

## **Il gioco non è solo un gioco da ragazzi!**

Lo stiamo scoprendo in questi giorni e sta diventando un monito che tutti i genitori stanno gridando a gran voce: **il gioco è fondamentale per la crescita e, in generale, è una parte importante della vita di tutti.**

Nella vita di tutti i giorni, può essere difficile farci caso e dare al gioco l'importanza che si merita, ma, come spesso accade, proprio nel momento in cui siamo stati privati della possibilità di uscire, abbiamo riscoperto l'importanza del movimento e delle attività ludiche.

### **Ma a cosa ci serve davvero? Ed è una prerogativa solo dei bambini?**

Giocare ci serve per sviluppare moltissime abilità: **sviluppa le nostre capacità di socializzazione, di soluzione di problemi, della logica e del ragionamento...e molte altre.**

Con il gioco diventiamo qualcun altro, facciamo cose che non potremmo fare nella vita reale, immaginiamo di essere qualcos'altro o semplicemente ci muoviamo: mettiamo in moto i nostri muscoli, che siano del cervello o del nostro fisico.

Oggi, per molti di noi manca la possibilità di giocare all'aperto, e quindi ci inventiamo modi per farlo a casa. Ma che fatica! A volte le idee proprio scarseggiano, e lo spazio a disposizione non è proprio l'ideale, non siamo abituati come una volta ad utilizzare quelli da tavolo o le carte, e quindi...**tecnologia!** Quella che ci è sempre sembrata il male supremo, oggi ci viene incontro: basta un videogioco o una connessione internet per immedesimarci nel più forte personaggio del nostro gioco preferito o nello youtuber che ci fa vedere come si fa.

Pensate che sia molto diverso da quello che potremmo fare dal vivo?

Lo è, certo, ha delle sue caratteristiche, ma i giochi tecnologici sono famosi anche per i miti che si sono costruiti su di loro. Le prossime riflessioni si riferiscono a un'importante ricerca scientifica che ha analizzato 20 anni di ricerche sul tema del gioco online e l'aggressività (*Elson, M., & Ferguson, C. J. (2014). Twenty-five years of research on violence in digital games and aggression. European Psychologist.*):

- 1) le ricerche smentiscono il luogo comune secondo cui i giochi violenti portano i ragazzi ad essere più aggressivi. La causa non è diretta, **quindi giocare ai videogiochi non aumenta l'aggressività nei nostri ragazzi;**
- 2) **i giochi di una volta non sono più utili di quelli di adesso**, ma anzi, molti studi vengono effettuati sui videogiochi prima di metterli nel mercato rispetto al passato;
- 3) non è vero che i videogame non piacciono a tutti i genitori, anzi. E' stato studiato che **gli adulti che non erano giocatori iniziano ad apprezzare il gioco online con i loro figli quando lo sperimentano.**

Quello che possiamo dedurre da queste riflessioni è, quindi, che:

- 1) **il gioco online può sviluppare le stesse competenze di quello offline. L'ideale è alternarli;**
- 2) esporre i ragazzi a giochi violenti non aumenta la possibilità che loro diventino più aggressivi. **Quello che può aumentare la rabbia nel gioco è, piuttosto, la difficoltà di gestione delle emozioni, alcune caratteristiche personali e il fatto che il ragazzo possa essere lasciato allo sbaraglio davanti alla play o al pc.** Quello che è importante, quindi, è che, anche nel gioco, i ragazzi non vengano lasciati soli e **si mantenga la relazione privilegiata con i genitori almeno prima e dopo la sessione di gioco.** Un'idea banale? Interessarsi ai giochi preferiti dei nostri ragazzi, chiedere com'è andata la sessione di gioco, cercare di capire cosa li porta ad apprezzare quel gioco in particolare. **Come sempre chiediamoci, anche in questo caso: qual è il suo bisogno?** (V. anche comunicato [Dagli occhiali alla videocamera: diventiamo registi delle nostre esperienze](#))
- 3) sarebbe meglio che i genitori si lasciassero guidare dal figlio nella conoscenza dei loro giochi preferiti, e che si cimentassero a loro volta nel gioco. Solo così la tecnologia non verrà scambiata per una sorta di "ciuccio elettronico" ma si continuerà a prediligere la relazione genitori-figlio.

Un'ultima riflessione, inoltre, riguarda l'utilizzo dei giochi online in questo momento storico: **diventano davvero uno dei pochi modi di entrare a contatto con gli amici e mantenere quella socialità che ultimamente è venuta a mancare.**

Ci sarebbero tante altre riflessioni in merito, ma intanto vi lascio con un video che secondo me è molto significativo.

Buona visione!

<https://www.youtube.com/watch?v=Zqbm-VEPwS8c>

Faenza, 29 Aprile 2020

Dott.ssa Sabrina Lattes  
Psicologa dello Sportello di ascolto dell'I.C. Matteucci  
[sabrina.lattes@icmatteuccifaenza.edu.it](mailto:sabrina.lattes@icmatteuccifaenza.edu.it)