

GAMING DISORDER

A CURA DI
HORIZON PSYTECH

HZ



SVILUPPO STORICO

INTERNET DISORDER

(Cantelmi, 2000)

DIPENDENZA TECNOLOGICA

(Griffith, 2000)

INTERNET USE SCALE

(Meerkerk & Co., 2009)

INSERIMENTO ICD GAMING
DISORDER

(2019)

**RICONOSCIMENTO
TARDIVO?**



LIMITI DIAGNOSTICI

REAZIONE INSUFFICIENTE

Le reazioni neurocorticali non sarebbero paragonabili a quelle di altre dipendenze.

POCA RICERCA

Disturbo poco studiato a causa della recente scoperta. Pochi studi longitudinali.

FINALITÀ DI TUTELA

Atteggiamento prudente, finalizzato alla tutela delle istituzioni e non dell'individuo.

DELINAZIONE DEI CLUSTER

Difficile e talvolta contraddittoria, non è sufficientemente accurata per porre diagnosi certe. Spesso sovrapposta ad altri disturbi.

**DIPENDENZA DA
GIOCO D'AZZARDO
(GAMBLING)**

**GAMING
DISORDER**

**DIPENDENZA DA
INTERNET**



GAMING DISORDER

Nel corso del 2019 è stata resa pubblica l'intenzione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità di inserire nell'ICD-11 (International Classification of Diseases - 11) una categoria chiamata «gaming disorder», altrimenti nota come «dipendenza da videogiochi», all'interno della sezione «addictive behaviours». Questa decisione ha trovato contrasti nella comunità scientifica.

DEFINIZIONE (ICD-11)

“Un modello comportamentale di gioco (gioco-digitale o video-gioco) caratterizzato da un controllo compromesso sull’attività di gioco, un’augmentata priorità attribuita al giocare rispetto alle altre attività fino a che il giocare assume la precedenza sugli altri interessi e attività quotidiani, e vi è continuazione o intensificazione dell’attività di gioco nonostante l’evidenza delle conseguenze negative.

Perché venga diagnosticato il gaming disorder, il pattern comportamentale deve essere di gravità sufficiente per risultare in una compromissione significativa nell’area personale, familiare, sociale, educativa, occupazionale o di altre aree di funzionamento importanti e le compromissioni dovrebbero essere presenti da almeno 12 mesi”.

SINTOMATOLOGIA: come si manifesta il Gaming Disorder?



Uso persistente e ricorrente di Internet per partecipare a giochi, spesso con altri giocatori, che porta a compromissione o disagio clinicamente significativi come indicato dalla presenza di cinque (o più) dei seguenti criteri per un periodo di 12 mesi:

Preoccupazione riguardo ai giochi su Internet. (L'individuo pensa alle precedenti attività di gioco o anticipa la partecipazione alle successive sessioni di gioco; il gioco su Internet diventa l'attività principale della vita quotidiana.) [non devono essere giochi d'azzardo]

1. Sintomi di astinenza quando viene impedito il gioco su Internet. (Questi sintomi sono tipicamente descritti come irritabilità, ansia o tristezza, mentre non visono segni fisici di astinenza farmacologica.)
2. Tolleranza – Bisogno di trascorrere crescenti quantità di tempo impegnati in giochi su Internet.
3. Tentativi infruttuosi di limitare la partecipazione ai giochi su Internet.
4. Perdita di interesse verso i precedenti hobby e divertimenti come risultato dei, e con l'eccezione dei, giochi su Internet.
5. Uso continuativo ed eccessivo dei giochi su Internet nonostante la consapevolezza di problemi psicosociali.
6. Avere ingannato i membri della famiglia, i terapeuti o altri riguardo la quantità di tempo passata giocando su Internet.
7. Uso dei giochi su Internet per eludere o mitigare stati d'animo negativi (per es., sensazioni di disperazione, senso di colpa, ansia).
8. Aver messo a repentaglio o perso una relazione, un lavoro o un'opportunità formativa o di carriera significativi a causa della partecipazione a giochi su Internet.

FATTORI PREDITTIVI

1

Abuso d'utilizzo

Sessioni di gioco eccessivamente prolungate.

2

Accesso a contenuti inadeguati

Accesso in età prematura a contenuti a sfondo violento, sessualmente esplicito e simili

3

Acquisti sfrenati online

Svuotamento dei conti virtuali dei genitori, talvolta in maniera involontaria.

4

#GameVamping

Gaming notturno prolungato, a discapito delle ore di sonno.



FATTORI DI INFLUENZA

Secondo Yee (2006), l'uso patologico del videogame si attiva quando i fattori di attrazione si combinano con specifiche caratteristiche di personalità e stile di vita.

La dipendenza da videogiochi nascerebbe quando si identifica nei videogame MMORPG la possibilità di soddisfare bisogni preesistenti. In altre parole, i videogiochi compensano alcune necessità percepite dall'individuo come urgenti e irrealizzabili nella realtà.

| Fattore motivazionale | Risposta trovata nel VG | Fattore di attrazione |
|---|--|--|
| Bassa autostima | Sentirsi competenti/potenti | Ciclo di ricompense |
| Immagine di sé impoverita | Essere belli/attraenti | Qualità immersive |
| Mancanza di controllo sulla propria vita | Controllo sulla vita virtuale/poter fare la differenza | Ciclo di ricompense/network di relazioni |
| Sentirsi inutili | Sentirsi utili/necessari | Network di relazioni |
| Necessità di creare e mantenere relazioni | Comunicazione semplificata | Network di relazioni |
| Stress e frustrazione | Ricompense, evasione | Ciclo di ricompense |

(G. Virgilio, 2021)



CONDIZIONI DI RISCHIO

SVANTAGGIO SOCIO ECONMICO

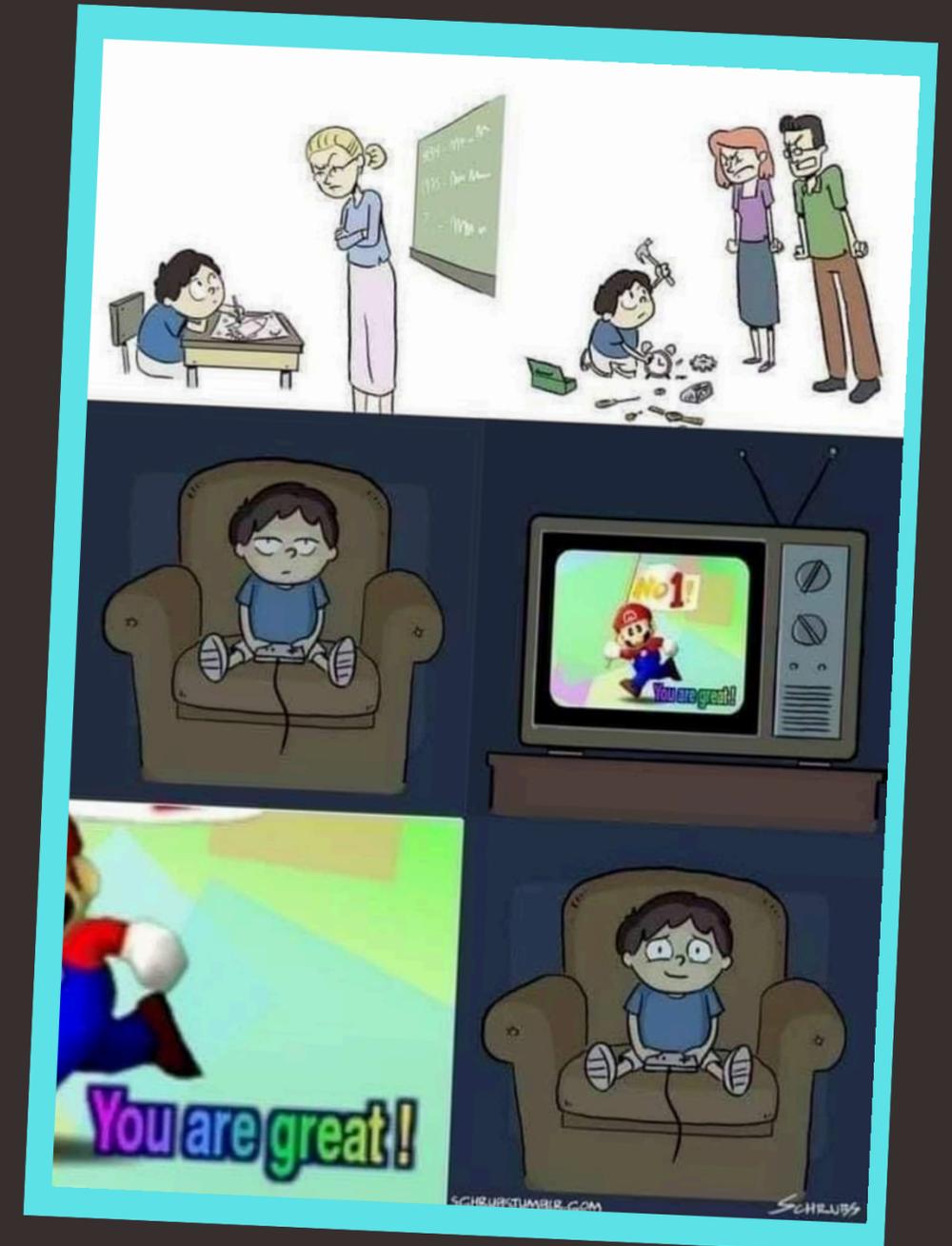
Condizioni di svantaggio economico e sociale con ridotta importanza di scuola o lavoro.

TRAUMI RIPETUTI

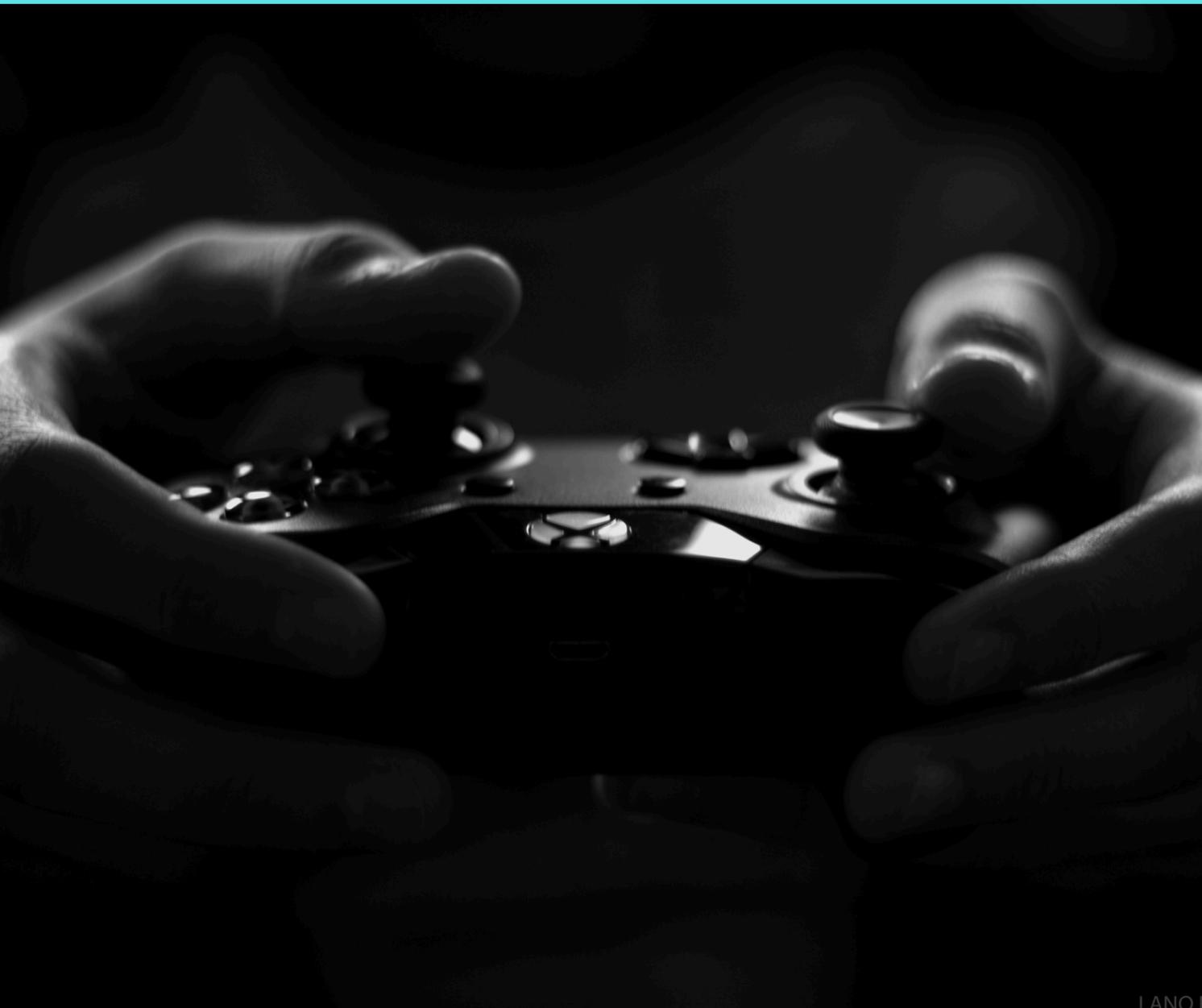
Politraumatizzazioni nella storia personale.

CONFLITTO FAMILIARE

Frequenti discussioni familiari, anche non direttamente rivolte al paziente.



FATTORI PROTETTIVI



1

Frequenza scolastica / lavorativa

Avere impegni scolastici o professionali riduce il tempo dedicabile ai videogiochi. Valgono anche per sport o hobby non digitali.

2

Relazioni affettive stabili

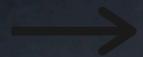
Sia genitoriali, che pongono le regole di utilizzo in età infantile, sia personali, che riducono la ricerca di socialità o affettività online.

3

Ritmo sonno-veglia regolare

Spesso nelle prime fasi di Gaming Disorder i giocatori riducono il sonno per poter giocare.

QUALI GIOCHI SONO PIÙ A RISCHIO?





MMORPG - Giochi di ruolo online



Gioco online: Il gioco stimola la creazione di piccoli gruppi con regolamenti interni (gilde) che spesso richiedono gioco costante e organizzazione, pena l'esclusione.



Task giornalieri: Giochi che prevedono compiti regolari da svolgere ogni giorno investendo un tempo.



Farming: Meccanismo di ricompense randomico che spinge a giocare maggiormente per ottenere oggetti rari.



GAMING DISORDER: COME INTERVENIRE?



VERIFICA SEGNALAZIONE

VISIONE STEREOTIPATA

Il segnalante pensa che giocare tanto ai videogiochi significhi esserne dipendente.

CONFLITTUALITÀ FAMIGLIARE

I videogiochi sono oggetto di lite familiare e dunque si attribuisce il desiderio di gioco ad una dipendenza.

PROBLEMA EDUCATIVO

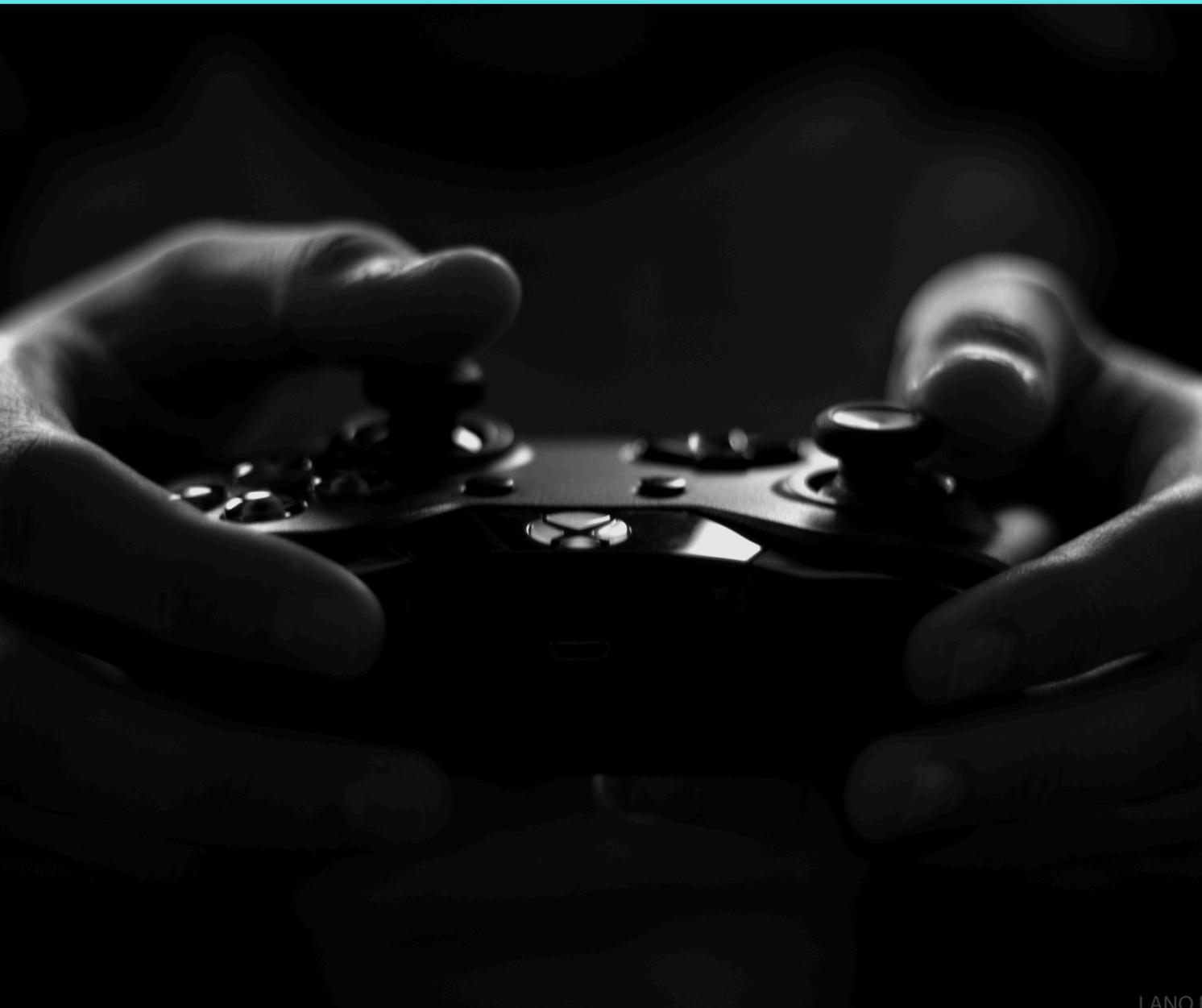
Il paziente non ha mai avuto un'educazione all'utilizzo della tecnologia / I genitori non mettono limiti.

GAMING DISORDER

In assenza del gioco l'interessato manifesta una sintomatologia astinenziale di carattere ansioso.

PSICOEDUCAZIONE

STEREOTIPI E GAMING DISORDER



1

Sovrastima

Il pubblico tende a sovrastimare la portata del disturbo, confondendone i cluster diagnostici.

2

Tasso d'incidenza

Sebbene molti videogiocatori siano appassionati di videogiochi, questo non li rende dipendenti. La fascia di popolazione toccata da questo disturbo si stima (pre-COVID) sia inferiore all'1% della popolazione dei giocatori.

3

In dubbio: cosa fare?

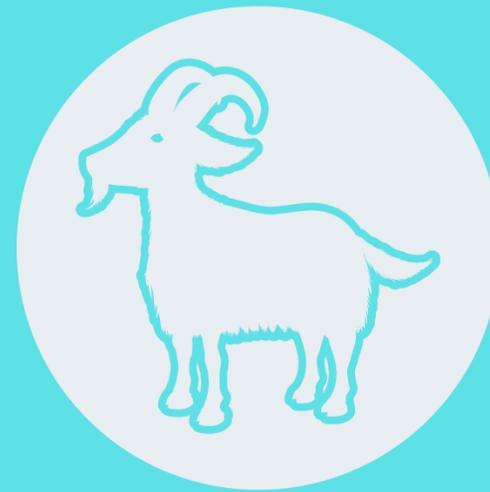
Valutazione diagnostica

PSICOEDUCAZIONE DOVE NASCONO GLI STEREOTIPI?

ANALISI CONTESTUALE



Contesto socio-culturale



Capro espiatorio



Disinformazione

LO SVILUPPO DEI VIDEOGAME

01

NASCITA (1958)

Il primo videogioco viene creato in un laboratorio da William Higinbothan, mentre il primo prodotto commerciale è Pong (1972).

02

Anni 80'

Si assiste alla prima diffusione del videogioco, con la creazione di alcuni centri sociali dedicati al gaming (sale giochi).

03

Anni 90'

I videogiochi entrano nelle case come console da collegare al televisore. Compare il multiplayer casalingo.

04

2000-2019

Il videogioco si fonde sempre più con l'online permettendo di giocare a distanza e di collegarsi maggiormente ai vari titoli.

05

COVID

Con il COVID i videogiochi diventano un alleato per combattere l'isolamento. Aumentano i tempi d'utilizzo e diminuisce l'età di accesso.



Per approfondire: [Quali sono i videogiochi più venduti?](#)

VIOLENZA

DIPENDENZA

PER MASCHI

PIGRIZIA



ISOLAMENTO

PER BAMBINI



CATEGORIE D'UTILIZZO



Uso: Usare saltuariamente o abitualmente un dispositivo tecnologico nel limite massimo consentito.



Abuso: Usare frequentemente un dispositivo tecnologico oltre il limite massimo consentito.



Dipendenza: Usare costantemente un dispositivo tecnologico che ostacola o impedisce il corretto funzionamento di altre attività di vita.



STRUMENTI PER LA PSICOEDUCAZIONE

1

SISTEMA PEGI

Sistema di valutazione dei contenuti dei VG.

2

INDICATORI CORPOREI

Insegnare ad ascoltare il proprio corpo
riconoscimento l'eccesso di utilizzo.

3

CONTRATTO EDUCATIVO

Strumento per la mediazione familiare.

4

PARENTAL CONTROL

Strumento per la gestione del tempo e dei
contenuti di gioco.



**NEL CONTESTO IN
CUI LAVORIAMO...**



"VOGLIO DIVENTARE UN E-SPORTIVO"

Sezionare le sessioni

Ridurre il tempo delle sessioni di allenamento riduce la predisposizione di chi usa i videogiochi come strumenti professionali.

Proporre attività esterne

Alternare le sessioni con attività sportive o all'aperto può aiutare ad evitare che il gioco diventi l'attività preponderante del ragazzo.

Giocare tanto non vuol dire allenarsi bene

Bias in cui spesso cadono gli esportivi: allenarsi tanto non significa necessariamente farlo bene.

Sensibilizzazione

Spiegare ai ragazzi il disturbo e come difendersi.



GAMING DISORDER E TERAPIA



GAMING DISORDER: COSA FARE?

Diagnosi?

Anche se pochi alcuni test possono dare validi spunti diagnostici.

Consiglio: Test per il Disagio psico-digitale.

Sensibilizzazione

Un percorso di educazione all'utilizzo dei videogiochi riduce notevolmente il rischio di incorrere in queste problematiche.

Terapia

Consigliato approccio multidisciplinare con farmacoterapia, psicoterapia (inizialmente online, soprattutto in caso di Hikikomori) e supporto assistenziale.

Sostegno familiare

Spesso le famiglie soffrono del malessere del paziente, diventa fondamentale stipulare una valida alleanza terapeutica anche con loro.



PROTOCOLLO DI INTERVENTO

1

CAPIRE LA MOTIVAZIONE

Cosa trova il paziente nel gioco? In che altri modi può soddisfare questa sua stessa necessità?

2

PROPORRE ALTRI GIOCHI

Cominciare a ridurre il comportamento di abuso sostituendo l'oggetto, possibilmente con giochi di genere differente (desensibilizzazione graduale).

3

NUOVE ATTIVITÀ

Inserimento graduale di nuove attività extraludiche, prima in casa e poi fuoricasa.

4

REINSERIMENTO

Nuovo inserimento sociale/scolastico/professionale con condivisi limiti di gioco. →



PERCHÈ I RAGAZZI GIOCANO AI VIDEOGIOCHI?



Motivazioni del videogioco (Olson, 2009)



VIDEOGIOCHI E BISOGNI



IDENTITARI

Sia in termini di sperimentazione personale, sia nella mediazione con gli altri. L'avatar diventa uno strumento di informazione per il sè.



STIMA

Il videogioco consente di aumentare il senso di competenza e di confrontarsi con gli altri in situazioni protette.



AUTOREALIZZAZIONE

La realtà digitale è maggiormente adattabile ai propri desideri, diventando più sicura per persone maggiormente vulnerabili.

**SELF-
ACTUAL-
IZATION**

PURSUE INNER TALENT,
CREATIVITY, FULFILLMENT

SELF-ESTEEM

ACHIEVEMENT, MASTERY,
RECOGNITION, RESPECT

BELONGING-LOVE

FRIENDS, FAMILY, SPOUSE, LOVER

SAFETY

SECURITY, STABILTY, FREEDOM FROM FEAR

PHYSIOLOGICAL

FOOD, WATER, SHELTER, WARMTH



WIFI



BATTERY

PROTOCOLLO DI INTERVENTO

1

CAPIRE LA MOTIVAZIONE

Cosa trova il paziente nel gioco? In che altri modi può soddisfare questa sua stessa necessità?

2

PROPORRE ALTRI GIOCHI

Cominciare a ridurre il comportamento di abuso sostituendo l'oggetto, possibilmente con giochi di genere differente (desensibilizzazione graduale).

3

NUOVE ATTIVITÀ

Inserimento graduale di nuove attività extraludiche, prima in casa e poi fuoricasa.

4

REINSERIMENTO

Nuovo inserimento sociale/scolastico/professionale con condivisi limiti di gioco. →





ATTENZIONE A:



NON TOGLIERE IL VIDEOGIOCO DI COLPO:
Ne conseguirebbe una reazione opposta di forte malessere per il paziente.



Non forzare il paziente a fare step che non sente suoi:
Un obbligo prematuro conduce ad una rottura dell'alleanza terapeutica.



Porsi obiettivi raggiungibili:
Questo rinforza il lavoro del paziente permettendogli di progredire e evita che questo si demoralizzi aumentando il comportamento di gioco.



BIBLIOGRAFIA & APPROFONDIMENTI



DENTRO IL VIDEOGIOCO: VIAGGIO NELLA PSICOLOGIA DEI VIDEOGIOCHI E NEI SUOI AMBITI APPLICATIVI (Bocci, 2019)



PSICOLOGIA DEI VIDEOGIOCHI (Triberti e Argenton, 2013)



FIGLI E VIDEOGIOCHI: ISTRUZIONI PER L'USO (Cantoia, Romeo e Besana, 2011)



VIDEOGAME EDUCATION (Felini, 2012)



PERCHÈ FARE EDUCAZIONE AI VIDEOGIOCHI NELLE SCUOLE? (Brussolo, 2019 - www.horizonpsytech.com)



DIPENDENZA DA VIDEOGIOCHI: COME RICONOSCERLA? (Giallongo, 2020 - www.horizonpsytech.com)