

## Se l'amore vien chattando

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Ho 26 anni e vivo in un piccolo paese del Sud. Faccio l'impiegata, senza troppa soddisfazione. L'unica cosa che mi dà emozioni vere è chattare la sera sul mio computer. Le scrivo perché attraverso Internet mi sono innamorata di un ragazzo fantastico. Ci siamo incontrati in rete due mesi fa ed è bellissimo. Lui vorrebbe incontrarmi davvero, dice di amarmi alla follia, ma io ho un po' paura. Non vorrei perdere questa magia. E se poi io non gli piaccio o lui non mi piace? Lui insiste, io sto frenando, ma non potrò farlo a lungo. Cosa mi consiglia? E' vero che tutti gli amori nati su Internet finiscono male?"

Stefania A.

No, non tutti gli amori che nascono in rete sono destinati a finire, gentile Stefania. Tuttavia, è vero che solo una minoranza sopravvive alla "prova di realtà" costituita dall'incontro nella vita. Qualche dato: su 2000 donne inglesi navigatrici abituali (età media, 27 anni) il 24 per cento ha avuto una storia romantica nata sul web ("cyber-love"); il 64 per cento ha incontrato l'innamorato nella vita reale; il 10 per cento dichiara di aver anche avuto rapporti con lui. Su 600 coppie australiane nate sul web, il 70 per cento si è separato dopo pochi mesi, a conferma della grande vulnerabilità delle coppie nate con una forte componente proiettiva e di sogno. In Italia, l'80 per cento delle coppie nate sul web si separa addirittura dopo il solo primo incontro, soprattutto per la sensazione "di aver incontrato un estraneo": tutto il senso di intimità emotiva svanisce, in queste coppie, quando la verità del corpo impone le sue ragioni rispetto ai sogni e al bisogno di innamorarsi.

Questi dati, gentile Stefania, non significano che alcune coppie non possano durare ed essere profondamente felici. Sottolineano tuttavia la grande fragilità e vulnerabilità di questo tipo di innamoramenti, nonché alcuni rischi, specialmente per le donne più sprovvedute o ingenui.

Perché Internet può essere "rischioso" dal punto di vista amoroso?

Innanzitutto, proprio per le caratteristiche della vita su Internet, la cosiddetta "e-life". Questa vita virtuale è strettamente interattiva. E' sincrona, pur avendo una grande flessibilità temporale. Consente una sostanziale destrutturazione dello spazio fisico: in fondo bastano un computer, una tastiera e un collegamento. Tutto il resto viaggia nell'immaginario. Questo è un piacere, certo, ma anche un rischio non da poco. Ha inoltre la singolarità dell'assoluta dominanza della parola scritta e delle immagini su tutti gli altri aspetti della comunicazione fisica: non c'è l'aspetto fisico dell'altro, finché non ci si scambia le fotografie. Non ci sono l'odore dell'altro/a, il suo profumo, il suo sguardo, il suo abbraccio, il suo sorriso: tutti segnali potentissimi nel modulare la verità e la forza degli innamoramenti nella vita reale. Infine, c'è un continuo incrociarsi di vie tra l'esistenza virtuale e l'esistenza reale. Differenze quindi non da poco, rispetto al corteggiamento abituale, dove il corpo e le sue ragioni vengono in genere prima di tutto.

Quali sono le differenze maggiori tra un innamoramento su Internet e uno nella vita reale?

Nella vita reale contano moltissimo il sesso della persona, la sua età, la sua estrazione sociale, il suo aspetto fisico. Nella e-life il dialogo viene prima di tutto. Invisibili, almeno finché dura il gioco, possiamo dichiarare anche di essere dell'altro sesso; possiamo dichiararci giovani, o più giovani, belli, ricchi, con un bel lavoro. Possiamo giocare con identità multiple: un fenomeno chiamato "avatar", dal nome di un dio indiano dalle molteplici forme.

Chi corre più rischi, navigando su Internet?

Molto dipende dalle motivazioni per cui si va – tanto o poco – sul web. Ci si può andare per curiosità, per gioco, per sperimentarsi, pur avendo una vita reale soddisfacente: in questi casi il "baricentro è piazzato", ossia la persona ha già di suo un buon equilibrio personale. E' quindi in grado di valutare seduzioni giocose e rischi, e di prendere le opportune misure e distanze. Si dice in tal caso che la navigazione è "espressiva" di talenti, curiosità, capacità di sperimentarsi in altro modo. Diversa è la situazione di chi sta vivendo un periodo di crisi, di chi è francamente depresso, ha una relazione conflittuale o deludente, o è insoddisfatto della sua vita corrente. In tali casi la motivazione a cercare amicizie/partner su Internet è spesso "difensiva" rispetto a sentimenti di ansia, delusione, frustrazione, disistima, che la persona non riesce ad affrontare sul terreno psicologico. In tali situazioni aumenta nettamente la vulnerabilità a comportamenti di tipo proiettivo, in cui la persona incontrata sul web diventa l'indossatore o l'indossatrice di tutti i nostri sogni, il Principe azzurro o la Principessa rosa mai incontrati nella vita reale. Chiaro che quanto più è alta la componente proiettiva e di illusione, tanto maggiore sarà poi il rischio di delusioni anche gravi.

Perché è facile innamorarsi su Internet?

Perché ci si sente ascoltati, soprattutto durante il dialogo fitto fitto in cui ci si scrive appassionatamente. E' questo "sentirsi ascoltata/o con attenzione" la molla più forte che fa scattare l'innamoramento: perché l'ascolto dà un grande senso di intimità emotiva, di complicità, di partecipazione, in un certo senso con una dinamica antica, in cui prima ci si conosceva e dopo, molto dopo, si aveva un'intimità fisica.

Il secondo elemento di grande seduzione è lo svelare, a poco a poco, il mistero dell'altro. Questo "togliere il velo", in senso simbolico prima ancora che reale, è un elemento potentissimo per rilanciare il desiderio, che si nutre di mistero, di sogno, di distanza, di silenzi, di fantasticherie. Ascolto, distanza, mistero, nutrono potentemente la componente romantica dell'amore, il bisogno di sognare a occhi aperti.

Anche questo, Stefania, ti trattiene dal passare dall'amore virtuale alla vita reale. In positivo, il dosare con gradualità la conoscenza reciproca attraverso la scrittura può anche aiutare a costruire una qualità di sentimenti più profonda, che poi consenta di riconoscersi davvero anche nella vita reale. Te lo auguro di cuore.

Approfondimento – Esiste la "Internet addiction", la dipendenza da Internet?

Probabilmente sì. Nella realtà clinica si considera che l'ossessione per Internet possa essere un semaforo rosso che si accende sulla via della salute, avvertendoci di rischi più profondi e più gravi:

- un problema di depressione, che aumenta la tendenza a isolarsi dalla vita reale e dai rapporti affettivi veri;
- un disturbo nel controllo degli impulsi;
- una tendenza alla dipendenza da sostanze quali alcool o droghe, ma anche da Internet;
- una parafilia (che una volta si chiamava perversione, termine oggi ritenuto giudicante e grondante giudizio morale... da ogni lettera): molti trovano su Internet il mezzo per appagare desideri altrimenti inconfessabili o non realizzabili;
- difficoltà di orientamento sessuale, in particolare omosessuale, che può slatentizzarsi grazie alla pseudo-anonimità di Internet.

Il segnale di "dipendenza" si accende quando il tempo passato su internet tende ad occupare tutto il tempo libero personale, a scapito della vita reale.