

L'effetto gratta e vinci dei videogiochi

Sempre più di moda e sempre più acquistati dai genitori per i figli adolescenti, o da Babbo Natale per i più piccoli, sono videogames, tablet, smartphone.

Uno dei problemi è che la maggior parte dei bambini entra a contatto con un dispositivo elettronico molto presto, quando ancora non è in grado di parlare: è molto importante evitare che i bambini prima dei due anni non entrino in contatto con questa tipologia di giochi, e che quindi non vengano usati dai genitori come strumenti da utilizzare per intrattenere i figli, perché durante questa fascia di età il loro cervello si sviluppa molto velocemente, ed è proprio in questo arco temporale che i bambini apprendono maggiormente dall'interazione con i genitori e con le persone che in generale si prendono cura di loro, e non dagli schermi.

Quando si passa troppo tempo videogiocando, c'è il rischio che il confine tra uso di questi strumenti e abuso diventi troppo sottile e il bambino diventi alla fine dipendente. Infatti, durante il gioco con i videogames c'è un incremento della produzione di dopamina, neurotrasmettitore che, è correlato con il potenziamento del comportamento aggressivo, legato al piacere ed alla ricerca di nuove ed intense emozioni.

La maggior parte degli effetti negativi dei videogiochi vengono causati dalla violenza che contengono. I bambini che si intrattengono di più con questo tipo di attività ludica, sono violenti e hanno maggiori probabilità di avere pensieri aggressivi, e la scarsa voglia di aiutare il prossimo secondo uno studio scientifico (Anderson e Bushman, 2001). L'effetto nei bambini è aggravato dalla natura interattiva dei giochi che molte volte premiano per essere più violenti.

Il giocatore sperimenta la violenza nei suoi occhi (omicidi, calci, coltellate e tiro). Questa partecipazione attiva, la ripetizione e la ricompensa sono strumenti efficaci per l'apprendimento di tale comportamento. Infatti, molti studi sembrano indicare che i videogiochi violenti possono essere correlati a comportamenti aggressivi (come Anderson & Dill, 2000; Gentile, Lynch & Walsh, 2004).

Ma veniamo al ruolo dei genitori, che sono sempre più grati a questi dispositivi per il potere di calmare i figli e di intrattenerli. Ma se da un lato questi giochi sembrano calmare i bambini e danno serenità e pace ai genitori, dall'altro li privano dei bisogni essenziali allo sviluppo psicoemotivo: bisogno di fantasticare, di affrontare le loro paure e condividerle con i loro genitori perché possano rassicurarli.

I bambini hanno bisogno di sapere che la vita reale è quella fuori, con i compagni di classe, con gli amici di quartiere; la vita reale è fatta di persone reali, con le quali si trovano ad interagire, e per saper interagire in modo efficace con gli altri, e sviluppare una sana personalità, è necessario che fin da piccoli siano stimolati alla curiosità, al fatto che è bello conoscere altre persone, imparare ad ascoltare, e passare del tempo all'aria aperta, solo in questo modo i bambini sviluppano l'intelligenza emotiva, necessaria per uno sviluppo sano.

La tecnologia moderna è entrata ormai da tempo nel mondo del gioco, non sempre però nel rispetto delle esigenze educative e sociali, divenendo talvolta uno strumento di abuso o una fonte di modelli sociali negativi e perfino patologici. Il punto che sembra cruciale è la sfida tra individuo e macchina che si instaura attraverso il gioco, una competizione che si radica profondamente nel bisogno di dimostrare a se stessi e al proprio "antagonista virtuale" il proprio valore e le proprie capacità: la vittoria rinforza la convinzione di poter nutrire il proprio Io con migliori prestazioni e la sconfitta spinge al tentativo di riscattare la propria autostima minacciata dal fallimento.

Di seguito alcuni suggerimenti per limitare il tempo da far trascorrere ai propri figli davanti ai videogames:

Comunicare anticipatamente al bambino che può dedicare del tempo all'uso dei videogiochi, ma che questo tempo ha un limite

Decidere questo tempo prima di iniziare a giocare: può essere utile utilizzare una sveglia che suoni quando il tempo è scaduto

Usare il comando "salva partita" se vostro figlio inizia a protestare che deve finire la partita che ha cominciato

Scaduto il tempo, suggerire al bambino attività alternative

Scegliere videogiochi adatti all'età di vostro figlio

Evitare la console in camera da letto

Dott.ssa Linda Zulianello, Psicologa, Psicologa forense, Psicopedagoga, esperta in psicopatologia dell'apprendimento, consulente tecnico di ufficio (CTU) per la Procura presso il Tribunale Ordinario di Venezia

www.fondazioneferriolibo.it

3389848053; 0421596104

zulianello@fondazioneferriolibo.it

www.fondazioneferriolibo.it