



PLENARI GT2: Aspectes psicopatològics en l'entorn digital

Anna Robert

Àrea d'Adolescents del CASM Benito Menni de Sant Boi de Llobregat (Barcelona).

Les xarxes digitals tenen un paper mitjancer a l'hora de mantenir o agreujar els comportaments "additius" o d'hiperconnexió. La societat occidental actual està, en general, hiperconnectada, es mou per valors de consumisme, egocentrisme, multitasca i tot això contribueix a l'esgotament de l'individu (senyalat per Byung Chul Han).

Giddens exposa com, davant la falta de rituals en les societats postmodernes, els éssers humans generen compulsions vinculades als estils de vida (virtuals també) amb intenció de mantenir llaços socials i ordenament social. Mirar el mòbil tot sovint, per exemple, podria ser una compulsió en aquest sentit.

Les addiccions, enteses fa anys com "malalties cerebrals" són vistes cada cop més com fenòmens complexos on interactuen constantment qüestions més biològiques, amb les més psicosocials/ambientals.

Les compulsions persegueixen minorar l'ansietat dels individus. Puntualment ho aconsegueixen, però a mig llarg terme no són efectives i l'angoixa torna a pujar requerint de nou una acció compensatòria, a mode de cercle viciós. L'ús excessiu d'internet pot esdevenir una activitat compulsiva, que troba una diversitat de possibilitats per canalitzar aquestes angoixes dels homes i dones moderns.

Les autolesions online afecten principalment els adolescents, amb una tendència creixent i alarmant en els darrers anys. Suposen una forma d'expressar el patiment posant el cos com a mitjà i les xarxes com el medi per fer arribar aquest patir als demés.

La sexualitat en xarxa és un fenomen prou comú. En el moment que la persona creu perdre el control sobre aquest comportament i entra en un funcionament compulsiu al respecte, pot suposar un problema. Com a factors de risc per l'ús problemàtic: la soledat, la baixa autoestima i l'ansietat social.

En el cas dels videojocs també és la pèrdua de control i la presència de problemes sobreafegits el criteri per cercar ajut. El joc com a refugi del malestar, en especial en nens i nois amb dificultats de regulació conductual i emocional, baixes habilitats socials, baixa autoestima i disfunció familiar.

Els jocs d'aposta online han tingut un creixement alarmant en els darrers anys, en especial entre el grup dels més joves (15 a 24 anys). A banda dels factors de risc que s'han anat comentant, en aquest cas el més idiosincràtic és el desig de guany material.

Els trastorns de la conducta alimentària han trobat en les xarxes una possibilitat de crear comunitats virtuals veritablement perilloses, en la línia de proposar conductes poc saludables com una "filosofia de vida" pels joves disposats a seguir-les.

Finalment, les xarxes socials catalitzen, amplifiquen o donen veu a relacions o interaccions que poden esdevenir clarament perjudicials. Mentides, control excessiu de la parella, assetjament, poder compartir continguts poc pertinents o clarament lesius per tercers, o funcionaments limítrofs que donen peu a malentesos i malestar emocional intens... són alguns exemples d'aquests usos disfuncionals de les xarxes digitals.

A mode conclusiu, poder convé tenir una visió menys medicalitzada (patologitzant) dels usos digitals i promoure una visió constructivista, que permeti avaluar l'estil de relacions i ús de la tecnologia, i que posi un focus important en fer recerca sobre quines intervencions poden ser efectives online, i fins i tot quins continguts convé regular.