

LEVEL UP

testo
Brigida, Doriana, Chiara

Dai primi giochi Arcade esorditi negli anni 70 ad oggi, i videogiochi sono diventati da semplici passatempi a fenomeno globale, lasciando un'impronta indelebile nella vita dei giovani di tutto il mondo.

I videogiochi, oltre ad essere una fonte di intrattenimento, spesso insegnano agli adolescenti abilità come risoluzione di problemi, capacità strategiche e pensiero critico. Con l'evolversi della tecnologia i videogiochi sono diventati più complessi offrendo la possibilità di creare ricchi mondi virtuali con relazioni sociali annesse incoraggiando, così, creatività, immaginazione, logica, concentrazione, cooperazione di squadra e la prontezza di riflessi.

Quando i giovani si confrontano attraverso i giochi di avventura grafica viene implementata la capacità riflessiva sulle proprie scelte e l'abilità di condividere diversi punti di vista contrastando la tendenza dell'uomo di ritenere la propria opinione come l'unica valida.

La scienza e le tecnologie hanno sviluppato una vasta gamma di giochi educativi utili ad insegnare discipline scolastiche come, per esempio, matematica, scienze, inglese ed altro attraverso modalità coinvolgenti dimostrando come i videogiochi possano essere una ottima piattaforma di apprendimento. Pertanto la storia dei videogiochi si dimostra essere una storia di opportunità e positività per i giovani.

Il futuro dei videogiochi appare molto promettente. Verso dove si sta andando? L'utilizzo della realtà virtuale (VR) e della realtà aumentata (AR) nei videogiochi per mezzo di dispositivi come "Oculus Rift" e "HoloLands" permette ai gamers di ritrovarsi in mondi virtuali aprendo nuove possibilità di gioco; ancora la possibilità di utilizzare giochi in streaming attraverso l'utilizzo di servizi come: "Google Stadia", "Xbox Cloud Gaming" e "NVIDIA GeForce NOW" permette l'accesso immediato ad una vasta gamma di giochi attraverso qualsiasi dispositivo connesso ad Internet.

Oggi attraverso l'utilizzo dell'AI, è

possibile creare un mondo a "misura di giocatore" e ottenere delle esperienze videoludiche sempre più immersive e realistiche, offrendo, inoltre, sfide adeguate al suo livello di abilità. Nonostante gli enormi aspetti positivi scaturiti dall'utilizzo dei videogiochi esiste anche un aspetto dolente che si dimostra essere grande preoccupazione dei genitori.

È necessario partire da un presupposto fondamentale: non è lo strumento in sé ad essere nocivo ma un suo inadeguato utilizzo.

La scienza dimostra che l'utilizzo eccessivo dei dispositivi digitali può influire negativamente sia a livello psichico che comportamentale sui ragazzi.

Si pensi al fenomeno del "rage quit" che porta i giovani a comportamenti inappropriati e distruttivi in seguito ad eventi frustranti relativi al gioco; oppure al fenomeno del ritiro in cui il giovane, inglobato in un mondo virtuale bello non vuole tornare ad un mondo reale brutto. Si ritiene, pertanto, necessario monitorare e analizzare i contenuti che i ragazzi visualizzano nel mondo virtuale.

Per concludere è necessario non polarizzarci su delle posizioni troppo rigide ma trovare la giusta misura nell'utilizzo di uno strumento senza lasciarci governare da esso.

“E’ nel giocare, e soltanto mentre gioca, che l’individuo, bambino o adulto, è in grado di essere creativo e di fare uso dell’intera personalità, ed è solo nell’essere creativo che l’individuo scopre il sé”

(D. Winnicott, Gioco e realtà, 1971)

Angolo dello Psicologo

Riflessioni e considerazioni psicologiche

Psicologo Psicoterapeuta
Claudio Colombo

L'adolescenza, chiamata da alcuni autori "seconda nascita", è una fase cruciale dello sviluppo della persona, durante la quale, come sappiamo, si sperimentano molteplici cambiamenti: fisici, emotivi, cognitivi e sociali. In questo contesto, i videogiochi sono diventati parte integrante della vita quotidiana dei nostri ragazzi. Il loro impatto sulla psicologia e sul benessere degli adolescenti è un tema complesso, caratterizzato da pro e contro che meritano un'analisi approfondita, che qui proveremo ad abbozzare. Può sembrare difficile parlare di videogiochi, del loro utilizzo, della loro funzione, dei loro pro e contro, senza rischiare di assumere posizioni preconcette, anche in considerazione, ad esempio, di quello che ad oggi risulta essere un fenomeno altamente diffuso e presente nella clinica degli adolescenti: la videogaming addiction è diventata una realtà, anche in Italia, tanto che, secondo la ricerca Espad 2018, sono circa 270 mila i ragazzi che, nei confronti di Internet, hanno un comportamento "a rischio dipendenza".

Negli ultimi anni si è avviato un ampio dibattito sulla dipendenza da videogiochi. La rete, soprattutto nell'era post-Covid, è diventata un ambiente nel quale si studia, si lavora, ci si incontra, eppure proprio l'area dei videogiochi viene guardata con maggiore sospetto.

Il Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM-5) non l'ha

classificata come nuova dipendenza, ma l'ha collocata fra le aree che meritano ulteriore attenzione e approfondimento. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), invece, ha inserito la dipendenza da gioco digitale nell'International Classification of Diseases (ICD), spiegando che si tratta di "un modello di comportamento di gioco persistente o ricorrente (gioco digitale o videogame), che può essere online su Internet o offline e che prende il sopravvento sugli altri interessi della vita". Per la prima volta, quindi, una parte della comunità scientifica ha scelto di classificarla come una forma di dipendenza patologica.

Fino a qualche decennio fa, adolescenti e preadolescenti giocavano in strada. Oggi è cambiata l'impostazione educativa delle famiglie: le aree di sperimentazione che una volta avvenivano fuori dal controllo degli adulti, nelle piazze, oggi non esistono più, perché il mondo ci fa un po' più paura. Ed è la piazza virtuale a proporre quindi quei giochi che rappresentano momenti di sperimentazione per i ragazzi. Il problema è che, in questo ambito, la linea che separa il comportamento disfunzionale da quello adattivo è molto sottile. La rete, infatti, può qualificarsi come apertura e sperimentazione oppure, al contrario, come chiusura e isolamento.

Nello specifico, per quanto riguarda i videogiochi possiamo trovare questi aspetti funzionali e di risorsa:

- **sviluppo delle abilità cognitive:** i videogiochi possono favorire lo sviluppo di abilità cognitive come il problem-solving, la pianificazione strategica e la coordinazione oculo-manuale. Queste competenze, trasversali, possono trasferirsi positivamente anche in ambiti scolastici e professionali.
- **Socializzazione e connessione:** molte piattaforme di gioco on-line offrono la possibilità di interagire

con altri giocatori in modalità sincrona, creando connessioni sociali significative. Questo può essere particolarmente importante per gli adolescenti che possono avere difficoltà a stabilire relazioni nel mondo reale. Ad esempio, il confronto con gli altri giocatori può essere una palestra relazionale fondamentale, seppur virtuale, che permette ai ragazzi di sperimentarsi con l'altro e con le proprie reazioni emotive (ad esempio la rabbia, l'invidia, la frustrazione quando si perde).

- **Gestione dello stress e dell'ansia:** i videogiochi possono fungere da sfogo emotivo, consentendo agli adolescenti di gestire lo stress e l'ansia attraverso un'esperienza virtuale. In alcuni casi, giocare può rappresentare una pausa salutare dalla realtà quotidiana.

Al contrario, tra gli aspetti negativi e di rischio nell'utilizzo dei videogiochi possiamo segnalare:

- **isolamento sociale:** un uso eccessivo dei videogiochi potrebbe incrementare l'isolamento sociale, con adolescenti che preferiscono l'interazione online a quella faccia a faccia. Questo può avere un impatto negativo sulle loro abilità relazionali nel mondo reale, con un bisogno di appartenenza e un desiderio di legami affettivi che talvolta, al di fuori della rete, faticano ad esprimersi. Ricordiamo però che il ritiro nel videogioco è un sintomo, un segnale delle difficoltà psichiche dell'adolescente, una sorta di difesa in cui i ragazzi trovano rifugio. Internet ha certamente determinato i cambiamenti sociali che possono avere contribuito al sintomo, ma non possiamo pensare che sia l'unica causa del ritiro sociale, che piuttosto dipende da altre sofferenze. Da ricordare la deriva hikikomori, che consiste in un

completo ritiro dalla vita sociale per lunghi periodi, alle volte anni. Rinchiusi nella propria abitazione, spesso nella propria stanza, queste persone evitano qualunque tipo di contatto diretto con il mondo esterno, talvolta anche con i familiari.

- **Dipendenza e disturbi del sonno:** come già accennato in precedenza, l'eccessivo coinvolgimento nei videogiochi può portare alla dipendenza, con conseguenti disturbi del sonno e disfunzioni nella routine quotidiana. Questo può influenzare negativamente il benessere mentale complessivo dei ragazzi.
- **Contenuti inadatti:** alcuni videogiochi contengono contenuti violenti o sessualmente espliciti che potrebbero avere effetti negativi sulla mente degli adolescenti, influenzando il loro comportamento e la loro percezione della realtà.

L'utilizzo dei videogiochi durante l'adolescenza richiede pertanto un approccio equilibrato e attento. Chiedersi se i videogiochi "facciano male" è impostare la questione in maniera parziale; occorre domandarsi quale significato hanno i comportamenti. Per qualcuno videogiochi, e anche molto, può ad esempio essere sperimentazione di sé, può appartenere a un processo di crescita, di sviluppo o addirittura essere la prefigurazione di una carriera. Per altri può invece indicare un disagio. Conta sempre il come, non il cosa. È essenziale che genitori, educatori e gli stessi adolescenti siano consapevoli di come gestire il tempo dedicato ai videogiochi, con un monitoraggio del contenuto a cui gli adolescenti sono esposti. Inoltre, per l'adulto, è essenziale mantenere una costante e autentica curiosità verso queste nuove tecnologie; in questo modo è possibile mantenere vivo un dialogo e una comunicazione funzionale con i ragazzi, permettendoci di andare noi stessi "là dove sono gli adolescenti", sufficientemente saldi per poterli accompagnare nel complesso compito della crescita.

In Agenda

DICEMBRE / Venerdì 22 Dicembre
Christmas Party - Apericena dalle 18 alle 20
Momento di festa tra i ragazzi e le ragazze del centro diurno, i loro familiari, i ragazzi e le ragazze del territorio, la Comunità Kairos e tutti gli operatori per scambiarsi gli auguri di Natale.

DICEMBRE / MAGGIO
La scuola in rete con la fragilità.
Saranno attivi dei per-corsi con il territorio nelle soglie della fragilità con alcuni Istituti scolastici di secondo grado dove i temi trattati saranno: conoscenza delle realtà presenti sul territorio; cittadinanza attiva; relazione con l'altro; re-includere i giovani nelle relazioni sociali; ri-orientare.

Il percorso si propone di allenare i giovani e i loro docenti all'incontro con l'altro attraverso le diverse modalità possibili in ognuna delle realtà ingaggiate: l'intento è quello di superare il modello della "visita guidata" privilegiando l'incontro tra persone attraverso l'ascolto delle storie o il fare insieme o, laddove possibile, la condivisione di pensieri attorno a temi trasversali come la responsabilità, l'accountability, il prendersi cura..



Intervista

Gamer

Intervista
Brigida, Gianluca, Rawda

Possiamo chiederti le tue generalità?

<< sono michele, ho 20 anni e vivo in provincia di lecco. >>

Quali sono i tuoi giochi preferiti e che tipo di giochi ti piacciono, ti stimolano di più?>

<< soprattutto tattico tom clancy's rainbow six siege / simulatore fifa / Action adventure uncharted; open world gta. >>

Cosa il mondo virtuale ti permette di fare a differenza della vita reale?>

<< di sentirmi più importante di ciò che sono, grazie alla possibilità di "scalare vette", raggiungendo livelli sempre più prestigiosi. >>

Consideri internet un posto dove fare solide amicizie?>

<< non solide. >>

Quando hai iniziato a giocare e qual'è stato il tuo primo gioco?>

<< durante la pre-adolescenza, fifa era il mio gioco preferito. >>

Come ti comporti quando salta la connessione e sei alla "Boss fight" finale?>

<< mi innervosisco. >>

In che cosa il gioco on-line ti ha aiutato in certi momenti?>

<< mi ha aiutato a distrarmi, ad evadere dalla realtà, a svagarmi e a relazionarmi in momenti di chiusura. >>

Riconosci che ci siano stati anche degli aspetti negativi?>

<< la sensazione di abbandonare lentamente la vita reale e la fatica a "ritornare" alla normalità. >>

Cosa ti ha insegnato concretamente, nella vita di tutti i giorni, il gioco?>

<< la misura. Ho imparato ad autoregolarmi. >>

Classifica dei 10 videogiochi più giocati

Nicolò, Andrea

01	MINECRAFT
02	FORTNITE
03	GTA
04	CALL OF DUTY
05	FIFA
06	ROBLOX
07	ROCKET LEAGUE
08	RAINBOW SIX
09	LEAGUE OF LEG.
10	THE SIMS

OK BOOMER!

La rubrica che fa parlare la new-s-generation

Parola del momento
"PWNED"

Ridere a crepapelle, divertirsi.
"Questa barzelletta fa sguarare"

"Pwned" è una storpiatura grafica e ortografica della parola "owned" (posseduto). Originariamente, nel contesto dei videogiochi online e della cultura hacker, il termine è emerso quando un giocatore o un sistema informatico subisce una sconfitta o viene completamente controllato da un avversario, dimostrando una superiorità schiacciante. L'uso di "pwned" riflette spesso una vittoria decisa e una dimostrazione di abilità o superiorità tecnica.

"Sei stato Pwnato"
Sei stato distrutto/umiliato
"Ho Pwnato quello"
Ho Battuto quello

CRINGE ALERT!

L'utilizzo del termine è sconsigliato ai maggiori di 30 anni.

Pillole dallo spazio

Nel 1967, la dottoranda Jocelyn Bell Burnell scopre le pulsar mentre eseguiva un'osservazione di routine. Fu però il suo supervisore Antony Hewish a ricevere il Nobel per la fisica. Le pulsar, chiamate anche fari spaziali, sono la conseguenza della morte di una stella supermassiccia, ruotano velocemente emettendo radiazioni a velocità costante fungendo così anche come dei veri e propri orologi cosmici, infatti vengono usati per diversi studi tra cui la misurazione di onde gravitazionali.



COLLABORA CON NOI: scrivi per informazioni/ progetti/ idee/ ispirazioni a newsgeneration@larcobaleno.coop



RICICLATO
Carta prodotta da
materiale riciclato
FSC® C010411

PLAY

METAVERSO