

LA STORIA

Baby schiavi del web
 in aumento
 nasce task force
 per disintossicarli

Il centro a Roma
 lezioni ai genitori

CILLIS E DE LUCA A PAGINA 23

PER SAPERNE DI PIÙ
www.policlinicogemelli.it
www.psychiatryonline.it

La storia

Arrabbiati e silenziosi i baby drogati del web “Ecco come li salviamo”

A Roma un centro per i bambini schiavi della Rete
 “Tablet, pc e telefonini, controllate i vostri figli”

MARIA NOVELLA DE LUCA

ROMA. Attenti alla loro rabbia, attenti alla loro solitudine. Attenti al loro (troppo) silenzio, al Pc sempre acceso, alla tv senza orari, al tablet sotto il cuscino, alla richiesta continua “mi dai il telefono” non appena si affaccia l'ombra della noia, o di un'attesa senza distrazioni. Tutti questi segnali potrebbero anticipare qualcosa di più serio, annunciare che a otto, nove, dieci anni un bambino può essere già un baby prigioniero del web, un potenziale auto-recluso, un adolescente da classificare, domani, come Internet-addicted.

Non è allarmismo antitecnologico, ma un monito che arriva da una delle più qualificate équipes che da tempo cerca di curare i “malati” della Rete, finora adulti e adolescenti, oggi, purtroppo, anche bambini. Per questo l'ambulatorio del Policlinico Gemelli per la cura delle dipen-

denze da Internet, diretto dallo psichiatra Federico Tonioni (1200 visite in sei anni) ha deciso di creare una task-force pediatrica e interdisciplinare per intercettare, «prima che sia troppo tardi i futuri drogati del web». Molto, se non tutto, comincia infatti nella prima infanzia. Un'insieme di abitudini sbagliate, di buchi di attenzione, di vuoti familiari, che via via creano una “cattiva educazione tecnologica” anticamera spesso di problemi più gravi. L'autoreclusione appunto, «simile al fenomeno degli Hikikomori giapponesi».

«La questione di fondo è la mancanza di comunicazione emotiva fra genitori e figli», ha spiegato Federico Tonioni, responsabile dell'area delle dipendenze del Gemelli. «Siamo di fronte ad una generazione di adulti che non riescono ad avere un rapporto, nemmeno conflittuale, con i propri figli». Un silenzio del cuore dunque. Ma le

ragioni dell'Internet-dipendenza per Tonioni però vanno ricercate ancora prima. «Così come si faceva con la televisione, sono stati proprio i genitori per primi a utilizzare il web come baby siter dei loro figli. Quante volte ho sentito ripetere la frase, agghiacciante, che i piccoli quando sono davanti al computer “non si vedono e non si sentono”. Ma i ragazzini si devono vedere e sentire, giocare, muoversi, essere fisici». Invece ciò che sta accadendo, complice la potenza ipnotica della tecnologia, è l'avanzare di una generazione di bambini sempre più fermi, (fino a sette ore di video e tv al giorno) abituati ad interagire più con lo schermo che con i propri compagni, con il sonno disturbato, la postura rovinata, e la tendenza ormai epidemica verso l'obesità. «Come li curiamo? Prima di tutto occupandoci dei genitori, e quasi utilizzando i farmaci. E' con gli adulti che iniziamo, con un percorso di psico-

terapia, lavorando sulle emozioni, e sulle loro relazioni con i figli. L'uso e l'abuso della tecnologia - aggiunge Federico Tonioni - sono oggi al centro di gran parte delle liti domestiche. Ma i genitori devono rendersi conto che i ragazzi si rifugiano nel computer proprio perché manca loro una comunicazione profonda con il mondo dei grandi». Un tipo di cura insomma che affonda le radici nella psicoanalisi, e adesso metterà in rete (in modo virtuoso) psichiatri, pediatri e neuropsichiatri. «Il sintomo più forte che finora abbiamo visto nei bambini prigionieri del web è la rabbia. Profonda. Quella che si scatena quando vengono distratti a forza dal loro oggetto virtuale. Ma anche quella rabbia che hanno dentro perché non riescono più ad esprimere la loro fisicità, la loro giovinezza, la capacità di creare relazioni sociali. Ecco - conclude Tonioni - noi proviamo a restituirgli il loro essere bambini».

Adolescenti tra 12 e 18 anni e social network

Naviga da una a due ore al giorno



Naviga per un'ora al giorno



Naviga da due a quattro ore al giorno



Naviga più di quattro ore



Non naviga



I giovani a rischio dipendenza da social network e videogiochi

Bambini tra 7 e 11 anni e social network

Navigano fino a un'ora al giorno **35,4%**

Non navigano **29,8%**

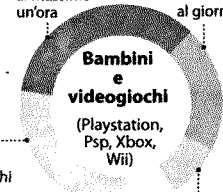
Navigano da 1 a 2 ore **23,1%**

Navigano dalle 2 alle 4 ore **6,6%**

Navigano oltre le 4 ore **5,1%**

33,2%
Gioca al massimo un'ora

19,3%
Gioca fino a 2 ore al giorno

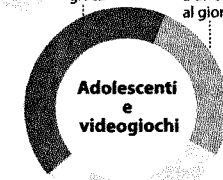


6,8%
Gioca oltre 4 ore al giorno

8,5%
Gioca dalle 2 alle 4 ore

41,4%
Non gioca

26,1%
Gioca fino a un'ora al giorno



5,7%
Gioca più di 4 ore

7,8%
Gioca da 2 a 4 ore

17,5%
Gioca da 1 a 2 ore

I sintomi psicologici

Depressione

Ansia

Aggressività

Così scoprite se vostro figlio è web dipendente



2-3 ore
il tempo massimo consigliato davanti a uno schermo ogni giorno

6 ore
la soglia patologica

I sintomi fisici

- Occhi arrossati
- Dolori alla schiena
- Difficoltà a dormire
- Ritmi alterati nel comportamento alimentare
- Obesità

I comportamenti a rischio

- La ricerca compulsiva della rete in qualsiasi momento della giornata
- Il ritiro sociale: perdono interesse per le attività sportive e per il tempo con gli amici
- Le esplosioni di rabbia se allontanati dallo schermo contro la loro volontà
- L'improvviso calo del rendimento scolastico legato a una diminuzione dell'autostima



50,8%
Gli adolescenti che usano Facebook e Twitter sul cellulare

I rimedi



Non dare regole ma stimolare il dialogo con i figli



Spingere i bambini a comportamenti alternativi e gratificanti: giochi all'aperto, feste, contatti con gli amici