

*Ordine degli Psicologi  
della Liguria*

Genova, 19 maggio 2024

All'attenzione della II Commissione Consiliare  
Salute e Sicurezza Sociale  
REGIONE LIGURIA

Prot. 412/2024/s

Gentilissime e gentilissimi Consigliere/i,  
ringraziando per l'invito poniamo alcune riflessioni e proposte sul D.D.L. n. 80 ( di iniziativa dei Consiglieri regionali Russo, Balleari, Manucci) "Disposizioni per la prevenzione e la cura delle dipendenze derivanti dall'utilizzo degli strumenti informatici e della rete: Nomofobia e Internet addiction disorder".

Come ben sottolineato nella proposta di legge su cui oggi siamo stati chiamati a riflettere, la tecnologia gioca un ruolo importante nella vita dei giovani.

La Rete è per i giovani tessuto connettore, occasione di esercizio di cittadinanza e responsabilità, ma si configura come arma a doppio taglio, poiché un suo uso improprio può causare malessere psicologico, fino all'insorgenza di disturbi veri e propri.

I dati ci mostrano infatti come Nomofobia e Internet Addiction Disorder siano fenomeni in espansione, e riteniamo quindi fondamentale, in una prospettiva di tutela della popolazione giovanile, mettere in campo interventi di presa in carico e trattamento, da parte del servizio pubblico, di coloro che hanno sviluppato questi tipi di problematiche.

Nondimeno, riteniamo necessaria un'azione di prevenzione, che si traduca in un'educazione a un uso consapevole della rete e della tecnologia, in modo da evitare lo sviluppo di comportamenti problematici e/o a rischio connessi all'interazione con il mondo digitale.

I media necessitano infatti di un processo di alfabetizzazione: occorre promuovere competenze per utilizzarli e per sviluppare, rispetto a essi, un pensiero critico e responsabile.

*Ordine degli Psicologi  
della Liguria*

E' opportuno quindi offrire alle nuove generazioni le chiavi per la comprensione del mondo digitale, fornendo loro informazioni e strumenti per affrontare i rischi associati all'uso di Internet e dei social media - come il cyberbullismo, la dipendenza da Internet, il sexting - e sostenendo l'uso dei media in modo creativo e positivo.

L'introduzione di strategie di Media Education, la cui finalità è sviluppare nei giovani una informazione e comprensione critica circa la natura dei media e le tecniche da questi impiegate per costruire messaggi e produrre senso, riteniamo possa essere una delle possibili strategie di prevenzione dei disturbi psicologici connessi a un uso improprio delle nuove tecnologie e dei loro linguaggi.

Particolarmente interessante ci sembra, in ottica preventiva, la recente adozione di metodologie che prevedono l'integrazione di metodi e tecniche di Peer Education (i pari giocano un ruolo cruciale, poiché sono in grado di relazionarsi in modo diretto con i loro coetanei e di condividere con loro esperienze e informazioni) con gli approcci e gli strumenti della Media Education (Ottolini & Rivoltella, 2014).

Fondamentale, in questo ambito, appare il coinvolgimento della scuola, contesto privilegiato per lo sviluppo personale e sociale dei giovani. Riteniamo inoltre sostanziale l'estensione dell'intervento fino a comprendere la famiglia e i contesti informali in cui i giovani spendono il proprio tempo libero.

In Italia sono molte le esperienze di Media Education. Fra le altre, quelle condotte dal CREMIT (Centro di Ricerca sull'Educazione ai Media all'Innovazione e alla Tecnologia) dell'Università Cattolica, fondato da Pier Cesare Rivoltella, uno dei maggiori esperti di Media Education in Italia.

Anche la Liguria ha visto, negli ultimi anni, mettere in campo sia azioni di formazione degli operatori sia progetti di intervento rivolti alla popolazione giovanile. Ricordiamo diversi percorsi formativi sulla Media Education promossi da alcune ASL, oltre a progetti proposti da altri enti e istituzioni e da realtà del terzo settore. Non possiamo quindi che apprezzare l'attenzione che viene data a queste tematiche da parte dei decisori politici. Riteniamo infatti che sia importante definire linee guida regionali e delineare strategie comuni ai diversi territori, in modo da sistematizzare gli interventi e

*Ordine degli Psicologi  
della Liguria*

mettere a fattore comune conoscenze e competenze. Confidiamo inoltre che questa sensibilità si traduca nella individuazione e nell'allocazione di risorse dedicate a questo ambito.

L'Ordine degli Psicologi della Liguria conferma quindi la propria disponibilità a contribuire alla implementazione delle strategie individuate dalla proposta di legge sulla prevenzione e cura delle dipendenze derivanti dall'utilizzo degli strumenti informatici e della rete, nella convinzione che sostenere i bambini/e e i ragazzi/e nella comprensione di una società digitale in continua evoluzione contribuisca alla promozione del loro benessere.

Alcune note al D.D.L presentato:

La parola "malattie" su cui sembra basarsi la proposta di legge non inquadra del tutto, a nostro giudizio, la trasversalità di un fenomeno che può incontrare e favorire differenti livelli e forme di malessere. E' un malessere che di questi tempi può sfumare nella "normalità" per la diffusione, in aumento dai tempi della pandemia in poi, che ha valorizzato il potenziale salvifico della rete nell'immaginario di tutti noi.

In quest'ottica riteniamo utile, più che pensare a una "rieducazione", progettare prevenzione e promozione di stili di vita salutari.

Tra gli effetti nocivi non menzionati dell'abuso di dispositivi ci sono la riduzione del sonno e l'incremento dei disturbi dell'attenzione nei soggetti predisposti.

Tra le 5 tipologie di dipendenza menzionate manca qualcosa di ulteriore al gaming, ossia l'aumento del gioco d'azzardo che riguarda anche i giovanissimi, a partire dalle scommesse (soprattutto sportive) online, fino agli anziani.

Nel documento viene riportato giustamente che "l'uso e l'abuso di internet in particolare dei ragazzi risulta esser sempre più ossessivo e dipendente dal momento che essi sembrano non avere altri svaghi e distrazioni". Concordiamo su quanto affermato, ma ciò che è mancato finora è proprio un programma che sviluppi concretamente alternative, intrattenimento, occasioni aggreganti e coinvolgenti per i giovani, luoghi in cui sperimentare giochi sani, musica, sport,

*Ordine degli Psicologi  
della Liguria*

espressioni artistiche; luoghi ad accesso gratuito, che favoriscano relazioni non virtuali, sul territorio.

Pertanto riteniamo fondamentale da un lato istituire progetti in cui vengano creati spazi ricreativi sul territorio ad hoc (in sinergia con le strutture del Terzo settore) per adolescenti e i giovani adulti partendo da un coinvolgimento attivo degli stessi, coadiuvati dagli adulti, come avviene nei progetti formativi peer to peer, dove i ragazzi si fanno parte attiva e rappresentativa delle vicende dei coetanei.

Dall'altro riteniamo che il potenziamento e il lavoro in rete dei SerD, con altri servizi psicologici quali lo psicologo nell'assistenza primaria e nella scuola, possano intercettare le forme di disagio a livello subclinico prima che sfocino in psicopatologia depressiva con ritiro sociale o blocchi evolutivi, intervenendo anche attraverso un sostegno alla genitorialità.

Alla luce dell'esperienza maturata gli adolescenti che sviluppano le dipendenze tecnologiche più preoccupanti hanno quasi sempre un contesto familiare in sofferenza, con genitori che non riescono a decodificare le richieste e i bisogni dei figli, né a dare limiti e contenimento durante le crisi.

Tutto questo fermo restando l'importanza di interventi di prevenzione e formazione all'utilizzo sano di tutte le potenzialità della rete e della tecnologia.

Cordiali saluti

La Presidente

Dott.ssa Mara Fiaschi

