



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

COSTRUIAMO SALUTE

Smartphone

Un uso intelligente
dipende da te

DIRETTA SU TEAMS
SEMINARIO

Smartphone:
attaccamenti, astinenze e usi
Renato Stella



La dipendenza premesse

L'idea di "dipendenza dai social" è entrata nella cultura comune





Distribuzione dei 5.644 articoli, pubblicati su riviste scientifiche dal 1996 al 2019 in tema di dipendenza da internet, per area disciplinare

Table 4. Research areas.

Research Area	<i>n</i>
Psychiatry	1649
Psychology (multidisciplinary)	801
Substance abuse	678
Psychology (clinical)	522
Psychology (experimental)	374
Education educational research	313

Moreno-Guerrero, A. J., Gómez-García, G., López-Belmonte, J., & Rodríguez-Jiménez, C. (2020). Internet addiction in the web of science database: a review of the literature with scientific mapping. *International journal of environmental research and public health*, 17(8), 2753.

La dipendenza premesse



Figure 2. Evolution of scientific production of the keywords “addiction” and “internet” (ADIN) in the Web of Science (WoS).



La dipendenza: una buona definizione tecnica

Siamo pienamente d'accordo sul fatto che dobbiamo difenderci dall'uso **populista** del termine *dipendenza* in opposizione al suo uso **scientifico**,



La dipendenza: una buona definizione tecnica

Siamo pienamente d'accordo sul fatto che dobbiamo difenderci dall'uso **populista** del termine *dipendenza* in opposizione al suo uso **scientifico**, e difenderci da **stime spurie, gonfiate** mediante l'uso casuale di strumenti “diagnostici” di discutibili proprietà psicometriche.



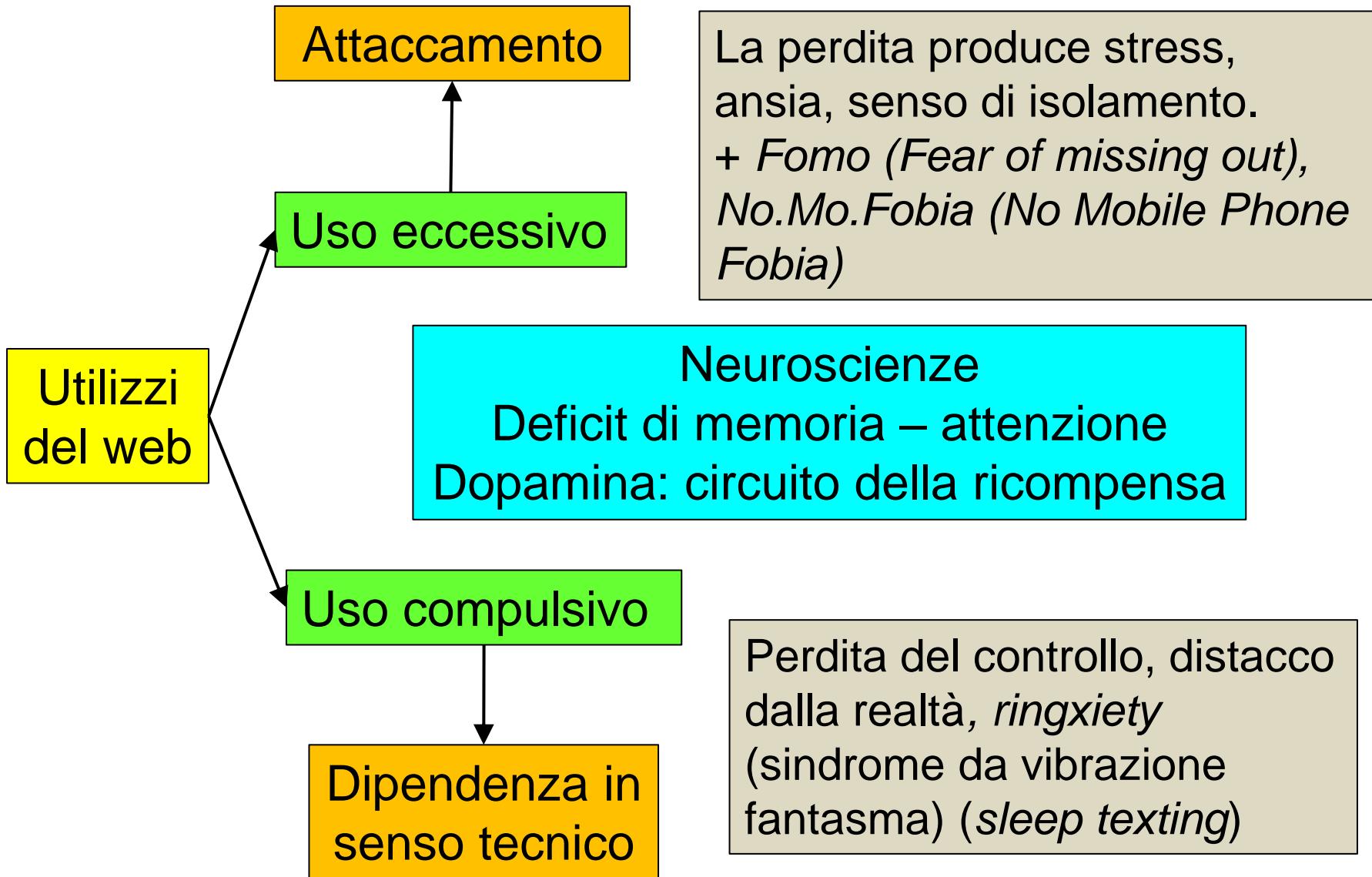
La dipendenza: una buona definizione tecnica

Siamo pienamente d'accordo sul fatto che dobbiamo difenderci dall'uso **populista** del termine *dipendenza* in opposizione al suo uso **scientifico**, e difenderci da **stime spurie, gonfiate** mediante l'uso casuale di strumenti “diagnostici” di discutibili proprietà psicometriche. Questo per metterci al riparo dalla preoccupazione effettiva di **medicalizzare, patologizzare** o “etichettare” **qualsiasi comportamento perseguito con passione o interesse**, come se fosse un disturbo medico.



La dipendenza: una buona definizione tecnica

Siamo pienamente d'accordo sul fatto che dobbiamo difenderci dall'uso **populista** del termine *dipendenza* in opposizione al suo uso **scientifico**, e difenderci da **stime spuri, gonfiate** mediante l'uso casuale di strumenti “diagnostici” di discutibili proprietà psicometriche. Questo per metterci al riparo dalla preoccupazione effettiva di **medicalizzare, patologizzare** o “etichettare” **qualsiasi comportamento perseguito con passione o interesse**, come se fosse un disturbo medico. Allo stesso tempo, tuttavia, lasciare che questa preoccupazione prevalga sul nostro **dovere e la nostra responsabilità di diagnosticare** e prenderci cura di coloro che ne hanno davvero bisogno, sarebbe come buttare via il bambino con l'acqua sporca. [Dalal, P. K., & Basu, D. (2016). Twenty years of internet addiction... quo Vadis?. *Indian journal of psychiatry*, 58(1), p. 10]





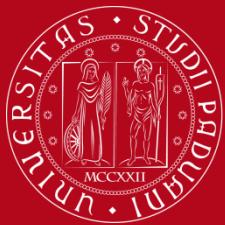
Conflitto generazionale:

«Come facevamo noi ai tempi nostri senza cellulari?»
(«Come fate voi ai tempi vostri sempre col cellulare?»)

Il telefono fisso adolescente

Questa casa non è un albergo

Esperienza immersiva in assenza di una
compartimentazione dei tempi di svago, di
studio, delle relazioni familiari e amicali
(il telefonino ovunque e sempre)



Distribuzione del campione per classi di età e genere

Classi di età	Studenti	Studentesse	Totali
18	1	8	9
19	26	46	72
20	12	12	24
21	5	3	8
22	3	5	8
Totali	47	74	121
>22 ed esclusi	5	3	8



La ricerca a Padova: l'ambivalenza

Tempo vuoto creativo

Studiare meglio

Dormire di più

Risposte diverse alla
stessa situazione

Dormire di meno

Studiare peggio

Tempo vuoto angoscianto

Astinenza come occasione

Migliori interazioni con estranei

Stress da
eccesso d'uso

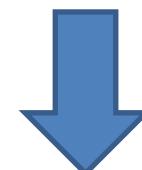
Salvo

Stress da
privazione

Interazioni con estranei fastidiose

Astinenza come tortura

Specializza per
individuo





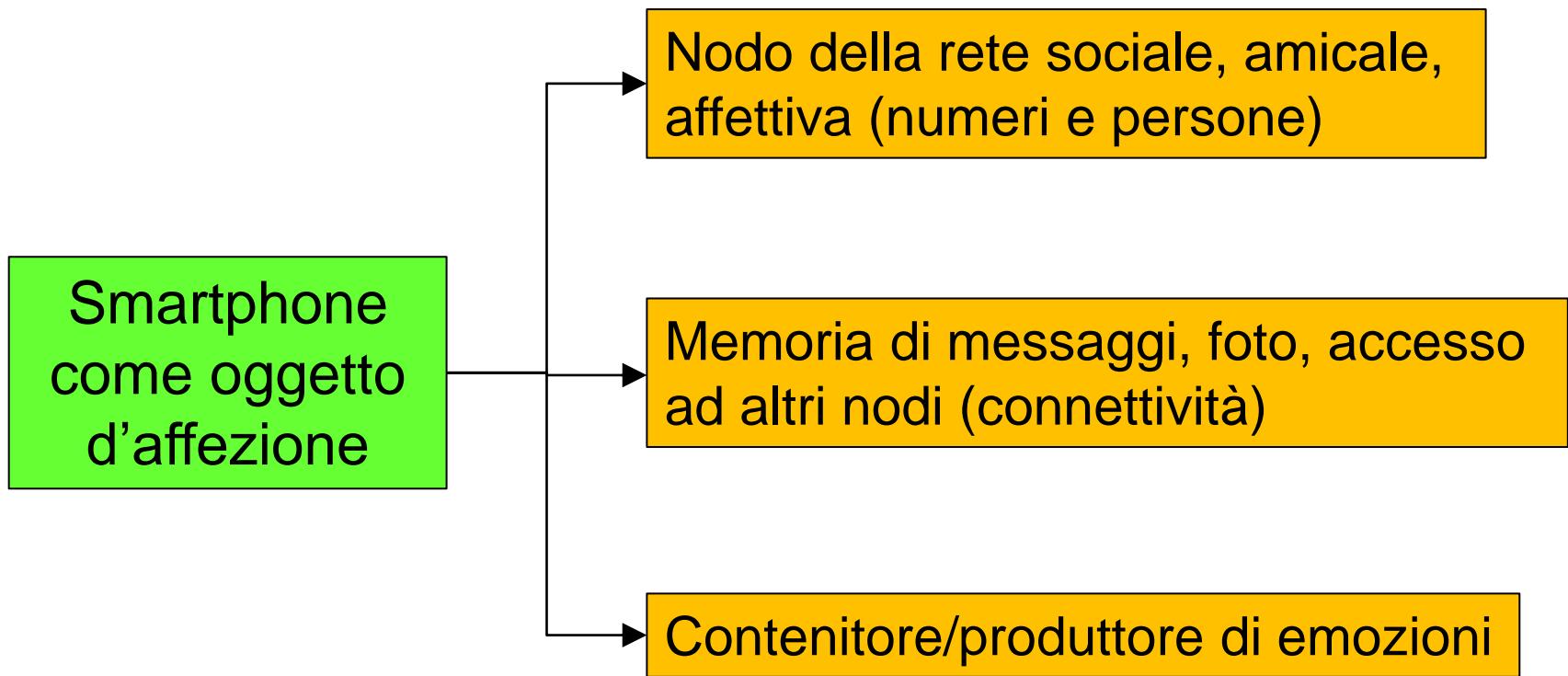
La ricerca a Padova: Cos'è lo smartphone?

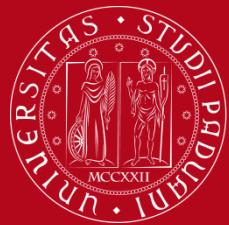
Smartphone
come oggetto
d'affezione

- Prossimità fisica (manipolare, controllare)
- Prenderne cura (batteria, connessione, portarlo con sé)
- Automatismi e riflessi condizionati
- Controllo dell'imbarazzo in situazioni pubbliche o in famiglia



La ricerca a Padova: Cos'è lo smartphone?





Sperimentare individualmente è più efficace che
ascoltare consigli e raccomandazioni

Proporre e accettare la sfida dell'astinenza
(adattandola all'età e alla situazione) è una buona
pratica per imparare un uso intelligente e
consapevole dello smartphone

PROVARE PER CREDERE!



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

Potete trovare il libro in cui è
descritta la ricerca gratuitamente
a questo indirizzo:

<https://shorturl.at/efLT1>

Consiglio di lettura: come si
spiega nell'Introduzione si può
saltare senza danni il primo
capitolo 

Spot pubblicitario

Renato Stella

ASTINENZE

Ragazzi e ragazze per 7 giorni senza web



formato  edizioni