

LA DIPENDENZA DAL CELLULARE (dipendenza dalle tecnologie)

Definizione:

Come la televisione ed il computer, il telefonino rappresenta uno strumento tecnologico di crescente utilizzo che, come dimostrano recenti e numerosi studi, è anche un oggetto verso il quale si può sviluppare **una vera e propria forma di dipendenza**.

La dipendenza da cellulare è un disturbo relativo al controllo degli impulsi.

in alcuni paesi, è già diventata una **“malattia sociale”** e che è stata definita

“telefonino-dipendenza”, “cellularomania” o “cellulare-addiction”.

Un po' di storia:

Inizialmente il cellulare era uno strumento essenziale, alla portata di pochi, il cui possesso assolveva alla funzione di rendere costantemente rintracciabili in tempo reale un numero privilegiato di utenti **“socialmente impegnati ed importanti”**.

Ben presto il cellulare ha cominciato a rispondere e ad alimentare il bisogno comune di essere vicini, superando i confini dello spazio e del tempo, trasformando profondamente le possibilità delle relazioni quotidiane, favorendo la possibilità di aumentare le occasioni di intimità e, talvolta, anche quelle di violazione della libertà e degli spazi personali.

Il cellulare oggi è uno strumento che accompagna ogni momento della giornata e che aiuta ad organizzare ed a gestire ogni momento della vita, dal lavoro (con le agende, le sveglie, le rubriche, l'orologio) ai momenti di svago (con i giochi, le fotocamere, le videocamere).

Attraverso il telefonino ci si può avvicinare o allontanare dagli altri: ci si può proteggere dai rischi dell'impatto emotivo diretto, trovando una risposta alle proprie insicurezze relazionali, alla paura del rifiuto ed ai sentimenti di insicurezza; ma ci si può altresì mantenere vicini e presenti costantemente alle persone a cui si è legati affettivamente, gestendo l'ansia da separazione e la distanza, costruendo un “ponte telefonico” che attraversa infiniti spazi in pochissimo tempo.

I rischi dell'abuso di queste funzioni sono maggiori nei **ragazzi, in quanto l'età evolutiva** è il momento dell'apprendimento delle modalità di contatto sociale reale e delle capacità di controllo degli impulsi e delle emozioni

La comunicazione attraverso il telefonino, infatti, potrebbe finire per divenire l'unica capacità di mettersi in relazione con l'altro.

I genitori invece, sempre più spesso sostenitori del precoce possesso del telefonino da parte dei bambini e ragazzi, trovano nel telefonino una risposta al proprio bisogno di restare costantemente presenti nella vita dei propri figli, adoperando il cellulare come ciò che è stato **definito un “guinzaglio tematico”** (Carlini R., Cozzolino G.).

Secondo un recente studio realizzato dalla **Childalert**, l'associazione americana di aiuto per i genitori, dietro questo traffico telematico c'è la necessità da parte dei ragazzi di definire la propria identità.

Ma Con il cellulare è comparso anche un nuovo stile comunicativo: SMS, MMS, Videochiamate. Nulla di tutto questo c'era prima dell'avvento del cellulare.

L'SMS è diffusissimo tra i giovani, ma anche gli adulti ne fanno ampio uso e il suo impiego ha determinato un nuovo modo di scrivere, abbreviato, sintetico. Il messaggio arriva subito e molto semplicemente e velocemente possiamo far sapere al destinatario ciò che vogliamo.

Una dipendenza, questa, che provoca irascibilità e disturbi dell'umore, che conduce alla perdita progressiva del lessico e alla capacità di parlare. Ragazzi che si rifugiano in un linguaggio simbolico e sintetico, che comunicano attraverso abbreviazioni dimenticando la parola.

L'allarme arriva da Ernesto Caffo, presidente di Telefono Azzurro in un convegno sui sistemi di cura in neuropsichiatria dell'infanzia.

Ricevere un SMS significa essere "importanti per qualcuno".

Questa consapevolezza aiuta ad aumentare la propria autostima e accresce la considerazione di se stessi. Il cellulare favorisce l'identificazioni tra coetanei e rende le comunicazioni più facili.

Il vero grido di allarme arriva dalla **Danimarca**, dove una clinica ha appena aperto una sezione per curare pazienti dipendenti, appunto, da sms, all'interno di un istituto già specializzato nella disintossicazione di persone schiave del gioco, o assoggettate ad Internet.

Sintomi:

Questa dipendenza si costruisce e si autoalimenta in assenza di qualsiasi sostanza producendo le stesse conseguenze delle cosiddette tossicodipendenze

- impossibilità di resistere all'impulso di compiere un determinato comportamento;
- sensazione crescente di tensione immediatamente precedente l'inizio dell'atto;
- tentativi ripetuti di ridurre, controllare o eliminare il comportamento;
- reiterazione del comportamento nonostante la consapevolezza che lo stesso possa causare problemi; bisogno di aumentare l'intensità o la frequenza dell'atto;
- agitazione o irritabilità in caso di impossibilità di effettuare quel comportamento

La cura

Il punto di fondo è lavorare sul sintomo, per aiutare la persona a liberarsi del vizio del gioco, del tabacco, dell'alcool o di altro.

Guarito il sintomo però si devono indagare le cause profonde.

Altrimenti, guarito da quella droga, il soggetto, prima o poi, scivolerà verso un'altra forma di "dipendenza".

La "cura" la suggerisce **Giovanni Bollea**, neuropsichiatra infantile.

I genitori, consiglia Bollea, devono sostenere i loro figli, "dargli fiducia, alimentare la loro cultura e valorizzare i loro lati positivi".

No, invece, al permissivismo che può essere "un boomerang". I figli conclude Bollea, hanno bisogno di "colloquio, ascolto, sostegno".

*Secondo Ernesto Caffo, presidente di Telefono Azzurro, è solo l'ultima delle sindromi che colpiscono gli adolescenti **Adolescenti, dipendenza da smsnuovo segno di disagio mentale.***

L'allarme dell'Organizzazione mondiale della sanità: un minore su cinque soffre di disturbi mentali

ROMA martedì 13.05.2008

- Una nuova sindrome fa il suo esordio e colpisce soprattutto i ragazzi: è la dipendenza dagli sms, i messaggi telefonici. Una dipendenza che provoca irascibilità e disturbi dell'umore, che conduce alla perdita progressiva del lessico e alla capacità di parlare. Ragazzi che si rifugiano in un linguaggio simbolico e sintetico, che comunicano attraverso abbreviazioni dimenticando la parola.

L'allarme arriva da Ernesto Caffo, presidente di Telefono Azzurro che oggi ha presentato il convegno sui sistemi di cura in neuropsichiatria dell'infanzia e adolescenza