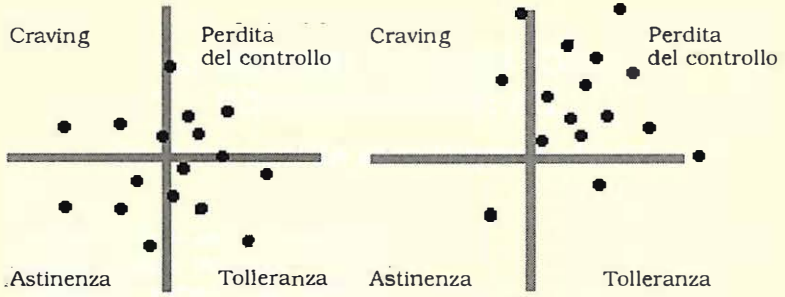
IV

USO, ABUSO, DIPENDENZA DA INTERNET (UADI)

Guida semplificata all'uso del test

> Statistica: la sola scienza che permette a differenti esperti, usando gli stessi dati, di arrivare a differenti conclusioni.
>
> E. ESAR

Prima della pubblicazione in Italia dello UADI i questionari che potevano essere reperiti fuori e dentro la Rete per la valutazione delle problematiche psicopatologiche connesse all'uso di internet presentavano numerose deficienze (Talli, D'Andrea, Cantelmi, 1998; Cantelmi, Del Miglio, D'Andrea, Talli, 2000). In primo luogo l'esiguità del campione su cui venivano fatte le varie inferenze psicologiche che di fatto limitava la sua rappresentatività. Secondariamente il metodo di reclutamento del campione stesso. Molti autori riuscivano anche in tempi relativamente brevi a raccogliere un gran numero di soggetti e dati mediante l'utilizzo di questionari elettronici accessibili dagli utenti della Rete. Con questo metodo l'autore si trovava, di fatto, nell'impossibilità di appurare la reale identità dell'utente che compilava il questionario, selezionando per di più solo gli utenti interessati alla ricerca e non altri. Quasi tutti gli strumenti, inoltre, erano privi di un qualsivoglia studio di validazione. Non si poteva, quindi, sapere né il grado di attendibilità e di validità di quello specifico strumento, né tantomeno inferire le norme a cui riferire il singolo punteggio. Infine la mancanza di una definizione chiara e univoca di ciò che ci si prefiggeva di indagare con lo strumento, data la molteplicità di criteri diagnostici proposti per il disturbo. Se i criteri diagnostici per misurare l'Internet Addiction Disorder differivano da autore e autore, dif-



ferivano anche gli strumenti ad essi ispirati. Tuttavia alcune caratteristiche, connesse al costrutto «dipendenza», ricorrevano più di altre: *craving* (l'impulso irrefrenabile verso l'oggetto di piacere, nel nostro caso la Rete), *lack of control* (l'incapacità dell'individuo di controllare l'impulso), *withdrawal* (l'astinenza, con i suoi sintomi tipici quali, irritabilità, ansietà, insonnia, sudorazione, ecc.) e *tolerance* (l'aumento progressivo della quantità di piacere ricercato nell'oggetto di dipendenza). Anche quando le caratteristiche da misurare coincidevano, alcuni questionari potevano presentare un set di item palesemente «sbilanciato» su una o più di queste caratteristiche, con il risultato di andare a misurare solo una parte del problema (vedi figura).

L'UADI prometteva di superare buona parte di questi inconvenienti e di attestarsi come il primo (e al momento unico) questionario validato sulla popolazione italiana. Un impegno che riteniamo mantenuto, viste le indubbie qualità psicometriche dello strumento e il suo crescente interesse presso la comunità, scientifica e non.

In queste pagine ripercorriamo il processo di costruzione e validazione del 2001 e l'attuale semplificazione delle procedure per l'interpretazione dei punteggi. Ci proponiamo, in definitiva, di mettere a disposizione dell'interessato uno strumento di collaudata affidabilità e di ancora più facile uso e interpretazione. A voi giudicare se ci siamo riusciti.

Il lavoro di validazione del 2001

Il lavoro di costruzione e validazione del test UADI è ben descritto nell'articolo *Costruzione e validazione preliminare di uno strumento (UADI) per la rilevazione delle variabili psicologiche e psicopatologiche correlate all'uso di internet* uscito nel settembre del 2001 sul «Giornale Italiano di Psicopatologia» ad opera di Del Miglio, Gamba e Cantelmi. È da queste pagine che ricaviamo i principali dati psicometrici presenti in questo paragrafo, in primo luogo quelli concernenti il campione di validazione. I soggetti sono stati tutti reperiti in condizioni offline (senza fare uso di questionari elettronici), presso alcuni Internet cafè (o simili) e ambienti lavorativi e universitari di varie città italiane. Agli utenti è stato somministrato un protocollo di ottanta item a cui si poteva rispondere secondo una scala Likert strutturata su cinque livelli (1=assolutamente falso; 2=piuttosto falso; 3=né vero né falso; 4=abbastanza vero; 5=assolutamente vero). I contenuti indagati dagli item riguardano molti aspetti psico-pato-logici connessi con l'uso, abuso, dipendenza della Rete: tolleranza, astinenza, impatto sulla vita reale (relazioni, salute, lavoro), compulsività, esperienze sensoriali bizzarre, fuga-alienazione, identità, onnipotenza, ricerca di emozioni, sperimentazione di aspetti diversi del sé, regressione. Come si può vedere dalla Tabella IV.1, il campione raccolto si compone di 163 maschi e di 78 femmine di età compresa tra i 13 e i 57 anni. I soggetti celibi superano di gran lunga quelli sposati e coloro che possiedono il diploma di scuola media superiore sono in netta prevalenza numerica. Per quanto concerne l'uso della Rete, la maggior parte dei soggetti permane in Rete per non più di dodici ore settimanali, mentre coloro che superano il limite delle quaranta ore settimanali sono un'esigua minoranza. Mediamente i soggetti esaminati usano internet da almeno ventiquattro mesi.

Al fine di individuare e delineare le principali dimensioni indagate dal test è stata effettuata l'analisi fattoriale delle componenti principali (ACP). Come si può notare dalla Tabella IV.2 i cinque fattori estratti con auto valore maggiore di 2.5 spiegano circa il 40% della varianza totale e risultano tutti rappresentati da un numero considerevole di item.

VARIABILE		FREQUENZA	PERCENTUALE
SESSO			
	maschi	163	67.6
	femmine	78	32.4
ETÀ			
	< 20	24	10.0
	20 – 25	75	31.1
	26 – 30	66	27.4
	31 – 36	37	15.4
	> 36	39	16.2
STATO CIVILE			
	celibe	195	80.9
	coniugato	46	19.1
TITOLO DI STUDIO			
	media	22	9.1
	media superiore	168	69.7
	laurea	51	21.2
MESI DI UTILIZZAZIONE			
	6 – 12	91	37.8
	13 – 19	28	11.6
	20 – 24	43	17.8
	25 – 31	12	5.0
	32 – 38	50	20.7
	> 38	17	7.1
ORE DI COLLEGAMENTO			
	6 – 12	169	70.1
	13 – 19	37	15.4
	20 – 26	20	8.3
	27 – 33	6	2.5
	34 – 40	6	2.5
	> 40	3	1.2

Tabella IV.1 (tratta da Del Miglio, Gamba e Cantelmi, 2001)

COMPONENTE	VARIANZA	ITEM (1-75)	NOME DATO ALLA COMPONENTE
1	23.889	58, 57, 17, 71, 72, 21, 45, 20, 6, 53, 11, 61, 4, 3, 5	Il primo fattore estratto, denominato EVASIONE, raccoglie una serie di item che descrivono un uso di Internet all'insegna dell'evasione, come atto di compensazione rispetto alle difficoltà della vita reale quotidiana.
2	6.319	38, 24, 50, 44, 33, 62, 23, 54, 69, 74, 40, 55, 26, 29, 12	Gli item relativi al secondo fattore, denominato DISSOCIAZIONE, descrivono alcuni sintomi dissociativi (esperienze sensoriali bizzarre, depersonalizzazione, derealizzazione) insieme alla tendenza all'alienazione e alla fuga dalla realtà.
3	3.849	59, 49, 43, 64, 35, 41, 70, 22, 39, 14, 73, 32, 27, 66, 51	Il terzo fattore, denominato IMPATTO SULLA VITA REALE, raccoglie una serie di item relativi alle conseguenze sulla vita reale dovute all'uso «distorto» di Internet.
4	3.360	68, 18, 31, 30, 7, 36, 13, 25, 15, 37, 9, 42, 19, 60, 65	Gli item del quarto fattore, denominato SPERIMENTAZIONE, 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.
5	3.168	75, 16, 47, 1, 8, 52, 2, 67, 46, 63, 48, 28, 34, 56, 10	L'ultimo fattore estratto, denominato DIPENDENZA, contiene item che riguardano alcuni comportamenti e sintomi della dipendenza, in particolare tolleranza (aumento progressivo del periodo di collegamento) astinenza, compulsività e ipercoinvolgimento.

Tabella IV.2 (tratta da Del Miglio, Gamba e Cantelmi, 2001)

Oltre all'individuazione di cinque specifiche scale, riconducibili alle cinque componenti estratte (Evasione compensatoria, Dissociazione, Impatto sulla vita reale, Sperimentazione e Dipendenza), l'analisi fattoriale ha suggerito anche l'eliminazione di alcuni item, per così giungere a un nuovo strumento di settantacinque item. Per la misura dell'attendibilità del questionario gli autori si sono avvalsi del calcolo del coefficiente alfa di Cronbach. Come si può notare dalla Tabella IV.3 le stime risultano soddisfacenti per tutte le scale.

SCALA	ALPHA
Evasione Compensatoria	0.8966
Dissociazione	0,9273
Impatto sulla vita reale	0,8182
Sperimentazione	0.8205
Dipendenza	0,7605

Tabella IV.3 (tratta da Del Miglio, Gamba e Cantelmi, 2001)

Come per qualsiasi analisi psicometrica di questo tipo, si sono calcolate la media e la deviazione standard di ciascuna scala e l'analisi della varianza (ANOVA) delle principali variabili anagrafiche e non (sesso, titolo di studio, stato civile, ore di collegamento, mesi di utilizzo). Considerando che ciascuna scala contiene quindici item e che le sommatorie dei punteggi grezzi alle risposte possono variare da 15 a 75, i soggetti presentano generalmente punteggi medi abbastanza bassi, soprattutto alla scala della Dissociazione. Come si può notare dalla tabella sottostante, la scala della Dipendenza presenta invece una media piuttosto vicina al punteggio grezzo intermedio (45).

Non si sono riscontrate, nei punteggi, differenze statisticamente significative tra maschi e femmine. Un dato interessante è invece emerso per la variabile età: i soggetti con meno di 20 anni presentano in media punteggi più alti a tutte le scale, in particolare alla scala SPE, EVA e DIS. Purtroppo la scarsa numerosità

SCALA	MEDIA	DEV. STANDARD
Evasione Compensatoria	36.19	12.49
Dissociazione	29.25	13.18
Impatto sulla vita reale	36.60	11.15
Sperimentazione	36.50	10.51
Dipendenza	43.73	9.51

Tabella IV.4 (tratta da Del Miglio, Gamba e Cantelmi, 2001)

di soggetti che appartengono a questa categoria non permette di fare attendibili ipotesi esplicative.

Infine il calcolo delle correlazioni tra le scale dello UADI e ore di collegamento non ha evidenziato alcun valore significativo. Il numero di ore che gli utenti passano collegati alla Rete, dunque, non permette di discriminare l'uso dall'abuso, almeno in questo campione. Diversamente emerge una correlazione negativa tra le scale EVA, DIS e SPE dello UADI con la variabile «mesi di utilizzo» ($p < 0.01$): con l'aumentare dei mesi di utilizzo della Rete diminuiscono i punteggi delle scale. Questo dato smentirebbe la convinzione diffusa che i comportamenti d'abuso e successivamente di dipendenza si sviluppano nel tempo, parallelamente alla crescita dell'utilizzo di internet.

La standardizzazione del 2009

L'utilizzo sempre più diffuso del test da parte degli addetti ai lavori (ricercatori, psicologi, laureandi in psicologia) e il suo crescente interesse presso gli stessi internauti, ci ha indotto nel corso dell'anno 2009 a operare una semplificazione delle procedure di interpretazione dei risultati. A tal fine abbiamo condotto quello che in psicometria viene definita la «standardizzazione dei punteggi grezzi», per consentire l'immediata classificazione del soggetto partendo dal suo punteggio grezzo (Boncori, 2006). Si è deciso di trasformare il punteggio grezzo in punteggio T, che come è noto riguarda una distribuzione normale con media 50 e

deviazione standard 10. Ogni possibile punteggio grezzo conseguibile nelle cinque scale dello UADI (da 15 a 75) è stato trasformato in punteggio T secondo le seguenti formule (vedi il foglio di profilo riportato in Appendice):

$$z = \frac{X - \bar{X}}{DS} \qquad T = z \times 10 + 50$$

Legenda: *z = punteggio standardizzato con media 0 e DS1*
X = punteggio grezzo conseguito dal soggetto
$\bar{X}$ = media aritmetica dei punteggi grezzi
DS = deviazione standard dei punteggi grezzi
T = punteggio standardizzato con media 50 e DS10

Secondo questa nuova scala, i soggetti che superano il punteggio di 70, cioè che si discostano di due deviazioni standard dalla media, vengono considerati patologici. Al di sotto di un punteggio di 30, invece il soggetto presenta una condizione psicologica molto lontana dalla caratteristica indagata. Un punteggio compreso tra i 31 e 69, come è facilmente intuibile, classifica il soggetto come normale. Per una più accurata interpretazione dei risultati si possono consultare le seguenti tabelle:

Punti T	Possibilità interpretative della scala EVASIONE
Alto (70 e oltre)	Utilizzo della Rete come evasione dai problemi reali – Difficoltà a stabilire relazioni sociali soddisfacenti – Euforia
Medio (da 31 a 69)	La rete può essere impiegata per fini di evasione, ma contestualmente a una condizione psicologica dove le esigenze reali prevalgono su quelle immaginative

Tabella IV.5

Punti T	Possibilità interpretative della scala DISSOCIAZIONE
Alto (70 e oltre)	Esperienze sensoriali bizzarre – Depersonalizzazione – Derealizzazione – Alienazione – Fuga dalla realtà
Medio (da 31 a 69)	Esperienze dissociative assenti o ridotte

Tabella IV.6

Punti T	Possibilità interpretative della scala IMPATTO SULLA VITA REALE
Alto (70 e oltre)	Disagio sociale – Affaticamento psicofisiologico – Stravolgimento delle consuete abitudini
Medio (da 31 a 69)	Internet impatta sulla vita reale in modo nullo o comunque contenuto – Le attività reali si integrano con quelle virtuali

Tabella IV.7

Punti T	Possibilità interpretative della scala SPERIMENTAZIONE
Alto (70 e oltre)	Comportamenti trasgressivi, aggressivi – Eccitazione – Menzogna – Identità fluida – Noia
Medio (da 31 a 69)	Vi è un naturale bisogno di esprimersi in nuovi ruoli o identità

Tabella IV.8

Punti T	Possibilità interpretative della scala DIPENDENZA
Alto (70 e oltre)	Elevato controllo sui servizi di Rete – Tolleranza – Astinenza – Compulsività – Ipercoinvolgimento
Medio (da 31 a 69)	Adeguata gestione della Rete – Collegamenti definiti in base alle esigenze iniziali – Umore stabile
Basso (inferiore a 30)	Umore non condizionato dalla navigazione – Disinteresse per la Rete

Tabella IV.9

Una precisazione è doverosa: per il computo del punteggio grezzo, per ragioni psicometriche, alcuni item del questionario sono stati costruiti in forma negativa (per esempio, l'item 14 «Da quando uso internet non mi è mai capitato di saltare i pasti o di modificare le mie abitudini») e di conseguenza richiedono l'inversione del punteggio della risposta (per esempio, se il soggetto risponde 1 all'item precedente, il punteggio viene trasformato in 5). Ovviamente il punteggio grezzo di ciascuna scala viene ottenuto dalla sommatoria dei punteggi di risposta agli item corrispondenti. Di seguito riportiamo i settantacinque item del questionario suddivisi per le cinque scale principali: gli item contrassegnati con l'asterisco richiedono l'inversione del punteggio.

EVA	58, 57, 17, 71, 72, 21, 45, 20, 6, 53, 11, 61, 4, 3, 5
DIS	38, 24, 50, 44, 33, 62, 23, 54, 69, 74, 40, 55, 26, 29, 12
IMP	59*, 49*, 43*, 64*, 35*, 41*, 70*, 22*, 39*, 14*, 73*, 32*, 27*, 66*, 51*
SPE	68, 18, 31, 30, 7*, 36, 13, 25, 15, 37, 9, 42, 19, 60, 65
DIP	75, 16, 47, 1, 8, 52, 2, 67, 46*, 63, 48, 28, 34, 56*, 10

Griglia per la raccolta dei dati

Indici digitali ⇩	Sesso maschile	Sesso femminile	Adolescente	Istruzione bassa	Single- relazione	Aggressività	Regressione-	Manipolatività	Perfezionismo	Insoddisfazione	Insicurezza	Sicurezza	Creatività	Ricerca di	Interesse per	Fiducia	Passività	Impulsività	Onnipotenza	Razionalità	Evasività	Noia	Personalità	Personalità	Personalità	Personalità	Addiction	Fragilità dell'io	Inaffidabilità
Dimensione Estetica																													
Avatar di seduzione (2d)																													
Avatar di potenza (2d)																													
Avatar idiosincrasici (2d)																													
Avatar di facce reali (2d)																													
Avatar demoniaci (2d)																													
Avatar di cartoni animati (2d)																													
Avatar astratti (2d)																													
Avatar sciocchi (2d)																													
Colori violenti, contrastati (3d)																													
Avatar seduttivo, manipolativo (3d;																													
Avatar erotico, epico (3d; maschio)																													
Nickname metal																													
Nickname violento																													
Nickname demoniaco																													
Nickname erotico-epico																													
Nickname sentimentale																													
Nickname poetico																													
Nickname floreale																													
Nickname estetico																													
Nickname sessuale																													
Frequenti cambiamenti di avatar o di																													
Dimensione Situazionale																													
Chat sex																													
Chat incontri																													
Elevato tempo di permanenza																													
Collegamenti notturni																													
Zapping																													
Dimensione Relazionale																													
Flaming																													
Bombino																													
Lurking																													
Gender swapping-spoofing																													
Testo espressivo, emozionale																													
Testo lungo o autoreferenziale																													
Testo disorganizzato																													
Testo freddo e logico																													
Tempi lunghi di risposta																													
Tempi brevi di risposta																													
Distanza minima dell'avatar (3d)																													
Testo «senza paura»																													
Testo con «emoticons»																													
Testo con errori ortografici																													
Contenuto impersonale																													
Contenuto personale																													
Contenuto esplicito (chat sex)																													
Contenuto non esplicito (chat sex)																													
Congruenza totale																													
Congruenza parziale																													
Congruenza assente																													
Fornire e-mail, telefono, indirizzo																													
TOT. **Area Anagrafica** **Area Psicologica** **Area Psicopatologica**																													

Gradi di
libertà espressiva: ..... (1=bassa; 2=media; 3=alta)

Numero degli
indici rilevati: ..... (<6=insufficiente; >6=sufficiente)

Livello di
attendibilità dell'analisi: ..... (1=insufficiente; 2=sufficiente; 3=elevato)

AREA ANAGRAFICA

.....

.....

.....

.....

.....

AREA PSICOLOGICA

.....

.....

.....

.....

.....

AREA PSICOPATOLOGICA

.....

.....

.....

.....

.....