

Milano 30 ottobre 2023



Dipendenze comportamentali Al femminile

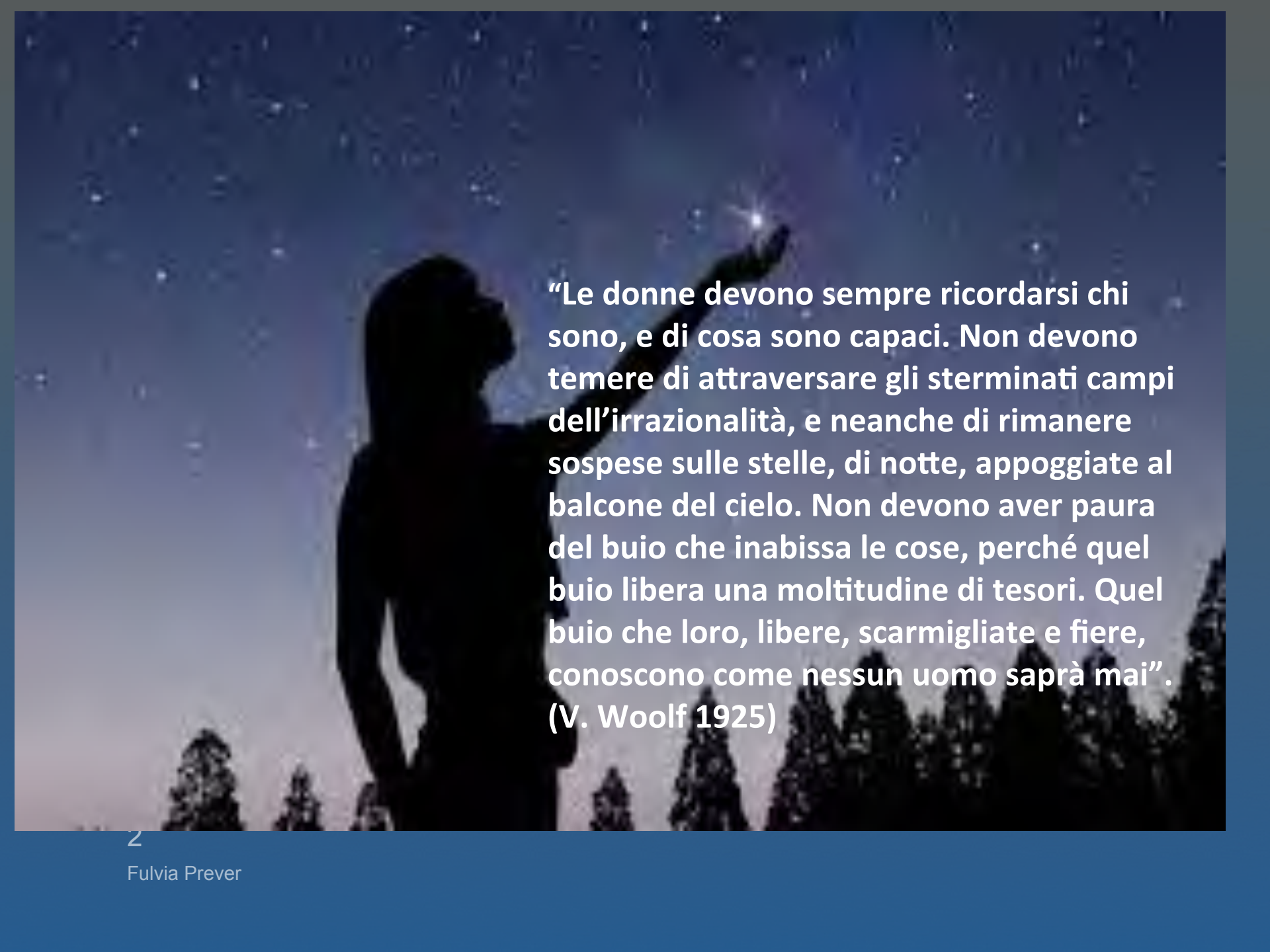
Dott.ssa Fulvia Prever

Psicoterapeuta

Presidente FONDAZIONE VARENNA

*Responsabile Scientifico Progetto Azzardo & Donne,
e Dipendenze-SUN(N)COOP*

Referente internazionale Donne, Gambling & Dipendenze Comportamentali in EASG & ISSBA

A silhouette of a person standing against a dark, starry night sky. The person is pointing their right hand towards a bright star. The background is filled with numerous smaller stars, and the bottom edge shows the dark silhouettes of trees.

“Le donne devono sempre ricordarsi chi sono, e di cosa sono capaci. Non devono temere di attraversare gli sterminati campi dell’irrazionalità, e neanche di rimanere sospese sulle stelle, di notte, appoggiate al balcone del cielo. Non devono aver paura del buio che inabissa le cose, perché quel buio libera una moltitudine di tesori. Quel buio che loro, libere, scarmigliate e fiere, conoscono come nessun uomo saprà mai”.
(V. Woolf 1925)

La dipendenza nascosta

Perché è importante parlare di dipendenza al femminile?

Perché è una popolazione **sempre più presente**, per esempio nella dipendenza **da gioco d'azzardo (e non solo)** ma se ne parla sempre **al maschile** – **giocatore** invece che **giocatrice**.

Importanza del linguaggio nel definire la realtà,

come se ciò che **funziona per LUI** debba **funzionare anche per LEI..(Mark & Lesieur 92)**



IL LINGUAGGIO *non è solo* uno strumento per trasmettere *informazioni e idee*: le parole che si usano *riflettono la società* che le utilizza *e a loro volta la influenzano*.

es, ludopatia!! lady luck ...

L'espressione **sessismo linguistico** descrive quando emerge una profonda discriminazione nel modo di rappresentare la donna, rispetto all'uomo, attraverso l'uso della lingua.

“Al linguaggio → ruolo fondamentale nella **costruzione sociale** della realtà e, quindi, anche **dell'identità di genere maschile & femminile**:

necessario che sia usato in modo **non “sessista”** e **non privilegi** più, come **avviene da secoli**, il **genere maschile** né continui a **tramandare** tutta una serie di **pregiudizi negativi** → delle donne, ma **diventi rispettoso di entrambi i generi”** (C. Robustelli)

NON solo Giocatore senza **distinzione di specificità e di bisogni**, in **terapia/ricerca...**

Systematic biases in the way **gambling research is reported** ,
focuses on men as the dominant risk group.

Why? It's because women don't experience the **same level of difficulties** as men?

OR ... these screens are not the best tools for picking up the **types of problems** that women experience? Do they **fit to describe women's harm?**

as a consequence , it is men, typically **young men**, who have the **main focus** as the **primary risk**

Tokio (Prever, Wardle et al) **standardized screen tools for problem gamblers** give very **low amounts of female problem gamblers data**, and often **sample sizes** are simply **not large enough** to look female problem gamblers alone

But **with no data, women are not seen.!!!**

Ambivalence to exploring gambling behaviors and interventions from a **gendered perspective** which **reinforces the status quo**.

We **fail to account for differences** and **compound one error with another** when translating knowledge.

We often make assumptions that what applies for men, applies for women ! (Mark and Lesieur , 1992)

Robert Custer, (1984), whose early work on pathological gambling was based on studies of **male veterans and mostly male GA**, became the foundation upon which **our understanding of gambling was based** and **amended**, but nearly always by focusing on the experiences of men because it was **male experiences** that were **most visible** → **DSM III**

TO which extent the **final recommended criteria** best **represented the experiences of men & women?** most **dominant diagnostic** criteria focused on the majority experiences of men and didn't **consider the full range of female experiences**.

Why we keep on talking about female specificity in many aspects, included HEALTH , and then we always forget to take into account in our work??

Gender approach is **widely** recognised as fundamental in any health prevention or treatment program:

Differences between women and men in **Physical Health** as far as **symptoms** characteristics and **diagnostic criteria** or in **their reactions** to **medicaments** and **treatments** are nowadays **evidence based**.

(**cardiac disease symptoms**, **diabetes reaction** to medicaments and so on)

Why shouldn't be true in Mental Health and Behavioural Addiction too?

As for **ADHD** -diagnostic elements...**Symptoms** -differences → underestimated female **ADHD** population , NOW evidence based !! (Chiara Cecchelli. 2023 Seoul)

Research, therapy, diagnostic criteria, prevention and treatment programs...should be addressed to specificities of female population (and gender minorities)

Gender approach ♀

H.Wardle, F.Prever, N.Hing, H.Breen, A.Duncan et al. 2019
Tokyo

Some **key questions** we should all be asking:

- Moving **beyond the recognition** that **gambling behavior is gendered** – which it is – but to ask **why is it gendered?**
- What does this mean for **how we research, diagnose and treat** women for gambling harms and based on all of this, **what should we be doing differently?**

In 2012, Richard Horton, editor of the Lancet set out **10 reasons** why he felt that **Women** and **children** continued to be **invisible in health**. and why any specific women dedicated approach in Health is not supported and promoted **we opened up new questions**, and discussed about why Gambling is gendered and what could we do differently in our research and clinic activity that would make the difference in our perspective..

Gender approach

NO universally agree plan to address the **causes** of female gambling

Lack of integration between **organizations, collective force of women** to **mobilize** themselves and produce changing, **hindered by shame and stigma**

Little empowerment /organization to **deliver results**

A lack of diverse advocates- GA male narrations

Lack of integration, **alliance and leadership** in terms of **really understanding gambling related harms for women**

SHAME, STIGMA AND SISTEMATIC BIAS REINFORCE WOMEN INVISIBILITY IN GAMBLING and OTHER BEHAVIOURAL ADDICTIONS , OFF line and ONLINE

Medicina di genere ♀

- ↳ Uomini e donne mostrano attitudini e abilità diverse, provano emozioni **diverse in risposta ai fattori** ambientali e agli stimoli sociali e mostrano una diversa suscettibilità allo **stress, alle malattie fisiche e mentali**:
- ↳ un numero sempre crescente di studi ha prestato via via maggiore attenzione alla valutazione delle differenze di **genere nelle dipendenze da sostanze**,
- ↳ **solo di recente** iniziano a comparire degli studi riguardanti le **differenze di genere nelle dipendenze comportamentali**.

*“Gambling Disorder in Women.
An international Female Perspective
on treatment and Research “*

Henrietta Bowden Jones

Fulvia Prever

Routledge , 2017

*La vostra copia online si può scaricare gratuitamente da
amazon, o richiedere direttamente a
fulvia.prever@gmail.com*

In formato PDF



Not just about gambling..

The importance of **female specificity** is a major topic **not only in Gambling Disorders** .

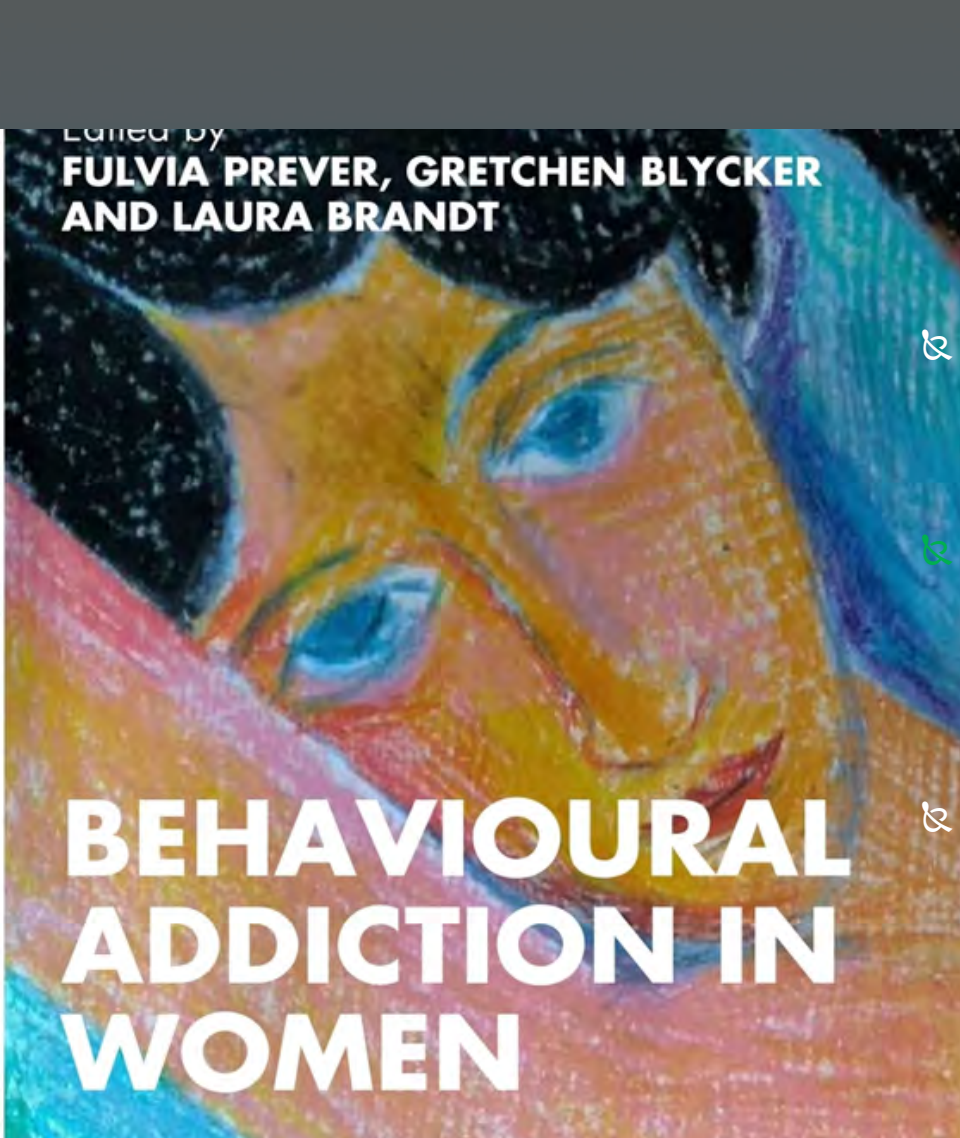
Worldwide it emerges how this **need is transversal** to all **Behavioural Addictions** and in **all countries** and **cultural contexts**:





Una rete speciale, di sole professioniste donne, **multiculturale**, che ci ha permesso di guardare al problema da un punto di vista più sensibile ed empatico, suggerendo una ricerca più mirata e approfondita.

Costruire una cultura di **confronto e di integrazione**, che collochi in un contesto transculturale *differenze e somiglianze della sofferenza femminile* rispetto al GP e alle dipendenze comportamentali tutte e delinei possibili **approcci innovativi mirati** rispetto a un problema che la **globalizzazione** ha reso **trasversale** e da cui le donne sono state particolarmente **coinvolte e penalizzate**.



Edited by
**FULVIA PREVER, GRETCHEN BLYCKER
AND LAURA BRANDT**

BEHAVIOURAL ADDICTION IN WOMEN

- & The importance of female specificity is a major topic **not only in Gambling Disorders** .
- & **Worldwide** it emerges how this **issue is transversal** to all **Behavioural Addictions** and in **all countries and cultural contexts**:
- & that's why our international network worked right in this direction, **questioning** about **gender discrepancies and issues** and collecting all five continents professional contributions

Le donne e la rete

- Se la Rete ha **catturato** le donne, rompendo **l'innata barriera della tecnologia** anche per le **meno giovani**, sostituendo all'esigenza di **fisicità, condivisione e socialità** una dimensione altra, significa che **il bi-sogno femminile di sognare**, di **evadere** dal quotidiano, di essere **libere e altrove**, è ormai sempre più necessario. Il mondo del web lo permette, coniugando al meglio il **ruolo femminile di cura** con **il desiderio di sperimentare**, anche solo per un attimo, **un'altra identità**, una nuova vita, e di trovare **un'ancora di salvezza** per affrontare la realtà vissuta nel quotidiano;

donne pandemia e web

la **pandemia ha pesantemente penalizzato** la popolazione femminile in tutto il mondo, ed evidenziato ancor più il significato anche **positivo e salvifico della rete**.

Il **significato** e **la modalità** di utilizzo del Web appaiono, quindi, molto diversi nella popolazione femminile e maschile, così come i **rischi, le conseguenze**, e lo **stigma connesso**, facendo sì che le donne “dipendenti” paghino un **prezzo più alto sia a livello individuale** che **sociale** e abbiano **minore possibilità** di trovare per loro stesse un **tempo e spazio di cura**.



Sesso e genere

- Le differenze di sesso e di genere non sono determinate esclusivamente dalla biologia, né sono interamente socioculturali.
- Le interazioni tra influenze biologiche, ambientali, socioculturali e di sviluppo danno luogo a fenotipi che possono essere più maschili o più femminili.)
- Queste differenze sessuali legate al genere nel cervello possono influenzare le risposte alle sostanze d'abuso, possono spiegare i cambiamenti progressivi nel cervello dopo l'esposizione alle sostanze e se la dipendenza deriva da esperienze di assunzione di sostanze

Sesso ♀♂

Si usa il termine “ **Sesso**” per riferirsi alla **caratterizzazione di un individuo come femmina o maschio** da **caratteristiche biologiche e morfologiche**.

Ciò suggerisce che ci sono **alcune differenze biologiche di base** (genotipo, caratteristiche morfologiche) i tra femmine e maschi che influenzano il **modo** in cui **ciascuno risponde alle droghe d'abuso e sviluppa** un comportamento di **dipendenza** (Becker et al., 2012; Perry et al., 2013b; Carroll e Anker, 2010; Lynch, 2006; Kerstetter et al., 2012; Becker e Hu, 2008).

Genere

Il **genere** è definito come un **sistema dell'organizzazione sociale** con un insieme di **prescrizioni comportamentali** che si ritiene derivino da **caratteristiche sessuali biologiche**. Queste percezioni di genere sono **socialmente costruite**, **modellate** da strutture e **processi socioculturali** nel tempo (*Fausto-Sterling, 2012*). Ricercatori di scienze sociali e naturali hanno dimostrato che **le dipendenze e le conseguenze delle dipendenze** differiscono per **sexo biologico**, e anche per **genere** (Becker et al., 2016).

DIPENDENZE E GENERE

Pertanto, è possibile affermare che ,per quanto attiene il comportamento di **dipendenza** in generale, (incluse Dip.Comportamentali) , le **differenze di genere e di sesso** , anche nelle popolazioni con diverso orientamento sessuale (**LGBTQ**) , sono la risultante di una **complessa interazione** tra **fattori socioculturali** e **differenze neurobiologiche** di **sesso** (*Becker et al. 2017*),

(Gambling, Gaming, and Internet Behavior in a Sexual Minority Perspective. A Cross-Sectional Study in Seven European Countries,

N.Broman, F. Prever, E.di Giacomo, S. Jiménez-Murcia, A.Szczegielniak, H,Hansson, A.Håkansson

2022).
F. Prever

PREDETERMINAZIONE ?

Sfortunatamente, le ricerche sulle "differenze di sesso nel cervello" significano, per persone che *non sono neuroscienziati*, che i cervelli maschili e femminili sono "cablati" per essere diversi l'uno dall'altro. Inoltre, la concettualizzazione della dipendenza come "malattia del cervello" contribuisce alla convinzione che il cervello di alcune persone renda quasi inevitabile che diventino dipendenti (Meurk et al., 2016;). Quando uno scienziato descrive i risultati delle differenze tra i sessi che portano le donne a diventare dipendenti più rapidamente degli uomini (Anglin et al., 1987),

(Effetto telescopico Grant Potenza 2004 & 2008)

per esempio, molti *non scienziati* presumono che possa fare nulla per cambiare questa situazione.



DIFFERENZE DETERMINANTI?

E' probabile che **alcuni individui** siano **più vulnerabili alla dipendenza, ma** non significa che sia **inevitabile** che una persona vulnerabile diventi necessariamente dipendente. Per molte persone l'etichetta di "**malattia cerebrale**" le **priva** delle loro **capacità e risorse**, quindi non riescono ad assumersi la **responsabilità** della loro dipendenza (Wiens e Walker, 2015).

I neuroscienziati sanno che **il cervello umano non è "cablato"**, ma i risultati scientifici devono essere presentati in un modo che **non si attribuiscano le differenze di sesso nella dipendenza interamente al cervello**

"La sfida **non è negare** che ci siano **differenze cerebrali** tra i sessi, (materia grigia maggiore ♂ vs collegamenti neuronali più sviluppati ♀) ma **scoprirne l'origine e valutarne il significato**, in situazioni di **vita reale**. (Vidal et al 2012)

(Potenza/Prever → eff,telescopico → **genetica/socialmente**

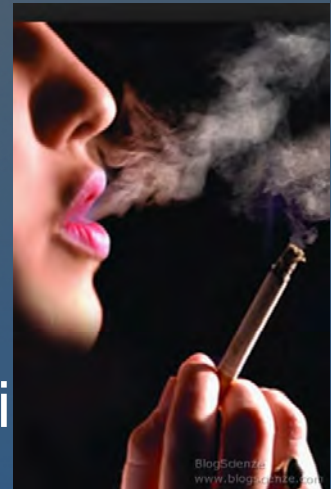
COSA E' BIOLOGIA..

Nello studio delle differenze di genere nella **tossicodipendenza**, e nelle dipendenze comportamentali tutte, si devono prendere certamente in considerazione **le basi biologiche**, in particolare per quanto riguarda i sistemi **dei neurotrasmettitori cerebrali e dei circuiti neurali**, che probabilmente contribuiscono alle differenze di sesso nell'abuso e nella dipendenza, nonché le **influenze degli ormoni sessuali**.

E COSA NON LO E'

Ma nello stesso modo non si devono trascurare l'influenza degli **aspetti socioculturali**, per cui la tradizionale **stigmatizzazione dei tossicodipendenti**, o dei **giocatori** potrebbe essere un **fattore protettivo** per le **donne.** (GAP. ultimo tabù)

vincoli culturali più stretti per le donne rispetto agli uomini, veicolati in modo **non esplicito**. Guardare i **modelli di consumo di sostanze e di azzardo negli uomini** e nelle **donne** nel corso dei **secoli** , è particolarmente utile per comprendere l'influenza che le **condizioni sociali e politiche** esercitano sulla propensione all'uso di sostanze e comportamenti additivi-



Il web e il sogno

“Chiunque abbia perso la nozione del tempo mentre usava un computer conosce la propensione a sognare, il bisogno di realizzare i propri sogni e la tendenza a saltare i pasti”.

l'informatico britannico **Tim Berners-Lee**, inventore del Web metteva in evidenza nel 1994 come la perdita del controllo **nell'uso del computer e di Internet** sia fortemente correlata con le **ragioni psicologiche più profonde dell'essere umano**, in primo luogo, con il desiderio di autorealizzazione di sé stesso e con la ricerca del proprio benessere.

Sognare rappresenta la possibilità di orientarsi verso **ciò che si vuole nella propria vita**, senza sentirsi condizionati dal mondo esterno e dall'ansia,

La prima: Kimberly Young

La **prima descrizione di un paziente con sintomi di dipendenza da Internet** fu pubblicata da Kimberly S. Young (1996); la Young diede un apporto rispetto alle differenze di genere; Center for Internet Addiction- Pittsburg University

“Non aiuto nemmeno i miei figli con i compiti la sera, perché sono in chat, e non li aiuto ad andare a letto, perché non mi rendo conto di quanto sia tardi. Non li aiuto neanche a prepararsi per la scuola la mattina come facevo prima, perché sto controllando la mia posta elettronica” (Young, 1998).

Come succede nel **gambling**, la letteratura su IA al femminile è scarsa e soggetta a **molti bias** che rendono la ricerca non sufficientemente orientata ad un approccio **di Medicina di genere**, motivo di **mancato approfondimento di criteri diagnostici gender-oriented** e di caratteristiche specifiche della dipendenza;

Gambling ≈ internet

Le stesse difficoltà che esistono nella ricerca sul gambling
→ **generalizzazione inferita da criteri e ricerca su campioni prevalentemente maschili** (Prever, Wardle, 2019), soprattutto se si parla di generica dipendenza da Internet;
questa è però **mitigata da una maggiore disponibilità di coorti femminili** in aree specifiche (quali i **social media**); il che dimostra una **maggiore**, ma non immediata, **visibilità del problema**.

Come si accennava in precedenza, il **bisogno di comunicare** è da sempre un **tratto distintivo della popolazione femminile** che ha trovato nella **Rete il naturale prolungamento alla propria inclinazione al contatto personale**

Solo gaming online?

Nel Manuale Diagnostico e Statistico (**DSM-5**), solo il **gaming on line** viene incluso nella sezione III, come un **tipo specifico di dipendenza da Internet**, sottolineando che è molto probabile che questa condizione abbia un **significato clinico** ma che sono necessarie **ulteriori ricerche** per garantire la sua rilevanza clinica e la sua esatta fenomenologia.

Ciò che la ricerca osserva è che la **partecipazione al gaming on line** ha una connotazione **prevalentemente maschile**, che rimane **l'unica valenza dell'Internet addiction**;

viene **esclusa** dalla classificazione attuale la **dipendenza da social media (SMA)** che, invece, sposterebbe la percentuale di **partecipazione femminile** a livelli decisamente più significativi.

Gaming/mimesi & violenza

Anche nel gaming, comunque i dati di **partecipazione e problematicità** femminile paiono **sottostimati**: giochi come **Candy Crash,(effetto valium)**, sono infatti il gaming preferito dalle **donne di qualsiasi età- da passatempo a invasivo del tempo** con poco denaro

I giochi di ruolo crescono nella popolazione di giovani donne; l'aspetto **di mimesi** del **genere** che le donne adottano per evitare **molestie in Rete rende i numeri di difficile interpretazione.**

Da una ricerca di Lenovo e Reach 3 Insights (2021) su 900 donne giocatrici in USA, Germania e Cina → **abitudini di gioco e percezioni** di come esse si rappresentino, il **59%** afferma di **nascondere la propria identità di genere per evitare molestie.**



Giochi di ruolo MMORPGs

“Molte volte finisco per giocare con le caratteristiche di un uomo in MMORPGs, così che nessuno possa realizzare che sono una ragazza”;
“cerchiamo di nasconderci, così le persone non flirtano con noi, mandando cose, messaggi e immagini che non vogliamo proprio ricevere”. Inoltre, il 77% di donne sperimentano discriminazioni di genere mentre giocano, attraverso commenti sulle proprie capacità. ≈gambling



Massively Multiplayer Online Role-Playing Game, lett. "gioco di ruolo multigiocatore in rete di massa", è un videogioco di ruolo (per computer o console) che viene svolto contemporaneamente da più persone reali tramite Internet (perciò chiamati "giochi online").

32

Problem Internet Use

Secondo una **ricerca europea sul comportamento problematico di Internet (Social Media)** di Broman et al. 2021), esso non differisce tra uomini e donne; infatti, **il 3,9% di donne** e il 3,5% di uomini raggiungono la soglia di uso problematico di Internet con un picco tra i 15 e i 18 anni

Nella popolazione femminile, infatti, uno specifico **Problematic Internet Use** è significativamente associato **alla solitudine, allo stress psicologico e alla scelta minoritaria di orientamento sessuale, dove il dato risulta doppio** ;

si rileva, dunque, in questa popolazione una **maggiore differenza nella problematicità tra donne etero e donne con orientamento sessuale** minoritario (soprattutto in “altro da” Lesbian e Bisexual) sottolineando, quindi, l'importanza di **una attenzione al genere ancora più specifica**, per meglio comprendere **l'impatto delle dipendenze comportamentali**.

Social Media Addiction(SMA):

(Daria Kuss / Mark Griffiths Università di Nottingham)

Fear of missing out, FOMO (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013).

FOMO , indica letteralmente la “**paura di essere tagliati fuori**”, è l'apprensione che **altri**, soprattutto amici e conoscenti più stretti, **possano** avere **esperienze sociali gratificanti** da cui si potrebbe rimanere tagliati fuori”

essere costantemente in relazione, connessi con gli altri;
questo comporta una pressione ad essere costantemente connessi e presenti nei **social, 24 ore su 24**, tutti i giorni e ovunque ci si trovi

Social & pandemia al femminile

Un aspetto molto presente nell'uso **eccessivo dei social** è indubbiamente **l'ansia di prestazione**, bisogno di **ottenere l'approvazione non ricevuta nella pregressa storia familiare**.

Durante la **pandemia** si è posto il **problema** della **sovraesposizione all'online**, per **lavoro e socialità**, attraverso **l'occhio impietoso della telecamera**, con una **implicita richiesta**, percepita soprattutto dalle **donne**, di **dover apparire piacevoli e attraenti**.



Instagram & dismorfismo

Maggior tempo su Instagram (sito condivisione foto) pare essere **associato**, nei giovani in UK, a maggiori problemi di **dipendenza** dai **social e depressione** rispetto a **Facebook**.

Instagram = contatto con molte persone sconosciute e spesso famose, personaggi pubblici, il **cui stile di vita** è particolarmente **vistoso** rinforza la credenza che **altri vivano situazioni molto più felici** della propria.

Tutto ciò sfocia sempre più spesso **nell'uso di manipolazioni dell'immagine del sé**, utilizzando le **nuove tecnologie** del mondo delle immagini, ma anche, nel **ricorso concreto e compulsivo alla chirurgia estetica**, per attuare continue **mutazioni sul corpo reale**, un **dismorfismo** che può dare luogo ad un'altra **vera forma di addiction**.

Uso eccessivo di questi siti Social può essere un **potenziale fattore di rischio** per lo sviluppo del **dismorfismo**; il **confronto sulla base dell'aspetto** è, infatti, importante **mediatore della dimensione del benessere & autostima e l'insoddisfazione della propria immagine corporea** (Ryding & Kuss, 2020).

Immagine, photo shop, filtri

L'eccessiva frequentazione di Instagram, soprattutto **nelle giovani donne, ma anche in quelle più adulte**, pare conduca a senso di **inadeguatezza** anche rispetto alla **proprio fisicità** oltre che agli **aspetti sociali**:

una percezione del **proprio corpo** come **non adeguato**, con un **continuo tentativo di utilizzare Photoshop e filtri** per i propri post, per creare **un'immagine sempre diversa**, sempre **più aderente** al sogno, **al proprio sogno** o a quello della **richiesta collettiva**; **una chirurgia estetica virtuale** come un Avatar, una loro immagine costruita in un attimo; il canone **di Instagram** si presta a questo tipo di considerazioni da parte del mondo femminile:

“Uso il filtro se voglio il like”, “Le "storie" anche se siamo perfette, non riusciamo a farle senza filtri.... , ma così non si vive una vita reale”, “Non ho paura del dolore fisico , ma del dolore che ho dentro” , “Non sei mai abbastanza”.



Diversità e significati

Persone diverse usano i social in modi diversi, sia per età, genere e carattere:

le persone estroverse li usano per rinforzare le relazioni sociali,
gli introversi come compensazione sociale-

la Rete quindi porta **benefici diversi ai suoi fruitori** (Kuss, 2017).

Come già sappiamo per la dipendenza da Internet in generale, **usare i social può trasformare la mission socializzante nel suo contrario e portare ad una minore partecipazione alla vita reale e a problemi relazionali tali da compromettere il rendimento scolastico.**

facebook

un aspetto al femminile

L'uso di Facebook comporta a volte conseguenze negative sulle relazioni di coppia, nonché familiari e affettive: molte situazioni in cui, es, i figli scoprono da *foto su Facebook relazioni extraconiugali dei genitori*, **meno abili a gestire in modo schermato i loro profili**; per la **popolazione femminile**, un rischio è costituito dalle foto, più o meno ingenuamente postate da ragazze o donne, causa scatenante di **gelosie, comportamenti aggressivi, o di stalking di compagni/mariti**, come la nostra esperienza clinica insegna.

La **quantità** di dati inferiti da **Fb**, es aggiornamenti dello stato, commenti e nuovi amici, possano esitare in comportamenti di **cyberstalking, soprattutto VERSO LE DONNE**; può innescare **condotte paranoiche di controllo/sorveglianza da parte dei partner**, sia **via web che off line** e in separazioni, azioni legali e divorzi (Luscombe, 2009).

SSN Myspace

Le **donne giovani** paiono usare i Siti di Social Network per **comunicare con il gruppo di pari**, mentre i giovani maschi li usano più come **compensazione sociale**, apprendimento e gratificazione rispetto all'identità sociale.

Le donne usano in modo **maggiormente significativo Myspace** rispetto agli uomini e, sostanzialmente, come già detto, sono molto **meno a rischio di sviluppare una dipendenza da gaming** riguardo alla popolazione maschile.

CSBD

Anche il **disturbo del comportamento sessuale compulsivo (CSBD)** è stato inserito recentemente **nell'ICD 11**, ma la quasi totalità della relativa ricerca si focalizza sugli uomini, **non dando elementi accurati** per la dipendenza sessuale **femminile**

Secondo Kowalewska,(Kowalewska, Gola, Kraus, Lew-Starowicz 2020)nelle donne il CSBD si manifesta **in modalità molto diversificate**, dalle abbuffate di porno e più raramente masturbazione , alla frequentazione di **vari partner**, anche in gruppo, correlata all'abuso di **alcool e sostanze**, ai **contatti sessuali casuali**; questi incontri/contatti avrebbero una funzione non solo eccitatoria ma anche relativa alla possibilità di **sentirsi accettate, di aumentare l'autostima**, di essere il centro **attenzione**; l'accettazione della propria persona, il **perdere contatto con la realtà, le esperienze negative nel passato di abuso e abbandono** paiono essere altamente correlate con CSBD femminile.

Molte domande rimangono aperte sull'incidenza CSBD nelle donne etero e non, domande che sembrano essere comuni alla popolazione femminile con problemi di addiction (Bowden Jones, Prever 2017).

Si evidenzia che i **criteri del CSBD potrebbero non essere adeguati alla popolazione femminile** perché gli studi di partenza sono stati condotti su campioni maschili.

42

Non ci sono **cut-off tarati sulle donne**, ed è necessario, quindi, rivalutare anche gli strumenti psicometrici; e, infine, le donne non accedono o lasciano spesso i trattamenti: non sono quindi adatti? Quali barriere fermano le donne dal cercare aiuto?

Kuss (2017), il disturbo compulsivo sessuale sembra essere una dipendenza che si sviluppa sul **canale di Internet, come mezzo**, come luogo dove si sviluppa il comportamento di dipendenza, che **differisce da** ciò che potremmo definire una dipendenza da **Internet**, in cui, invece, è Internet a provocare la dipendenza.

Shopping online

correlazione positiva tra lo **shopping online e l'acquisto compulsivo** è **più forte tra le donne** che tra gli uomini. La maggior parte degli studi che indicano una maggiore suscettibilità delle donne all'acquisto compulsivo rispetto agli uomini –

il processo di **socializzazione** supporta nelle donne **modi più passivi** ed emotivi di gestire **lo stress e i conflitti**, con inclinazione a risolvere i problemi **senza mettersi in mostra** e in **modi socialmente accettati**–

Lo **shopping** è una delle modalità non **solo accettate nella società** dei consumi ma, addirittura, **auspicabile**, fonte di prestigio sociale. Nelle società tradizionalmente orientate, **la socializzazione specifica del ruolo di una donna fa sì che le donne siano preparate a prendersi cura della famiglia** in misura maggiore rispetto agli uomini. Quindi, quando le **donne acquistano e traggono piacere dallo shopping**, è **socialmente più accettato che nel caso degli uomini**. La suscettibilità **all'acquisto compulsivo** tra le donne potrebbe essere maggiore e esso può essere praticato in modo **impercettibile**, fino al comparire di **problemi finanziari**

Shopping online e pandemia

durante la pandemia (Adamczyk, 2021) mostrano, infine, soprattutto tra le donne, che un'elevata frequenza di acquisti online si accompagna alla vulnerabilità all'acquisto compulsivo, a condizione di avere un atteggiamento positivo nei confronti di questo tipo di acquisti

La correlazione positiva tra lo shopping online e la vulnerabilità all'acquisto compulsivo, l'aumento del mercato dell'e-commerce a seguito dei lockdown che ha limitato la vendita al dettaglio oltre alle conseguenze della pandemia di Covid-19, come, ad esempio, l'indebolimento dell'autostima derivante dall'isolamento sociale, fattore primario, tra l'altro, della spinta all'acquisto compulsivo, consentono di ipotizzare ancora una notevole crescita dell'acquisto compulsivo online in futuro, soprattutto tra le donne

Modalità di aggancio

le modalità di avviso online sono le più utili per chi è assiduo frequentatore del web. Ad esempio, i banner sui siti di gioco, tipo **G.Moody**, la piattaforma svizzera **Safe Zone**, dedicata alle dipendenze comportamentali tutte, **NAMS (National Addiction Management Service)** nel Regno Unito per **Internet e Gaming Addiction**, e moltissime altre help line.

l'utilità della ricerca **di luoghi al femminile, senza stigma e barriere sociali**, come possibili ambiti per veicolare i messaggi di help line, quali parrocchie e oratori, consultori, ma anche parrucchieri ed estetisti, club della maglia e di lettura, nel caso delle donne con Internet addiction, di qualsiasi tipologia; si potrebbero aggiungere anche altri luoghi fisici, quali quelli utilizzati per la prevenzione delle gravidanze indesiderate, quali i consultori familiari e persino (come in Irlanda) i servizi igienici dei supermercati e luoghi pubblici, in generale.

Senza la **capacità di raggiungere** la popolazione femminile, **non vi è osservazione nè ricerca**; l'importanza di **saper intercettare la sofferenza al femminile**, per valutare il reale impatto dell'uso e abuso di internet, così come delle altre dipendenze comportamentali, come risposta al malessere interiore e per poter conseguentemente formulare progetti mirati di prevenzione e terapia



trattamenti

Per la dipendenza da Internet e gaming sono la **psicoterapia, spesso in combinazione con trattamenti farmacologici o altri approccio treatmentali** integrati (Kuss, Pontes, 2019).

CBT, scelta come terapia in grado di “**modificare pensieri maladattivi e comportamenti che sono associati a questa dipendenza**, e che sia efficace nel limitare la compromissione cognitiva associata ad essa” e per la sua capacità di **migliorare l'autoefficacia**, alla base della possibilità di divenire **meno vulnerabili** rispetto alla dipendenza dalla rete.

Questo approccio, seppur estremamente **valido** per la **popolazione maschile**, mostra la sua **criticità** rispetto a quella **femminile** che **sente** in modo assolutamente **peculiare, il bisogno di trattare più direttamente le relazioni mal-adattive** che spesso il proprio comportamento disfunzionale di dipendenza sottende.

specificità

sostanziale il tema dell'approccio al femminile,

quindi, **la scelta terapeutica** più indicata e cioè **il gruppo di genere**, dove le donne possano riconoscersi e affidarsi per condividere le propria difficoltà, spesso legate a **temi squisitamente femminili** come l'ansia relativa alla propria immagine, **la sofferenza legata al tema della violenza e della sessualità, il ruolo di buona madre, di buona moglie, la necessità di essere perfette per sentirsi accettate** e l'importanza di avere **spazi per sé**; riconoscersi non solo per sentirsi accolte, ma anche per osservare e comprendere insieme, in un'ottica sistemico relazionale, la **propria posizione all'interno delle relazioni familiari**, i **benefici secondari** nel **mantenere o lasciare andare il sintomo**, come anche la **relazione più disfunzionale possa essere modificata o abbandonata**, rendendole **finalmente libere**.

strumenti

Se, come per il **gambling**, il comportamento di dipendenza da **Internet** nelle donne è il risultato dell'esigenza di **un'evasione dalla pesantezza quotidiana**, una **compensazione** alla sensazione di inadeguatezza fisica o sociale, la fuga dalla **solitudine e dall'ansia**, dall' **isolamento**, dalla sofferenza rispetto a **vissuti di violenza psicologica o fisica**, l'elaborazione di un **lutto** (affettivo, economico, di uno stato di salute), la proposta del **gruppo di genere** con approccio **sistemico relazionale integrato**, l'uso della **narrazione**, la soothing box della DBT e l'eventuale EMDR rispetto ai traumi sottesi, paiono essere **interventi con migliore compliance** e impatto clinico.

Ovviamente uno degli strumenti da integrare rispetto alla dipendenza dal mondo online è quello **della socializzazione**; il principio è quello del cercare nel **mondo reale** e trovare interesse nelle **attività risocializzanti, aggreganti**, anche di volontariato e nelle **attività sportive o di cura del sé** in modo sano.

Altri Strumenti

la gestione da parte di terzi **delle carte di credito** è uno strumento efficace per la riduzione del craving e dei danni dovuti alle dipendenze comportamentali online (come offline), quali shopping, gambling, porno e sesso;

strumento che si è rivelato **molto utile**, se non indispensabile, come supporto al percorso di terapia delle persone con una dipendenza comportamentale online, con vantaggi sia rispetto alla **riduzione della compulsione** che del **coinvolgimento di persone** di riferimento affettivo , **anche esterne al nucleo familiare** amicale e conseguente aumento della **sensazione di sostegno**; purtroppo, però, questo approccio di tipo **affettivo e contenitivo** è **difficilmente applicabile** nella popolazione femminile proprio per mancanza di alleati disponibili e **non stigmatizzanti** all'interno della famiglia e, in **certi contesti socio-culturali**, per la **vergogna** che le donne provano nel doversi svelare.

Lavoro clinico

Sul piano individuale, nel lavoro terapeutico con donne dipendenti, bisognerà concentrarsi in primo luogo sugli aspetti oscuri che spingono le pazienti ad un uso massivo della Rete, fino a venire, per così dire, risucchiate in quel crescente senso di alienazione che le porta ad essere **“al di fuori delle mura protettive della comunità umana”**.



51

Fulvia Prever

conclusioni

Difficoltà di **reperire ricerche mirate** e non **estrapolate dalla popolazione generale (maschile)** con le opportune generalizzazioni e **specifici programmi di prevenzione e di cura**; una diversa ricerca dovrebbe mirare soprattutto all'elaborazione di **trattamenti innovativi e sperimentali specifici** per le donne con un problema di addiction comportamentale/online e **di percorsi di cura maggiormente fruibili ed efficaci**.

un'attenzione alle differenze di genere presente **già dall'impostazione diagnostica**, poiché se i criteri diagnostici rilevano i marcatori del disagio e della dipendenza tarati sul mondo maschile, difficilmente potranno essere **adatti a rilevare sufficientemente il disagio e la sofferenza** e i **sintomi specifici** del femminile - **necessario adottare metodi di ricerca women friendly**, quali *deep interview* e *storytelling*, una **diversa taratura degli strumenti psicometrici**, un'analisi del **range di età da esaminare** e delle **differenze di contesto**.

Importante, **in primis**, è trovare **specifici canali di osservazione ed aggancio** della popolazione femminile, contestualizzando ogni situazione specifica, non solo in **un'ottica di genere**, ma anche alla **dimensione transculturale**.

NETWORKING..

Una **rete internazionale di esperte in clinica e ricerca** si muove in questa direzione: una rete multiculturale innovativa di professioniste donne, che guarda al problema da una prospettiva al femminile, più sensibile ed empatica, suggerendo una ricerca mirata e approfondita. Fondamentale è costruire una cultura di confronto e di integrazione, che collochi in un contesto **interculturale differenze e somiglianze della sofferenza femminile** rispetto alla globalizzazione delle *Behavioural Addiction*, **(Prever, Blicher and Brandt 2023)** e delinea possibili **approcci innovativi mirati , lasciando molte domande aperte e spunti per ulteriori ricerche sul tema.**

BEST PRACTISE

- Fornire **servizi diversificati per genere e sensibili alle esigenze delle vittime di traumi** per soddisfare i bisogni di categorie specifiche di donne e garantire che detti servizi siano liberamente accessibili.
- Fornire **servizi coordinati e integrati** per affrontare **questioni che vanno oltre la dipendenza in questione**. A tal fine, le politiche e strategie dovrebbero prevedere la collaborazione con altri servizi quali i **servizi di salute mentale** e i **servizi per l'infanzia**.
- Gli operatori specializzati dei servizi per le dipendenze e di altri servizi **sanitari e sociali** che entrano in contatto con donne con dipendenze devono **assumere atteggiamenti appropriati nonché avere conoscenze e competenze che permettano loro di fornire assistenza di alta qualità**.
- **Ridurre le lacune conoscitive**, svolgendo **studi che affrontano le questioni di genere** considerando tale dimensione in tutti gli aspetti della pianificazione del servizio, al fine di **identificare i tipi di interventi più appropriati** per diversi gruppi **di donne**.

L'ultimo tabù...

Per valicare la **barriera della trasgressione**, le donne, come in altre dipendenze, **impiegano più tempo, ma quando lo fanno, è sempre in modo esasperato**

Il WEB rappresenta oggi per le donne un altro **tabù infranto** (Prever, 2011).

Trattare di dipendenza al femminile , vuol dire trattare anche di **dipendenza affettiva**.



Donne che amano troppo

Robin Norwood

Quando essere innamorate significa **soffrire**, stiamo amando troppo.

Quando la relazione con lui mette a repentaglio il nostro **benessere emotivo**, e forse anche la nostra **salute** e la nostra **sicurezza**, stiamo decisamente amando troppo

Finché cerchiamo di comportarci così, cercando di **sfuggire a noi stesse e al dolore**, non possiamo guarire... scoprendo alla fine che le **nostre soluzioni** sono diventate i nostri **problemi più gravi**

Come scrive Prevert ...

*Je suis allé au marché aux oiseaux
Et j'ai acheté des oiseaux
Pour toi
Mon amour*

*Je suis allé au marché aux fleurs
Et j'ai acheté des fleurs
Pour toi
Mon amour*

*Je suis allé au marché à la ferraille
Et j'ai acheté des chaînes
De lourdes chaînes
Pour toi
Mon amour*

*Et je suis allé au marché aux esclaves
Et je t'ai cherchée
Mais je ne t'ai pas trouvée
Mon amour*



I perchè delle donne

- **Coping** rispetto a **violenza pregressa**
- **Compensare** l'isolamento sociale , provare un senso di sicurezza, di appartenenza
- **Evitare** sentimenti negativi, ansia e depressione (effetto valium); (giocatore per fuga), modulatore dell'umore.
- **Combattere** solitudine, senso di estraneità, colmare un vuoto affettivo (nido vuoto)
- **Rivalsa** all'interno di relazione significativa, te la farò pagare...
- **Risarcirsi** in relazione a una **perdita** affettiva o economica, a una malattia o a una menomazione fisica.(parkinson, handicap)
- Sperimentare una **dimensione erotica carente** (→past **violence**)
- **Affrontare la pressione quotidiana** in relazione al ruolo di cura e alle preoccupazioni connesse
- **Vulnerabilità** data da una storia pregressa di comorbidità

Fattori ostacolanti esterni

- **Servizi specifici poco disponibili** sul territorio
- Poco pubblicizzati nei luoghi di abituale frequentazione delle donne , **poco accessibili** (distanza)
- **Orari e setting** non adeguati ai bisogni.
- Servizi **non women friendly**, con la presenza di lavoro terapeutico sul femminile (**gruppi di genere**)
- **Connotati (tox)** ed essenzialmente a frequentazione **maschile**

Fattori ostacolanti interni

- ♀ Vergogna, senso di colpa, stigma sociale
- ♀ Paura di perdere la custodia figli
- ♀ Paura di non sentirsi capite nei propri problemi di donna
- ♀ Non sentirsi «protette», «al sicuro»
- ♀ Opposizione , anche violenta ,dei partner alla richiesta di aiuto
- ♀ Assenza di sostegno dei familiari
- ♀ Sottovalutazione/negazione del sintomo in famiglia

riflessioni

Il **gruppo di genere** (**Prever/Bowden Jones 2017/2021**) si è confermato **l'approccio più apprezzato e adeguato** per affrontare le problematiche di gioco d'azzardo femminile, e possiamo estendere questa ipotesi alla dipendenza delle donne dal WEB.

Spazio **sicuro e protetto** dove sperimentare l'**ansia** che crea l'abbandono della "**sicurezza**" del gioco, parlare dei significati e delle illusioni collegate al gioco.

Per le donne **non è facile abbandonare una dipendenza dal web**, senza affrontare tematiche relazionali sottostanti, la **violenza**, la **solitudine**, il bisogno di **risarcimento e di riscatto**.

Nothing is as it was , nor it will ever be!

In this new future scenario, **online gambling** and other **internet addictions** will have to be carefully studied, in a **female perspective**, because they contain all the **appealing elements of privacy** and **coping mechanism** to meet women **suffering** and possibly hook them .

After **cooperation** , came **individual need priority**, then **back slowly** to the idea of the **group as SAFE ANCHOR** , where to elaborate all the grief, new **resilience** and **NEW FUTURE PROJECTS**



E' fondamentale una **ricerca aggiornata**, mirata alle **differenze di genere**, per poter meglio comprendere quali interventi di **prevenzione, cura e riduzione del danno** si possono delineare in modo efficace ed efficiente; condotta con una **metodologia** che sia però adeguata ai bisogni espressivi e alle specificità femminili (**Deep interviews**) (Holdsworth, Hing e Breen, 2012); *Putting women first* (H. Wardle 2018 EASG)



Il gioco nascosto e la rete

On line = azzardare in tutta tranquillità senza spostarsi da **casa**, **protette da sguardi indiscreti dei vicini**, **esigenza femminile (UK)**

In Italia, **poco diffuso** per le donne, per lo **più giovani** e **con scolarità maggiore** **in aumento, soprattutto dopo la pandemia**, come succede nei paesi **del nord Europa**

Conclusioni

Dobbiamo porre attenzione e identificare **specifici setting e nuovi strumenti** per raggiungere le donne con un problema di azzardo e dipendenza comportamentale, per essere in grado di osservare, ascoltare e studiare le caratteristiche peculiari sia delle **modalità che dei significati di questa dipendenza al femminile**

Condividere e confrontare le nostre esperienze nel mondo,
ascoltare le loro **voci e le loro storie**, ci dirà molto sui loro problemi e come affrontarli

65

(Le parole per dirlo, Marie Cardinal 1980)

Fulvia Prever

Desideri

Concludo con una metafora... dei tempi della pandemia, e non solo

La luce come metafora di ieri e di oggi , la luce di cui tutti abbiamo bisogno in momenti così bui .

Prima della rivoluzione industriale e della vita moderna **le notti erano estremamente buie**

La **scoperta** della luce **attraverso l'elettricità** , illuminando villaggi e città, ha prodotto **grandi cambiamenti** nelle **nostre vite** e nella **nostre prospettive**, rendendo le nostre **notti più sicure e piacevoli**.

Prima di ciò **la notte era buia come era buio il mare**, buio e **misterioso**, e la gente si basava sulle **stelle per orientarsi** . La notte buia come il mare , **era governata dalle stelle**.. Ed è quando le stelle non erano **visibili**, e non potevano essere **consultate per orientarsi nè** per trarne auspici, che arriva il *Desiderium* ...



Fulvia Prever

Desiderium,

significa **ardente desiderio**, viene dal latino (*de-sidera – mancanza di stelle*) così, dobbiamo **riscoprire la forza del desiderare**, **a partire dal buio, da questa mancanza di stelle**, poichè abbiamo vissuto e forse ancora viviamo in una notte senza stelle (Gaspari, 2022)).

E le donne più di tutti, hanno **bisogno di desiderare, di sognare e di sperare in un future migliore ... così...**

è tempo di far uscire i loro desideri!!



Thanks for your
attention!

Stay connected for news and
projects of our International
*Women & Behavioural
Addictions' network*

fulvia.prever@gmail.com

