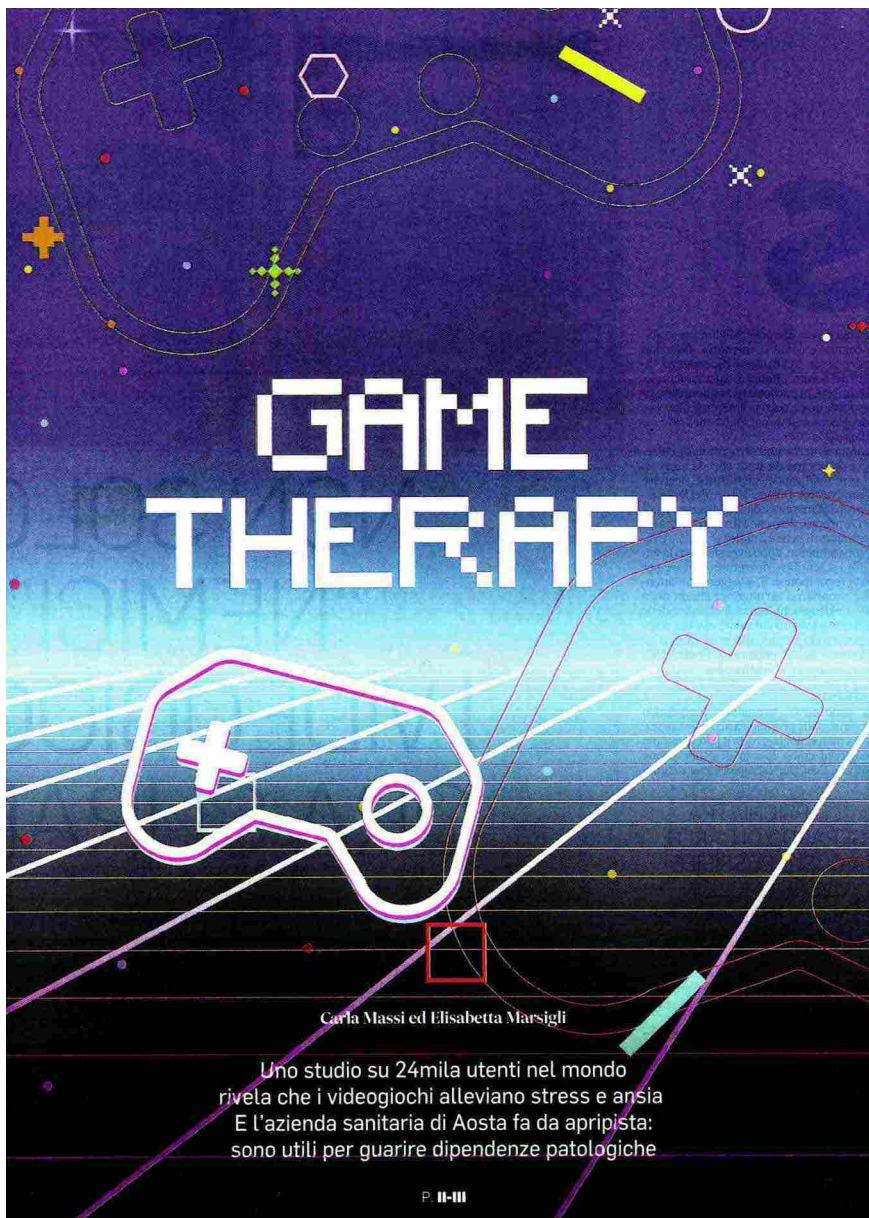


Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
Rubrica Università Milano Bicocca - stampa nazionale				
1	Molto Salute	13/11/2025	<i>Game Therapy - Non solo "nemici", i videogiochi ora curano (C.Massi)</i>	2
Rubrica Università Milano Bicocca - online				
	Ilmessaggero.it	13/11/2025	<i>I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo</i>	6
	Ilgazzettino.it	13/11/2025	<i>Curarsi con i videogiochi. Lo psichiatra Gerardo Di Carlo: «Così è possibile essere più sereni»</i>	11
	Corriereadriatico.it	13/11/2025	<i>I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo</i>	14
	Quotidianodipuglia.it	13/11/2025	<i>I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo</i>	19
	Msn.com/it	13/11/2025	<i>I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo</i>	24



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



084412

NON SOLO "NEMICI" I VIDEOGIOCHI ORA CURANO

La Video Game Therapy è una frontiera innovativa nel campo della salute mentale
 La forza immersiva del gioco digitale promuove il benessere psicologico ed emotivo
 Nella Usl della Valle d'Aosta è stata introdotta per guarire le dipendenze patologiche

CARLA MASSI

LO PSICHIATRA

GERARDO DI CARLO:

«COSÌ È POSSIBILE

VIVERE EMOZIONI

IN MODO INTERPOSTO

ED ESSERE PIÙ SERENI»

no diventando protagonisti in un campo assai lontano dal divertimento. Quello della Medicina, meglio dire della cura.

L'ESEMPIO

«Un innovativo strumento terapeutico all'interno della presa in carico psicologica. Questa metodologia sfrutta il potenziale dei videogiochi come mezzo di esplorazione emotiva». Così, per esempio, viene definita la Video Game Therapy, da poco introdotta dal Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta.

Le sessioni si svolgono in un ambiente controllato in cui il paziente gioca con lo psicoterapeuta utilizzando videogiochi selezionati in base alle tematiche da affrontare. Come la cooperazione, l'empatia e la capacità di scelta. Durante il gioco, lo psicologo osserva, analizza il comportamento del paziente e raccoglie informazioni.

«I videogiochi offrono un ambiente virtuale, una palestra coinvolgente per la mente, in cui attuare comportamenti senza conseguenze "reali", con la possibilità di ripetere e correggere gli errori di valutazione, provare emozioni in modo interposto e, più in generale, vivere intere modalità di esistenza per altri versi inaccessibili, coltivando anche l'empatia. E essere più sereni» spiega Gerardo Di Carlo, psichiatra direttore del Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta.

Un gruppo di ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** ha rilevato come i videogiochi, possano essere dei facilitatori di cura per traumi, perché davanti a quel video ci sentiamo più liberi e tendiamo a limitare le reticenze.

Da qui, la scelta di far diventare il videogioco un sostegno di cura per trattare casi di dipendenze, per il supporto ai giovani che non lavorano né studiano. I "ritirati sociali".

S

ono angeli, sono demoni. Migliorano le abilità cognitive come la memoria, riducono stress e ansia. Ma causano dipendenza, disturbi del sonno, affaticamento, emicranie. Nei bambini, in particolare, vogliono dire ritiro sociale e calo del rendimento scolastico. I videogiochi, insomma, sono beneficio e sono danno.

Valutazioni che non arrivano dalle chiacchiere da bar ma da studi che, da anni ormai, si moltiplicano negli istituti di ricerca e nelle università. Diverse letture del fenomeno, probabilmente ci danno diverse risposte? O è proprio vero che è il nostro utilizzo a determinare il bene e il male?

Probabilmente, dopo aver sfogliato la letteratura scientifica, dovremmo optare per questa terza ipotesi. E, a leggere con attenzione, scopriamo un'ulteriore strada nella quale i videogiochi, senza il clamore delle pubblicità e lontani dai salotti di casa, stan-

Ma anche per il disturbo da deficit di attenzione e i problemi di apprendimento. A firmare il lavoro Marcello Sarini, ricercatore di informatica del Dipartimento di Psicologia di **Milano-Bicocca**, Francesco Bocci, psicoterapeuta Adleriano, e Ambra Ferrari, esperta di ludonarrativa. Proprio Sarini e Bocci hanno tenuto una conferenza sulla Video Game Therapy al recente Lucca Comics & Games il festival internazionale dedicato al mondo dei fumetti, dei giochi (da tavolo, di ruolo, di carte), dei videogiochi, dell'animazione, del fantasy, della fantascienza.

«All'interno dell'approccio della Video Game Therapy vengono integrate varie tecniche psicologiche come l'ascolto attivo, le libere associazioni, l'esposizione allo stimolo, la catarsi, la desensibilizzazione rispetto ad un ricordo/evento traumatico - fanno sapere i ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** - Per la buona riuscita del percorso è di fondamentale importanza che il focus non sia tanto legato al contenuto o al mezzo utilizzato, in questo caso il videogioco, ma soprattutto al "come", al "modo" in cui il terapeuta o caregiver lo propone e lo agisce nella seduta».

Dopo la sessione di gioco, si apre un colloquio per discutere le esperienze vissute nel gioco, i temi emersi e le loro correlazioni con la vita reale del paziente. I vantaggi: maggiore coinvolgimento del paziente, trattamento più motivante, una maggiore aderenza, abbassamento delle difese facilitando l'emergere di materiale psicologico altrimenti difficile da affrontare.

Una terapia destinata soprattutto ai più giovani che conoscono il linguaggio dei giochi e che, per aprirsi, hanno bisogno di setting diversi rispetto a quelli classici. Ma ha dato buoni risultati anche tra gli adulti che, con difficoltà, riescono a misurarsi con la terapia psicologica.

L'ETÀ DIFFICILE

Diversa la lettura quando si parla di bambini e adolescenti: secondo i dati di un recente studio realizzato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità, emerge che tra 11 e 17 anni il rischio di disturbo da uso di videogiochi vede coinvolto ben il 12% degli studenti (circa 480.000 studenti italiani). Il genere maschile è più colpito.

E dallo studio emerge un allarme: il gioco d'azzardo e i videogiochi sono sicuramente due attività distinte ma con un confine sempre più sfumato a causa di meccanismi simili presenti nei videogiochi che possono favorire comportamenti e dipendenze affini al gioco d'azzardo.

«È importante non demonizzare i video-

giochi - ricorda Elisa Fazzi, presidente della Società Italiana di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo, dei bambini e degli adolescenti. Favorendo le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

60

Il massimo di minuti che un bambino sotto i dieci anni dovrebbe impiegare ogni giorno davanti ai videogiochi con una console in mano. Per i più grandi si può prendere in considerazione un monte ore settimanale di circa 10-12 ore

3

Il massimo delle ore consecutive che un adulto dovrebbe dedicare ai videogiochi. Questo tempo riesce a bilanciare i potenziali rischi con i benefici. Importante è fare pause regolari ogni mezz'ora o un'ora. Buona regola è darsi regole per rispettare i tempi

3 CONSIGLI PER NON PERDERE LA BUSSOLA

1

LA COMPULSIVITÀ CANCELLA LE AMICIZIE E LO STUDIO E OBBLIGA A STARE IN CASA

In Italia il 12% dei ragazzi tra 11 e 17 anni è a rischio dipendenza da videogiochi. Coloro che mostrano questo tipo di dipendenza hanno un uso eccessivo e compulsivo dei videogiochi che interferisce con la loro vita quotidiana, le relazioni, i compiti scolastici e il desiderio di partecipare a attività sportive.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha riconosciuto la dipendenza da videogiochi ("gaming disorder") come patologia mentale, inserendola nel capitolo relativo ai disturbi mentali.

2

ATTENZIONE ALL'IRRITABILITÀ TRA I PRIMI SEGNALE DI UNA GRAVE ASTINENZA

I sintomi della dipendenza da videogiochi includono soprattutto la preoccupazione costante per il gioco, la perdita di interesse per altre attività, il bisogno di aumentare il tempo di gioco per ottenere lo stesso piacere e l'incapacità di ridurre o interrompere l'uso.

Altri segnali sono i sintomi di astinenza come l'ansia e l'irritabilità quando non si gioca, il mentire sul tempo trascorso a giocare e il continuare ad usarli nonostante problemi personali anche gravi, sociali, scolastici o lavorativi, tentativi falliti di controllo.

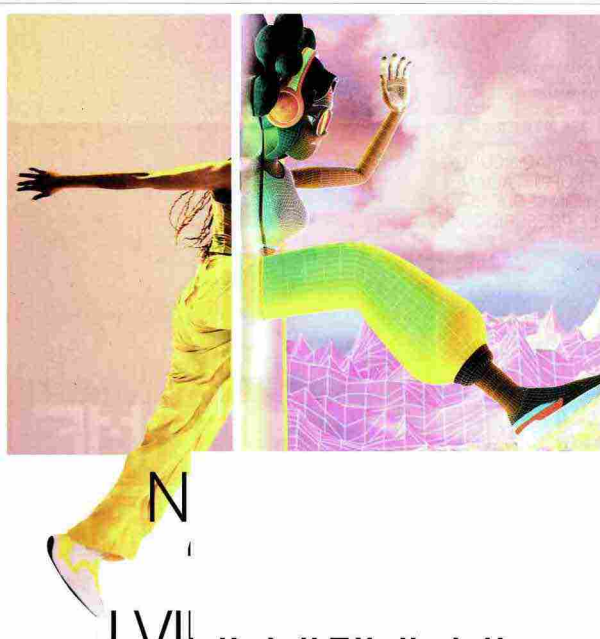


3

LE ORE DI SEDENTARIETÀ FANNO MANGIARE MALE E ACCUMULARE MOLTI CHILI

È fondamentale trovare un equilibrio e stabilire dei limiti, sia per i ragazzi che per gli adulti, per massimizzare i benefici e mitigare i pericoli. L'uso eccessivo può causare la riduzione della materia grigia nella corteccia prefrontale e l'iperattivazione del nucleo caudato, aree coinvolte nel controllo degli impulsi e dell'attenzione.

La sedentarietà legata al gioco, inoltre, può contribuire a problemi come obesità e disturbi muscolari. Attenzione al consumo di snack e bevande zuccherate mentre si sta giocando.



Salute | MoltoSalute

adv

I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo

La Video Game Therapy è una frontiera innovativa nel campo della salute mentale. Nella Usl della Valle d'Aosta è stata introdotta per curare le dipendenze patologiche

di Carla Massi

5 Minuti di Lettura

giovedì 13 novembre 2025, 07:35



Sono angeli, sono demoni. Migliorano le abilità cognitive come la memoria, riducono stress e ansia. Ma causano dipendenza, disturbi del sonno, affaticamento, emicranie.

Ascolta: I videogiochi che curano la mente. La video game therapy contro le dipendenze patologiche

adv

Nei bambini, in particolare, vogliono dire ritiro sociale e calo del rendimento scolastico. I videogiochi, insomma, sono beneficio e sono danno. Valutazioni che non arrivano dalle chiacchiere da bar ma da studi che, da anni ormai, si moltiplicano negli istituti di ricerca e nelle università. Diverse letture del fenomeno, probabilmente ci danno diverse risposte? O è proprio vero che è il nostro utilizzo a determinare il bene e il male? Probabilmente, dopo aver sfogliato la letteratura scientifica, dovremmo optare per questa terza ipotesi. E, a leggere con attenzione, scopriamo un'ulteriore strada nella quale i videogiochi, senza il clamore delle pubblicità e lontani dai salotti di casa, stanno diventando protagonisti in un campo assai lontano dal divertimento. Quello della Medicina, meglio dire della cura.

APPROFONDIMENTI



LO STUDIO

Videogiochi, la ricerca su 24mila giocatori: alla console ti...

VERSO IL FUTURO

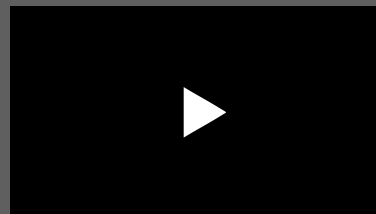
Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»

L'ESEMPIO

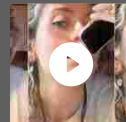
«Un innovativo strumento terapeutico all'interno della presa in carico psicologica. Questa metodologia sfrutta il potenziale dei videogiochi come mezzo di esplorazione emotiva». Così, per esempio, viene definita la Video Game Therapy, da poco introdotta dal Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta.

Il Messaggero TV

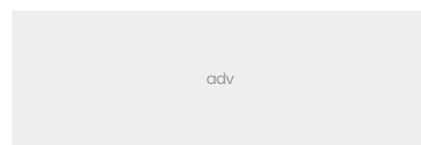
Cina, crolla il ponte Hongqi: inaugurato a settembre, distrutto da una frana a novembre



Sinner, la fidanzata Laila Hasanovic ruba gli occhi dei tifosi alle Atp Finals di Torino



Paris Jackson e il setto nasale danneggiato: «La cocaina mi ha rovinato»



DALLA STESSA SEZIONE

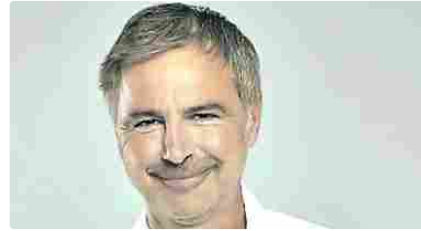


Curarsi con i videogiochi. Lo psichiatra Gerardo Di Carlo: «Così è possibile essere più sereni»

di Carla Massi

Le sessioni si svolgono in un ambiente controllato in cui il paziente gioca con lo psicoterapeuta utilizzando videogiochi selezionati in base alle tematiche da affrontare. Come la cooperazione, l'empatia e la capacità di scelta. Durante il gioco, lo psicologo osserva, analizza il comportamento del paziente e raccoglie informazioni. «I videogiochi offrono un ambiente virtuale, una palestra coinvolgente per la mente, in cui attuare comportamenti senza conseguenze "reali", con la possibilità di ripetere e correggere gli errori di valutazione, provare emozioni in modo interposto e, più in generale, vivere intere modalità di esistenza per altri versi inaccessibili, coltivando anche l'empatia. E essere più sereni» spiega Gerardo Di Carlo, psichiatra direttore del Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta. Un gruppo di ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** ha rilevato come i videogiochi, possano essere dei facilitatori di cura per traumi, perché davanti a quel video ci sentiamo più liberi e tendiamo a limitare le reticenze. Da qui, la scelta di far diventare il videogioco un sostegno di cura per trattare casi di dipendenze, per il supporto ai giovani che non lavorano né studiano. I "ritirati sociali". Ma anche per il disturbo da deficit di attenzione e i problemi di apprendimento. A firmare il lavoro Marcello Sarini, ricercatore di informatica del Dipartimento di Psicologia di Milano-**Bicocca**, Francesco Bocci, psicoterapeuta Adleriano, e Ambra Ferrari, esperta di ludonarrativa. Proprio Sarini e Bocci hanno tenuto una conferenza sulla Video Game Therapy al recente Lucca Comics & Games il festival internazionale dedicato al mondo dei fumetti, dei giochi (da tavolo, di ruolo, di carte), dei videogiochi, dell'animazione, del fantasy, della fantascienza.

Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»



Beppe Convertini: "Cari uomini, adesso niente scuse: fate i controlli"

di Francesca Nunberg



Singhiozzo: se persiste può nascondere altre patologie

di Valentina Arcovio



Aderenza terapeutica: prescrizioni disattese. Per le medicine c'è il metodo fai da te

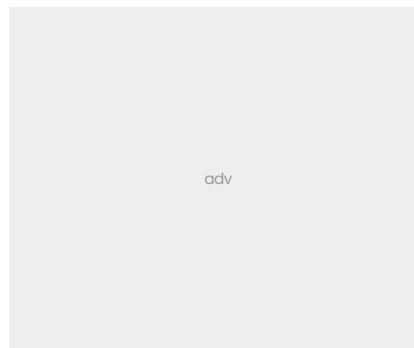
di Giampiero Valenza



Occhi, con una retina artificiale i pazienti con degenerazione maculare tornano a leggere

di Giampiero Valenza

«All'interno dell'approccio della Video Game Therapy vengono integrate varie tecniche psicologiche come l'ascolto attivo, le libere associazioni, l'esposizione allo stimolo, la catarsi, la desensibilizzazione rispetto ad un ricordo/evento traumatico - fanno sapere i ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** - Per la buona riuscita del percorso è di fondamentale importanza che il focus non sia tanto legato al contenuto o al mezzo utilizzato, in questo caso il videogioco, ma soprattutto al "come", al "modo" in cui il terapeuta o caregiver lo propone e lo agisce nella seduta». Dopo la sessione di gioco, si apre un colloquio per discutere le esperienze vissute nel gioco, i temi emersi e le loro correlazioni con la vita reale del paziente. I vantaggi: maggiore coinvolgimento del paziente, trattamento più motivante, una maggiore aderenza, abbassamento delle difese facilitando l'emergere di materiale psicologico altrimenti difficile da affrontare. Una terapia destinata soprattutto ai più giovani che conoscono il linguaggio dei giochi e che, per aprirsi, hanno bisogno di setting diversi rispetto a quelli classici. Ma ha dato buoni risultati anche tra gli adulti che, con difficoltà, riescono a misurarsi con la terapia psicologica.



adv

Creme e sieri non sono svaghi da bambine

di Lucia Oggianu



Alla console meno stressati. Il professor Bogliolo: «Coding per lo sviluppo cognitivo»

di Elisabetta Marsigli



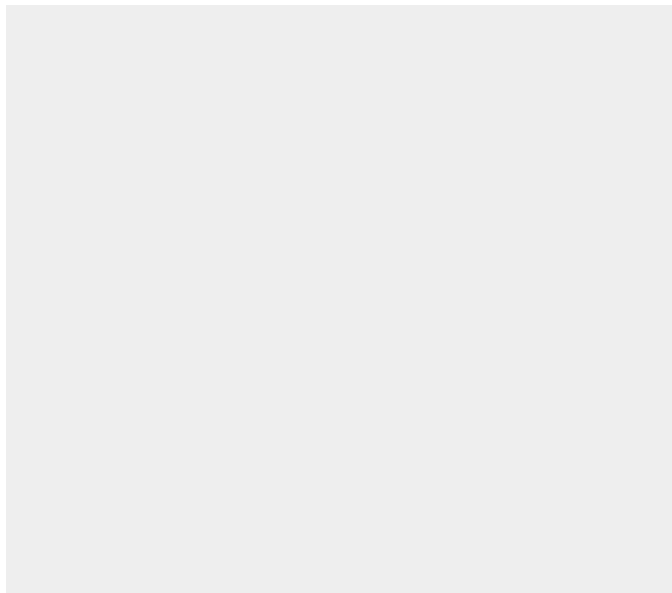
Glaucoma, scoperte due molecole che potranno diventare marcatori

L'ETÀ DIFFICILE

Diversa la lettura quando si parla di bambini e adolescenti: secondo i dati di un recente studio realizzato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità, emerge che tra 11 e 17 anni il rischio di disturbo da uso di videogiochi vede coinvolto ben il 12% degli studenti (circa 480.000 studenti italiani). Il genere maschile è più colpito. E dallo studio emerge un allarme: il gioco d'azzardo e i videogiochi sono sicuramente due attività distinte ma con un confine sempre più sfumato a causa di meccanismi simili presenti nei videogiochi che possono favorire comportamenti e dipendenze affini al gioco d'azzardo. «È importante non demonizzare i videogiochi - ricorda Elisa Fazzi, presidente della Società Italiana di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti. Favorendo le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA



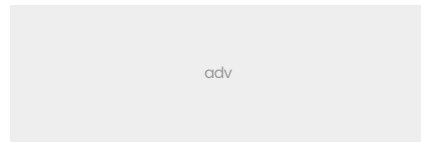
Dolore cronico, le donne ne soffrono di più. La colpa è della prolattina

di Maria Rita Montebelli



Dolore cronico, dalla realtà virtuale un aiuto per alleviare la fibromialgia

di Maria Rita Montebelli



OMNIA CARD



Omnia card 72h + Roma Pass: Musei Vaticani e Colosseo inclusi

..MoltoFood



ANTIPASTI

Biscotti salati bigusto: l'antipasto originale che mette d'accordo tutti

di Margherita Catalani

In collaborazione con Colavita



PRIMI

Risoni alla pizzaiola: il comfort food che ti salva sempre

di Francesco Palumbo

VEDI TUTTE LE RICETTE

I VIDEO PIÙ VISTI

MONDO

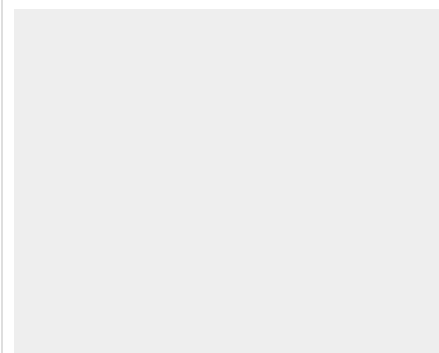
Giovedì 13 Novembre - agg. 07:35

I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo

La Video Game Therapy è una frontiera innovativa nel campo della salute mentale. Nella Usl della Valle d'Aosta è stata introdotta per curare le dipendenze patologiche

giovedì 13 novembre 2025 di **Carla Massi**

Sono angeli, sono demoni. Migliorano le abilità cognitive come la memoria, riducono [stress](#) e ansia.



Cortina, il villaggio olimpico supera lo stress test: in anteprima le immagini degli alloggi pronti ad accogliere gli atleti VIDEO

• Villaggio olimpico, stress test superato a Fiemme: 377 alloggi pronti ad accogliere 1.400 ospiti. Saldini: «Ecco la casa degli atleti»



OROSCOPO DI LUCA



Il cielo oggi vi dice che...
Luca legge e racconta le parole delle stelle, segno per segno...

Ma causano dipendenza, disturbi del sonno, affaticamento, emicranie.

[Ascolta: I videogiochi che curano la mente. La video game therapy contro le dipendenze patologiche](#)

Nei bambini, in particolare, vogliono dire ritiro sociale e calo del rendimento scolastico. I [videogiochi](#), insomma, sono beneficio e sono danno. Valutazioni che non arrivano dalle chiacchiere da bar ma da studi che, da anni ormai, si moltiplicano negli istituti di ricerca e nelle università. Diverse letture del fenomeno, probabilmente ci danno diverse risposte? O è proprio vero che è il nostro utilizzo a determinare il bene e il male? Probabilmente, dopo aver sfogliato la letteratura scientifica, dovremmo optare per questa terza ipotesi. E, a leggere con attenzione, scopriamo un'ulteriore strada nella quale i videogiochi, senza il clamore delle pubblicità e lontani dai salotti di casa, stanno diventando protagonisti in un campo assai lontano dal divertimento. Quello della [Medicina](#), meglio dire della cura.

APPROFONDIMENTI

LO STUDIO
 Videogiochi, la ricerca su 24mila giocatori: alla console ti stressi...

VERSO IL FUTURO
 Robot, il sogno di essere umani. Ma Blade runner è ancora...

[Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»](#)

L'ESEMPIO

«Un innovativo strumento terapeutico all'interno della presa in carico psicologica. Questa metodologia sfrutta il potenziale dei videogiochi come mezzo di esplorazione emotiva». Così, per esempio, viene definita la Video Game Therapy, da poco introdotta dal Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usi [Valle d'Aosta](#). Le sessioni si svolgono in un ambiente controllato in cui il paziente gioca con lo psicoterapeuta utilizzando videogiochi selezionati in base alle tematiche da affrontare. Come la cooperazione, l'empatia e la capacità di scelta. Durante il gioco, lo psicologo osserva, analizza il comportamento del paziente e raccoglie informazioni. «I videogiochi offrono un ambiente virtuale, una palestra coinvolgente per la mente, in cui attuare comportamenti senza conseguenze "reali", con la possibilità di ripetere e correggere gli errori di valutazione, provare emozioni in modo interposto e, più in generale, vivere intere modalità di esistenza per altri versi inaccessibili, coltivando anche l'empatia. E essere più sereni» spiega Gerardo Di Carlo, psichiatra direttore del Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usi Valle d'Aosta. Un gruppo di ricercatori dell'Università [Milano-Bicocca](#) ha rilevato come i videogiochi, possano essere dei facilitatori di cura per traumi, perché davanti a quel video ci sentiamo più liberi e tendiamo a limitare le reticenze. Da qui, la scelta di far diventare il videogioco un sostegno di cura per trattare casi di dipendenze, per il supporto ai giovani che non lavorano né studiano. I "ritirati sociali". Ma anche per il disturbo da deficit di attenzione e i problemi di apprendimento. A firmare il lavoro Marcello Sarini, ricercatore di informatica del Dipartimento di Psicologia di Milano-Bicocca, Francesco Bocci, psicoterapeuta Adleriano, e Ambra Ferrari, esperta di ludonarrativa. Proprio Sarini e Bocci hanno tenuto una conferenza sulla Video Game Therapy al recente Lucca Comics & Games il festival internazionale dedicato al mondo dei fumetti, dei giochi (da tavolo, di ruolo, di carte), dei videogiochi, dell'animazione, del fantasy, della fantascienza.

[Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»](#)

VENICE VISIT PASS



Venice City Pass: i migliori Pass e Tickets di Venezia



LE PIÙ LETTE



Il video su Instagram: «Vi saluto amici. Io la faccio finita», poi si getta a 15 anni nel vuoto. I compagni: siamo sotto choc

di Luca Vecellio



Estrazioni Lotto, Superenalotto e 10eLotto di martedì 11 novembre 2025: numeri vincenti e quote. Nessun 6 né 5+, centrati nove 5 da 19mila euro

di Redazione web



Incidente con 4 auto coinvolte e una bicicletta: morto Giancarlo Dandolo, 65 anni, ferita in modo grave la moglie

di Redazione Web

MoltoFood



ANTIPASTI
Biscotti salati bigusto: l'antipasto originale che mette d'accordo tutti

di Margherita Catalani

In collaborazione con Colavita



PRIMI
Risoni alla pizzaiola: il comfort food che ti salva sempre

di Francesco Palumbo

VEDI TUTTE LE RICETTE

PIEMME

«All'interno dell'approccio della Video Game Therapy vengono integrate varie tecniche psicologiche come l'ascolto attivo, le libere associazioni, l'esposizione allo stimolo, la catarsi, la desensibilizzazione rispetto ad un ricordo/evento traumatico - fanno sapere i ricercatori dell'Università [Milano-Bicocca](#) - Per la buona riuscita del percorso è di fondamentale importanza che il focus non sia tanto legato al contenuto o al mezzo utilizzato, in questo caso il videogioco, ma soprattutto al "come", al "modo" in cui il terapeuta o caregiver lo propone e lo agisce nella seduta». Dopo la sessione di gioco, si apre un colloquio per discutere le esperienze vissute nel gioco, i temi emersi e le loro correlazioni con la vita reale del paziente. I vantaggi: maggiore coinvolgimento del paziente, trattamento più motivante, una maggiore aderenza, abbassamento delle difese facilitando l'emergere di materiale psicologico altrimenti difficile da affrontare. Una terapia destinata soprattutto ai più giovani che conoscono il linguaggio dei giochi e che, per aprirsi, hanno bisogno di setting diversi rispetto a quelli classici. Ma ha dato buoni risultati anche tra gli adulti che, con difficoltà, riescono a misurarsi con la terapia psicologica.

L'ETÀ DIFFICILE

Diversa la lettura quando si parla di bambini e adolescenti: secondo i dati di un recente studio realizzato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità, emerge che tra 11 e 17 anni il rischio di disturbo da uso di videogiochi vede coinvolto ben il 12% degli studenti (circa 480.000 studenti italiani). Il genere maschile è più colpito. E dallo studio emerge un allarme: il gioco d'azzardo e i videogiochi sono sicuramente due attività distinte ma con un confine sempre più sfumato a causa di meccanismi simili presenti nei videogiochi che possono favorire comportamenti e dipendenze affini al gioco d'azzardo. «È importante non demonizzare i videogiochi - ricorda Elisa Fazzi, presidente della Società Italiana di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti. Favorendo le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Potrebbe interessarti anche

PADOVA

A lezione di videogame, i prof si sfidano con i giochi educativi. Al Barbarigo debutta la 'gamification': «Percorso di grande valore didattico»

• Scuola, dal 10 settembre Actv ripristina le corse aggiuntive dei bus: «Concordate con gli istituti». L'elenco • Scuola, 532 plessi senza la normativa antisismica. Ma il presidente Marcon rassicura: «Nessuno dei nostri edifici è a rischio»

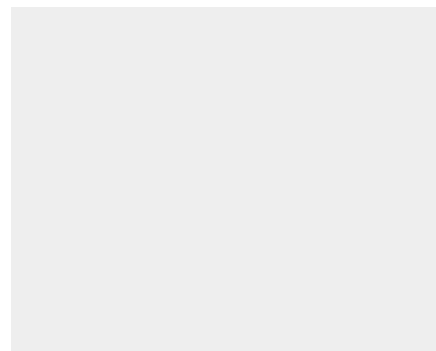
MASERADA

La natura come cura per gli anziani in casa di riposo: la terapia sbarca nella residenza Tre Carpinì di Maserada

CONCESSIONARIA DI PUBBLICITÀ

www.piemmemedia.it

Per la pubblicità su questo sito, contattaci



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

084412



PROMO FLASH

ACCEDI



Corriere Adriatico

I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo

La Video Game Therapy è una frontiera innovativa nel campo della salute mentale. Nella Usl della Valle d'Aosta è stata introdotta per curare le dipendenze patologiche



di Carla Massi

⌚ 5 Minuti di Lettura

giovedì 13 novembre 2025, 07:35

Condividi

Sono angeli, sono demoni. Migliorano le abilità cognitive come la memoria, riducono [stress](#) e ansia. Ma causano dipendenza, disturbi del sonno, affaticamento, emicranie.

[Ascolta: I videogiochi che curano la mente. La video game](#)

Corriere Adriatico TV

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

084412

therapy contro le dipendenze patologiche

Nei bambini, in particolare, vogliono dire ritiro sociale e calo del rendimento scolastico. I [videogiochi](#), insomma, sono beneficio e sono danno. Valutazioni che non arrivano dalle chiacchiere da bar ma da studi che, da anni ormai, si moltiplicano negli istituti di ricerca e nelle università. Diverse letture del fenomeno, probabilmente ci danno diverse risposte? O è proprio vero che è il nostro utilizzo a determinare il bene e il male? Probabilmente, dopo aver sfogliato la letteratura scientifica, dovremmo optare per questa terza ipotesi. E, a leggere con attenzione, scopriamo un'ulteriore strada nella quale i videogiochi, senza il clamore delle pubblicità e lontani dai salotti di casa, stanno diventando protagonisti in un campo assai lontano dal divertimento. Quello della [Medicina](#), meglio dire della cura.

— APPROFONDIMENTI —

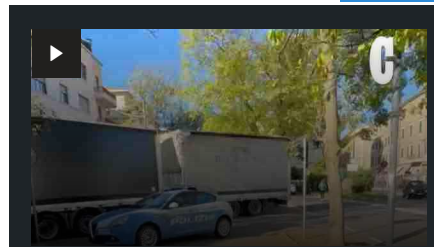
LO STUDIO



Videogiochi, la ricerca su 24mila giocatori: alla console ti stressi di meno e sei felice
VERSO IL FUTURO



Robot, il sogno di essere umani. Ma Blade runner è ancora lontano: gli algoritmi non immaginano, neanche le pecore elettriche



Segue il navigatore ma non calcola le misure: tir si incastra e blocca viale della Vittoria



hinista si addormenta alla del tram e sfiora la tragedia: o tra i passeggeri a bordo. Il mezzo viaggiava a 80 chilometri orari



ianto sulla Statale, auto a oco: donna muore bonizzata



s Universo, polemica per lo ardo di Miss Israele a Missestina

— DELLA STESSA SEZIONE —



Curarsi con i videogiochi. Lo psichiatra Gerardo Di Carlo: «Così è possibile essere più sereni»

■ Videogiochi, la ricerca su 24mila giocatori: alla console ti stressi di meno e sei felice

di Carla Massi



INTERVISTA

eppe Convertini: "Cari uomini, esso niente scuse: fate i controlli"

di Francesca Nunberg



DENTIKIT

nghiozzo: se persiste può ascondere altre patologie

di Valentina Arcovio



SO

erenza terapeutica: prescrizioni ttese. Per le medicine c'è il metodo fai da te

di Giampiero Valenza

LA PATOLOGIA



Dolore cronico, le donne ne soffrono di più. La colpa è della prolattina

LE RICERCHE



Ipertensione, la patologia è sempre più diffusa anche tra i giovani a causa dei social e della sedentarietà

Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»

L'ESEMPIO

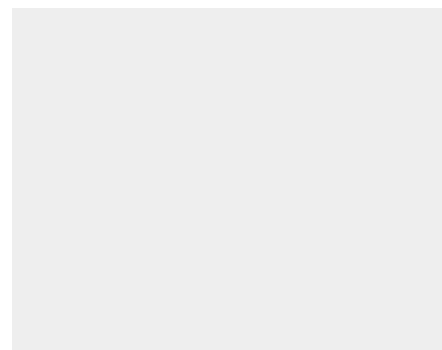
«Un innovativo strumento terapeutico all'interno della presa in carico psicologica. Questa metodologia sfrutta il potenziale dei videogiochi come mezzo di esplorazione emotiva». Così, per esempio, viene definita la Video Game Therapy, da poco introdotta dal Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta.



OCCHI

hi, con una retina artificiale i
enti con degenerazione maculare
tornano a leggere

di Giampiero Valenza



MoltoFood



ANTIPASTI

Biscotti salati bigusto: l'antipasto originale che mette d'accordo tutti

di Margherita Catalani

In collaborazione con Colavita



PRIMI

Risoni alla pizzaiola: il comfort food che ti salva sempre

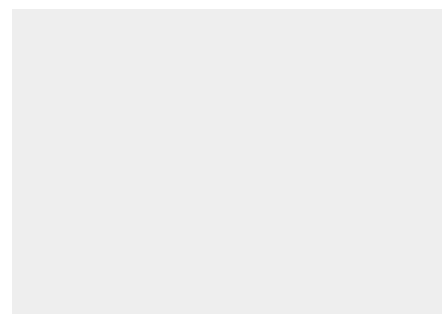
di Francesco Palumbo

VEDI TUTTE LE RICETTE

OMNIA CARD



Omnia card 72h + Roma Pass: Musei Vaticani e Colosseo inclusi



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

084412

adv

Le sessioni si svolgono in un ambiente controllato in cui il paziente gioca con lo psicoterapeuta utilizzando videogiochi selezionati in base alle tematiche da affrontare. Come la cooperazione, l'empatia e la capacità di scelta. Durante il gioco, lo psicologo osserva, analizza il comportamento del paziente e raccoglie informazioni. «I videogiochi offrono un ambiente virtuale, una palestra coinvolgente per la mente, in cui attuare comportamenti senza conseguenze "reali", con la possibilità di ripetere e correggere gli errori di valutazione, provare emozioni in modo interposto e, più in generale, vivere intere modalità di esistenza per altri versi inaccessibili, coltivando anche l'empatia. E essere più sereni» spiega Gerardo Di Carlo, psichiatra direttore del Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta. Un gruppo di ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** ha rilevato come i videogiochi, possano essere dei facilitatori di cura per traumi, perché davanti a quel video ci sentiamo più liberi e tendiamo a limitare le reticenze. Da qui, la scelta di far diventare il videogioco un sostegno di cura per trattare casi di dipendenze, per il supporto ai giovani che non lavorano né studiano. I "ritirati sociali". Ma anche per il disturbo da deficit di attenzione e i problemi di apprendimento. A firmare il lavoro Marcello Sarini, ricercatore di informatica del Dipartimento di Psicologia di **Milano-Bicocca**, Francesco Bocci, psicoterapeuta Adleriano, e Ambra Ferrari, esperta di ludonarrativa. Proprio Sarini e Bocci hanno tenuto una conferenza sulla Video Game Therapy al recente Lucca Comics & Games il festival internazionale dedicato al mondo dei fumetti, dei giochi (da tavolo, di ruolo, di carte), dei videogiochi, dell'animazione, del fantasy, della fantascienza.

Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»

«All'interno dell'approccio della Video Game Therapy vengono integrate varie tecniche psicologiche come l'ascolto attivo, le libere associazioni, l'esposizione allo stimolo, la catarsi, la desensibilizzazione rispetto ad un ricordo/evento

LE PIÙ LETTE

L'EMOZIONE

1 Achille Polonara torna a casa la festa a sorpresa de Le Iene con moglie, figli e chef Barbieri
L'appello: «Iscrivetevi all'Admo»
di Gianluca Murgia



TRAGEDIA SULLA STATALE

2 Macchina va a fuoco dopo un frontale choc: donna in trappola muore carbonizzata ► **Foto** ► **Video**



LE RIVELAZIONI

3 Luca Barbareschi si dichiara a Serena Grandi: «Ero innamorato, credo abbiamo avuto un flirt». «Non abbiamo potuto, c'era mio marito»
di Gaia Corrado

LA TRAGEDIA

4 Lo schianto frontale e l'incendio Orrore sulla Statale, Nicoleta muore carbonizzata nella FiatUno ► **Il video choc** ► **Foto**

di Arianna Carini e Antonio Pio Guerra



IL DRAMMA

5 Bimbo di due anni muore soffocato in un asilo nido, l'incidente mentre giocava in cortile: «Impigliato con il giubbotto a un albero»

Cerca il tuo immobile all'asta

Regione	Qualsiasi
Provincia	Tutte
Prezzo da	Tutti
Prezzo a	Tutti

INVIA





traumatico - fanno sapere i ricercatori dell'Università Milano-Bicocca - Per la buona riuscita del percorso è di fondamentale importanza che il focus non sia tanto legato al contenuto o al mezzo utilizzato, in questo caso il videogioco, ma soprattutto al "come", al "modo" in cui il terapeuta o caregiver lo propone e lo agisce nella seduta». Dopo la sessione di gioco, si apre un colloquio per discutere le esperienze vissute nel gioco, i temi emersi e le loro correlazioni con la vita reale del paziente. I vantaggi: maggiore coinvolgimento del paziente, trattamento più motivante, una maggiore aderenza, abbassamento delle difese facilitando l'emergere di materiale psicologico altrimenti difficile da affrontare. Una terapia destinata soprattutto ai più giovani che conoscono il linguaggio dei giochi e che, per aprirsi, hanno bisogno di setting diversi rispetto a quelli classici. Ma ha dato buoni risultati anche tra gli adulti che, con difficoltà, riescono a misurarsi con la terapia psicologica.

L'ETÀ DIFFICILE

Diversa la lettura quando si parla di bambini e adolescenti: secondo i dati di un recente studio realizzato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità, emerge che tra 11 e 17 anni il rischio di disturbo da uso di videogiochi vede coinvolto ben il 12% degli studenti (circa 480.000 studenti italiani). Il genere maschile è più colpito. E dallo studio emerge un allarme: il gioco d'azzardo e i videogiochi sono sicuramente due attività distinte ma con un confine sempre più sfumato a causa di meccanismi simili presenti nei videogiochi che possono favorire comportamenti e dipendenze affini al gioco d'azzardo. «È importante non demonizzare i videogiochi - ricorda Elisa Fazzi, presidente della Società Italiana di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti. Favorendo le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Condividi



ACCEDEI

PROMO FLASH



adv

I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo

La Video Game Therapy è una frontiera innovativa nel campo della salute mentale. Nella Usl della Valle d'Aosta è stata introdotta per curare le dipendenze patologiche



di Carla Massi

⌚ 5 Minuti di Lettura

giovedì 13 novembre 2025, 07:35

Condividi

Sono angeli, sono demoni. Migliorano le abilità cognitive come la memoria, riducono [stress](#) e ansia. Ma causano dipendenza, disturbi del sonno, affaticamento, emicranie.

[Ascolta: I videogiochi che curano la mente. La video game therapy contro le dipendenze patologiche](#)

Nei bambini, in particolare, vogliono dire ritiro sociale e calo del rendimento scolastico. I [videogiochi](#), insomma, sono beneficio e sono danno. Valutazioni che non arrivano dalle chiacchiere da bar ma da studi che, da anni ormai, si moltiplicano negli istituti di ricerca e nelle

adv

NUOVO
Quotidiano TV


Guyana, Calabria, Campania
prime in Ue per rischio povertà

torie Italiane, il racconto di
lario Ermito

tismo non è solo una
posi, è un modo diverso di
pire il mondo», il
commovente messaggio di Emma

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

084412

università. Diverse letture del fenomeno, probabilmente ci danno diverse risposte? O è proprio vero che è il nostro utilizzo a determinare il bene e il male? Probabilmente, dopo aver sfogliato la letteratura scientifica, dovremmo optare per questa terza ipotesi. E, a leggere con attenzione, scopriamo un'ulteriore strada nella quale i videogiochi, senza il clamore delle pubblicità e lontani dai salotti di casa, stanno diventando protagonisti in un campo assai lontano dal divertimento. Quello della [Medicina](#), meglio dire della cura.

APPROFONDIMENTI



LO STUDIO

Videogiochi, la ricerca su 24mila giocatori: alla console ti stressi di meno e sei felice



VERSO IL FUTURO

Robot, il sogno di essere umani. Ma Blade runner è ancora lontano: gli algoritmi non immaginano, neanche le pecore elettriche

operazione antimafia: due
resti per omicidio

DELLA STESSA SEZIONE



L'APPROFONDIMENTO

Curarsi con i videogiochi. Lo psichiatra Gerardo Di Carlo: «Così è possibile essere più sereni»

di Carla Massi

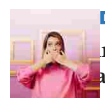
■ Videogiochi, la ricerca su 24mila giocatori: alla console ti stressi di meno e sei felice



INTERVISTA

Pepe Convertini: "Cari uomini, nessuno niente scuse: fate i controlli"

di Francesca Nunberg



DENTIKIT

Ingiallimento: se persiste può nascondere altre patologie

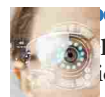
di Valentina Arcovio



IL CASO

Prevenzione terapeutica: prescrizioni attese. Per le medicine c'è il metodo fai da te

di Giampiero Valenza



GLI OCCHI

Chi, con una retina artificiale i pazienti con degenerazione maculare tornano a leggere

di Giampiero Valenza



LA PATOLOGIA

Dolore cronico, le donne ne soffrono di più. La colpa è della prolattina



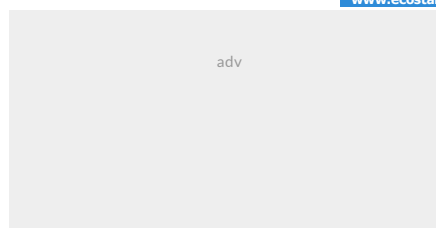
LE RICERCHE

Ipertensione, la patologia è sempre più diffusa anche tra i giovani a causa dei social e della sedentarietà

[Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»](#)

L'ESEMPIO

«Un innovativo strumento terapeutico all'interno della presa in carico psicologica. Questa metodologia sfrutta il potenziale dei videogiochi come mezzo di esplorazione emotiva». Così, per esempio, viene definita la Video Game Therapy, da poco introdotta dal Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl [Valle d'Aosta](#).



MoltoFood



ANTIPASTI

Biscotti salati bigusto: l'antipasto originale che mette d'accordo tutti

di Margherita Catalani

In collaborazione con Colavita



PRIMI

Risoni alla pizzaiola: il comfort food che ti salva sempre

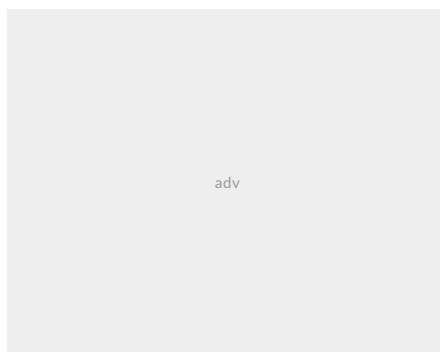
di Francesco Palumbo

VEDI TUTTE LE RICETTE

OMNIA CARD



Omnia card 72h + Roma Pass: Musei Vaticani e Colosseo inclusi



LE PIÙ LETTE

REGIONE

1 Al "Mastro Panettone d'Elite 2025" trionfa la Puglia. Ecco i premi per le categorie tradizionale e cioccolato

adv

Le sessioni si svolgono in un ambiente controllato in cui il paziente gioca con lo psicoterapeuta utilizzando videogiochi selezionati in base alle tematiche da affrontare. Come la cooperazione, l'empatia e la capacità di scelta. Durante il gioco, lo psicologo osserva, analizza il comportamento del paziente e raccoglie informazioni. «I videogiochi offrono un ambiente virtuale, una palestra coinvolgente per la mente, in cui attuare comportamenti senza conseguenze "reali", con la possibilità di ripetere e correggere gli errori di valutazione, provare emozioni in modo interposto e, più in generale, vivere intere modalità di esistenza per altri versi inaccessibili, coltivando anche l'empatia. E essere più sereni» spiega Gerardo Di Carlo, psichiatra direttore del Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta. Un gruppo di ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** ha rilevato come i videogiochi, possano essere dei facilitatori di cura per traumi, perché davanti a quel video ci sentiamo più liberi e tendiamo a limitare le reticenze. Da qui, la scelta di far diventare il videogioco un sostegno di cura per trattare casi di dipendenze, per il supporto ai giovani che non lavorano né studiano. I "ritirati sociali". Ma anche per il disturbo da deficit di attenzione e i problemi di apprendimento. A firmare il lavoro Marcello Sarini, ricercatore di informatica del Dipartimento di Psicologia di **Milano-Bicocca**, Francesco Bocci, psicoterapeuta Adleriano, e Ambra Ferrari, esperta di ludonarrativa. Proprio Sarini e Bocci hanno tenuto una conferenza sulla Video Game Therapy al recente Lucca Comics & Games il festival internazionale dedicato al mondo dei fumetti, dei giochi (da tavolo, di ruolo, di carte), dei videogiochi, dell'animazione, del fantasy, della fantascienza.

[Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere»](#)

«All'interno dell'approccio della Video Game Therapy vengono integrate varie tecniche psicologiche come l'ascolto attivo, le libere associazioni, l'esposizione allo stimolo, la catarsi, la desensibilizzazione rispetto ad un ricordo/evento traumatico - fanno sapere i ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** - Per la buona riuscita del percorso è di fondamentale importanza che il focus non sia tanto legato al contenuto o al mezzo utilizzato, in questo caso il videogioco, ma soprattutto al "come", al "modo" in cui il terapeuta o caregiver lo propone e lo agisce nella seduta». Dopo la sessione di gioco, si apre un colloquio per discutere le esperienze vissute nel

SCHEDE

2 Lavori Aqp sulla rete idrica. Acqua sospesa (fino a 10 ore) in diversi Comuni salentini. Ecco dove

BRINDISI

3 Incidente mortale: 20enne perde la vita sulla provinciale Latiano-San Vito

LA NOVITA'

4 Apre la vineria "La Mara": la Lecce di un tempo in un locale tra ricordi e cimeli

di Andrea CHIRONI



SALENTO

5 Disseminati in piazza volantini con messaggi di minaccia e odio

di Andrea TAFURO

Cerca il tuo immobile all'asta

Regione	Qualsiasi
Provincia	Tutte
Prezzo da	Tutti
Prezzo a	Tutti

INVIA

adv

gioco, i temi emersi e le loro correlazioni con la vita reale del paziente. I vantaggi: maggiore coinvolgimento del paziente, trattamento più motivante, una maggiore aderenza, abbassamento delle difese facilitando l'emergere di materiale psicologico altrimenti difficile da affrontare. Una terapia destinata soprattutto ai più giovani che conoscono il linguaggio dei giochi e che, per aprirsi, hanno bisogno di setting diversi rispetto a quelli classici. Ma ha dato buoni risultati anche tra gli adulti che, con difficoltà, riescono a misurarsi con la terapia psicologica.

L'ETÀ DIFFICILE

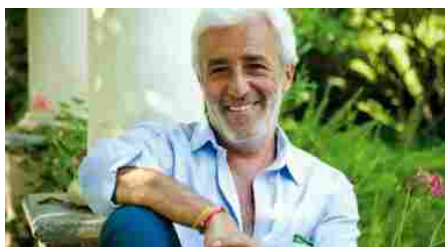
Diversa la lettura quando si parla di bambini e adolescenti: secondo i dati di un recente studio realizzato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità, emerge che tra 11 e 17 anni il rischio di disturbo da uso di videogiochi vede coinvolto ben il 12% degli studenti (circa 480.000 studenti italiani). Il genere maschile è più colpito. E dallo studio emerge un allarme: il gioco d'azzardo e i videogiochi sono sicuramente due attività distinte ma con un confine sempre più sfumato a causa di meccanismi simili presenti nei videogiochi che possono favorire comportamenti e dipendenze affini al gioco d'azzardo. «È importante non demonizzare i videogiochi - ricorda Elisa Fazzi, presidente della Società Italiana di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti. Favorendo le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Condividi

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE



IL DOLORETTA

L'attore Patrizio Rispo: «Facevo il testimonial per gli screening, così ho scoperto di avere due tumori»

di Patrizio Rispo*



ALIMENTAZIONE

La pasta anche a dieta si può (e si deve): ecco quanti grammi bisogna mangiare

di Giampiero Valenza

I videogiochi che curano: promuovono il benessere psicologico e cognitivo

Sono angeli, sono demoni. Migliorano le abilità cognitive come la memoria, riducono stress e ansia. Ma causano dipendenza, disturbi del sonno, affaticamento, emicranie. Ascolta: I videogiochi che curano la mente. La video game therapy contro le dipendenze patologiche Nei bambini, in particolare, vogliono dire ritiro sociale e calo del rendimento scolastico. I videogiochi, insomma, sono beneficio e sono danno. Valutazioni che non arrivano dalle chiacchiere da bar ma da studi che, da anni ormai, si moltiplicano negli istituti di ricerca e nelle università.



Diverse letture del fenomeno, probabilmente ci danno diverse risposte? O è proprio vero che è il nostro utilizzo a determinare il bene e il male? Probabilmente, dopo aver sfogliato la letteratura scientifica, dovremmo optare per questa terza ipotesi. E, a leggere con attenzione, scopriamo un'ulteriore strada nella quale i videogiochi, senza il clamore delle pubblicità e lontani dai salotti di casa, stanno diventando protagonisti in un campo assai lontano dal divertimento. Quello della Medicina, meglio dire della cura. Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere» L'ESEMPIO «Un innovativo strumento terapeutico all'interno della presa in carico psicologica. Questa metodologia sfrutta il potenziale dei videogiochi come mezzo di esplorazione emotiva». Così, per esempio, viene definita la Video Game Therapy, da poco introdotta dal Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta. Le sessioni si svolgono in un ambiente controllato in cui il paziente gioca con lo psicoterapeuta utilizzando videogiochi selezionati in base alle tematiche da affrontare. Come la cooperazione, l'empatia e la capacità di scelta. Durante il gioco, lo psicologo osserva, analizza il comportamento del paziente e raccoglie informazioni. «I videogiochi offrono un ambiente virtuale, una palestra coinvolgente per la mente, in cui attuare comportamenti senza conseguenze reali, con la possibilità di ripetere e correggere gli errori di valutazione, provare emozioni in modo interposto e, più in generale, vivere intere modalità di esistenza per altri versi inaccessibili, coltivando anche l'empatia. E essere più sereni» spiega Gerardo Di Carlo, psichiatra direttore del Servizio per le dipendenze patologiche dell'Usl Valle d'Aosta. Un gruppo di ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** ha rilevato come i videogiochi, possano essere dei facilitatori di cura per traumi, perché davanti a quel video ci sentiamo più liberi e tendiamo a limitare le reticenze. Da qui, la scelta di far diventare il videogioco un sostegno di cura per trattare casi di dipendenze, per il supporto ai giovani che non lavorano né studiano. I ritirati sociali. Ma anche per il disturbo da deficit di attenzione e i problemi di apprendimento. A firmare il lavoro Marcello Sarini, ricercatore di informatica del Dipartimento di Psicologia di Milano-Bicocca, Francesco Bocci, psicoterapeuta Adleriano, e Ambra Ferrari, esperta di ludonarrativa. Proprio Sarini e Bocci hanno tenuto una conferenza sulla Video Game Therapy al recente Lucca Comics & Games il festival internazionale dedicato al mondo dei fumetti, dei giochi (da tavolo, di ruolo, di carte), dei videogiochi, dell'animazione, del fantasy, della fantascienza. Robot, il cardinale Tolentino de Mendonça: «Senza l'immaginazione non c'è sapere» «All'interno dell'approccio della Video Game Therapy vengono integrate varie tecniche psicologiche come l'ascolto attivo, le libere associazioni, l'esposizione allo stimolo, la catarsi, la desensibilizzazione rispetto ad un ricordo/evento traumatico - fanno sapere i ricercatori dell'Università **Milano-Bicocca** - Per la buona riuscita del percorso è di fondamentale importanza che il focus non sia tanto legato al contenuto o al mezzo utilizzato, in questo caso il videogioco, ma soprattutto al "come", al "modo" in cui il terapeuta o caregiver lo propone e lo agisce nella seduta». Dopo la sessione di gioco, si apre un colloquio per discutere le esperienze vissute nel gioco, i temi emersi e le loro correlazioni con la vita reale del paziente. I vantaggi: maggiore coinvolgimento del paziente, trattamento più motivante, una maggiore aderenza, abbassamento delle difese facilitando l'emergere di materiale psicologico altrimenti difficile da affrontare. Una terapia destinata soprattutto ai più giovani che conoscono il linguaggio dei giochi e che, per aprirsi, hanno bisogno di setting diversi rispetto a quelli classici. Ma ha dato buoni risultati anche tra gli adulti che, con difficoltà, riescono a misurarsi con la terapia psicologica. L'ETÀ DIFFICILE Diversa la lettura quando si parla di bambini e adolescenti: secondo i dati di un recente studio realizzato dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità, emerge che tra 11 e 17 anni il rischio di disturbo da uso di videogiochi vede coinvolto ben il 12% degli studenti (circa 480.000 studenti italiani). Il genere maschile è più colpito. E dallo studio emerge un allarme: il gioco d'azzardo e i videogiochi sono sicuramente due attività distinte ma con un confine sempre più sfumato a causa di meccanismi simili presenti nei videogiochi che possono favorire comportamenti e dipendenze affini al gioco d'azzardo. «È importante non demonizzare i videogiochi - ricorda Elisa Fazzi, presidente della Società Italiana di

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

084412

Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - possono anche offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti. Favorendo le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fantasia. Allo stesso tempo è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli». © RIPRODUZIONE RISERVATA