



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI BERGAMO

# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI BERGAMO

Dipartimento di Scienze Umane e Sociali  
Corso di Laurea Magistrale in Psicologia Clinica  
Classe n. LM-51 – Psicologia Clinica

## **L'approccio integrato della Video Game Therapy® in psicologia: presentazione di un single case**

Relatore:

Chiar.mo Prof. Andrea Greco

Correlatori:

Chiar.mo Dott. Francesco Bocci

Chiar.ma Dott.ssa Maura Crepaldi

Tesi di Laurea Magistrale

Stefano MORELLI

Matricola n.1062803

ANNO ACCADEMICO 2022 / 2023

INDICE	
CAPITOLO PRIMO .....	5
L'UTILIZZO DEI VIDEOGIOCHI IN PSICOLOGIA.....	5
1.1 Videogiochi commerciali nel trattamento di stress e ansia .....	5
1.2 I videogiochi e le funzioni cognitive.....	8
1.2.1 Attenzione .....	9
1.2.2 Memoria di lavoro.....	10
1.2.3 Capacità visuo-spaziali.....	11
1.2.4 L'apprendimento probabilistico .....	11
1.2.5 Problem solving .....	12
1.2.6 Apprendimento linguistico.....	12
1.2.7 Differenze di risposta .....	13
1.3 I videogiochi in terapia.....	15
1.4 Video Game Therapy® .....	16
1.4.1 Flow e setting relazionale.....	19
1.4.2 Insight.....	21
1.4.3 Esposizione agli stimoli .....	22
1.4.4 Riorientamento .....	23
1.4.5 Le basi psicoterapeutiche .....	24
CAPITOLO SECONDO .....	28
<i>HIKIKOMORI</i> .....	28
<i>Hikikomori</i> : una panoramica generale .....	28
2.1. <i>Hikikomori</i> e disturbi psichiatrici .....	28
2.1.2 Diagnosi del disturbo .....	30
2.1.3 Hikikomori: il contesto internazionale .....	32
2.1.4 Approcci terapeutici .....	33
2.2 <i>Hikikomori</i> in Italia .....	36
2.2.1 L'influenza del contesto socioculturale.....	36
2.2.2 Famiglie e <i>hikikomori</i> .....	37
2.2.3 <i>Hikikomori</i> nel Sud Italia .....	38
2.2.3.1 Focus Group.....	39
2.2.3.2 Metodo Delphi .....	41
2.2.3.3 Conclusioni .....	42
CAPITOLO TERZO .....	44
STUDIO EMPIRICO .....	44

3.1 Il progetto Oltre lo Schermo .....	44
3.1.1 Obiettivo e ipotesi dello studio.....	44
3.1.2 I partecipanti.....	44
3.1.3 Strumenti utilizzati .....	46
3.1.3.1 Hikikomori Questionnaire.....	46
3.1.3.2 Symptom Checklist-90.....	46
3.1.3.3 Toronto Alexithymia Scale-20.....	47
3.1.3.4 Myers-Briggs Type Indicator .....	48
3.1.3.5 Metacognitions Questionnaire-30 .....	49
3.1.3.6 Emotional Intelligence Scale.....	49
3.1.3.7 Autoefficacia Percepita .....	50
3.1.3.8 Flow State Scale .....	50
3.1.4 Videogiochi utilizzati .....	51
3.1.4.1 Tetris 99 .....	51
3.1.4.2 Death's Door .....	52
3.1.5 Procedura .....	52
3.1.6 Analisi statistiche .....	54
3.1.6.1 Discussione dei risultati .....	66
3.1.6.2 Limiti dello studio .....	67
CONCLUSIONI.....	69
BIBLIOGRAFIA .....	70
SITOGRAFIA .....	91

# INTRODUZIONE

Il focus del seguente elaborato è l'utilizzo dei videogiochi come strumento di supporto nel trattamento del disturbo *hikikomori*.

In particolare, nel primo capitolo verrà discusso l'utilizzo dei videogiochi nel campo della psicologia, così da fornire degli esempi su come questa tecnologia relativamente recente venga utilizzata dai ricercatori in questo ambito. Verrà posta particolare attenzione sull'approccio psicologico integrato della Video Game Therapy®, ideato dal dottor Bocci. Quest'ultimo è un metodo in cui il videogioco diventa uno strumento centrale del percorso terapeutico, utilizzato dal professionista per portare il soggetto a riflettere su sé stesso, sulla propria vita, sulle sue emozioni e sui suoi pensieri.

Il secondo capitolo verte sul disturbo *hikikomori*, ovvero una condizione di estremo ritiro sociale dove il soggetto lascia raramente e solo per stretta necessità la propria abitazione, se non addirittura la propria stanza. Il fenomeno è stato osservato e studiato inizialmente in Giappone, ma negli ultimi vent'anni ha acquisito sempre più rilevanza come una problematica di interesse internazionale. L'obiettivo è quello di fornire un quadro generale del disturbo e analizzare alcuni esempi riguardanti la sua diffusione in Italia.

Infine, nel terzo capitolo verrà presentato uno studio empirico condotto utilizzando l'approccio terapeutico integrato della Video Game Therapy®, con l'obiettivo di verificarne l'efficacia, l'usabilità e l'influenza su alcuni costrutti in un caso di *hikikomori*.