

Modello del calo prestazionale

(Barone G., Zancchi A.; 2019)

Adolescenti e Videogame Education

La Videogame Education è un approccio che punta ad insegnare ai ragazzi l'autoregolazione nell'utilizzo dei videogiochi. Tale approccio è consigliato fin dall'età di adozione, con l'idea di interiorizzare le dovute norme di utilizzo per prevenire possibili comportamenti abusanti nel progredire dello sviluppo.

Se tale approccio è maggiormente perseguibile con i bambini (il genitore è facilitato nell'imporre delle regole); esso diventa più difficoltoso in età adolescenziale, in quanto i ragazzi iniziano a contestare il sistema di regole, in linea con il processo evolutivo.

Gli strumenti indicati per la Videogame Education in età elementare dunque (PEGI; Parental Control, Contratto), è possibile che perdano efficacia. È infatti utopico immaginare di poter imporre le regole di utilizzo a ragazzi di 15-16-17 anni, sia per il crescente livello di autonomia, sia per la maggior confidenza con la tecnologia.

Il modello del calo prestazionale

Il modello è particolarmente adatto con la seguente fascia di popolazione:

- Adolescenti (13-17 anni, indicativamente);
- Appassionati di giochi competitivi (es: FIFA o Fortnite);
- Ragazzi orientati alla prestazione (Ranking o sfide con gli amici);
- Giocatori online

Il modello del calo prestazionale prevede di sostituire l'imposizione genitoriale con la creazione di un'alleanza genitore - ragazzo, orientata ad un miglioramento dei risultati.

Il modello si basa sui seguenti 4 assunti:

1) Stanchezza: la stanchezza del giocatore può presentarsi in diversi modi: in termini fisiologici, con stanchezza oculare, crampi alle mani e dolori alla schiena, e in termini mentali con lentezza di pensiero, difficoltà di

concentrazione e problemi cognitivi

2) Errori in game: frequenza degli errori (tecnici e/o tattici) fatti

durante il gioco che portano a conseguenze spiacevoli che possono causare la sconfitta al giocatore.

3) Frustrazione: stato psichico che subentra nel giocatore quando è

messo di fronte a difficoltà che non riesce a superare. Questo stato porta a esteriorizzare le emozioni di aggressività interiorizzata e autopercepita.

Questo sentimento, che può derivare da stanchezza o poca lucidità mentale, può evolvere nella manifestazione di rabbia o scatti d'ira.

4) Lucidità: capacità di adottare la soluzione più consona a seconda

del caso che si presenta. La stanchezza, così come la rabbia, spesso riducono la possibilità per il giocatore di scegliere tra diverse soluzioni a lui accessibili, propendendo per quelle già consolidate e assimilate.

Questi quattro fattori si influenzano ed intensificano reciprocamente

fino a rendere la prestazione del giocatore scadente, in un circolo vizioso dove il tempo di gioco si contrappone a risultati soddisfacenti.

La formula vuole che aumentando il tempo di gioco si riduce la qualità della prestazione, aumentando dunque la frustrazione e riducendo i risultati ottenuti (vedi immagine modello).

Pertanto, il consiglio che si dà ai ragazzi, che ci tengono a primeggiare in quanto questo gli permette di raggiungere i propri obiettivi di ranking o di supremazia tra gli amici è quello di ridurre le ore consecutive giocate, facendo pause tra una sessione e l'altra, al fine di offrire una prestazione di gioco migliore.

In questo senso il genitore non viene più vissuto come una guardia, atta a limitare il tempo di gioco, ma come un alleato, motivato a sostenere il ragazzo nell'ottimizzare il proprio operato.

Tale modello, se applicato correttamente, aumenta il coinvolgimento della figura genitoriale e riduce sensibilmente il tempo di gioco.