

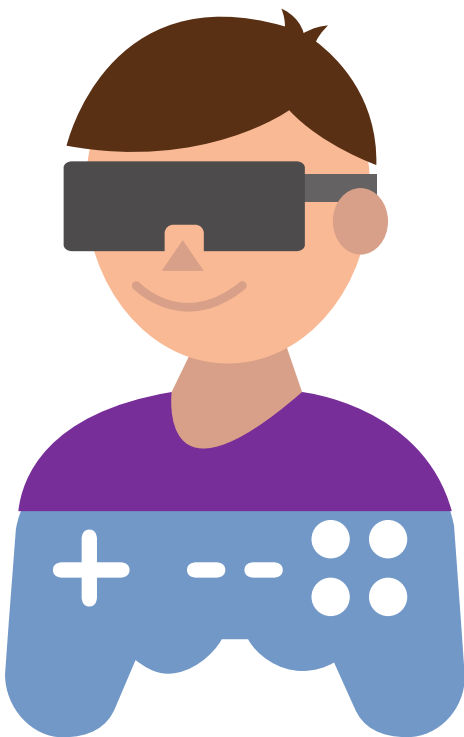
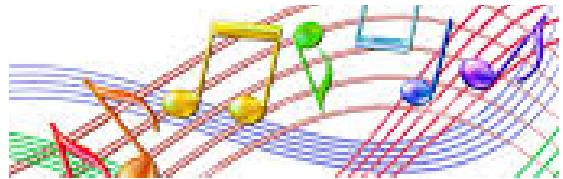
PENTAGRAMMA

RIVISTA TRIMESTRALE ONLINE DI DIVULGAZIONE SCIENTIFICA E DIALOGO INTERGENERAZIONALE



Porre termine al frastuono delle note stridenti che spesso accompagnano il mondo della scuola, trovare l'accordo tra pensieri diversi, come tra molteplici note musicali e, finalmente,

Cambiare Musica!



IN QUESTO NUMERO:

VIDEOGIOCHI E GIOCHI
ONLINE

"Quello che i bambini
non dicono"

LA RIVISTA

Gentili lettori,

sono lieta di presentarvi la nostra rivista trimestrale a diffusione online, che vuole affrontare temi di grande attualità, mettendo a confronto vari punti di vista:

EDITORIALE

IL FATTO Breve presentazione del 'fatto del giorno'

1° SEZIONE STUDENTI

Conterrà articoli scritti da studenti della scuola primaria, secondaria di I e/o di II grado e testimonianze, in forma anonima, raccolte nelle scuole.

2° SEZIONE DOCENTI

In questa sezione verranno presentati articoli scritti da docenti della scuola primaria, secondaria di I e/o di II grado

3° SEZIONE GENITORI

In questa sezione verranno ospitati contributi di genitori più o meno direttamente coinvolti nella vicenda in questione.

4° SEZIONE PSICOLOGI SCOLASTICI

In questa sezione uno Psicologo scolastico offrirà il proprio punto di vista esaminando le implicazioni psicologiche e relazionali del fatto in questione.

5° SEZIONE ESPERTI

In quest'ultima sezione infine verranno presentate le considerazioni di un esperto, scelto di volta in volta per competenze specifiche in merito al tema affrontato.

APPROFONDIMENTI

In questa sezione si potranno trovare link ad articoli e post sull'argomento.

LA NOSTRA PROPOSTA

In questa sezione verranno presentati progetti di intervento mirato replicabili su tutto il territorio nazionale, in presenza oppure online.

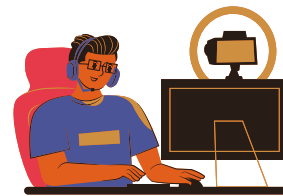
CONCLUSIONI



Presidente dell'Associazione No Profit di Promozione Sociale 'IL CALEIDOSCOPIO'
Psicologa scolastica e Psicoterapeuta.
Autrice di libri e articoli sulla prevenzione della dispersione scolastica
e dei comportamenti a rischio nell'infanzia e nell'adolescenza.

VIDEOGIOCHI E GIOCHI ONLINE

IL FATTO



Osservando la nostra società trasformata dal Covid-19 e, prima ancora, dall'affermarsi della "realtà virtuale" all'interno delle relazioni umane, appare evidente che siamo nel pieno di una rivoluzione, sicuramente tecnologica e culturale, forse mentale, che è destinata a cambiare i gesti di tutti noi, e probabilmente anche le priorità. E se vogliamo davvero imparare a comprendere il "pensiero virtuale" che i nostri bambini e adolescenti esprimono attraverso i loro comportamenti e le loro scelte relative ai giochi, non possiamo ignorare che un cambiamento c'è stato anche nel modo di pensare e comportarsi degli adulti. Bauman ha affrontato con grande lucidità il tema dell'equilibrio tra mondo online e offline e ci ha guidati, passo dopo passo, a una riflessione fuori dai luoghi comuni. Contrariamente ad altri critici apocalittici, parte dalla convinzione fondamentale che le tecnologie digitali non sono responsabili del nostro disagio, semmai sono lo specchio che riflette la nostra condizione esistenziale moderna. Qual è allora la strategia per uscire da questa condizione sociale di fragilità che cerca nella Rete il suo rifugio e la sua legittimazione?

La risposta è che tutto dipende da quello che cerchiamo: i dispositivi tecnologici si limitano a rendere più o meno realistici i nostri desideri e più o meno veloce ed efficace la nostra ricerca.

Tutto dipende dalla nostra consapevolezza. Quindi, nell'era digitale, vanno recuperati il dialogo e la cooperazione per agevolare lo scambio di idee e favorire il benessere di piccoli e grandi anche attraverso i "muri di vetro".

Di fronte al quesito se convenga intensificare la presenza sul web e ampliare le capacità tecnologiche dei giovani, o se invece sarebbe meglio spegnere tutto e farli allontanare da questa possibile trappola, che può trasformarsi in una vera malattia mentale, il "Gaming Disorder", la risposta è semplice: non bisogna fermarsi, anzi, quando ci si trova nel pieno di una rivoluzione bisogna procedere più velocemente possibile.

Forse alcuni ne temono le conseguenze o forse la capiscono poco ma non ci sono dubbi sul fatto che sia una rivoluzione necessaria e irreversibile. Gli autori dei prossimi articoli, ci mostreranno come i videogiochi in cui viene premiata la violenza possono impattare negativamente sulla psiche dei bambini e degli adolescenti in assenza di supervisione.

“

Scrissi il mio primo programma di software all'età di tredici anni.

Serviva per giocare a tris. Il computer che usavo era grosso, ingombrante, lento e assolutamente irresistibile. (Bill Gates)

Pertanto, la cosa più saggia che gli adulti possono fare per guidare i più piccoli ad un uso intelligente dei videogames è destinare la propria intelligenza a conoscere e usare la tecnologia anziché boicottarla.

Come scrive Baricco: *“al riparo, sotto l'ombrello della narrazione del declino, stanno ancora in molti ma, come in una sorta di clessidra, tendono a scivolare uno ad uno nella strettoia delle loro paure e a raggiungere gli altri dall'altra parte del tempo”*. (The Game, 2019, p.12)



Buona lettura!

SOMMARIO

SEZIONE STUDENTI

L'EVOLUZIONE DI GIOCHI ONLINE E VIDEOGAMER

1

A cura di Giuliano Galardo, studente del 4° anno liceo scientifico

SEZIONE DOCENTI

VITTIME INCONSAPEVOLI

5

A cura di Silvia Di Carmine, Docente di scuola primaria

SEZIONE GENITORI

RIFLESSIONI DI UNA MAMMA DI "TRE NATIVI DIGITALI" E L'USO DELLE TECNOLOGIE

6

A cura di Gioia Zucchini, mamma di tre studenti

SEZIONE PSICOLOGI

"GAMING DISORDER":DISTURBI DA COMPORTAMENTO DIPENDENTE DA VIDEOGAME ED EFFETTI NEGATIVI SUL CERVELLO

7

A cura di Melania Violentano, Dottoressa in Psicologia clinica e della riabilitazione e
Danila Capone, Dottoressa in Giurisprudenza e in Psicologia

LE DIECI REGOLE PER FAR USARE IN MODO CORRETTO I VIDEOGIOCHI

11

A cura di Danila Capone, Dottoressa in Giurisprudenza e in Psicologia

SEZIONE ESPERTI

VIDEOGIOCHI E DISTRUZIONE DEL SIMBOLICO: UN'ANALISI ATTRAVERSO DONALD WINNICOT

14

A cura di Carlo M.E. De Paoli, Freelance

NESSUNA NORMATIVA PER TUTELARE I MINORI DAI VIDEOGIOCHI VIOLENTI O NON ADATTI ALLA LORO ETA'

18

A cura di Danila Capone, Dottoressa in Giurisprudenza e in Psicologia

APPROFONDIMENTI

IAD: SMART GUIDE dell'ISS

24

MATERIALE DIDATTICO PER GENITORI "Osservatorio Cybercrime Sardegna"

LA NOSTRA PROPOSTA

AttivaMENTE digitale e potenziamento Life skills

25

a cura di Isabella Giacchi Pedagogista e
Sofia Listorto, Psicologa scolastica, Psicoterapeuta

CONCLUSIONI

Videogiochi e giochi online: cos'è che bambini e adolescenti non dicono a tal proposito?

33

a cura di Sofia Listorto, Psicologa scolastica, Psicoterapeuta

IL CALEIDOSCOPIO

35

Contatti



L'EVOLUZIONE DI GIOCHI ONLINE E VIDEOGAMER

Di Giuliano Galardo, studente del 4° anno liceo scientifico

L'idea del videogioco oggi, nonostante sia diventato comune, è ancora un mistero persino per i giocatori stessi o per chi si definisce tale.

Andando indietro negli anni troviamo un'idea di videogioco "pubblico", come ad esempio i Cabinati all'interno delle sale giochi o dei bar dove per giocare ci si cimentava in una sfida, in cui l'obiettivo era soddisfare dei requisiti per continuare a giocare, o finire il gioco senza dover pagare più della prima moneta.

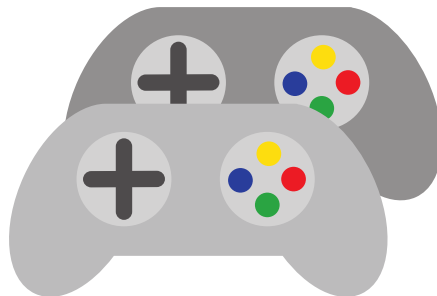
Ovviamente la fonte di lucro principale era chiaramente dovuta dalla difficoltà nel soddisfare tali requisiti; la non riuscita aveva una funzione di stimolo, riusciva a far continuare il giocatore, in breve attivava la sfida.

Certo, non c'erano solo le sale giochi, bar e classici luoghi di gioco ma c'erano anche i videogiochi da casa, quelli oggi più conosciuti, che noi videogiocatori chiameremmo "Giochi Single Player".

La differenza è che si trattava di giochi con un inizio ed una fine mentre oggi, con questo genere, si intendono molto semplicemente dei giochi da giocare da soli che raccontano una trama come fosse un film, in modo quasi scorrevole, duraturo.

A distanza di tanti anni, da quando hanno preso piede i videogiochi, ora ci sono generi e generi dove si possono distinguere vari tipi di giocatori. Facendo delle categorie e attenendosi alle "nomenclature videoludiche" abbiamo:

- Casual Gamers
- Completisti
- RetroGamers
- Tryharders
- Esports Players



Queste categorie interessano tipologie differenti di giocatori distinti per tipologia di gioco, stile del giocatore, tempo dedicato al gioco ed altri punti simili.

Per spiegare in modo semplice e riassuntivo le principali differenze, potremmo dire che oggi il giocatore classico è il "casual gamer" e cioè quel giocatore che gioca una partita ogni tanto per rilassarsi o divertirsi. L'opposto è il "tryharder" che dedica tutto il suo tempo a disposizione per sfidare record, allenarsi, massimizzare le proprie abilità in modo spesso maniacale.

Esistono delle sottocategorie dei generi su indicati; prendendo un esempio, io faccio parte degli SpeedRunners che è una sottocategoria dei Tryharders.

Certamente fino agli anni 80 il videogioco era un qualcosa di adatto a tutti, ma oggi è l'esatto opposto, bisogna trovare il proprio genere e deve anche rispecchiare dei criteri tra cui troviamo l'età.

Anche se chiamata con nomi diversi (per esempio "Cero" in Giappone), esiste una classificazione importante per i più giovani: il "Pegi".



Il Pegi è molto semplicemente una classificazione fatta in base a dei fattori dove spesso rientra la violenza o il linguaggio oltre che i temi trattati. e in tutti i paesi del mondo, questo Pegi è legge; insomma così come non si dovrebbe vendere da fumare a dei minorenni lo stesso vale per il Pegi, se non si rientra nell'età, però...

In un solo paese questo non è legge ma è solo un consiglio, in l'Italia.

Facendo un esempio fondamentale di uno dei titoli più giocati di sempre posso citare "GTA5", un gioco con classificazione Pegi 18 che però ha quasi raggiunto i 200 milioni di copie vendute, quasi tutte a minorenni.

Trattando questo argomento, è da prendere in considerazione la figura del genitore. Bisogna essere schietti parlando di un titolo giocato e conosciuto da chiunque sotto la maggiore età :

Il gioco tratta esclusivamente di Furti, Prostituzione, Droga, Malavita e uccisioni violente senza motivo.

Ma pare che ai genitori vada bene anche se, da quanto ho visto personalmente, nessuno sa nulla del proprio bambino di 6 o 7 anni che gioca ad un gioco del genere, comprato proprio dal genitore senza informarsi.

Ovviamente il controllo deve essere presente da parte del genitore, e questo è solo uno dei tanti titoli da prendere come esempio.

Ora farò un altro esempio molto personale, si tratta di un titolo che ho potuto giocare per quasi 10 anni di fila e si chiama Warframe :

Anche questo classificato Pegi 18 ma questa volta non presenta né prostituzione né altro. Presenta violenza, poiché si tratta di un gioco di genere Strategico (dove si passa più tempo fuori dal gioco, a studiare strategie da attuare all'interno, che nel gioco stesso).



Nella gran parte del gioco sono presenti sparatorie, rese meno realistiche dalla componente fantascientifica del gioco.

In questo caso il Pegi è dovuto sì alla violenza, ma anche alla difficoltà stessa del gioco che richiede informazioni e nozioni spesso riscontrabili all'Università o in persone che hanno almeno terminato un percorso di liceo; in particolare nozioni di fisica e rapidità dei calcoli oltre ai calcoli in sé (si fa uso continuo di algoritmi e logaritmi). Il gioco, anche se in una chiave non comprensibile, presenta una trama che cela un aspetto definibile quasi politico, potremmo dire come spesso avviene nei film e in alcuni cartoni animati.

Per fare un altro esempio personale, ma anche famoso, potrei prendere il caso di Assassin's creed, cioè una saga di videogiochi che trae ispirazione in modo estremamente preciso da alcune fasi storiche, sostituendo alcuni personaggi con il protagonista del determinato gioco.

Anche Assassin's creed, vista la violenza, è un gioco Pegi 18 ma, nonostante questo, è adatto agli studenti per capire in modo più realistico e da un punto di vista differente la storia. Spesso ho sentito infatti professori di materie classiche conoscere e citare questo titolo.



GAME OVER

In sintesi, si parla di singoli casi mentre sarebbe più corretto che tutte le famiglie si informassero anche solo minimamente di cosa stanno comprando ai propri figli per giocare, soprattutto perché capita che qualche videogioco insegni o aiuti sia negli studi che in tantissime altre materie.

Prendendo il mio caso, al momento sto usando il mio tempo libero per studiare le basi di grafica 3D, Game Design e narrativa per lo sviluppo di un titolo su cui vorrei lavorare negli anni a venire; per farlo spesso mi tocca rigiocare a videogiochi dove questi 3 punti sono le basi, proprio per trovare ispirazione ed appuntare quanto posso.

Ritornando alle tipologie di videogiocatori, spesso si parla delle problematiche dovute allo stare più di 1 o 2 ore al giorno davanti allo schermo ma in tutti i casi si finisce in incomprensioni, specie da parte di chi non conosce e quindi non può capire il videogioco.

Abbiamo citato i "Casual Gamers", oggi definiti così perché giocano solo quando capita e scelgono giochi semplici, non impegnativi, oppure, aspetto importantissimo, che non richiedono tempo da passarci dietro.

Questi rappresentano ancora la fetta maggiore dei videogiocatori.

Gli adulti rientrano solitamente tra questi, i giocatori che passano non più di 1 o 2 ore davanti ai videogiochi, che, spesso per tempo ma anche per voglia, scelgono di essere "Casual Gamers".

Prendendo esempi pratici, è semplice per un giocatore di questa tipologia prendere un gioco come, tanto per dirne uno, "FIFA" (classico gioco di calcio), aprire il gioco e fare una partita che dura 4 minuti.

Il discorso è assolutamente diverso per chi esce da questa categoria. Prendendo per esempio i primi videogiochi che andavano in voga su internet negli anni 90, un genere da vedere è quello dei Giochi Di Ruolo, GDR, anche detti in inglese Role Playing Games e cioè RPG.

I giochi di ruolo, spesso composti da due facciate, sono quelli in cui giocano contemporaneamente molte persone e per questo richiedono più tempo. Quelli più in voga al momento sono MMO RPG, Massive Multiplayer Online Role Playing Games.





START

Ora viene la parte complicata...

Le due facciate sono PVE e PVP :

- PVE Player vs Entity
- PVP Player vs Player

Quindi 'Giocatore contro Entità' (create dal gioco) e 'Giocatore contro Giocatore'.

Gli scontri PVP e PVE si basano sul genere del gioco e non sono presenti esclusivamente nei giochi di ruolo, quindi si tratta solo di una delle varianti, quella presa come esempio da me (vedasi warframe).

In questo genere di giochi, si passano intere giornate alla ricerca di Parametri per migliorare il proprio personaggio e modellarlo in base al proprio stile per combattere contro altri giocatori in PVP (base che ha dato vita agli Esports e quindi ai videogiocatori professionisti). Per avere questi parametri bisogna giocare in PVE. Il termine usato per ottenere l'equipaggiamento è "Farmare", da Farm e cioè dal raccolto ottenuto uccidendo delle creature o, come detto prima, raggiungendo degli obiettivi dati dal gioco.

Questo farm purtroppo viene preso anche come base di marketing dalle aziende poiché gli sviluppatori rilasciano continuamente aggiornamenti per poter Farmare equipaggiamento migliore e questo costringe il giocatore di questo genere ad adeguarsi alla velocità degli aggiornamenti.

Prendendo degli esempi di velocità di aggiornamenti, posso citare: 'Warframe', che richiede di passare 5 o 6 ore la settimana per Farmare i soli equipaggiamenti nuovi e un titolo famoso del 2004, ancora oggi molto giocato, 'World Of Warcraft', diventato persino famoso come 'gioco dei suicidi' poiché la velocità di rilascio dei contenuti era così alta che, pur passando anche oltre 20 ore al giorno a Farmare, non si stava al passo e si è letto spesso di giocatori che dopo aver passato anche un'intera settimana senza chiudere occhio davanti al gioco, sono stati ritrovati morti. Sembra incredibile sentir parlare di questi eventi causati da videogiochi eppure, ancora oggi, si possono trovare articoli di 20 anni fa legati a questi eventi.[1]

Insomma ci sono generi e generi e bisogna capire a cosa si va incontro, soprattutto bisogna vedere i requisiti richiesti e decidere se si vuole giocare per rilassarsi, allenarsi, sfidarsi... Ci sono tanti motivi e finché questi concetti chiave per noi videogiocatori non diventeranno conosciuti da tutti, continueranno ad esserci incomprensioni, quindi si spera ci si adatti presto.

[1]Per approfondimenti si possono consultare questi articoli che ho trovato purtroppo solo in lingua inglese poiché è un argomento praticamente ignorato in Italia:

Deaths caused by WOW Addiction - World of Warcraft Phenomenon

<https://sites.google.com/site/wowphenomenon/discussion>

<https://venturebeat.com/2015/03/05/man-dies-after-19-hour-world-of-warcraft-session/>

<https://news.softpedia.com/news/Two-Fanatic-World-of-Warcraft-Gamers-Have-Died-Because-Of-WoW-11821.shtml>



VITTIME INCONSAPEVOLI

Di Silvia Di Carmine, docente di scuola primaria

“Tutti i grandi sono stati bambini una volta, ma pochi di essi se ne ricordano”.

Quando mi capita di ripensare a queste parole, tratte dal Piccolo Principe, ho la netta sensazione di poter assaporare di nuovo, a distanza di molti anni, quella irrefrenabile voglia di divertirsi, di scoprire, di gioire con poco, che rende i più piccoli veramente capaci di “sentire l'altro”, non per mezzo di sterili collegamenti virtuali, ma con umana “connessione empatica”, e di attendere con ansia il tempo dell'incontro quale opportunità concreta di crescita sociale, distogliendo invece lo sguardo dal terreno insidioso dello scontro, spesso virtuale, dove l'uso della violenza è ripagato con un asettico aumento di “livello”.

Ecco, sarebbe bello se questa stessa irrefrenabile voglia potesse tornare prepotentemente nel presente di ciascun alunno.

Il tempo scorre e le persone, compresi i bambini, si adeguano alla società, alla cultura, alla tecnologia. Al giorno d'oggi, il senso più profondo del gioco, pensato, condiviso e interpretato dai pari, lascia sempre più spazio a videogiochi ed attività online autoreferenziali ed individualistiche, accessibili ovunque e di facile fruizione, in cui “l'altro” non è più il compagno di gioco, ma è il bersaglio sul quale scaricare violentemente tutte le insicurezze e le frustrazioni di una giovane vita, nella quale si ha a che fare con i grandi e con le loro molteplici difficoltà.

Sì, è proprio così, i piccoli devono fare un grande sforzo per essere compresi dalla vita frenetica degli adulti, e non sempre questa fatica viene ripagata adeguatamente. I bambini, adulti di domani e non adulti “in miniatura” di oggi, sono tutti diversi, gli esseri umani per loro stessa definizione si distinguono gli uni dagli altri nelle proprie caratteristiche peculiari, più particolareggiate, ma non sempre questo è vissuto dal singolo come qualcosa di speciale.

La diversità spaventa, e poiché mostrarsi con le proprie fragilità non rende socialmente appetibili, si tende sempre più frequentemente a volersi omologare agli altri, ai loro gusti e alle loro abitudini, anche nel gioco.

Posizionarsi davanti allo schermo di un pc o di uno smartphone implica, infatti, mancanza di esposizione in prima persona, inibisce la formulazione del pensiero critico e lo sviluppo comunicativo del bambino. Immaginazione e fantasia sono soppiantate da percorsi univoci finalizzati al raggiungimento di obiettivi prefissati e la competizione, da sempre sano stimolo a fare meglio, trova ormai triste definizione solo nella celebre frase *“mors tua vita mea”*.

Durante le lezioni in classe, ma anche nei diversi momenti ricreativi, accade spesso che sia necessario riprendere gli alunni soprattutto perché distratti. Osservandoli con attenzione, e con una certa sistematicità, non si può non notare che la loro disattenzione è molte volte dovuta ad una forte irrequietezza interiore, più o meno esplicita, che essi alimentano giorno dopo giorno approcciando, con eccesso di leggerezza propria della loro età, a videogiochi o giochi virtuali che “leggeri” non sono.

I bambini, naturalmente attratti da ciò che dovrebbe esser loro vietato, registrano immagini, assimilano stili comportamentali, incamerano parole e, prima o poi, compiono atti dei quali non riconoscono neppure l'inadeguatezza, o peggio ancora, la gravità.

È forse questo l'aspetto più allarmante del nuovo scenario sociale: i bambini, sempre più frequentemente, fanno esperienza di situazioni delle quali non percepiscono il “peso” reale e ne restano vittime inconsapevoli, schiacciati dalla violenza che loro stessi esercitano nei confronti dell'altro dietro al proprio schermo.

Se solo i grandi si ricordassero di essere stati bambini una volta, forse i piccoli saprebbero a chi ispirarsi.

RIFLESSIONI DI UNA MAMMA DI TRE “NATIVI DIGITALI” E L’USO DELLE TECNOLOGIE

Di Gioia Zucchini, mamma di tre studenti

Quando mi soffermo ad osservare i miei tre figli, maschi e femmine, di 14, 12 e 7 anni non posso che provare, come tante altre madri, una punta di orgoglio per la loro vita, che è per me un immenso dono.

Spesso, però, ansia ed apprensione mi assalgono, specie quando li vedo assorti davanti a uno schermo parlante che emette ogni genere di suono, musica, canzoni, combattimenti vari, e tanto altro che “sbircio” di nascosto passandogli accanto.

Sono mamma di tre NATIVI DIGITALI, e cioè di bambini immersi nel digitale sin dalla nascita e per i quali l’uso di Tablet, Computer, IPAD e cellulari è la norma. Io, per contro, mi reputo una “IMMIGRATA DIGITALE” e cioè una BOOMER non troppo disadattata, che però è cresciuta prima delle tecnologie multimediali e le ha fatte proprie in un secondo tempo, o almeno ci prova, anche per non restare troppo indietro rispetto a loro.

Un po’ di disappunto lo provo inevitabilmente, quando penso ai miei di pomeriggi passati in cortile a giocare a nascondino da bambina o a guardare “i ragazzi più grandi” da adolescente. Provare a proporgli qualcosa del genere è una chimera, dato che loro chattano e giocano SI, ma “virtualmente” con i loro amici, ognuno dal proprio schermo e dalla propria casa. La pandemia poi non ha fatto altro che esacerbare questi comportamenti e normalizzarli, quando tanto normali non sono.

Pensare di arrestare il processo tecnologico è impensabile, altrettanto



quanto sottrargli “l’appendice portatile ormai ancorata alle loro braccia, come una protesi definitiva”. E allora che fare oltre a trasformarsi in una provetta AGATHA CRISTIE che gli ronza accanto per carpire segreti?

Scherzi a parte: confronto e dialogo erano essenziali allora e lo sono ancor più oggi per conoscere la loro “REALTA’ IRREALE” e prevenire anche i problemi insiti nella giungla della rete.

Non c’è una regola ufficiale: io ho trovato la mia cercando di entrare nel loro mondo e viverlo, prendendo in mano la consolle per fare un improbabile combattimento in “THE WITCHER” o qualche goal, o meglio autogoal su FIFA 22, e ancora i balletti su TIK TOK improvvisandomi partecipante di “Ballando con le Stelle”. La chiave è aprire la porta del loro NUOVO MONDO e farlo un po’ anche mio.

Loro, i figli, non aspettano altro che questo...

Auguri a tutti i genitori che si mettono in gioco, ogni momento, in quello che è il più complesso dei mestieri del mondo.

“GAMING DISORDER”: DISTURBI DA COMPORTAMENTO DIPENDENTE DA VIDEOGAME ED EFFETTI NEGATIVI SUL CERVELLO

Melania Violentano, Dottoressa in Psicologia Clinica e della Riabilitazione

Danila Capone, Dottoressa in Giurisprudenza e in Psicologia

Stare ore a giocare online se da un lato è un momento di socializzazione dall'altro, se fatto senza adeguate pause o interruzioni, in cui vengono eseguite altre attività, porta in molti casi alla dipendenza da videogiochi con tutte le conseguenze che da questa ne derivano.

È stato di recente affermato da Giovanni Valeri [1] che «a quasi tutti i bambini e ragazzini piace sfidarsi o impegnarsi a battere record e superare schemi», ma che il vero problema sorge quando si passa dall'uso all'abuso di playstation e giochi online. Questo tipo di dipendenza implica comportamenti che hanno lo stesso effetto di sostanze quali l'alcol o le droghe; vengono, infatti, attivati nel cervello i neurotrasmettitori deputati al rilascio di dopamina, una sostanza chimica naturale la cui funzione è fondamentale per il controllo e quindi la gestione della sensazione di piacere, della ricompensa, nonché dei meccanismi del sonno e di alcune funzioni cognitive. Tale funzione amplifica quindi il desiderio di continuare determinati comportamenti che producono piacere, innescando così un meccanismo che non trova fine.

Sempre secondo Valeri «la prima e più evidente situazione allarmante è il distacco dalla realtà, che viene surclassata dalla realtà virtuale», e continua dicendo che «Il ragazzo si chiude in camera e può capitare che abbandoni del tutto lo studio e gli altri interessi».

Le conseguenze sono tali per cui l'APA (American Psychological Association) ha introdotto i criteri di dipendenza dai giochi all'interno del Manuale Diagnostico e Statistico dei disturbi Mentali e altrettanto pericolosi da spingere nel 2018 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) a riconoscere la gravità della dipendenza da videogiochi adolescenziale, classificando il disturbo da gioco come una condizione di salute mentale diagnosticabile, tale da includere il Gaming Disorder nell'ultima revisione della classificazione internazionale delle malattie (ICD-11), a partire dal 1 gennaio 2022.

Mentre i videogiochi in solitudine possono creare dipendenza dovuta all'obiettivo da raggiungere, legato allo scoring oppure alla missione stessa che il gioco si prefigge, nei giochi online, spesso si è all'interno di una vera e propria community in cui ci si sente accolti e quindi accettati e in cui non sempre è presente un obiettivo vero e proprio. Se da un lato socializzare è fondamentale per la crescita, dall'altro lato, farlo secondo questa modalità, espone i bambini, ragazzi a crearsi un alter ego, fuggendo dalla realtà senza poi però fare ritorno al qui e ora.



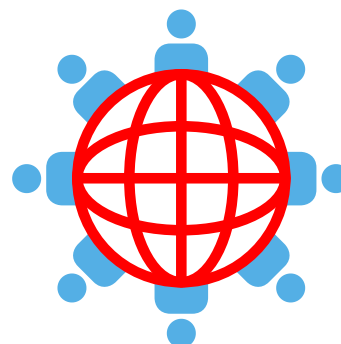
[1] Giovanni Valeri, neuropsichiatra infantile dell'ospedale Bambino Gesù di Roma ed esperto di dipendenze.

La dipendenza da videogioco è accomunabile, per i meccanismi che si muovono dietro, anche al gioco d'azzardo, in cui l'impulso a giocare è tale da generare un'elevata tensione, "calmabile" solo continuando a giocare. Proprio questa irrequietezza insieme ad altri sintomi è un campanello d'allarme che dovrebbe attivare genitori, familiari e amici dei giocatori compulsivi. Diversi studi sono stati fatti in merito e tra questi quelli pioneristici della Dott.ssa Kimberly Sue Young O'Mara, psicologa ed esperta dei disturbi di dipendenza dai giochi on line e comportamenti su internet, presso l'Università di Pittsburgh in Pennsylvania.

Dalle ricerche emersero una serie di possibili criteri diagnostici della dipendenza da videogame per individuare una situazione a rischio, quali forte preoccupazione a riguardo del gioco (salienza cognitiva[2]; isolamento quando il gioco non è possibile; bisogno di aumentare il tempo di gioco per sperimentare soddisfazione; tentativi di controllarne o ridurne l'uso senza alcun esito; perdita di interesse per altre attività; uso smodato pur consapevoli dell'esistenza di un problema; bugie riguardo del tempo di gioco; uso di questo per regolare vissuti emotivi spiacevoli; compromissione del rendimento scolastico e delle relazioni interpersonali che danno spesso esito nella sindrome da ritiro sociale.[3]

A livello fisico si possono riscontrare segni o sintomi da dipendenza da videogiochi come la sensazione di fiacchezza, emicrania dovuta a intensa concentrazione o affaticamento degli occhi, sindrome del tunnel carpale causata dall'uso eccessivo del joystick o del mouse o la cattiva igiene personale.

Come qualsiasi disturbo compulsivo, la dipendenza dai videogiochi può avere ripercussioni anche a lungo termine come dormire poco e non consumare pasti adeguati. Inoltre vanno tenuti in considerazione le problematiche in comorbidità, per citarne uno, basti pensare alla sensazione di irrequietezza e irritabilità che possono portare ad esempio ad attacchi di bulimia nervosa nel primo caso o ad aggressività, bullismo e/o cyberbullismo nel secondo. Da ulteriori studi sono emerse anche correlazione tra dipendenza da gioco e depressione che se unita all'insonnia e alla trascuratezza verso la propria salute possono portare anche all'uso di alcol e sostanze stupefacenti (ad esempio per riuscire a rimanere svegli a lungo o per pura noia).



Per tale motivo è importante che la famiglia, la scuola e in genere il contesto sociale a cui i bambini o i ragazzi appartengono siano vigili e attenti a comportamenti anomali quale ad esempio la continua richiesta di denaro e le modificazioni comportamentali e umorali che ne conseguono, oltre al già menzionato rendimento scolastico o assenteismo. Per poterlo fare è importante che si crei intorno ai ragazzi una vera e propria rete, che di fatto già esiste. Quindi è importante che la rete sociale funzioni anche come rete di controllo reciproco anche tra i ragazzi stessi.

[2] La salienza costituisce un processo di integrazione grazie al quale oggetti e stimoli provenienti dall'ambiente esterno o dal nostro stato interno raggiungono l'attenzione, acquistano rilevanza e diventano in grado di influenzare pensieri e comportamenti.

[3] La sindrome da ritiro sociale è caratterizzata dall'isolamento volontario e da desiderio di solitudine e le persone afflitte da questa condizione percepiscono il mondo esterno come ostile, violento e aggressivo.

Avendo le dipendenze da videogiochi nature differenti, che spaziano da quello biologico all'ambientale e al genetico, non esiste un trattamento unico di cura a riguardo e vista la matrice comune con altre dipendenze, sarà molto importante che i genitori chiedano supporto psicologico e si facciano indirizzare verso una psicoterapia individuale e/o familiare. In genere la combinazione delle due porta a miglior esito in quanto si innescano meccanismi spesso inconsci in relazione alle dinamiche familiari. Esistono centri che lavorano sul comportamento mediante un approccio equilibrato al gioco, proprio come avviene per le problematiche relative ai disturbi alimentari. Di fatto non è pensabile oggi togliere il computer dalla vista dei ragazzi in quanto strumento utilizzato anche per altre attività quali la scuola. Pertanto sarà importante agire sulla rieducazione all'uso equilibrato e consapevole.

A tal riguardo nel 2002 è stata fondata un'organizzazione no profit, chiamata On-Line Gamers Anonymous che mette a disposizione programmi originariamente creati per gli alcolisti anonimi ma successivamente adottato per altri tipi di dipendenze. Tale programma prende il nome di "Programma dei dodici passi" ed è un insieme di principi guida che delineano una serie di azioni per il recupero da dipendenza, compulsione o altri problemi comportamentali.

Tuttavia, passare del tempo a giocare non è condizione sufficiente per individuare un malessere clinico o una condizione psichiatrica. Solo una parte di coloro che giocano in modo sregolato mostra anche sintomi che aprono alla possibilità di diagnosticare una dipendenza.

Inoltre, da quando è iniziato il distanziamento sociale a causa della pandemia da Covid-19, il tasso di dipendenza da videogiochi tra adolescenti è in costante aumento.

Anche prima gli adolescenti giocavano ai videogiochi per ore ogni giorno, ma nel 2020, i numeri sono saliti alle stelle, con almeno il 70% dei ragazzi sotto i 18 anni su console e pc. Nel 2020, quasi la metà dei bambini e degli adolescenti ha trascorso più di sei ore al giorno online. Si tratta di un aumento del 500 per cento rispetto al 2019.

Con la didattica a distanza e le attività limitate fuori casa, gli adolescenti hanno iniziato ad utilizzare e continuano tuttora ad usare i giochi per distrarsi e per combattere la solitudine e l'isolamento.



E sempre più spesso gli esperti in materia di salute mentale e gli psicologi sentono un numero crescente di genitori lamentare che loro figlio è o sta diventando dipendente dai videogiochi. Secondo recenti statistiche, ben il 12% dei ragazzi e il 7% delle ragazze risultano essere dipendenti. Uno studio pubblicato sulla rivista internazionale "Addictive Behaviors" ha rilevato che tra 3.000 studenti, il 19% dei maschi è stato classificato come affetto da disturbi del gioco contro il 7,8% delle femmine.

E si teme che questi numeri probabilmente aumenteranno man mano che l'industria del settore continuerà ad ingrandirsi. Negli Stati Uniti, infatti, la spesa per i videogiochi è cresciuta del 30% nel secondo trimestre del 2020, raggiungendo la cifra record di 11,6 miliardi di dollari. In tutto il mondo, le entrate dell'industria dei giochi dovrebbero raggiungere i 180 miliardi di dollari nel 2021, con circa 2,5 miliardi di utilizzatori. Ciò significherà ancora più bambini dipendenti da videogiochi.

Ma le cause della dipendenza dai videogiochi hanno radici più profonde e i fattori psicologici sottostanti sono in relazione a situazioni di ansia e/o depressione. Gli studi hanno anche rilevato che gli adolescenti con un attaccamento[4] insicuro ai genitori sono più inclini alla dipendenza da internet, compresi i giochi.

Quindi, tanto i bambini quanto gli adolescenti abusano del gioco online che di fatto diventa una strategia per affrontare i problemi della vita. I videogiochi diventano quindi una forma di fuga e un modo per gestire l'angoscia e il disagio tanto per i più piccoli quanto per i grandi. Ma gli adolescenti sono particolarmente vulnerabili alla dipendenza dai videogiochi a causa sia del trauma personale e/o collettivo che stanno vivendo sia a causa del fatto che i loro cervelli sono ancora in fase di maturazione.

Dallo stesso studio, menzionato sopra, sono emerse relazioni tra il disturbo del gioco e un livello più elevato di cognizioni disadattive nei maschi adolescenti. Le cognizioni disadattive si riferiscono a modelli di pensiero malsani riguardo alle aspettative e alle credenze di sé.

Ad esempio, i ragazzi adolescenti che hanno preso parte allo studio hanno sopravvalutato i vantaggi del gioco e non erano disposti a smettere di giocare se non avevano completato determinate attività di gioco.

Altri studi hanno dimostrato che le differenze di genere nel cervello possono prevedere l'aumento del rischio per i maschi di sviluppare una dipendenza da videogiochi adolescenziale.

Ma c'è di più.

Oltre a creare le condizioni per la dipendenza, il gioco eccessivo mette il sistema nervoso in uno stato costante di sovra-stimolazione e ipereccitazione. In questo stato, il corpo produce elevati livelli di cortisolo, l'ormone dello stress. Quindi, la dipendenza da videogiochi durante la fase della crescita può effettivamente cambiare il cervello nel tempo. Ecco allora che i genitori devono cercare di evitare i rischi per tempo. Non certo vietando i videogame, ma stabilendo delle regole.

Afferma Italo Farnetani [1] che una volta si diceva: con un matterello si può stendere la pasta o uccidere una persona, lo stesso discorso attualmente vale con i videogiochi, che hanno il grande vantaggio di fornire stimolazioni sensoriali, in base all'età, e sviluppano l'intelligenza e la memoria a lungo termine, se si gioca in modo adeguato».

Alla luce di ciò è lecito chiedersi: se i giochi possono modificare il cervello, allora potrebbe essere utile fare giochi che aiutino a modificarsi in meglio. Esistono? Quali sono e come funzionano?

A queste domande risponderemo nei prossimi numeri.

[4] Lo psichiatra inglese Bowlby, mediante studi sperimentali, indagò le ragioni intrinseche che legano il bambino a una figura primaria, come la madre, oltre alla ricerca del cibo. Bowlby notò che il piccolo non cercava solo nutrimento e si rese conto che il legame, l'attaccamento, era legato alla ricerca della madre in quanto dispensatrice di protezione, serenità, calore emotivo, sensibilità. Avere un attaccamento sicuro significa sentirsi sicuri e protetti, mentre avere un attaccamento insicuro implica una moltitudine di emozioni concomitanti e conflittuali verso la propria figura primaria, come l'amore, la dipendenza, la paura del rifiuto, la vigilanza e l'irritabilità.

[5] Italo Farnetani pediatra e ordinario alla Libera Università Ludes di Malta

LE DIECI REGOLE PER FAR USARE IN MODO CORRETTO I VIDEOGIOCHI

Di Danila Capone, Dottoressa in Giurisprudenza e in Psicologia

Il mondo dei videogiochi è in continua espansione, infatti sono sempre più numerosi i giochi per le varie console disponibili sul mercato. Le categorie sono molto varie, dallo sport ai giochi per bambini, fino ai giochi per adulti che si caratterizzano per aggressività e violenza.

In un'epoca in cui i videogames hanno preso sempre più piede nella nostra quotidianità, esiste una parte nutrita di letteratura scientifica che si è dedicata ad analizzare i possibili effetti negativi che questi possono avere sulla nostra vita e sulla nostra psiche. Alcuni ricercatori dell'Università Aperta della Catalogna, in collaborazione con il Massachusetts General Hospital di Boston, negli Stati Uniti, hanno passato in rassegna ben 116 studi scientifici recenti, di cui 22 hanno analizzato le modifiche strutturali determinate sul cervello, mentre altri 100 si sono focalizzati sulle alterazioni della funzionalità cerebrale e del comportamento. I risultati, pubblicati sulla rivista *Frontiers in Human Neuroscience*, dimostrano che i videogame cambiano la struttura e il modo di operare del cervello.

Innanzitutto potenziano le aree cerebrali deputate all'attenzione, rendendole più efficienti e reattive agli stimoli: di conseguenza migliorano sia l'attenzione selettiva che quella sostenuta nel tempo. In secondo luogo, i videogiochi potenziano le aree cerebrali connesse alle abilità visuo-spaziali, come l'ippocampo destro, che risulta ingrandito sia nei giocatori abituali sia in volontari a digiuno di videogame e sottoposti a un programma di allenamento alla console.

A tal fine sono state proposte da Italo Farnetani, pediatra e ordinario alla Libera Università Ludes di Malta, "le dieci regole per far usare correttamente i videogiochi". Ecco di cosa si tratta:





1

Spiegate che si tratta di una macchina

Fate capire ai vostri figli che il videogioco è un computer, che non sbaglia mai e che è dunque difficile vincere. Un passaggio propedeutico importantissimo per evitare cadute di autostima.

2

Non lasciateli soli

I bambini non devono sentirsi soli davanti allo schermo, pensando che la mamma sta facendo altro, è distratta. Ci deve sempre essere un controllo diretto, anche per evitare che vengano fatti giochi violenti o pericolosi.

3

Non consideratelo un sostituto della baby sitter

È facile dare un videogioco ai bambini per intrattenerli. Ma compito dell'adulto è trovare una valida alternativa: portateli al parco, perché i piccoli crescono sani all'aria aperta, proponete i giochi da tavolo quando piove o fa freddo. Ricordando, inoltre, che ai piccoli piace più andare fuori o giocare con i genitori che stare davanti a un monitor.

4

Tenete lontani i giochi dalla tavola

Un'abitudine da abolire, tanto a casa quanto al ristorante. I bambini e i ragazzi non devono mangiare e giocare contemporaneamente. Questo vale anche durante la merenda o in un fuori pasto. Oltretutto, distraendosi davanti a uno schermo, rischiano di mangiare molto velocemente, aumentando la possibilità di diventare obesi.

5

Invitateli a sedersi

Non si deve giocare sdraiati sul divano, o peggio ancora distesi a letto o per terra, perché ne va della postura. Imponete ai ragazzi di sedersi, in poltrona o alla scrivania. La ricetta vincente è sempre quella di giocare insieme in un luogo comune della casa, come il soggiorno o la cucina. Se la condivisione diventa una consuetudine sin da piccoli, anche quando i ragazzi saranno adolescenti coinvolgeranno i genitori, invece di escluderli.

6

Fissate un limite

Circa mezz'ora è un tempo accettabile per i videogiochi e il tempo complessivo davanti a un monitor (quindi, tv compresa), non deve comunque essere mai superiore alle due ore al giorno. Fino a un'ora e mezza l'intelligenza incrementa, da un'ora e mezza a due resta stabile, dopo le due ore decresce e inizia a innescare la dipendenza.



7

Vietate l'uso prima di dormire

Il momento di andare a letto è uno dei più delicati della giornata. Il videogioco ha effetti stimolanti e interferisce con i meccanismi che favoriscono l'addormentamento.

8

Non puniteli

I castighi sono sempre un insuccesso. I genitori devono essere autorevoli, non autoritari. Un adulto che si sente costretto a punire non ha saputo svolgere bene il suo ruolo. È consigliabile la strategia della «tolleranza tre»: si spiega la regola, si rispiega se non viene applicata, la terza volta si requisisce il gioco per un certo periodo.

9

Stabilite insieme i tempi

Non imponete un tempo, perché dare ordini non serve. Piuttosto, concordate con i figli una fascia oraria da dedicare ai videogiochi, come al tablet o alla tv, anche ascoltando le loro esigenze e gli orari in cui preferiscono distrarsi. In questo modo, anche loro impareranno a gestire quel momento. Cercate, nel concordare gli orari più giusti, di rispettare i ritmi cronobiologici. Dalle 15 alle 17 la memoria a lungo termine funziona bene, dunque è preferibile che questa fascia sia dedicata ai compiti e allo studio. Dalle 17 alle 20 la capacità di apprendimento e la concentrazione diminuiscono, dunque è meglio dedicare questo tempo al gioco. Si deve praticare uno sport per almeno un'ora, e, prima di cena, un po' di relax con i videogame.

10

Non fate eccezioni

Le regole valgono sempre. Il fine settimana e il periodo di vacanza devono essere utilizzati per uscire, per raccontare una fiaba o leggere un libro, per fare sport, per cucinare. Insomma, per trascorrere del tempo con i genitori o con i nonni.

VIDEOGIOCHI E DISTRUZIONE DEL SIMBOLICO: UN'ANALISI ATTRAVERSO DONALD WINNICOTT

Di Carlo M.E. De Paoli, Freelance

In questo articolo tratterò di videogiochi ma in una chiave d'analisi filosofica, ciò significa che non vi parlerò di studi statistici, di casi sperimentali, di categorie come i PEGI o della storia del videogioco, e non vi prescriverò nulla e nulla vi vieterò. Sostanzialmente interloquirò a distanza con un grande autore, Donald Winnicott, pediatra e psicoanalista britannico, leggendo un suo grande testo "Gioco e Realtà".

Winnicott visse durante la prima metà del 1900 e non poté vedere l'affermarsi della cosiddetta Rivoluzione Digitale, che intorno al 1980 inauguro l'era informatica grazie a scoperte indubbiamente utili come Internet, il fax, il VHS, il DVD, la Tv e per ultimo il PC da cui sto scrivendo. L'era Informatica oggi è al suo apogeo, abbiamo nuove invenzioni come la realtà aumentata, la stampa 3D, la robotica, l'intelligenza artificiale e appunto i videogiochi oggetto della nostra analisi.

Perché parlare di videogiochi attraverso un autore che non ne era a conoscenza? Perché, nonostante oggi che con una superficiale accettazione collettiva cerchiamo addirittura di farne una professione o una posizione sociale, il videogioco è pur sempre e soltanto un gioco. Ma il gioco allora che cos'è? Qui ci serve Winnicott l'autore che più e meglio scrisse sul gioco. Il gioco non lo dobbiamo pensare come quel gioco, il Risiko, il Monopoli, Gta San Andreass o il calcio, il gioco va pensato in astratto, come una dimensione che attraversa tutti questi marchi e brand per restare e continuare in tutti i bambini o gli adulti di tutti i secoli e di tutti i luoghi. Potremmo chiamare il gioco un universale, intendendo questa parola come quella componente della natura umana che resta inalterata e inalienabile rispetto ai cambiamenti e alle trasformazioni dell'esistenza.

È risaputo che Winnicott trattò di psicanalisi infantile, di bambini sino ai 6 anni, quindi ad una prima analisi sembrerebbe non idoneo il suo testo per affrontare un fenomeno psichico come quello dei videogiochi che indubbiamente comporta un elevato carico e potenziale cognitivo. Ma a me non interessa effettuare uno studio su di un paziente 1 con determinate capacità x,y,z; a me interessa leggere e consigliare un buon libro, e con qualche rischio proporre dei collegamenti. Infatti ad un livello di analisi più profondo noteremo che Winnicott non tratta soltanto del gioco come convenzionalmente lo pensiamo, ma tratta anche di psicanalisi come gioco, e quindi non tratta soltanto di bambini ma anche di adulti e ragazzi.

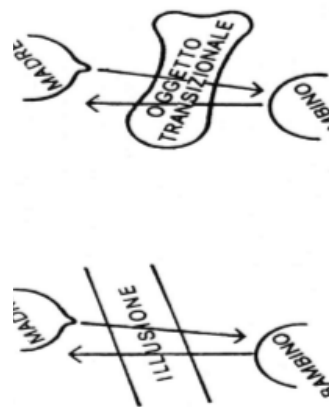


Figura 1.
Tratto da Donald Winnicott
"Gioco e Realtà"
(Armando Editore 2006)

Il primo concetto fondamentale di Winnicott è quello di oggetto transizionale e di fenomeno transizionale, questi due termini costituiscono l'esperienza del gioco. Infatti l'autore riporta la constatazione che nelle prime fasi di gioco i bambini soprattutto molto piccoli tendono a stimolare le zone erogene orali, citando:

"ho introdotto i termini "oggetti transizionali" e "fenomeni transizionali" per designare l'area intermedia di esperienza, tra il dito e l'orsacchiotto, tra l'erotismo orale e il vero rapporto oggettuale, tra l'attività creativa primaria e la proiezione di ciò che è stato precedentemente introiettato, tra la inconsapevolezza primaria di un debito e il riconoscimento di un debito".

Oggetto e fenomeno hanno questa accezione di transizionali proprio perché indicano una transizione, quindi una crescita ed uno sviluppo, dal principio di piacere al principio di realtà.

L'oggetto con la sua concreta materialità, che possiamo toccare e vedere ci educa al reale, ci libera dalle oscurità della nostra mente per introdurci nella luce del Mondo. Già qui possiamo intuire il danno che i videogiochi possono recare alla mente umana, rompendo o interrompendo il transfert dell'individuo, che sia adulto o bambino, paziente o sano, dalla surrealtà del desiderio verso la realtà della sua manifestazione, ripiegano l'esser in una fase di sviluppo che aveva superato o che avrebbe dovuto superare. Inoltre sostituendo la realtà materiale con una virtuale vi è la perdita di tutta una serie di valutazioni automatiche che l'individuo fa dell'ambiente circostante, parlo della percezione delle distanze, delle profondità, dei pesi e dei volumi. Detto ciò ritorniamo al concetto di natura umana e vediamo che Winnicott come molti altri pensatori (Cartesio-Chomsky-Hegel) ritiene che l'esser umano abbia una componente interna ed una componente esterna, ovvero un animo ed un ambiente. Ma il dualismo è da secoli confutato, grazie a tesi come la povertà dello stimolo ambientale, ma soprattutto per la palese constatazione che tra spirito e ambiente ci siano diverse e concrete relazioni.

Tra la dimensione spirituale, che meglio potremmo chiamare con Lacan l'immaginario, sede della psiche con i suoi moti irrazionali, e la dimensione reale, ovvero del Mondo fisico esterno a noi e del nostro corpo, Winnicott afferma e rivaluta la terza dimensione dell'illusione, ovvero del simbolico, dov'è il linguaggio ed altri processi razionali creati dall'uomo, appunto come il gioco.

Citando Winnicott sul tema dell'illusione, come ponte tra la percezione sensoriale e l'appercezione spirituale: *"Io sto qui spezzando una lancia in favore di uno stadio intermedio tra la incapacità e la crescente capacità del bambino di riconoscere e di accettare la realtà. Sto pertanto studiando la sostanza della illusione, quella che viene concessa al bambino e che, nella vita adulta, è parte intrinseca dell'arte e della religione, e che tuttavia diventa il marchio della follia allorché è un adulto pone un eccesso di richieste alla credulità degli altri costringendoli a condividere un'illusione che non è quella loro. Noi possiamo condividere un rispetto per l'esperienza illusoria e se lo desideriamo possiamo raccogliere insieme e formare un gruppo sulla base della similarità delle nostre esperienze illusorie. Questa è una delle radici naturali del raggrupparsi tra esseri umani"*



Figura 2
Tratto da Salvador Dalí
"Sogno causato dal volo di un'ape intorno ad una melagrana un attimo prima del risveglio"
(licenza creative commons)

Come dar torto a Winnicott, effettivamente gran parte dei fenomeni di massa o delle nostre passioni individuali sono una creazione simbolica, frutto di un'illusione ragionata, illuminata: penso all'arte (ad esempio un quadro di Dalí o Bosch sarebbe impossibile da interpretare senza una dimensione simbolica), ma anche alla religione (penso all'ostia con simbolo del corpo di Cristo), penso allo sport (ad esempio all'esultanza dopo un goal, ad una dimensione reale sembrerebbe solamente una persona che si dimena). Senza addentrarci in riflessioni semiotiche e iconologiche, vediamo come gli oggetti transizionali (ad esempio l'orsacchiotto) usati dal bambino nei suoi fenomeni transizionali (il gioco con l'orsacchiotto) educano il bambino ad un transfer, ad uno sviluppo, ad un passaggio dalla dimensione immaginaria, dell'erotismo inconscio, (che vedremo come anche il dito sia il simbolo immaginario del seno della madre) alla dimensione reale dell'orsacchiotto vero e proprio, con tutte le valutazioni annesse, materiale del giocattolo, dimensioni, durata di vita. Di mezzo tra l'immaginario e il reale vi è la vita, non quella reale, ma la vita che vale la pena di esser vissuta, la vita simbolica, il gioco della vita, quello che in apparenza sembra qualcosa ma che ne nasconde un'altra, desiderio gentile che non appaga. La vita e il gioco intesi come simboli sono momenti gioiosi dell'esistenza umana, sono la conquista del soggetto di una felicità tragica, nel senso di un superamento dell'accecamento del reale e della cecità dell'immaginario, ma anche come consolazione dell'angoscia esistenziale, e della finitudine della vita, concetti che anche il bambino comprenderà proprio nel momento ludico. Il simbolico nelle parole di Winnicott:

“Quando viene impiegato il simbolismo, il bambino distingue già chiaramente fra fantasia e fatto, tra oggetti interni e oggetti esterni, tra creatività primaria e percezione.

Ma il termine oggetto transizionale, a mio parere, apre la via al processo di diventare capace di accettare la differenza e la similarità”. Quindi, il gioco come pratica pedagogica del potenziamento della capacità di distinzione tra immaginario e reale, ma vediamo come si esplica nelle mani del bambino. Il bambino come un fisico atomico, un chirurgo o un architetto, seziona, divide, taglia, strappa, parcellizza, atomizza il reale, lo divide appunto in altre parti reali, per abbracciarlo interamente con lo sguardo, per comprenderlo e per rivendicarlo. Come fa il bambino secondo Winnicott, che fa letteralmente a pezzi l'orsacchiotto, gli stacca la testa o le braccia.



Questo è il momento preciso della rottura dell'immaginario e del subentro nel reale attraverso la simbolica della distruzione dell'oggetto fisico. Il bambino rivendica i suoi diritti e il suo possesso del giocattolo nel momento in cui gioca, ma egli ha il presentimento ma non la certezza che l'orsacchiotto sia qualcos'altro nel reale o che abbia una vitalità intrinseca (ad esempio il prodotto di una fabbrica di giocattoli), allora, come intuì bene anche Wittgenstein si ribella all'uso convenzionale dell'orsacchiotto, lo rompe, lo disintegra, vuol vedere cosa c'è dentro, lo reinventa, racconta storie su possibili altri usi, il bambino si educa alla creazione attraverso la distruzione.

L'oggetto come il seno della madre, morsicato nei primi periodi di allattamento, è amato e mutilato, il seno come l'oggetto è il veicolo di passaggio dall'immaginario al reale, il morso o la distruzione dell'orsacchiotto è il simbolo della seconda nascita del bambino nel reale. Notiamo l'importanza della distruttività, del fare a pezzi, del toccare e del mordere, e vediamo come i videogiochi la neghino, normalizzando il bambino ad una calma placida in cui è solo la mente a muoversi, una specie di coma, che fa danni anche sul lungo periodo ritardando quella seconda nascita del bambino nel reale e quella comprensione del simbolico attraverso la distruzione del reale.

“In altre parole, è il gioco che è l'universale e che appartiene alla sanità; il gioco porta alle relazioni di gruppo; il gioco può essere una forma di comunicazione in psicoterapia; il gioco facilita la crescita e pertanto la sanità e infine, la psicoanalisi si è sviluppata come una forma altamente specializzata di gioco, al servizio della comunicazione con se stessi e con gli altri”. Il gioco per essere benefico e per educare il bambino allo stare nel mondo, che credo sia la cosa che importi di più ad una famiglia, ha nell'accezione di Winnicott alcune caratteristiche:

- fusione dell'oggetto con il soggetto, per cui l'oggetto è ripudiato, riaccettato e percepito oggettivamente;
- il bambino come un adulto, penso ai miei esperimenti con Arduino, si isola sin quando non trova qualcun altro che conosca il significato simbolico del suo gioco, quando lo trova nasce un'amicizia;
- il gioco è corporeo ma non è soltanto nella realtà esterna, ovvero il giocattolo è tra gli oggetti reali, ma il bambino lo riusa secondo una sua realtà interna;
- il gioco placa gli istinti e l'angoscia, il gioco è un riconoscimento ragionato del proprio essere;
- il gioco istruisce alla fiducia in se stessi e allo stare insieme, grazie alla percezione di un altro da me in presenza fisica mi educa alle mie potenzialità e a quelle altrui.

In conclusione, i videogiochi ad una lettura filosofica risultano dannosi per la mente umana, poiché interrompendo il transfert dall'immaginario al reale, sostituendo il simbolico attraverso il virtuale (dimensione fittizia creata secondo algoritmo, quindi né reale e né immaginaria) ed impedendo l'atto liberatorio della distruzione fisica (palese forma di censura e di imprigionamento); dissociano l'essere umano dal Mondo e lo isolano nell'oscurità delle sue paure e delle sue psicosi.



In una società nella quella tutto si sarà puntato sul virtuale e sui videogiochi e quindi sull'estraniamento e sull'alienazione dell'esser umano, alla psicoterapia andrà il compito di rieducare quest'esser umano, restituendoli una dimensione simbolica-comunicativa di tipo liberatorio (quella dell'interrogazione psicanalitica e del metodo delle associazioni libere) che sia da ponte tra l'immaginario (l'inconscio) e il reale.

“La psicoterapia ha luogo là dove si sovrappongono due aree di gioco, quella del paziente e quella del terapeuta. La Psicoterapia ha a che fare con due persone che giocano insieme. Il corollario di ciò è che quando il gioco non è possibile, allora il lavoro svolto dal terapeuta ha come fine di portare il paziente da uno stato in cui non è capace di giocare a uno stato in cui ne è capace”

D. Winnicott, Gioco e realtà, 1974

NESSUNA NORMATIVA PER TUTELARE I MINORI DAI VIDEOGIOCHI VIOLENTI O NON ADATTI ALLA LORO ETÀ

Di Danila Capone Dottoressa in Giurisprudenza e in Psicologia

Acquistare e giocare a videogame non adatti all'età dei minori sono comportamenti piuttosto diffusi tra i ragazzi.

Secondo i dati riportati nell'indagine 2011, "Vietato non Vietato", promossa dal Moige su un campione di 2000 minori, i dati parlano chiaro[1].

Raramente poi vengono trovate all'interno dei punti giochi le indicazioni relative alle raccomandazioni sui giochi e ancora più di rado il personale di vendita verifica l'età di chi li compra.

Ma perché i minori acquistano videogiochi non adatti? Sempre secondo l'indagine 'Vietato non Vietato' i bambini lo fanno per adeguarsi al loro gruppo di pari: molto spesso l'acquisto di un videogioco da parte di un bambino segue l'acquisto dello stesso da parte di un amico.

Un altro aspetto da non sottovalutare è la reazione dei genitori all'acquisto di videogiochi non adatti da parte dei loro figli: nella maggior parte dei casi i genitori approvano la spesa del gioco. Inoltre si rileva che i giovani acquirenti dei videogame non adatti ai minori tendono anche a mettere in atto altri comportamenti 'trasgressivi' o vietati, come il consumo di alcol e la visione di pellicole per adulti.

Polemica da parte dei genitori e delle istituzioni: "da anni siamo strenui sostenitori di un uso consapevole e responsabile dei videogiochi".



Se da un lato rappresentano una forma di gioco, sappiamo divenire molto pericolosi per l'uso smodato ed eccessivo che di essi si può fare: tanta letteratura scientifica al riguardo purtroppo lo conferma.

La rilevanza dei videogiochi come nuovi mezzi di comunicazione è d'altra parte dimostrata dal trend positivo che ormai da anni caratterizza il settore e dall'ampliamento dei soggetti destinatari, al punto che ad oggi esistono anche videogame con contenuti osceni o violenti esclusivamente adatti agli adulti.

Tutto ciò senza che esista una normativa che disciplini la materia. Il mondo dei videogiochi, infatti, sia acquistati nei punti vendita sia scaricati on line, rimane completamente privo di regole e poco conosciuto: un bambino può acquistare liberamente, o scaricare da internet, anche i videogame indicati come adatti a un utente maggiorenne.

Proprio alla luce di tale realtà, risulta prioritario per la sicurezza dei ragazzi un intervento che regolamenti in maniera esaustiva il tema della tutela dei minori in tale settore.

[1] 40% La percentuale, nelle scuole medie, dei bambini che afferma di aver giocato a videogiochi non adatti alla loro età, invece, 50% La percentuale, nelle scuole superiori, dei ragazzi che afferma di aver giocato a videogiochi non adatti alla loro età.

Oltre al vuoto legislativo, preoccupante è la scarsa attività di comunicazione svolta in merito: poco consapevoli sono ad oggi i bambini e i ragazzi su un corretto uso del medium, poco informati i genitori su potenzialità e rischi dei videogame, poco sensibilizzati i venditori che sono spesso all'oscuro dell'esistenza del sistema di classificazione Pegi o che comunque non se ne fanno promotori[2].

In Italia i giochi contrassegnati dall'etichetta "18" sono definiti come 'adatti alla maggiore età', ma non ne è vietata la vendita ai minori di 18 anni.

I rivenditori non sono obbligati per legge né ovviamente è prevista una sanzione per coloro che lasciano acquistare ai minori dei giochi non adatti alla loro età.

Esistono in materia delle raccomandazioni previste dal codice "PEGI", ma appunto si tratta solo di consigli all'uso corretto del videogioco, al comportamento e al suo acquisto.

"CHE COS'È IL CODICE DI CONDOTTA "PEGI"?"



Il sistema PEGI si basa su un Codice di condotta, un testo redatto in inglese, contenente un insieme di regole a cui ogni editore che utilizza il sistema PEGI è vincolato per contratto.

Il Codice riguarda l'etichettatura in base all'età, la promozione e il marketing e riflette l'impegno della filiera dei videogiochi finalizzato a fornire informazioni al pubblico in modo responsabile.

All'interno di questo codice viene specificato come vengono classificati i videogiochi in base alla loro pericolosità e delicatezza di contenuti combinata all'età dei bambini.

La classificazione in base all'età consiste in un sistema utilizzato per garantire che i contenuti di intrattenimento quali i giochi, ma anche film, programmi televisivi o applicazioni mobili, riportino un'etichetta chiara e una raccomandazione relativa all'età minima sulla base dei contenuti. Le classificazioni in base all'età orientano i consumatori, in particolare i genitori, aiutandoli nella decisione di acquisto di un determinato prodotto destinato a un bambino.

Un gruppo estremamente eterogeneo di giocatori in Europa è appassionato di videogiochi. Tanto i bambini quanto gli adulti, sia uomini che donne, vi giocano regolarmente, o su apposite console per videogiochi o al PC o su dispositivi mobili quali smartphone o tablet. La maggior parte dei giochi sono adatti a giocatori di tutte le età mentre alcuni sono adatti solo a bambini più grandi e giovani adolescenti. Una determinata parte di giochi presenti sul mercato contiene contenuti adatti unicamente a un pubblico adulto.

La classificazione PEGI esamina l'idoneità di un gioco sulla base dell'età e non del livello di difficoltà. Un gioco PEGI 3 non contiene contenuti inadeguati, ma talvolta potrebbe risultare troppo complicato per i bambini più piccoli.

Di converso, esistono giochi PEGI 18 estremamente facili, ma che contengono elementi che li rendono non idonei a un pubblico più giovane.

[2] la Commissione Europea si è più volte espressa sulla necessità di porre rimedio a questo gap legislativo prevedendo strumenti validi che vadano a normare l'acquisto e l'utilizzo di videogame dai contenuti inadatti ai minori e ha sottolineato l'esigenza di perfezionare l'attuale sistema di classificazione Pegi, semplificandone la simbologia utilizzata e garantendo una maggiore trasparenza dei parametri utilizzati.

Il PEGI è usato e riconosciuto in tutta Europa ed è sostenuto con entusiasmo dalla Commissione europea.

È considerato un modello di armonizzazione europea in materia di tutela dei minori.

Le statistiche includono tutte le classificazioni PEGI formulate attraverso la procedura di classificazione preliminare PEGI classica, applicata a:

- tutti i giochi su disco o cartuccia per le console di Microsoft, Nintendo e Sony e per PC.
- tutti i giochi in digitale per i dispositivi di Microsoft e Sony (inclusi smartphone e tablet).
- numerosi giochi in digitale per PC.

Vari giochi scaricabili digitalmente sono dotati di una classificazione PEGI che utilizza una procedura diversa: il sistema IARC. Tra questi, ad esempio, troviamo: Nintendo eShop, Google Play Store e Oculus VR Store. Per motivi tecnici, tali classificazioni in base all'età non possono essere incluse nelle statistiche di seguito disponibili.

Il sistema di classificazione in base all'età PEGI (Pan-European Game Information) è stato istituito per aiutare i genitori europei ad adottare decisioni informate nell'acquisto di giochi per computer.

Lanciato nella primavera del 2003, il sistema PEGI ha sostituito svariati sistemi nazionali di classificazione in base all'età e si è affermato come sistema unico attualmente utilizzato in gran parte dell'Europa, in più di 35 paesi: Albania, Austria, Belgio, Bosnia-Erzegovina, Bulgaria, Croazia, Cipro, Repubblica Ceca, Danimarca, Estonia, Finlandia, Francia, Grecia, Ungheria, Islanda, Irlanda, Israele, Italia, Kosovo, Lettonia, Lituania, Lussemburgo, Malta, Moldavia, Montenegro, Paesi Bassi, Norvegia, Slovacchia, Slovenia, Polonia, Portogallo, Romania, Serbia, Spagna, Svezia, Svizzera e Regno Unito,

Le etichette PEGI in base all'età



PEGI 3

Il contenuto dei giochi a cui è assegnata la classificazione PEGI 3 è ritenuto adatto a tutti i gruppi di età. Il gioco non deve contenere rumori o immagini che possano spaventare i bambini piccoli e può contenere forme di violenza molto lieve se inserite in un contesto comico o accettabile agli occhi di un bambino. Non devono essere presenti espressioni volgari.



PEGI 7

I giochi che contengono scene o rumori che potrebbero spaventare rientrano in questa categoria. In un gioco classificato PEGI 7 sono accettabili forme di violenza molto lievi (implicita, non dettagliata o non realistica).

**PEGI 12**

In questo gruppo di età rientrano i videogiochi che mostrano una violenza leggermente più esplicita rivolta a personaggi di fantasia e/o una violenza non realistica rivolta a personaggi dall'aspetto umano. Possono essere presenti allusioni o atteggiamenti sessuali e le espressioni volgari non devono essere forti. Anche il gioco d'azzardo, così come si presenta normalmente nella vita reale, nei casinò o nelle sale da gioco, può essere presente (ad esempio giochi di carte a cui, nella vita reale, si giocherebbe per soldi).

**PEGI 18**

La classificazione per soli adulti si applica quando la violenza raggiunge un livello tale da diventare rappresentazione di violenza grave, di omicidi senza apparente movente o di violenza nei confronti di personaggi indifesi. Anche l'esaltazione dell'uso di droghe illegali e l'attività sessuale esplicita dovrebbero rientrare in questa categoria.

**PEGI 16**

Questa classificazione si applica quando la violenza (o l'attività sessuale) descritta raggiunge un livello simile a quello della vita reale. Nei videogiochi con classificazione PEGI 16 l'uso di un linguaggio scurrile può essere molto frequente, così come può essere presente l'uso di tabacco, alcol o droghe illegali.

I descrittori di contenuto PEGI



Il gioco contiene atti di violenza

Nei giochi classificati PEGI 7, può trattarsi soltanto di violenza non realistica o non dettagliata. I giochi classificati PEGI 12 possono includere la violenza in un contesto di fantasia oppure violenza non realistica su personaggi dall'aspetto umano; invece, i giochi classificati PEGI 16 o PEGI 18 presentano una violenza più realistica.



Il gioco contiene un linguaggio scurrile

Questo descrittore può essere trovato nei giochi classificati PEGI 12 (linguaggio poco scurrile), PEGI 16 (ad esempio imprecazioni a sfondo sessuale o blasfemia) o PEGI 18 (ad esempio imprecazioni a sfondo sessuale o blasfemia).



Questo descrittore può essere indicato dal termine "Paura"

Nei videogiochi classificati PEGI 7 se contengono immagini o suoni in grado di spaventare o impaurire i bambini piccoli oppure dal termine "Horror" nei videogiochi con una classificazione più alta che contengono sequenze horror moderate (PEGI 12), intense e prolungate (PEGI 16) o immagini inquietanti (non necessariamente legate a contenuti violenti).



Il gioco contiene elementi che incoraggiano o insegnano a giocare d'azzardo

Queste simulazioni si riferiscono ai giochi d'azzardo che si praticano normalmente nei casinò o nelle sale da gioco. I giochi con questa tipologia di contenuti sono PEGI 12, PEGI 16 e PEGI 18.

I descrittori di contenuto PEGI



Questo descrittore di contenuto può accompagnare una classificazione PEGI 12 se il gioco include allusioni o atteggiamenti a sfondo sessuale

Una classificazione PEGI 16 se il gioco presenta nudità di carattere erotico o rapporti sessuali che non rendono visibili i genitali o una classificazione PEGI 18 se il gioco prevede un'attività sessuale esplicita. Il nudo in un contenuto di natura non sessuale non richiede una classificazione per età specifica e, in tal caso, il descrittore risulterebbe superfluo.



Il gioco si riferisce a/o mostra l'uso di sostanze stupefacenti illegali, di alcol o di tabacco

I giochi con questa tipologia di descrittore di contenuto sono sempre PEGI 16 o PEGI 18.



Il gioco contiene raffigurazioni di stereotipi di carattere etnico, religioso, nazionalistico o di altra natura che potrebbero fomentare l'odio

Questa tipologia di contenuto è sempre ristretta a una classificazione PEGI 18 (suscettibile di violare il diritto penale nazionale).



Il videogioco offre ai giocatori la possibilità di acquistare beni o servizi digitali utilizzando una valuta reale

Tali acquisti includono contenuti extra (livelli bonus, outfit, oggetti a sorpresa, musica), ma anche aggiornamenti (ad esempio per disabilitare la pubblicità), abbonamenti, monete virtuali e altre forme di valuta in-game ossia valida all'interno del videogioco. Questo descrittore del contenuto è talvolta accompagnato da un'ulteriore notifica nel caso in cui gli acquisti in-game includano oggetti casuali (come bottini o carte da gioco). Gli oggetti casuali a pagamento consistono in offerte all'interno del videogioco in cui i giocatori non sanno esattamente che cosa otterranno prima dell'acquisto. Possono essere acquistati direttamente con denaro reale e/o scambiati con la valuta virtuale in-game. A seconda del videogioco, questi oggetti possono essere puramente estetici o avere un valore funzionale. La notifica viene sempre visualizzata sotto o accanto all'indicazione dell'età e ai descrittori del contenuto.

PER SAPERNE DI PIU'

IAD: SMART GUIDE

Il documento "IAD - Smart Guide", che si può trovare nel link Layout 1 (iss.it), è stato creato con il supporto tecnico e finanziario del Ministero della Salute.

All'interno di questa Smart Guide si trova la definizione della dipendenza da Internet, in inglese Internet Addiction Disorder - IAD), che è un disturbo legato ad utilizzo intensivo e ossessivo di internet in tutte le sue forme, dalla navigazione sui social, alla visualizzazione di filmati al gioco online.



Layout 1 (iss.it)

Gli approfondimenti che troviamo riguardano:

La dipendenza dal sesso virtuale che si esprime attraverso la ricerca costante di gratificazione sessuale attraverso la rete. Nello specifico, le persone si scambiano materiale pornografico e sono ossessionate dal sesso virtuale;

- La dipendenza dalle relazioni virtuali che include quei comportamenti che spingono alcune persone a relazionarsi con gli altri unicamente attraverso la rete. Si tratta di individui che riescono a sviluppare una forma di coinvolgimento emotivo soltanto attraverso il web, le chat, ecc.;
- La dipendenza dal gioco online che porta alcuni individui all'uso massiccio e compulsivo di ogni forma di gioco che si svolga attraverso la rete;
- La dipendenza da shopping compulsivo online, in cui il desiderio di comprare si trasforma in un impulso irresistibile e travolgente;
- Il cyber bullismo ossia la manifestazione in rete del bullismo e la maggiore complessità che si viene a determinare quando questo fenomeno avviene tramite i social media;
- Hikikomori un disturbo che colpisce quelle persone che ripiegano emotivamente su se stesse e, come unico contatto, hanno il loro computer e si chiudono in camera per giorni, mesi, anni.

MATERIALE DIDATTICO PER GENITORI



<https://www.osservatoriocybercrimesardegna.it/categorie/materiale-didattico>

- SIR 2 - Sistema di identificazione rischio: che ci permette di segnalare la presenza/assenza di eventuali rischi, contenuti inadeguati rispetto alle competenze cognitive dei giovani;
- Il Manuale per la consapevolezza digitale in famiglia, per educare bambini, preadolescenti e adolescenti all'uso responsabile delle nuove tecnologie;
- Una guida pratica per genitori 1.0, per la valutazione dei potenziali rischi, pericoli e delle eventuali proprietà positive ai videogiochi;
- Una guida pratica per genitori 2.0 - Fortnite (gioco);
- SIR 1.0 Sistema di identificazione rischio: come proteggere i bambini e i preadolescenti su YouTube

LA NOSTRA PROPOSTA



AttivaMENTE Digitale e potenziamento delle Life skills

*Progetto per il consolidamento di conoscenze e
competenze digitali
e sviluppo delle abilità di vita*

Isabella Giacchi – Pedagogista
Sofia Listorto – Psicologa scolastica e Psicoterapeuta

LA NOSTRA PROPOSTA

PREMESSA

Il progetto **“AttivaMENTE Digitale e potenziamento delle Life skills”** ha l’obiettivo di migliorare le competenze degli alunni sull’utilizzo di internet e dei social network, attraverso la creazione e la sperimentazione di uno specifico percorso educativo.

Gli smartphone sono ormai sempre più a disposizione dei ragazzi per accedere a Internet e utilizzare WhatsApp e altri social per rimanere connessi con gli amici.

Per questo non si possono tralasciare i temi della sicurezza in rete, dei pericoli connessi all’uso di tecnologie così potenti (sexting, gioco d’azzardo, cyberbullismo, ecc.).

In questa giungla digitale i ragazzi si muovono con disinvoltura senza che loro stessi, le famiglie, talvolta anche la scuola abbiano piena coscienza di tutti i fenomeni psicologici e culturali derivanti.

A tale riguardo, il progetto **“AttivaMENTE Digitale e potenziamento delle Life skills”** mira allo sviluppo delle competenze utili a identificare, organizzare e analizzare le informazioni digitali, giudicando la loro importanza e lo scopo; al tempo stesso educa alla comunicazione in ambienti digitali (uso consapevole dei Social) e alla condivisione di materiali attraverso strumenti online (rispetto alle diverse età), al fine di imparare ad interagire e collaborare con gli altri in modo sicuro in rete (protezione dei dati personali e della privacy).



IDEA PROGETTUALE

Si propone un percorso formativo ed educativo-didattico rivolto ad alunni e alunne, genitori ed insegnanti sul tema del digitale per la crescita di cittadini attivi, responsabili di se stessi e della comunità che li circonda. Nel progetto si affronteranno tematiche quali: **diritti e responsabilità in internet; educazione ai media** (hate speech, bullismo, stalking, molestie, spam, furto d’identità, phishing). Altra importante parte del progetto è **l’alfabetizzazione informativa** (information literacy) per sviluppare capacità di valutazione dell’informazione, riconoscendo ad esempio provenienza, attendibilità, completezza e qualità delle fonti. In parallelo si svilupperà una parte di **creatività digitale**.

Verrà inoltre potenziato lo sviluppo delle Life skills in quanto ‘abilità di vita’ fondamentali per vivere con serenità e consapevolezza le relazioni interpersonali nel mondo virtuale, così come nei quotidiani rapporti con amici, compagni, insegnanti e familiari.

LA NOSTRA PROPOSTA

OBIETTIVI SPECIFICI

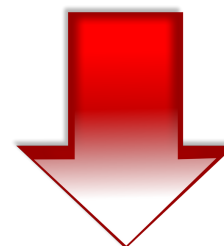
- Utilizzare con dimestichezza le più comuni tecnologie dell'informazione e della comunicazione.
- Acquisire consapevolezza del mondo digitale e del web, dei rischi e benefici che comportano.
- Netiquette: fare un uso corretto e attento dei social network, delle chat e di tutti i luoghi abitati dalla comunità virtuale, avere sempre un comportamento civile, che non danneggi noi stessi e gli altri.
- Prevenire e contrastare bullismo e cyberbullismo.
- Stimolare intelligenza sociale e favorire l'abilità nel lavoro in team (Team Time Web) per promuovere l'apprendimento collaborativo per perseguire un fine comune e condiviso.
- Approfondire l'apprendimento con l'uso integrato delle tecnologie informatiche, incrementare competenze e capacità tecniche per creare prodotti digitali inerenti ai temi trattati.
- Navigare in sicurezza, imparando a riconoscere le insidie di internet come le truffe o il furto di dati.
- Contrastare il rischio di dipendenza da internet e da videogiochi.
- Stimolare la creatività digitale.
- Sviluppare tecniche di *peer education*.

ATTIVITA'

Il moduli dedicati alle attività laboratoriali prevedono **4 moduli formativi di 2 ore** per gli studenti di secondaria di primo grado e **1 modulo formativo di 2 ore** per docenti e genitori.

Si prevede lo svolgimento dell'intervento in presenza, con la possibilità di implementazione online degli stessi moduli, qualora i decreti in vigore riferiti alla situazione pandemica non permettano la didattica in presenza.

I contenuti dei moduli sono descritti nella tabella di seguito, che verranno affrontati in modo più o meno esteso a seconda delle competenze pregresse degli studenti:



IL PROGETTO

INCONTRO I

WEB IDENTITY

“COME CREO LA MIA IDENTITÀ VIRTUALE?”

Presentazione formatori e alunni tramite giochi introduttivi 'rompi-ghiaccio'

Brainstorming: come mi presento online?

Parte teorica di spiegazione, supportata da slide su:

- Cos'è la società dell'informazione e della conoscenza
- La Web reputation
- Uso consapevole della rete: sicurezza, privacy
- Chi può avere accesso alle mie informazioni riservate

Life skills: autoconsapevolezza, rapporti interpersonali

Parte laboratoriale, lavori di gruppo

Come mi presento su WhatsApp?



IL PROGETTO

INCONTRO II

MEDIA LITERACY

“COME POTENZIARE LA MIA ALFABETIZZAZIONE VIRTUALE?”

Revisione lavori e ripasso attività dell'incontro precedente

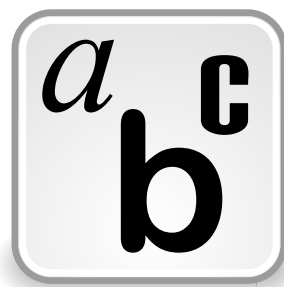
Parte teorica di spiegazione, supportata da slide su:

- Usare i nuovi media per scoprire ed imparare
- Conoscere i social media per usarli al meglio
- Valutare l'affidabilità di un sito
- Orientarsi nel web tra fake news e bufale online

Life skills: pensiero critico, decision making

Parte laboratoriale, lavori di gruppo

A chi devo credere?



IL PROGETTO

INCONTRO III

MEDIA EDUCATION “COME SOCIALIZZARE ONLINE?”

Revisione lavori e ripasso attività dell'incontro precedente

Parte teorica di spiegazione, supportata da slide su:

- Usare i nuovi media per comunicare
- *Netiquette*
- Videogiochi e giochi online: divertirsi senza diventare 'dipendenti' (*Gaming disorder*)
- Attenti alla SMA! (*Social Media Addiction*) ovvero la Dipendenza da relazioni virtuali
- La prevenzione del *cyberbullismo*

Life skills: gestione delle emozioni, empatia, comunicazione efficace

Parte laboratoriale, lavori di gruppo

Come difendersi dai cyberbulli?

Online



IL PROGETTO

INCONTRO IV

GESTIRE I RISCHI E FARE MARKETING SOCIALE “COME PREVENIRE E GESTIRE I RISCHI SUL WEB?”

Revisione lavori e ripasso attività dell'incontro precedente

Parte teorica di spiegazione, supportata da slide su:

- I rischi del *sexting*
- Difendersi da *cyberpredatori* sessuali e pedo-pornografi
- Prevenzione sul web (sicurezza digitale)
- Il ruolo della polizia postale
- Fare *marketing* sociale con la *weebpeer education*

Life skills: gestione dello stress, *problem solving*, creatività

Parte laboratoriale, lavori di gruppo

Come creare materiali per la prevenzione?

Come prepararsi ad essere WebPeer?

Conclusione dei lavori e presentazione del **BLOG DI CLASSE - Blogger**



Per i **genitori** e gli **insegnanti** è previsto un **Webinar** di **sensibilizzazione** ai temi che verranno trattati con gli stessi alunni/e, della durata di **due ore**.

L'incontro verrà svolto unicamente online per permettere una maggiore affluenza e flessibilità organizzativa ai partecipanti. Le tematiche che verranno affrontate riguarderanno i rischi e le opportunità del web, riferite al ruolo fondamentale e alla grande responsabilità che hanno genitori e insegnanti rispetto al giusto utilizzo del web dei propri ragazzi. Inoltre, si affronteranno i temi della netiquette educativa di famiglia e scuola e verranno forniti strumenti utili per il controllo ed il corretto utilizzo di strumenti elettronici e di social network. Gli incontri saranno condotti da personale esperto sui temi della *media education* e si prevedono dei momenti di confronto tra genitori e insegnanti che vogliano prendere parte alla discussione e condividere le loro storie.

Alla fine dell'esperienza laboratoriale seguiranno delle giornate di presentazione dei lavori, dove i ragazzi presenteranno i loro prodotti ai compagni delle altre classi di scuola secondaria.

IL PROGETTO

METODOLOGIA

La metodologia che verrà utilizzata sarà comune a tutti i livelli di scuola: verranno somministrati **questionari pre e post-intervento** agli studenti, ai genitori ed ai docenti per misurare i livelli di conoscenza e consapevolezza dell'utilizzo di internet e del web.

Gli/le studenti/esse partecipanti al progetto dovranno raggiungere un buon grado di motivazione e responsabilizzazione: per questo motivo, nella fase di lavoro iniziale, sarà necessario prendere un accordo tra i vari attori del progetto (alunni, genitori, docenti, formatori) per definire chiaramente gli obiettivi da raggiungere e i contenuti che verranno affrontati.

Le fasi successive del progetto prevedranno **lezioni frontali** sia di tipo **teorico che tecnico-pratico**. L'approccio comune e le metodologie principali che verranno implementate nel corso delle lezioni in aula saranno il **brainstorming**, **attività laboratoriali individuali e di gruppo**. Si promuoverà l'**apprendimento collaborativo e cooperativo**, stimolando capacità critiche e di autovalutazione grazie alla presenza costante di feedback.

Si promuoverà la centralità degli/delle alunni/e, stimolandoli/le con le metodologie della **peer education** e del **Team Time Web** aumentando il senso di responsabilità e coesione di gruppo.

La loro partecipazione attiva permetterà di far emergere l'alunno/a in un'ottica di **empowerment**, soddisfacendo il bisogno di essere agenti efficaci per se stessi e per il contesto che li circonda.

Nella fase 4 gli studenti delle scuole secondarie di I grado, dopo essere stati debitamente formati, svolgeranno un ruolo di WebPeer nei confronti degli studenti di altre classi.

VALUTAZIONE DI AUTOEFFICACIA E RISULTATI ATTESI

- **Aumento** delle competenze digitali dei/delle giovani, in particolare rispetto all'uso critico e consapevole dei media e dei social network;
- **aumento** di comportamenti responsabili ispirati alla conoscenza e al rispetto della legalità;
- **aumento** di competenze di autoefficacia comunicativa, empatica e di regolazione emotiva;
- **riduzione** del rischio di sviluppare una dipendenza da internet e da videogiochi
- **diminuzione** di comportamenti devianti legati all'utilizzo del web e dei social network.

INNOVATIVITÀ E CONTINUITÀ PEDAGOGICA

La proposta progettuale presenta un valore aggiunto per la presenza della **formazione di web peer**;

questa idea si muove in una prospettiva di condivisione orizzontale di esperienze, percezioni e situazioni tra membri di un gruppo, rappresentando una strategia educativa volta al cambiamento degli atteggiamenti dei giovani. Allo stesso tempo, la creazione della nuova figura del **Web Peer**, renderà gli studenti maggiormente integrati e stimolati per la diffusione non solo di conoscenze teoriche ma anche di competenze tecnologiche, che li vedono coinvolti sempre di più in termini di continuità didattica e pedagogica.

CONCLUSIONI

di Sofia Listorto, Psicologa scolastica e Psicoterapeuta

Videogiochi e giochi online: cos'è che bambini e adolescenti non dicono a tal proposito?

Negli ultimi 15 anni mi è capitato di essere chiamata a svolgere dei progetti inerenti alla Psicologia scolastica in numerose classi di scuola primaria e secondaria di I grado, ed imbattermi in molteplici situazioni in cui emergeva con prepotenza il tema dell'uso massiccio di videogiochi e giochi online.

Certamente un primo aspetto del 'non detto', facilmente intuibile, è relativo al fatto che talvolta può essere difficile andare incontro 'all'altro da sé, in una relazione concreta e fisica, che mette in gioco emozioni, desideri, paure, timidezze e conflitti, da cui il 'paravento virtuale' del gioco online sembra, in parte, proteggere.

Un secondo aspetto del 'non detto' - ed aggiungerei quasi 'indicibile' - è relativo al fatto che sovente l'incontro con i coetanei risulta inibito proprio dalla paura dell'adulto nei confronti dei rischi (reali o immaginari) a cui i figli potrebbero andare incontro se lasciati liberi di giocare in cortile o di spostarsi nel quartiere per incontrare gli amici.

Dialogando con gli interessati emerge la consapevolezza che i giochi online hanno consentito e garantito la possibilità di mantenere un piano relazionale e ludico; è doveroso ricordare che questo è stato vero specialmente in questi ultimi 3 anni scolastici, inquinati dalla pandemia di COVID, in cui l'obbligo della mascherina e del distanziamento avrebbe altrimenti ostacolato, se non impedito del tutto, la socializzazione.

Un altro aspetto positivo importante che si evince dai racconti degli studenti è che molti videogiochi sviluppano abilità relative all'attenzione, alla pianificazione, alla memoria di lavoro, tutte preziose competenze, potenzialmente esportabili in contesti di apprendimento scolastico e di vita quotidiana, come avremo modo di esaminare in un prossimo numero della rivista.

Purtroppo è innegabile che i videogiochi e giochi online attivino anche situazioni problematiche: incitamento alla violenza nei videogiochi che vedono premiati i comportamenti aggressivi ed illegali (furti, omicidi, stupri...), esposizione a incontri con sconosciuti ed aumento di circostanze che possono sfociare in cyberpedofilia con adescamento online, forme di furto dell'identità, cyberbullismo, sexting, porn revenge, di cui spesso i giovani sentono imbarazzo a parlare e soffocano la dolorosa esperienza dentro di sé, come approfondiremo nelle future pubblicazioni.

Un pericolo particolarmente grave, da non sottovalutare, è quando bambini e adolescenti iniziano a manifestare una serie di 'comportamenti problema', pur senza esprimere chiaramente che stanno vivendo un forte malessere: richieste di trascorrere sempre più tempo ogni giorno in attività collegate a giochi online, crisi di rabbia o di pianto se gli viene impedito di farlo, bugie relative al tempo trascorso in tali attività.

Potrebbe non essere un semplice 'capriccio' per la pigrizia di non fare i compiti: una mancata attenzione dell'adulto verso il 'non detto' comporta il rischio di non intervenire tempestivamente, laddove si sta sviluppando una vera e propria dipendenza.

Il **'Disturbo da Gioco su Internet'** risultava già inserito nel DSM 5 sezione III, tra le 'Condizioni che necessitano di ulteriori studi'.

Recentemente l'Oms ha riconosciuto il **'Gaming Disorder'** tra le nuove malattie del mondo moderno, pertanto è stato inserito definitivamente nel ICD-11 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) a partire proprio dal 1 gennaio 2022.

Secondo le linee guida dell'OMS il **'Gaming disorder'** consiste in "una serie di comportamenti persistenti o ricorrenti legati al gioco, sia online che offline, manifestati da: un mancato controllo sul gioco; una sempre maggiore priorità data al gioco, al punto che questo diventa più importante delle attività quotidiane e degli interessi della vita; una continua escalation del gaming nonostante conseguenze negative personali, familiari, sociali, educazionali, occupazionali o in altre aree importanti".

Un altro aspetto importante, che emerge dalle confidenze degli studenti, riguarda il fatto che i genitori sovente sono del tutto ignari delle scelte dei loro figli, spesso abbandonati da soli davanti ai videogiochi.

In altri casi i genitori si comportano da complici, acconsentendo di fatto che i loro figli utilizzino, già a 7-8 anni, videogiochi non adatti alla loro età in quanto espressamente vietati ai minori di 14, se non addirittura vietati ai minori di 18 anni, con la giustificazione che i loro figli 'sono intelligenti, più maturi della loro età', senza porsi il problema relativo all'impatto psicologico, emotivo-affettivo negativo che tali giochi possano produrre sulle menti ancora in formazione dei loro figli, quindi senza pensare a proteggerli.

Data la complessità del tema, come si evince dagli articoli presentati in questa rivista, la sintesi quindi non è quella di enfatizzare, né di demonizzare, videogiochi o giochi online.

Come spesso accade, il pericolo non è insito nella cosa in sé, quanto nell'uso che ne si fa.

Per questo la nostra proposta è quella di educare i giovani a diventare 'digitalmente competenti' attraverso un percorso in cui l'adulto, insegnante, genitore o psicologo scolastico che sia, possa rivestire il ruolo di 'agente trasformativo' promotore di crescita e di sviluppo, promuovendo l'acquisizione delle **'life skills online'** rendendo in tal modo, anche grazie ai videogiochi e giochi online, i giovani capaci di gestire le nuove tecnologie e *'navigare, senza annegare, nel web'*.

Nel prossimo numero:

**Bullismo e cyberbullismo,
fattori di protezione e fattori di rischio**

IL CALEIDOSCOPIO

VISION

Una Gioventù Sana, Serena e Solidale.

MISSION

Essere un'eccellenza nel Privato sociale, al servizio dei bambini, degli adolescenti, delle famiglie e della scuola per la promozione del benessere bio-psico-sociale.

CHI SIAMO

Il Centro Clinico di Diagnosi, Riabilitazione e Psicoterapia dell'Associazione No Profit di Promozione Sociale "IL CALEIDOSCOPIO" è stata fondata nel 1995 dall'incontro di professionisti con comprovata esperienza clinica e si avvale della collaborazione di Psicologi scolastici, Neuropsichiatri infantili, Psichiatri, Psicoterapeuti ad orientamento psicodinamico, cognitivo-comportamentale, sistemico-relazionale ed E.M.D.R., Psicodiagnosti, Logopedisti, Terapisti della neuropsicomotricità, Pedagogisti, Psicologi Giuridici, Medici, Sessuologi, Nutrizionisti, Educatori professionali e Tutor dell'apprendimento (Homework Tutor).

La finalità de "Il Caleidoscopio" è quella di contrastare il malessere, il disagio psichico ed esistenziale attraverso un lavoro di promozione dell'agio, di orientamento e supporto dell'individuo nella complessità dei suoi contesti di riferimento: famiglia, scuola e lavoro, operando presso le scuole, le strutture territoriali e la propria sede.

In oltre 25 anni di attività abbiamo svolto numerosi progetti con finanziamenti pubblici e privati: **MIUR, Regione Lazio, Impresa sociale Con i bambini**, in numerose scuole statali e paritarie del Lazio, delle Marche, della Sardegna, della Calabria e della Puglia, in collaborazione con l'**Istituto Superiore di Sanità**, con Laziosanità Azienda di sanità pubblica della Regione Lazio e con vari Centri Territoriali di Supporto (CTS IC Leonori, CTS IIS De Amicis e CTI IC Donati di Roma, CTS ISS SAVOIA-IPSSCS di Rieti, CTS IC Casalnuovo Catanzaro Sud).

L'Associazione detiene al suo interno un'Équipe specializzata nella Valutazione neuropsicologica e diagnostica per numerose problematiche infantili: Disturbo Specifico del Linguaggio, Disturbo Specifico dell'Apprendimento (DSA), ovvero Dislessia, Discalculia, Disortografia; Disturbo della coordinazione motoria e Disgrafia, Disturbo dell'Attenzione con o senza Iperattività/Impulsività (ADHD), Disabilità intellettiva e di altre forme di Bisogni Educativi Speciali (BES).

Siamo un CENTRO AUTORIZZATO dalla REGIONE LAZIO alla CERTIFICAZIONE DSA (DGR 32/2020).

Siamo inoltre un CENTRO RIDInet dell'Anastasis per la TELERIABILITAZIONE INTEGRATA, in presenza e online, per DSA e altri BES.

I nostri esperti prendono in carico bambini, adolescenti, adulti e anziani tramite inquadramento diagnostico, trattamento psicologico, psicoterapeutico, farmacologico, logopedico, riabilitativo e di potenziamento delle funzioni esecutive nell'infanzia e nella terza età.

Accogliamo bambini e adolescenti che sperimentano difficoltà a causa di: difficoltà di apprendimento, demotivazione, bullismo e cyberbullismo, fobia scolastica, ansia, agorafobia, claustrofobia, attacchi di panico, mutismo selettivo, balbuzie, tic motori e vocali, difficoltà nella gestione dello stress e delle emozioni, depressione, ipocondria, disturbi alimentari (anoressia, bulimia, binge eating), dismorfofobia, elaborazione del lutto e dei traumi, dipendenza patologica e addiction (tabacco, alcol, droga, gioco d'azzardo, nuove tecnologie, videogiochi, shopping compulsivo), disturbo da accumulo (accumulatore seriale).

Prendiamo in carico persone con problemi di definizione e realizzazione personale e professionale, uomini in difficoltà nelle relazioni affettive e nella gestione della rabbia, lavoratori in condizioni di stress lavoro-correlato, burnout e mobbing.

L'intervento con le coppie riguarda: conflitti coniugali, problemi di comunicazione e sessuali, problematiche delle coppie adottive ed affidatarie, famiglie ricostituite.

È previsto inoltre il metodo di intervento innovativo del Global Impact Psychotherapy (GIP) per coppie altamente conflittuali, o in presenza di minori o disabili che richiedano un intervento coordinato per l'individuo vulnerabile e la coppia genitoriale.

Se la coppia ha deciso o definito la separazione, si interviene con la Mediazione familiare orientata al sostegno della coppia genitoriale al fine di trovare gli accordi migliori per i figli e gli adulti stessi.

Gli interventi di sostegno alla maternità ed alla genitorialità sono rivolti a situazioni specifiche di difficoltà della funzione genitoriale (problematiche emotive, scolastiche, relazionali dei figli, mancata condivisione di un modello educativo tra genitori, difficoltà relazionali genitori-figli), baby blues e depressione post partum. Sono previsti percorsi di Parent training.

Particolare rilievo hanno avuto in questi anni le iniziative inerenti al Servizio di **Psicologia Scolastica Integrata e Promozione del Benessere**.

I destinatari delle azioni dell'Associazione sono le componenti scolastiche: Capi d'Istituto, insegnanti, studenti e genitori, gli operatori psico-socio-sanitari delle Strutture Pubbliche e del privato sociale (psicologi, assistenti sociali, pedagogisti, sociologi, medici).

Abbiamo attivato l'iniziativa **Salv@Scuola (S@S)** in tempo di COVID-19 con Counseling, Screening difficoltà di apprendimento (Metafonologia, Lettura, Scrittura, Calcolo, Difficoltà di attenzione ed impulsività) e Potenziamento online con piattaforma InTempo di Anastasis.

L'Associazione ha una Convenzione con varie Università: Sapienza, UniCusano e Guglielmo Marconi per il Tirocinio in Psicologia e con Roma Tre per il Tirocinio in Pedagogia e Sociologia.

L'Associazione IL CALEIDOSCOPIO dal 2019 è sede del **Servizio Civile Universale**.

Realizziamo corsi di Formazione per docenti, vari progetti nelle scuole a favore dei giovani ed attività di sostegno per la genitorialità.

Nel 2021 abbiamo dato vita alla rivista online PENTAGRAMMA.

Associazione **IL CALEIDOSCOPIO**



Associazione No Profit di Promozione Sociale

Sede Nazionale e per il Lazio

Via del Castro Pretorio, 30 – 00185 ROMA

SITO: www.ilcaleidoscopio.it - E.MAIL: info@ilcaleidoscopio.com

Se vuoi essere sicuro di non perdere neanche un numero della nostra rivista gratuita

PENTAGRAMMA scaricala dal nostro sito:

[Articoli - Il Caleidoscopio](#)

Per essere aggiornato sulle novità iscriviti alla nostra Mailing list:

[Newsletter \(ilcaleidoscopio.com\)](mailto:Newsletter(ilcaleidoscopio.com))

Se desideri una consulenza gratuita con un nostro esperto, in presenza oppure online,

puoi scriverci o telefonarci:

[Contatti - Il Caleidoscopio](#)

ORARIO DI SEGRETERIA per informazioni e prenotazioni:

LUN-MAR-MER-GIO-VEN: dalle 9.30 alle 12.30

Tel.06 4940707 Fax 06 4469593 Mobile351 6898622

E' possibile inviare un messaggio scritto, vocale e WhatsApp

Per pubblicare un tuo articolo o lavorare con noi:

ass.ilcaleidoscopio@gmail.com