

di **Luciana Indinnimeo**
direzione.areapediatrica@sip.it

[EDITORIALE]

Gaslighting

Una forma di dipendenza digitale tra le più diffuse che, insieme alle numerose altre insidie del digitale, mette a rischio la salute mentale di giovani e giovanissimi.

STIAMO VIVENDO UNA RIVOLUZIONE legata allo sviluppo digitale che interessa gli individui, i cittadini e soprattutto i ragazzi e i giovani che dalla tecnologia digitale sono circondati.

L'evoluzione digitale genera nuove opportunità che devono essere colte, ma è anche fonte di minacce esistenziali soprattutto per le giovani generazioni.

A questo proposito riporto la mega causa intentata contro i social media dalle scuole pubbliche di Seattle e di New York. Queste scuole accusano le piattaforme Facebook, YouTube, Instagram, Tik Tok, Snapchat & Co. di generare ansia, depressione, disagi alimentari e bullismo. Si tratta di gravi danni alla salute mentale di milioni di giovani e giovanissimi. Non solo: secondo la denuncia tutto questo rende più difficile per le scuole svolgere il loro lavoro costringendole a chiedere il supporto di professionisti della salute mentale, a sviluppare piani didattici alternativi e paralleli sugli effetti dei social media, nonché a formare gli insegnanti sul tema. In sostanza nella causa si chiede al tribunale di ordinare alle aziende BigTech di risarcire i danni e di pagare per la prevenzione e le cure causate dall'uso eccessivo e problematico dei social media.

Come è noto, e più volte denunciato dalla Società Italiana di Pe-



diatria, sempre più ragazzi, specie dopo la pandemia da SARS-CoV-2, preferiscono vivere online piuttosto che fare esperienze nella vita reale. L'adolescenza è un periodo difficile, i ragazzi si sentono soli, si annoiano in casa senza smartphone, sottovalutando però che la connessione eccessiva e precoce può avere conseguenze negative sul piano psicologico e sociale.

Il "gaslighting" è tra le dipendenze digitali più diffuse oggi in Occidente. Un termine che ha origini lontane, dal titolo di un'opera teatrale del 1938 di Patrick Hamilton, che ha ispirato il film del 1944 "Angoscia" con Ingrid Bergman. L'opera è ambientata a Londra in epoca vittoriana. In una scena il marito convince la moglie che le luci a gas della loro abitazione non si stanno spegnendo davvero, come invece stava avvenendo, ma soltanto nella sua immaginazione: da qui il titolo. "Gaslighting" è diventata una delle parole più cliccate dell'anno 2022 secondo il sito della Merriam-Webster, famosa società editrice statunitense di dizionari in

lingua inglese. Indica la manipolazione psicologica maligna a cui si è sottoposti da parte di un malintenzionato che, facendoci dubitare delle nostre percezioni ed emozioni, ci impone la sua volontà e determina uno stato di confusione emotiva, preludio dell'adesione passiva alla visione della realtà proposta dal manipolatore. È una sopraffazione psicologica subdola e lenta.

Di per sé può non essere considerato un reato, come precisa il Prof. Enrico Zanaldi, psichiatra e Presidente della Società Italiana di Psichiatria Forense, ma può essere collegato a reati quali maltrattamenti, stalking o truffe. In presenza di una evidente asimmetria culturale, si può ravvisare il reato di circonvenzione di persona incapace. In ogni caso è sempre bene diffidare delle relazioni totalizzanti: meglio mantenere una gradualità di frequentazione alternando possibilmente i contatti online e di persona, per rischiare il meno possibile la propria individualità.

È evidente che la rivoluzione tecnologica che stiamo vivendo non può e non deve essere evitata in quanto presenta indubbiamente molti aspetti positivi, ma soprattutto in età pediatrica deve essere gestita con profonda attenzione da parte delle famiglie, della scuola, dei pediatri e di tutti coloro che si prendono cura dei bambini/ragazzi. ■