



PRIMO PIANO

Psico-digital: la sindrome da squillo fantasma

Guardiamo il nostro cellulare in attesa di un messaggio o di una chiamata... finalmente uno squillo... ma non è vero. È un suono inesistente generato dalla nostra ansia

19 GENNAIO 2020 · DI ANGELO MUSSO · TEMPO DI LETTURA: 5 MINUTI

Gli americani la chiamano *Ringxiety*, termine utile per identificare una sensazione di attesa di nuove chiamate attraverso la chiara percezione uditiva di uno “squillo, trillo o suoneria”, che però non c’è. Nella realtà non esiste ma viene generato dal nostro cervello e ci sembra vero!

Secondo il PEW Research Center, il 67% dei proprietari di smartphone ha ammesso di controllare il telefono per chiamate o messaggi inesistenti, quindi quando lo smartphone non ha né vibrato né squillato.

Questo è un sintomo importante della dipendenza dai telefoni cellulari e dovrebbe servire da avvertimento per i proprietari di questi strumenti.

La *Ringxiety* è una suggestione neuropsicologica innescata da certe forme di stress per uso eccessivo del cellulare. L'individuo entra in uno stato di stress psicofisico che implica una sensibilizzazione delle aree uditive.

Psicologicamente il soggetto è stato bombardato da eccessi di chiamate, con la sensazione di essere rintracciato sempre e ovunque.

Lo smartphone è sempre acceso in standby silenzioso, pronto a ricevere. Il nostro soggetto stressato da utilizzo compulsivo vive praticamente in uno stato di perenne attesa di ricevere: chiamate, sms o avvisi di messaggi sui social come WhatsApp, Telegram, Facebook, Twitter e così via. Quando il segnale arriva... allunga la mano per vedere chi lo sta cercando sullo smartphone e... sorpresa. Non c'è alcuna!

Stranito controlla e ricontrolla tutte le App a disposizione e, poco dopo, si rassegna alla triste realtà: si è verificata una sorta di inganno da parte del cervello che ha generato autonomamente un suono fantasma.

Allo stesso modo, anche molte persone che tengono preferibilmente la funzione sonora silenziosa, applicando il vibracall. Anche queste persone, quando sono stressate, alla stregua di quelle precedenti, strutturano una sindrome analoga, detta “da vibrazione patogena” (o, se preferite l’inglese. *Vibr anxiety*) che ha le stesse modalità della precedente e si differenzia solo perché il soggetto sente vibrazioni – a volte anche in tasca – che non provengono dallo smartphone (che magari non è neppure nella tasca), bensì sono frutto di uno “scherzo” di malfunzionamento del cervello!

Il cervello elettrico, che è stato sollecitato ad agire fino alla compulsività dalle interazioni con lo smartphone, in fase di assenza di emissioni sonore, lascia il soggetto in balia di un “vuoto”, di una attesa. Così, il cervello stesso, in automatico, chiede alla mente “necessito input!”... un po’ come il piccolo alieno ET. In risposta, il cervello bioelettrico, senza il contributo delle attività cognitive mentali, compensa riproducendo suoni illusori (compresa la vibrazione) con lo scopo reale di produrre una soddisfazione dopaminergica surreale di ricompensa. Più semplicemente, per tranquillizzarci.

È stato spesso osservato e studiato che il cervello elettrico, con la sua rete complessa attiva di neuroni, dendriti, assoni e sinapsi non è in grado di fare differenze valutative di discernimento. Il cervello, da un punto di vista di funzionamento della memoria transattiva, non distingue un uomo da una tecnologia! Il cervello bioelettrico ascolta, vede e “vive” anche lo smartphone come una sorta di “collega umanoide onnipotente” al quale affidarsi per potenziare le connessioni di dialogo e di comunicazione con altri.

Con meraviglia e inquietudine si va ancora oltre, perché il cervello bioelettrico intravede anche l’onniscienza: per esempio quando è possibile consultare motori di ricerca come o cartine digitali per orientarsi o altre meraviglie tecnologiche.



Esercitando quotidianamente l'uso di questi potenti strumenti di connessione e di conoscenza, il cervello bioelettrico non solo si abitua, ma ne diviene schiavo e dipendente, ne più e ne meno del tabagista con le sigarette!

Per fortuna la mente e la libera volontà dell'individuo può interpretare e gestire la pericolosità del fenomeno, con consapevole buon senso e presa di coscienza! È dunque solo la mente, con le sue capacità cognitive e quelle comportamentali che riesce a interpretare e differenziare l'Io, di individuo-persona, dalle avvincenti ma pericolose possibilità onnipotenti e onniscenti che il "demoniaco" smartphone è in grado di farci immaginare.

= = Il dottor Angelo Musso è psicologo e psicoterapeuta a Torino. Incaricato di Psicodiagnostica e Psicoterapia presso la S.S. di Psicologia e Psicopatologia dello Sviluppo dell'ASLCN1.

ORWELL_01
**BECOMING
DIGITAL LEADER**

**ISCRIVITI
AI NOSTRI
CORSI ONLINE!**

ORWELL
ACADEMY



Facebook Messenger Twitter

ANSIA	CAPACITÀ COGNITIVE	CERVELLO BIOLETTRICO	MENTE	PSICOLOGIA	RINGANXIETY
		SMARTPHONE	VIBRANXIETY		



Il mal di fegato di Travaglio

4 APRILE 2020



Ansia da reclusione: ma quanto dura?

4 APRILE 2020



Il silenzio dei media sui polacchi in Italia

4 APRILE 2020

ANGELO MUSSO ULTIMI ARTICOLI



SHOW COMMENTS



EDITORIALI

Ma le elezioni si decidono a Bibbiano?

Lo “scontro risolutivo”, il “mezzogiorno di fuoco” è previsto il 23, nell’assolata piazza di fronte al Municipio della città simbolo dell’inchiesta “Angeli e Demoni”

19 GENNAIO 2020 · DI ALBERTO GONNELLA · TEMPO DI LETTURA: 4 MINUTI

Ora che, finalmente, Zingaretti ha fatto un mezzo comizio sulla porta di una sezione del Pd di Imola, il centrodestra ha davvero qualche speranza di vittoria. Se, poi, anche il premier Conte fosse così folle da farsi vedere in Emilia, allora davvero la Borgonzoni potrebbe scalzare Bonaccini.

Intanto, però, lo scontro elettorale sembra incentrarsi tra la Lega, che aspira a diventare il primo partito in Regione e... le “sardine”, che neppure sono in lista, ma si fanno carico di tutti i lavori, anche quelli più “sporchi”, pur di aiutare la sinistra al potere.

L’ultimo duello, quello finale, come i pistolieri dei western all’italiana, si è spostato sulla piazza di Bibbiano, la cittadina della Val d’Enza assurta a simbolo