

Dipendenza dal web, un progetto per aiutare i ragazzi. I dettagli

Data: 9 aprile 2021 | Autore: Redazione



Dipendenza dal web, un progetto per aiutare i ragazzi. Nelle scuole medie, si lavora su emozioni con giochi interattivi

ROMA, 04 SET - Combattere la dipendenza da internet con un videogioco: può sembrare un controsenso e invece è una delle strategie che verranno impiegate nel progetto finanziato dal Centro nazionale per la prevenzione e il Controllo delle Malattie (Ccm) del Ministero della Salute per gli studenti delle scuole medie di 12-14 anni per favorire un uso consapevole del web e prevenirne uno problematico. La chiave è agire con un programma psico-educativo delle emozioni per insegnare ai ragazzi ad auto-regolamentarsi emotivamente e trovare delle soluzioni in situazioni per loro stressanti o frustranti. Uno degli effetti dell'ampia diffusione di dispositivi tecnologici è quello dell'aumento dell'esposizione ai videogiochi, al gioco e al gioco d'azzardo online, tra cui il più diffuso è il poker.

Secondo l'ultimo rapporto della Entertainment Software Association, il 31% dei giocatori online ha meno di 18 anni e il 60% sono maschi. Un recente studio condotto su quasi 1000 studenti italiani delle scuole superiori ha mostrato che il 22% di loro presentava comportamenti di uso problematico di Internet, quasi il 10% aveva comportamenti di gioco d'azzardo problematico e il 6% comportamenti collegati ad esercizio fisico maladattivo.

Comportamenti collegati ad un peggior rendimento scolastico, anedonia (incapacità di provare interesse per attività piacevoli), labilità dissociativa, comunicazione sterile e incolore e impulsività:

tutti fattori di rischio e vulnerabilità per lo sviluppo di disturbi psichiatrici in età giovane e adulta. Secondo alcuni studiosi vi è un elevato rischio in chi presenta comportamenti di uso problematico di Internet di avere esperienze dissociative di depersonalizzazione e derealizzazione, come strategie disfunzionali di auto regolazione emotiva per la distrazione da stati emotivi negativi (come tristezza, rabbia, ansia, sentimenti di solitudine e emarginazione).

Le ricerche sull'argomento hanno mostrato che le difficoltà di regolazione delle emozioni negative hanno un ruolo fondamentale nello sviluppo di comportamenti di dipendenza, nell'uso problematico di Internet e patologico dei social network.

Da qui l'idea del progetto di agire sull'auto-regolamentazione delle emozioni per prevenire un uso problematico del web. Uno degli strumenti usati saranno i 'serious games', con cui gli studenti si cimenteranno in brevi simulazioni sulle lavagne interattive multimediali (LIM) in cui potranno mettere in gioco, da soli o in gruppo, alcuni loro comportamenti in situazioni critiche che considerano problematiche e frustranti, come essere oggetto di emarginazione e isolamento, essere accettati o rifiutati dai coetanei, avere scarsa tolleranza alla frustrazione e mancare di autodisciplina.

Gli studenti saranno coinvolti in attività di focus-group per lo sviluppo dei moduli multimediali, e valuteranno l'appropriatezza dei contenuti proposti dagli esperti. Pur essendo presentati in una modalità simile ai videogiochi, i serious game permettono di stimolare un cambiamento positivo. Il progetto verrà realizzato in 20 classi di cinque Regioni (Provincia Autonoma di Trento, Lazio, Marche, Lombardia e Molise). Gli insegnanti dopo un breve corso di formazione, condurranno sessioni di lavoro con gli studenti di 45-60 minuti. I giochi saranno a disposizione dei ragazzi anche oltre l'orario scolastico, per poterli ripetere a casa. (Foto Google immagine)

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/dipendenza-dal-web-un-progetto-aiutare-i-ragazzi-nelle-scuole-medie-si-lavora-su-emozioni-con-giochi-interattivi/129073>