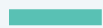




Co-funded by
the European Union

www.closeinthedistance.com
www.rafithrottir.is

Gaming Together



Toolkit di Mediazione Digitale Parentale
e Gaming Consapevole



Gaming e genitori: un'educazione alla Game Media Literacy e alla mediazione digitale parentale

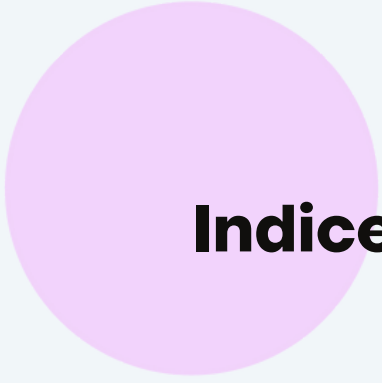
High Rollers! // Gaming & Parents

codice di progetto: 2023-2-IT02-KA210-ADU-000175959

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



**Co-funded by
the European Union**



Indice dei contenuti

4

Introduzione

11

Glossario

16

Il potenziale educativo del gaming

37

Mediazione digitale parentale e co-gaming familiare

59

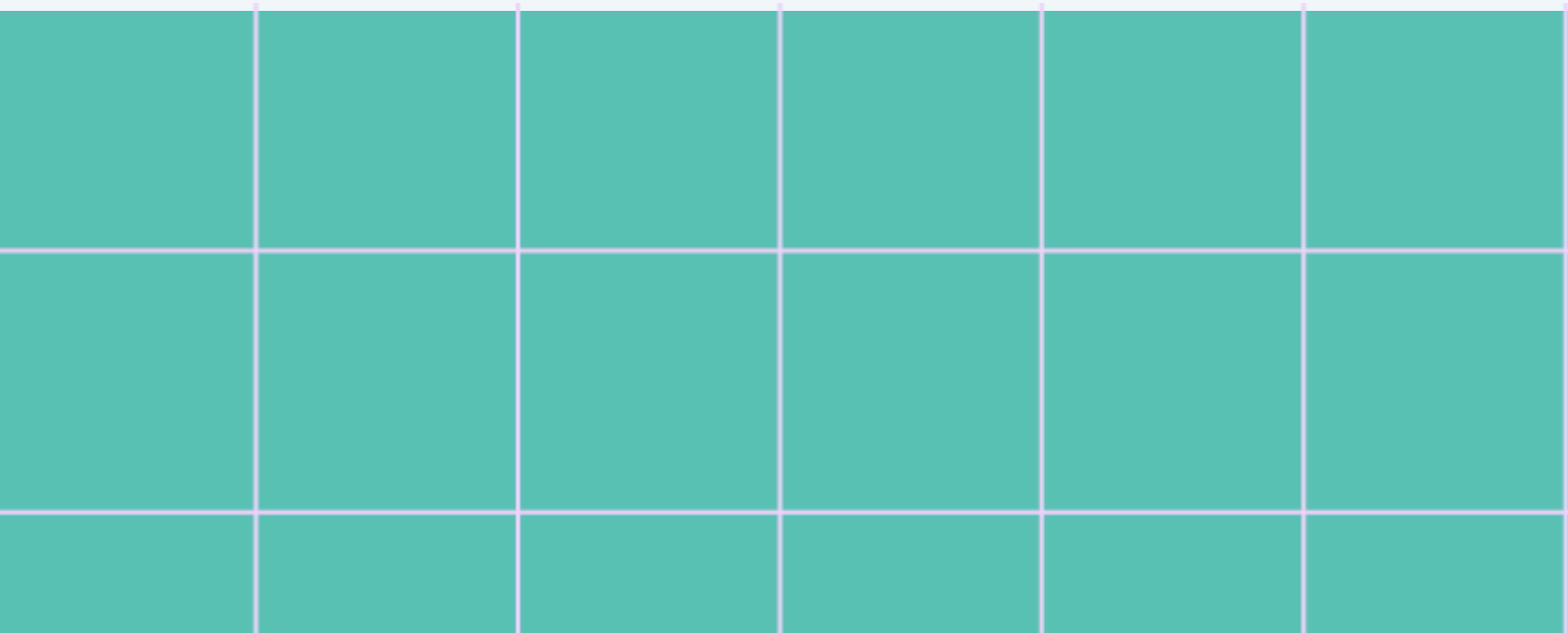
Gaming addiction e nuove dipendenze

66

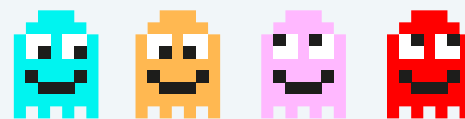
E-sports, Streamers e Twitch

74

Appendice educativa



Introduzione



I videogiochi sono ovunque. Dai titoli più complessi e costosi a un'infinita serie di mobile games, semplici app da installare sul proprio smartphone, senza particolari problemi.

Nel corso degli anni, si è sviluppato un vero e proprio linguaggio, un'infinita serie di parole e sigle che tutti noi possiamo ascoltare, soprattutto se interagiamo con persone più giovani (ma nemmeno più di tanto):

Gatcha, RPG, action-based games, MOBA, MMORPG, FPS...

F2P, P2P e P2W o ancora, *gg, gg ez, killare, pullare, gankare, farmare (o grindare), camperare, buff, nerf, cheat, op, lag...*

Sigle e acronimi che, a prima vista, sembrano lettere buttate lì a caso, ma che in realtà racchiudono un intero universo: quello della cultura dei videogiochi e del consumo videoludico e cioè, in parole povere, del **gaming**. Un mondo che, per le persone non “addette ai lavori” o, più semplicemente, non appassionate o interessate, può sembrare distante e anche un po' criptico, ma che da almeno 30 anni è diventato una parte integrante della quotidianità di tante, tantissime persone. La cultura del gaming non si limita più a qualche titolo famoso: se dovessimo in qualche modo racchiuderla in una o più categorie, sarebbe più che altro un'attività trasversale che coinvolge pressoché ogni giorno centinaia di milioni di persone (sì: centinaia di milioni, se non di più), indipendentemente dall'età, dal genere o dalla provenienza geografica. Sarebbe un fenomeno non soltanto di semplice intrattenimento, ma un qualcosa che accomuna e definisce una vera e propria comunità globale, capace di impegnare i suoi appassionati per ore e ore, non limitandosi a quelle spese, letteralmente, davanti a uno schermo o a un dispositivo.

L'obiettivo di questo manuale operativo non è però quello di fare storia delle lingue, di parlare di nuove formazioni nel nostro lessico, o altro. Né quello di fare storia culturale, dei media o dell'audiovisivo.

L'obiettivo è semmai quello di constatare e comunicare un dato di fatto, di dare informazioni su un fenomeno tanto vasto e capillare quanto comunemente mal compreso e mal interpretato, sconfiggendo qui e lì qualche stereotipo e qualche preconcetto, **rivolgendosi a una categoria comunemente intesa come “contraria ai videogiochi”: i genitori.**

Anche in questo caso non senza qualche stereotipo o qualche generalizzazione: chi ha detto che una figura genitoriale non è, a sua volta, videogiocatrice (o gamer, in inglese)? Soprattutto, siamo sicuri che i videogiochi siano un fenomeno dedicato, e consumato, soltanto dalle persone più giovani?

In realtà, e contrariamente alle aspettative, come evidenziato dal rapporto *All About Video Games – European Key Facts 2023*, pubblicato da **Video Games Europe**^[1], il 53% della popolazione europea di età compresa tra 6 e 64 anni gioca ai videogiochi. L'età media dei gamer è di 31,4 anni, con il 75% di persone che abitualmente consumano i videogiochi che ha 18 anni o più. Insomma, un fatto molto meno adolescenziale di quanto non si creda. Se però si guarda non tanto al consumo o all'acquisto di un titolo in modo più o meno episodico, né alla frequenza, ma più che altro al tipo di gioco, se cioè si intende il gaming come uno stare “incollati” davanti alla *Playstation 5* o al computer a giocare a *League of Legends*, *World of Warcraft* o *Valorant*, se lo si intende come l'acquisto di un qualcosa di oggettivamente costoso, come un *Final Fantasy VII Rebirth* o un *Baldur's Gate III*, se infine lo si intende come un'adesione, un interesse più o meno forte alla cultura videoludica (fino a utilizzare nel proprio linguaggio quel tipo di slang citato all'inizio della nostra introduzione), allora sì che il gaming diventa più che altro un'attività per giovani persone, per adolescenti (ma sempre, allo stesso tempo, per giovani adulti, fino almeno ai 30-35 anni).

Ma giocare dal proprio cellulare a un'app “semplice” e gratuita, dal vecchio e oggi un po' fuori moda *Angry Birds* al celebre *Candy Crush* non è forse la stessa cosa? Fare qualche *giochino*, col tablet o sempre al cellulare, mentre si è in coda in banca o alle poste, oppure in pausa pranzo, è una cosa tanto diversa?

Senza mezzi termini: non lo è.

Ciò nonostante, siamo così abituati a interpretare il gaming come un qualcosa di giovanile, come una perdita di tempo, come un'alienazione tipica delle giovani generazioni, come un qualcosa di intimamente connesso a un prodotto specifico, a una console, a un modo di giocare (nella propria stanza, con le cuffie, magari su Discord, o ancora davanti alla TV e con un joystick in mano), che risulta difficile vederlo per quello che davvero è: **un fenomeno, un consumo**, una pratica su vasta, vastissima scala con infinite possibilità, modalità e gradazioni che, soprattutto, coinvolge e investe tutti noi, indistintamente dall'età e che non può essere ridotto a una sola categoria.

È un fenomeno dietro il quale vi sono innumerevoli possibilità e posti di lavoro, dietro il quale potrebbero esserci ambizioni, emozioni, interessi – nel senso più vasto e complesso possibile.

Facciamo un paragone. Nessuno penserebbe mai di screditare il cinema – dal semplice interesse o passione, fino alla vera e propria industria cinematografica. Oppure ancora, l'arte digitale, il mondo multimediale, e così via. Ci si dimentica però di comprendere che, in fin dei conti, si tratta bene o male della stessa cosa. In sostanza: sempre d'audiovisivo, di commerciale e d'intrattenimento si tratta.

Ci si può commuovere davanti a un film ma non davanti a un videogioco? Un film può fornirci importanti messaggi, una nuova prospettiva sul mondo, ma non può farlo un videogame?

1. Video Games Europe. (2023). All About Video Games – European Key Facts. Disponibile online al link: da <https://www.videogameseurope.eu/news/annual-data-report-on-europes-video-games-sector-launched-at-gamescom/>

Semplicemente, rispetto ad altri fenomeni culturali, digitali e mediali, l'unica differenza che sembrerebbe caratterizzare il gaming è il suo essere più diffuso, così come la sua capacità di coinvolge più persone e per più tempo. Insomma, sembra essere **più accattivante** per il grande pubblico, di ogni età (e vedremo più in là il perché).

E poi, forse anche a causa di questa maggiore e pervasiva diffusione, che è più controverso, divenendo spesso una sorta di **“simbolo” del conflitto generazionale** e, ancora più nel dettaglio, **del conflitto familiare**.

Come tutte le cose, dall'arte alla cucina, fino allo sport o alle attività sociali (uscire, stare in gruppo, ballare), anche il gaming, che va quindi inteso come semplice consumo di prodotti culturali, audiovisivi, non è di per sé, intrinsecamente, né bello né cattivo. Dipende tutto dall'uso che se ne fa, da come quest'attività si inserisce nelle nostre abitudini, nella nostra quotidianità.

Al pari dello sport, anche il gaming può divenire un'attività compulsiva, può divenire dipendenza (diversa questione è l'aggressività o l'isolamento, o il calo del rendimento: gli studi in merito sembrano ormai sconfessare il fatto che il consumo videoludico possa generare questo tipo di problematiche^[2]).

Se però i videogiochi non vanno da nessuna parte, se il mercato è in costante crescita e traina ormai tutta l'industria audiovisiva mondiale (altro che cinema o serie TV!), stando così le cose, non è preferibile, per una figura genitoriale, prima di scartare del tutto quest'attività (e, al contempo, prima di approvarla senza rifletterci un po' su, dando in mano un tablet o un computer ai propri giovani figli), saperne di più? **Non sarebbe alla lunga preferibile essere in grado di mediare il consumo videoludico, riuscendo a integrarlo in modo sano nelle proprie abitudini familiari?**

Se è vero che il gaming può essere pericoloso, non sarebbe preferibile conoscerne, davvero, i pericoli, senza cadere negli stereotipi o nei preconcetti? **Sapere quando è troppo**, quando un titolo è adatto a una determinata fascia d'età e quando no (e soprattutto perché, non limitandosi cioè a leggere l'etichetta), sapere, sulla base delle inclinazioni, quale attività o titolo potrebbe essere adatto al proprio nucleo familiare, e quale no.

Al contempo, se è vero (come ormai tutta la letteratura di settore sostiene) che il consumo videoludico può, in effetti, essere uno strumento educativo con tante potenzialità, che stimola chi gioca in modo interattivo, che agisce su concentrazione, creatività, memoria, logica, apprendimento delle lingue e lavoro di squadra, non sarebbe preferibile essere in grado di orientarsi, di entrare in questo mondo in modo anche solo un po' più consapevole?

2. Ferguson, C. J., & Kilburn, J. (2009). "The Public Health Risks of Media Violence: A Meta-Analytic Review." *The Journal of Pediatrics*, 154(5), 759-763.

Kühn, S., et al. (2019). "Does Playing Violent Video Games Cause Aggression? A Longitudinal Intervention Study." *Molecular Psychiatry*, 24, 1220-1234.

Drummond, A., & Sauer, J. D. (2014). "Video-Games Do Not Negatively Impact Adolescent Academic Performance in Science, Mathematics or Reading." *PLOS ONE*, 9(4), e87943.

E numerosi altri, a cavallo tra pedagogia, scienze sociali, psicologia e medicina. Per dirla brevemente: no, il gaming, di per sé, non comporta un calo del rendimento, antisocialità, aggressività. Né nelle persone adulte né, soprattutto, in quelle più giovani o adolescenti.

L'obiettivo di questo toolkit – così come del nostro corso, che è stato erogato in modalità blended e, in generale, del progetto **Gaming and Parents** – è quello di promuovere un diverso modo di interpretare e conoscere il fenomeno culturale del gaming, senza concentrarsi più di tanto sul suo essere, intrinsecamente, giusto o sbagliato (in questo caso non giungeremmo mai a una conclusione), ma concentrando tutto su ciò che davvero fa la differenza in famiglia, e cioè la competenza genitoriale in materia.

Molti genitori, che già consumano videogiochi, hanno il vantaggio di comprendere appieno cosa i propri figli stanno facendo e perché, potendo anche condividere con loro attività ludiche, valorizzando insieme gli aspetti più positivi, educativi e formativi insiti nel gaming.

Magari non giocheranno agli stessi titoli o per lo stesso tempo (o magari sì). Magari investono non tanto meno tempo o risorse, ma meno attenzione a uno o più videogiochi.

Saranno però in grado, però, di riconoscere il fatto che quei giochi, quei passatempi digitali non sono, di per sé, un qualcosa di altro, di alieno. E che soprattutto, tra quello a cui giocano loro e quello a cui giocano i propri figli non è qualcosa di radicalmente diverso, ma si tratta bene o male della stessa cosa: essere immersi, coinvolti e interessati a prodotti e attività digitali, audiovisive e medial. Possibilmente, saranno anche in grado di comprendere che esistono diverse modalità di videogiocare, di consumare, in un modo o nell'altro, i medesimi prodotti videoludici. Anzi: magari queste stesse, un po' più consapevoli, figure genitoriali potranno anche in grado di ampliare la propria conoscenza attraverso un maggiore contatto con i propri figli, di sperimentare qualcosa di diverso, forse di più complesso, divenendo a conti fatti più competenti in tema digitale, in senso lato.

Altrettante figure genitoriali, però, non hanno dimestichezza con questi prodotti digitali, li rigettano interamente e, spesso ancora peggio, lasciano fare ai più giovani in casa, senza interrogarsi più di tanto. E, anche ammesso che consumino loro stessi un po' di cultura videoludica, la interpretano come qualcosa di diverso, di certo non paragonabile allo stare per ore davanti al PC o alla *Playstation*.

In questo caso sì che il gaming potrebbe divenire isolamento e, anzitutto, un qualcosa che si fa da soli, una vera e propria sospensione del tempo familiare, continuando a perpetrare stereotipi e pregiudizi più o meno estesi e, soprattutto, continuando a non interagire con una componente molto importante – se non, a conti fatti, la più importante, anche solo per grandezza – di quello che viene comunemente intesa come competenza e resilienza digitale contemporanea, in Europa e nel mondo.

Questo manuale operativo, che è stato sviluppato a partire da un corso informale per figure genitoriali, e che è stato realizzato in Italia e in Islanda nel corso del 2025, cercherà quindi, attraverso varie unità, buone pratiche e tanti esempi concreti di avvicinare chi è più lontano da questo spaccato di cultura digitale al mondo del gaming, concentrandosi soprattutto su ambienti e tempi familiari, genitorialità e mediazione digitale parentale.

Per quanto però le beneficiarie dirette di questa risorsa siano appunto le figure genitoriali, ogni capitolo è stato comunque pensato per essere utile anche per persone adulte non necessariamente con figli ma, volenti o nolenti, comunque esposte alla cultura videoludica. Per esempio insegnanti, oppure per persone che si occupano d'educazione e formazione e che si trovano a contatto con le generazioni più giovani, oppure ancora “semplici” persone adulte che, anche in questo caso volenti o nolenti, investite quasi ogni giorno da questo fenomeno digitale e culturale di dimensioni sempre più impressionanti, vorrebbero capirne un po' di più e magari, chissà, anche provare un po' a farne parte.

Nel primo capitolo cercheremo di comprendere cos'è, oggi, il gaming. Non solo un passatempo o un "giocattolo digitale", ma un fenomeno culturale e sociale globale, radicato nelle case e negli immaginari di milioni di persone. Faremo un quadro sintetico di dati, tendenze e tipologie di gioco, per capire meglio l'ampiezza e la rilevanza di questo universo apparentemente solo ludico, ma ormai centrale nel più ampio immaginario della nostra cultura contemporanea.

Dopo questa analisi tematica, sempre nel primo capitolo, entreremo nel cuore di ciò che interessa davvero a chi educa: le competenze che il gaming è in grado di favorire e di sviluppare. Si tratta primariamente di competenze e abilità di tipo **cognitivo, sociale, relazionale, affettivo e creativo**: tutte dimensioni che, se guardate senza pregiudizi, dimostreranno come i videogiochi possono essere non soltanto intrattenimento, ma anche strumenti di vera e propria crescita individuale, collettiva e familiare.

Per rendere tutto più concreto, porteremo alcuni esempi di videogiochi che racchiudono un potenziale educativo significativo: titoli spesso già presenti nelle nostre case, magari regalati o scaricati senza particolare riflessione, ma capaci di offrire spunti inattesi.

A chiusura della prima sezione verrà proposta una serie di esercizi di osservazione strutturata, utili a costruire vere e proprie "mappe delle competenze" a partire dalle esperienze di gioco più comuni, con particolare attenzione, come detto, ai titoli commerciali più diffusi. Si tratta di attività pensate per sperimentare concretamente un approccio educativo al gaming, non come semplice distrazione da gestire, ma come pratica da comprendere e, quando opportuno, valorizzare.

Nel secondo capitolo, entreremo più da vicino nel rapporto tra gaming e genitorialità, concentrandoci su un tema chiave del nostro progetto: **la mediazione digitale parentale**. Analizzeremo cosa significa questo concetto, quali sono i modelli e gli approcci più diffusi, e perché rappresenta uno strumento rilevante per accompagnare i figli nel loro rapporto con il digitale, trasformando il momento del gioco in un'opportunità di dialogo e di crescita condivisa, sempre a livello familiare. Anche in questo caso, ci si soffermerà su aspetti pratici, partendo da linee guida in tema di gestione di uno screentime consapevole: verranno quindi proposti spunti, strumenti, modelli comunicativi e di routine familiare che, lontani dall'essere semplici divieti, permetteranno alle figure genitoriali di potere implementare pratiche condivise, capaci di responsabilizzare le persone più giovani (così come loro stesse), alleggerendo al contempo i conflitti legati al tempo trascorso davanti allo schermo.

Un altro elemento fondamentale sarà la scelta dei videogiochi adatti, valutando i titoli in base all'età e alla sensibilità di chi gioca, trasformando anche i momenti di selezione e acquisto in un fenomeno potenzialmente educativo e, soprattutto, consapevole.

Sempre nella seconda sezione, entreremo direttamente nel cuore della pratica familiare e in ciò che, di fatto, rappresenta **l'esempio metodologico più rilevante** in tema di mediazione digitale parentale: il **co-gaming**, cioè il giocare insieme, genitori e figli. Analizzeremo in che modo questo tipo d'esperienza rafforzi la relazione a livello familiare, quali vantaggi porti e come possa divenire un'occasione per conoscersi meglio, condividere interessi e sviluppare un dialogo intergenerazionale più autentico, proprio attorno al digitale. Verranno forniti anche consigli concreti su come avviare un'esperienza di co-gaming, suggerendo attività ludiche adatte a diversi contesti (console, PC, mobile) e livelli di familiarità con i videogiochi, in modo da rendere questa pratica accessibile anche a chi non si considera "gamer". Come sopra, anche a chiusura della seconda sezione proporremo una serie di esercizi pratici, con l'obiettivo di consolidare e, soprattutto, di trasmettere e diffondere quanto più possibile ciò che è stato appreso. Dalla creazione di un piano familiare di uso del gaming, che definisce criteri e accordi condivisi, alla realizzazione di un diario di una sessione di co-gaming, un semplice strumento non soltanto per realizzare, nel concreto, una sessione di co-gaming, ma anche per riflettere insieme sulle emozioni, le dinamiche e le competenze emerse durante il gioco condiviso.

Nel terzo capitolo, verrà affrontato un tema estremamente delicato che, a buon diritto, suscita timori e dubbi: la cosiddetta *gaming addiction*, **la dipendenza da videogiochi**. Un argomento che, al pari di molte altre forme di dipendenza, più o meno note, fa scattare allarmi e paure, ma che merita di essere guardato con attenzione e, soprattutto, con chiarezza.

Per prima cosa, ci chiederemo: quando un uso intenso dei videogiochi diventa davvero un problema? Perché non tutte le persone che giocano tanto sono “dipendenti”. Esiste cioè una differenza significativa tra un uso intensivo, a volte persino quotidiano, e una condizione di vera e propria dipendenza: essere in grado di comprendere questo preciso aspetto, anche per sommi capi, è fondamentale per essere in grado non soltanto di affrontare la questione con equilibrio e competenza, ma anche per navigare in modo più consapevole nel più vasto ambito del digitale quotidiano (non soltanto videoludico).

Verranno definiti e commentati i veri e propri segnali di allarme: comportamenti che, se osservati con attenzione, possono effettivamente indurre a pensare a un rischio reale. Verrà soprattutto definito a chi, e in che modo, rivolgersi nel momento in cui si ritiene di avere scorto, appunto, uno o più segnali d'allarme. In modalità simile a quanto fatto nei precedenti capitoli, anche questa sezione verrà corredata da alcuni esercizi pratici, pensati per “allenarsi” a riconoscere e affrontare possibili situazioni di disagio o dipendenza.

Nell'ultima sezione del manuale operativo, ci apriremo a un orizzonte che per molte figure genitoriali è, potenzialmente, ancora molto nuovo ed estraneo: l'ambito degli **eSports**, degli **streamer** e delle **piattaforme di condivisione interattiva**, tra cui soprattutto **Twitch.tv**.

Per qualcuno, il solo termine “sport elettronici” sembra un controsenso; per altri, invece, è un mondo in pieno fermento, con atleti professionisti, tornei internazionali, sponsor, federazioni, coppe del mondo e perfino borse di studio universitarie per chi eccelle in determinate discipline videoludiche. Un mondo che per milioni di persone è già realtà, con una sua cultura, le sue figure di riferimento e le sue storie di successo, soprattutto nei paesi nordici (ma anche negli Stati Uniti, in America Latina e, s'intende, nell'estremo oriente).

Il nostro obiettivo non è certo trasformare tutti in esperti di eSport, ma **familiarizzare con questo ulteriore pezzo di cultura digitale**, per capire perché affascina così tanto le persone più giovani e per coglierne il potenziale educativo e relazionale. Se è del tutto naturale guardare insieme una partita di calcio o una gara di pallavolo, perché non dovrebbe esserlo assistere, insieme, a una partita di un eSport qualsiasi? Guardare, comprendere, discutere e, magari, divertirsi allo stesso modo: una modalità nuova, e consapevole, per creare tempi di qualità familiare, spostando la distanza generazionale verso nuove forme di competenza e relazionalità.

Per mettere tutto in pratica, proporremo un esercizio semplice: guardare insieme una partita, una diretta streaming, con una piccola analisi guidata, per osservare non solo il gioco, ma anche le dinamiche, le emozioni e l'atmosfera che lo circondano, con l'obiettivo di essere in grado di trasformare un momento digitale in un'ulteriore occasione di dialogo, contatto e partecipazione.

Infine, a conclusione del manuale operativo, è stata preparata un'appendice pratica, pensata per chi desidera continuare ulteriormente questo percorso educativo. Un set di ulteriori esercizi riassuntivi e riutilizzabili, adatti anche a piccoli laboratori con altre figure genitoriali e, soprattutto, educatori ed educatrici. L'appendice includerà indicazioni su come replicare l'intero percorso, con il supporto di schede didattiche, utili a facilitare la discussione e la formazione in contesti diversi, insieme a una raccolta di risorse aggiuntive (link, servizi di supporto e una breve bibliografia essenziale) per chi vuole approfondire ulteriormente il vasto tema del digitale quotidiano e videoludico.

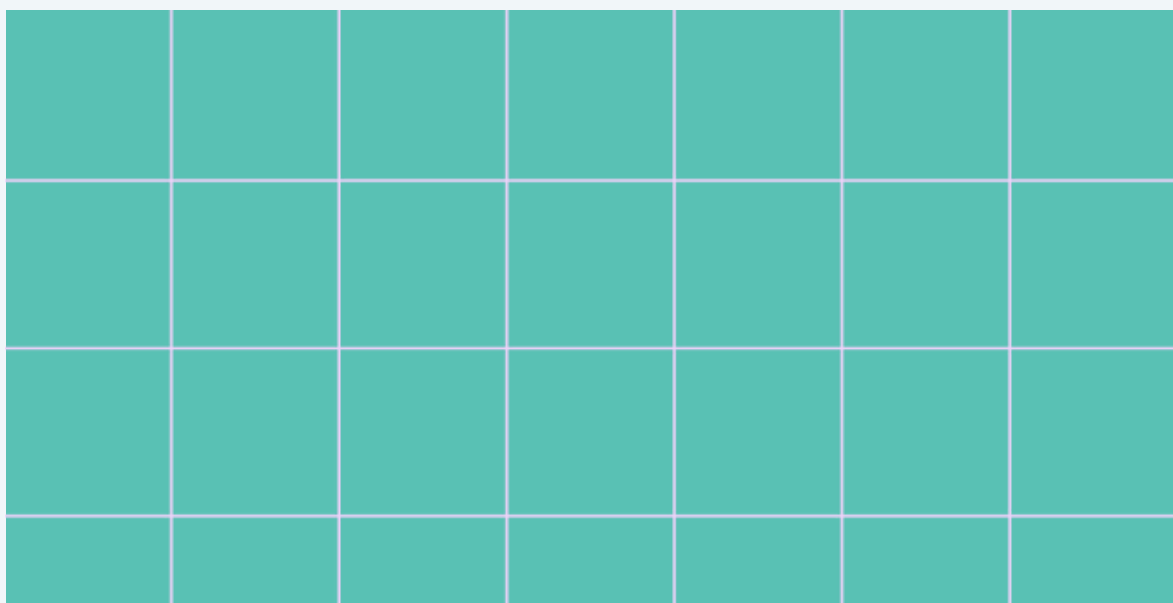
Il Partenariato



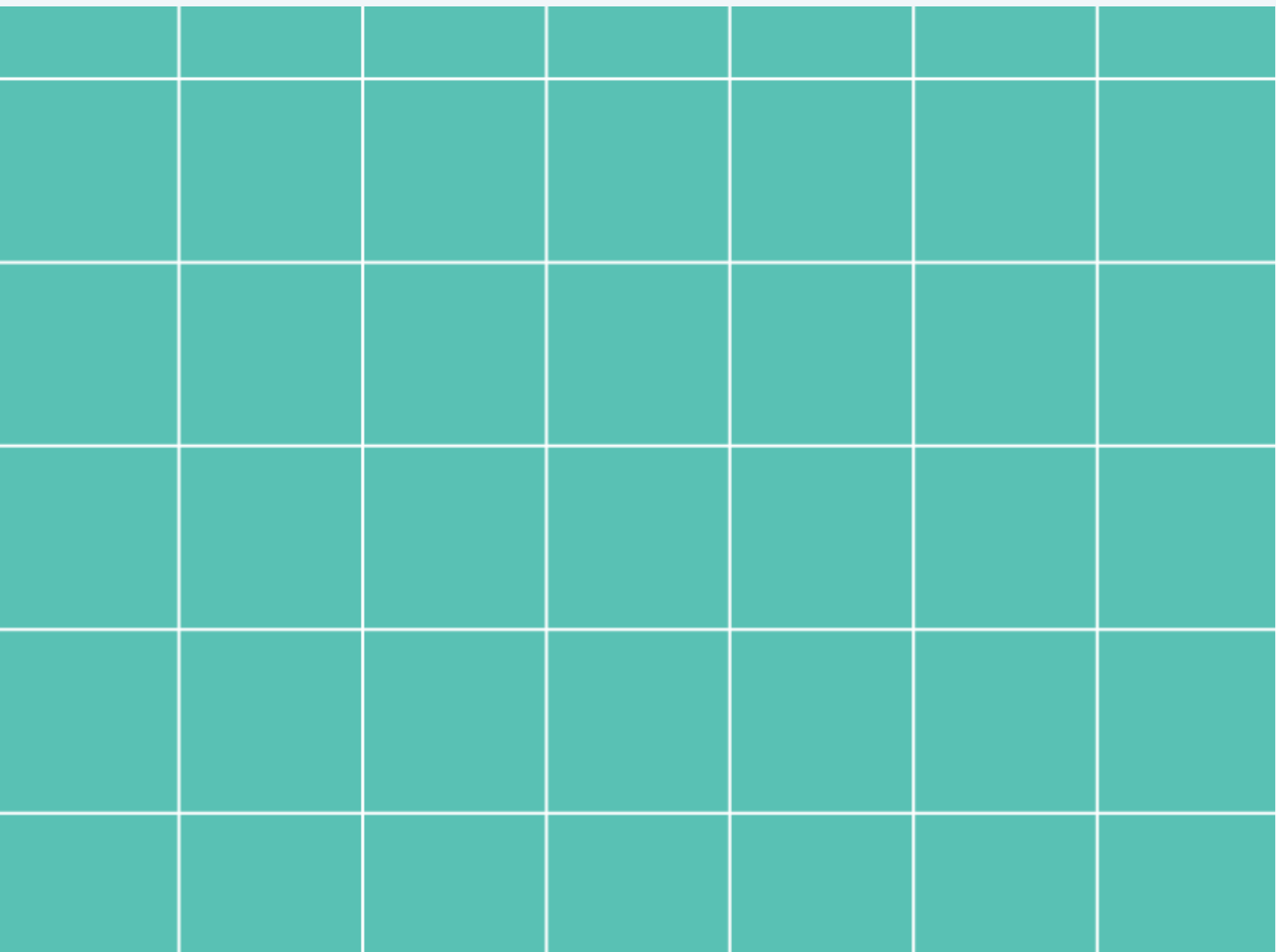
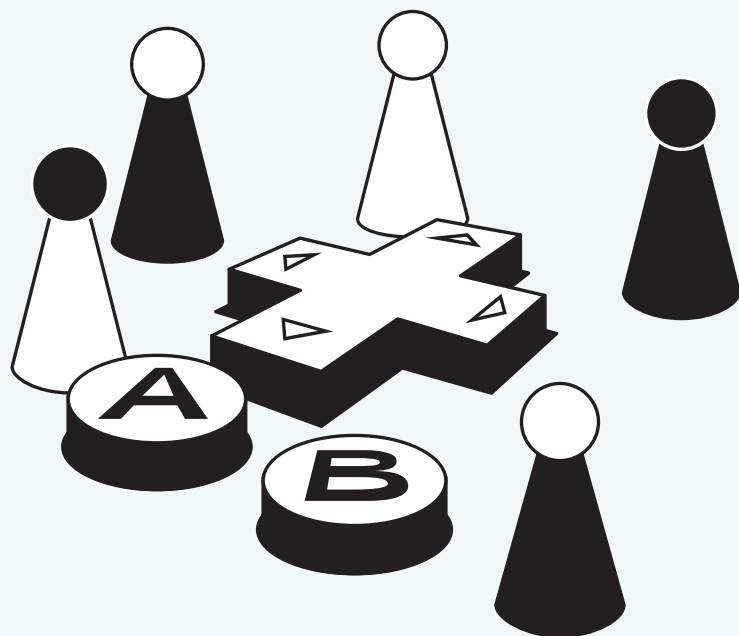
è un'associazione senza scopo di lucro fondata nel 2022, nata come gruppo informale di giovani professionisti dal profilo complementare e appartenenti a diverse aree geografiche italiane. L'associazione è uno spazio – sia fisico sia virtuale, online – in cui psicologi, educatrici, youth workers e volontari digitali promuovono pratiche e risorse a sostegno dell'inclusione e per il potenziamento non professionale di chi si occupa, come loro, di attività sociali, di facilitazione, di animazione socioeducativa giovanile, di tutoraggio e, in sostanza, di promozione sociale. **Close in the Distance** si occupa soprattutto di tematiche **SOGIESC**, di **inclusione online**, di **Educational Gaming** e di **Digital Youth Work**, svolgendo le proprie attività soprattutto in spazi e comunità virtuali.



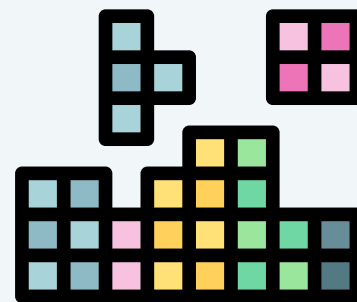
è una federazione sportiva no profit islandese nata nel 2018 per promuovere e sviluppare gli **eSport** come **attività culturale ed educativa**, parte di un network nord-europeo dedicato alla cultura del gaming. La federazione organizza **eventi competitivi** e attività rivolte a genitori, insegnanti ed educatrici, offrendo percorsi di sensibilizzazione sull'uso consapevole dei videogiochi, sull'inclusione e sul benessere digitali. Supporta anche giovani gamer nell'orientamento verso **opportunità formative e professionali nel settore videoludico europeo**, raggiungendo ogni anno centinaia di persone attraverso trasmissioni online e programmi di comunicazione dedicati alla cultura del gaming.



GLOSSARIO



Le parole del gaming



Gaming

Attività di giocare ai videogiochi, su console, PC, smartphone o altri dispositivi. Include sia il gioco individuale sia quello online, generalmente insieme ad altre persone, ma da tempo anche la cultura che lo circonda (eventi, streaming, community).

Gamer

Chi gioca ai videogiochi, sia occasionalmente (casual gamer) sia con impegno costante (hardcore gamer). L'origine della parola è l'inglese game, e cioè gioco.

Console

Dispositivo elettronico specificamente dedicato al gioco. Con console si fa implicitamente riferimento a "oggetti" come la *PlayStation*, l'*Xbox*, la *Nintendo Switch*.

Mobile gaming

Giocare su smartphone o tablet, con sessioni in linea di massima più brevi e giochi (spesso, ma non sempre) gratuiti. Esempi di giochi tipicamente mobile sono *Candy Crush*, *Clash Royale*. Al contempo, sono anche mobile (e cioè disponibili su smartphone, oltre che su console/PC) titoli più complessi, di taglio narrativo e/o esplorativo, come *Genshin Impact*, *Honkai Star Rail*, oppure ancora giochi multigiocatore di tipo competitivo, come *Wild Rift*.

Multiplayer, Multiplayer Online

La modalità di gioco che consente di giocare con altre persone via Internet, spesso in team. La modalità di interazione (competitiva, oppositiva, collaborativa, di socializzazione) dipende dal genere di gioco. I più tipici esempi d'indirizzo competitivo sono, per esempio, *Fortnite*, *League of Legends*, *Valorant*, *Call of Duty*. Altri giochi, come *World of Warcraft*, *Final Fantasy XIV*, ma anche *Minecraft* (modalità multiplayer) possono, al contrario, essere intesi come esempi di tipo collaborativo e cooperativo.

MOBA (Multiplayer Online Battle Arena)

Genere competitivo con squadre che combattono su mappe simmetriche. Una specifica, e molto significativa, modalità di gioco multiplayer. Tra gli esempi già citati, possiamo aggiungere anche *Dota 2*.

RPG (Role-Playing Game)

Giochi in cui il giocatore assume il ruolo di un personaggio, spesso con caratteristiche e abilità personalizzabili, in "crescita" (non tanto fisica quanto più morale, esperienziale, soggettiva). L'esperienza di gioco è costruita intorno a una narrazione estesa e dettagliata: il mondo in cui ci si muove è un "mondo artefatto", cioè un ambiente di finzione con regole proprie, geografie, culture e storie create appositamente per il gioco. Molti RPG, soprattutto quelli più recenti, permettono al giocatore di influenzare la trama attraverso le proprie scelte, generando percorsi narrativi differenti e stimolando la riflessione etica e creativa. Tra gli esempi più noti, le vere e proprie saghe come *The Witcher*, *Dragon Age*, *Final Fantasy*, *The Elder Scrolls*, e cioè composte da numerosi titoli, pubblicati nel corso degli anni. Oppure ancora titoli molto celebri come *Baldur's Gate III*, il recente *Claire Obscure 33*, *Expedition 33* (un raro esempio di gioco di produzione europea), *Cyberpunk 2077*, *The Last of Us*.

FPS (First Person Shooter)

Il tanto controverso (e tanto giocato) genere degli sparatutto in prima persona, in cui si vede attraverso gli occhi del personaggio. Tra i più tipici esempi, *Call of Duty* e *Valorant*.

Open World

Giochi ambientati in mondi virtuali liberamente esplorabili, senza percorsi obbligatori. Non per forza giochi di ruolo in senso stretto: essi sono, generalmente, più orientati all'esplorazione in sé, oppure a modalità d'esperienza di tipo *action*. Tra gli esempi più celebri, la saga *The Legend of Zelda* e *GTA*.

Sandbox

Giochi che offrono grande libertà creativa senza obiettivi prestabiliti: letteralmente, si costruisce (spesso la qualsiasi). Nemmeno a dirlo, l'esempio massimo è il videogioco educativo per eccellenza: *Minecraft*, in tutte le sue versioni.

Free-to-Play (F2P)

Giochi gratuiti al download, con acquisti opzionali (microtransazioni) per oggetti o potenziamenti. Per esempio, *Fortnite* o *League of Legends*, ma anche *Genshin Impact*, *Wuthering Waves* (anche se, tecnicamente, questi titoli, pur gratuiti, rientrano nel genere **gatcha**, particolarmente controverso ma non per questo poco diffuso).

Pay-to-Win (P2W)

Meccanica in cui chi spende denaro ottiene vantaggi significativi.

DLC (Downloadable Content)

Contenuti extra scaricabili che ampliano un gioco base (nuovi livelli, personaggi).

Crossplay

Funzionalità che consente di giocare insieme da dispositivi diversi (lo abbiamo già visto: in linea di massima, oggi numerosi giochi sono multiplatforma, prevedendo un'esperienza videoludica sia su PC che su Console, e spesso anche su smartphone o tablet. Starà al singolo giocatore scegliere dove e come giocare).

eSports

Competizioni professionali di videogiochi, spesso seguite online come eventi sportivi tradizionali. Di questo fenomeno macroscopico parleremo più diffusamente nelle ultime sezioni del manuale operativo.

Streamer

Chi trasmette in diretta le proprie sessioni di gioco, commentandole, su piattaforme come Twitch o YouTube. Tra chi lo fa per professione, con guadagni e sponsorship pari a quelle di atleti professionisti "tradizionali", e chi lo fa per semplice hobby, lo streaming della propria esperienza videoludica (ma non soltanto) è ormai un fenomeno culturale altamente rappresentativo di ciò che si può intendere come vita digitale.

Proprio perché l'obiettivo è quello di sviluppare competenze trasversali, con un focus sulla genitorialità, abbiamo pensato di completare questo breve glossario con **altri termini**, derivati sì dal mondo e dalla cultura videoludica e dell'online, ma **divenuti slang "giovanile"** per eccellenza:

Lag

Ritardo nella risposta del gioco dovuto a connessione lenta. Il più grande nemico di un gamer che ha bisogno di internet per giocare. Da qui, una persona un po' impacciata, si dirà che lagga.

Pullare (pull)

Attirare intenzionalmente un nemico o un gruppo di nemici per iniziare uno scontro. L'origine del termine è il verbo inglese to pull, tirare. *Pullare aggro* può quindi significare attirare l'attenzione in modo voluto, esporsi.

Tankare (tank)

Farsi colpire intenzionalmente per proteggere altri giocatori, tipico dei "tank" (personaggi con molta difesa). Da qui, un brutto momento o brutta esperienza (per es. un docente non particolarmente affabile), lo si *tankerà*.

Nerfare (nerf)

Ridurre la potenza di un elemento del gioco per bilanciare le dinamiche. L'origine è un po' curiosa, viene da *Nerf* (marca statunitense di giocattoli "morbidi"). Subire una retrocessione, materiale o immateriale, o un fallimento, un ridimensionamento, potrebbe venir ricollegato all'universo tematico dei nerf.

Buffare (buff)

Rendere un personaggio più potente temporaneamente. La prova eccezionale, ben preparata, è stata quindi buffata.

Farmare (farm)

Ripetere azioni di gioco per accumulare risorse o punti.

Grindare (grind)

Giocare in modo ripetitivo e prolungato per ottenere vantaggi (simile a farmare, ma più intensivo). "Ho preso 30, questa materia l'ho proprio *grindata*".

Cheattare (cheat)

Usare trucchi per ottenere vantaggi illeciti. Il suo contesto d'uso, per esempio in ambiente accademico (ma anche col gruppo dei pari) è forse, in assoluto, quello più intuitivo di tutti.

OP (overpowered)

Elemento troppo potente rispetto al resto del gioco. Generalmente, quest'ultimo è ormai inteso come un tratto di personalità carismatica.

GG / GG EZ (good Game / good game, easy)

Formula di saluto a fine partita; *GG EZ* è talvolta sarcastico o provocatorio. Ormai un tipico modulo espressivo di chiusura di... una qualsivoglia attività giornaliera.

Camperare (camper)

Stare fermi in un punto strategico aspettando un avversario. Tendere agguati, in modo anche metaforico.

Respawnare (respawn)

Rinascere in gioco dopo essere stati eliminati. Un gran ritorno, per esempio in visibilità o competenza, a fronte di un brutto fallimento (basti pensare al contesto scolastico), è tecnicamente un *respawn*.

Lootare (loot)

Raccogliere oggetti da nemici sconfitti o luoghi esplorati. In modalità metaforica, raccogliere ciò che si è seminato o per cui si è lavorato.

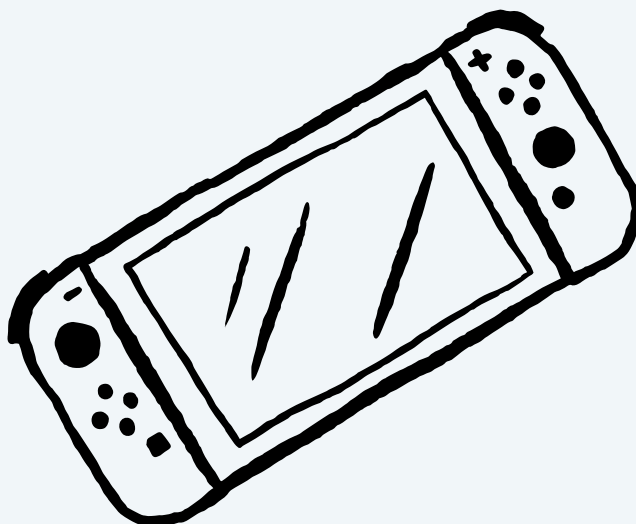
Per saperne di più:

Video Games Europe / European Game Developers Federation (EGDF). (2024). European video games industry insight report 2022 (edizione 2024). EGDF-VGE. Dati sul mercato europeo dei videogiochi [IconEraegdf.eu](https://iconeraegdf.eu)

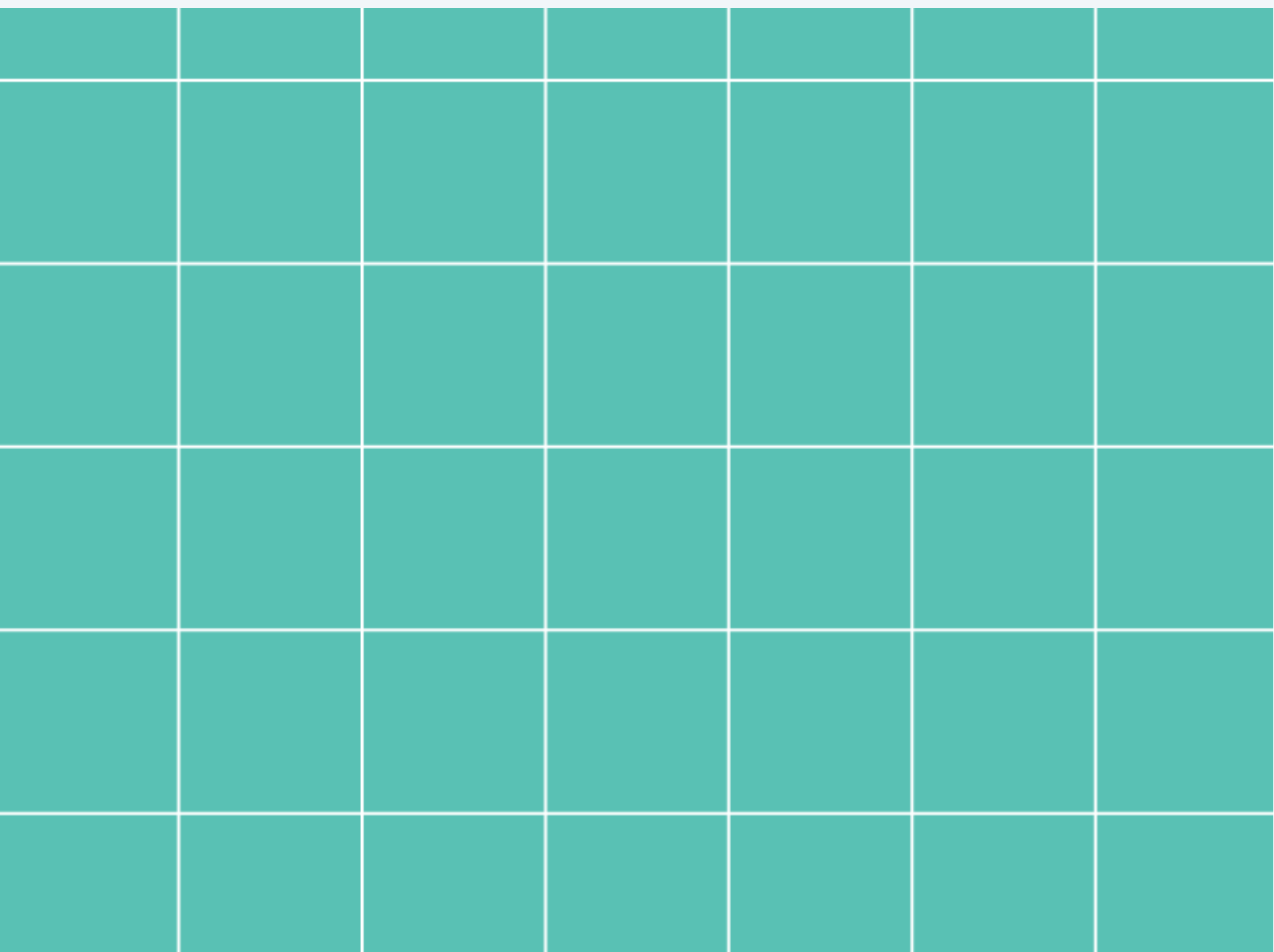
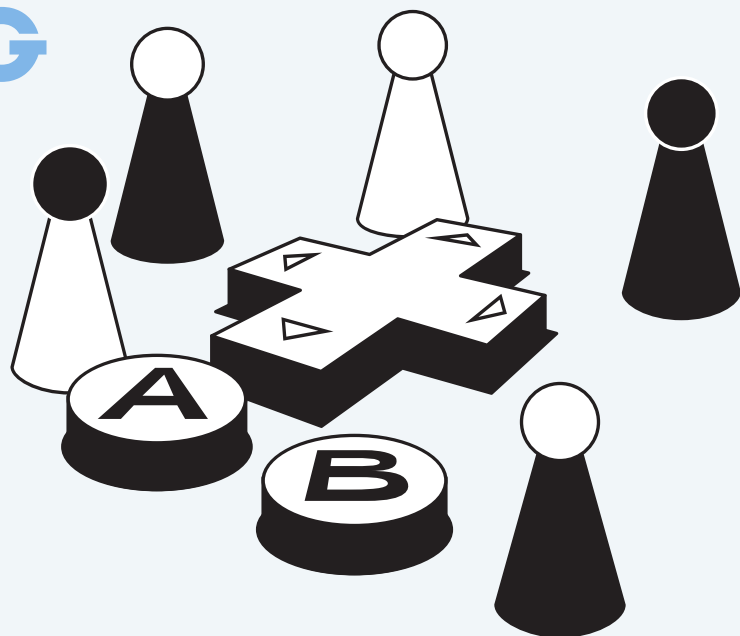
IIDEA (Associazione Editori e Distributori Videogiochi, Italia). (2025, aprile 15). I videogiochi in Italia nel 2024: Mercato, consumatori, industria. IIDEA. Report presentato al Ministero della Cultura [IIDEAIIDEA](https://www.iidea.it)

Oxford English Dictionary. (n.d.). Voci nerf, buff, respawn, main, meta, etc. per etimologia dei termini inglesi nel contesto gaming.

Comunità online del gaming italiano. (n.d.). Vocabolari collaborativi, definizioni sullo slang di gaming italiano (pullare, tankare, grindare, ecc.).



IL POTENZIALE EDUCATIVO DEL GAMING



Il gaming oggi: dati, tendenze, tipologie di giochi e di esperienze online e offline

Come anticipato nell'introduzione, oggi parlare di videogiochi significa parlare di una delle industrie culturali più grandi al mondo, spesso persino più redditizia del comparto cinematografico e musicale messi insieme. Questo è, di per sé, un trend relativamente recente: fino agli anni '80 e buona parte dei '90, il videogioco era percepito come un passatempo rigorosamente per persone giovani, quasi sempre maschi, e fortemente associato a una dimensione tecnologica "di nicchia".

I primi personal computer e le prime console casalinghe (*Nintendo Entertainment System*, *Sega Mega Drive*) rappresentavano una sorta di "sala giochi privata", in cui si giocava da soli o, al massimo, in due davanti allo stesso schermo, con titoli tanto celebri – di fatto ormai veri e propri manufatti storici – quanto, nella sostanza, semplici, un po' ripetitivi e, dati i limiti tecnologici dell'epoca, con una grafica esclusivamente bidimensionale (2D).

Tra gli esempi più nostalgici spiccano i primissimi *Super Mario Bros.* – che ancora oggi è tra i franchise più giocati e redditizi – il celebre *Tetris*, nato quasi per caso ma diventato un fenomeno mondiale grazie alla sua enfasi su logica e riflessi, il più narrativo *Sonic the Hedgehog*, mascotte della *Sega*, e naturalmente *Pac-Man*, gioco *arcade* per eccellenza che portò l'esperienza della sala giochi direttamente in console e nelle case private.

Tutti questi titoli continuano a vivere nella memoria e nella cultura digitale e videoludica, anche tra le nuove generazioni, considerando che molte di queste saghe pubblicano ancora oggi nuovi episodi di grande successo. D'altra parte, nella loro veste originaria, appaiono inevitabilmente limitati rispetto alla profondità narrativa e alla libertà d'azione che oggi si tende a dare per scontate quando si acquista un titolo commerciale per PC o *PlayStation*.

L'evoluzione, a partire dalla metà degli anni '90, è stata rapida e del tutto esponenziale. L'arrivo delle console di cosiddetta quarta e quinta generazione (per intenderci, la *PlayStation* e *Nintendo 64*) ha iniziato a trasformare, seppur gradualmente, il gaming in un fenomeno familiare. Titoli narrativi come *Final Fantasy VII* dimostravano già alla fine degli anni '90 come un videogioco potesse raggiungere la profondità di un romanzo e la spettacolarità di un film, considerando gli standard tecnologici dell'epoca.

La vera rivoluzione, tuttavia, è da collocarsi nell'avvento di Internet, a cavallo degli anni 2000, quando la rete ha iniziato a ridisegnare incessantemente il concetto stesso di interazione e socializzazione. In quegli anni nascono i *MMORPG* come *World of Warcraft* (ancora oggi giocatissimo) e *Final Fantasy XI*, veri e propri mondi virtuali persistenti dove milioni di persone convivono, collaborano e competono. Parallelamente si diffondono le prime console connesse alla rete (*PlayStation 2 online*, *Xbox Live*), segnando il passaggio definitivo da un'attività individuale a un'esperienza sempre più collettiva, pienamente multigiocatore.

Il gaming oggi: dimensioni e pubblico

Oggi i numeri raccontano un fenomeno ormai pienamente normalizzato, ma non per questo davvero conosciuto, considerando soprattutto le difficoltà comunicative che caratterizzano il rapporto transgenerazionale. Secondo il rapporto *European Key Facts 2024* di *Video Games Europe*, a oggi più di una persona su due in Europa gioca regolarmente: questo significa **il 53% della popolazione**. Per quanto il videoludico sia, come detto, un ambito che rende abbastanza esplicito il divario tra generazioni, l'idea che il videogioco sia esclusivamente "roba da giovani" è un qualcosa di ormai superato dai dati effettivi: l'età media di chi gioca è, in realtà, di circa 31,4 anni, a testimonianza di un pubblico che non è fatto solo di adolescenti, ma anche di giovani adulti e adulti già pienamente inseriti nella vita lavorativa e familiare.

In Italia il quadro è simile, con un mercato che nel 2024 ha raggiunto un valore di 2,4 miliardi di euro (dati IIDEA, aprile 2025) e circa 14 milioni di giocatori attivi. Si tratta di un dato in crescita costante rispetto al 2020, segno di una tendenza strutturale, sicuramente non episodica o dettata da cause esterne ed eccezionali. In effetti, un'altra informazione interessante riguarda proprio la composizione per età: il 75% delle persone che giocano ha, a conti fatti, più di 18 anni, il che significa che un quarto dell'intera popolazione adulta italiana è coinvolta direttamente nel gaming, che si tratti di sessioni occasionali sul cellulare o di un impegno costante su console e PC. Certamente, come già più volte detto, giocare non significa necessariamente definirsi "videogiocatori". Qui entra in gioco una sorta di **bias percettivo**: più si cresce, più si tende a considerare ciò che si fa come "qualcosa di diverso" dal videogioco in senso stretto. Chi gioca a *Candy Crush* la sera sul divano, chi si rilassa con un solitario digitale o chi segue il figlio in una sessione di *Minecraft*, spesso non si percepisce come "gamer". È come se il termine "videogiocatore" fosse ancora associato, nell'immaginario di molti adulti, a un adolescente con cuffie in testa, chiuso in camera, magari impegnato in lunghe maratone di gioco.

Il videogioco è quindi diventato una pratica culturale trasversale, che unisce generazioni, generi e classi sociali diverse. La diffusione dei dispositivi mobili ha amplificato questa democratizzazione: titoli come *Candy Crush* o *Clash Royale* hanno reso il gaming accessibile senza bisogno di costose attrezzature, ma anche giochi oggettivamente più complessi, come *Genshin Impact* o *Wild Rift*, hanno portato sempre su smartphone esperienze che un tempo erano considerate esclusive di PC e console. Oggi chiunque può trovare un gioco "su misura" per il proprio tempo libero e per le proprie preferenze, che si tratti di partite veloci in attesa del proprio treno o di avventure complesse e coinvolgenti, sul divano di casa.

Il videogioco contemporaneo: un autentico ecosistema culturale

Per comprendere meglio cos'è davvero il gaming oggi, possiamo definirlo come **un ecosistema estremamente differenziato** che non si riduce al singolo "titolo" o alla "sessione di gioco". È qualcosa di più ampio, che include le modalità stesse di fruizione, le comunità di riferimento, le piattaforme tecnologiche e persino i linguaggi che si creano attorno al videogiocare. In altre parole, non esiste più un solo modo di giocare, ma una costellazione di esperienze che rispondono a interessi, tempi e bisogni profondamente diversi. Questa trasformazione riflette, in modalità anche molto concreta e materiale, una vasta serie di cambiamenti sociali, tecnologici e culturali: i videogiochi non sono più "prodotti chiusi", ma da anni **spazi esperienziali**, nei quali le persone possono mettere in gioco – letteralmente – abilità cognitive, emozionali, sociali e persino introspettive. Ci sono giochi che richiedono riflessi pronti e cooperazione di squadra, altri che stimolano l'immaginazione creativa o l'empatia verso personaggi e storie complesse, altri ancora che diventano momenti di pausa quotidiana o occasioni di socializzazione leggera. Un elemento sembra accomunare oggi tutte queste possibili esperienze: **la centralità del videogiocatore e le sue dinamiche interattive, riflessive e percettive**, in senso lato **il suo protagonismo**, contrariamente allo stereotipo che vuole il videogiocatore uno spettatore inerte, passivo e "indottrinato" da ciò che si vede su uno schermo. Pensiamo ai titoli d'azione e agli sparatutto, eredi diretti dei pionieristici *Doom* e *Quake*, che negli anni '90 hanno definito l'immaginario del "gioco veloce, adrenalinico e competitivo". Oggi questo filone vive in fenomeni globali come *Call of Duty: Warzone* e *Valorant*, che non sono solo intrattenimento individuale ma vere e proprie discipline sportive, con tornei internazionali seguiti da milioni di spettatori e carriere professionali che si costruiscono intorno al gaming competitivo (eSports). Qui l'esperienza – e, di conseguenza, l'ambito di competenza chiamato in causa – è quella della rapidità decisionale, del coordinamento di squadra e della gestione dello stress: soft skills tutt'altro che banali e altamente replicabili anche nella realtà.

Un altro genere centrale è quello dei *MOBA* (Multiplayer Online Battle Arena), una categoria relativamente giovane, esplosa negli anni 2000 con la celebre mod *Defense of the Ancients* per *Warcraft III*. Oggi è dominata da titoli come *League of Legends* e dalla sua versione mobile *Wild Rift*, che ne riprende la formula, rendendola un po' più accessibile ma non per questo "semplice". Questi giochi si fondano su strategie complesse e cooperazione tra ruoli differenti: ogni giocatore è chiamato a prendere decisioni rapide e a comunicare efficacemente con la squadra. È un'esperienza che, al di là del divertimento, allena dinamiche collaborative e capacità di problem solving, ancora una volta linearmente applicabili anche alla vita reale e in contesti quotidiani, formativi, interattivi o di socializzazione.

Ci sono poi i *RPG* (Role-Playing Game), già trattati nel nostro glossario: forse il genere più "letterario" di tutti, diretta evoluzione dei giochi di ruolo da tavolo come *Dungeons & Dragons*. Nei giochi di ruolo, il giocatore si muove impersonando quasi sempre il protagonista, in linea di massima all'interno di mondi narrativi complessi. In ambito occidentale hanno dato vita a saghe ormai classiche come *The Witcher* (ispirata ai romanzi di Andrzej Sapkowski), *Mass Effect*, *Dragon Age*, *Claire Obscure* e *Baldur's Gate III*, premiato come gioco dell'anno 2023. In Giappone, l'approccio è spesso più estetico ed emotivo, come mostrano saghe longeve quali *Final Fantasy* e *Persona*, che mettono al centro sentimenti, relazioni e crescita personale. In questi giochi, le scelte del giocatore hanno un peso reale sullo sviluppo della storia, trasformando l'esperienza in un vero e proprio **laboratorio di etica, identità, empatia, senso civico**, impersonando e realizzando comportamenti prosociali.

Un'altra dimensione è quella degli *Open World* e dei *Sandbox*, mondi virtuali che privilegiano la libertà di esplorazione e la creatività. Dal poetico *The Legend of Zelda: Breath of the Wild* al provocatorio *Grand Theft Auto V*, fino all'ormai iconico *Minecraft* – oggi usato anche a scopo educativo con la *Education Edition* – questi giochi permettono di sperimentare senza vincoli rigidi, costruire, collaborare e utilizzare l'immaginazione come strumento di gioco e di apprendimento: letteralmente, si costruisce qualcosa da sé, anche di molto, molto complesso, come una città, un'intera nazione, un intero ecosistema.

Accanto a questi, è cresciuto il settore dei giochi narrativi interattivi, come *The Last of Us* o *Detroit: Become Human*, dove la meccanica è spesso secondaria rispetto al racconto, alle emozioni e ai dilemmi etici. E non va dimenticato l'universo dei casual e puzzle games – da *Candy Crush* a *Monument Valley* fino all'imprevisto fenomeno globale di *Among Us* durante la pandemia di covid19 – che mostrano come il gioco possa essere anche un frammento di tempo quotidiano, breve ma significativo, spesso legato alla socializzazione leggera con persone amiche o familiari.

Il risultato di tutto questo è che Il gaming oggi è uno spettro di mondi, stili e linguaggi: dal passatempo occasionale su smartphone all'avventura epica che richiede decine di ore di gioco, dalla competizione professionale alla scoperta personale e creativa. È uno spazio dove le persone possono mettere in gioco non solo abilità tecniche, ma anche capacità cognitive, emotive e relazionali, trasformando un hobby in un luogo di esplorazione culturale e, possibilmente, in una vera e propria palestra educativa di indirizzo non formale e informale.

 ***i videogiochi non sono solo strumenti di intrattenimento, ma ambienti di apprendimento che favoriscono l'acquisizione di competenze, la sperimentazione di identità e la risoluzione creativa di problemi» (Gee, 2003).*** 

Nuove tendenze (2024-2025)

Il panorama del gaming è in continua evoluzione, ponendo inoltre molto l'accento sulla diversità d'esperienza e fruizione, in dipendenza dal contesto, da chi gioca e dalle sue attitudini soggettive, così come dall'effettivo titolo giocato. Ma quali sono – se ce ne sono – le effettive tendenze comuni che, in un certo senso, fanno sì che sia legittimo parlare di gaming come di un fenomeno digitale ed esperienziale comunque abbastanza unitario?

Una tra quelle certamente più significative è la **connessione totale**: oggi si gioca su più dispositivi – PC, console, smartphone – senza perdere progressi, annullando così la vecchia separazione tra “tipi di gamer”. Questo significa che un amico con una *PlayStation* può condividere la stessa partita con un altro che gioca da PC o persino da cellulare, creando un ecosistema multiplatforma che abbatta le barriere non soltanto tecnologiche e sociali, ma anche spaziali e geografiche, andando molto al di là della propria stanza o propria postazione di gioco.

Poi, la validazione dell'esperienza di gioco in ambito sportivo. Gli eSports hanno assunto un ruolo centrale, non più relegati a una nicchia da “nerd”, divenendo eventi sportivi a tutti gli effetti, seguiti da milioni di spettatori in tutto il mondo. Le finali mondiali di *League of Legends*, ad esempio, hanno raggiunto picchi di audience superiori ad alcune partite di NBA, con squadre professionistiche, sponsor, allenatori e perfino preparatori atletici. Ma anche senza arrivare a tali picchi, oggi numerose università offrono borse di studio a videogiocatori competenti e con capacità competitive, al pari degli atleti di talento “vecchio stile”.

Parallelamente, è esploso il fenomeno dello streaming, un'altra tendenza di fatto comune che ha ridisegnato ormai il concetto stesso di gaming. Milioni di persone, ogni giorno, non si limitano più a giocare, ma **guardano altri giocare** su piattaforme come *Twitch* o *YouTube Gaming*. È nata così la figura dello streamer, a metà tra intrattenitore, atleta digitale e influencer, capace di costruire vere e proprie comunità online attorno alla propria personalità e al proprio stile di gioco. Videogiocare diventa quindi intrattenimento, spesso anche con ambizioni e capacità commerciali: un fenomeno che, oggettivamente, non trova un vero e proprio corrispettivo nelle più “antiche” forme di consumo o fruizione multimediale.

Un'altra tendenza importante è la crescita del mobile di fascia alta: giochi come *Honkai Star Rail* o *Wuthering Waves* dimostrano che il telefono non è più solo la piattaforma dei puzzle game da pochi minuti, ma anche quella di esperienze graficamente complesse e narrative, un tempo riservate ai PC o alle console di ultima generazione.

E poi, per concludere, si assiste a una crescente ibridazione dei generi: i giochi mescolano stili diversi – action con componenti RPG, survival con narrativa profonda, avventura con elementi di simulazione sociale – proprio perché il vasto pubblico è ormai sempre più abituato a investire tempo e risorse personali, ricercando esperienze sempre più complesse e personalizzabili, lontane dagli schemi rigidi ancora in vigore fino a circa 15 anni fa.

Perché questo riguarda le persone adulte e, soprattutto, le figure genitoriali?

Perché il gaming non è più un fenomeno marginale o “altrove” rispetto alla vita reale: è una forma culturale primaria, che produce storie, immaginari, linguaggi e perfino stili di relazione sociale. È un mercato del lavoro – con figure come sviluppatori, designer, streamer, organizzatori di eventi – e un luogo di socialità autentica, dove adolescenti e adulti condividono esperienze paragonabili a quelle di uno sport di squadra o di un club culturale. Perché il gaming rappresenta forse il più grande esempio di **digitale quotidiano** e di **competenza digitale trasversale**, così come dell'*onlife*. Continuare a negare questo significherebbe rinunciare a comprendere uno degli spazi dove le generazioni si incontrano (e talvolta si scontrano), uno spazio che può diventare anche un'opportunità educativa e relazionale, se guardato con attenzione e consapevolezza.

Competenze sviluppate dal gaming: cognizione, socialità, capacità relazionali ed emotive

Il videogioco, a lungo relegato all'idea di passatempo frivolo o addirittura percepito come minaccia per lo sviluppo di bambini e adolescenti, negli ultimi vent'anni è stato invece progressivamente riconosciuto come un contesto fertile, capace di stimolare processi cognitivi, emotivi e sociali di grande rilevanza. Non si tratta soltanto di "giocare", ma di immergersi in un universo complesso, fatto di regole implicite ed esplicite, di simboli, di sfide crescenti e di narrazioni che richiedono attenzione costante, capacità di problem solving, cooperazione e una continua gestione delle emozioni. In questo senso, il gaming, se vissuto con consapevolezza, può trasformarsi in un vero e proprio laboratorio informale di competenze trasversali.

Naturalmente, ciò che si sviluppa non dipende in maniera indifferenziata da "qualsiasi videogioco": molto è legato al titolo che scegliamo, al genere di appartenenza, al modo in cui lo viviamo da soli o insieme ad altri. A seconda della categoria di gioco, possiamo ipotizzare l'attivazione di specifiche aree di crescita: ci sono titoli che allenano soprattutto la logica e le capacità mnestiche, altri che sollecitano la sensibilità emotiva o la cooperazione sociale; alcuni incoraggiano l'inclusione e l'accettazione della diversità, altri ancora fungono da palestra di resilienza di fronte a compiti difficili e apparentemente insormontabili. È quindi possibile immaginare ogni genere videoludico come un piccolo "ambito esperienziale" distinto, orientativamente associato a una diversa tipologia di competenze, siano esse cognitive, relazionali o emotive.

In questo senso il gaming si configura spesso come un micro-laboratorio, non formale ma efficace, di potenziamento delle nostre risorse: dalla memoria all'attenzione, dalla regolazione affettiva alla capacità di collaborare con altre persone. Proviamo allora a guardare più da vicino queste "fantomatiche" competenze – di fatto molto concrete – che l'esperienza videoludica rende possibili.

Competenze cognitive, attentive e motivazionali

Le prime competenze di cui parliamo sono quelle che potremmo definire, in maniera quanto più semplice e accessibile, "mentali". Con il termine cognitivo indichiamo qui, pur semplificando un po', **l'insieme dei processi che ci permettono di conoscere e interpretare il mondo: memoria, attenzione, ragionamento, capacità di risolvere problemi**. Sono le funzioni che ogni persona utilizza quando impara qualcosa di nuovo, quando legge una mappa o quando tenta di ricordare una lista di cose da fare.

Accanto a queste, anche se più propriamente all'interno di queste, troviamo le **competenze attentive**: la capacità di **mantenere il focus** su ciò che è rilevante, di filtrare gli stimoli inutili e di spostare lo sguardo mentale da un compito all'altro, senza perderci (e senza distrarci). In contesti multi-stimolo come quelli quotidiani, l'attenzione è considerata la risorsa tanto più fragile quanto più adattiva (se non fossimo in grado di concentrarci solo su una cosa, finiremmo col venire sommersi dagli stimoli esterni).

Infine, vi è la **dimensione motivazionale**: la spinta a perseverare nonostante la frustrazione, la voglia di superare gli ostacoli, la soddisfazione che nasce dall'aver raggiunto un obiettivo difficile. Più in generale, la spinta, la motivazione a fare, a completare, a cimentarsi. Qui non parliamo più solo di "testa" ma anche, inevitabilmente, di emozione. La motivazione è però di base proprio ciò che ci spinge a riprovare dopo un fallimento (di qualsiasi natura, non soltanto videoludico!), ciò che trasforma un possibile ostacolo in un'occasione di crescita.

La **triade cognitivo-attentivo-motivazionale** rappresenta dunque una delle basi fondamentali non soltanto delle competenze che possono essere stimulate dal gaming, ma, in senso più ampio, della psicologia generale: una sorta di architettura di fondo che, nel concreto, rende possibile l'apprendimento e l'adattamento in ogni ambito della vita quotidiana. A questa triade va naturalmente affiancata anche la **dimensione emotiva**, che agisce in parallelo, intrecciandosi e modulando costantemente le altre. Proprio per la sua pervasiva centralità nei processi psicologici, ci soffermeremo meglio su di essa nei paragrafi successivi.

Se volgiamo lo sguardo al mondo videoludico, un vero punto di svolta nel modo di intendere queste dimensioni si ebbe all'inizio del nuovo millennio. Quando James Paul Gee pubblicò *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy* (2003)^[3], molti lessero le sue parole come una provocazione: sostenere che un videogioco potesse custodire principi di apprendimento significava ribaltare un paradigma culturale che vedeva ancora i giochi digitali come passatempi effimeri o addirittura pericolosi. Eppure la sua analisi mostrava con chiarezza come i giochi digitali siano costruiti per **costringere chi gioca a imparare**: avanzare in un livello significa muoversi in un ambiente nuovo, affrontare compiti sfidanti e fissare obiettivi a lungo termine. "Il sapere – scrive Gee – non si trasmette in forma astratta, ma si costruisce dentro l'esperienza, nel fare, nello sbagliare e nel riprovare"^[4]. Una prospettiva che anticipava la nozione oggi ampiamente accettata di **apprendimento situato**, e che restituiva al videogioco la dignità di un **laboratorio informale** di strategie, logica e perseveranza. Le neuroscienze, negli anni successivi, hanno confermato questa intuizione. Studi condotti su pazienti con schizofrenia hanno dimostrato che otto settimane di allenamento con videogiocchi tridimensionali producono un aumento della connettività tra ippocampo e corteccia prefrontale, con effetti positivi sull'attenzione sostenuta e sul benessere psicologico complessivo^[5]. Che un effetto del genere emerga in un contesto clinico così delicato suggerisce quanto più forte possa essere in età evolutiva, là dove la plasticità cognitiva è al suo apice.

Altri lavori hanno evidenziato miglioramenti specifici: i giochi d'azione, per esempio, potenziano l'attenzione visuo-spaziale e la rapidità nel selezionare stimoli rilevanti^[6]; titoli strategici o di simulazione rafforzano la capacità di pianificare e di gestire compiti multipli, come dimostrato da studi che hanno osservato un incremento del multitasking dopo dieci settimane di pratica^[7]; perfino giochi apparentemente semplici come *Tetris* o *Pac-Man* si rivelano contesti utili per esercitare il ragionamento spaziale o la valutazione del rischio, soprattutto se inseriti in programmi educativi come *XBadges*, che mirano a sviluppare soft skills trasferibili nella vita quotidiana^[8]. In questa costellazione di risultati si delinea un quadro coerente: il gioco digitale non solo intrattiene, ma attiva in profondità le reti cognitive, mettendo in dialogo attenzione, memoria e motivazione. Ogni errore diventa un'occasione per riprovare, ogni sfida un invito a superarsi, e proprio da questa dinamica nasce una forma di resilienza che si traduce in competenze concrete, dentro e fuori lo schermo.

3. James Paul Gee (1948-2022) è stato un linguista e pedagogista statunitense, professore di Literacy Studies e linguistica applicata, prima all'Università del Wisconsin e poi all'Arizona State University. È ricordato per i suoi contributi negli studi sulla literacy e sulle pratiche discorsive, ma soprattutto per aver portato il videogioco nel dibattito educativo internazionale.

4. Gee, J. P. (2003). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. Palgrave Macmillan.

5. Becker, M. et al. (2024). Videogame training increases clinical well-being, attention and hippocampal-prefrontal connectivity in schizophrenia.

6. Green, C. S., & Bavelier, D. (2012). Learning, attentional control, and action video games.

7. Chiappe, D. et al. (2013). Improving multitasking through action videogames.

8. Terlecki, M. S., & Newcombe, N. S. (2005). How important is the digital divide? Tetris and spatial skills.

Competenze sociali e cooperative

Se nella sezione precedente abbiamo visto come il videogioco possa incidere sul funzionamento cognitivo della singola persona — adolescente o adulta che sia — qui spostiamo lo sguardo su un'altra dimensione, altrettanto rilevante: quella dello stare insieme, virtualmente o meno che sia. Perché, diciamolo chiaramente, oggi, nell'interconnessione globale e col fatto che quasi la totalità di giochi e console sono intrinsecamente online, chi è che gioca davvero da solo? Certo, esistono ancora titoli single player, ma la grande maggioranza delle esperienze ludiche contemporanee è per lo più **sociale**. Che si tratti di una partita a *League of Legends*, per sua stessa fisionomia cooperativa e oppositiva (cinque contro cinque), di una sessione cooperativa in *Fortnite*, o anche solo dello scambiarsi fiori e frutti in *Animal Crossing*, gioco individuale e di svago leggero per eccellenza, il videogame contemporaneo mette in scena relazioni, scambi, negoziazioni. In altre parole, diventa un terreno dove si imparano — o si allenano, si irrobustiscono — competenze sociali. Cosa intendiamo con “competenze sociali e cooperative”? Sono le abilità che ci permettono di entrare in relazione con l'altro, di comunicare, di collaborare, di coordinare i nostri comportamenti con quelli di chi gioca con noi o contro di noi. Non si riducono a un “saper parlare” (come vedremo, questa è una competenza a sé): l'ambito sociale e cooperativo riguarda soprattutto la capacità di interpretare i segnali sociali, di riconoscere i ruoli, di negoziare regole implicite e, nei contesti cooperativi, di sviluppare fiducia reciproca. Per sintetizzare ulteriormente, è quel complesso di micro-abilità che nella vita quotidiana ci permette di lavorare in gruppo, di risolvere conflitti, di costruire reti di amicizia e appartenenza, un senso di gruppo orientato allo scopo.

Le ricerche confermano ciò che l'esperienza quotidiana suggerisce. Granic, Lobel ed Engels (2014), in una revisione ormai classica, mostrano che i giochi cooperativi stimolano **comportamenti prosociali**, aumentando la disponibilità ad aiutare e a collaborare **anche fuori dal contesto videoludico**^[9]. In altre parole, non si resta confinati dentro lo schermo: ciò che si impara nel gioco si trasferisce, almeno in parte, nella vita reale. D'altra parte, è di grande importanza sottolineare anche l'esito opposto: nei giochi eccessivamente competitivi, si può assistere all'effetto contrario, e cioè all'inibizione dello stimolo cooperativo e all'emersione di dinamiche di esclusione, in maniera molto simile a quanto può accadere, per esempio, nello sport tradizionale, se tale da incorporare elementi di stress oggettivo o di ansia prestazionale, oppure in lavori o progetti in aula e di gruppo (Lobel et al., 2017)^[10].

Un'altra frontiera interessante, come vedremo più in là, riguarda il **co-play familiare**: e cioè quando figure genitoriali e figli giocano insieme, trasformando lo spazio videoludico in autentica occasione di scambio intergenerazionale. Sheffield e Lin (2013) hanno mostrato come questa pratica rafforzi la relazione familiare, soprattutto nei padri. Tuttavia, dato che questo tema rappresenta uno degli obiettivi principali del nostro progetto, lo esploreremo più a fondo in un capitolo specifico^[11]. Qui ci basta notare che il gioco condiviso può funzionare come linguaggio comune, uno spazio neutro dove adulti e adolescenti si incontrano in condizioni di parità, sempre all'interno dell'importante framework delle competenze e attitudini cooperative e prosociali.

9. Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69(1), 66–78.

10. Lobel, A., Engels, R. C. M. E., Stone, L. L., Burk, W. J., & Granic, I. (2017). Video gaming and children's psychosocial wellbeing: A longitudinal study.

11. Sheffield, A., & Lin, L. (2013). Strengthening parent-child relationships through co-playing video games. CELDA Conference Proceedings.

Vi sono poi videogiochi che incorporano in modo esplicito e strutturale la dimensione cooperativa. Gli *MMORPG*, per esempio, richiedono un livello di coordinamento che va ben oltre la singola abilità individuale: affrontare un raid mitico in *World of Warcraft* significa distribuire ruoli, organizzare strategie complesse, sincronizzare tempi e azioni in un contesto dove il contributo di ciascuno diventa indispensabile per il successo collettivo. Simili dinamiche si ritrovano nei contenuti “Ultimate” di *Final Fantasy XIV*, in cui la precisione e la cooperazione sono tali da rendere quasi inevitabile il supporto di strumenti vocali esterni.

Ed è proprio qui che emerge un fenomeno interessante: la cooperazione videoludica si appoggia a piattaforme parallele — come *Discord*^[12] o *TeamSpeak* — che diventano estensioni necessarie dell'esperienza di gioco. In questi spazi si consolidano relazioni, si sviluppano routine comunicative e si costruiscono vere e proprie comunità digitali, capaci di mantenere coesione e continuità anche al di là della singola sessione di gioco. In questo senso, il videogioco non è soltanto scenario di interazione, ma **catalizzatore di ambienti sociali più ampi**, in cui legami, appartenenze e identità trovano nuove forme di espressione.

Competenze emotive, relazionali ed empatiche

Ogni nostra esperienza del mondo è attraversata dall'emozione. Non si tratta di un'aggiunta decorativa al pensiero, ma della sua sostanza più profonda. Antonio Damasio^[13], in libri ormai diventati fondamentali, ha mostrato come la mente non funzioni come un calcolatore neutro: ciò che chiamiamo “ragione” non è che il prodotto raffinato di processi emotivi che ci guidano da sempre. Le emozioni segnalano cosa ha valore, orientano le scelte, ci permettono di distinguere ciò che conta da ciò che può essere trascurato. Non siamo esseri razionali che di tanto in tanto provano emozioni: siamo esseri emotivi che hanno imparato a raccontare e a razionalizzare ciò che sentono. Pensare all'emozione come a un lampo di rabbia o a un momento di gioia è quindi, per usare un eufemismo, un po' riduttivo. Emozione significa attivazione corporea e psicofisiologica, predisposizione all'azione, modulazione del nostro rapporto con l'ambiente e con l'altro. È la paura che accelera il battito e ci mette in allerta, la soddisfazione che ci conferma la bontà di una scelta, la frustrazione che ci spinge a ricalibrare. Senza emozioni non esisterebbe apprendimento, non esisterebbe memoria, non esisterebbe alcuna, ulteriore, dimensione psicologica o comportamentale. Nei fatti, non esisterebbe neppure identità, il senso di sé e dell'altro. Se questo è vero in generale, diventa piuttosto chiaro perché il videogioco coinvolga in modo così potente e, al contempo, perché la dimensione emotiva sia tanto importante in qualsiasi risorsa incentrata sulla Videogame Education, o ancora sulla Mediazione Digitale e Videoludica, come nel caso di **Gaming and Parents**. Si gioca non per dovere e certamente non con l'obiettivo di apprendere, in maniera informale, qualcosa. Tutti noi giochiamo perché qualcosa ci attira, ci appassiona, ci promette piacere o, più propriamente, un **innesco emozionale**. L'attivazione emotiva è sempre, in un modo o nell'altro, il vero punto di partenza: la curiosità di esplorare un mondo nuovo, l'attesa di una sfida, l'entusiasmo di una vittoria, perfino il brivido e la frustrazione conseguente a una sconfitta. Senza questo nucleo emotivo il gioco digitale sarebbe un insieme di regole astratte, privo di senso. È invece l'emozione che trasforma il livello da superare o il boss da battere in un'esperienza viva, che ci lascia coinvolti al punto da voler ricominciare.

12. Discord è una piattaforma digitale lanciata nel 2015, inizialmente pensata per facilitare la comunicazione vocale e testuale tra videogiocatori. Il suo successo fu immediato proprio perché colmava un vuoto: offriva uno strumento agile, gratuito e stabile per coordinarsi in giochi cooperativi di massa come *Final Fantasy XI*, uscito nei primi anni Duemila, che già allora richiedeva una costante comunicazione tra molti partecipanti. Da allora Discord ha progressivamente ampliato le proprie funzioni, fino a diventare uno dei principali ambienti di socialità digitale: oggi viene utilizzato non solo per il gaming, ma anche in contesti educativi, lavorativi e aziendali, come piattaforma di collaborazione e di gestione di comunità online.

13. Antonio Damasio (n. 1944) è un neurologo e neuroscienziato portoghese, tra i più influenti studiosi contemporanei nello studio del rapporto fra cervello, mente ed emozioni. Professore alla University of Southern California, ha contribuito a scardinare l'idea cartesiana di una mente puramente razionale, mostrando — attraverso studi clinici su pazienti con lesioni cerebrali e con il supporto delle neuroscienze moderne — come le emozioni siano la base stessa dei processi decisionali e cognitivi di ciascun essere umano. Tra le sue opere più note si ricordano *L'errore di Cartesio* (1994) e *Emozione e coscienza* (1999), in cui è stato efficacemente sostenuto il fatto che tutte le persone sono “organismi emotivi che imparano a pensare”, e non macchine razionali che talvolta provano emozioni, decostruendo in maniera definitiva l'idea, tanto longeva quanto occidentale, dell'essere umano come soggetto intrinsecamente razionale e *pensante*.

Questa costante immersione emotiva non si limita al piacere immediato: diventa anche laboratorio di regolazione. Perdere non è mai indifferente, anche se in un gioco non comporta mai conseguenze reali, al netto di casi altamente specifici e intrinsecamente agonistici (come vedremo di seguito nel caso degli eSports per professionisti). La sconfitta è cioè un fallimento che si può e si deve affrontare, rielaborare e infine superare. Così la frustrazione diventa resilienza, la paura si converte in concentrazione, l'entusiasmo si traduce in motivazione a perseverare. Ogni partita, ogni sessione di gioco, è, nei fatti, un piccolo setting di regolazione ed educazione emotiva, dove si impara a tollerare, trasformare, modulare ciò che si prova.

E quando il gioco si svolge con altri, questa dinamica si amplifica. Coordinarsi in una squadra, reggere insieme la tensione di una sfida, condividere gioie e sconfitte significa allenarsi all'empatia, e cioè sintonizzarsi con la complessità emotiva dell'altro, percepire stati d'animo, sostenere chi vacilla o potrebbe trovarsi in difficoltà, in un determinato punto della mappa. In questo senso, il videogioco non si limita a "insegnare competenze emotive", ma mette in scena, in forma ludica e coinvolgente, il **tessuto stesso delle nostre relazioni**, che auspicabilmente non sono riducibili a semplici meccanismi di scambio o a un calcolo di causa ed effetto. Non viviamo la relazione come in una teoria dell'equivalente — io interagisco con te solo perché ottengo qualcosa in cambio — ma, più spesso, come un intreccio complesso, fatto di reciprocità asimmetriche, di gesti gratuiti, di empatia che eccede il puro tornaconto. È proprio in questa dimensione più ricca e sfumata che i videogame, nel loro piccolo, ci allenano, aiutandoci a riconoscere la complessità dei legami e a muoverci al loro interno.

Esempi di videogiochi con potenziale educativo (best practices)

Abbiamo parlato finora di competenze, di come il gioco digitale possa stimolare e potenziare la sfera delle capacità e delle attitudini cognitive, favorire lo sviluppo sociale e, soprattutto, allenare l'emotività, che resta in un certo senso il fulcro nevralgico di tutte le dimensioni psicologiche. Tutto estremamente roseo, verrebbe da dire: giocare sarebbe di per sé una splendida scoperta, utile e avvincente. Eppure, come sempre accade nella vita concreta, le cose non si lasciano ridurre a formule semplici. Al pari di qualsiasi altra pratica culturale — per rimanere nel campo dell'audiovisivo e del creativo, pensiamo alla musica o alla cinematografia — non esiste "il videogioco" in astratto, ma esistono titoli specifici, esperienze particolari, contesti differenti, non assimilabili l'uno all'altro. Ciò che realmente conta, alla fine, è a cosa giochiamo, cosa portiamo nelle nostre case, su cosa decidiamo di investire il nostro tempo e la nostra attenzione. E, soprattutto, nel caso dei videogiochi commerciali, pur dentro una sempre più pervasiva politica *free to play*, cosa scegliamo di acquistare. In questo senso il discorso teorico si fa concreto, perché un titolo può rivelarsi puro intrattenimento svuotato di altro, mentre un altro può trasformarsi in occasione di apprendimento, di esplorazione culturale e di crescita condivisa. Un determinato gioco può rivelarsi estremamente calzante e stimolante in termini di co-playing familiare, un altro può risultare inadatto, per contenuti o per la sua stessa struttura.

L'obiettivo di questo paragrafo è esplorare più dettagliatamente questa possibilità: **individuare i casi concreti in cui il videogioco non solo diverte, ma educa, nel senso più ampio del termine**. Alcune produzioni recenti hanno mostrato come un titolo, se progettato con cura, possa diventare veicolo di conoscenze e abilità, fino a trovare spazio persino nelle scuole o nei contesti formativi più istituzionali. Vale dunque la pena soffermarsi su queste esperienze, perché rappresentano delle vere e proprie best practices, esempi virtuosi che mostrano in modo tangibile come il medium videoludico possa intrecciare piacere e apprendimento senza sacrificare né l'uno né l'altro. È bene ribadirlo: quando parliamo di *best practices* non ci riferiamo ai cosiddetti *serious games*, cioè a prodotti sviluppati esplicitamente per finalità aziendali, addestrative o educative in senso stretto, spesso con risultati poco stimolanti e un'esperienza ludica scarna. Restiamo invece nel dominio del videogioco propriamente detto, nato come intrattenimento, che però, grazie al design, alla cura e all'intelligenza dei suoi sviluppatori, riesce a trascendere la mera dimensione di svago e a trasformarsi, quasi naturalmente, in strumento di apprendimento e di crescita.

Discovery Tours di Assassin's Creed

Un esempio particolarmente interessante di incontro tra intrattenimento e didattica viene dalla serie *Assassin's Creed*^[14]. Accanto alle celebri avventure commerciali, Ubisoft ha sviluppato una modalità parallela chiamata *Discovery Tour*, realizzata in collaborazione con l'Università McGill e con il contributo di storici, archeologi e pedagogisti. In questa versione, il gioco rinuncia a missioni, combattimenti e sfide competitive, per trasformarsi in una sorta di museo interattivo: gli utenti possono esplorare liberamente ambienti storici ricostruiti con cura maniacale — l'Antico Egitto, la Grecia classica, l'età vichinga — venendo accompagnati da spiegazioni, percorsi guidati e materiali di approfondimento.

La forza di questo strumento sta proprio nella sua replicabilità educativa. Diverse scuole, in vari Paesi, hanno già utilizzato i *Discovery Tours* come supporto alla didattica: i docenti possono proiettare un tour in classe, oppure lasciare che siano gli studenti a muoversi nel mondo virtuale, esplorando monumenti, città, costumi e pratiche del passato. Si tratta di un modo per “insegnare storia” che non sostituisce il manuale, ma lo affianca, stimolando l'attenzione attraverso l'immersione e il coinvolgimento.

Dal punto di vista dell'educazione degli adulti, i *Discovery Tours* rappresentano un'opportunità molto interessante: possono essere usati in corsi di formazione permanente, in attività culturali organizzate da associazioni o biblioteche, in contesti dove l'accesso a strumenti tradizionali di apprendimento risulta meno efficace. Chiunque, indipendentemente dall'età o dal livello di scolarizzazione, può infatti “mettersi a passeggiare” per Alessandria d'Egitto o Atene, toccando con mano (virtuale) ciò che i libri descrivono a parole.

È questo il cuore della *best practice*: prendere un titolo commerciale di successo e declinarne il potenziale educativo senza snaturarne la forza attrattiva. Non un prodotto pensato dall'inizio come “gioco educativo” — e quindi spesso poco stimolante — ma un videogioco vero, nato per divertire, che grazie a una scelta di design intelligente è davvero diventato un veicolo di conoscenza.



Screenshot tratto da Assassin's Creed Discovery Tour. © Ubisoft Entertainment. Tutti i diritti riservati.

14. *Assassin's Creed* è una delle serie videoludiche più celebri e longeve sviluppate da Ubisoft, avviata nel 2007 e tuttora in corso con numerosi capitoli. La caratteristica distintiva del franchise è la ricostruzione minuziosa di epoche storiche — dall'Italia rinascimentale all'Antico Egitto, dalla Grecia classica all'età vichinga — all'interno delle quali il giocatore si muove impersonando figure legate a una setta segreta di “Assassini” in lotta contro i “Templari”. Accanto alla trama avventurosa, che resta pur sempre fiction, la saga si è imposta come un caso emblematico di contaminazione tra intrattenimento e cultura, grazie all'attenzione alla ricerca storica, al design architettonico e alla possibilità di esplorare ambienti del passato in forma interattiva. Va detto che i giochi della serie sono, nella loro versione originale, titoli piuttosto complessi: mondi aperti vasti, sistemi di combattimento articolati, interfacce dense. Non prodotti immediatamente accessibili a chi non abbia dimestichezza con il medium videoludico. È per questo che l'iniziativa *Discovery Tour* rappresenta una novità significativa: mantenere la ricchezza visiva e storica, ma senza barriere “tecniche”, rendendo l'esperienza fruibile anche da parte di chi non è videogiocatore abituale.

Project Oikos

Il secondo esempio è *Project Oikos*, di nuovo della Ubisoft, già menzionata e di per sé una delle case videoludiche più grandi e longeve a livello internazionale. Già questo, in effetti, è un dato interessante: e cioè che due esperienze educative di qualità arrivino dalla stessa casa produttrice, evidenziando quindi che non si tratta di iniziative marginali o sperimentazioni di nicchia, ma di una precisa scelta di investimento da parte di un vero e proprio colosso commerciale.

Oikos nasce esplicitamente da questa visione. È un videogioco cooperativo che mette i giocatori di fronte a un compito tanto semplice da descrivere quanto complesso da portare avanti: prendersi cura di un ecosistema. Ogni partecipante controlla un elemento diverso — acqua, fauna, flora, energia — e ogni azione, per quanto piccola, incide sull'equilibrio complessivo. Se qualcuno eccede nello sfruttamento delle risorse, l'intero sistema rischia di collassare. La partita diventa quindi un delicato esercizio di bilanciamento, in cui la sopravvivenza del mondo virtuale dipende dalla capacità di comunicare, di coordinarsi e di accettare compromessi.

L'aspetto educativo non è nascosto: è parte integrante della struttura stessa. Non si può vincere da soli, non si può primeggiare sulle altre persone, non c'è una vera e propria classifica individuale da scalare. L'unica via è la cooperazione, il riconoscimento reciproco, la costruzione di una strategia comune. È una metafora immediata e intuitiva delle grandi questioni ambientali, ma allo stesso tempo un laboratorio concreto per allenare competenze trasversali: collaborazione, responsabilità condivisa, sensibilità ai limiti delle risorse, capacità di pensare in prospettiva.

Nel nostro caso, questo tipo di esperienza risulta particolarmente stimolante perché si presta ad essere replicata in contesti molto diversi: un gruppo di adulti in formazione, un laboratorio intergenerazionale, una classe o un'associazione. Bastano un dispositivo e poche persone per generare non solo un momento di svago, ma anche una riflessione collettiva che nasce spontanea dalla dinamica di gioco: cosa abbiamo fatto bene, cosa abbiamo trascurato, come potremmo comportarci diversamente? È proprio in questo passaggio — dal gioco alla parola, dall'azione condivisa al ragionamento comune — che *Oikos* mostra la sua forza come *best practice*.



Screenshot tratto da Project Oikos. © Ubisoft Entertainment. Tutti i diritti riservati.

Se si affrontano le *best practices* in Videogame Education, *Minecraft* è, nei fatti, una tappa obbligata, essendo probabilmente il titolo che, più di ogni altro, ha incarnato l'idea che un videogioco possa diventare un fenomeno culturale a tutto tondo. Uscito nel 2011, a partire da un progetto indipendente dello sviluppatore svedese Markus Persson, è oggi uno dei videogiochi più diffusi e riconoscibili del pianeta, con centinaia di milioni di copie vendute, un immaginario che ha invaso magliette, gadget, serie animate e persino un film in arrivo. A prima vista, con la sua grafica “cubettosa” e spartana, un po' *arcade*, può sembrare un gioco infantile o limitato. In realtà, dietro quell'estetica minimalista si nasconde un universo praticamente infinito, costruito sul concetto di *Sandbox*, che abbiamo già esplorato nel nostro glossario: e cioè uno spazio aperto e malleabile, senza obiettivi imposti dall'alto, dove i giocatori possono esplorare, costruire, inventare regole e scenari, in autonomia e dando fondo alla propria capacità, e volontà, inventiva e creativa. Per capire di che si tratta basta osservare cosa accade quando un bambino (perché sì, *Minecraft* è adatto fin dai 9-10 anni proprio in virtù della totale assenza di violenza realistica, temi “caldi” o comunque non adatti a quella precisa fase di sviluppo) apre per la prima volta il gioco: si ritrova in un mondo fatto di blocchi, senza istruzioni né trame predefinite. Può scavare, raccogliere legna, alzare un rifugio, esplorare grotte, coltivare campi. Ogni azione, per quanto elementare, diventa un piccolo atto creativo che alimenta curiosità e motivazione. C'è chi si limita a sopravvivere qualche notte, chi costruisce case e villaggi, chi arriva a progettare città intere o persino computer funzionanti dentro il gioco stesso. Non è raro che in rete si trovino storie dal forte impatto emotivo: ragazzi che hanno ricostruito la propria scuola per restare “insieme” durante la pandemia, comunità che hanno riprodotto fedelmente monumenti, figure genitoriali e figli che hanno lavorato fianco a fianco per progettare una casa ideale. È qui che il fenomeno *Minecraft* mostra la sua forza: non offre un copione, ma un linguaggio di mattoni digitali con cui ciascunə può esprimere immaginazione, appartenenza, memoria. Questo spiega perché *Minecraft* sia diventato anche uno strumento educativo di portata globale. La sua versione dedicata, *Minecraft: Education Edition*, è oggi adottata in migliaia di scuole: permette di ricostruire cellule e ecosistemi, di affrontare temi scientifici o storici, di simulare la gestione di una città o di un progetto comune. Ma anche la versione “standard”, quella pensata per l'intrattenimento, conserva intatto lo stesso potenziale: che sia in una classe, in un doposcuola o in un laboratorio per adulti, l'esperienza di costruire insieme un mondo costringe a negoziare ruoli, distribuire compiti, gestire risorse e coordinare azioni. In questo senso, non serve distinguere troppo fra l'edizione “educativa” e quella commerciale: entrambe, per la loro struttura, stimolano creatività, collaborazione e problem solving. Nel nostro caso, *Minecraft* è forse la *best practice* più immediata e replicabile. Non richiede abilità tecniche particolari, parla a tutte le età, e può essere adattato a obiettivi diversi senza perdere il fascino del gioco. È un titolo che conferma in modo lampante come la linea di confine tra “divertimento” e “apprendimento” non sia mai netta: un bambino che costruisce un rifugio per sopravvivere alla prima notte di gioco, un gruppo di adulti che disegna insieme una città virtuale, una scuola che ricostruisce un monumento storico: in tutti questi casi, ciò che rimane non è solo l'opera creata, ma l'esperienza vissuta: l'allenamento all'immaginazione, alla collaborazione e alla resilienza.



Screenshot tratto da Minecraft. © Mojang AB / Microsoft. Tutti i diritti riservati.

Triangle Strategy

Non tutti i videogiochi sono immediati e intuitivi: alcuni chiedono tempo, pazienza e la capacità di ragionare a lungo termine. *Triangle Strategy*, uscito nel 2022 sotto l'egida di Square Enix, appartiene a questa categoria. È un “tattico”, cioè un gioco di ruolo strategico a turni, in cui le battaglie non si risolvono con la velocità dei riflessi ma con la lucidità delle decisioni. La mappa di gioco è divisa in griglie, i personaggi hanno abilità diverse, e ogni scelta — dove muovere un'unità, quale attacco usare, ma anche come posizionarsi rispetto al terreno e come interagire, attivamente, con esso — può determinare l'esito di uno scontro. Non è un genere immediato, né indulgente: richiede attenzione, pianificazione, capacità di immaginare diversi scenari possibili. In altre parole, il tattico è un allenamento alla strategia, non all'improvvisazione. D'altra parte, si tratta di un titolo particolarmente adatto alla fascia adolescenziale, che proprio in questa fase della crescita si trova a sviluppare competenze etiche e civiche sempre meno rigide, sempre meno dicotomiche. È il momento in cui si comincia a intuire che la giustizia non coincide con l'obbedienza a un'autorità esterna, né con la semplice regola della maggioranza, ma prende forma nell'incontro tra valori diversi, nel confronto con l'altre, nella capacità di assumersi la responsabilità di decisioni mai del tutto indolori. In questo senso *Triangle Strategy* diventa non solo un esercizio di tattica bellica, ma una piccola palestra morale che accompagna il passaggio dall'infanzia all'età adulta.

Questo perché, al di là della dimensione tattica, la trama — la vera protagonista — di *Triangle Strategy* ruota attorno ai dilemmi morali e politici del protagonista, Serenoa Wolffort, che si trova continuamente a dover prendere decisioni difficili in un mondo diviso da conflitti e interessi contrapposti. Qui entra in gioco una delle trovate più originali del titolo: le *Scales of Conviction*. Ogni volta che la storia richiede una scelta cruciale, Serenoa non decide da solo, ma convoca i suoi alleati per votare. Il compito del giocatore non è solo “scegliere una via”, ma cercare di convincere i membri del gruppo, discutendo con loro e usando argomenti diversi a seconda del carattere e delle motivazioni di ciascun personaggio. Non si tratta quindi di pigiare un tasto per dire “giustizia” o “utilità”: la decisione emerge da un processo collettivo, in cui chi gioca sperimenta direttamente le dinamiche del consenso, della persuasione e del compromesso. Le conseguenze di queste scelte sono profonde: non solo cambiano il finale, ma modificano il corso stesso della storia, gli alleati che rimangono fedeli o abbandonano il gruppo, le sfide che ci si trova ad affrontare. Ed è qui che il gioco diventa un laboratorio civico: mostra come il principio di maggioranza, da solo, non basti a garantire giustizia o stabilità, e come le decisioni politiche siano sempre frutto di equilibri fragili tra valori, interessi e rapporti di forza.



Screenshot tratto da Triangle Strategy. © SQUARE ENIX CO., LTD. Tutti i diritti riservati.

Questo intreccio di riflessione etica e coinvolgimento emotivo è amplificato dalla cifra stilistica tipica di Square Enix: cura narrativa, personaggi complessi, storie di marginalità, alterità e inclusione, ma anche (se non soprattutto) una colonna sonora che accompagna con potenza ogni scelta e ogni battaglia. In *Triangle Strategy* la musica non è solo sfondo, ma parte integrante dell'esperienza, capace di amplificare tensione e pathos, di rendere memorabile una vittoria o dolorosa una sconfitta. La ricerca^[15] ha ormai mostrato come le colonne sonore dei videogiochi non siano semplici orpelli, ma strumenti in grado di stimolare concentrazione, memoria, regolazione emotiva¹. In questo senso, anche la dimensione musicale contribuisce alla valenza formativa del gioco, allenando sensibilità estetica e capacità di modulare l'attivazione emotiva in situazioni complesse.

Triangle Strategy rappresenta quindi un esempio peculiare di *best practice*: non è pensato per la scuola, non è adatto a tuttə, ma mostra in modo lampante come un videogioco possa diventare esperienza di crescita. Attraverso la pianificazione tattica, l'esercizio della responsabilità etica, la riflessione sul processo decisionale e la forza evocativa della musica, il titolo offre un allenamento trasversale che intreccia testa, cuore e sensibilità civica. Non è un caso che, nel percorso di questo nostro manuale, torneremo a parlare di Square Enix: una casa che da decenni dimostra come il videogioco possa essere insieme intrattenimento, racconto, esperienza estetica e occasione di crescita e riflessione sul piano etico, civico, morale e valoriale.



Screenshot tratto da Triangle Strategy. © SQUARE ENIX CO., LTD. Tutti i diritti riservati.

15. Siu-Lan Tan, Annabel J. Cohen, Scott D. Lipscomb, & Roger A. Kendall (eds.) (2013). *The Psychology of Music in Multimedia*. Oxford University Press.

Keep Talking and Nobody Explodes

Chiudiamo questa sezione sulle *best practices*, a cavallo tra obiettivi specificamente educativi e intrinseca, seppur meno evidente, densità formativa con un titolo che a prima vista può sembrare quasi una provocazione, tanto è semplice nel concept e lontano dai grandi *blockbuster*: *Keep Talking and Nobody Explodes*, sviluppato ed edito nel 2015 da Steel Crate Games, un piccolo studio indipendente canadese. L'aspetto più interessante, nel più ampio framework di **Gaming and Parents**, è che dietro la sua veste minimal, si nasconde – e nemmeno più di tanto – forse una delle esperienze più significative in termini di competenze trasversali, perché mette al centro ciò che davvero serve nella vita quotidiana: la capacità di comunicare con chiarezza, di ascoltare con attenzione e di collaborare sotto pressione, in un clima autenticamente gruppale.

La dinamica è tanto assurda quanto efficace. Una persona, davanti allo schermo, si ritrova con una bomba innescata da disinnescare. Davanti a sé ha una serie di moduli con cavi, pulsanti, simboli, timer. Tuttavia, non ha le istruzioni: queste sono in mano agli altri partecipanti, che non vedono la bomba ma possiedono un manuale pieno di regole, schemi e procedure. L'unico modo per riuscire è parlare: chi vede la bomba deve descriverla con precisione, chi ha il manuale deve interpretare e restituire istruzioni operative. Il tempo scorre, l'ansia sale, e il gruppo deve trovare un linguaggio comune per non fallire. Giocarla significa, in concreto, allenare abilità che nessun manuale riesce a trasmettere così bene: imparare a non interrompere, a farsi capire senza giri di parole, a mantenere la calma mentre il timer corre. Il fallimento non è mai colpa di uno solo: o si riesce insieme, o si perde insieme. Questa logica cooperativa radicale, priva di competizione interna, rende il gioco un laboratorio naturale di teamwork e problem solving. Un aspetto fondamentale, e che lo distingue da altri titoli visti finora, è anche la sua accessibilità economica. A differenza di giochi come *Minecraft* (che richiedono licenze singole), qui basta una copia del software – venduta a prezzo contenuto, spesso sotto i 15 euro – e tutto il resto del gruppo può partecipare gratuitamente. Il manuale, infatti, è scaricabile liberamente online in PDF e stampabile senza alcun vincolo. Questo significa che anche contesti con risorse limitate, come biblioteche, associazioni o centri di educazione degli adulti, possono adottare facilmente l'attività senza grandi investimenti. In altre parole, non è solo una buona pratica dal punto di vista metodologico, ma anche una soluzione realistica, replicabile e autenticamente inclusiva.

Molte esperienze di formazione hanno già adottato *Keep Talking and Nobody Explodes* per allenare la comunicazione nei team di lavoro, nei gruppi scout, nelle classi universitarie. Ed è evidente il perché: una volta finita la partita, la riflessione è immediata. Dove ci si è incagliati? Chi ha saputo spiegarsi bene? In che momento abbiamo perso la calma? È proprio in questo passaggio – dal gioco al confronto, dall'azione al discorso – che il titolo mostra la sua vera forza educativa.

Keep Talking and Nobody Explodes è, probabilmente, la dimostrazione lampante che un videogioco commerciale, senza alcuna pretesa “serious”, può diventare strumento formativo a tutti gli effetti, spesso di più e in modo più marcato rispetto ai titoli e alle produzioni che pongono l'obiettivo educativo – quale esso sia – fin da subito e direttamente al centro. In più, un titolo del genere dimostra che l'efficacia, le potenzialità e la gradevolezza non hanno necessariamente bisogno di una grafica spettacolare o di grandi investimenti, ma solo di una dinamica intelligente che mette al centro la comunicazione umana.



Screenshot tratto da *Keep Talking and Nobody Explodes*. © Steel Crate Games. Tutti i diritti riservati.

Esercizi pratici: “Mappa delle competenze da un gioco preferito di mio/a figlio/a”

Chiudiamo il capitolo con un momento pratico, che ogni figura genitoriale può provare a casa senza bisogno di strumenti particolari. Dopo aver ragionato a lungo su quali competenze i videogiochi possono stimolare, è il momento di iniziare, gradualmente, a tradurre queste idee in un’esperienza concreta: costruire insieme a vostro/a figlio/a una piccola “mappa delle competenze”, partendo però da un gioco che ama davvero, sui passa e spende volentieri del tempo, da solə o in compagnia.

Il primo esercizio pratico, d’ispirazione educativo-formativa, è incentrato su *Fortnite*. Già il solo nome dovrebbe essere in grado di evocare, nelle figure genitoriali di oggi, il contesto videoludico in senso lato, l’intero immaginario dei videogame: in effetti, *Fortnite* è, per certi versi, **il videogame odierno e “adolescenziale” per eccellenza**, anche se in realtà la sua utenza è, al solito, molto più vasta e variegata di quanto si possa immaginare.

Cos’è *Fortnite*? Anzitutto, è molto più di un semplice sparatutto. Uscito nel 2017, questo titolo interamente free to play ha rivoluzionato il genere “battle royale”: cento giocatori vengono catapultati su un’isola e devono sopravvivere fino a che ne resta soltanto uno (o una squadra). Per riuscirci, non basta sparare: bisogna decidere dove atterrare, raccogliere risorse, costruire strutture in pochi secondi, pianificare spostamenti, coordinarsi con gli altri. A questo si aggiunge una veste estetica colorata, accessibile e in continua evoluzione: ogni “stagione” porta nuove mappe, eventi speciali e collaborazioni con il mondo del cinema, della musica, dello sport. Non a caso, negli ultimi anni *Fortnite* è diventato non solo un gioco, ma un fenomeno culturale globale: dentro ci si allenano competenze strategiche e sociali, ma si partecipa anche a concerti virtuali, si incontrano amici, si condividono esperienze. È il simbolo di come il videogioco contemporaneo sia allo stesso tempo gioco, intrattenimento e socialità.

E perché abbiamo scelto proprio *Fortnite*? La risposta è estremamente semplice: per tutti i motivi sopraindicati e perché, numeri alla mano, negli ultimi anni è diventato uno dei titoli più diffusi tra chi è adolescente. Ogni quindicenne, o quasi, ha giocato a *Fortnite*, o comunque ne conosce il linguaggio, i balli, le *skin*, le meccaniche. *Fortnite* è oggi un pezzo di cultura pop, di certo non soltanto “un videogioco” (concerti virtuali, collaborazioni con film e serie, personaggi che entrano nell’immaginario comune). Proprio per questo è l’esempio più calzante da cui partire: non un titolo esotico o di nicchia, ma il gioco che milioni di ragazzə hanno davvero sul proprio schermo, bene o male ogni giorno.

Nota preliminare: *Fortnite* è un gioco violento?

In realtà no – quasi assolutamente no. *Fortnite* è un gioco esplicitamente (e “caratteristicamente”) cartoonesco: le sue ambientazioni sono coloratissime, il design è volutamente stilizzato, nessuna scena è in alcun modo riconducibile all'immaginario del sangue, della violenza, della lotta senza confini. Anche se chi gioca “spara” contro altri, l'azione viene raffigurata in modo non truculento. In ogni caso, è proprio il non dovere sparare e basta (anzi!) che caratterizza *Fortnite* e il suo stile di gioco: se sparassimo e basta, probabilmente, perderemmo la partita in nemmeno 3 minuti di gioco. In più, sebbene questo verrà molto più approfondito nei capitoli successivi, vale già la pena sottolineare che, sul fronte scientifico, la letteratura non ha mai stabilito un nesso causale tra la violenza nei videogiochi e comportamenti violenti nella vita reale. Molte revisioni, persino dell'*American Psychological Association*, concludono che “*non vi sono prove scientifiche sufficienti a supportare un legame causale tra i videogiochi violenti e comportamenti violenti*”^[16]. Del resto, senza per forza banalizzare, la questione va vista anzitutto mediante le lenti del buon senso. Guardare *American Horror Story* non rende automaticamente violenti o antisociali, così come *La Grande Bellezza* di Sorrentino — con il suo estetismo stanco e il suo nichilismo di fondo — non ha fatto di chi l'ha visto una persona moralmente deviata o incapace di distinguere il bello dal brutto. Perché mai, allora, un videogioco stilizzato e cartoonesco come *Fortnite* dovrebbe essere ritenuto responsabile di comportamenti violenti nella vita reale?

16. American Psychological Association. (2020, March 24). APA reaffirms position on violent video games and violent behavior. APA Press Release. Consultabile su: [Siu-Lan Tan, Annabel J. Cohen, Scott D. Lipscomb, & Roger A. Kendall \(eds.\) \(2013\). The Psychology of Music in Multimedia. Oxford University Press.](#)

Primo esercizio.

Dal *battle royale* alla vita reale: cosa può insegnare *Fortnite*



Screenshot tratto da Fortnite. © Epic Games, Inc. Tutti i diritti riservati.

Obiettivo

Mostrare, insieme a figli e figlie, come dentro *Fortnite* si nascondano competenze importanti: non solo “saper sparare”, ma pianificare, comunicare, collaborare, gestire le emozioni – tanto nelle forme più “positive” (creatività, cooperazione), quanto in quelle più “negative”, come la frustrazione o l’ansia da prestazione.

Materiali e durata

Un foglio grande (o una lavagna), pennarelli colorati e circa 45 minuti di tempo. Più che gli strumenti, conta la disponibilità reciproca: un clima sereno e senza fretta.

Svolgimento

Briefing (10 minuti)

L’attività parte con una conversazione: il/la ragazzo/a racconta che cosa fa in *Fortnite*, come si svolge una partita, quali sono le sfide principali. Un passaggio utile è sicuramente quello di guardare insieme un *match*: la figura genitoriale osserva, il figlio o la figlia gioca e commenta, spiegando al volo cosa sta facendo e perché. Un primo, utilissimo modo per abbattere le distanze: non si tratta più di un mondo “misterioso dietro lo schermo”, né di una “sospensione” del tempo familiare, ma di un’esperienza condivisa, a cui la figura adulta assiste in diretta, ne è partecipe (e magari anche d’aiuto!).

Attività (25 minuti)

Su un foglio si scrive al centro la parola “Fortnite” e, intorno, si disegnano i rami di una mappa delle competenze. Mentre il/la giovane racconta o gioca, la figura genitoriale raccoglie ciò che emerge e lo traduce in parole chiave, per esempio:

- scegliere il punto di atterraggio e valutare rischi/opportunità → pianificazione strategica;
- costruire in fretta rampe e muri per difendersi, scegliendo rapidamente dove e perché → problem solving creativo;
- usare la chat vocale, coordinarsi con le altre persone in gioco, condividere materiali → collaborazione e comunicazione;
- perdere e riprovare, affrontando la frustrazione, se qualcuno ci elimina, se perdiamo la partita → gestione delle emozioni e resilienza.
- vincere e riconoscere il merito: imparare a godersi il risultato senza bisogno di umiliare, allenando così fair play e rispetto reciproco.

Debriefing (10 minuti)

Alla fine si guarda la mappa completata e si riflette insieme: “Ti rivedi in queste capacità? Ti sono utili anche fuori dal gioco?”. Tu, come ti comporti? Qual è la tua “strategia” preferita? In che modo ti relazioni con le figure alleate? L’importante non è forzare il discorso, ma lasciare che emerga spontaneamente l’idea che il tempo speso davanti a *Fortnite* non è “vuoto”, bensì carico di apprendimenti impliciti.

Perché funziona

Perché non cala dall’alto un giudizio, ma parte dall’esperienza viva del figlio o della figlia. Non si tratta di dire “*Fortnite* ti educa a...”, bensì di scoprire insieme che cosa già accade mentre si gioca. In questo modo, un titolo amatissimo in adolescenza diventa occasione di dialogo familiare e, soprattutto, di consapevolezza condivisa.

Se *Fortnite* è diventato nell'immaginario collettivo il simbolo della sfida, della competizione e del "battle royale", *Roblox* rappresenta un fenomeno di natura diversa ma altrettanto centrale. Diffusissimo, giocatissimo, anch'esso a pieno titolo parte della cultura digitale contemporanea in senso lato, valicando significativamente i confini del "videoludico" in senso stretto. A differenza di un titolo unico e ben definito, *Roblox* è più che altro da intendere come **vera e propria piattaforma**, una sorta di contenitore sterminato che raccoglie milioni di esperienze digitali. In sostanza, non c'è un solo *Roblox*: ce ne sono tanti quanti i mondi creati dagli utenti. Alcuni sono semplici corse a ostacoli, altri simulazioni complesse di professioni, altri ancora avventure fantasy, fino a repliche dettagliatissime, originali e interattive di città reali.

Il cuore di *Roblox* è proprio questo: non soltanto giocare, ma poter creare. Ogni ragazzo può entrare, esplorare i mondi immaginati da altri o, se vuole, costruirne uno suo con regole, obiettivi ed estetica personalizzata. È come se dentro la stessa scatola convivessero migliaia di giochi diversi, continuamente aggiornati, remixati, reinventati. E non è un caso che, oggi, *Roblox* sia uno degli ambienti digitali più popolari tra preadolescenti e adolescenti: si può scaricare gratuitamente, funziona su PC, console e persino smartphone, ed è diventato una sorta di "piazza virtuale" globale.

Molti giovani vi accedono non soltanto per "giocare", ma per incontrarsi con amici, raccontarsi, sperimentare cose nuove insieme. Proprio questo suo essere, al tempo stesso, videogioco e forma di socialità digitale contemporanea, lo rende un esempio imprescindibile anche per il nostro percorso e per **Gaming and Parents**. Se *Fortnite* incarna l'arena del confronto competitivo e cooperativo, *Roblox* rappresenta invece l'altro versante: quello della fantasia, dell'invenzione e dell'apprendimento implicito di competenze digitali che, fino a pochi anni fa, sarebbero state impensabili per un adolescente. Costruire un mondo, stabilirne le regole, negoziare comportamenti con altre persone in gioco, fino talvolta a guadagnare dalla propria creazione: attività che stimolano concretamente forme di micro-imprenditorialità e coltivano competenze imprenditive, ossia la capacità di ideare, intraprendere e portare avanti progetti in autonomia.

Secondo esercizio.

Dentro il mondo di mio/a figlio/a: *Roblox* e i suoi mondi



Screenshot tratto da Roblox. © Roblox Corporation. Tutti i diritti riservati.

Obiettivo

Far emergere le competenze trasversali che si sviluppano attraverso l'esperienza di *Roblox*: creatività, progettazione, collaborazione, capacità di negoziare regole e ruoli, oltre alla gestione della socialità online. L'attività ha lo scopo di valorizzare il gioco come laboratorio creativo e sociale, rafforzando al contempo il dialogo tra figure genitoriali e figli.

Materiali e durata

Un dispositivo con *Roblox* installato (computer, tablet, console o smartphone) e circa 30-40 minuti di tempo. Non occorrono altri materiali, se non la disponibilità a lasciarsi guidare.

Svolgimento

Briefing (5 minuti)

Si inizia con una domanda diretta: "Qual è il tuo mondo preferito su *Roblox*? Me lo fai vedere?". A differenza di altri titoli, qui non c'è "il" gioco da spiegare, ma un universo in continua espansione di esperienze diverse. L'adolescente sceglie un mondo e il genitore si mette in ascolto, pronto a farsi accompagnare.

Attività (20-30 minuti)

Il figlio o la figlia entra nel mondo scelto e lo mostra in azione: come funziona, quali regole segue, quali obiettivi propone. Il genitore osserva e fa domande, senza giudicare né sovrapporsi:

- Chi ha creato questo mondo?
- Perché lo hai scelto?
- Qual è lo scopo principale?
- Si gioca da soli o con altri?
- Qual è la parte che ti diverte di più?

Al termine dell'esplorazione, insieme si può redigere una piccola scheda del mondo, divisa in tre sezioni semplici:

Cosa si fa (descrizione delle regole e dell'obiettivo principale);

Con chi si gioca (da soli, con amici, con una comunità più ampia);

Cosa allena (creatività, collaborazione, logica, capacità imprenditoriali, gestione delle relazioni online).

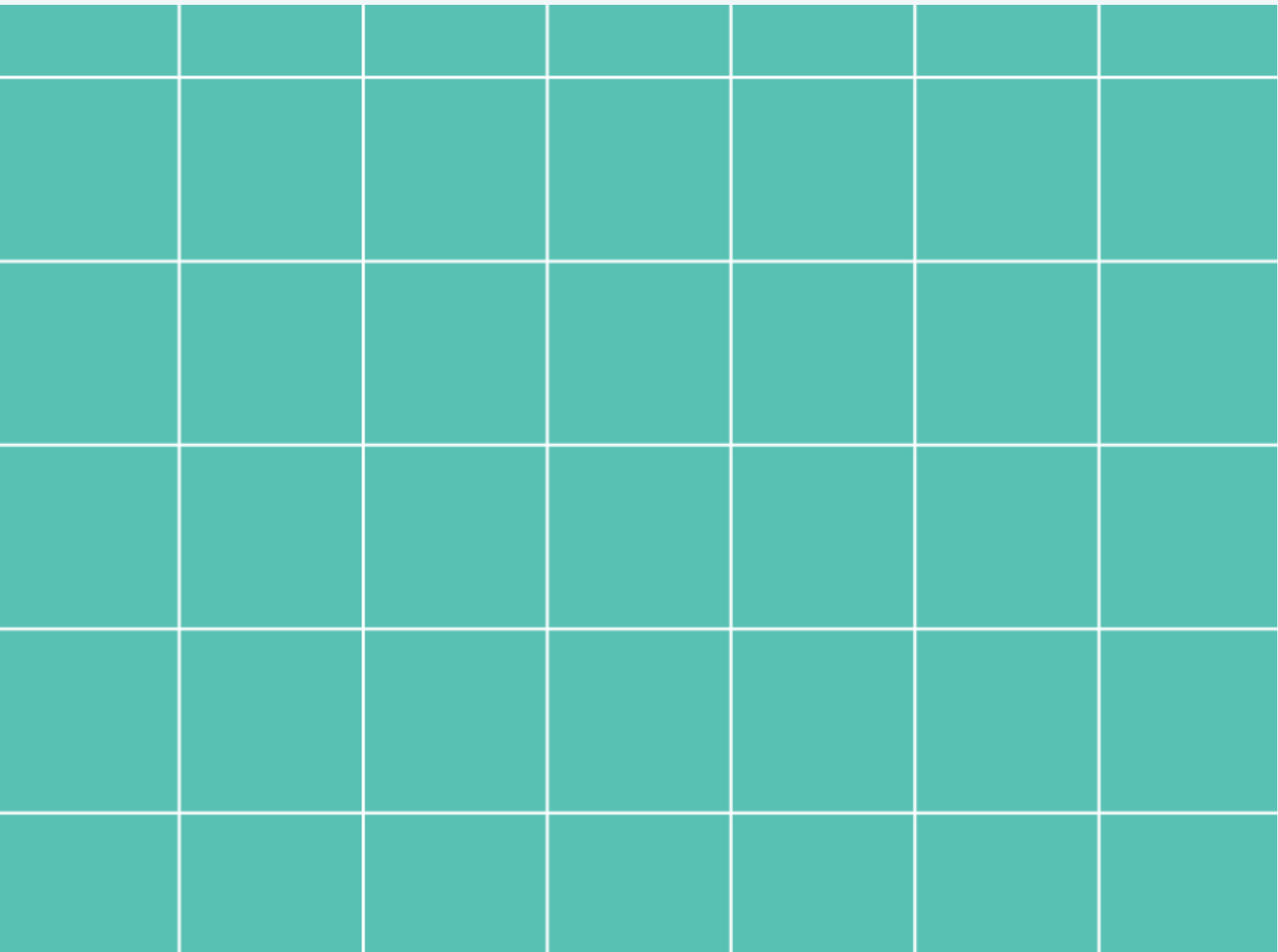
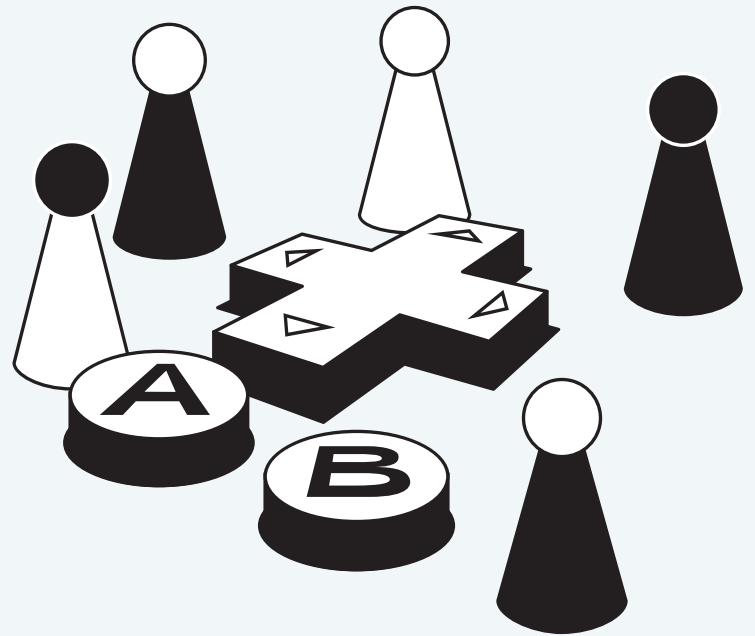
Debriefing (5 minuti)

La scheda si rilegge insieme e diventa il punto di partenza per riflettere: "Che cosa hai imparato qui? C'è qualcosa che ti ha messo alla prova? Ci sono comportamenti che ti hanno insegnato come stare con gli altri, anche fuori dallo schermo?".

Perché funziona

Perché restituisce centralità all'esperienza dell'adolescente e la trasforma in dialogo. La figura genitoriale non osserva più da fuori, ma entra nel mondo scelto, lasciandosi guidare. In questo modo *Roblox* si rivela per quello che è: uno spazio di sperimentazione che, se accompagnato, può davvero divenire un terreno fertile di crescita umana.

MEDIAZIONE DIGITALE PARENTALE E CO- GAMING FAMILIARE



Che cos'è la mediazione digitale parentale (modelli e approcci)

Cos'è davvero la **Mediazione Digitale Parentale**? Quando si parla di questo argomento non si fa riferimento a un singolo gesto o a una regola isolata, ma più che altro a un insieme di pratiche quotidiane che le famiglie possono mettere in campo, su base auspicabilmente quotidiana, per orientare, accompagnare o regolare l'uso dei media digitali per chi è più giovane (e, se sufficientemente lungimiranti, anche per loro stessi). La **Mediazione Digitale Parentale**, con tutti i suoi obiettivi pedagogici – in ultimo, un uso sano e monitorato del digitale – è però un concetto che nasce ben prima dei videogiochi: già negli anni Ottanta e Novanta la ricerca pedagogica e comunicativa studiava come i genitori cercassero di guidare bambini e bambine davanti alla televisione, attraverso regole di tempo, discussioni sui contenuti o momenti di visione condivisa. È stata proprio la televisione il primo, grande e pervasivo medium audiovisivo – sebbene non ancora digitale – che ha davvero, e nemmeno tanto gradualmente, rimodulato il concetto di spazio e tempo familiare, ha modificato le abitudini di consumo e ha, in via definitiva, intrattenuto soggetti e generazioni in modo impensabile, fino ai giorni nostri.

Con la diffusione di Internet e dei dispositivi mobili, a partire dagli anni Duemila, il tema però ha dovuto assumere nuove dimensioni e prospettive. Non si tratta più di gestire un medium lineare, come la TV (a sua volta divenuta appieno digitale), ma di un ambiente interattivo, partecipativo, senza confini spaziali o temporali. E proprio a causa del carattere totalizzante e pervasivo della cultura digitale quotidiana, si spiega l'urgenza di ripensare la mediazione digitale parentale in senso lato: sempre meno protezione e controllo (un obiettivo presumibilmente irrealistico oggi, oltre che controproducente), sempre più accompagnamento, ascolto e dialogo e condiviso.

I primi studi sistematici, in particolare quelli di Valkenburg, Piotrowski, Hermanns e de Leeuw (1999) e di Livingstone & Helsper (2008), hanno individuato tre grandi tipologie di mediazione, in un certo senso tre stili che sono diventati una vera e propria “grammatica educativa” per figure genitoriali e non solo, mantenendo tuttora la loro validità, anche solo dal punto di vista classificatorio:

- **Mediazione restrittiva:** limitare tempi, contenuti, modalità. Questo stile di mediazione è, probabilmente, quello più semplice da attuare, ma non per forza quello più efficace. Nel gaming significa, per esempio, stabilire quando si gioca, per quanto tempo, a quali titoli. È lo stile più diffuso, soprattutto con chi è più piccolo, e nonostante la censura alla lunga tenda a non garantire risultati efficaci, è senz'altro utile per ridurre l'esposizione a contenuti problematici. Il rischio? Funziona soltanto finché c'è controllo diretto: senza interiorizzazione, la regola si infrange facilmente appena si è da soli. Inoltre, data la pervasività del digitale in tutte le sue forme, inclusa quella videoludica, è irrealistico pensare per esempio che un adolescente non sia in grado di aggirare l'ostacolo anche con certa facilità, mediante un semplice smartphone, a scuola, con la cerchia di amici, ecc.
- **Mediazione attiva:** parlare insieme, commentare, aiutare a interpretare. In sintesi, responsabilizzare, co-costruendo momenti di riflessione. Questo stile di mediazione è quello più “dialogico”, che già ambisce a trasformare l'esperienza videoludica in occasione educativa. Nei videogame, può significare chiedere cosa piace del titolo, quali emozioni suscita, quali sfide si affrontano. È lo stile che, secondo la letteratura, più favorisce competenze critiche, capacità di autoregolazione e consapevolezza dei rischi, richiedendo già una certa responsabilità e competenza da parte delle figure genitoriali, molto di più rispetto al lineare divieto (Livingstone & Helsper, 2008).

- **Co-uso o co-playing:** condividere direttamente l'esperienza, guardando o giocando insieme. Non necessariamente con un intento esplicitamente educativo: a volte basta "esserci", con l'obiettivo di aprire, di co-costruire uno spazio di prossimità. Studi come quelli di Nikken & Jansz (2006) hanno mostrato che il co-play rafforza la comunicazione e il senso di connessione tra genitori e figli, riducendo conflitti e incomprensioni. Il problema? La necessità di una figura genitoriale partecipe, mediamente competente, ma soprattutto interessata a trascorrere il proprio tempo in questo tipo d'attività familiare.

Negli anni successivi, la letteratura ha ampliato questi modelli introducendo sfumature ulteriori. Oggi si parla di **mediazione discorsiva** (un dialogo più fluido, meno centrato su regole e più su ascolto reciproco), di **mediazione investigativa** (genitori che si informano attivamente su giochi e piattaforme, leggendo recensioni, guardando gameplay, seguendo forum), fino alla **mediazione diversionaria**, che punta a proporre alternative senza conflitti frontali ("oggi stacchiamo e andiamo al parco" invece di un divieto secco). Parallelamente, rifacendoci proprio al primo stile restrittivo, è proprio l'industria tecnologica ad avere spinto molto sugli strumenti di *parental control*, soprattutto negli ultimi anni: app che consentono di monitorare tempi di gioco, limitare acquisti in-app, controllare i contatti online. Questi strumenti possono essere utili e, soprattutto, proteggono le case madri in termini di responsabilità, ma non possono essere intesi come validi sostituti della mediazione educativa e genitoriale vera e propria: sono, semmai, un supporto tecnico, necessariamente da integrare con una relazione fatta di dialogo e di aperta condivisione. Il punto forse più rilevante, che emerge con chiarezza dalla ricerca, è che nessuna strategia è valida per tutte le famiglie o per tutte le età. La mediazione funziona davvero solo se è flessibile, capace di adattarsi al livello di maturità dei figli, alla loro competenza digitale (così come a quella delle figure genitoriali), allo stile educativo della famiglia. Quello che vale per un bambino di 8 anni non vale per un adolescente di 15, e viceversa. In generale, però, la letteratura concorda: la sola restrizione protegge, ma non educa; la mediazione attiva e il co-uso favoriscono invece la crescita di competenze critiche, il senso di responsabilità e un rapporto più sereno col digitale, riducendo di gran lunga la possibilità di incappare in rischi e pericoli, che approfondiremo più diffusamente nei prossimi capitoli.

Lontana dall'essere una formula rigida, **la mediazione digitale parentale va quindi più intesa come un intreccio dinamico di stili, scelte e relazioni**. Restrittiva, attiva o partecipativa che sia, funziona solo se è vissuta come processo, capace di adattarsi all'età, ai bisogni e alle competenze digitali del proprio nucleo familiare. È in questa prospettiva che diventa fondamentale parlare non soltanto di come si gioca o con chi, ma anche di quanto tempo si passa davanti allo schermo: la questione dello screentime consapevole, fatta di strumenti concreti e di accordi familiari condivisi, sarà quindi il punto successivo di questo nostro terzo capitolo.

Screentime consapevole: strumenti e accordi familiari

Se c'è un tema che più di ogni altro ha dominato il dibattito pubblico sul rapporto tra giovani generazioni – e non soltanto – e media digitali, è senza dubbio quello dello **screentime**, ossia il "tempo davanti agli schermi", tanto che la sua regolazione è spesso intesa come sinonimo di Mediazione Digitale Parentale in senso lato, pur non essendo propriamente così. In ogni caso l'espressione screentime, diffusissima nei media e nelle conversazioni quotidiane, sembra davvero condensare l'ansia di una generazione di figure genitoriali e tutor: quanto tempo è "troppo"? Da quanti minuti o ore scatta il rischio? La questione, tuttavia, è più complessa di quanto le semplificazioni facciano intendere. Parlare di screentime non significa solo misurare una quantità, ma interrogarsi sulla **qualità delle esperienze**, sul contesto in cui avvengono e sulle relazioni che si intessono attorno agli schermi.

Dal quanto al come: diversi modelli a confronto

Per decenni, la questione è stata posta in termini quasi esclusivamente quantitativi: il cronometro veniva cioè inteso come unica misura del benessere. Lo screentime, insieme alla sua regolazione, nascono come già detto con la televisione, un po' prima cioè della pervasività del digitale quotidiano, dei mondi social e del videoludico. D'altra parte, gli allarmi di un tempo sono ancora oggi, in un certo senso, all'ordine del giorno: "troppi cartoni animati", "ore sprecate davanti al piccolo schermo". Con l'arrivo dei computer, degli smartphone e delle console, l'ansia non è stata rimodulata, ma si è semmai moltiplicata, perché il tempo davanti agli schermi non è più confinato a momenti precisi, ma dilaga nella quotidianità. Non a caso, l'OMS e l'American Academy of Pediatrics hanno cercato di fissare soglie di riferimento (per i bambini sotto i 5 anni non più di un'ora al giorno; per gli adolescenti, un piano familiare che equilibri sonno, attività fisica e tempo digitale)^[17]. Ma la ricerca più recente mostra che i rischi e i benefici dipendono molto di più dal come e dal cosa si fa davanti allo schermo, e non dal numero secco di minuti.

Przybylski e Weinstein (2017) parlano di Goldilocks Hypothesis: come nella celebre e classica fiaba di Riccioli d'oro, il "giusto mezzo" è quello che funziona meglio. Né troppo poco (che può escludere da contesti di socialità e cultura condivisa), né troppo (che può generare isolamento e disfunzioni), ma un equilibrio che varia da persona a persona, da famiglia a famiglia^[18].

Tipologie di screentime

Per capire davvero lo screentime, conviene distinguere le diverse forme che può assumere, anche solo per contrastare un po' tanto la disinformazione quanto le eccessive semplificazioni:

- **Tempo passivo:** guardare video in modo seriale e disimpegnato, senza interazione (questa tipologia di screentime è ancora più calzante nel caso dei social, e si dovrà più propriamente parlare di *binge watching*, uno scroll infinito e sostanzialmente acritico, disinteressato).
- **Tempo interattivo:** giocare, chattare, partecipare a comunità online. In questo caso, il gaming non può che essere interattivo, in virtù della sua stessa natura, che di fatto non permetterebbe una fruizione del tutto scollegata o disinteressata da parte dell'utente.
- **Tempo creativo:** produrre contenuti, costruire mondi, programmare (per es. proprio quanto descritto nella precedente sezione: creare giochi in *Roblox* o mappe in *Minecraft*).
- **Tempo relazionale:** usare gli schermi per connettersi con amici o familiari, per coordinarsi, cooperare, sostenersi. Esploreremo meglio questa tipologia con esempi concreti, nella sezione specificamente dedicata al co-gaming familiare.
- **Tempo competitivo:** partecipare a sfide e tornei, che richiedono concentrazione e regolazione emotiva. In questa tipologia di screentime, rientreranno non soltanto i videogame più competitivi, ma anche i momenti di gioco insieme, quando è previsto e possibile giocare con due o più giocatori, magari nella stessa stanza, con appunto una meta "competitiva".

Capire queste tipologie aiuta a spostare l'attenzione: non ogni ora davanti allo schermo è uguale. Un adolescente che passa due ore a costruire una città in *Minecraft* con un amico allena competenze molto diverse rispetto a chi ne passa due davanti a *TikTok* in modalità passiva.

17. World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age.

18. Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). A large-scale test of the Goldilocks Hypothesis: Quantifying the relations between digital-screen use and the mental well-being of adolescents. *Psychological Science*, 28(2), 204–215.

Paure morali e narrazioni mediatiche

Quella delle “paure morali” è, storicamente, una delle più evidenti e durature tendenze nella storia dei media, dalla televisione ai videogiochi più contemporanei. Ma anche prima, per esempio negli anni '50, erano i fumetti a corrompere le nuove generazioni. Poi, negli anni '80, è toccato alla televisione commerciale. Infine, già negli anni '90, la paura morale ha iniziato a investire più massicciamente i videogiochi, in particolare quelli considerati intrinsecamente “violenti”. Oggi, ampliando lo sguardo al mondo digitale in senso lato, che di certo non è confinato al videoludico, ma spazia dai social alle comunità di condivisione, fino all'intelligenza artificiale e alle piattaforme interattive di streaming, lo screentime svolge la stessa funzione: diventa il “capro espiatorio” di problemi educativi e sociali più ampi. Ma, come ricordano autrici come Sonia Livingstone, ridurre tutto al tempo trascorso davanti allo schermo rischia di oscurare le potenzialità educative e relazionali del digitale, che emergono quando l'uso è accompagnato, discusso e condiviso^[19].

Strumenti e accordi familiari

Come tradurre tutto questo nella vita quotidiana delle famiglie? Alcuni esempi concreti e facilmente replicabili sono, per esempio:

- **Timer e parental control**: le console più diffuse, così come le App e altre piattaforme, consentono di impostare limiti di tempo o di bloccare l'uso oltre una certa soglia. Strumenti certamente utili, soprattutto con i più piccoli, ma che rischiano di ridursi a una logica punitiva se non accompagnati da spiegazioni e, soprattutto, da un buon esempio, a partire proprio dalle figure genitoriali. In più, vale la pena di sottolineare che gran parte degli strumenti di parental control sono piuttosto facili da disabilitare o da bypassare, soprattutto se si è nativi digitali, inevitabilmente e fin da piccoli esposti al mondo dell'online e dei *digital devices*.
- **Routine digitali**: stabilire insieme momenti della giornata dedicati al gioco (dopo i compiti, nel fine settimana), e momenti liberi dagli schermi (a tavola, prima di dormire). Queste routine rendono prevedibile l'uso e riducono i conflitti, basandosi sulla logica del giusto mezzo o del giusto compromesso.
- **Contratti familiari digitali**: alcune famiglie scelgono di mettere per iscritto un vero e proprio patto, firmato da genitori e figli, che definisce diritti e doveri. Non solo limiti, ma anche responsabilità: “spengo il gioco quando mi viene chiesto”, “avviso se incontro contenuti che mi turbano”, “rispetto gli altri online”. L'aspetto più interessante di questo tipo di contratti è non soltanto relativo alla regolazione dello screentime in quanto tale, ma soprattutto a cosa si fa e a come ci si comporta online.
- **Giornate senza schermi**: introdurre periodicamente momenti “digital detox” condivisi, non come punizione, ma come occasione per sperimentare altre attività insieme.

19. Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581–599.

Dal controllo all'autoregolazione

Il filo rosso che lega tutte queste pratiche è chiaro: il tempo davanti agli schermi non va trattato come un nemico da combattere, ma come una dimensione della vita da integrare in modo equilibrato. Escludere il digitale – e in particolare l'esperienza videoludica – dalla quotidianità significherebbe, nei fatti, privare l'adolescenza e la giovane età adulta di un ambito che può rivelarsi fertile, creativo e interattivo. I limiti restano importanti, ma da soli non bastano: funzionano solo se si accompagnano alla capacità di leggere il proprio vissuto e di regolare il proprio comportamento. L'obiettivo ultimo non è “contare le ore”, ma aiutare i ragazzi e le ragazze a sviluppare autoconsapevolezza e autoregolazione: riconoscere da soli quando è il momento di fare una pausa, distinguere tra il gioco come piacere e il gioco che rischia di trasformarsi in peso. In questo senso, lo screentime consapevole non riguarda soltanto la quantità, ma soprattutto la qualità delle relazioni che vi si intrecciano: la relazione del giovane con il suo tempo, ma anche – e forse prima di tutto – la relazione tra genitori e figli, che imparano insieme a costruire regole, patti, equilibri condivisi.

Qualche esempio pratico

Cerchiamo ora di esplorare, in modo più dettagliato e replicabile, questi diversi stili di regolazione dello screentime familiare, attraverso casi studio ormai più che documentati: l'obiettivo è quello di acquisire dimestichezza su come, concretamente, potere immaginare e implementare nelle proprie case una routine digitale, un momento di digital detox, un contratto intergenerazionale sul gaming: Nel caso dei già menzionati family contracts, redatti insieme da figure genitoriali e figli, uno degli esempi più calzanti è rappresentato dal movimento *Screenagers*, nato negli Stati Uniti, che da tempo propone modelli e linee guida per la loro stesura, sottolineando che il valore educativo non è tanto nella regola scritta, quanto nel processo dialogico che porta a definirla^[20]. In modo simile, il *Center for Online Safety* suggerisce di distinguere tra regole non negoziabili (come il divieto di portare dispositivi in camera di notte) e regole flessibili, che possono essere adattate alle circostanze familiari^[21].

In riferimento all'implementazione di routine digitali, un altro esempio è quello delle zone o orari “digital-free”, che mira a ristabilire spazi e tempi liberi dagli schermi. Di questo approccio se n'è occupata proprio l'*American Academy of Pediatrics* che, attraverso il portale *Healthy Children*, suggerisce per esempio di bandire i dispositivi dalla tavola durante i pasti, o di limitarne l'uso quando si è già a letto, in attesa di prendere sonno^[22]. Alcune famiglie hanno trasformato queste indicazioni in rituali concreti: c'è chi ha istituito il “venerdì analogico”, proponendo una serata settimanale dedicata solo a giochi da tavolo o musica, senza schermi. Altri nuclei hanno introdotto il “cestino dei telefoni” all'ingresso, dove tutti lasciano i dispositivi prima di andare a dormire.

20. Screenagers Movie. (2023). Screen Time Contracts. Disponibile su:

<https://screenagersmovie.com/resources/screen-time-contracts>

21. Center for Online Safety. (2023). Technology Contracts for Families. Disponibile su:

<https://www.centerforonlinesafety.com/blog/technology-contracts>

22. American Academy of Pediatrics – Healthy Children. (2022). How to Make a Family Media Plan. Disponibile su:

<https://www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/How-to-Make-a-Family-Media-Use-Plan.aspx>

Un terzo modello è quello dei cosiddetti screen time agreements, veri e propri patti di famiglia che non si limitano a fissare regole e che, in modo diverso a quanto descritto sopra, non si concretizzano in veri e propri contratti, ma vengono periodicamente rivisti in base all'età e alla maturità dei figli, venendo inoltre co-definiti in modalità per lo più orale e dialogica. L'organizzazione *Childproof Parenting* ha, in questo senso, codificato una procedura: convocare una riunione familiare, discutere insieme vantaggi e rischi del digitale, stabilire limiti e alternative offline, fissare conseguenze in caso di violazione. Un'idea di contratto vivo, che evolve insieme alla crescita di chi è più giovane, ma che impone autocontrollo e autoregolazione anche alle figure più grandi e adulte^[23].

Questo perché lo screentime è, di suo, profondamente influenzato anche dai modelli che i bambini osservano in casa. Uno studio finlandese^[24] ha rivelato che i figli di figure genitoriali con più alto livello di istruzione e che regolano anzitutto il proprio screentime, sono esposti a regole più chiare e a un uso più consapevole dei dispositivi (di qualsiasi tipo), passando di conseguenza meno tempo davanti agli schermi.

Come scegliere videogiochi adatti per età e sensibilità

Dopo aver riflettuto sullo screentime, è opportuno però tornare ai videogiochi e alla cultura del gaming, e cioè il centro di **Gaming and Parents**. Parlare di tempo sugli schermi significa certamente parlare anche di gaming ma per ovvi motivi lo trascende, perché riguarda più in generale lo stare *onlife*, per riprendere l'espressione di Luciano Floridi: una condizione in cui la distinzione tra vita online e offline è diventata sempre più sfumata, con le due dimensioni che in numerosissimi casi ormai coincidono del tutto. Tuttavia, quando l'attenzione torna specificamente al gioco digitale, rimanendo nel campo della regolazione del monitoraggio familiare, il nodo decisivo diventa un altro: quali titoli portiamo nelle nostre case? A cosa, di fatto, garantiamo accesso e a cosa no?

Non tutti i videogiochi, come ormai illustrato, sono uguali: esistono differenze enormi di contenuti, complessità, stili narrativi ed emozionali. E in questo senso, per un primo orientarsi, il primo strumento a disposizione delle famiglie è senza dubbio il sistema di classificazione dei contenuti. In Europa è attivo dal 2003 il sistema PEGI (Pan European Game Information), che attraverso simboli obbligatori e ben visibili sulle copertine (3, 7, 12, 16, 18) segnala l'età consigliata per un titolo. Non si tratta solo di una questione anagrafica: il PEGI valuta la presenza di violenza, linguaggio scurrile, riferimenti a droghe, paura, sesso o discriminazione, e avvisa quindi se il contenuto può risultare inappropriato per un certo livello di maturità. Un titolo con classificazione "PEGI 7" può includere scene potenzialmente controverse per i più piccoli, mentre un "PEGI 16" potrebbe già introdurre violenza realistica o linguaggio adulto^[25], che di fatto oggi sono iper accessibili e riscontrabili un po' ovunque, dalla televisione ai social. Negli Stati Uniti un sistema simile è gestito dall'ESRB (Entertainment Software Rating Board), nato nel 1994, che prevede categorie analoghe (E for Everyone, T for Teen, M for Mature, ecc.)^[26]. Questi strumenti, un po' come tutto l'ambito rigidamente normativo, che segue i principi base dell'etichettamento, sono certamente utili, ma non sufficienti se calati nei nostri contesti quotidiani. Essi danno cioè un'indicazione generale, ma non conoscono le persone, di qualsiasi età, nel loro vissuto individuale.

23. Childproof Parenting. (2023). Crafting a Screen Time Agreement. Disponibile su: [Dal controllo all'autoregolazione](#)

24. Määttä, S., Konttinen, H., Haukkala, A., Erkkola, M., & Roos, E. (2017). Associations of parental influence and role model with children's screen time. *BMC Public Health*, 17(1).

25. PEGI. (2023). Pan European Game Information: What do the labels mean? Disponibile su: <https://pegi.info>

26. Entertainment Software Rating Board. (2023). ESRB Ratings Guide. Disponibile su: <https://www.esrb.org>

Una stessa scena può essere vissuta da un dodicenne come pura avventura e da un altro come fonte di ansia: dipende dalla sensibilità personale, dal carattere, dalle esperienze pregresse e, di certo, anche dal ruolo delle figure genitoriali in qualità di mediatori attivi e partecipi. Per questo motivo, diversi studi raccomandano di affiancare ai rating un criterio di attenzione educativa personalizzata. Per esempio, alcune interessanti ricerche mostrano che i bambini più sensibili o con tratti ansiosi tendono a reagire più intensamente a giochi ricchi di suspense o a meccaniche competitive esasperate (molto di più rispetto agli scenari “semplicemente” violenti), indipendentemente dall’età consigliata^[27].

Inoltre, la scelta non riguarda solo la protezione da contenuti inadatti, ma anche **l’opportunità di valorizzare giochi che offrono esperienze arricchenti**. Titoli che stimolano la cooperazione, la creatività, la riflessione etica o il problem solving meritano di essere privilegiati rispetto ad altri che riducono l’esperienza a puro consumo compulsivo. Come ha sottolineato James Paul Gee, i videogiochi non sono neutri: alcuni veicolano veri e propri “principi di apprendimento incorporati nel design”^[28].

Sul piano pratico, diversi genitori raccontano di aver scelto di informarsi attivamente: guardano trailer e recensioni, cercano gameplay su YouTube, leggono forum o siti dedicati (come *Common Sense Media*), prima di acquistare un titolo. In questo caso non si tratta di censura, ma più che altro di scelta consapevole, in cui la figura genitoriale diventa parte attiva dell’esperienza. In alcune famiglie, i figli stessi propongono un gioco e il genitore si riserva di provarlo insieme, almeno nelle prime fasi, per valutare se sia adatto. In questo senso, la selezione diventa anche occasione di dialogo e di co-play: non solo “puoi o non puoi giocare”, ma “vediamo insieme se questo gioco ci fa bene, ti/ci diverte e ti/ci arricchisce”.

Un’ultima nota riguarda la **sensibilità culturale e familiare**. Ci sono famiglie che scelgono giochi narrativi perché credono nella forza delle storie come veicolo di valori; altre privilegiano titoli sportivi o di simulazione, più vicini agli interessi reali dei figli. Non esistono scelte universalmente giuste o sbagliate: esiste la capacità di mediare tra offerte del mercato, bisogni educativi e inclinazioni personali.

Scegliere un videogioco non è mai, nella sostanza, un gesto neutro, proprio perché si tratta di acquisire un frammento di una più vasta, e intrinsecamente complessa, cultura audiovisiva e – ormai quasi nella totalità dei casi – digitale. È semmai da intendere come una piccola decisione educativa, che potrebbe contribuire a plasmare l’immaginario e le competenze di chi gioca, oppure potrebbe contenere minacce più o meno manifeste. E se è vero che nessuna etichetta può sostituire il discernimento di una figura adulta davvero presente, è altrettanto vero che la combinazione di strumenti (PEGI, ESRB, parental control), dialogo e attenzione alla sensibilità individuale può trasformare l’acquisto di un videogioco in un’ulteriore occasione di responsabilità condivisa e di condivisione a livello familiare.

27. Gentile, D. A., & Anderson, C. A. (2017). *Violent video game effects on children and adolescents: Theory, research, and public policy*. Oxford University Press.

28. Gee, J. P. (2003). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. New York: Palgrave Macmillan.

Perché il co-gaming rafforza la relazione genitori-figli

Il gioco condiviso tra figure genitoriali e figli, o co-gaming, è forse una delle modalità più rilevanti per comprendere come il videogioco possa diventare terreno di incontro intergenerazionale e strumento di consolidamento del sistema-famiglia. Nel caso del co-gaming propriamente inteso, non si tratta semplicemente di “stare insieme davanti a uno schermo”, ma di entrare in un terreno nuovo, comune e paritario, anzitutto nel quale le regole della quotidianità familiare — fatica, compiti, ruoli gerarchici — vengono momentaneamente sospese per lasciare spazio a dinamiche diverse: collaborazione, esplorazione, divertimento, condivisione. Al di là della validità dell’attività in sé, da intendere come momento ricreativo, di avvicinamento familiare e di alfabetizzazione sul piano digitale e mediale, numerosi studi hanno mostrato come questo cambiamento di cornice favorisca – anche oltre il gaming – una **comunicazione più spontanea**, un **clima di fiducia reciproca** e la possibilità di **creare memorie ed esperienze condivise**. In altre parole, il videogioco trascende, in un certo senso, i propri limiti di svago e può diventare **medium relazionale**.

Un’indagine qualitativa condotta su venti famiglie che praticavano co-gaming ha evidenziato proprio questo: giocare insieme generava conversazioni più fluide, abbassava le barriere comunicative e apriva spazi di intimità quotidiana che spesso mancano nei ritmi della vita familiare. In particolare, i genitori raccontavano di aver scoperto nuove sfaccettature della personalità dei propri figli, mentre i figli vivevano con orgoglio l’esperienza di poter guidare i genitori in un contesto in cui si sentivano competenti^[29].

Sul piano degli effetti concreti, altre ricerche hanno riscontrato un impatto positivo soprattutto sulla fascia d’età più giovane, sull’infanzia e sulle bambine: il co-gaming con un genitore riduce i comportamenti aggressivi e favorisce atteggiamenti marcatamente prosociali, con benefici anche in termini di autostima^[30]. È interessante notare che il tempo speso a giocare con la madre, tradizionalmente – e stereotipicamente – meno coinvolta nelle attività videoludiche, produce effetti ancora più rilevanti: proprio perché raro, assume un valore simbolico ed emotivo maggiore.

Il fenomeno è stato osservato anche in situazioni particolari, come durante la pandemia da Covid-19, quando titoli come *Animal Crossing: New Horizons* hanno rappresentato per molte famiglie un modo per condividere attività rassicuranti e creative, in grado di attenuare l’isolamento e lo stress del lockdown. E non sono mancati casi di padri e madri che hanno scoperto, quasi per caso, di trovare in un videogioco cooperativo come *It Takes Two* una sorta di laboratorio di fiducia reciproca: superare insieme ostacoli, coordinarsi per risolvere enigmi, ridere degli errori e gioire delle vittorie. Sono dinamiche che trasportano nella quotidianità messaggi impliciti di collaborazione e rispetto, difficilmente riproducibili in contesti più “educativi” e formali^[31].

Oltre alle ricerche, parlano anche i dati: secondo un rapporto recente, oltre metà dei genitori (55%) gioca almeno una volta a settimana con i figli, e la percentuale sale al 57% quando si tratta di bambini sotto i tredici anni^[32]. Non si tratta dunque di un’abitudine marginale, ma di una pratica ormai diffusa, che sta entrando – auspicabilmente sempre di più, e a pieno titolo – nel repertorio delle attività familiari.

29. Sheffield, Anneliese. (2014). Co-playing video games and parent-child relationships.

30. Coyne, S. M., et al. (2011). Game on... Girls: Associations between co-playing video games and adolescent behavioral and family outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 49(2), 160-165.

31. Wired (2021). The surprising benefits of gaming as a couple or with kids. Disponibile su: <https://www.wired.com>

32. Guo, F., et al. (2021). Parental involvement and digital gaming. CHI PLAY ‘21 Proceedings. Clemson University.

Ma perché il co-gaming sembra funzionare così bene, forse persino meglio rispetto ad altre attività intergenerazionali? La teoria sistemico-relazionale della famiglia di Salvador Minuchin rappresenta probabilmente lo strumento più efficace per rispondere a questa domanda, offrendoci spunti rilevanti per comprendere la validità potenziale del co-gaming e la sua “diversità” rispetto ad altre formule di tempo familiare condiviso. Anzitutto, cos’è la famiglia? Essa non è mai un insieme statico di individui isolati, ma più che altro un organismo vivente, fatto di ruoli, sottosistemi, confini e gerarchie in continuo assestamento. Ogni interazione quotidiana contribuisce a modellarne la struttura: un pranzo condiviso, un litigio, un momento di gioco. Dentro questa cornice, il videogioco sembra davvero agire come **evento perturbatore positivo**: sospende temporaneamente i ruoli tradizionali — il genitore come figura che insegna, il figlio come soggetto che apprende — e apre alla possibilità di una configurazione inedita.

Un padre che si trova in difficoltà davanti a un livello troppo complesso, una madre che impara dal figlio come usare un controller, un genitore che segue una strategia suggerita dall’adolescente: sono episodi apparentemente banali, ma che, letti in chiave sistemica, rivelano tutto il valore trasformativo del co-gaming. Risultati di questo tipo difficilmente si ottengono in altre attività “più tradizionali”, perché il videogioco introduce un terreno nuovo, in cui le gerarchie si sospendono e si sperimentano configurazioni inedite. Non si tratta di una perdita di autorità, ma di una sua **riconfigurazione**: l’autorità educativa non viene meno, ma si fa più flessibile, capace di accogliere vulnerabilità, ironia, persino fallimento, senza per questo rinunciare al suo ruolo di guida. È proprio ciò che Minuchin riconosceva come tratto distintivo dei sistemi familiari sani: la capacità di riorganizzarsi, di creare assetti nuovi e adattivi, mantenendo la coesione pur dentro il cambiamento^[33].

Questo spiega perché il co-gaming non sia un semplice “tempo passato insieme”, ma **un tempo che ristruttura la relazione**. Nel gioco condiviso emergono nuove grammatiche affettive: la complicità nata da un livello superato insieme, la frustrazione condivisa di una sconfitta, la gioia di una vittoria che non è “mia” né “tua”, ma “nostra”. Tutti questi micro-eventi, apparentemente effimeri, sedimentano come memorie emotive potenti, che rafforzano la fiducia reciproca e il senso di appartenenza.

Si potrebbe dire che il co-gaming, proprio perché sospende le logiche della vita quotidiana, crea una zona transizionale in cui genitori e figli si incontrano come partner paritari. In questo senso, e non a caso, la letteratura sull’attaccamento ci ricorda che il legame di fiducia si rinforza quando il genitore sa mostrarsi non solo come autorità, ma anche come base sicura che gioca, esplora, ride e talvolta impara con il bambino^[34]. In questo senso, il videogioco diventa un terreno potenzialmente molto rilevante per riscoprire la dimensione ludica del legame genitoriale, spesso sacrificata dalla pressione educativa o lavorativa.

Di conseguenza, il co-gaming appare così efficace proprio perché non resta confinato dentro lo schermo, ma partendo da lì tende a produrre effetti che si propagano fuori, nella vita quotidiana, come una trama sotterranea di fiducia, dialogo e riconoscimento reciproco. Non è la durata del tempo a essere decisiva, ma la sua intensità qualitativa: pochi minuti di gioco condiviso possono valere più di ore di convivenza parallela. In definitiva, il videogioco non come barriera che separa, ma come medium di rinnovamento dei legami familiari, soprattutto in chiave transgenerazionale.

33. Minuchin, S. (1985). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

34. Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.

Come avviare un'esperienza di co-gaming insieme ai figli

Abbiamo visto come il co-gaming non sia da intendere solo un passatempo un po' eccentrico, ma come un'occasione trasformativa che permette di sperimentare ruoli diversi, ridere insieme, scoprire l'altro all'interno di una cornice condivisa, familiarizzando e alfabetizzandosi, al contempo, nel campo dell'odierna cultura mediale e digitale quotidiana. Resta però una domanda molto pratica: come si comincia? Da dove si parte, senza rischiare che l'idea resti un buon proposito destinato a spegnersi dopo due tentativi?

La prima risposta è più semplice di quanto si pensi: **si parte da ciò che già c'è**. Non è necessario acquistare nuovi titoli o spendere soldi "giusto per provare": quasi sempre, il miglior punto di partenza è il gioco che tuo figlio o tua figlia già ama, quello su cui passa più tempo, quello che magari conosci solo di nome. Chiedere: "Me lo fai vedere?", o ancora meglio, "Posso provare anch'io?" non è un atto di controllo, ma un gesto di apertura e di richiesta, genuina, di partecipazione. È proprio in questo modo che il co-gaming mostra la sua carica relazionale, pedagogica e innovativa: non nella novità imposta dall'adulto, ma nel **riconoscimento del mondo già abitato da chi è più giovane**.

Un'altra regola non scritta è che non serve la maratona. Data la sua stessa natura di "trasformazione" e "riorganizzazione" del tempo familiare, non bisogna trasformare il co-gaming in un nuovo "dovere". Spesso bastano trenta minuti, un'oretta al massimo, possibilmente in un momento disteso del weekend o in una serata senza altri impegni. Il punto non è la quantità di tempo, ma la qualità della presenza e della co-partecipazione: esserci davvero, lasciarsi guidare, ridere insieme degli errori e accettare che, per una volta, sia il figlio o la figlia a sapere di più, a dettare i tempi e a insegnare.

E se si ha paura di "non essere in grado", questo non deve diventare un ostacolo, ma più che altro una risorsa. L'essere goffi con un controller, il non capire subito le regole, è parte integrante del co-gaming. La leggerezza, l'ironia, la possibilità di fallire insieme sono il sale di un'esperienza che funziona proprio perché non pretende performance, ma autenticità e reciproco aiuto.

Chi desidera orientarsi meglio può trovare sostegno in un tessuto associativo che negli ultimi anni ha iniziato a lavorare proprio su questi temi. Realtà come *EduGamers for Kids*, che nasce dall'esperienza di educatori e game designer per proporre attività di sensibilizzazione e laboratori dedicati alle famiglie, hanno mostrato quanto il videogioco possa diventare strumento di dialogo intergenerazionale^[35]. E ancora, in misura diversa, **Close in the Distance** — l'associazione no profit capofila e promotrice di **Gaming and Parents** — lavora esplicitamente per accompagnare genitori, formatori e gruppi civici a leggere il digitale non come minaccia, ma come opportunità di incontro, promuovendo soprattutto un uso sano e consapevole del videoludico. Sono solo due esempi, ma bastano per rendersi conto che esiste un vero e proprio movimento internazionale che si muove su questa lunghezza d'onda: far incontrare pedagogia e gaming culture, con l'obiettivo condiviso di costruire un linguaggio comune tra generazioni, proprio attorno a un segmento rilevante di cultura digitale quotidiana.

35. edugamers.cloud

Il consiglio più rilevante, in fin dei conti, è proprio questo: non cercare il gioco “giusto” da comprare per forza, non immaginare che serva l'esperienza perfetta. Si parte da quello che c'è, dalle risorse già disponibili, dal piacere autentico di provare insieme. Il resto — competenze, legami, apprendimenti — è un risultato da raggiungere spontaneamente, anche un po' a prescindere dalla specificità del titolo che renderà, nel concreto, possibile l'attuazione di una sessione di co-gaming.

Detto questo, resta un ultimo passaggio importante: **tradurre le riflessioni in esperienze concrete**. Perché il co-gaming, per quanto ricco di potenzialità, non si basa su teorie o modelli espliciti, ma piuttosto su momenti quotidiani: una partita avviata sul divano, un titolo scelto insieme, un controller che passa di mano in mano. Non si tratta di proporre software didattici o “serious games” sviluppati per la scuola, ma di partire proprio dai titoli commerciali che milioni di famiglie già hanno in casa, trasformando ciò che normalmente è percepito come semplice intrattenimento in occasione di dialogo, cooperazione e crescita condivisa.

Per questo, nel prossimo paragrafo presenteremo alcuni esempi ed esercizi pratici, costruiti a partire da giochi diffusi e accessibili, facilmente reperibili senza spese aggiuntive e immediatamente replicabili in contesto familiare. Non modelli astratti, quindi, ma proposte che potenzialmente ogni figura genitoriale può adattare alla propria realtà domestica.

Idee per attività ludiche in famiglia (console, PC, mobile)

Prima di entrare nel vivo dei sette esercizi disegnati dal partenariato di **Gaming and Parents**, vale la pena chiarire un aspetto: ciò che leggerete non è un elenco di “giochi da fare insieme” con i propri figli o figlie o, più in generale, con adolescenti o giovani adulti, come se fosse un passatempo leggero, pur magari finalizzato al rinsaldare il legame familiare (obiettivo, di per sé, più che rilevante). Può tuttavia sembrare così, perché i titoli scelti sono popolari, accessibili a milioni di adolescenti e famiglie: *Mario Kart*, *Fortnite*, *Minecraft*. Ma la logica non è il divertimento fine a sé stesso: **ogni esercizio è pensato come occasione educativa**, cioè come spazio in cui il gioco diventa lente di osservazione e fonte d'acquisizione di competenze.

Non si parlerà quindi del gioco in quanto tale — che resta spontaneo e libero, come ogni esperienza ludica deve essere — ma del **gioco come ambiente d'educazione continua**. Dentro a una sessione di co-gaming, come già detto, emergono e si allenano capacità cognitive, sociali, emotive, comunicative: pianificare strategie, negoziare ruoli, gestire frustrazione e vittoria, costruire fiducia reciproca. Di conseguenza, è proprio ciò che in educazione degli adulti si definisce come ambito delle competenze trasversali: abilità che nascono in un contesto specifico, ma che restano disponibili per tutta la vita, trasferibili ad altri ambiti (per es. a scuola, a lavoro, nelle relazioni sociali).

Per esemplificare ulteriormente, nell'esercizio dedicato a *League of Legends*, il gioco diventa un laboratorio di **gestione emotiva e di pianificazione strategica**, con l'obiettivo di imparare — insieme — a tollerare la frustrazione della sconfitta e a riconoscere il merito altrui; in *Mario Kart*, l'attenzione si sposta sul **fair play** e sulla capacità di far fronte a degli imprevisti — più o meno “divertenti” che siano —, trasformando un contesto competitivo in occasione di resilienza e rispetto reciproco; con *Among Us*, al centro troviamo la negoziazione e il pensiero critico, esercitati attraverso discussioni di gruppo e **dinamiche di fiducia e sospetto**. E ancora, le esperienze modellate su *Minecraft* o *Final Fantasy XIV* aprono invece al **lavoro collaborativo a lungo termine**: costruire insieme o affrontare una sfida online significa allenare cooperazione, comunicazione e problem solving condiviso, in contesti che richiedono impegno e, soprattutto, costanza e perseveranza. In questo senso, il manuale lavora su due piani. Da un lato si rivolge direttamente alle figure genitoriali: leggere e sperimentare questi esercizi significa riconoscere che il videogioco non è tempo “perso”, ma un possibile territorio di crescita e di contatto intergenerazionale. Dall'altro lato, gli stessi esercizi sono pensati anche per operatori e operatrici che lavorano in contesti educativi: per loro, il progetto **Gaming and Parents** ha prodotto anche delle linee guidas specifiche, con istruzioni e adattamenti per l'uso didattico e per la replicabilità delle risorse, che verranno introdotte più dettagliatamente nell'appendice di questo manuale operativo.

C'è poi un altro aspetto, non meno importante: ogni esercizio, di per sé, rappresenta una forma di **digital literacy**, cioè di **alfabetizzazione digitale**. Imparare a giocare insieme, comprendere la logica di un titolo, riflettere su ciò che accade sullo schermo, significa diventare più consapevoli del funzionamento dei media digitali, in senso lato. È un apprendimento che coinvolge e investe non solo i più giovani, ma nel nostro caso soprattutto le figure genitoriali stesse, che spesso si trovano a colmare questa precisa forma di divario generazionale. In questo senso, il co-gaming non è solo “tempo condiviso”: è anche formazione reciproca, crescita parallela, acquisizione di strumenti critici per abitare, insieme e più consapevolmente, la dimensione digitale.

Alla luce di tutto questo, i sette esercizi che seguono non vanno intesi come un repertorio chiuso, ma come esempi: modelli che ogni famiglia o contesto educativo può adattare alle proprie possibilità. Non c'è il gioco “giusto” o “sbagliato”: ciò che conta è e sarà sempre il metodo, il modo in cui si trasforma il tempo videoludico in spazio di dialogo, di osservazione e di apprendimento.

Primo esercizio.

Prendere e riprendere la pista: *Mario Kart*

Obiettivo

Allenare la gestione delle emozioni in un contesto competitivo leggero, stimolare la pianificazione rapida e il rispetto delle regole comuni, sperimentando la frustrazione e la gioia della vittoria in modo sano.

Materiali e durata

Una console o un dispositivo con qualsiasi edizione di *Mario Kart* (dal vecchio Wii fino a *Mario Kart Tour* su Smartphone), due o più controller nel caso in cui si giocasse da console, circa 40-55 minuti di tempo.

Cos'è *Mario Kart* (e chi è Mario)

Mario Kart è una delle serie più celebri della *Nintendo*, nata negli anni Novanta e arrivata fino a oggi in numerose versioni. È uno “spin-off” dell'universo di *Super Mario*, il personaggio simbolo della casa giapponese – e icona videoludica mondiale –, che dal 1985 a oggi ha definito l'immaginario stesso del videogioco. In *Mario Kart* i protagonisti di questo mondo colorato — da Mario a Luigi, da Peach a Bowser — abbandonano i loro ruoli tradizionali per sfidarsi in corse automobilistiche caotiche e imprevedibili. Non è un gioco di guida realistico, ma un'esperienza esilarante fatta di percorsi fantastici, ostacoli bizzarri e oggetti “speciali” (dalle banane che fanno scivolare agli ormai leggendari gusci blu) che possono ribaltare la gara all'ultimo secondo.

Proprio per la sua immediatezza e per l'assenza di violenza realistica, *Mario Kart* è diventato un titolo intergenerazionale e, nei fatti, anche ben adatto alle fasce d'età più giovani.

Svolgimento

- Briefing (5 minuti). Il genitore e i figli scelgono i personaggi e la pista: già questo momento diventa occasione di dialogo e di scambio, tra preferenze estetiche (“io voglio Yoshi!”, “io Peach!”) e piccole strategie (“questa pista è più difficile, proviamo?”).
- Attività (circa 30 - 40 minuti). Si gioca insieme per alcune gare. L'attenzione non va tanto sul vincere a ogni costo, quanto sull'imparare a gestire i colpi di scena (una buccia di banana, un guscio blu che distrugge la corsa perfetta), e a ripartire senza perdere il buon umore.
- Debriefing (5 - 10 minuti). Al termine delle corse, ci si ferma a riflettere: “Com'è stato perdere all'ultimo giro?”; “Cosa ti ha fatto ridere di più?”; “Cosa hai fatto per recuperare quando eri indietro?”. Domande semplici che aiutano a riconoscere emozioni e strategie, e a collegarle ad altri contesti (scuola, sport, vita quotidiana).

Riflessioni

Mario Kart è universalmente riconosciuto come gioco di famiglia: colorato, immediato, accessibile a tutte le età. La sua struttura — veloce, imprevedibile, fatta di sorpassi e ribaltamenti improvvisi — mette tutti sullo stesso piano, dal principiante al veterano, creando un terreno fertile per allenare alcune competenze rilevanti. Prima di tutto, la **gestione delle emozioni**: imparare a perdere senza abbattersi, a ridere degli imprevisti, ad accettare che un colpo di fortuna può, di fatto come nella realtà, ribaltare la gara. In secondo luogo, il **fair play**, cioè la capacità di godersi una vittoria senza trasformarla in scherno, e di riconoscere il merito altrui. Infine, c'è un elemento non scontato di attenzione e concentrazione, perché per restare in pista servono riflessi rapidi e capacità di adattarsi al continuo cambiare delle situazioni. Non sono abilità astratte, ma competenze quotidiane che, ripetute nel tempo, entrano nel modo in cui le persone, di ogni età, possono affrontare le sfide, i rapporti cooperativi e i momenti di frustrazione, anche fuori dallo schermo.



Screenshot tratto da Mario Kart World. © Nintendo. Tutti i diritti riservati.

Secondo esercizio.

Cucinare sotto pressione: *Overcooked! 2*

Obiettivo

Sviluppare la capacità di comunicare in modo chiaro, coordinarsi in tempo reale e affrontare insieme situazioni di stress, imparando a collaborare e a gestire conflitti leggeri in modo costruttivo.

Materiali e durata

Una console o un PC con *Overcooked! 2* installato (è disponibile su più piattaforme, anche con opzioni di gioco online). Servono due o più controller; durata consigliata: circa 50-65 minuti.

Cos'è *Overcooked!*

Overcooked! è un videogioco cooperativo pubblicato da Team17 e Ghost Town Games, che ha avuto un successo sorprendente negli ultimi anni grazie alla sua formula tanto semplice quanto divertente: cucinare insieme, in cucine che nel corso del tempo diventano sempre più assurde e caotiche. L'obiettivo dei giocatori è preparare piatti servendo i clienti nel tempo limite, coordinandosi per tagliare, cuocere, impiattare, lavare i piatti. A rendere il tutto imprevedibile sono le cucine stesse, che si muovono, crollano, si incendiano, o si trasformano in piattaforme mobili. Il risultato è un gioco comico e frenetico, ma che richiede cooperazione continua e capacità di darsi istruzioni chiare sotto pressione.

Svolgimento

- Briefing (5 minuti). In modalità informale, sarà necessario avere in mente che l'obiettivo non è tanto "vincere" quanto riuscire a organizzarsi insieme. Ogni giocatore prende un ruolo ("tu tagli", "tu cucini", "tu servi i piatti"), partendo dal presupposto che le cucine dinamiche obbligheranno, in un modo o nell'altro, a cambiare piani in corsa. È tuttavia auspicabile che i ruoli assegnati vengano discussi dal gruppo familiare (o dalla semplice coppia composta da genitore e figlio o figlia) e attribuiti sulla base delle attitudini e disposizioni del singolo partecipante.
- Attività (circa 40 - 50 minuti). Si gioca a un paio di livelli, osservando come si comunica, chi prende l'iniziativa, chi si trova in difficoltà. Inevitabilmente arriveranno momenti di caos: piatti bruciati, ordini saltati, varie e possibili gaffe.
- Debriefing (5 - 10 minuti). Alla fine della sessione, ci si confronta: "In quale momento siamo stati più organizzati?"; "Quando ci siamo persi?"; "Cosa avresti voluto che ti dicessi in quel momento?" "Il ruolo iniziale era per te effettivamente adeguato?"; "Avresti voluto iniziare in un altro modo, con un altro ruolo?". Lontana dall'essere un'analisi tecnica, la conclusione dovrà piuttosto essere una conversazione leggera, finalizzata a notare la qualità della comunicazione, la gestione del caos e la coerenza tra aspettative personali e ruoli inizialmente assegnati a ciascun partecipante.

Riflessioni

A differenza di giochi competitivi come *Mario Kart*, *Overcooked!* è costruito interamente sulla cooperazione. Nessuno vince da solo: o si lavora insieme, oppure la cucina implode. È un contesto ideale per allenare **competenze relazionali**, sia per più giovani che per più adulti: comunicazione diretta, ascolto reciproco, flessibilità nei ruoli, gestione dello stress. La figura genitoriale, qui, non è osservatrice esterna ma parte integrante del caos: non è raro che sia proprio chi è più adulto a mandare all'aria un piatto per distrazione, imparando così a ridere di sé e a chiedere scusa. Sono dinamiche potenzialmente molto rilevanti perché in grado di ribaltare la relazione tradizionale: l'adulto non "insegna", ma coopera, mostrando che anche chi ha più esperienza di vita può trovarsi in difficoltà, e che la chiave non è la perfezione ma il sostegno reciproco.



Screenshot tratto da Overcooked. © Ghost Town Games Ltd. / Team17. Tutti i diritti riservati.

Terzo esercizio.

Chi è l'impostore? Fiducia e negoziazione con *Among Us*

Obiettivo

Stimolare la capacità di ragionare in gruppo, allenare la negoziazione e il pensiero critico, esplorare il ruolo della fiducia e del sospetto nelle dinamiche sociali.

Materiali e durata

Uno smartphone, un tablet o un PC con *Among Us* (gioco gratuito, disponibile su quasi tutte le piattaforme). È consigliato un gruppo di almeno 4-6 giocatori, quindi per esempio un intero nucleo familiare, per una durata di circa 45 minuti.

Cos'è *Among Us*

Among Us, sviluppato da Innersloth, è diventato un fenomeno culturale soprattutto durante la pandemia, quando milioni di persone hanno iniziato a giocarci online con amici e sconosciuti. È un gioco di "deduzione sociale": in una navicella spaziale, la maggior parte dei giocatori è costituita da "crew members" che devono completare piccoli compiti, mentre 1 o 2 sono "impostori" che cercano di eliminare gli altri senza farsi scoprire. A intervalli, i giocatori discutono insieme su chi sospettano e votano per espellere qualcuno: un misto di logica, intuito, bluff e teatro.

Svolgimento

- Briefing (10 minuti). Prima di iniziare, si spiega la regola base: la partita è divisa in due fasi, quella operativa (ognuno fa i propri compiti) e quella di discussione (si parla per decidere chi eliminare).
- Attività (30 minuti). Si gioca una o più partite, osservando come ciascuno costruisce i propri ragionamenti e difende le proprie posizioni. La figura genitoriale può avere un ruolo attivo (partecipando come giocatore) oppure osservativo (assistendo alle discussioni e stimolando il confronto).
- Debriefing (5 minuti). Al termine, si discute insieme: "Come hai capito chi era l'impostore?"; "Ti sei fidato di qualcuno, e perché?"; "Com'è stato quando sospettavano di te?". Domande che aiutano a collegare le dinamiche del gioco con quelle della vita reale: fidarsi, ingannare, difendersi, convincere.

Riflessioni

Among Us è un gioco tanto semplice nelle regole quanto profondo nelle implicazioni sociali. È un laboratorio ludico in cui si sperimentano **competenze di negoziazione, capacità di costruire e valutare argomentazioni, gestione del sospetto e della fiducia**. Per chi è più giovane un modo di vivere in forma ludica questioni che fanno parte della crescita: imparare a difendere le proprie ragioni, accettare di essere messi in discussione, tollerare il sospetto ingiusto. Per le figure adulte è l'occasione di osservare (e talvolta partecipare a) questi meccanismi, riconoscendo quanto possano essere intensi ma anche utili per imparare a dialogare in gruppo. Il co-gaming, qui, diventa laboratorio relazionale: non importa tanto chi vince, ma come ci si confronta, si discute e si negozia.



Screenshot tratto da Among Us. © Innersloth LLC. Tutti i diritti riservati.

Quarto esercizio.

Ballare insieme: espressione e movimento con *Just Dance*

Obiettivo

Promuovere l'espressione corporea, l'uso creativo del corpo come linguaggio, l'accettazione reciproca e la capacità di condividere momenti appieno esperienziali in modalità familiare.

Materiali e durata

Una console con *Just Dance* (disponibile su *Nintendo Switch*, *PlayStation*, *Xbox*) oppure l'app mobile *Just Dance Now*, che funziona anche solo con smartphone collegati a uno schermo. La durata è di circa 30-40 minuti.

Cos'è *Just Dance*

Just Dance, sviluppato da Ubisoft, è una delle serie più popolari al mondo tra i giochi corporei. L'idea è semplice: seguire sullo schermo i passi di una coreografia musicale, imitando le mosse del personaggio digitale e cercando di mantenere il ritmo. Ogni brano è accompagnato da scenografie colorate e coreografie che variano dal pop al rock, dall'hip hop alla musica latina, rendendo l'esperienza accessibile a chiunque, anche a chi "non sa ballare". L'aspetto competitivo c'è — il punteggio finale —, ma è secondario rispetto alla strutturazione di uno spazio di complicità e, soprattutto, alla dimensione esperienziale e corporea.

Svolgimento

- Briefing (5 minuti). Si sceglie insieme una canzone e si decide chi gioca per primo. È importante sottolineare che non conta la bravura, ma il vedere e il vedersi alle prese con qualcosa di insolito e intimamente corporeo: l'obiettivo è ballare insieme con l'uso di un medium videoludico, non di fare performance perfette.
- Attività (20-25 minuti). Si ballano un paio di canzoni a turno o in contemporanea. È frequente che emergano momenti non appieno coordinati (un passo sbagliato, un movimento esagerato), che sono pensati per divenire occasione di condivisione. La figura genitoriale partecipa come giocatore, accettando di esporsi, mostrando che il corpo può essere usato anche in chiave ludica e liberatoria.
- Debriefing (5-10 minuti). Si chiude con una breve riflessione: "Cosa ti ha divertito di più?"; "Com'è stato ballare con me?"; "C'è stata una canzone che ti ha sorpreso?".

Riflessioni

Just Dance non è soltanto un gioco di ritmo: è un contesto che rende naturale qualcosa che, nella quotidianità, difficilmente accadrebbe. Ballare insieme ai propri figli o ai propri genitori non è un'esperienza comune: il ballo resta spesso confinato a palestre, feste o contesti formali. Qui invece diventa **medium espressivo** dentro le mura di casa, un'occasione "eccezionale" in cui il corpo si fa linguaggio e ponte relazionale. Ridere di un passo sbagliato, condividere una coreografia improbabile, esporsi senza paura di giudizio: tutto questo ha un valore enorme, perché trasforma il **movimento in comunicazione** e il gioco in sport improvvisato, ma soprattutto in un'esperienza di intimità familiare difficilmente replicabile con altri strumenti altrettanto immediati.



Screenshot tratto da *Just Dance*. © Ubisoft Entertainment. Tutti i diritti riservati.

Quinto esercizio.

Costruire mondi insieme: creatività collaborativa con *Minecraft*

Obiettivo

Stimolare la creatività e la capacità di progettare, favorire la collaborazione a lungo termine e il problem solving condiviso, allenando pazienza, immaginazione e spirito di iniziativa. Soprattutto, vivere l'esperienza unica di costruire qualcosa insieme, un'opera comune che rimane nel tempo come segno tangibile della collaborazione familiare.

Materiali e durata

Un PC, una console o un dispositivo mobile con *Minecraft* (versione Java o Bedrock, non importa). Possono giocare insieme due o più persone, anche in locale. Tempo consigliato: almeno 45-60 minuti, ma il gioco si presta a sessioni ripetute.

Cos'è *Minecraft*

Minecraft, di cui abbiamo già parlato, è stato sviluppato originariamente da Mojang Studios e oggi proprietà di Microsoft, essendo inoltre uno dei videogiochi più popolari al mondo. È un sandbox: non ha un obiettivo predefinito, ma offre un mondo fatto di blocchi da esplorare, scavare, costruire. Si può giocare in modalità “sopravvivenza”, dove bisogna raccogliere risorse e difendersi da creature ostili, o in modalità “creativa”, che permette di costruire liberamente senza vincoli. La sua forza sta nella relativa semplicità e nella sua immediatezza: con pochi strumenti si possono realizzare case, città, opere d'arte digitali, persino repliche di monumenti reali. Non a caso, *Minecraft* è usato in contesti educativi di tutto il mondo come strumento di apprendimento non formale, adatto a qualsiasi età.

Svolgimento

- Briefing (10 minuti). Si sceglie insieme cosa costruire: una casa, un ponte, un villaggio, una piccola “impresa” comune. È importante che la decisione sia condivisa: discutere e accordarsi sull'obiettivo è già parte dell'attività di co-gaming.
- Attività (30-40 minuti). Si gioca collaborando: un partecipante raccoglie materiali, un altro costruisce le fondamenta, uno decora, uno esplora. Non esistono ruoli fissi: si può cambiare compito liberamente, scambiandosi consigli e suggerimenti. Momenti di imprevisto — come una notte di mostri in modalità sopravvivenza o un errore di costruzione — diventano spunti per riflettere e riorganizzarsi.
- Debriefing (5-10 minuti). Si osserva insieme il risultato finale: “Ti piace quello che abbiamo costruito?”; “Cosa cambieresti?”; “Cosa ti è piaciuto di più fare?”. L'accento non è sul prodotto finito, ma sul percorso di collaborazione.

Riflessioni

Minecraft è un laboratorio creativo senza uguali. Non ci sono punteggi o classifiche: il valore sta nell'immaginare insieme e nel trasformare un'idea in realtà digitale. Questo rende l'esperienza educativa in senso ampio: si esercitano creatività, pazienza, capacità di pianificazione e collaborazione, ma soprattutto si sperimenta il piacere di costruire qualcosa di comune, nel nostro caso a livello familiare. Per chi è più giovane significa dare forma a idee e fantasia; ma anche per le figure genitoriali è, di fatto, un'occasione per stupirsi, riscoprendo la gioia del “fare” insieme senza fretta, imparando a propria volta le regole e i principi base della cooperazione online, orientata verso uno scopo creativo. L'aspetto più rilevante è che **l'opera costruita resta lì**, nel mondo di *Minecraft*, come **memoria condivisa**: ogni volta che si tornerà a visitarla, riemergeranno i ricordi dell'esperienza vissuta. In questo senso, il titolo è davvero in grado di diventare ben altro rispetto a un “semplice” videogame, configurandosi piuttosto come un potenziale **contenitore di storie familiari**.

Sesto esercizio.

Un'avventura senza tempo: *Final Fantasy XIV* e il viaggio condiviso

Obiettivo

Sperimentare il videogioco come percorso narrativo e comunitario a lungo termine, costruire un legame familiare duraturo attraverso l'esplorazione, la cooperazione e la condivisione di una storia complessa.

Materiali e durata

Un PC o una console con *Final Fantasy XIV Online*. È necessario un abbonamento, ma Square Enix offre una "free trial" molto ampia che consente di giocare per centinaia di ore senza costi iniziali. Il gioco si presta a sessioni sia brevi (30-40 minuti) che lunghe, essendo più che altro basato sulla continuità nel tempo.

Cos'è *Final Fantasy XIV*

Final Fantasy XIV è uno dei MMORPG (Massively Multiplayer Online Role-Playing Game) più popolari al mondo. Ambientato in un universo fantasy, permette a milioni di giocatori di creare un personaggio e vivere avventure epiche insieme, tra missioni, dungeon, raid e una Main Story Quest (MSQ) che è diventata celebre per profondità e qualità narrativa.

Un esempio emblematico del potere relazionale del gioco è la serie giapponese *Final Fantasy XIV: Dad of Light* (2017), tratta da una storia vera: un figlio introduce il padre – che si trovava in un momento di crisi lavorativa e personale – al gioco per comunicare con lui in modo nuovo, costruendo un rapporto che nella vita reale era rimasto distante. Non si tratta di un caso isolato: moltissime famiglie in tutto il mondo hanno usato *FFXIV* come ponte per condividere tempo, emozioni e avventure.

Svolgimento

- Briefing (10 minuti). Si crea insieme il personaggio, scegliendo razza, classe e aspetto: un momento già significativo, perché permette di esprimere gusti, identità e creatività.
- Attività (40-60 minuti o più). Si affronta un contenuto cooperativo della *Main Story Quest* o un *dungeon*. Qui l'esperienza familiare si apre subito a una dimensione più ampia: non si gioca mai in due soltanto, ma all'interno di un gruppo di otto persone (nelle "Trials") o anche più in altri contenuti. Questo significa che la diade genitore-figlio/a si ritroverà inevitabilmente a collaborare con altri sei giocatori sconosciuti, condividendo ruoli differenziati (tank, healer, DPS), strategie e imprevisti. È una palestra naturale di fiducia reciproca e di comunicazione efficace, che non resta confinata al nucleo familiare ma si estende alla comunità globale del gioco.
- Debriefing (10 minuti). Si riflette insieme sull'esperienza: "Com'è stato giocare non solo con me, ma anche con altre persone?"; "Abbiamo imparato qualcosa da chi non conoscevamo?"; "Ti sei sentito/a parte di un gruppo più grande?".



Screenshot tratto da Final Fantasy XIV. © SQUARE ENIX CO., LTD. Tutti i diritti riservati.

Riflessioni

Con *Final Fantasy XIV*, il co-gaming familiare si arricchisce di due elementi unici. Il primo è la **socialità virtuale**: genitori e figli sperimentano insieme cosa significa entrare in un gruppo allargato, fidarsi di persone sostanzialmente sconosciute, imparare a comunicare in tempi rapidi. Non si tratta solo di divertirsi, ma di sviluppare capacità di adattamento e collaborazione che sono essenziali anche fuori dal digitale. Il secondo è la dimensione linguistica e culturale: l'MMORPG mette in contatto con giocatori di ogni parte del mondo, e la lingua veicolare è quasi sempre l'inglese. Non è raro che ragazzi e ragazze migliorino la propria comprensione linguistica (e persino la scrittura) giocando, imparando termini tecnici, formule di cortesia, modi di esprimersi. Molte persone adulte raccontano la stessa esperienza: prima ancora di corsi ufficiali, è stato l'inglese “pratico” dei videogiochi online a rappresentare una **vera scuola di lingua**.

In questo senso, *Final Fantasy XIV* è molto più di un gioco: è un ambiente culturale e sociale, un contesto in cui si intrecciano narrazione, strategia, lingua e relazione. Giocare insieme qui non significa soltanto vivere un'avventura epica, ma partecipare a una comunità globale che allena — senza dichiararlo — competenze sociali, linguistiche ed emotive di ampia rilevanza.

Settimo esercizio.

Strategia a due: *Teamfight Tactics (TFT)* in modalità *Double Up*

Obiettivo

Allenare il pensiero strategico e la capacità di pianificazione a medio-lungo termine, sviluppare collaborazione mirata e comunicazione costante tra due persone, trasformando la coppia genitore-figlio/a in una vera squadra con ambizioni competitive.

Materiali e durata

Un PC o un dispositivo mobile con *League of Legends* installato (gratuito). Nella modalità *Teamfight Tactics - Double Up*, due giocatori collaborano in coppia. Durata consigliata: una o due partite da circa 50-60 minuti ciascuna.

Cos'è *League of Legends* (e cos'è *TFT*)

League of Legends (LoL), sviluppato da Riot Games nel 2009, è uno dei videogiochi più giocati e longevi di sempre, nonché il titolo simbolo degli eSports, con milioni di spettatori ai campionati mondiali e una comunità globale vastissima. Il suo universo narrativo si è ampliato ben oltre il gioco, fino ad arrivare ad *Arcane*, la serie animata prodotta da Riot e Netflix che nel 2021 ha conquistato pubblico e critica, vincendo persino un Emmy Award.

Accanto alla versione “classica” (un MOBA competitivo 5v5), Riot ha sviluppato *Teamfight Tactics (TFT)*, che appartiene al genere “autochess”. Cosa significa? A ogni turno i giocatori scelgono dei “campioni” dal roster di LoL, li posizionano su una scacchiera digitale e li combinano in base a tratti e sinergie. Una volta schierati, i combattimenti si svolgono in automatico (“auto”), mentre il cuore del gioco è la parte di “chess”: decidere chi mettere, dove metterlo e come potenziarlo. Non serve avere riflessi rapidi, ma capacità di pianificazione, adattamento e gestione delle risorse.

La modalità *Double Up* porta tutto questo al livello cooperativo: due giocatori formano una squadra, possono inviarsi campioni, oggetti e supportarsi direttamente, costruendo strategie comuni e condividendo la responsabilità del risultato.

Svolgimento

- Briefing (10 minuti). Genitore e figlio/a si siedono insieme e discutono delle possibili strategie iniziali. La scelta non è mai definitiva, perché il gioco obbliga ad adattarsi a ciò che “esce” turno dopo turno: il briefing diventa quindi già una piccola lezione di flessibilità.
- Attività (30–40 minuti). Durante la partita, la comunicazione diventa centrale: ci si scambia unità, si suggeriscono posizionamenti, ci si avverte delle sinergie da cercare. Il successo arriva solo se la coppia riesce a ragionare come una vera squadra, sincronizzando le proprie decisioni.
- Debriefing (10 minuti). Alla fine si riflette: “Quale mossa ci ha aiutato di più come coppia?”; “C’è stato un momento in cui non eravamo sincronizzati?”; “Com’è stato dividere le responsabilità e fidarsi dell’altro?”.

Riflessioni

Con *TFT Double Up* il co-gaming assume i tratti di un allenamento strategico condiviso, in cui la vittoria dipende non dalla rapidità individuale, ma dalla capacità di coordinarsi. Questo lo rende particolarmente adatto al co-gaming familiare: a differenza della versione classica di LoL, che richiede abilità motorie e riflessi veloci, *TFT* si basa su ragionamento, pianificazione e comunicazione, accessibili anche a chi non ha molta esperienza videoludica.

È un gioco gratuito, quindi facilmente replicabile senza barriere economiche, e al tempo stesso inserito in un universo culturale vasto: *League of Legends* è da anni al centro della scena eSport globale, e *Arcane* ha mostrato come il suo mondo narrativo sappia parlare a pubblici diversi. In questo senso, *TFT Double Up* è un ponte perfetto: permette a chi è più giovane di coinvolgere le proprie figure genitoriali non in una “battaglia caotica”, ma in una sfida strategica, dove ogni decisione conta e dove due teste ragionano davvero meglio di una — a patto che dialoghino davvero l’una con l’altra.



Screenshot tratto da Teamfight Tactics (League of Legends). © Riot Games, Inc. Tutti i diritti riservati.

Esercizio conclusivo: come disegnare un piano familiare di co-gaming, insieme alla redazione di un diario delle sessioni

Introduzione

Abbiamo attraversato diversi esempi e attività pratiche, dai giochi più immediati e leggeri alle avventure cooperative più complesse, ponendo sempre al centro quanto di più rilevante, il co-gaming, è in grado di garantire: trasmissione e acquisizione di competenze trasversali, rafforzamento della rete sistemica e relazionale del nucleo familiare, insieme al miglioramento del dialogo transgenerazionale. Di conseguenza, ora è il momento di fare un passo ulteriore: e cioè di passare dall'esperienza episodica alla pianificazione consapevole. Così come nella vita quotidiana ci si organizza per i pasti, per lo sport, per la scuola o per il lavoro, **anche il co-gaming può trovare un suo spazio progettato e riconosciuto**. Non si tratta di irrigidire il gioco in un calendario, ma di renderlo parte integrante della routine familiare, valorizzandolo come occasione di crescita condivisa.

Piano familiare di uso del gaming

Il primo passo consiste nel sedersi insieme e disegnare un piccolo “piano familiare” sull'uso del gaming. Può essere una semplice tabella, appesa in cucina o sul frigorifero, che risponde a domande basilari:

- Quando giochiamo insieme? (ad esempio: una sera a settimana, o mezz'ora nel weekend)
- A cosa vogliamo giocare? (scegliere insieme, alternando i titoli proposti da adulti e da ragazzi/e)
- Con quali regole? (rispetto reciproco, niente offese, possibilità di fermarsi se qualcuno si sente a disagio)

Il piano non è un contratto rigido, ma un accordo flessibile e condiviso. L'importante è che sia costruito insieme, perché così facendo può davvero divenire uno strumento di responsabilizzazione reciproca: non è “il genitore che concede”, ma “la famiglia che decide”.

Diario di una sessione di co-gaming

Il secondo passo è ancora più semplice, ma non per questo meno utile: tenere un piccolo diario. Dopo una sessione di co-gaming, si può dedicare qualche minuto a scrivere (o disegnare) che cosa è accaduto. Non servono frasi lunghe, basta rispondere a due domande:

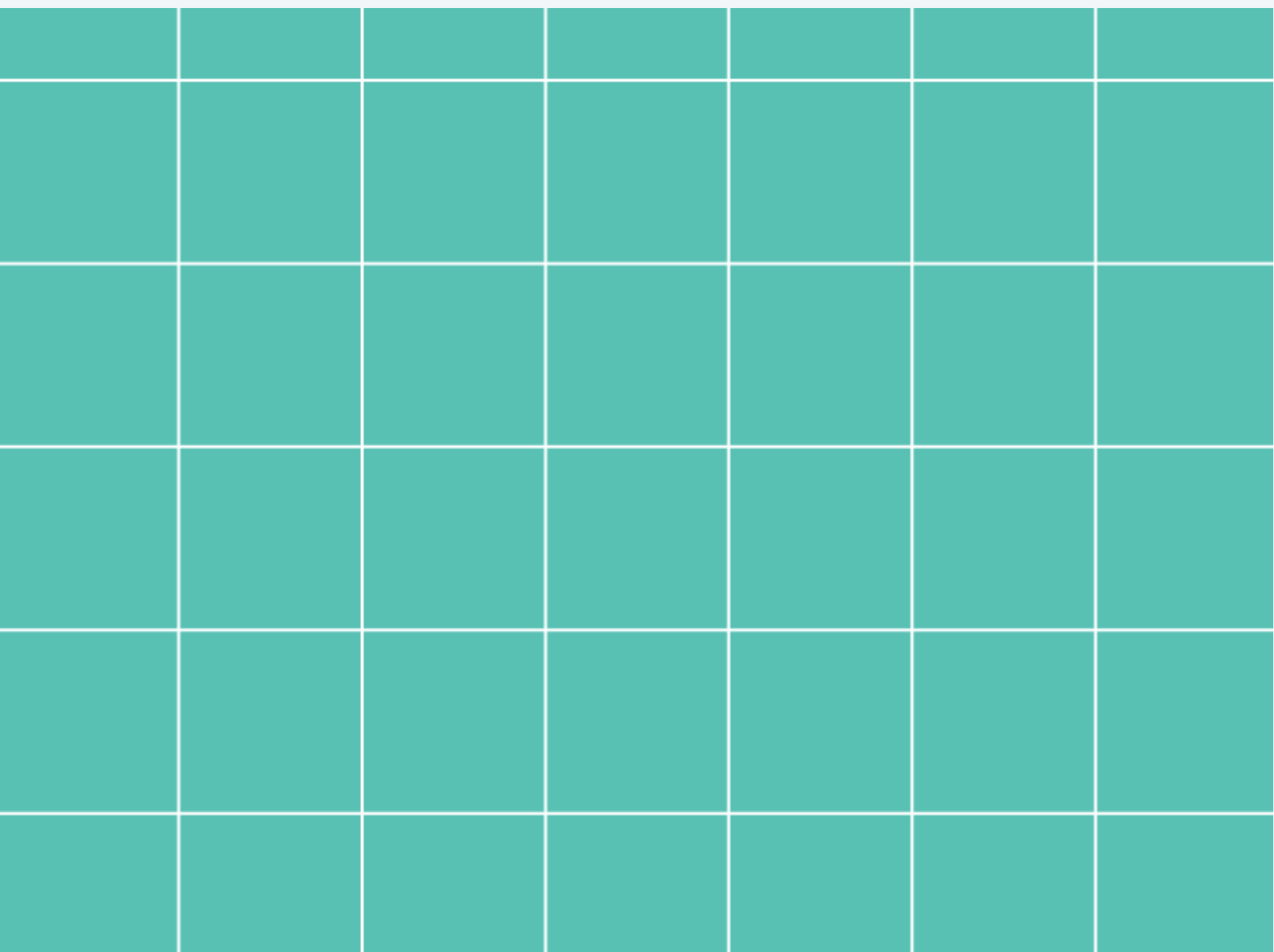
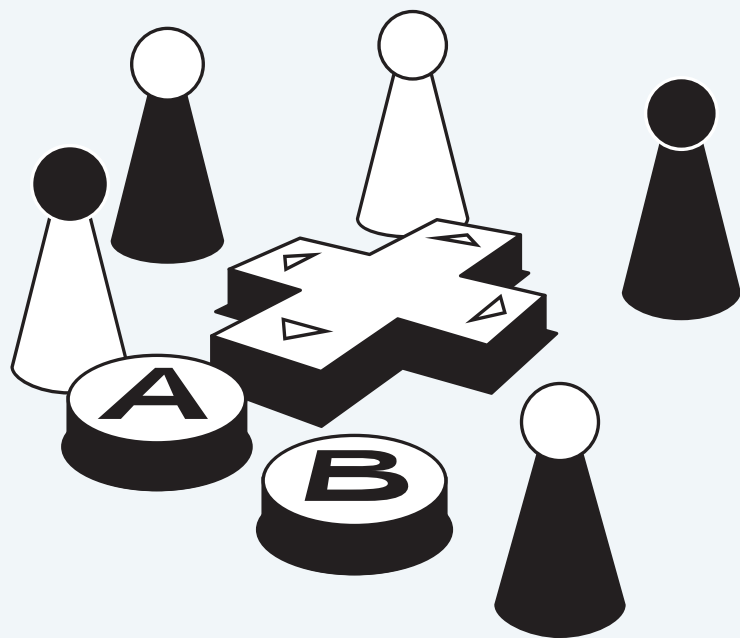
- Cosa mi è piaciuto di più oggi?
- Che cosa ho imparato (o scoperto) giocando insieme?

Per chi è più giovane, il diario può essere fatto con disegni o collage; per gli adolescenti può essere un file condiviso, magari arricchito da *screenshot* della partita. L'adulto può scrivere a sua volta, rendendo il diario un vero dialogo intergenerazionale: non solo memoria del gioco, ma anche specchio di come cambia e cresce la relazione.

Riflessioni

Pianificare e riflettere non significa togliere spontaneità al gioco: al contrario, significa riconoscerlo come parte significativa della vita familiare. Un piano e un diario aiutano a dare continuità, a evitare che il co-gaming resti un episodio isolato, e soprattutto a **consolidare la consapevolezza che ciò che accade davanti a uno schermo ha valore reale**, educativo e relazionale, che valica i confini del medium. In fondo, ciò che conta non è il titolo scelto, ma la capacità di ritrovarsi regolarmente, riflettendo insieme sulle potenzialità insite tanto nel digitale quanto, più specificamente, nel videoludico.

GAMING ADDICTION E NUOVE DIPENDENZE: UNA GUIDA PER GENITORI



Differenza tra uso intensivo e dipendenza

Nelle sezioni precedenti abbiamo descritto il videogioco – e, più in generale, il gaming come pratica diffusa e quotidiana – come uno spazio educativo possibile: un “luogo” di apprendimento non formale, capace di stimolare competenze cognitive, relazionali ed emotive che, nel nostro caso, possono rafforzare su più livelli il sistema-famiglia. Nel dettaglio, abbiamo collocato il gaming dentro un panorama più ampio di luoghi e pratiche che compongono quella che oggi definiamo digital literacy familiare: la capacità, condivisa tra generazioni, di orientarsi in modo critico, creativo e consapevole negli ambienti digitali, facendo leva proprio sulla cooperazione intergenerazionale. Eppure, tutto questo non è automaticamente positivo. Come accade per qualsiasi altra pratica culturale o mediale – dalla televisione allo sport agonistico – anche il gaming può assumere forme problematiche, che in alcuni casi rientrano appieno nei criteri clinici della dipendenza. Pur avendo finora sottolineato gli aspetti più sani del videogiocare, ignorarne i possibili rischi significherebbe cadere in un’ingenuità che sarebbe non solo metodologicamente scorretta, ma anche poco utile per chi legge. È proprio per questo che questo capitolo si concentra sul vasto e complesso fenomeno della gaming addiction, una forma specifica di nuove dipendenze digitali (che non si esauriscono certo nel gaming, ma comprendono anche i social network, lo shopping online e altri comportamenti compulsivi legati all’ambiente digitale). Per cominciare, occorre soffermarsi su una distinzione fondamentale: quella tra uso intensivo e dipendenza da videogiochi.

Uso intensivo ≠ dipendenza

Un ragazzo o una ragazza può giocare molte ore al giorno senza essere “dipendente”. L’uso intensivo descrive una forte immersione in un’attività che può avere anche esiti positivi: come abbiamo visto, soprattutto sviluppo di competenze trasversali, di abilità sociali e creative, oppure il rafforzamento della propria attitudine al problem solving, il proprio senso etico, e così via. In linea di massima, il gaming assume, nella stragrande maggioranza dei casi, la forma di “engagement” profondo, in modalità stagionale (un nuovo titolo molto atteso, le vacanze scolastiche), che però non compromette significativamente la vita quotidiana. In altre parole: può essere tanto, e tutto insieme, ma non è necessariamente troppo. La dipendenza, di base, è un fenomeno qualitativamente diverso. L’Organizzazione Mondiale della Sanità ha riconosciuto nel 2018 il gaming disorder come disturbo comportamentale, definendolo come «un pattern di comportamento caratterizzato da perdita di controllo sul gioco, priorità crescente data al gaming rispetto ad altre attività, e prosecuzione del gioco nonostante conseguenze negative significative»^[36].

Sono tre gli elementi che fanno la differenza e che permettono di parlare di dipendenza effettiva, non più di uso intensivo, più o meno occasionale:

- Perdita di controllo: chi gioca non riesce a limitare la durata o la frequenza delle sessioni di gioco, su base giornaliera
- Compromissione del funzionamento: il gioco sostituisce altre attività importanti (studio, sonno, relazioni, igiene)
- Persistenza nonostante le conseguenze negative: anche quando si riconoscono i problemi causati, si continua a giocare, proprio a causa dell’intrinseca incapacità di avere controllo sul medium videoludico

36. World Health Organization (2018), International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11).

Il contesto conta più del numero di ore

Le ricerche internazionali convergono però su un punto chiave: non è la quantità di tempo, da sola, a definire la dipendenza^[37].

Uno studio condotto da Przybylski e Weinstein (2017) su oltre 2.000 adolescenti ha mostrato che la maggior parte dei giovani che giocano più di tre ore al giorno non presenta sintomi clinici di dipendenza: l'uso problematico riguarda una piccola minoranza (circa il 2-3%)^[38]. E, soprattutto, tende ad accompagnarsi a condizioni preesistenti di fragilità psicologica o sociale (per es. tendenza all'isolamento, o a comportamenti antisociali), non “creandole” ex-novo.

Per questo è fondamentale leggere l'esperienza videoludica nel suo contesto: chi gioca, con chi, a cosa, quando, perché.

Un'ora passata da soli in piena notte, non solo a cercare di “disconnettersi” dalla realtà, ma anche in modo del tutto compulsivo, non equivale a tre ore passate nel pomeriggio con amici, a ridere e discutere strategie in una partita online.

Il ruolo della mediazione genitoriale

In questo scenario, la mediazione genitoriale — sia attiva che partecipativa — assume un ruolo fondamentale.

Come mostrano gli studi di Sonia Livingstone ed Ellen Helsper, il rischio non è tanto l'esposizione al mezzo, quanto l'assenza di regole condivise, routine chiare e dialogo^[39].

Quando il gioco è inserito dentro una cornice familiare che prevede:

- tempi concordati,
- spazi di confronto,
- momenti di co-gaming,
- curiosità reciproca,

allora l'uso intensivo può diventare persino un'occasione di crescita.

Al contrario, quando è lasciato interamente all'autoregolazione del più giovane, in contesti di isolamento o assenza di alternative, può degenerare in uso compulsivo, al pari purtroppo di numerose altre attività.

Indicatori di comportamenti a rischio e segnali di allarme

Quando parliamo di “dipendenza” non ci riferiamo a un'impressione vaga, ma a una realtà che la psicologia e la psichiatria hanno definito con precisione e che prevede specifici segnali d'allarme, indicatori e comportamenti osservabili. Nel DSM-5, che è il manuale di riferimento internazionale nel campo della psicopatologia, le dipendenze da tempo non riguardano più infatti “soltanto” le sostanze (alcol, droghe, tabacco), ma anche i comportamenti: per esempio, il gioco d'azzardo patologico è riconosciuto come una forma di “addiction” a tutti gli effetti. In questa stessa cornice si collocano le nuove dipendenze digitali, cioè quei comportamenti online che, pur non implicando sostanze, possono diventare ugualmente pervasivi.

37. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet Gaming Addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278–296.

38. Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). A Large-Scale Test of the Goldilocks Hypothesis: Quantifying the Relations Between Digital-Screen Use and the Mental Well-Being of Adolescents. *Psychological Science*, 28(2), 204–215.

39. Livingstone, S., & Helsper, E. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581–599.

È importante sottolinearlo di nuovo: giocare molto non significa automaticamente essere dipendenti. Un uso intensivo può essere normale in certe fasi della vita, come quando esce un nuovo titolo attesissimo o durante le vacanze. La dipendenza comincia quando il gioco smette di essere una scelta e diventa un obbligo, spesso silenzioso, e cioè quando sembra che sia il videogioco stesso a “chiamare”, prendendosi spazio e tempo a scapito di tutto il resto.

Per potere davvero parlare di dipendenza dal gaming, vi è bisogno dell'emersione continuata di segnali caratteristici:

- Preoccupazione costante per il gioco (pensare continuamente a quando e come giocare).
- Sintomi di astinenza quando non si gioca (irritabilità, ansia, tristezza).
- Tolleranza crescente (bisogno di più tempo di gioco per ottenere la stessa soddisfazione).
- Tentativi falliti di controllare o ridurre il gioco.
- Perdita di interesse in altre attività (sport, amicizie, scuola).
- Continuare a giocare nonostante problemi già emersi (familiari, scolastici, sociali).
- Ingannare familiari o altri sul tempo effettivamente speso a giocare.
- Uso del gioco per sfuggire a emozioni negative (ansia, senso di colpa, impotenza).
- Rischiare o perdere relazioni, opportunità scolastiche o lavorative a causa del gioco.

Un comportamento viene definito problematico se questi criteri sono presenti in modo persistente per almeno 12 mesi, con compromissione significativa della vita quotidiana (scuola, relazioni, lavoro, salute)^[40].

Non basta che uno di questi segnali compaia una volta ogni tanto. Per parlare di dipendenza serve una costanza nel tempo (almeno 12 mesi, secondo i criteri OMS) e soprattutto una compromissione significativa della vita quotidiana. Nel dettaglio, occorre la presenza continuativa di almeno cinque di questi segnali, per potere davvero parlare di dipendenza^[41]. Un adolescente che passa ore a giocare con i propri amici su Discord, discutendo strategie e ridendo insieme, vive un'esperienza molto diversa da chi gioca in solitudine, fino a notte fonda, per fuggire da problemi scolastici o relazionali. Per una figura genitoriale, la sfida sta proprio qui: non fermarsi al numero di ore, ma osservare la qualità dell'esperienza.

C'è socialità? C'è divertimento condiviso? O piuttosto isolamento, conflitti, fatica quotidiana? Sono domande in apparenza semplici, ma che richiedono anzitutto un'effettiva partecipazione del genitore all'esperienza di gioco di chi è più giovane, così come un certo grado di competenza e consapevolezza sul piano digitale, mediale, oltre che specificamente videoludico. Il ruolo educativo non è quello di spegnere lo schermo al primo campanello d'allarme, ma di imparare a leggere i segnali nella loro complessità, aprendo spazi di dialogo e — se necessario — cercando un supporto specialistico.

Come intervenire: dialogo, risorse, supporto esterno

Quando il gaming rischia di trasformarsi in qualcosa di potenzialmente patologico, il primo passo non dovrebbe essere la proibizione cieca, e nemmeno la colpevolizzazione, ma piuttosto il dialogo aperto e paritario.

40. American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.).

41. Al momento, va ricordato che il DSM-5 (2013) non include ufficialmente la “gaming addiction” tra le diagnosi riconosciute. L'American Psychiatric Association ha preferito inserire l'Internet Gaming Disorder soltanto nell'appendice, come condizione che merita ulteriori studi. In questo senso, i nove criteri proposti dal DSM-5 vanno intesi come campanelli di allarme clinicamente plausibili, non come criteri diagnostici definitivi. È probabile che il tema venga ripreso e meglio definito nelle future edizioni del DSM (il DSM-6 è in preparazione), ma già oggi il confronto tra le due classificazioni permette di orientarsi: i criteri clinici non devono spaventare, ma offrire a genitori ed educatori un quadro di riferimento chiaro per distinguere un uso intenso da un uso realmente problematico.

La figura genitoriale non deve e non può trasformarsi in medico o terapeuta – la dipendenza, è opportuno ripeterlo, è materia clinica molto seria, da affrontare con specialisti –, ma può svolgere un ruolo decisivo come alleata consapevole, aprendo spazi di confronto e di ascolto. Spesso un semplice “Ho notato che stai giocando molto ultimamente, come ti senti?” ha più valore di mille divieti. È da qui che emerge l'importanza dell'alleanza educativa: dal riconoscimento reciproco, dall'abbattere le barriere di giudizio che renderebbero il gioco un “mondo proibito” anziché un ambito di vita da esplorare insieme.

Molte figure genitoriali, quando percepiscono il rischio (correttamente o meno), reagiscono con la tentazione di tagliare bruscamente: togliere la console, spegnere il wi-fi, vietare lo smartphone. **È comprensibile, ma raramente funziona.** La ricerca educativa suggerisce invece che la via più efficace è la co-costruzione di **regole e accordi familiari**, quei “contratti digitali” descritti nelle precedenti sezioni del manuale, nei quali tempi, spazi e modalità d'uso vengono scritti insieme. Iniziative già menzionate come *Screenagers* negli Stati Uniti o i *tech contract* proposti dal *Center for Online Safety* mostrano come questo approccio collaborativo sia più produttivo, proprio perché il processo stesso di scrivere le regole diventa occasione di dialogo e di interiorizzazione, molto più che un divieto calato dall'alto^[42]. In Europa, progetti analoghi sono promossi da organizzazioni come *Internet Matters* (UK), che mette a disposizione template di accordi digitali per le famiglie, trasformando la prevenzione in un atto di partecipazione condivisa.

Quando però i segnali diventano più preoccupanti – isolamento, perdita di interessi, bugie ricorrenti, difficoltà scolastiche – allora è necessario considerare un supporto esterno qualificato. In questo campo, l'Europa si sta muovendo con decisione. Il Consiglio d'Europa, insieme alla Commissione Europea, ha lanciato iniziative mirate alla salute mentale dei giovani in relazione al gaming e al *gambling online*^[43]; diversi Paesi hanno attivato strategie nazionali, come la Grecia, che nel 2024 ha presentato un piano per combattere le dipendenze digitali con un mix di educazione, strumenti tecnologici e servizi di sostegno^[44]. Parallelamente, in Paesi come Germania e Olanda sono nati veri e propri centri clinici specializzati nella cura del *gaming disorder*, a dimostrazione di come il fenomeno sia preso sempre più sul serio anche sul piano sanitario.

Accanto ai servizi clinici, non mancano le realtà del terzo settore. Organizzazioni come *YoungMinds* nel Regno Unito offrono guide per genitori e percorsi di supporto su come affrontare conversazioni difficili, riconoscere i campanelli d'allarme, e accedere a risorse psicologiche mirate^[45].

Tutto questo rientra in una prospettiva che l'educazione degli adulti conosce bene: **la digital literacy come prevenzione.** Accompagnare le figure genitoriali a diventare digitalmente più consapevoli significa aiutarle a non avere paura del gioco, ma a comprenderlo, a farne occasione di crescita condivisa e – nei casi più delicati – a riconoscere quando è il momento di chiedere aiuto. La strada, insomma, non passa attraverso il controllo cieco né attraverso l'abbandono, ma attraverso una rete di dialogo, strumenti educativi e, quando serve, intervento clinico. In questa rete, la figura genitoriale dovrebbe funzionare più come facilitatrice, non come giudice: accompagna lungo il percorso, ma non percorre da solo sentieri che richiedono la presenza di specialisti.

42. Vedi *Screenagers* (screenagersmovie.com) e *Center for Online Safety* (centerforonlinesafety.org).

43. Council of Europe – Promoting the mental health of children and youth by addressing the risks of online gambling and gaming.

44. Reuters, Greece presents strategy to combat youth internet addiction, 30/12/2024.

45. YoungMinds, Gaming and mental health: a parent's guide.

E quindi, nel caso in cui si ritiene – con buon grado di certezza – che vi siano segnali potenzialmente a rischio nella condotta videoludica dei propri figli, che fare?

Il primo passo è rielaborare ciò che si osserva. Come abbiamo ripetuto più volte, non sono le ore in sé a stabilire se esiste un problema, ma **ciò che quelle ore cancellano**: una scuola trascurata, amicizie che si diradano, il sonno sacrificato, pasti saltati, un umore che oscilla tra irritabilità e isolamento. Sono questi i veri campanelli d'allarme, quei segnali che trasformano un sospetto generico in un'ipotesi più solida e strutturata, che merita attenzione e, se necessario, un passo ulteriore.

Il secondo passo è scegliere come reagire. L'approccio punitivo ("Basta, ti tolgo la console") il più delle volte non funziona: genera conflitto e nasconde il problema sotto il tappeto. Molto più utile è fermarsi e aprire una conversazione: chiedere "Che cosa ti piace di questo gioco?", "Come ti senti quando giochi?". Il dialogo non elimina il rischio, ma lo rende visibile, condiviso, meno minaccioso.

Il terzo passo è riconoscere i propri limiti. Un genitore non è psicologo, né deve diventarlo. Il suo ruolo è accompagnare, non diagnosticare. Ma può e deve sapere che esistono risorse a cui rivolgersi. In Italia, ad esempio, diverse AUSL hanno attivato centri per le nuove dipendenze, con sportelli specifici per il gaming. In Germania e Olanda operano cliniche e servizi territoriali dedicati. Abbiamo inoltre già menzionato organizzazioni come *YoungMinds*, che offrono guide gratuite e counseling online (ma solo in inglese), mentre *Internet Matters* mette a disposizione materiali per ogni fascia d'età.

Il quarto passo, infine, è **non restare soli**. Parlare con la pediatra, con un insegnante, con un educatore di fiducia è già un modo per rompere l'isolamento e per orientarsi verso i servizi adeguati. La dipendenza non si affronta chiudendo la porta, ma aprendola: alla famiglia, alla comunità, alle reti di sostegno clinico ed educativo.

In questo senso, la figura genitoriale diventa ponte: tra il vissuto quotidiano dell'adolescente e le risorse esterne disponibili.

Esercizio pratico: come riconoscere e affrontare situazioni difficili

Per concludere questo capitolo, abbiamo scelto di proporre un esercizio pratico con una "doppia" funzione. Da un lato, l'esercizio vuole essere uno strumento di autoeducazione genitoriale: un piccolo laboratorio di riflessione che permette di allenarsi a riconoscere i segnali di difficoltà legati al gaming e a immaginare risposte più efficaci di un semplice divieto o rimprovero. Dall'altro, l'attività è pensata in modo da poter essere facilmente adattata e replicata in contesti educativi più ampi: gruppi di genitori, percorsi di formazione per adulti, momenti di confronto tra educatori e famiglie. In questa prospettiva, non proponiamo una ricetta rigida, ma un "facciamo finta che": uno scenario immaginario, ma di fatto molto realistico, che invita chi partecipa a mettersi nei panni della situazione e a sperimentare scelte, domande e possibili risposte.

Obiettivo

Aiutare le figure genitoriali ed educatori a riconoscere segnali di possibile uso problematico del gaming e a sperimentare risposte pratiche basate sull'osservazione, sul dialogo e sull'attivazione di risorse esterne.

Materiali e durata

Non servono strumenti particolari, se non un foglio e una penna per annotare riflessioni. L'attività richiede circa 40 minuti e può essere svolta anche in piccoli gruppi di genitori o in un contesto formativo per adulti.

Scenario (Briefing)

Facciamo finta che: Marco ha 14 anni. Da qualche mese passa molte ore chiuso in camera a giocare a un videogioco online. Ha smesso di uscire con gli amici, i voti a scuola sono peggiorati e ogni volta che i genitori provano a chiedergli di spegnere, lui reagisce con rabbia, dicendo che “sta giocando con la squadra” e non può interrompersi. Durante i pasti arriva tardi o di malavoglia, e spesso salta la colazione perché resta sveglio fino a notte fonda.

Attività

Il gruppo di figure genitoriali parte dall'osservazione dello scenario, lavorando su tre passaggi:

- **Distinguere.** La prima domanda da porsi non è “quanto gioca?”, ma “che cosa lascia indietro per giocare?”. Scuola, amicizie, sport, sonno, pasti regolari: se queste aree restano intatte, si tratta più probabilmente di un uso intenso, non di una dipendenza. Viceversa, quando il gioco diventa l'unica fonte di gratificazione, a scapito del resto, allora i campanelli d'allarme suonano davvero.
- **Guardare al quadro più ampio.** Un eccesso videoludico è spesso la spia di altri problemi: ansia, isolamento, perfino disturbi alimentari o depressione. Prima di imputare tutto al videogame, conviene chiedersi se il gioco non stia piuttosto tamponando altre fatiche. Questa consapevolezza evita di colpevolizzare lo strumento e permette di spostare lo sguardo su ciò che davvero conta: il benessere complessivo di chi gioca.
- **Provare strategie educative concrete.** Non serve arrivare subito al divieto: ci sono passi intermedi che possono fare la differenza. Invitare il figlio o la figlia a spiegare il gioco e provarlo insieme (co-gaming), concordare un calendario familiare condiviso, inserire pause o regole semplici (“niente device a tavola”, “si spegne dopo mezzanotte”), pensare a ricompense legate non al tempo, ma agli obiettivi raggiunti (es. “se finiamo la missione insieme, poi guardiamo un film”). Sono strumenti semplici, ma molto più efficaci di un conflitto frontale.

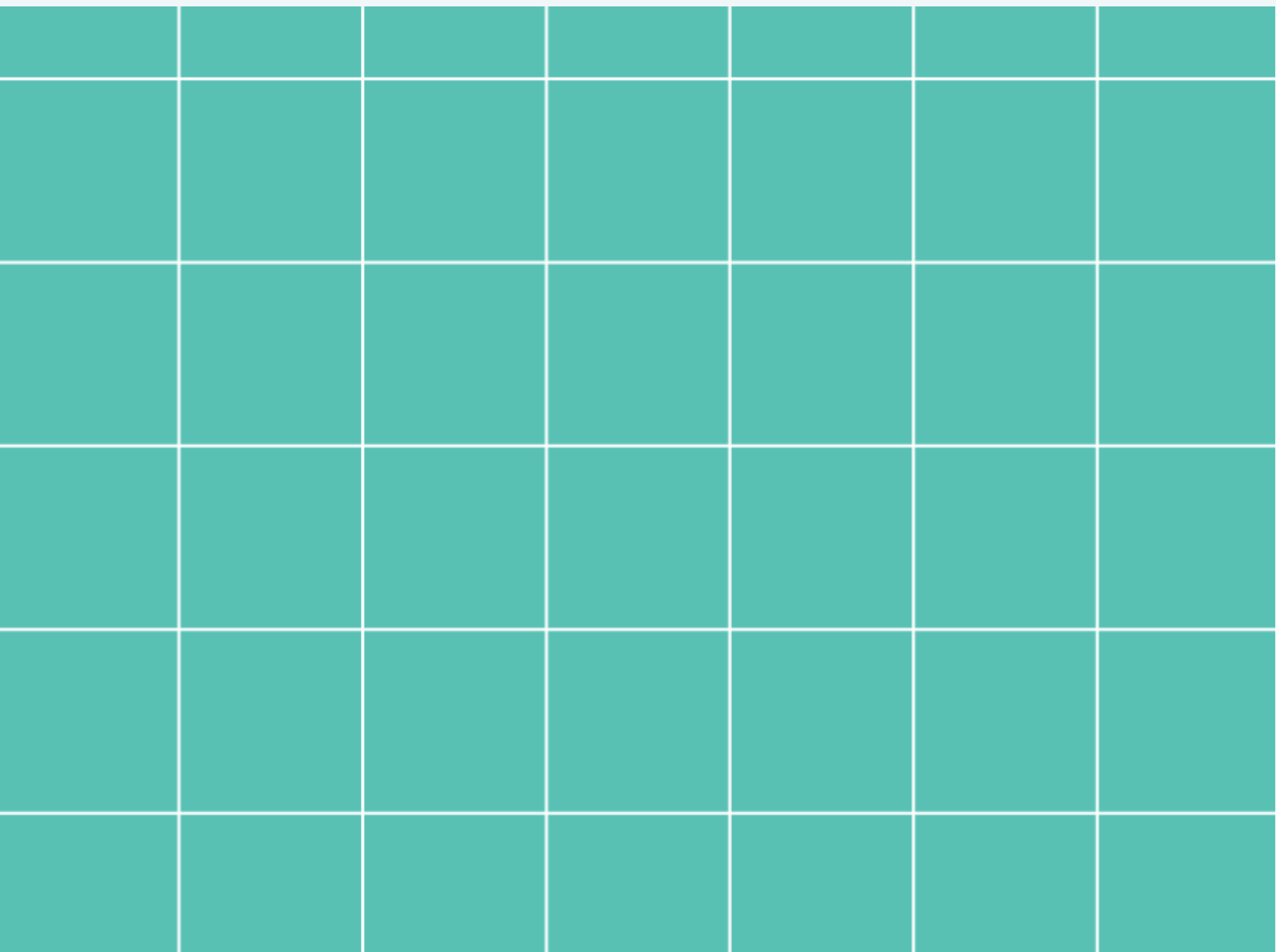
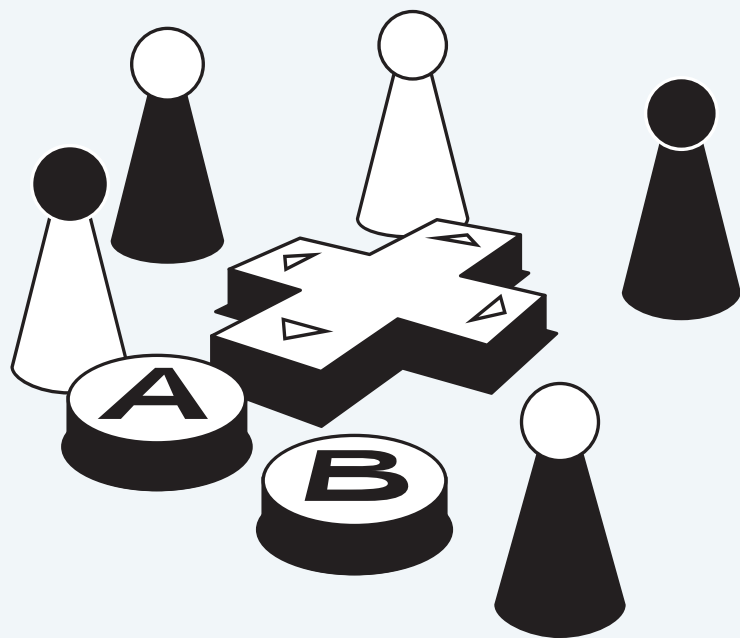
Debriefing

Dopo la discussione, il gruppo riflette su un principio fondamentale: non è il videogioco il nemico, ma l'assenza di equilibrio. Giocare tanto può essere una passione; giocare troppo, al punto da sacrificare relazioni, salute ed emotività, è invece un segnale di rischio. Se le strategie familiari non bastano e i comportamenti continuano a compromettere la vita quotidiana, allora è il momento di rivolgersi a chi può aiutare: pediatra, scuola, centri territoriali (AUSL/ASP/ATS), associazioni specializzate.

Riflessioni

Questo esercizio funziona perché mette figure genitoriali ed educatori davanti a una storia verosimile, non a una teoria astratta. Il “facciamo finta che” permette di allenarsi in un contesto sicuro a riconoscere i segnali, a pensare strategie diverse dalla punizione e a conoscere le risorse del territorio. È un modo semplice ma potente per ricordare che la dipendenza digitale, come ogni altra difficoltà, non si risolve con una reazione impulsiva, ma con la capacità di osservare, dialogare e chiedere aiuto.

E-SPORTS, STREAMERS, TWITCH: UNA NUOVA E POSSIBILE ATTIVITÀ FAMILIARE



Cos'è un eSport, chi sono gli streamer, perché interessa alle nuove generazioni

Oggi parlare di eSports significa fare riferimento a un fenomeno globale e multiforme, che attraversa e coinvolge diverse culture, generazioni e linguaggi. **Che cos'è, nel concreto, un eSport?** La parola nasce dall'abbreviazione di electronic sports, "sport elettronici": competizioni organizzate e strutturate in cui il videogioco diventa il campo di gara, in maniera del tutto agonistica, al pari di uno sport tradizionale. Non si tratta più dunque di "giocare ai videogame" in senso generico, ma di misurarsi all'interno di tornei ufficiali, con regole condivise, arbitri, classifiche e premi. Questo è stato possibile perché il videogioco – che per decenni è stato considerato puro intrattenimento individuale – si è gradualmente trasformato in disciplina sportiva, capace di attrarre pubblico, sponsor e professionalità esattamente come il calcio, la pallavolo, il basket o l'atletica. Nei fatti, la differenza che oggi intercorre tra "giocare ai videogiochi" e "praticare un eSport" è simile a quella che passa tra una partita di calcetto amatoriale e una partita di Serie A trasmessa in televisione. Da un lato, c'è **il piacere spontaneo e informale del gioco**; dall'altro, **un contesto organizzato, con atleti che si allenano quotidianamente, staff tecnici e medici, sponsor, pubblico e grandi arene**. In un certo senso, entrambi condividono la stessa radice ludica, ma ciò che cambia – anche radicalmente – è la cornice: la posta in gioco, le regole, l'agonismo e, soprattutto, l'attenzione collettiva.

Le origini di questo fenomeno vanno ricercate nei decenni passati. Già negli anni Ottanta e Novanta, con i primi tornei di *Space Invaders* e successivamente con i LAN party^[46], piccoli gruppi di appassionati si radunavano per sfidarsi in giochi "competitivi". D'altra parte, è a partire dalla fine degli anni Novanta e soprattutto nei primi anni Duemila che il termine eSports comincia a prendere davvero forma, grazie a titoli come *StarCraft* in Corea del Sud, divenuto un fenomeno nazionale con ampio seguito in televisione, o *Counter-Strike*, che nei circoli europei e americani creava vere e proprie "leghe" amatoriali. Queste esperienze, in un certo senso "pionieristiche", hanno segnato l'inizio di un'evoluzione che ha visto il videogioco uscire dalle stanze private e diventare evento pubblico, prima in fiere e arene dedicate, poi su canali globali. Oggi gli eSports sono un settore professionale che ricalca in tutto e per tutto lo sport tradizionale: squadre con manager e allenatori, sponsor milionari, centri di allenamento dedicati, calendari di tornei che si snodano durante tutto l'anno, e finali mondiali seguite da decine di milioni di spettatori in contemporanea. Giochi come *League of Legends*, *Dota 2*, *Counter Strike* o *FIFA* hanno superato da tempo la soglia dell'intrattenimento privato per trasformarsi in discipline seguite come si seguirebbe una *Champions League*, un mondiale di basket o le Olimpiadi. E proprio in questo senso, non è un caso che già dal 2018 il Comitato Olimpico Internazionale abbia aperto un tavolo di lavoro per integrare gli eSports in attività affini al programma olimpico, riconoscendone il potenziale aggregativo e inclusivo^[47]. Ma al di là di questa vera e propria "esplosione" dell'eSport "serio e professionale", anche il gaming amatoriale – pur competitivo – si è evoluto nel tempo, modificandosi e irrobustendosi. Riprendendo e potenziando l'atmosfera di quei tornei casalinghi o LAN party improvvisati, ha infatti preso forma un ecosistema comunque agonistico ma più diffuso e trasversale che, pur non ambendo al professionalismo vero e proprio, ha nel tempo incontrato l'interesse dell'industria, dei media e delle istituzioni: allenamenti serali, piccole leghe amatoriali, match organizzati in famiglia, in grado di assumere un tono nuovo, ibrido, quasi a metà strada tra lo svago e, appunto, lo sport agonistico.

46. I LAN party (Local Area Network party) erano raduni, molto diffusi tra gli anni Novanta e i primi Duemila, in cui gruppi di appassionati portavano fisicamente i propri computer nello stesso luogo — garage, palestre, aule scolastiche, sale parrocchiali — per collegarli tra loro tramite rete locale (LAN, Local Area Network). Una rete LAN è una connessione cablata diretta tra più computer, che permette di giocare insieme senza bisogno di Internet: bastavano cavi e switch di rete per creare un piccolo "mondo condiviso" fatto di sfide, scambi e amicizie. Questi incontri, a metà tra torneo competitivo e festa comunitaria, sono stati l'embrione di quella cultura collettiva del gaming che oggi si esprime nelle grandi arene degli eSports e nelle piattaforme di streaming globale.

47. IOC. Esports and Gaming: The IOC's Esports Strategy (2021).

Il parallelo con le discipline fa capire meglio questa traiettoria evolutiva: accanto alla Serie A o all'NBA c'è sempre stato il calcetto di quartiere, la partita in oratorio, la gara della polisportiva, le divisioni pallavolistiche semi-competitive. Allo stesso modo, accanto ai mondiali di *League of Legends* o ai tornei milionari di *Dota 2*, esiste oggi un tessuto fatto di amicizie, comunità giovanili e persino nuclei familiari che decidono di cimentarsi insieme, contro altri gruppi e perseguendo un obiettivo "agonistico". Non sono poche le figure genitoriali che, provando titoli come *Rocket League* o *Dota 2*, scoprono che discutere una strategia, coordinarsi in partita o semplicemente condividere una vittoria può rafforzare i legami tanto quanto una gita o un gioco da tavolo. In questo senso, il "campo" digitale si intreccia al campo reale: il luogo cambia, ma lo spirito resta lo stesso, fatto di collaborazione, rivalità, appartenenza e apprendimento reciproco.

Il fenomeno eSports, tuttavia, oggi tende a non limitarsi al momento della competizione in sé, più o meno professionale che sia. Se è vero che i tornei mondiali radunano decine di milioni di spettatori, essendo incentrate su squadre composte da atleti e atlete professionisti, buona parte della vita quotidiana di questo ecosistema scorre altrove, e cioè nello streaming. L'esperienza sportiva si sviluppa infatti soprattutto su piattaforme digitali dove si segue l'allenamento, si visionano le strategie, si commentano le giocate tanto dei professionisti quanto di giocatori estremamente bravi^[48].

È qui che entra in scena **Twitch.tv**, la piattaforma che ha trasformato questa tendenza in un vero e proprio fenomeno di massa. Nata nel 2011 come evoluzione di *Justin.tv* e acquistata da Amazon nel 2014, *Twitch* si è imposta come luogo virtuale "simbolo" non solo per seguire le grandi sfide competitive, ma anche per entrare in contatto con la vita quotidiana dei gamer. La logica è semplice: un giocatore trasmette la propria partita, gli spettatori interagiscono in chat, e nasce un dialogo in tempo reale che è al tempo stesso intrattenimento e conversazione.

In questo spazio la figura centrale non è solo l'atleta professionista, ma lo **streamer**: colui o colei che, trasmettendo, racconta e dialoga, costruisce nel tempo una community affezionata. In questo modo, il fenomeno si allarga ben oltre il gaming in quanto tale: se nelle competizioni si guarda il gesto tecnico, **su Twitch si cerca anche la compagnia, l'ironia, la possibilità di condividere.** Non stupisce allora che la categoria più seguita non sia sempre legata a un titolo specifico, ma a *Just Chatting*, una sorta di "salotto digitale" in cui si chiacchiera liberamente, spesso senza nemmeno più giocare.

In questo senso, **il gaming resta la matrice originaria, ma si dilata in forme nuove di socialità virtuale**: non conta più soltanto chi vince una partita di *League of Legends*, ma anche il sentirsi parte di un luogo comune, uno spazio in cui tornare quotidianamente per parlare, condividere e riconoscersi.

Per una figura genitoriale, dunque, la domanda non è più se valga la pena occuparsi di eSports o streaming, ma come. La sfida educativa non sta nel giudicare dall'alto, declassando questo vasto insieme di attività virtuali e digitali, ma nel trovare i modi per entrare in questo mondo, comprenderlo e magari farne parte. Perché, come accaduto in passato con lo sport, la musica o il cinema, anche qui è in gioco la costruzione di identità, linguaggi e comunità che le più giovani generazioni vivono come parte integrante della loro crescita. E ignorarli significherebbe lasciare che quella crescita avvenga da sola, senza strumenti di dialogo intergenerazionale.

48. Sjöblom, M., & Hamari, J. (2017). Why do people watch others play video games? An empirical study on the motivations of Twitch users. *Computers in Human Behavior*, 75, 985–996.

Opportunità di relazione: guardare, comprendere, partecipare

Pensare agli eSports soltanto come a un'arena competitiva popolata da professionisti fa sì che si possa perdere di vista un aspetto fondamentale: la possibilità di viverli come **occasione di relazione**, anche e soprattutto in famiglia. Guardare insieme una partita dei mondiali di *League of Legends* o la finale di un torneo di *FIFA* non è così diverso dal riunirsi sul divano per seguire una partita di calcio della *Champions League*: c'è attesa, ci sono emozioni condivise, ci sono termini tecnici che, possibilmente, le più giovani generazioni conoscono meglio e che possono spiegare a chi è più adulto, ribaltando ancora una volta gli schemi tradizionali del processo educativo, in una sorta di peer support intergenerazionale.

I materiali raccolti dal partner **RÍSÍ**, una federazione di eSport islandese, illustrano con grande chiarezza questa dinamica. Una madre, intervistata in un laboratorio, ha descritto la sorpresa di vedere la figlia emozionarsi durante la finale dei già menzionati Mondiali di *League of Legends*:

«sembrava stesse guardando la nazionale di calcio, ma con più passione, perché conosceva le mosse, i giocatori, i retroscena».

La serata è diventata occasione di dialogo: non più “spegni quel computer”, ma “spiegami perché tifi per questa squadra”. Un piccolo rovesciamento che ha aperto un canale di comunicazione duraturo, di fatto proprio attraverso e grazie al medium elettronico e videoludico.

Lo stesso è accaduto con altri titoli: sempre in Islanda, alcune famiglie hanno seguito insieme le finali di *Rocket League* e di *FIFA eWorld Cup*, tifando e seguendo le strategie in campo come per una partita di basket. In certi casi la figura genitoriale ha scoperto che il figlio era in grado di raccontare regole, tattiche e “retroscena” di squadre e giocatori con la stessa precisione con cui un adulto avrebbe spiegato un derby calcistico. Per le persone più giovani, questo ha significato sentirsi riconosciute non come “consumatrici passive di schermi”, ma come esperte, degne di ascolto e, soprattutto, dedite a un'attività significativa, complessa ed emozionante.

Altre famiglie hanno sperimentato dinamiche simili non tanto guardando tornei ufficiali, quanto attraverso lo streaming su *Twitch.tv*, spostandosi così oltre la cornice specificamente professionistica dell'eSport. Le indagini sul campo condotte dallo staff di RÍSÍ hanno raccolto diverse testimonianze in cui figure genitoriali raccontano di aver iniziato a sedersi accanto ai propri figli mentre seguivano lo streamer preferito. All'inizio si trattava soltanto di osservare in silenzio, quasi con curiosità distratta; poi sono arrivate le prime domande (“chi è quello?”, “perché usano questa strategia?”); infine, in alcuni casi, è scattata la partecipazione diretta, con il genitore che si è ritrovato a commentare la chat del canale, condividendo reazioni ed emozioni insieme ad altri spettatori e appassionati.

Questa progressione, così semplice nella sua concretezza, è in realtà un meccanismo di avvicinamento molto significativo, soprattutto nel campo della più ampia alfabetizzazione digitale e mediale. Come riportano gli operatori coinvolti, non è raro che un genitore arrivi, dopo qualche settimana, a riconoscere lo stile di gioco di un *pro-player* o a familiarizzare con termini gergali che il giorno prima sembravano incomprensibili. È un processo di familiarizzazione culturale indiretta, spontanea, che non passa dai manuali o dai corsi, ma dalla condivisione di un'esperienza concreta. E soprattutto è un modo per entrare in contatto con un segmento della cultura contemporanea che coincide con l'intrattenimento in diretta e con una socialità virtuale tanto fluida quanto reale: quella che nasce nel dialogo tra streamer e community, e che le persone più giovani abitano ormai come un'estensione quotidiana delle loro relazioni.

Da un punto di vista pedagogico, il nodo più rilevante è riconoscere la dignità culturale di un fenomeno giovanile e trasformarlo in esperienza condivisa. Non serve essere “esperti” di videogiochi: ciò che conta è la disponibilità ad ascoltare e la curiosità di comprendere un mondo che, per chi è cresciuto senza schermi, può apparire estraneo o distante. In questo senso, la visione congiunta di eSports o di streaming diventa davvero un laboratorio di ascolto e apprendimento reciproco: l'adulto impara a sospendere il giudizio e a decifrare un linguaggio nuovo, l'adolescente si sente riconosciuto nella propria passione e diventa a sua volta guida e mediatore culturale. **È in momenti come questi che il cosiddetto *digital gap* tra generazioni può davvero ridursi.** Non perché un genitore impari tutte le regole di un videogioco o sappia distinguere ogni streamer, ma perché accetta di mettersi accanto, di osservare, di chiedere, di lasciarsi guidare. Allo stesso tempo, l'adolescente avrà occasione di validare la propria passione e un proprio segmento di quotidianità, non relegandola a un angolo privato ma facendola divenire attività condivisa, raccontata e riconosciuta. La socialità mediata dallo schermo, in questo modo, smette di essere percepita come una barriera e può trasformarsi in un terreno di apprendimento, d'esperienza e partecipazione: un'occasione concreta per costruire, giorno dopo giorno, un linguaggio comune capace di arricchire la relazione familiare e la familiarità con le più contemporanee tendenze del cosiddetto digitale quotidiano.

Esercizio pratico: “Guardiamo insieme una partita (analisi guidata)”

Introduzione

Per concludere questa sezione proponiamo tre esercizi pratici, pensati in modo da poter essere utilizzati direttamente in famiglia o adattato da operatrici/ori che lavorano in contesti di educazione degli adulti e nel supporto alla genitorialità. La logica è semplice: partire da un evento videoludico “reale” – un torneo, una partita, uno streaming – e trasformarlo in occasione di dialogo e riflessione condivisa e, soprattutto, in laboratorio di acquisizione di competenze e familiarità digitali. Che si tratti di una figura genitoriale che guarda insieme ai figli, o di un gruppo di adulti che sperimenta insieme la pratica per poi trasferirla nel proprio contesto, l'obiettivo è sempre lo stesso: abbassare le barriere generazionali e ridurre il divario tanto digitale quanto culturale che ancora caratterizza l'intero comparto videoludico.

Esercizio pratico.

Guardiamo insieme una partita (analisi guidata su Twitch o YouTube Gaming)

Obiettivo

Familiarizzare con le piattaforme di streaming videoludico (in particolare *Twitch* e *YouTube Gaming*), osservando non solo il contenuto di gioco ma anche le dinamiche sociali che si sviluppano attorno: la chat in diretta, il ruolo dello streamer, le interazioni con la community. L'attività allena osservazione critica, comprensione dei linguaggi digitali e riconoscimento delle competenze sociali implicite in questi ambienti virtuali.



Materiali

Un PC, smartphone o smart TV con accesso a *Twitch* o *YouTube Gaming*. È utile selezionare in anticipo:

- un evento live (es. un torneo di *Fortnite*);
- un concerto o evento speciale ospitato dentro un videogioco (es. Travis Scott o Ariana Grande su *Fortnite*);
- un canale di uno streamer popolare, meglio se seguito già dal/la ragazzo/a.

Durata complessiva

45-60 minuti.

Svolgimento

Briefing (10 minuti)

La persona più giovane introduce *Twitch* o *YouTube Gaming*: mostra come funziona la piattaforma, cosa significa “seguire un canale”, a cosa servono le chat in diretta, come interagiscono spettatori e streamer. La figura genitoriale si lascia guidare, assumendo il ruolo di chi osserva e impara.

Attività (25-30 minuti)

Si guarda insieme un contenuto scelto (es. un torneo o uno streaming live di *Fortnite*). Qui l'attenzione non è solo al gioco in sé, ma al contesto:

Chi è lo streamer? Come comunica con la sua community?

Cosa scrive la chat? È solo rumore, o emergono battute, sostegno, linguaggi condivisi?

Come reagisce il/la giovane a questi scambi? Si riconosce in quel linguaggio? Lo trova parte della sua quotidianità?

Si può anche provare a scrivere un messaggio in chat (se il canale è aperto) o commentare insieme in famiglia, sperimentando la partecipazione attiva.

Debriefing (10-15 minuti)

Alla fine si discute insieme:

“Cosa ti ha colpito di più: la partita, lo streamer o la chat?”

“Ti sembra simile o diverso dal guardare una partita di calcio o un talent show in TV?”

“Che tipo di competenze servono per fare lo streamer?” (parlare in pubblico, gestire tempi, tenere viva l'attenzione, ecc.)

Si potrà poi riflettere su come queste competenze siano in realtà trasferibili ad altri contesti, e su come la socialità online non sia “finta”, ma costruisca comunità vere, seppur digitali.

Riflessioni

Questo esercizio sposta l'attenzione dal “giocare” al “guardare giocare”, una delle dimensioni oggi più diffuse tra le persone più giovani. Capire *Twitch* o *YouTube Gaming* significa comprendere una parte fondamentale della cultura giovanile contemporanea. La figura genitoriale non deve diventare esperta di *Fortnite* o una streamer provetta: basta riconoscere che qui si allenano competenze comunicative, capacità di interazione in comunità virtuali, gestione dell'identità digitale. In altre parole, guardare insieme non è solo “passare il tempo”: è aprire un varco su un mondo sociale che integra gioco, intrattenimento e cultura relazionale virtuale.

Esercizio pratico

Un torneo di eSport: il digitale come esempio di cultura sportiva contemporanea

Obiettivo

Avvicinare figure genitoriali e figli al mondo degli eSports autenticamente competitivi, osservando non solo la dimensione “spettacolare”, ma soprattutto i valori che vi sono sottesi: cooperazione, rispetto delle regole, gestione delle emozioni, appartenenza a una comunità globale. L’attività vuole rendere esplicito come la cultura sportiva — fair play, impegno, spirito di squadra — non sia appannaggio esclusivo dello sport tradizionale, ma possa vivere e rigenerarsi anche in spazi digitali.

Materiali

Un PC, tablet o smart TV con accesso a Twitch o YouTube, selezionando un evento competitivo (per esempio: i Mondiali di *League of Legends*, la The International di *Dota 2*, un torneo di *Valorant* o *Overwatch League*).

Durata complessiva

60 minuti circa.

Svolgimento

Briefing (10 minuti)

Chi è più giovane introduce l’evento: chi sono le squadre in campo, da quali Paesi provengono, quali sono le regole di base del gioco. Non serve capire ogni dettaglio tecnico: ciò che conta è cogliere lo spirito della competizione. L’adulto può fare domande semplici (“Perché questa squadra è così forte?”, “Chi sono i giocatori più famosi?”), assumendo la postura di chi si avvicina con curiosità.

Attività (30–35 minuti)

Si guarda insieme una fase della partita o del torneo, cercando di osservare non solo le mosse sullo schermo ma le dinamiche che le sostengono:

- la cooperazione tra i membri della squadra (ruoli complementari, comunicazione rapida, decisioni collettive);
- la disciplina del rispetto delle regole (pause, arbitraggi, codici di condotta professionali);
- il comportamento del pubblico online (tifo, sostegno, emoticon e chat come strumenti di partecipazione collettiva).
- l’adulto può provare a leggere la partita come leggerebbe una sfida di *Champions League* o una finale olimpica: riconoscendo i valori comuni che legano sport fisici e sport digitali.

Debriefing (15 minuti)

Al termine della visione, si apre il dialogo:

- “Ti sembra più simile a una partita di calcio o a un videogioco?”
- “Che cosa serve di più per vincere: bravura individuale o lavoro di squadra?”
- “Quali emozioni ti ha fatto provare seguire il match?”

Si potrà poi riflettere anche sulla dimensione globale: come questi tornei radunino spettatori da ogni parte del mondo, favorendo un senso di appartenenza e cittadinanza digitale transnazionale.

Riflessioni

Così come i Giochi Olimpici o i tornei di basket sono palestre di valori civici e sportivi, anche i grandi eventi di eSport rappresentano oggi una forma di educazione non formale: insegnano che la vittoria nasce dal gioco di squadra, che le regole condivise sono ciò che rende possibile la competizione, che il rispetto dell’avversario è parte integrante della sfida. Guardare insieme un match elettronico significa familiarizzare non solo con una fetta di cultura giovanile, ma con una vera e propria cultura sportiva digitale, in cui lo schermo diventa stadio, la community diventa pubblico, e le famiglie possono esercitarsi a leggere insieme un linguaggio tanto nuovo quanto – ormai da tempo – pervasivo.

Esercizio pratico

Dal pallone al joypad: il mondo dell'eFootball

Obiettivo

Mostrare come gli eSports possano veicolare gli stessi valori dello sport tradizionale, stimolando cooperazione, rispetto delle regole e fair play. Accompagnare i genitori in un contesto familiare — il calcio — per comprendere meglio il fenomeno degli sport elettronici.

Materiali

- PC, console o smart TV con accesso a *YouTube* o *Twitch*.
- Registrazione di una finale di *eFootball* (ex PES) o *FIFAe World Cup*.

Durata complessiva

Circa 40–50 minuti

Svolgimento

Briefing (10 minuti)

Come in una partita di Serie A o ai Mondiali, ogni partecipante sceglie una squadra da tifare. Già questo passaggio mette adulti e ragazzi sullo stesso terreno, perché non serve “sapere di videogiochi”: basta conoscere il linguaggio del calcio.

Attività (25 minuti)

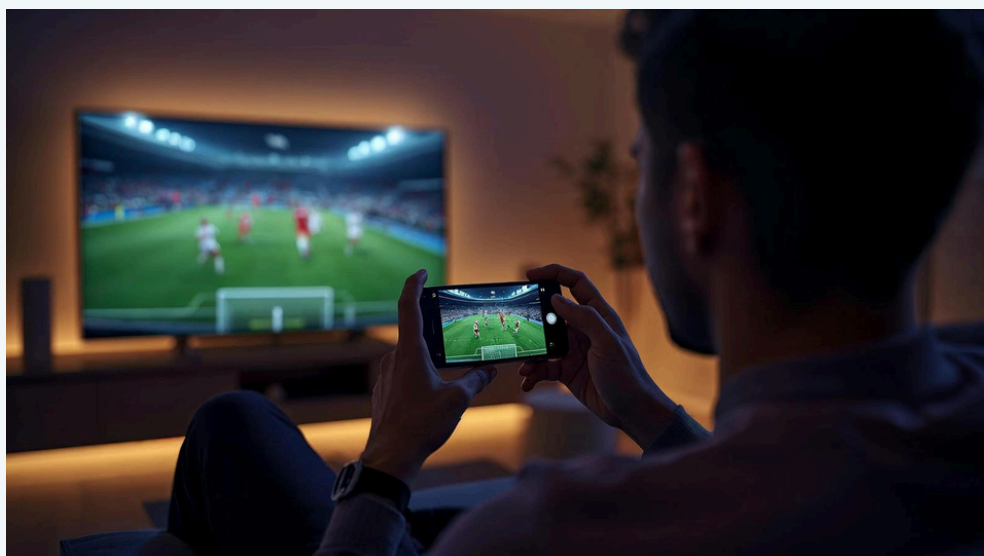
Si guarda insieme la partita. Ogni persona annota due cose: le azioni che considera “da applauso” (giocate di squadra, goal costruiti con intelligenza, recuperi difensivi) e i comportamenti “poco sportivi” (provocazioni, atteggiamenti tossici in chat).

Debriefing (10–15 minuti)

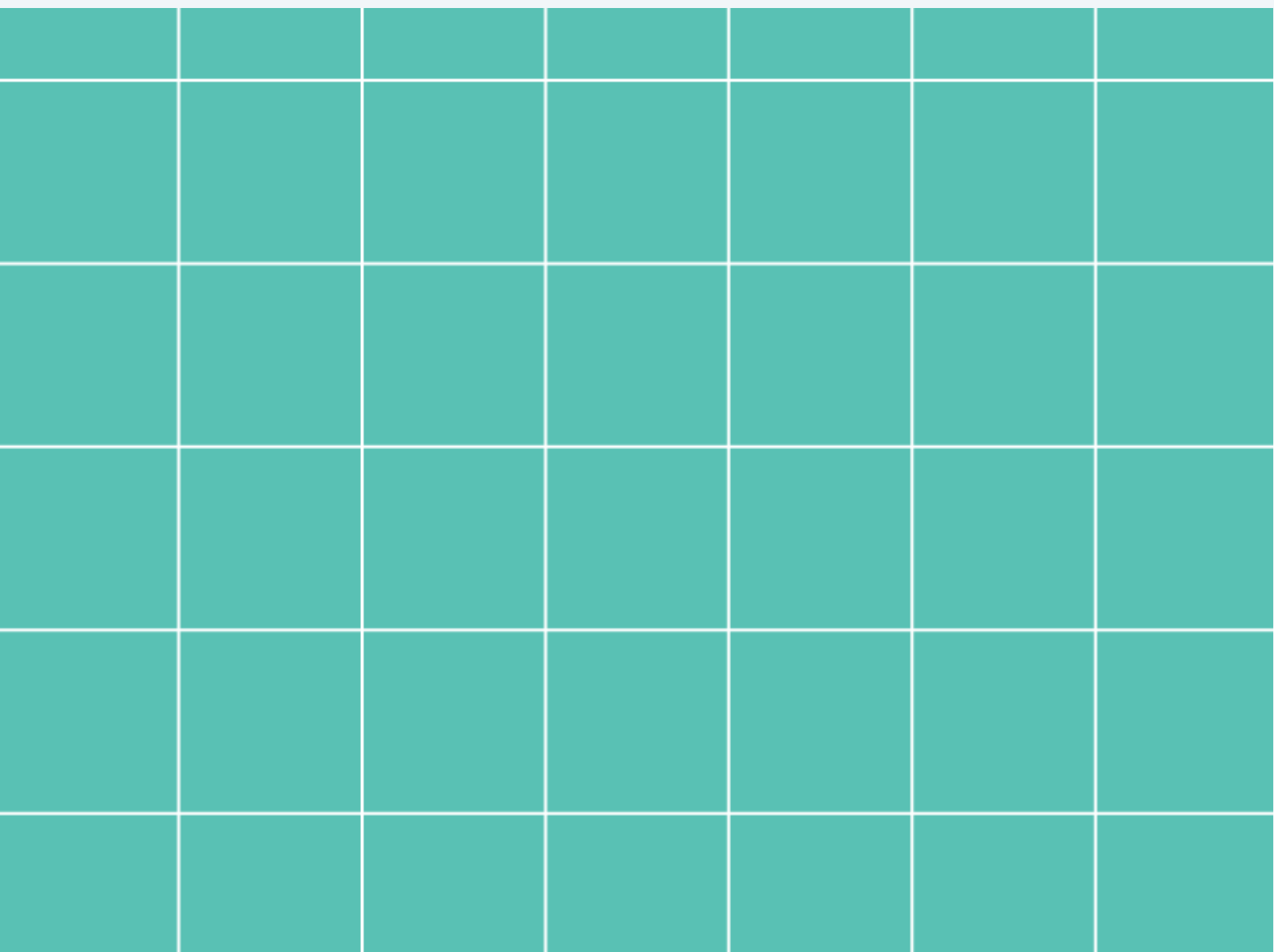
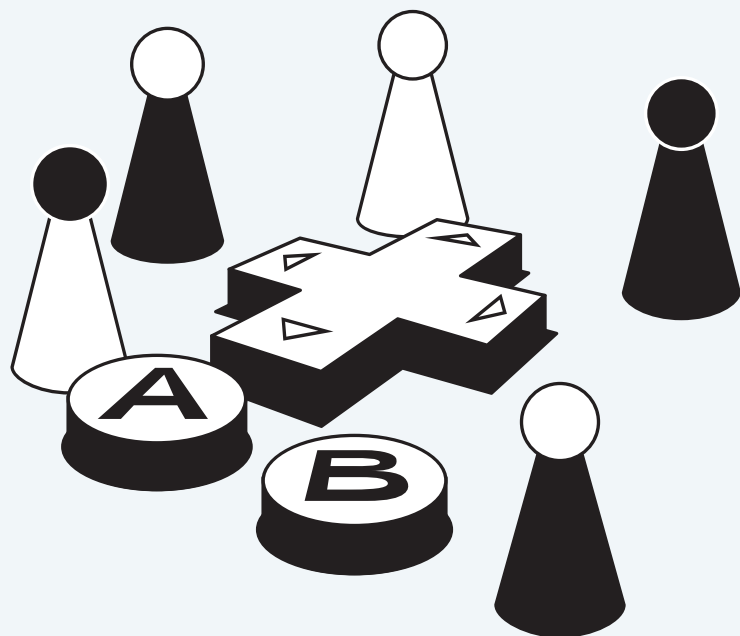
ci si confronta. Cosa rende “bella” un’azione, anche sul digitale? In che modo le regole proteggono il gioco e i giocatori? Quali similitudini emergono tra calcio reale e calcio virtuale?

Riflessioni

Questo esercizio si fonda su un terreno comune: lo sport più popolare al mondo. Per un genitore, è probabilmente molto più semplice immedesimarsi in una finale di *eFootball* che in un match di *League of Legends*. Le dinamiche però restano sorprendentemente simili: il rispetto dell’avversario, il valore del gioco di squadra, la resilienza dopo un errore. Guardare insieme significa dunque non solo familiarizzare con il mondo degli eSports, ma anche scoprire come lo sport tradizionale e quello digitale condividano valori educativi universali. È, in altri termini, un ponte tra generazioni: il figlio spiega le logiche di un torneo online, la figura genitoriale vi riconosce l’eco delle partite viste allo stadio o in TV.



APPENDICE EDUCATIVA



In questo capitolo abbiamo raccolto materiali e strumenti con un duplice obiettivo: offrire alle famiglie ulteriori attività pratiche da vivere insieme ai propri figli e, allo stesso tempo, mettere a disposizione risorse e modelli che possano essere utilizzati in percorsi di educazione e sostegno alla genitorialità, anche in altri Paesi e da parte di nuovi operatori ed educatori. **Gaming and Parents** nasce proprio con questa finalità: condividere la cultura videoludica contemporanea e trasformare quella che spesso appare come distanza – il cosiddetto *digital gap* – in occasione di dialogo e apprendimento reciproco, rivolgendosi tanto a genitori e famiglie, che potranno così avere a disposizione strumenti chiari e concreti, quanto a educatori e operatrici, che potranno facilmente rimodellare e integrare gli stessi materiali in laboratori, workshop o percorsi di formazione per adulti, rafforzando così l'impatto e la sostenibilità del progetto, in prospettiva futura.

Gli esercizi che seguono rispondono proprio a questa prospettiva: attività semplici, realizzabili in casa, ma capaci di aprire finestre su temi più ampi come inclusione, diversità, cittadinanza attiva, sostenibilità e competenze digitali. Non solo momenti ludici, ma veri e propri micro-laboratori, replicabili in contesti diversi, utili tanto per i più giovani quanto per gli adulti.

Accanto al manuale, il partenariato ha inoltre elaborato anche delle **linee guida**: un documento sintetico e operativo, pensato soprattutto per educatori e facilitatori che desiderino riproporre il percorso con altri gruppi di adulti e famiglie. **Manuale e linee guida sono quindi due strumenti distinti ma complementari:** il primo offre il quadro narrativo, le seconde lo traducono in metodologia, più linearmente utilizzabile.

Infine, **quest'appendice include una selezione di risorse aggiuntive** (link utili, servizi di supporto, bibliografia essenziale) con l'obiettivo di favorire la massima replicabilità. L'intento è che queste pagine non rimangano soltanto da leggere, ma diventino un vero kit operativo, capace di entrare nella quotidianità delle famiglie e, allo stesso tempo, di trovare spazio nelle scuole, nei centri educativi e nelle comunità civiche e sociali, al di là dei confini del nostro partenariato.

Primo Esercizio

Inclusione in famiglia: giocare insieme con Drag X Drive su Switch 2

Introduzione

Questo esercizio è pensato in modo specifico per nuclei familiari in cui sia presente una persona con disabilità motoria, o che “semplicemente” vogliono affrontare questo tema, rilevante nel più ampio campo dell'inclusione sociale. L'obiettivo è trasformare il momento videoludico in occasione di inclusione reale, dove genitori e figli possano sperimentare un gioco “alla pari”, senza barriere. Il titolo scelto è *Drag X Drive (Nintendo Switch 2, 2025)*, un videogioco sportivo che riproduce partite di pallacanestro in carrozzina, progettato con controller adattivi e modalità accessibili per permettere a tuttə di partecipare.

Obiettivo

Favorire in famiglia un'esperienza ludica inclusiva, in cui la disabilità non diventi un ostacolo ma il cuore stesso del gioco, stimolando empatia, collaborazione e consapevolezza sociale.

Materiali e durata

- *Nintendo Switch 2 con Drag X Drive.*
- Controller adattivi o Joy-Con in modalità accessibile.
- Circa 40–50 minuti.

Svolgimento

Briefing (5-10 min.):

La figura genitoriale introduce l'attività come un'esperienza di gioco inclusiva. Chi ha più familiarità con i comandi può spiegare agli altri come funziona: questo rovesciamento dei ruoli è già parte dell'apprendimento.

Attività (25-30 min.):

Si gioca una partita in famiglia, condividendo la collaborazione necessaria per muoversi, passare la palla, segnare. L'esperienza diventa occasione per tutti di provare che cosa significa muoversi in carrozzina, pur in un contesto simulato.

Debriefing (10 min.):

si parla insieme: "Com'è stato giocare così?"; "In cosa è stato diverso da un basket tradizionale o da un videogame sportivo più "vecchia scuola"?"; "Cosa abbiamo imparato sulla collaborazione?".

Riflessioni

Questo esercizio è un invito a scoprire che il videogioco può diventare strumento di inclusione concreta. Non è pensato come "eccezione", ma come opportunità di creare uno spazio familiare in cui chi vive una disabilità non resta ai margini, ma può diventare protagonista del gioco e dell'esperienza comune.

Secondo Esercizio

Il nostro consiglio comunale digitale: imparare la cittadinanza attraverso il gioco

Introduzione

Questo esercizio è pensato per famiglie che desiderano stimolare nei figli la consapevolezza civica e la capacità di partecipare a decisioni collettive, guardando soprattutto a una possibile sessione di co-gaming. Troppo spesso la cittadinanza viene percepita come qualcosa di lontano, riservato alle persone adulte. Eppure, anche un contesto virtuale e videoludico può diventare un laboratorio interattivo, per comprendere come funzionano le regole comuni, come si discute, come si prendono decisioni e quali sono le responsabilità che derivano dal "vivere insieme".

Obiettivo

Avvicinare le persone più giovani ai concetti base della cittadinanza attiva – dialogo, regole condivise, compromesso – utilizzando un ambiente videoludico familiare come *Roblox* o *Minecraft*.

Materiali e durata

Un PC, tablet o console con *Roblox* (gratuito) o *Minecraft* (a pagamento, ma già molto diffuso). Una sessione di circa 45-60 minuti.

Svolgimento

Briefing (10 minuti):

Chi è più giovane crea o apre un piccolo mondo digitale (una città, un villaggio, una mappa di gioco). Il genitore propone: "Facciamo finta che questo sia il nostro paese. Come lo organizziamo? Quali regole ci servono?".

Attività (25–30 minuti):

Si gioca a costruire insieme la comunità: una piazza, delle case, un parco. Poi si apre la discussione:

- Chi decide dove costruire?
- Ci sono regole (ad esempio: niente case troppo alte, tutti devono avere un giardino)?
- Come si gestiscono i conflitti (“io voglio un castello enorme!”, “io un campo da calcio!”)?
- Si può simulare un vero “consiglio comunale familiare”, con ruoli diversi: sindaco, cittadini, opposizione, ecc.

Debriefing (10–15 minuti):

Alla fine si riflette: quali regole sono state accettate facilmente? Su cosa ci sono stati contrasti? Com'è stato negoziare? Quali strumenti, anche solo informali, sono stati messi in campo per risolvere i conflitti? Questo diventa un modo per collegare il gioco alla vita reale: “Nella scuola o nella città, succede qualcosa di simile?”.

Riflessioni

Attraverso un contesto ludico, adolescenti e adulti imparano che la cittadinanza non è fatta di regole calate dall'alto, ma di accordi condivisi e di responsabilità reciproche. In questo senso, *Roblox* e *Minecraft* non sono soltanto “sandbox” creativi, ma veri e propri esempi di cittadinanza: ambienti digitali in cui è possibile simulare processi democratici e sperimentare la complessità del vivere insieme. Attraverso la costruzione condivisa, la discussione e le piccole negoziazioni, chi partecipa potrà confrontarsi con temi chiave come la concertazione, la co-costruzione civica e la capacità di raggiungere compromessi sociali.

Terzo esercizio

Eco: costruire, decidere, preservare—educazione alla sostenibilità digitale

Introduzione

Questo esercizio è pensato per famiglie che, per esempio in una sessione di gioco condiviso, desiderano fare del videogioco uno strumento d'educazione tanto ambientale quanto civica. *Eco* (Strange Loop Games, 2018) è una simulazione multiplayer in cui chi gioca deve cooperare per costruire una civiltà sostenibile, bilanciando estrazione delle risorse, impatto ecologico e sviluppo sociale. Le decisioni non sono individuali ma frutto di negoziazioni, regole, leggi e politiche condivise.

Obiettivo

Favorire nei partecipanti (figure genitoriali e figli) competenze legate alla sostenibilità: pianificazione condivisa, gestione delle risorse, consapevolezza ecologica, e la capacità di governare collettivamente una comunità digitale attorno alla gestione delle risorse stesse.



Screenshot tratto da Eco. © Strange Loop Games. Tutti i diritti riservati.

Materiali e durata

- Un PC (Windows/Mac/Linux) con accesso al gioco *Eco* (in early access o demo, gratuita).
- Connessione Internet per sessione condivisa.
- Tempistica consigliata: 60 minuti o più, a seconda del coinvolgimento.

Svolgimento

Briefing (10 minuti):

Introduzione al gioco: “Eco è un pianeta simulato: dobbiamo sopravvivere insieme alla minaccia di un asteroide, ma senza distruggere l’ambiente. Occorre costruire leggi, coltivare, pianificare e cooperare.” Si esamina brevemente l’interfaccia: mappe ambientali, risorse, proposte legislative.

Attività (30-40 minuti):

Si gioca insieme, cercando di mettere in pratica decisioni ecologiche: chi raccoglie materiale, chi propone una norma contro la deforestazione, chi studia il metabolismo della civiltà intera. Dialogo e mediazione emergono naturalmente: “Costruiamo un regolamento che impone quote di legno sostenibile? Servono tasse virtuali per le emissioni?” “Come gestire l’approvvigionamento idrico?”.

Debriefing (10-15 minuti):

Si riflette insieme su domande quali:

*“Quali scelte hanno protetto meglio l’ecosistema?”
“Come è stato possibile negoziare fra esigenze diverse?”
“Che analogie troviamo con le sfide ambientali del mondo reale?”*

Riflessioni

Eco dimostra che il videogioco può essere un laboratorio virtuale di governance sostenibile: crescendo insieme, i membri della famiglia si confrontano con le implicazioni reali delle proprie scelte, comprendendo che la responsabilità ecologica appartiene alla comunità intera. Le dinamiche emergenti, pur all’interno di un “semplice videogioco”, possono diventare materiale educativo di ampia rilevanza, in grado di connettere spazi virtuali e vita quotidiana in maniera tanto accessibile quanto avvincente.

Quarto Esercizio

“Le storie che uniscono”: Never Alone, per riflettere su cultura e identità

Introduzione

Può un videogioco commerciale, molto narrativo e avvincente, offrire a una famiglia l’occasione di parlare di identità, di cultura e di diversità? Con *Never Alone* la risposta è sì. Non siamo davanti al classico titolo “educativo” confezionato per la scuola, ma a un’opera che nasce da un’alleanza tra sviluppatori e comunità Inuit dell’Alaska, disponibile in tantissime lingue (per quanto il parlato sia, volutamente, soltanto in Inuit). Si gioca con un bambino e una volpe, ma a parlare in sottofondo sono le voci vere degli anziani della comunità, che raccontano miti, storie e leggende tramandate da generazioni. Il risultato è un’esperienza accattivante per chi gioca — enigmi, salti, paesaggi innevati spettacolari — e al tempo stesso profondamente stimolante per chi osserva e ascolta: il videogioco diventa racconto orale, una vera e propria finestra su un mondo “altro”.

Obiettivo

Stimolare empatia e curiosità culturale; usare il gioco come spunto per parlare in famiglia di tradizioni, radici e diversità.

Materiali e durata

- PC, console o tablet con *Never Alone*
- 45-60 minuti, da suddividere tra momenti di gioco e momenti di dialogo.

Svolgimento

Briefing (10 minuti):

Si avvia il gioco e si lascia spazio alla scoperta: i paesaggi artici, le prime voci in Iñupiaq, i sottotitoli che traducono. L'adulto chiede: "Cosa ti colpisce di più? La grafica, i personaggi o la voce che racconta?".

Attività (25-30 minuti):

Si gioca insieme, alternandosi o osservando, e si annotano (anche su un foglio) immagini, frasi o simboli che colpiscono maggiormente, cercando di segnare soprattutto gli elementi che culturalmente appaiono "diversi" rispetto alle proprie abitudini (paesaggio, legami familiari, rapporto con l'ambiente, con le generazioni più anziane, ecc.).

Debriefing (10-15 minuti):

Si collegano le storie viste a quelle di casa: "Abbiamo anche noi leggende di animali che proteggono?"; "C'è un ricordo che ti lega a un racconto della nonna o del nonno?".

Eventualmente, si può creare un piccolo cartellone o poster che unisca elementi Inuit e memorie familiari.

Riflessioni

Never Alone non va letto come una "lezione mascherata da videogioco", ma come un racconto che ambisce a divenire un'esperienza condivisa. Porta dentro un mondo lontano, l'Artico, e lo fa non con dati o spiegazioni, ma con immagini, suoni, leggende. Nel viverlo insieme in famiglia, accade qualcosa di particolare: non si resta solo spettatori di una cultura "diversa", ma ci si ritrova a interrogarsi anche sulla propria. Quali storie ci hanno trasmesso i nostri genitori e i nostri nonni? E in che modo? Quali memorie custodiamo e, spesso, dimentichiamo di condividere? In che modo le diversità culturali ci portano a raccontare e a conservare le memorie familiari "in modo diverso" rispetto ad "altri"? In questo senso, il gioco non "insegna" semplicemente, ma apre una finestra per parlare di identità, di radici e di rispetto delle differenze, con la naturalezza di chi attraversa un paesaggio innevato.



Screenshot tratto da *Never Alone*. © E-Line Media. Tutti i diritti riservati.

Quinto Esercizio

Dialoghi morali e scelte di mondo: una campagna familiare in *Baldur's Gate III*

Introduzione

Ci sono giochi che si consumano in pochi minuti, e altri che si abitano come mondi. *Baldur's Gate III* appartiene a questa seconda categoria: non è solo un titolo, ma un'esperienza complessa che intreccia narrazione, scelta morale e politica del "vivere insieme". Ogni decisione pesa, ogni gesto ha conseguenze: salvare o condannare, collaborare o tradire, sacrificare l'individuo per il bene collettivo o difendere l'autonomia a costo del caos. Portare questo universo in famiglia significa aprire un laboratorio etico senza pareti, in cui adulti e adolescenti siedono allo stesso tavolo per interrogarsi su questioni che, dietro il velo del fantasy, sono antiche quanto l'umanità stessa.

Obiettivo

Non si tratta semplicemente di "giocare", ma di mettere in scena un dialogo morale intergenerazionale: allenare la capacità di argomentare, negoziare, rispettare opinioni divergenti, elaborare insieme una bussola di valori che guidi la scelta, dentro e fuori il videogioco. In altri termini, *Baldur's Gate III* diventa un workshop continuo di cittadinanza, dove il linguaggio videoludico apre alla riflessione civica e a un esercizio concreto dei valori: inclusione e diversità, rispetto delle minoranze, ricerca del bene comune a fronte delle lusinghe dell'interesse individuale, solidarietà contro sopraffazione, coraggio morale contro opportunismo.

Ogni bivio narrativo diventa così specchio di dilemmi che appartengono alla vita reale: aiutare chi è vulnerabile o sfruttarne la debolezza; difendere l'autonomia del singolo o cedere a un'autorità per garantire sicurezza collettiva; dare fiducia a un alleato ambiguo o rischiare la solitudine per coerenza. Temi che, posti in un contesto condiviso e familiare, perdono la durezza di una lezione frontale e acquisiscono la vitalità di un'esperienza vissuta, discussa e appieno argomentata.

Materiali e durata

- Una copia di *Baldur's Gate III* su PC o console, con modalità cooperativa fino a quattro partecipanti.
- 60-90 minuti per esplorare una sessione narrativa densa (campagna principale o una quest significativa).

Svolgimento

Briefing (10 minuti):

Prima di iniziare, si stabiliscono ruoli e sensibilità: chi interpreta il ruolo di leader, chi un guaritore, chi un outsider. Già qui si apre la conversazione: "Che tipo di persona vuoi essere in questo mondo?"

Attività (40-60 minuti):

La famiglia affronta insieme una missione. Nei momenti di scelta cruciale – liberare o giustiziare un prigioniero, trattare con una comunità oppressa, accettare o rifiutare un patto oscuro – si sospende il gioco e si discute, come in un'assemblea civica. Ogni voce conta, ogni argomento plasma la decisione collettiva. È un esercizio di deliberazione democratica, dove il controller diventa metafora della mano che decide il destino comune.

Debriefing (10-20 minuti):

Alla fine della sessione, ci si ferma a riflettere: "Quale valore ci ha guidato di più: giustizia, utilità, lealtà, libertà?"; "Come ci siamo sentiti quando le nostre scelte non coincidevano?". Qui il gioco si rivela per ciò che è: una drammaturgia che porta in superficie tensioni morali universali, offrendo l'occasione di riconoscerle e discuterle insieme.

Riflessioni

Il valore educativo di *Baldur's Gate III* risiede nella sua capacità di trasformare la famiglia in micropolis, in assemblea cittadina, in comunità che deve prendere decisioni condivise. Il fantasy è solo il travestimento: i temi sono quelli della convivenza civile, della giustizia, della responsabilità politica. In un tempo in cui il discorso pubblico appare frammentato e polarizzato, sedersi sul divano per negoziare il destino di un personaggio virtuale diventa occasione sorprendente di apprendimento civico ed etico, di cittadinanza attiva sperimentata in chiave narrativa.

Non conta tanto quale finale si raggiunge, ma l'intensità del percorso: il modo in cui figure genitoriali e figli imparano a discutere, a dissentire, a convergere, riflettendo su temi fortemente significativi in tema etico. La campagna di *Baldur's Gate III* è, in questo senso, una metafora – interamente digitale e videoludica – di ciò che significa costruire un futuro comune.



Screenshot tratto da Baldur's Gate 3. © Larian Studios. Tutti i diritti riservati.

Indicazioni per replicare il percorso con altri genitori (uso delle linee guida)

Per accompagnare e rendere replicabile il percorso proposto in questo Toolkit, abbiamo prodotto un documento specifico: le **linee guida metodologiche e strategie di coinvolgimento per genitori e figure parentali**.

Non si tratta di semplici schede operative né di attività chiuse “pronte all’uso”, ma di una cornice metodologica completa, coerente con l’impianto educativo sperimentato in Italia e in Islanda.

Le linee guida svolgono una doppia funzione:

Accompagnamento al Toolkit:

aiutano a tradurre i contenuti teorici e pratici del toolkit in sessioni educative coerenti con i principi dell’educazione non formale, della facilitazione e della mediazione digitale parentale.

Trasferibilità e replicazione:

offrono a nuovi educatori degli adulti, counsellor, operatori sociali e centri per le famiglie un modello per riproporre (adattandolo ai propri contesti e ai propri bisogni) il percorso educativo di **Gaming and Parents**.

Cosa contengono le linee guida?

Il documento non propone un set di attività rigide o schede standardizzate, ma una struttura modulare, costruita sulla base dei 7 laboratori realizzati dal partenariato.

Per ogni aspetto del programma vengono forniti:

- principi metodologici (educazione non formale, counselling relazionale, *learning by playing*, mediazione digitale, inclusione intergenerazionale);
- un modello di programma educativo in 7 moduli, ciascuno con obiettivi, riferimenti al Toolkit e suggerimenti operativi;
- indicazioni per la conduzione e il setting dei laboratori, sia in presenza sia online;
- strumenti pratici per facilitatori, strategie di gestione del gruppo, consigli per il clima relazionale;
- materiali utili per la preparazione e l’autoformazione di nuovi educatori;
- mini-percorsi esperienziali per familiarizzare con i principali linguaggi videoludici affrontati in **Gaming and Parents** (*League of Legends*, *Roblox*, *RPG* narrativi);
- suggerimenti per costruire continuità e comunità di pratica attorno ai temi del gaming e della mediazione digitale.

Come utilizzarle?

Le linee guida vanno più che altro lette come una cornice di riferimento. Più semplicemente, servono soprattutto a orientare l’organizzazione di un percorso formativo “simile” o “ispirato a” **Gaming and Parents**: aiutano a definire il clima educativo, la struttura degli incontri, le modalità di conduzione e i criteri con cui scegliere e adattare le attività presenti nel Toolkit.

In questo senso, come già detto poco su, più che “cosa fare”, le linee guida mostrano come costruire un’esperienza formativa coerente con l’approccio partecipativo, dialogico e centrato sulla relazione informale e quotidiana tra adulti, giovani e cultura videoludica.

L’obiettivo, in questo senso, è che ogni educatore o operatore potrà quindi utilizzarle per modellare un futuro percorso davvero sui propri partecipanti, sul proprio contesto territoriale e sulle esigenze dell’utenza con cui lavora.

Disponibilità

Le **linee guida metodologiche e strategie di coinvolgimento per genitori e figure parentali** è disponibile in accesso libero (in italiano, islandese e inglese) nei siti web di **Close in the Distance**, **RÍSÍ** e nella pagina dedicata al progetto, su Erasmus+ Project Results.

Risorse aggiuntive (link, servizi di supporto, bibliografia essenziale)

Questa sezione raccoglie risorse utili, tanto già commentate nel manuale quanto nuove: link, servizi e strumenti che offrono uno sguardo ampio sulla cultura videoludica, la mediazione digitale e il sostegno genitoriale. Non è una lista esaustiva, ma un piccolo “atlante” per orientarsi, approfondire e trovare punti di riferimento affidabili.

Link utili

- **PEGI – Pan European Game Information** (<https://pegi.info/>)

Sistema ufficiale di classificazione dei videogiochi in Europa: età consigliata, contenuti sensibili, linee guida per famiglie e insegnanti.

- **Common Sense Media** (<https://www.commonsensemedia.org/>)

Recensioni indipendenti di film, app e videogiochi, con schede pratiche che aiutano i genitori a valutare titoli e contenuti.

- **EU Kids Online** (<https://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online>)

Rete europea di ricerca sui comportamenti digitali di bambini e adolescenti, con report comparativi e policy brief.

- **UNICEF – Digital Parenting** (<https://www.unicef.org/parenting/digital-parenting>)

Consigli e materiali internazionali per affrontare la genitorialità digitale, dall'uso dei social media alla sicurezza online.

- **Videogames Europe** (<https://www.videogameseurope.eu/>)

Associazione europea dell'industria videoludica: dati, ricerche e progetti dedicati all'impatto sociale ed educativo dei videogiochi.

- **Game Education Network (GEN)** (<https://gameeducationnetwork.org/>)

Piattaforma internazionale di progetti e pratiche educative basate sui videogiochi, utile a insegnanti ed educatori.

- **Games in Schools (European Schoolnet)** (<http://games.eun.org/>)

Iniziativa della Commissione Europea che promuove l'uso dei videogiochi a scuola, con corsi online e materiali formativi.

- **EduGamers for Kids** (<https://www.edugamers.cloud>)

Associazione italiana che promuove l'uso educativo e inclusivo dei videogiochi, con laboratori scolastici e attività di co-gaming familiare.

- **Screenagers** (<https://www.screenagersmovie.com/>)

Progetto statunitense dedicato a screentime, benessere digitale e contratti familiari, con guide e materiali per genitori ed educatori.

- **Parent Zone UK** (<https://parentzone.org.uk/>)

Centro britannico che sviluppa risorse per la mediazione digitale genitori-figli, inclusi modelli di contratti familiari sull'uso delle tecnologie.

Servizi di supporto

- **Close in the Distance** (<https://closeinthedistance.com>)

Associazione promotrice del progetto **Gaming and Parents**, attiva sulla media education e sulla genitorialità digitale, con sportello d'ascolto psicologico in collaborazione con terapeuti professionisti, con ampia esperienza nel campo delle nuove dipendenze digitali.

- **RÍÍ – Rafipróttasamband Íslands** (<https://www.rafithrottir.is/>)

Federazione islandese degli eSport, partner del progetto **Gaming and Parents**. Promuove pratiche di gioco responsabile, benessere psicofisico dei giocatori e risorse educative collegate al gaming competitivo, con forte attenzione al mondo e alla cultura degli eSports, anche in famiglia.

- **Telefono Azzurro – 1.96.96** (Italia)

Servizio di ascolto e supporto psicologico per minori e famiglie, anche su problematiche legate al digitale e al gaming.

- **Child Helpline International** (<https://childhelplineinternational.org>)

Rete mondiale di oltre 160 linee telefoniche per bambini e adolescenti, attiva anche in molti Paesi europei.

- **Game Quitters** (<https://gamequitters.com/>)

Comunità internazionale che offre supporto e percorsi per famiglie e ragazzi alle prese con gaming addiction.

- **Center for Internet and Technology Addiction** (<https://virtual-addiction.com/>)

Centro internazionale di ricerca e intervento sulle dipendenze digitali, con linee guida e programmi educativi.

- **Restart – Gaming Addiction Recovery** (<https://www.netaddictionrecovery.com/>)

Servizio di recupero specialistico per la dipendenza da videogiochi e internet, attivo negli Stati Uniti e con contatti in Europa.

- **UKIE – AskAboutGames** (<https://www.askaboutgames.com/>)

Portale britannico che spiega in modo chiaro le classificazioni dei giochi, i parental control e le opportunità di co-gaming.

- **Family Gaming Database** (<https://www.taminggaming.com/>)

Archivio online di videogiochi con schede pensate per famiglie: età consigliata, valori educativi, modalità di gioco condiviso.

Bibliografia essenziale

Gee, J. P. (2007). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. Palgrave Macmillan.

Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. (2014). *The benefits of playing video games*. *American Psychologist*, 69(1), 66–78.

Johnson, S. (2005). *Everything Bad is Good for You*. Penguin.

Kirriemuir, J., & McFarlane, A. (2004). *Literature review in games and learning*. Futurelab.

Livingstone, S., Mascheroni, G., & Staksrud, E. (2018). *European research on children's internet use: Assessing the past and anticipating the future*. New Media & Society.

Prensky, M. (2001). *Digital Game-Based Learning*. McGraw-Hill.

Close in the Distance

Palermo, Milano, Online

in partenariato con

RÍÍ – Rafípróttasamband Íslands

Reykjavík, Ísland

Questo manuale è distribuito sotto Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)
creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0

© 2025-2026 – Close in the Distance, RÍÍ – Rafípróttasamband Íslands

Gaming e genitori: un'educazione alla Game Media Literacy e alla mediazione digitale parentale
High Rollers! // Gaming & Parents

codice di progetto: 2023-2-IT02-KA210-ADU-000175959

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



**Co-funded by
the European Union**