

**Costruzione e validazione preliminare di uno strumento (U.A.D.I.) per la
rilevazione
delle variabili psicologiche e psicopatologiche correlate all'uso di internet
*Internet-related psychological and psychopathological variables: construction
and
preliminary validation of the U.A.D.I. survey***

C. Del Miglio*, A. Gamba*, T. Cantelmi**

* Dipartimento di Psicologia, Università di Roma "La Sapienza"

** DSM-ASL Roma A, Istituto di Psicologia, Pontificia Università Gregoriana

Parole chiave: Internet • Dipendenza • Trance • Cyberspazio

Key words: *Internet • Addiction • Trance • Cyberspace*

Le innovazioni tecnologiche importanti spesso vengono vissute in modo ambivalente, accolte con entusiasmo ma anche con un certo timore. L'acceso dibattito nato intorno alla particolare seduttività di Internet continua a testimoniare questa tendenza anche nel nostro paese, dove Internet è una tecnologia importante che ha pervaso la collettività, modificandone le strutture.

Finora gli studi psicologici sull'argomento si sono interessati prevalentemente al fenomeno della dipendenza da Internet; tale interesse non ha sempre reso giustizia alla natura complessa della Rete, alla sua dimensione interpersonale (solitamente infatti si accosta la internet-dipendenza a psicopatologie come il gioco d'azzardo patologico o il *Compulsive Buying*, dove gli aspetti sociali e relazionali sono in secondo piano), alla molteplicità dei bisogni individuali che Internet, nella sua indeterminatezza, può soddisfare. In Italia, sull'argomento, è stata svolta una sola ricerca orientata in senso clinico (1), basata sulla somministrazione di tre strumenti: l'IAT di Young per la misura della dipendenza, il MMPI-2 e il BFQ (test di personalità).

La dipendenza da Internet e le New Addictions

Secondo la psicologa statunitense Young i soggetti più a rischio per lo sviluppo di un *Internet Addiction Disorder* (2) sarebbero individui tra i 15 e i 40 anni di età, con difficoltà socio-comunicative legate a problemi psicologici e psichiatrici, sia familiari che relazionali. In particolare, sarebbero maggiormente esposte alla nuova sindrome personalità caratterizzate da tratti ossessivo-compulsivi e/o tendenti al ritiro nelle relazioni sociali e/o con aspetti di inibizione nei rapporti interpersonali (3) per le quali la IAD può rappresentare un nuovo tipo di comportamento di evitamento che porta il soggetto a rifugiarsi nella Rete per non affrontare le proprie problematiche esistenziali (4). Presumibilmente il numero di ore trascorse in Internet è un indicatore attendibile del livello di dipendenza. Lo studio della Young, *The emergence of a new clinical disorder* (2) che ha portato alla definizione della "sindrome", è un riferimento importante, nell'ambito psicologico, per molti ricercatori che si occupano dello studio delle condotte on-line, per quanto non sia esente da critiche*.

I termini dipendenza, abuso o *addiction* sono stati finora utilizzati in riferimento a sostanze chimiche, ma ormai sempre più spesso si ritrovano nella letteratura scientifica riferimenti alle cosiddette "nuove dipendenze" in relazione a oggetti, strumenti, situazioni o comportamenti. In questi casi è lecito chiedersi: cosa dà gratificazione nella dipendenza da Internet? Da che cosa si diventa dipendenti? Seguendo la teoria dei bisogni di Maslow (5) potremmo ipotizzare che molti soggetti trovano una soddisfazione nell'uso di alcuni servizi (*chat, mailing list, newsgroup*) che facilitano il contatto interpersonale, il riconoscimento sociale, il senso d'appartenenza e l'autorealizzazione; seguendo la teoria freudiana delle pulsioni notiamo che gran parte della Rete è rappresentata da siti con materiale sessuale o pornografico; un approccio comportamentista individuerebbe nei "centri del piacere" di Olds la matrice psicofisiologica del *craving* (desiderio persistente ed intenso nei confronti di un oggetto o di un comportamento) associato ad alcune attività on-line (ad esempio il gioco d'azzardo), come è già stato ipotizzato per la dipendenza dai videogiochi.

In tutte le dipendenze comportamentali, dove non esiste un agente tossico paragonabile alla sostanza che induce dipendenza fisica, è sempre importante valutare il comportamento di abuso dei soggetti alla luce di eventuali variabili psicologiche e psicosociali preesistenti (ad esempio difficoltà di relazione, *belief* patogeni e disadattivi, situazioni sociali carenti), o di concomitanti psicopatologie (ad esempio una nevrosi ossessiva, un quadro depressivo).

Internet e fenomeni dissociativi

Secondo alcuni Autori, le condizioni ambientali in cui si utilizza Internet, le caratteristiche specifiche della comunicazione on-line (ampiezza di banda ristretta, basso livello di presenza sociale), il superamento dei vincoli spazio-temporali tipici della dimensione ipertestuale, l'aumento di complessità degli ambienti virtuali, faciliterebbero lo sviluppo in alcuni utenti di uno stato alterato di coscienza che ricorderebbe il sogno (6). Come il sogno, il cyberspazio (specialmente quando diventa un contesto per una relazione on-line) potrebbe incoraggiare l'espressione di pulsioni inconse, la messa in atto di fantasie, di rappresentazioni di interazione sociale e di sperimentazione del sé, tutti elementi che spiegherebbero fenomeni molto comuni in Rete che hanno a che fare con la sessualità, l'aggressività e l'assunzione di identità diverse.

Premesso che la psicologia ha chiarito l'importanza dei sogni, nonché il valore della fantasia, del gioco e delle produzioni simboliche, si sono volute considerare alcune concettualizzazioni che ipotizzano l'abuso di Internet come co-responsabile di importanti fenomeni dissociativi (depersonalizzazione, diffusione dell'identità, esperienze sensoriali bizzarre), e che accostano le condotte on-line al terreno delle psicosi più che a quello del sogno. Lo psichiatra Caretti, partendo dalla descrizione fatta dal DSM-IV (7) della Trance Dissociativa, descrive la possibilità di una *Trance Dissociativa da Videoterminale* (8) caratterizzata, durante o dopo un lungo collegamento in Rete, dall'alterazione temporanea dello stato di coscienza, oppure dalla sostituzione del senso abituale dell'identità personale con un'identità alternativa. Secondo questo autore si tratta di una condizione difensiva che nasce da una pregressa psicopatologia (per esempio una fobia sociale); dal punto di vista psicodinamico devono essere considerati tre livelli evolutivi della trance: la dipendenza, la regressione, la dissociazione. Caretti si avvale di questo modello, verificato nella pratica clinica, per spiegare alcuni fenomeni psicopatologici innescati dalla Rete e vede nella dissociazione (con possibile sviluppo di identità multiple) il sintomo più pericoloso a cui possono andare incontro gli utenti più assidui e coinvolti emotivamente.

Mentre è difficile argomentare la possibilità che Internet sia in sé patogena, più correttamente si può dire che l'esposizione protratta agli stimoli (innumerevoli) della Rete può, in alcuni casi, fungere da stressor aggiuntivo in soggetti predisposti. Il parallelo tra Internet e mondo onirico è comunque interessante e pertinente ed è giustificato dal fatto che molte persone sono attratte dagli ambienti virtuali che, come i sogni, soddisfano il bisogno di evasione, incoraggiando modalità di pensiero inconse, tipiche del processo primario. Questi utenti possono inoltre utilizzare il cyberspazio per sperimentare identità diverse attraverso la messa in scena della propria maschera (ad esempio nelle chat o nei MUD), traendo vantaggio da un contesto facilitante e deresponsabilizzante e da una modalità di accesso on-off al luogo esperienziale della Rete.

Il cyberspazio come spazio psicologico

Quando si parla di realtà virtuale è facile temere l'ipotesi della "sostituzione", la possibilità che i nuovi strumenti tecnologici soppiantino abitudini radicate e cambino drasticamente la nostra epistemologia, il nostro modo di stare al mondo.

Molti studiosi (8,9,10) della psicologia del cyberspazio si pongono con accento critico verso questa nuova tecnologia, riconoscendo la potenzialità della Rete di sviluppare una dipendenza psicologica e di imporsi come sostituto della "vita reale". Per molti utenti, tuttavia, Internet può fungere da supplemento adattivo della realtà, ed essi lo utilizzano come uno strumento versatile ed efficace di autorealizzazione, di sperimentazione e di ricerca. Come laboratorio individuale la Rete si trasforma in una sorta di grosso contenitore dal quale attingere informazioni e materiale multimediale, nel quale ricercare, in un ambiente relativamente protetto, stimoli ed emozioni. Come laboratorio sociale Internet offre molto, per facilità d'uso e di accesso a relazioni con altre

persone, a rapporti di amicizia, sentimentali o pseudosessuali. Internet si presta anche come contenitore (inteso ora in senso più strettamente psicodinamico) delle proprie emozioni, come schermo bianco per la proiezione di pulsioni e fantasie, come contesto relazionale nel quale agire i propri schemi comportamentali o sperimentarne di nuovi.

Il cyberspazio può essere interpretato addirittura come una sorta di "spazio transizionale" (11,12), come un'estensione del mondo psichico individuale. L'area transizionale può essere esperita come una zona intermedia tra il sé e il non-sé, e può essere il terreno ideale per l'espressione di fantasie inconscie e per la realizzazione di reazioni di transfert (13,14). In questo senso il cyberspazio può essere usato per conoscere meglio se stessi, per esplorare differenti aspetti della propria identità e per permettere l'acting out di impulsi (attraverso condotte trasgressive-regressive), ansie, frustrazioni. Internet è anche un mezzo per conoscere altre persone al di fuori dello schermo, nella vita reale, e questa pratica sta raggiungendo livelli inaspettati tra i giovani anche in Italia. Durante i contatti con gli utenti nel corso della ricerca da noi condotta, molti hanno riferito di avere avuto un'amicizia, una storia d'amore, o un'avventura (reali, off-line) nati da un contatto on-line. Succede spesso che la modalità "spersonalizzata" della comunicazione telematica faciliti paradossalmente l'edificazione di rapporti e di relazioni reciproche molto personali e profonde. Abbastanza frequente, specialmente da parte degli utenti maschi, è anche l'utilizzo della Rete per la ricerca di materiale sessuale e per contattare altre persone a scopi sessuali (per praticare il *cybersex* o per organizzare incontri off-line). In questo caso la dimensione relazionale è secondaria, non vi è ricerca di relazioni oggettuali vere e proprie, ma i legami sociali che si stabiliscono dipendono, seguendo il modello pulsionale freudiano, dalla capacità di altre persone di facilitare la scarica di bisogni derivati dalle pulsioni.

L'insieme di queste considerazioni, dunque, impone un atteggiamento critico e il più possibile consapevole quando ci si accosta all'universo delle nuove tecnologie, in particolare Internet e le applicazioni informatiche della cosiddetta Realtà Virtuale.

Il presente lavoro si propone di costruire e validare uno strumento italiano (15) che possa indagare il complesso rapporto tra Internet e fenomeni psicologici correlati (atteggiamenti, motivazioni, emozioni, comportamenti, sintomi) attraverso un approccio ampio che valuti i rischi psicopatologici dell'abuso della Rete, parallelamente alla possibilità di utilizzare creativamente lo spazio virtuale come possibile spazio psicologico, ovvero come supplemento adattivo della realtà. Dal punto di vista metodologico si è tentato di ovviare ai limiti metodologici di precedenti ricerche (1,2,16,17) utilizzando un campione sufficientemente ampio e contattando i soggetti personalmente in modalità off-line, senza ricorrere all'utilizzo di questionari elettronici.

Materiali e metodi

Il questionario utilizzato, che viene presentato in questa sede e indicato con la sigla U.A.D.I. (Uso, Abuso e Dipendenza da Internet), è composto da 80 item a 5 possibilità di risposta secondo una scala Likert, ed è stato inserito in un progetto di ricerca più ampio che prevedeva la somministrazione parallela di altri due strumenti: l'*Internet Addiction Test* (IAT) di Young (10), e il *Minnesota Multiphasic Personality Inventory 2* (MMPI-2) (18), test di personalità. Le dimensioni teoriche di partenza per la stesura degli item sono tre: *dipendenza*, *dissociazione*, *spazio psicologico*. Per ognuna di esse sono stati considerati alcuni aspetti specifici: per la dimensione *dipendenza* (30 item): tolleranza, astinenza, impatto sulla vita reale (relazioni, salute, lavoro, abitudini), compulsività; per la dimensione *dissociazione* (30 item): esperienze sensoriali bizzarre, fuga-alienazione, identità, onnipotenza; per la dimensione *spazio psicologico* (20 item): ricerca di emozioni, sperimentazione di aspetti diversi del sé, regressione.

Gli 80 item, 20 dei quali sono stati posti in forma invertita per evitare il *response set*, contengono affermazioni in prima persona riguardanti l'uso di Internet. La griglia di risposta è costruita secondo una scala Likert a 5 punti: "assolutamente falso" (1), "piuttosto falso" (2), "né vero né falso" (3), "abbastanza vero" (4), "assolutamente vero" (5). Dieci item sono stati presi dall'*Internet Addiction Test* (10) e opportunamente riarrangiati. Lo strumento, anonimo, presenta inizialmente una sezione per la raccolta di alcuni dati di natura generale riguardanti i soggetti: sesso, età, tempo di utilizzo complessivo di Internet e ore di collegamento settimanali, servizi di Internet utilizzati e scopo del collegamento, titolo di studio, stato civile e occupazione. Il

tempo di somministrazione è risultato di 10/20 minuti per soggetto.

Descrizione del campione

La ricerca è stata condotta su 244 soggetti ** che utilizzano Internet da almeno 6 mesi e per almeno 6 ore settimanali. Non è stato posto alcun criterio selettivo in base al tipo di utilizzo della Rete (ricerca, intrattenimento, lavoro etc.). Si tratta di utenti residenti nella provincia di Roma e Salerno, e in misura minore nelle province di Milano, Siena e Bari. Il loro reperimento è stato possibile grazie alla frequentazione di *Internet café* o *Internet center*, ambienti lavorativi e universitari, conoscenze personali.

Il campione ([Tabb. I, II, III](#)) è composto in prevalenza da soggetti di sesso maschile (M = 163, F = 78) dato in accordo con le stime esistenti circa la popolazione degli utenti di Internet a livello internazionale. L'età è compresa tra i 13 e i 57 anni (età media 28,7 a., 29 a. per i maschi e 28 a. per le femmine), e la fascia di età più rappresentata è quella dai 20 ai 25 a. (31,1%). I più giovani (meno di 20 a.) si collegano in media da meno tempo (16 mesi) e per un minor numero di ore settimanali (9,33 ore). Solo 9 persone intervistate sono minorenni. Il 70% del campione si collega per 6-12 ore settimanali (media: 11,9 ore/settimana); solo 3 individui superano le 40 ore settimanali. Mediamente i soggetti usano Internet da 24 mesi (i maschi lo fanno da più tempo: 26 mesi, contro i 18 delle femmine).

Ai soggetti è stato chiesto di riportare i due servizi di Internet maggiormente utilizzati, e i due scopi principali per i quali si collegano ([Fig. 1](#)). World Wide Web e posta elettronica sono risultati di gran lunga i servizi più usati. Secondariamente a questi compare la chat, mentre solo 14 utenti si collegano principalmente per praticare i giochi di ruolo on-line (MUD). La ricerca (generica) è lo scopo primario del collegamento più frequentemente riportato, seguono il lavoro e le relazioni interpersonali.

Analisi degli item

Sono state calcolate medie e deviazioni standard degli 80 item ([Tab. IV](#)), le differenze significative in base al sesso, e i risultati della matrice di correlazione utili ad evidenziare le relazioni lineari tra gli item. Per verificare che gli item non fossero discriminanti per la variabile sesso si sono confrontate le medie delle risposte dei due gruppi (maschi e femmine). L'analisi evidenzia differenze significative per 15 item, anche se solo due presentano medie sensibilmente diverse ($p < ,000$): gli uomini, come prevedibile, usano più esplicitamente la Rete per la ricerca di materiale sessuale; inoltre sembrano avere minori aspettative legate al ricevimento di e-mail ([Tab. V](#)). Per quanto riguarda la matrice di correlazione 80 x 80, ovvero l'insieme delle correlazioni degli item fra loro, nessuna coppia di item supera il valore ,75 della r di Pearson. Vengono riportate solamente le correlazioni che superano il valore ,65 ([Tab. VI](#)).

Analisi fattoriale e individuazione delle scale

Successivamente si è proceduto con il metodo dell'*Analisi fattoriale delle Componenti Principali* (ACP). Dall'analisi emergono 21 fattori con *autovalore maggiore di 1*, che spiegano il 67,6% della varianza totale. Per ridurre ulteriormente il numero delle componenti si è utilizzato il metodo dello *scree test*, che ha suggerito una soluzione a 5 fattori (che spiegano il 40,6% della varianza totale), successivamente ruotati con metodo Equamax, che si è rivelato il più adatto per minimizzare il numero delle variabili che pesano in modo elevato su un fattore.

Si è scelto di favorire un quadro fattoriale dove ogni fattore fosse rappresentato da 15 item diversi. Nei casi in cui l'item ha presentato saturazioni significative ($\pm ,3$) su più di un fattore, la sua appartenenza a un fattore piuttosto che a un altro è stata decisa tenendo conto dei livelli maggiori di saturazione e, in qualche caso, del significato teorico dell'item. In questo modo si è salvaguardata l'attendibilità statistica (stimata più avanti) delle scale individuate dall'estrazione degli ultimi due fattori. Conseguentemente sono stati eliminati gli item n. 18, 26, 64, 5 e 57 (gli ultimi due non presentano saturazioni significative).

Il primo fattore ([Tab. VIIa](#)) raccoglie una serie di item che descrivono un uso di Internet all'insegna dell'evasione, quale atto di compensazione rispetto alle difficoltà della vita reale quotidiana. Le affermazioni riguardano la regolazione, in positivo, dell'umore, del senso di competenza personale e della qualità delle relazioni sociali. Chiameremo il fattore *Evasione compensatoria* (EVA).

Gli item del secondo fattore ([Tab. VIIb](#)) descrivono alcuni sintomi dissociativi (esperienze sensoriali bizzarre, depersonalizzazione, derealizzazione) insieme alla tendenza all'alienazione e all'allontanamento-fuga dalla realtà. Chiameremo il fattore *Dissociazione* (DIS).

Il terzo fattore ([Tab. VIIc](#)) contiene degli item che descrivono le conseguenze sulla vita reale (eventuale modificazione delle abitudini, dei rapporti sociali, dell'umore) dell'uso di Internet. Il fattore è stato denominato *Impatto sulla vita reale* (IMP).

Gli item del quarto fattore ([Tab. VIId](#)) descrivono l'uso di Internet come spazio privato, come laboratorio sociale di sperimentazione del sé, come terreno per il gioco e la regressione, come strumento per la ricerca di emozioni. Chiameremo il fattore *Sperimentazione* (SPE).

L'ultimo fattore estratto ([Tab. VIIe](#)) contiene item che riguardano alcuni comportamenti e sintomi della dipendenza, in particolare tolleranza (aumento progressivo del periodo di collegamento), astinenza, compulsività e ipercoinvolgimento. Il fattore è stato quindi denominato *Dipendenza* (DIP).

Il terzo fattore ha richiesto ulteriori approfondimenti per il fatto di contenere solo item posti in forma invertita. Alcune affermazioni hanno rivelato qualche difficoltà interpretativa causata dall'uso della negazione. La scala IMP (*impatto sulla vita reale*), derivata dall'individuazione di questo fattore, descrive di fatto l'aspetto della dipendenza che non è descritto dagli item della scala DIP: le conseguenze del comportamento di abuso sulla sfera sociale e lavorativa, sulle abitudini di vita del soggetto. Il riconoscimento di questo aspetto è fondamentale per una diagnosi di dipendenza sia per i criteri del DSM IV (7), sia per i criteri della *Internet addiction* (10).

Le cinque scale sono state sottoposte a una stima preliminare dell'attendibilità (coerenza interna) tramite il calcolo dell'*alpha di Cronbach* (19) ([Tab. VIII](#)).

Risultati

I punteggi grezzi, relativi agli item appartenenti ad ogni fattore, sono stati sommati in modo da ottenere un punteggio totale per ognuna delle cinque scale ([Tab. IX](#)).

Considerando che le sommatorie possono variare da 15 a 75, i soggetti presentano dei punteggi medi relativamente bassi. In particolare la presenza di fenomeni dissociativi (scala DIS) interessa una piccola parte del campione. La scala la cui media è più vicina al punteggio grezzo intermedio (45) è la scala della dipendenza DIP (tolleranza, astinenza, compulsività e ipercoinvolgimento: media = 43,73).

Nei punteggi non si evidenziano differenze statisticamente significative tra maschi e femmine. Un dato interessante è invece legato alla variabile *età*: i soggetti con meno di 20 anni presentano in media punteggi più alti in tutte le scale, in particolare nelle scale SPE, EVA e DIS ([Fig. 2](#)). L'analisi della varianza post-hoc ([Tab. X](#)) ha evidenziato differenze significative tra i gruppi distinti per età. In particolare, è emerso che questi soggetti molto giovani (gruppo 1) tendono più di tutti gli altri ($p < ,05$) alla sperimentazione, alla regressione, alla ricerca di emozioni on-line (SPE).

Studio della variabile *tempo di collegamento*

La variabile *tempo di collegamento* è solitamente considerata una misura attendibile del livello di dipendenza da Internet, o più precisamente una misura correlata positivamente con la

manifestazione dei comportamenti di abuso. Per verificare questa ipotesi sono stati messi in relazione i punteggi grezzi U.A.D.I. con la variabile *ore di collegamento settimanali* (continua e per classi). Il calcolo delle correlazioni (r di Pearson) tra *ore di collegamento* (variabile continua) e ognuna delle scale dello strumento non ha evidenziato alcuna relazione significativa; nemmeno considerando la variabile per classi, e confrontando le medie dei punteggi, si sono ottenuti dati interessanti. Il calcolo dell'ANOVA, comunque, si è rivelato di relativa importanza statistica per via dello scarso numero di soggetti rappresentati nelle classi superiori (oltre le 26 ore settimanali). Il numero di ore che gli utenti passano collegati in Rete, dunque, non è una variabile capace di discriminare l'uso dall'abuso, almeno nel nostro campione.

Successivamente è stata studiata la variabile *mesi di utilizzo*, con l'ausilio dello stesso tipo di analisi (correlazione e analisi della varianza). In questo caso sono state osservate delle correlazioni *negative*, modeste ma significative (Tab. XI), tra la variabile in questione e le scale EVA ($r = -,245$, $p = ,000$), DIS ($r = -,205$, $p = ,001$) e SPE ($r = -,175$, $p = ,007$). Anche il confronto fra medie ha evidenziato la tendenza, con l'aumentare dei mesi di utilizzo della Rete, ad avere punteggi più bassi in queste scale (Fig. 3).

In generale, si osservano punteggi più alti nei soggetti appartenenti alla seconda classe (13-19 mesi), mentre quelli appartenenti all'ultima classe (che usano Internet da oltre 38 mesi) hanno punteggi sensibilmente più bassi, soprattutto nella scala EVA e SPE. Questo dato suggerisce che gli utenti esperti utilizzano in misura minore la Rete come strumento di facilitazione-compensazione rispetto all'umore, al senso di competenza personale e alla qualità delle relazioni sociali; Internet viene da questi soggetti usato in misura minore per sperimentare aspetti diversi del sé, per la messa in atto di comportamenti regressivi e per la ricerca di emozioni (tipo di utilizzo più tipico degli utenti più giovani e meno esperti).

Discussione conclusiva

La ricerca ha consentito di costruire e validare, ancora in via preliminare, uno strumento per la rilevazione delle variabili psicologiche e psicopatologiche correlate all'uso di Internet. Il questionario (riportato in Appendice), denominato *U.A.D.I. Uso, Abuso e Dipendenza da Internet*, risulta composto da cinque scale: *Evasione compensatoria* - EVA, *Dissociazione* - DIS, *Impatto sulla vita reale* - IMP, *Sperimentazione* - SPE, *Dipendenza* - DIP (21).

Dall'analisi dei dati è emersa una correlazione *negativa* tra la scala DIS e la variabile *mesi di utilizzo*. Questo dato smentirebbe la convinzione diffusa che i comportamenti di abuso in Internet (in questo caso la sperimentazione di fenomeni dissociativi e la tendenza al comportamento di evitamento-fuga) riguardino maggiormente i soggetti che utilizzano questo strumento da molto tempo. Al contrario, gli utenti più esperti hanno totalizzato i punteggi più bassi in questa scala, oltre che nelle scale SPE e EVA. Grohol (20) ha affermato che gran parte dei soggetti che abusano di Internet hanno probabilmente scoperto da poco l'universo della Rete e ne sono rimasti profondamente affascinati (*enchantment*). Probabilmente sono proprio gli utenti più inesperti a spingere all'estremo le condotte on-line, prima di raggiungere una seconda fase di allontanamento e declino dell'interesse (*disillusion*). La maggior parte di essi, solitamente, raggiunge una terza fase di equilibrio, caratterizzata da un uso di Internet responsabile e integrato con le attività della "vita reale". Per quel che riguarda la variabile *ore di collegamento*, questa non si è rivelata una misura correlata con il livello di dipendenza da Internet e non ha mostrato alcuna relazione con le scale dello strumento.

Sono stati osservati punteggi medi significativamente più alti totalizzati da utenti sotto i 20 anni di età, soprattutto nelle scale SPE, EVA e DIS. Questo dato appare comprensibile per quel che riguarda le scale *Sperimentazione* e *Evasione compensatoria*, poiché misurano comportamenti normalmente più caratteristici dei soggetti più giovani (maggiore tendenza alla sperimentazione, alla ricerca di emozioni, maggiore tendenza alla fantasia, all'evasione, all'uso della tecnologia nella vita quotidiana). Il fatto che questi utenti abbiano totalizzato punteggi più alti nella scala *Dissociazione* può far ipotizzare che la possibilità di sperimentare fenomeni dissociativi, in seguito all'uso protratto di Internet, sia più probabile per gli utenti molto giovani (a tal proposito va osservato che, comunque, il campione utilizzato non è rappresentativo degli utenti

adolescenti).

Lo strumento può dimostrarsi utile per l'individuazione del tipo e del grado di abuso che alcuni utenti fanno della Rete (scala DIS: esperienze sensoriali bizzarre, depersonalizzazione, tendenza all'alienazione e all'allontanamento-fuga dalla realtà; scala IMP: alterazione dei rapporti socio-lavorativi, modificazione delle abitudini, dell'umore e dello stato di salute; scala DIP: tolleranza, astinenza, compulsività e ipercoinvolgimento) e aiutare l'operatore nella comprensione del tipo di funzione psicologica che questa tecnologia può svolgere per l'individuo (scala EVA: regolazione dell'umore e del senso di competenza personale, facilitazione nei rapporti interpersonali; scala SPE: sperimentazione del sé, espressione pulsionale, soddisfacimento di bisogni).

Il Questionario U.A.D.I. - *Uso, Abuso e Dipendenza da Internet.*

Gli item sono seguiti da una griglia di risposta secondo una scala Likert a 5 punti: 1 - *Assolutamente falso*; 2 - *Piuttosto falso*; 3 - *Né vero né falso*; 4 - *Abbastanza vero*; 5 - *Assolutamente vero*

1. Controllo la posta elettronica a intervalli regolari
2. Quando sono in rete ho la sensazione che il tempo voli
3. Preferisco contattare le persone via Internet, piuttosto che per telefono o di persona
4. Mi emoziono a navigare o a comunicare in Internet
5. Dico di usare Internet esclusivamente per studio o per lavoro, anche se non è esattamente vero*
6. Ho l'impressione che in rete sia tutto più facile
7. Qualche volta penso a Internet per distrarmi da pensieri spiacevoli
8. Quando sono in rete non nascondo la mia vera identità
9. Divento di malumore se ho problemi tecnici di connessione (lentezza di collegamento, linea occupata, etc.)
10. Internet è sinonimo di trasgressione
11. Mi sembra che la rete sia una sorta di mondo parallelo
12. Internet facilita i miei rapporti sociali
13. Qualche volta, quando sono in rete, ho la sensazione di allontanarmi dalla realtà o di essere altrove
14. In Internet uso un linguaggio scurrile o aggressivo
15. Da quando uso Internet non mi è mai capitato di saltare i pasti o di modificare le mie abitudini
16. Preferisco collegarmi quando sono solo o al riparo da sguardi indiscreti

17. Mi capita di restare on-line più di quanto intendessi inizialmente
18. Non penso che le persone in Internet siano più socievoli o interessanti*
19. Spesso mi trovo a pensare a quando mi collegherò la prossima volta
20. Qualche volta mi diverto a mentire in rete
21. Mi capita di collegarmi se non ho uno scopo preciso
22. Mi capita di fare dei "sogni a occhi aperti" su Internet
23. Internet mi stimola un'immaginazione senza limiti
24. Amici o familiari non si lamentano perché trascorro troppo tempo "on-line"
25. Internet mi provoca un senso di alienazione
26. Sento che Internet mi rende più libero e disinibito*
27. Mi capita di avere dei "flashback" o dei pensieri sconnessi durante o dopo un lungo collegamento in Internet
28. In Internet tendo a comportarmi in modo diverso dal solito
29. Spesso ho provato a ridurre il tempo o la frequenza dei collegamenti senza riuscirci
30. Non mi è mai capitato di provare emozioni forti in internet
31. Spesso le cose mi riescono meglio grazie a Internet
32. Mi collego anche se ho altre cose importanti da fare
33. In Internet mi capita di cercare materiale erotico o di parlare di sesso
34. Tendo a descrivermi in modo diverso da quello che sono quando uso chat, posta elettronica o giochi di ruolo
35. Internet non influenza mai il mio umore o il mio stato d'animo
36. A causa di Internet tendo ad evitare amici o familiari
37. Qualche volta sento il bisogno di collegarmi a Internet, anche solo per un momento
38. Non ho la sensazione di viaggiare, sognare o essere come in un film quando sono in Internet
39. Spesso mi collego per scacciare la noia
40. Mi sembra che in Internet la mia identità (sessuale, sociale o professionale) sia più sfumata e meno soggetta a vincoli
41. Dopo alcune ore di collegamento, le persone o le cose intorno a me mi sembrano in qualche modo diverse

42. Non provo imbarazzo né tendo alla riservatezza quando qualcuno mi chiede cosa faccio in rete
43. Penso che Internet sia il mio rifugio
44. Quando sono in compagnia di amici o familiari non mi capita mai di pensare a Internet
45. Penso che tramite Internet sia più facile fare esperienze eccitanti
46. Internet non interferisce negativamente con il lavoro, lo studio o i rapporti sociali
47. Dopo alcune ore di collegamento mi sento più nervoso o più depresso
48. In Internet mi sento più euforico
49. Non mi innervosisco se, per qualche motivo, non mi posso collegare
50. Ci rimango male se non ricevo posta elettronica
51. Controllo spesso i miei siti, le chat, i newsgroup etc. preferiti
52. Non mi capita mai di preferire Internet a una serata con amici o familiari
53. Dopo alcune ore di collegamento ho la sensazione che il mondo intorno a me abbia qualcosa di irrealistico
54. Non penso che i rapporti sociali in Internet siano meno stressanti
55. Trovo sempre un motivo per rimanere collegato ancora un po'
56. Qualche volta penso che la vita reale sia più deprimente della vita "on-line"
57. Quando sono collegato non mi preoccupa che altri possano violare la mia privacy o danneggiare il mio pc*
58. Quando sono collegato provo una vaga sensazione di onnipotenza
59. In Internet mi sento più abile o scaltro
60. Non perdo ore di sonno a causa di Internet
61. Qualche volta, dopo una giornata storta, sento il bisogno di collegarmi
62. Qualche volta uso Internet come valvola di sfogo alle mie preoccupazioni
63. Non cerco di nascondere agli altri la quantità di tempo che trascorro in rete
64. Mi sembra che Internet esalti molto le mie potenzialità*
65. Penso di trascorrere troppo tempo in rete
66. Mi capita di pensare a ciò che sta accadendo, o a ciò che potrei fare in rete, quando non sono collegato

67. Dopo alcune ore di collegamento mi sento leggermente stordito o ho delle sensazioni strane
68. Mi riesce difficile scollegarmi da Internet
69. Durante la giornata non sento mai la mancanza di internet
70. Spesso mi collego per avere un mio spazio privato
71. L'uso di Internet non mi dà problemi di affaticamento (fisico o psicologico)
72. Qualche volta trovo conforto nello stare da solo al computer
73. In rete può essere eccitante cambiare la propria identità (sessuale, sociale o professionale)
74. Qualche volta ho l'impressione di perdermi nel cyberspazio
75. Non penso che le relazioni "on-line" siano più soddisfacenti di quelle reali
76. Spesso il mio umore migliora quando mi collego
77. A volte Internet mi fa sentire più importante
78. In rete non mi preoccupa di quello che gli altri possono pensare di me
79. Internet influenza i miei pensieri o i miei sogni
80. Qualche volta mi dico: "ancora un pò" ... e mi scollego.

L'Analisi Fattoriale ha suggerito l'eliminazione degli item n. 5, 18, 26, 57 e 64, che vanno quindi esclusi dalla versione finale dello strumento.

Ringraziamenti: Si ringraziano il dott. Massimo Talli per la collaborazione, le dott.sse Ilaria Alfonso e Graziella Allievi per l'aiuto nel reperimento dei soggetti e nell'analisi dei dati. Un ringraziamento particolare va al prof. Vincenzo Cinanni.

Corrispondenza: dott. Tonino Cantelmi, via Livorno 36, 00162 Roma - Tel. 06 44247115.