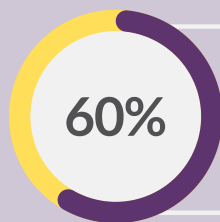


# FIGLI E VIDEOGAMES 10 CONSIGLI UTILI



Recenti sondaggi dimostrano che almeno il 60% dei teenager trascorre almeno 2 ore davanti a dispositivi tecnologici: tablet, smartphone, TV e computer.

- Il Sole 24Ore

L'utilizzo di dispositivi "tech" non è in generale nocivo, anzi, permette nuove forme di intrattenimento ludico e di educazione. Sarebbe impensabile negare l'utilità e l'ormai permeante presenza di smartphone e videogames nella vita di tutti i giorni. Tuttavia, è giusto interrogarsi su modalità e tempi per rendere i dispositivi tecnologici un incentivo alla crescita e non un ostacolo o, ancora peggio, una dipendenza.

**"I videogiochi sono uno strumento che ci permette di entrare in contatto con altri universi."**

KAZUNORI YAMAUCHI

## 10 CONSIGLI

### **REGOLE: QUANTO TEMPO, QUANDO, DOVE, COME**

Alcune università, tra cui quella di Oxford, hanno dimostrato tramite degli studi che giocare per meno di un'ora al giorno può avere effetti positivi sullo sviluppo. Tuttavia, per essere funzionale, i genitori devono prima pattuire le ore giornaliere e le fasce orarie più adatte.

### **PEGI: CONOSCERLO E USARLO CONSAPEVOLMENTE**

Si tratta di una tabella con dei simboli, che indicano l'età consigliata e i contenuti presenti nel gioco. Capire i simboli è semplicissimo ed è una forma di tutela nei confronti dei figli, dimostrando di essere genitori consapevoli e interessati alle passioni dei ragazzi.



### **I VIDEOGIOCHI NON SONO BABYSITTER**

I videogiochi non sostituiscono i genitori e non devono diventare delle soluzioni "alternative" quando i bambini fanno i capricci. Per educare e mediare servono mamma e papà.

### **NO PREGIUDIZI**

Non demonizziamo i vostri figli, soprattutto gli adolescenti, riguardo le spese "straordinarie" che vi ritrovate sul conto: potrebbero aver acquistato dei contenuti in-game. Anche in questo caso, niente tabù o demonizzazioni. Dialogo consapevole, regole e ascolto attivo sono i migliori alleati.

### **PRESTARE ATTENZIONE ALLE ABITUDINI SCORRETTE DEI BAMBINI**

Anche se non dobbiamo vietare i videogames, non significa che non dobbiamo essere vigili e attenti, consapevoli: possono esserci notevoli miglioramenti sul piano cognitivo ma un eccessivo uso può portare anche a dipendenza. Osservate i vostri figli e studiate i possibili comportamenti inusuali. Può manifestarsi eccessiva sedentarietà o trascuratezza dei bisogni primari se non ci sono sguardi attenti e vigili dei genitori. La luce dello schermo interferisce con il sonno. Per questo è bene limitare l'uso dei dispositivi prima di dormire e fare delle pause tra un'ora e l'altra di gioco.

### **LOOT BOX: GIOCO D'AZZARDO?**

Controllate i vostri figli, soprattutto gli adolescenti, riguardo le spese "straordinarie" che vi ritrovate sul conto: potrebbero aver acquistato dei contenuti in-game. Anche in questo caso, niente tabù o demonizzazioni. Dialogo consapevole, regole e ascolto attivo sono i migliori alleati.

### **NON SOLO GIOCHI DI GUERRA: PROVATE A PROPORRE QUALCHE "PUZZLE GAME"**

Videogames non sono per forza giochi di carneficina. Esistono giochi sviluppati da personale formato, anche su basi psicologiche, che permettono un maggior sviluppo cognitivo e del pensiero strategico. Un esempio? Child of Light



### **MAI DA SOLI: GIOCATE CON I VOSTRI FIGLI E STATE CON LORO**

Non è necessario essere esperti giocatori. Ciò che è fondamentale è guidare, mediare e divertirsi con i figli mentre giocano. Condividere con loro quel momento per dimostrare loro che non devono giocare di nascosto ma che anche con voi possono ridere e giocare. Rendiamo così i videogames degli strumenti pedagogici e di dialogo dei quali servirci.

### **VIDEOGAMES COME MEZZO DI SOCIALIZZAZIONE E NON DI ISOLAMENTO**

Giocare ai videogiochi non è per forza sinonimo di isolamento e chiusura. Vostro figlio non diventerà automaticamente asociale per aver fatto qualche partita a Fortnite. Potreste invitare degli amici a casa, per una merenda e una partita insieme. Si potrebbe anche alternare una partita a un gioco da tavolo tra una missione e l'altra a Call of Duty. I ragazzi più grandi invece potranno anche immergersi nel mondo del multiplayer online. Anche in questo caso, siate genitori disponibili all'ascolto e consapevolizzate i ragazzi a un utilizzo responsabile. Dimostrate loro i pro e i contro del parlare con altri gamers.

### **ESPLORATE LE PASSIONI DEI VOSTRI FIGLI: ESISTONO ALTRI HOBBY OLTRE AI VIDEOGAMES**

Dopo aver fatto qualche partita, disconnettiamoci dagli schermi e dedichiamoci a qualche hobby con i nostri figli. È possibile fare dei giochi da tavolo, che permettono lo sviluppo di abilità cognitive ed esecutive, oppure degli sport all'aperto. Si può anche decidere di preparare la merenda o di riposarsi insieme facendo due chiacchiere. Quali hobby hanno i vostri figli? Potete scoprirlo insieme.



**ESSERE GENITORI AGGIORNATI RENDE I FIGLI LIBERI E PADRONI DEL LORO  
AGIRE CON CONSAPEVOLEZZA E RESPONSABILITÀ**