabilità politica dal centro.

Marche<sup>39</sup>.

Il fatto che lo Stato non riesca a presidiare lo spazio di azione pubblica relativo a questo problema sociale, perché non riesce a padroneggiare le maggiori conoscenze necessarie (tecnologiche come anche cliniche), determina il prevalere di una medicalizzazione del fenomeno dello stesso: il crescente interesse (*addiction*), soprattutto delle giovani generazioni, verso Internet viene argomentato in termini di disturbo, di patologia e, quindi, si propende per misure di intervento clinico per contenerne gli effetti negativi. In questo campo, le istituzioni pubbliche sembrano fare un deciso passo indietro rispetto al fenomeno, lasciando ai portatori di sapere esperto tanto la definizione del problema di policy quanto l'indicazione delle strategie di intervento: i criteri di notiziabilità dei media danno più spazio alle conseguenze negative di un uso disfunzionale della Rete, invece che alle potenzialità della stessa; e il bisogno crescente di una risposta efficace tra gli utenti – per la maggior parte genitori e insegnanti – mette sotto i riflettori perlopiù esperienze di cura, invece che di prevenzione, vissute in una dimensione individuale, piuttosto che collettiva. Non è un caso, quindi, che l'esperienza di intervento che ha più visibilità in rete rispetto alla possibilità di intercettare il problema e trattarlo adeguatamente è quella coordinata dal dott. F. Tonioni che dal 2009 ha fondato e dirige il primo Ambulatorio in Italia sulla Dipendenza da Internet, divenuto nel 2016 *Centro Pediatrico Interdipartimentale per la Psicopatologia da Web*, presso la Fondazione Policlinico Gemelli di Roma. La competenza clinica e la continuità temporale danno forza a questo intervento. Non altrettanto trasparente rispetto ad iniziative informative ed educative nelle scuole, ad esempio.

Significativo, tuttavia, è anche il numero di articoli che riconducono lo sviluppo di questi comportamenti di fruizione a rischio al tema della 'sicurezza in Internet'. In questi documenti, la presenza degli attori pubblici è più evidente, con un proliferare di iniziative che sembrano esprimere un intento quasi di regolazione del settore. È il caso delle attività promosse dal MIUR in collaborazione con il Consorzio Generazioni Connesse, nell'ambito del programma europeo "*Connecting Europe Facility*" (CEF)<sup>40</sup>, quali la pubblicazione di un Vademecum per la sicurezza in rete<sup>41</sup>, la promozione di campagne di comunicazione e di sensibilizzazione<sup>42</sup>, il finanziamento di attività di formazione rivolte alle comunità scolastiche, il rafforzamento di linee telefoniche dedicate all'emersione del disagio, ecc. Eppure, approfondendo la descrizione di queste attività nelle pagine web dedicate, emerge di nuovo la forte prevalenza degli attori non pubblici, specialmente dei cosiddetti *think tank*<sup>43</sup>, il cui interesse primario in questo caso non sembra essere quello economico, bensì quello della *reputation*, del riconoscimento tra pari, anche se associato al fine ulteriore di accreditarsi verso i potenziali destinatari del programma di intervento. Tra gli attori pubblici, invece, il ruolo centrale viene attribuito non tanto al Ministero dell'Istruzione quanto piuttosto alla Polizia di Stato<sup>44</sup> e, anche in questo caso, è il sapere esperto<sup>45</sup> a spostare l'ago della bilancia negli equilibri di potere tra istituzioni: viene importato il *frame* della sicurezza, della legalità e della sanzione in quello che viene solitamente vissuto dai giovani come un contesto di apprendimento e di socializzazione.

Sempre più importante rispetto a queste nuove "dipendenze senza sostanze" (nomobilefobia, IAD,

---

<sup>39</sup> <http://www.dipendenze.com/1giornata-nazionale-sulle-dipendenze-tecnologiche-cyberbullismo/>.

<sup>40</sup> Programma attraverso il quale la Commissione Europea promuove strategie finalizzate a rendere Internet un luogo più sicuro per gli utenti più giovani, promuovendone un uso positivo e consapevole (<https://www.generazioniconnesse.it/site/it/il-progetto/>).

<sup>41</sup> "Guida operativa per conoscere e orientarsi nella gestione di alcune problematiche connesse all'utilizzo delle tecnologie digitali da parte dei più giovani."

<sup>42</sup> Emblematico è il *Safer Internet Day, navigare senza rischi*, un'iniziativa nata in seguito alla celebrazione della giornata mondiale per la sicurezza in Rete istituita dalla Commissione europea, che si celebra il 6 febbraio in contemporanea in oltre 100 Paesi di tutto il mondo.

<sup>43</sup> Si tratta di associazioni di esperti (quali Save the Children, Telefono Azzurro, E.D.I. Accendiamo I diritti, Movimento di difesa del cittadino) o anche forum e media specializzati (come Skuola.net, DIRE agenzia di stampa nazionale), ma anche istituzioni accademiche (come l'Università degli Studi di Firenze e l'Università degli studi di Roma "La Sapienza").

<sup>44</sup> Una evidenza: nel Vademecum (cfr. nota 40), che dovrebbe essere l'artefatto con il quale viene diffusa tanto la definizione del problema di policy quanto le linee di intervento, il termine 'Polizia di Stato' ricorre ben 14 volte, il MIUR una sola volta.

<sup>45</sup> Con la legge di riforma dell'Amministrazione della Pubblica Sicurezza, la Polizia di Stato può contare sulla Polizia Postale e delle Comunicazioni quale "specialità" all'avanguardia nell'azione di prevenzione e contrasto della criminalità informatica. Del resto, si legge sul sito [http://www.poliziadistato.it/articolo/23393-Polizia\\_postale\\_e\\_delle\\_comunicazioni](http://www.poliziadistato.it/articolo/23393-Polizia_postale_e_delle_comunicazioni), il principale sforzo operativo della polizia Postale e delle Comunicazioni è nel continuo aggiornamento delle proprie conoscenze informatiche per fornire un'adeguata risposta alle sempre nuove frontiere tecnologiche della delinquenza.

vamping<sup>46</sup>, like addiction, gaming, phubbing<sup>47</sup>, ecc.) che cambiano le relazioni personali e sociali<sup>48</sup> è la possibilità di attivare reti di intervento a livello locale che, partendo dalla conoscenza del fenomeno, attivino gli attori del tessuto sociale per fornire interventi mirati.

È quanto ha fatto, ad esempio, l'Ufficio scolastico dell'Emilia-Romagna lo scorso anno, quando ha promosso una rilevazione specifica sul fenomeno dei 'ritirati scolastici'<sup>49</sup> partendo dalla considerazione che i dati della Sanità regionale e quelli dell'Ordine degli psicologici erano insufficienti a descriverlo.

Si tratta della prima azione di rilevazione delle situazioni di ritiro sociale, e dei suoi prodromi, effettuata in Europa da una amministrazione scolastica su base regionale, nel tentativo di dare una definizione più certa ad un fenomeno complesso e sfuggente, che interessa il tema di questo contributo perché dalla ricerca si evidenzia che pur essendo 'eremiti sociali', comunque la maggior parte di questi ragazzi mantiene contatti con i compagni di classe sui social (in 115 casi), al telefono (69), via email (16)<sup>50</sup>. In precedenza, gli unici dati raccolti erano quelli del Sistema Informativo dei Servizi di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza, che diagnosticavano solo casi di fobia sociale: ancora una volta una tematizzazione prettamente clinica del fenomeno. Questa indagine, invece, ha permesso di far emergere le reali dimensioni del fenomeno e, soprattutto, ha chiamato in causa le prime agenzie di socializzazione (la famiglia e la scuola), rilevando che molti ragazzi sono seguiti privatamente, da psicologi scelti dalle famiglie, e non dal servizio pubblico?.

## 5. Spunti di riflessione

Nello scenario fin qui descritto - in cui la quasi totalità dei cittadini è online, lo fa per più di 6 ore al giorno, preferibilmente da un dispositivo mobile, con una densa frequentazione delle piattaforme social, perseguendo obiettivi di socialità, visibilità e autorealizzazione che sfuggono al confine tra vita online e vita offline, che determinano sempre più spesso usi problematici delle tecnologie digitali, che a loro volta alimentano aspettative d'uso futuro orientate all'ubiquità, alla personalizzazione e alla semplicità d'uso, alle quali le istituzioni pubbliche danno risposte estemporanee e frammentate sul territorio - si fa spazio la possibilità di ricorrere al modello di rete di azione pubblica per governare gli effetti collaterali della Rete.

Sembra che la strada da percorrere sia quella di una rete di attori pubblico-privati, una rete multilivello, multiprofessionale e interdisciplinare.

Non si tratta, in questa sede, di mettere in contrapposizione gli interventi pubblici e quelli privati messi in campo per arginare le derive patologiche del fenomeno, quanto piuttosto di rilevare le possibili 'connessioni' tra istituzioni competenti ai diversi livelli amministrativi e professionisti privati, operanti in diversi settori della vita dell'individuo (dalla sanità, all'educazione, al sociale, alla sicurezza) in modo da attivare network di intervento in grado di affrontare il fenomeno nella sua complessità e articolazione.

Il caso della Regione Emilia Romagna mostra l'importanza di una rete locale con queste caratteristiche, tanto per l'intercettazione del disagio quanto per la costruzione di una diagnosi adeguata che vada oltre il *framing* della 'scuola digitale' normativamente intesa<sup>51</sup> e oltre il binomio 'Internet e sicurezza'.

Occorre superare pertanto la visione prettamente strumentale delle nuove tecnologie, così come la tradizionale dicotomia 'apocalittici vs integrati' nei confronti di Internet.

Come affermava Baumann (2013), la pericolosità di Internet non deriva dallo strumento in sé, bensì dall'uso che se ne fa. Allora è evidente che non basta promuovere gruppi di lavoro per la diagnosi e il recupero dei comportamenti patologici connessi all'utilizzo delle nuove tecnologie, perché questi, pur

---

<sup>46</sup> E' l'abitudine degli adolescenti di navigare di notte per chattare e controllare i profili social.

<sup>47</sup> E' un termine recente nato dalla fusione delle parole «phone» (telefono) e «snubbing» (snobbare) e si riferisce all'atto di ignorare il proprio interlocutore in un contesto sociale concentrandosi sul proprio smartphone. Un'azione che secondo una ricerca pubblicata sul *Journal of Applied Social Psychology*, rappresenta una forma di esclusione sociale che crea disagio e malessere (Chotpitayasunondh, 2018).

<sup>48</sup> Corriere della Sera, 14 maggio 2019, *In famiglia con lo smartphone: tutti insieme (silenziosamente)*.

<sup>49</sup> Un questionario è stato compilato tra febbraio e maggio 2018 da 687 scuole tra statali (515) e paritarie (172) primarie e secondarie di I e II grado dell'Emilia-Romagna. Sono state rilevate 346 segnalazioni (164 maschi e 182 femmine), la maggior parte in scuole superiori, con alunni che hanno fatto dai 40 giorni di assenza (67 casi) fino a oltre i 100 giorni in un anno (58) (vedi <http://istruzioneer.gov.it/wp-content/uploads/2018/11/2018-nov-6-alunni-ritirati-in-casa-ALLEGATO.pdf>).

<sup>50</sup> Va comunque ricordato che su 346 casi, 112 dichiarano di non mantenere alcun contatto con l'esterno.

<sup>51</sup> Il Piano Nazionale Scuola Digitale è un pilastro fondamentale della Buona Scuola (legge n. 107 del 2015).

avendo come animatori validi professionisti che operano per il benessere psicologico della persona, non riescono ad uscire dalla dimensione individuale dell'intervento (al più, di piccoli gruppi).

Occorre agire anche in una prospettiva collettiva e attivare reti di intervento che agendo preventivamente, siano orientate a costruire e rafforzare quella 'saggezza digitale' che consente alle giovani generazioni (ma anche alle fasce più mature della popolazione, con progetti specifici) non solo di utilizzare meccanicamente le nuove tecnologie, ma anche di districarsi nell'infinita messe di informazioni che alimentano la Rete. Il pensiero umano per sua natura non è lineare, ma si dipana tra le continue stimolazioni dell'ambiente esterno e delle emozioni interne, e le tecnologie digitali non fanno altro che accentuare questa caratteristica, con l'overload di informazioni e stimoli che offrono. Se è vero che solo chi possiede una solida cultura di base, con forti categorie interpretative può orientarsi nel mondo – tanto reale quanto virtuale – la scuola è la principale istituzione chiamata a fornire alle nuove generazioni strumenti culturali sufficientemente solidi da sorreggere le nuove strutture interpretative tanto per la costruzione di senso rispetto al contesto quanto per la costruzione dell'identità personale e sociale.

## Riferimenti bibliografici

- AGCom (2019), *Relazione annuale 2019 sulle attività svolte e sui programmi di lavoro*, Retrieved from: <https://www.agcom.it/documents/10179/15548181/Documento+generico+11-07-2019/f5048ae5-0f58-4b0d-8a5e-9c4cbf9d68eb?version=1.3>.
- Alter A. (2017), Tech Bigwigs Know How Addictive Their Products Are. Why Don't The Rest Of Us?, *Wired* 03.24.17, Retrieved from: <https://www.wired.com/2017/03/irresistible-the-rise-of-addictive-technology-and-the-business-of-keeping-us-hooked/>.
- Anderson M. and Jiang J. (2018), *Teens, Social Media and Technology 2018*, Pew Research Center, May 2018, Retrieved from: <https://www.pewinternet.org/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>
- Audiweb Trends (2017), *La diffusione di Internet in Italia – giugno 2017*, Retrieved from: <http://www.audiweb.it/metodologia/dati/archivio/sintesi-dei-dati-giugno-2017.html>
- Baiocco L., Benevenuti M., Cannata D., Fossi E., Mazzoni E. e Zanazzi L. (2014), Vita online e vita offline: come Internet agisce sul nostro agire quotidiano, *Media Education Studi e ricerche Erickson*, Vol. 5, n. 2, anno 2014, pp. 131-148
- Baumann Z., (2013), *Danni collaterali. Diseguaglianze sociali nell'età globale*. Roma-Bari: Laterza.
- BlogMeter (2018), *Italiani e social media*, Retrieved from: <https://www.blogmeter.it/it/eventi/blogmeter-presenta-la-ricerca-italiani-e-social-media-seconda-edizione>.
- Boyd, D.. (2014) *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. New Haven, London: Yale University Press.
- Bragazzi N.L. and Del Puente G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. In *Psychology Research and Behavior Management*. 7:155-160
- Campanella M., Mucci F., Baroni S., Nardi L. and Marazziti D. (2015), Prevalence of Internet addiction: a pilot study in a group of italian high-school students, in *Clinical Neuropsychiatry* 12 (4): 90-93.
- Chotpitayasunondh V. and Douglas K. M. (2018), The effects of "phubbing" on social interaction, *Journal of Applied Social Psychology*, 48 (6): 304-316.
- Delai N. E., (2011), *Internet over 60. Le tecnologie digitali per la generazione matura*. Milano: Franco Angeli.
- Di Gregorio L. (2003), *Psicopatologia del cellulare. Dipendenza e possesso del telefonino*. Milano: Franco Angeli.
- Dixit S., Shukla H., Bhagwat A., Bindal A., Goyal A., Zaidi A.K. and Shrivastava A. (2010), A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India., *The Indian Journal of Community Medicine* 35 (2): 339-41.
- Ekbja. H. and Nardi, B. (2012). Inverse Instrumentality: How Technologies Objectify Patients And Players. In Leonardi, P. M., Nardi, B. and Kallinikos, J., editors, *Materiality and Organizing: Social Interaction in a Technological World*. Oxford University Press, pp. 157–176
- European Commission (2019), *The Digital Economy and Social Index*. Retrieved from: <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/desi>.
- Franceschetti L. (2011), *L'amministrazione in rete: uno sguardo sociologico. la comunicazione online in sanità*, Milano: Franco Angeli.
- Franceschetti L. (2016), The Open Government Data Policy as a Strategic Use of Information to Entrench Neoliberalism? The Case of Italy. In *Partecipazione e conflitto*, 9 (2): 517-542.
- Fuggetta A. (2017), *La costruzione degli ecosistemi digitali*, Innovation Paper, dicembre, Cefriel Politecnico di Milano.
- Gerlitz, C., and Helmond A. (2013), The Like Economy: Social Buttons and the Data-intensive Web. *New Media & Society* (February 4).
- GFK Italia (2016), *Millennials e Silver. La nuova alleanza*, 5Minuti Magazine GFK. Retrieved from: [https://www.gfk.com/fileadmin/user\\_upload/dyna\\_content/IT/documents/5minuti\\_Ottobre\\_2016.pdf](https://www.gfk.com/fileadmin/user_upload/dyna_content/IT/documents/5minuti_Ottobre_2016.pdf)
- Goldberg I. (1995), *IAD*. Retrieved from: <http://www.iucf.indiana.edu/brown/hyplan/addict.html>.
- Greenfield D.N. and Davis R.A. (2002), Lost in cyberspace: the web @ work. In *Cyberpsychol Behaviour*, 5 (4): 347-53.
- King A.L., Valença A.M. and Nardi A.E. (2010), Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: reducing phobias or worsening of dependence?, In *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23 (1): 52-4.
- Leotta G., Masciarelli A. and Somma A. (2015), *I nuovi bisogni della digital life*, Tim Notiziario Tecnico, 3.

- Mattei M.G. (2014) a cura di, *Zygmunt Baumann. La vita tra reale e virtuale*, Meet the Media Guru, Egea.
- Nielsen (2015), *Digital Landscape and The Impact of TV Everywhere*, (tr. it. *La guerra degli schermi. La battaglia per la visibilità in un mondo dominato dalla tv*). Retrieved from: <https://www.nielsen.com/it/it/insights/article/2015/digital-landscape-and-the-impact-of-tv-everywhere/>
- Olivencia-Carrión, M., Ferri-García, R., Rueda, M., Jiménez-Torres, M., and López-Torrecillas, F. (2018), *Temperament and characteristics related to nomophobia*. In *Psychiatry Research*, 266: 5-10.
- Osservatorio Senior – Università Cattolica Milano, (2016), *Un ritratto dei nuovi Senior: generazioni a confronto*. Retrieved from: <http://osservatoriosenior.it/generazioni-a-confronto/>
- Prensky M. (2010), H. Sapiens Digitale: dagli Immigrati digitali e nativi digitali alla saggezza digitale. In *TD-Tecnologie Didattiche*, 50: 17-24.
- Prensky M., (2001) Digital Natives, Digital Immigrants Part 1, In *On the Horizon*, 9 (5): 1-6.
- Riva G., Banos R. M., Botella C., Wiederhold B. K. and Gaggioli A. (2012), Positive technology: Using interactive technologies to promote positive functioning. In *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15 (2): 69– 77.
- Tams S., Legoux R. and Léger P.M. (2017), Smartphone withdrawal creates stress: A moderated mediation model of nomophobia, social threat, and phone withdrawal context. In *Computers in Human Behavior* 81: 1-9.
- Tonioni F. e Corvino S. (2011), Dipendenza da Internet e psicopatologia Web- mediata, in *Recenti Progressi in Medicina*, 102 (11): 417–420
- We Are Social, Hootsuite (2019a), *Global Digital Yearbook for 2019*. Retrieved from: <https://wearesocial.com/global-digital-report-2019>
- We Are Social, Hootsuite (2019b), *Global Digital Yearbook for 2019. Italia*. Retrieved from: <https://wearesocial.com/it/digital-2019-italia>
- WHO (2018), *Public health implications of excessive use of the Internet and other communication and gaming platforms*. Retrieved from [https://www.who.int/substance\\_abuse/activities/addictive\\_behaviours/en/](https://www.who.int/substance_abuse/activities/addictive_behaviours/en/)
- Young K. S., (1996), Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. In *CyberPsychology and Behavior*, 1 (3): 237-244.