

# Progetto “Videogiociamo responsabilmente”

Un progetto rivolto agli alunni delle classi quinte delle scuole  
primarie e ai genitori

Psicologi Dott. Munoz Gabriel e Dott. Bonato Stefano



**Di.Te.**

**ASSOCIAZIONE  
NAZIONALE  
DIPENDENZE  
TECNOLOGICHE  
GAP ■ CYBER  
BULLISMO**

Associazione Nazionale Dipendenze Tecnologiche, sede di Bassano  
del Grappa

# PREMESSA

L'attività ludica riveste un ruolo fondamentale nello sviluppo. Giocando, il bambino ha l'opportunità di esercitare un ampio spettro di abilità: sensoriali, motorie, cognitive, emotive, sociali, comunicative, linguistiche, morali.

In questi anni il videogioco rappresenta una forma ludica fortemente presente nella vita dei bambini e degli adolescenti: secondo l'Indagine conoscitiva sulla condizione dell'Infanzia e dell'Adolescenza in Italia (2012), il 26,1% ne fa un uso moderato (fino ad un'ora al giorno), il 17,5% dichiara di giocare da 1 a 2 ore, il 7,8% da 2 a 4 ore, mentre il 5,7% gioca con i videogames più di 4 ore. L'età in cui si comincia a giocare con i videogiochi si sta abbassando, mentre i tempi di utilizzo giornaliero sono in crescita: il videogioco oggi soddisfa una serie di bisogni che in passato venivano soddisfatti con altri tipi di giochi e attività. L'offerta dei videogames è in forte aumento, come pure la possibilità, da parte di bambini ed adolescenti, di disporre di strumenti multimediali (console, smartphone, tablet, PC) che consentono di accedere al videogioco. Il crescente interesse degli studiosi nel corso dell'ultimo decennio ha portato alla nascita di un importante filone internazionale di ricerca sulla dipendenza da videogiochi che, attualmente, è candidata per l'inclusione all'interno delle classificazioni dei disturbi mentali dell'Ordine Mondiale della Sanità (International Classification of Diseases) e dell'American Psychiatric Association (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) (Bonato, 2018). Spesso parlando di videogiochi si tende ad associare il termine ad altri quali ad esempio uso eccessivo, abuso e dipendenza. E' vero, spesso accade che i giocatori utilizzino il media per un tempo eccessivamente lungo, ma ciò non implica sempre e per forza un abuso o una dipendenza dal videogioco. I giocatori sono alla costante ricerca di sperimentare nuove emozioni positive ed appaganti, e attraverso il videogioco hanno questa possibilità e la sensazione di scoprire proprie doti nascoste o che nel mondo reale non riescono a palesarsi. In casi estremi, tuttavia, c'è il rischio che si manifesti una vera e propria patologia: il giocatore non è più un semplice fruitore del media ma ne diventa completamente dipendente con gravi conseguenze nell'ambito della sfera sociale, psicologica (emotiva, cognitiva comportamentale).

Se il videogioco oggi riveste un ruolo così centrale nella crescita del bambino, è fondamentale per ogni genitore comprendere quali siano gli effetti che il videogioco ha sullo sviluppo dei propri figli. Un approfondimento delle tematiche legate al nuovo rapporto creatosi tra bambino e videogames permetterà ai genitori di disporre di nuove conoscenze, risorse e competenze che sono fondamentali per sviluppare una linea educativa consapevole.

# CHI SIAMO

L'Associazione Di.Te. nasce con l'obiettivo di promuovere interventi di sensibilizzazione, di prevenzione e di trattamento delle dipendenze tecnologiche, del gioco d'azzardo patologico e dei fenomeni internet correlati, come il cyberbullismo.

La creazione dell'Associazione pone le sue basi nel lavoro di ricerca e nell'esperienza clinica del suo presidente Giuseppe Lavenia, psicologo-psicoterapeuta e docente universitario, considerato tra i massimi esperti di dipendenze tecnologiche e cyberbullismo, che già dal 2002 indirizzava a questi nuovi fenomeni e a questi campi di intervento il suo interesse professionale.

Oltre ad intervenire in un'ottica sistemica nel trattamento degli esiti psicopatologici derivati da un uso eccessivo e/o disadattivo delle nuove tecnologie, l'Associazione intende promuovere un utilizzo etico e consapevole di Internet attraverso il potenziamento di specifiche abilità e risorse di cui gli individui, soprattutto i più giovani, hanno bisogno per sviluppare un buon adattamento psicosociale (le cosiddette *life skills*). Consapevoli dell'importanza di coinvolgere attivamente gli studenti nelle attività di prevenzione e promozione a loro rivolti, i nostri interventi cercano di combinare le potenzialità dei progetti "top-down" (che si avvalgono di attività ideate da esperti ad hoc) e di quelli "bottom-up" (in cui le attività sono ideate e costruite dalla stessa popolazione a cui sono rivolte). In tal senso, i nostri progetti di intervento partono da un'attenta analisi del contesto e dalla progettazione di attività che vedono gli studenti protagonisti attivi. Per raggiungere questi obiettivi, ci avvaliamo di un importante lavoro di rete che vede il coinvolgimento degli studenti, dei docenti, dei genitori e della comunità più estesa.

## DESTINATARI

Il progetto è rivolto agli alunni delle classi Quinte delle scuole primarie e agli alunni delle scuole secondarie di Primo Grado. e ai genitori di tali alunni. Il progetto prevede un incontro di 2 ore per ogni classe. E' prevista una serata finale di restituzione rivolta ai genitori (di tutte le classi) finalizzata a riflettere su quanto emerso durante gli interventi con gli alunni e per riflettere assieme sulle modalità di gestione delle tecnologie in casa.

## OBIETTIVI

### Obiettivi generali

Il progetto è volto a promuovere negli studenti partecipanti un utilizzo consapevole e funzionale delle nuove tecnologie, in particolare dei videogiochi. Inoltre, l'intervento si propone di fornire ai docenti ed ai genitori degli studenti degli strumenti utili per mediare in modo efficace la relazione tra i giovani e le nuove tecnologie.

### Alunni

E' di fondamentale importanza che i bambini:

- Accrescano la capacità di riflettere riguardo a quali possono essere gli effetti dei videogames sulla loro crescita, per imparare, nel tempo, a valutarne sia i possibili vantaggi sia i possibili rischi;
- dispongano degli strumenti utili per riconoscere se i contenuti dei videogames da console, delle applicazioni, dei giochi online, siano adatti alla loro età;
- Accrescano la capacità di auto-osservazione riguardo a quali spazi e quali tempi i videogiochi occupano durante la giornata, quale impatto hanno i videogiochi sul resto delle attività quotidiane e che influenza hanno le tecnologie sulla relazione con i propri genitori e con i pari;
- Imparino a prendere decisioni appropriate (evitamento delle situazioni potenzialmente a rischio) e dispongano di informazioni e di strumenti per proteggersi dai rischi derivanti dalle interazioni con sconosciuti mentre giocano online;
- Conoscano i rischi derivanti dall' abuso di videogames;

## **Genitori**

E' importante che i genitori:

- Accrescano le conoscenze sui potenziali rischi legati all'utilizzo di internet ed in particolare dei videogiochi, offline e online;
- dispongano degli strumenti utili per riconoscere se i contenuti dei videogames da console, delle applicazioni, dei giochi online, siano adatti all' età dei propri figli;
- Accrescano la capacità di identificare le situazioni di utilizzo disfunzionale delle nuove tecnologie da parte dei ragazzi;
- Aumentino la partecipazione attiva nel prevenire la messa in atto di alcuni comportamenti online a rischio da parte dei figli;
- Riflettano sulla gestione dei videogames in casa: quali sono le regole implicite ed esplicite presenti in casa propria? Sono chiare? Vengono rispettate? Quali sono le maggiori criticità all'interno della propria casa? Come possono essere superate?

# ATTIVITA'

## **Alunni**

Il progetto prevede un incontro di 2 ore per ogni classe durante il quale l'esperto suddividerà l'intervento in cinque fasi distinte:

### **1) DEVICES DI GIOCO E MODALITA' ONLINE/OFFLINE**

In questa fase i professionisti vanno ad indagare attraverso un sondaggio alla lavagna quali sono gli strumenti tecnologici più utilizzati dagli alunni per giocare con i videogiochi. Contemporaneamente chiederanno agli alunni se giocano offline (senza interagire virtualmente con altri) oppure online. Questa attività può darci una panoramica sulle modalità con cui gli alunni giocano e quali sono i rischi specifici che corrono, informazioni fondamentali per orientare i professionisti sugli aspetti su cui soffermarsi durante l'incontro e da riportare in sede di restituzione ai genitori.

### **2) TIPI DI VIDEOGIOCHI E RELAZIONE TRA BAMBINO E VIDEOGIOCO:**

In questa fase andiamo ad indagare quali sono i giochi più giocati dagli alunni della classe. Ragioniamo sui contenuti a cui gli alunni accedono e identifichiamo le principali differenze tra tipologie di videogiochi. Questa attività ha l'obiettivo di dare l'occasione ai ragazzi di ragionare e verbalizzare quanto vissuto durante il gioco e sul fatto che alcuni contenuti possono essere non adatti a determinate fasce d'età.

### **3) VIDEOGIOCHI E CONTENUTI: CODICE PEGI**

Viene presentato ai bambini il codice PEGI, strumento ufficiale adottato in tutta l'unione europea che valuta i contenuti dei videogiochi e che può orientare il bambino nella distinzione tra contenuti adatti e non adatti. Ci soffermeremo sui criteri secondo i quali viene assegnata un'età minima di utilizzo e su tutta la simbologia adottata dal codice PEGI per indicare in modo sintetico quali sono i contenuti del gioco (violenza, discriminazione, linguaggio volgare, possibilità di interazione con sconosciuti ecc...)

### **4) GIOCHI E RETE: PREVENZIONE DEI RISCHI CORRELATI ALLE INTERAZIONI ONLINE.**

In questa fase ci si soffermerà sui vantaggi e soprattutto sui rischi dati dall'interazione online con gli altri utenti della rete. Ragioneremo sul concetto di privacy, di informazioni personali, di dati sensibili e sui rischi correlati alla condivisione a sconosciuti di questi dati. Daremo spazio anche alle modalità che la rete ci mette a disposizione per salvaguardarci da eventi avversi come ad esempio l'interazione non gradita con utenti sconosciuti. L'obiettivo è quello di ragionare con gli alunni sui rischi della rete, di informarli della presenza di strumenti di autotutela (scegliere quali informazioni condividere, modalità di blocco di interazioni non gradite e di segnalazione agli adulti ma anche nel gioco della presenza di elementi di rischio) e il funzionamento pratico delle stesse. Si darà spazio anche ai rischi derivanti dalla socializzazione delle dirette (live) di gioco su mezzi di videosharing come TWITCH, Telegram, Youtube.

### **5) VIDEOGIOCHI, ABUSO E RELAZIONI FAMILIARI**

In questa fase l'obiettivo è quello di stimolare gli alunni a far emergere l'influenza che il videogioco ha sulle attività quotidiane degli stessi e sulle relazioni con i familiari. In particolare si rifletterà sul tempo che occupa il videogioco rispetto agli altri impegni come compiti, studio, attività sportive, tempi di

relazione con familiari e amici. Si ragionerà anche sui motivi per cui talvolta in casa si vivono dei conflitti riguardanti l'uso dei videogiochi e sull'importanza che ha stabilire con i genitori un accordo che sia rispettato da entrambe le parti sull'utilizzo per superare tali conflitti.

## **Genitori**

E' prevista una serata finale di restituzione di due ore rivolta ai genitori (di tutte le classi) finalizzata a riflettere su quanto emerso durante gli interventi con gli alunni e per riflettere assieme sulle modalità di gestione delle tecnologie in casa.

# **GLI ESPERTI**

L'intervento verrà attuato grazie al coinvolgimento di uno dei due professionisti dell'Associazione Di.Te esperti in dipendenze tecnologiche e cyberbullismo.

## **Dott. Bonato Stefano**

Sono uno psicologo iscritto all'Ordine degli Psicologi della Regione Veneto dal 2013, licenza n° 8764, libero professionista. Laureato presso l'Università di Trento in Neuroscienze, ho perfezionato la mia formazione con un master in Nuove Dipendenze presso la Società Italiana Intervento Patologie Compulsive a Bolzano. Sto finendo la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Sistemico Relazionale presso Eidos, Centro di Terapia Familiare a Treviso. Negli ultimi anni ho collaborato con numerose cooperative sociali del territorio nella realizzazione di interventi psicoeducativi rivolti a bambini, adolescenti e adulti con disabilità. In particolare ho collaborato con Ca' Leido e Farcela, realtà in provincia di Treviso.

Realizzo progetti di prevenzione, riguardanti l'uso delle tecnologie, bullismo, cyberbullismo, sportello d'ascolto psicologico all'interno delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie in tutto il Veneto. In particolare mi occupo di sicurezza in rete attraverso progetti sull'uso consapevole di social media e servizi di messaggistica istantanea, prevenzione del bullismo alle scuole elementari e medie, prevenzione del cyberbullismo, serate formative rivolte a genitori, insegnanti, comitati ed associazioni. Sono attualmente **Responsabile Clinico e scientifico del primo Centro Di. Te. In Veneto (Associazione Nazionale Dipendenze Tecnologiche, GAP e Cyberbullismo)** Svolgo Terapia Multisistemica in acqua (TMA metodo Caputo Ippolito) presso le Piscine Rari Nantes di Marostica.

Collaboro all'interno del progetto Wonder a Rosà (VI) nella realizzazione di interventi psicoeducativi rivolti a bambini con disturbo dello spettro autistico e altre disabilità. Gestisco sportelli d'ascolto psicologico presso alcune scuole del territorio.

## **Dott. Munoz Gabriel, Psicologo clinico e delle organizzazioni.**

Nato a Santiago del Cile, Laureato presso L'Università di Santiago del Cile in Psicologia Clinica. Ho acquisito un'ampia esperienza (da quando avevo 18 anni) nel coordinamento di progetti e servizi a favore di persone e gruppi in situazione di fragilità in realtà culturali molto diverse. Ho collaborato per più di 20 anni con l'Associazione Comunità Papa Giovanni XXIII in diversi paesi del mondo (Cile, Brasile, Kenya, Italia) occupandomi di persone in situazione di emarginazione, disagio e disabilità, attraverso progetti socio-educativi e di cooperazione internazionale. Possiedo un bagaglio formativo e operativo nelle dinamiche di gruppo, la promozione della pace, la cooperazione internazionale e la cittadinanza attiva, che mi ha permesso di svolgere il ruolo di formatore e supervisore presso diverse realtà sociali del territorio (Coop. Yumè, Coop. Salute e Territorio, Coop. Solare Multiservice, Comune di Bassano del Grappa, Comune di Rossano Veneto, Comune di Fontaniva, Coop. L'Eco Papa Giovanni XXIII e Coop. Rinascere, Associazione Nazionale Psicologi in Farmacia). Da 5 anni svolgo consulenza psicologica e sostegno alla genitorialità in studio privato nell'ambito adolescenza e famiglia. In questi anni approfondisco in modo particolare la realtà adolescenziale e il fenomeno dell'uso e abuso della tecnologia. Attualmente sono **Responsabile Organizzativo del primo Centro Di. Te. In Veneto (Associazione Nazionale Dipendenze Tecnologiche, GAP e Cyberbullismo)** con sede a Bassano del Grappa. Inoltre, nell'ambito dell'adolescenza mi sono formato in Italia presso il Centro Italiano Disturbi di Personalità sede di Padova e in Cile presso l'Università di Santiago del Cile, il Servizio Nazionale dell'Infanzia e la Fondazione "La Morada". Nell'ambito dei gruppi mi sono formato in Italia con principalmente presso la Scuola di Prevenzione Sociale Jose Bleger di Rimini, l'Associazione Interazione e l'Ass. Teatro Liquido di Padova.

## **IPOTESI ECONOMICA**

L'intervento ha un costo di € 45,00 orari lordi. Per chiarire quale sia il costo totale dell'intervento per la scuola, facciamo un paio di esempi:

Es.1) Coinvolgimento di **tre classi**: 2 ore per ogni classe + 2 ore genitori = 8 ore \* €45,00 = € 360,00

Es.2) Coinvolgimento di **otto classi**: 2 ore per ogni classe + 2 ore genitori = 18 ore \* €45,00 = € 810,00