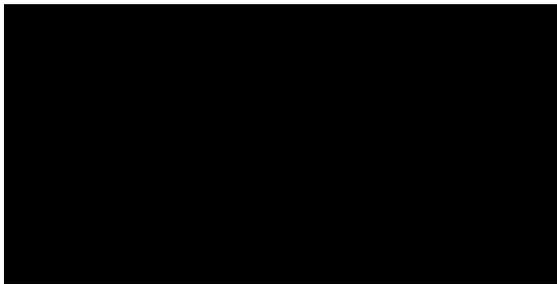


Il tempo da dedicare ad internet per i propri figli

Categoria : PSICHE E DINTORNI

Pubblicato da [Anna Nappi](#) in 15/7/2008

Domanda - Sono d'accordo su quanto scrive riguardo alla necessità di contingentare il tempo da dedicare ad internet per i propri figli, ma non è semplice, in assenza di un'alternativa per loro preferibile. Glielo dice il genitore di una ragazzina di 15 anni, che pur 50enne e medico, ha qualche difficoltà ad irregimentare un terremoto del genere. Cari saluti. Mara - Salerno



Risposta - Salve, l'organizzazione del tempo per gli adolescenti da dedicare ad internet è necessaria per evitare che da adulti essi possano diventarne sempre più dipendenti fino a sviluppare la cosiddetta dipendenza da internet o internet addiction disorder (IAD).

Chi soffre di questo disturbo trascorre sempre più tempo navigando con una conseguente riduzione riguardo ad altri interessi. Nel tempo avrà sempre maggiori difficoltà ad interromperne l'uso e laddove ci riesca avrà il pensiero ossessivo rispetto a ciò che può accadere online in sua assenza.

Tutto ciò può avere gravi ripercussioni anche sul campo relazionale e lavorativo, senza che questo riesca ad intaccare l'uso spasmodico della navigazione sul web. Una delle caratteristiche di questa patologia è la perdita di ogni riferimento temporale: la percezione è di passare pochi minuti al computer mentre in realtà sono ore.

Proprio per questo motivo è importante che i genitori stabiliscano da subito delle regole in merito al tempo da trascorrere al pc, abituando i figli anche a trovarsi interessi diversi, facendo sport, uscendo con gli amici. La vita di relazione è molto utile per mantenere un contatto con la realtà e per evitare di essere risucchiati dall'inebriante mondo del web.