

Internet resta
una base per
**GIOCHI
RISCHIOSI**
Come evitarli



Dario Anzola

Dottoressa Agosti come può un gioco che nasce sul web innescare pericolose dipendenze nei ragazzini?

"Non esiste un'unica risposta, come non esiste un'unica motivazione che possa spiegare situazioni di sofferenza dell'individuo vissute singolarmente o nel contesto familiare. È probabile che questi giovani stessero vivendo situazioni di sofferenza che ha poi facilitato il nascere di tale dipendenza. Internet vanta una forte accessibilità, stimola la curiosità e favorisce il desiderio di sperimentare. Partendo da qui ci si può avvicinare ad un gioco come quello di Galindo che è studiato per condurre a un coinvolgimento emotivo attraverso un processo di immersione profonda in una realtà virtuale: la Rete propone un mondo irrealmente esente da frustrazioni e da tensioni che invece si possono sperimentare all'interno di rapporti in famiglia o a scuola.

"Le dipendenze da Internet, in generale, vengono usate dai giovani per gestire vissuti negativi che sono sostituiti da un'illusione priva di problemi. "Per quanto riguarda l'insorgenza di queste dipendenze, negli adolescenti aspetti di vulnerabilità sono per esempio una bassa autostima, scarse competenze sociali, rifiuto dei coetanei, legami familiari problematici o scarso impegno scolastico".

Talmente coinvolti da questo mondo virtuale da obbedire anche a chi ordina loro di autolesionarsi?

"Gli ideatori di Galindo hanno creato un sistema che stipula una specie di contratto con chi aderisce al gioco. Con l'avanzare delle fasi previste dal regolamento, aumenta il dolore che un individuo deve sopportare, arrivando così all'ultimo livello in modo graduale.

"Quando si parla del bambino gli animi si raddolciscono; l'umanità intera condivide l'emozione profonda che viene dal bambino" questo diceva Maria Montessori parlando dei fanciulli. Oggi pare che tale condivisione tra generazioni risulti sempre più difficile. In molti, genitori e non, lamentano di faticare a capire i giovani, soprattutto in età adolescenziale. Complice una società nella quale tutto scorre velocemente e che affida una parte di relazioni al mondo virtuale.

Era il 2017 quando in Italia, in tv, si iniziò a parlare di "Blue Whale" (Balena Blu), il gioco dell'orrore che ha causato la morte di circa 160 adolescenti in Russia e che era sbarcato anche nel Bel Paese. Il gioco contava 50 regole che andavano dall'incidersi cifre e numeri sulla pelle, fino all'ultima che richiedeva di buttarsi da un edificio.

L'ordine impartito era chiaro: "Prendetevi la

A ogni prova aumenta la tolleranza al dolore del giocatore. Tale fenomeno può essere letto in funzione del fatto che l'adolescenza è una fase critica di passaggio, durante la quale si pensa alle fasi della vita e della morte. L'adolescente sta costruendo la propria identità e si deve occupare di un tema così importante non avendo ancora sviluppato tutti gli strumenti cognitivi ed emotivi".

Come si può prevenire?

"Sono argomenti che vanno visti nella loro complessità: non esiste una sola soluzione. Tuttavia quello che mi sento di suggerire è una cura delle relazioni in famiglia. Solo in questo modo l'individuo può apprendere e sviluppare competenze: capacità di analisi critica delle situazioni, capacità emotive, relazionali e una conoscenza tale di sé da capire ciò che si prova. Vanno sviluppate la comunicazione verbale, come quella non verbale, l'empatia e la capacità di ascolto. L'OMS descrive come *life skills* le competenze della quotidianità, che sono funzionali al benessere".

GALINDO scatenato Ragazzi facili prede

Psicologa-psicoterapeuta lancia l'allarme e dà consigli

vostra vita". Ora l'incubo sembra essere tornato con un nuovo nome, quello di **Jonathan Galindo**. Nell'immagine del suo profilo si vede un Pippo (personaggio dei cartoni animati), ma con sembianze umane e con un cappello di lana in testa. Anche il nuovo challenge, come il precedente, adesca ragazzini su Facebook e Instagram e li trascina nel vortice di un gioco dalle regole ferree.

A Napoli un giovane di 11 anni si è tolto la vita, lanciandosi nel vuoto, per seguire Galindo, l'uomo con il cappuccio. Difficile comprendere come un bambino o un ragazzo possano farsi coinvolgere in un tunnel senza uscita come questo. Materia di approfondimento per gli studiosi del mondo giovanile e della natura umana.

Tamara Agosti, psicologa psicoterapeuta che lavora in ambito clinico e formativo a Mantova, prova ad offrire alcuni spunti di riflessione in merito ad un tema di così difficile comprensione.



I genitori spesso tendono a impegnare le giornate dei figli tra sport, studio, attività artistiche ed esperienze familiari, magari nei weekend, non lasciando loro molto tempo libero. Questo può essere un atteggiamento utile a curare le relazioni o al contrario potrebbe creare una sorta di ansia da prestazione nei giovani?

"Dalle elementari in su si è affermata una impostazione socio-culturale che prevede pomeriggi impegnati da molteplici attività. Con l'ottica del fare, di impegnare le giornate, si perde di vista la com-

ponente dello stare, dell'essere. Non bisogna solo pensare a fare esperienze, ma a vivere. Quanto spazio viene lasciato al gioco tra le varie attività? Attraverso il gioco si impara, si conosce se stessi e gli altri. Bisogna riuscire a calibrare meglio gli impegni. Quindi non si tratta solo di fare cose o di farle insieme, ma di essere in quella relazione che vado a creare. Mentre il genitore gioca con il figlio piccolo e vive un'esperienza con l'adolescente, mette in atto dinamiche di ascolto ed empatizzazione, come anche gestione delle emozioni o collaborazione. Si possono fare moltis-

sime attività, ad esempio una gita, ma tutto dipende da come si andranno a vivere queste esperienze. Il genitore non deve mai dimenticarsi di rappresentare un modello per il figlio e deve tenere presente che ogni risultato raggiunto nei rapporti con i figli non è mai definitivo, va continuamente coltivato".

Il lockdown e la paura del contagio hanno segnato molte persone, adulti e giovani. Questa tensione diffusa e conseguente sfiducia nel prossimo (possibile untore) potrebbe segnare le nuove generazioni?

"La pandemia ha indubbiamente incrementato gli assetti paranoici secondo i quali si ha il sospetto che l'altro mi possa fare del male. Teniamo presente che ci trovavamo già in un contesto sociale basato in parte sul sospetto: si prenda ad esempio il pericolo del terrorismo.

"L'aspetto paranoico può minare la fiducia nei legami, ma se c'è stata un'interazione di aspetti di fiducia, questi rimarranno. In famiglia, anche in tempo di pandemia, si vivono la fiducia, l'intimità, pertanto non vi sono solo gli stimoli esterni legati al sospetto. Se ci sarà una fine della pandemia, si dovrà ripartire dalla comunità e dalla forza dei legami autentici. Non si parla di tornare alla normalità di prima, ci si troverà di fronte a un equilibrio nuovo, diverso, ma non per forza peggiore".

In una società caratterizzata dalle relazioni definite liquide, nella quale tutto scorre velocemente, i social hanno assunto il ruolo di alibi ai rapporti umani. La psicologia insegna che la costruzione di un futuro differente passa necessariamente dalla riscoperta dei rapporti veri, vissuti intenzionalmente e in presenza.

La Cronaca di Mantova
23 ottobre 2020

Intervista alla dott.ssa Tamara Agosti - Psicologa Psicoterapeuta

<https://www.studio-psicologia.com/>