



CENTRO DI PSICOLOGIA e PSICOTERAPIA

*Via Chiampo 13, Pinerolo (TO)
www.psicologiapinerolo.it*

Anno I- N. 1- 1° Semestre 2013

Nuove Generazioni Hi-Tech

A cura del dott. Iacopo Vaggelli, Psicologo, e della dott.ssa Marcella Brun, Psicologa, professionisti con formazione ed esperienza specifica sui Disturbi Specifici dell'apprendimento.

In queste poche righe vorremmo proporvi una riflessione su una delle tante novità che accompagnano il nostro vorticoso mondo e in particolare quello della tecnologia.

Col diffondersi dei dispositivi mobili e della connettività in movimento si sono sviluppati anche nuovi spazi e modalità non solo per le attività legate alla produttività ma anche per il tempo libero. I vari app-store dei differenti marchi e software pullulano di giochi e di piccole applicazioni che cercano margini di profitto.

Oltre ai classici **ad-ware** (banner pubblicitari inseriti nell'applicazione fornita gratuitamente) si sono sviluppati nuove e potenti modalità con cui software-house più o meno piccole.

Stiamo parlando di quello che in gergo informatico viene chiamata applicazione (spesso giochi) **Free-to-play** (F2P). Ci si riferisce a qualsiasi videogioco che permetta ai suoi giocatori di giocare l'intero gioco senza pagare. Questo tipo di giochi implementano caratteristiche mirate a convincere il giocatore ad



acquistare la versione "premium" a pagamento, o dei vantaggi per il gioco acquistabili separatamente.

Molti sviluppatori di giochi free-to-play attuano questa strategia per attirare un maggior numero di utenti e convincerli, grazie alla prova gratuita, ad effettuare in seguito il pagamento per il passaggio alla versione premium. Un altro metodo di remunerazione avviene attraverso la vendita di oggetti **in-game**, acquistabili tramite **microtransazioni** in cui, con denaro reale, si acquistano delle monete virtuali da spendere all'interno del gioco. Solitamente tali oggetti possono portare potenziamenti per il giocatore o una serie di vantaggi utili a migliorare l'esperienza di gioco. In alcuni casi tali acquisti risultano temporanei e dovranno esser riacquistati alla scadenza. Questo trasforma velocemente il game **Free-to-play** nel suo (vero) lato negativo: la logica del "Pay-per-win"

E' facile capire come questo possa diventare un "rubinetto economico" potentissimo in mano a giovani e bambini che con pochi tap sullo schermo di uno smartphone o tablet possono prosciugare il credito su una carta di credito ricaricabile o il credito telefonico stesso. E i professionisti del marketing conoscono ormai da anni il potere di un martellante "mamma, mamma... papà, papà" e di tutte le forme di strazianti richieste che i piccoli consumatori possono mettere in atto per far "sganciare soldi" ai propri genitori.

Forse, qualcuno già lo accenna, queste modalità promuovono la strutturazione di prime forme di dipendenze che magari con il tempo possono strutturare vere e proprie patologie come il gambling.

Ma se provassimo ogni tanto a rigirare la frittata e a vedere il bicchiere mezzo pieno?

E se cercassimo di trovare un aiuto all'educazione dei nostri figli in queste macchine da soldi?

Le lettere mi fanno brutti scherzi!

I numeri sono una cosa così complicata e mi fanno girare la testa!

Perché l'italiano mi sembra una lingua straniera?

Eppure io mi impegno così tanto...

..... CHE FATICA!

Il Centro di Psicologia e Psicoterapia propone, attraverso il sostegno di figure professionali competenti, percorsi di diagnosi e intervento nell'ambito dei Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DISLESSIA, DISGRAFIA, DISORTOGRAFIA, DISCALCULIA)



Giochini di corse che obbligano a pause forzate fra una gara e l'altra nell'attesa di fantomatiche manutenzioni possono essere una risorsa per rafforzare la necessità di non rimanere incollati ai videogiochi a scapito di attività più utili e produttive, relegando il gioco a “giusta pausa”. Il forzarsi di superare schemi senza l'aiuto di “cari” aiuti e power up potrebbe essere una piccola palestra per allenare la capacità di sopportare le piccole frustrazioni che incontriamo nella vita di tutti i giorni....

Prima che ricerche scientifiche possano dimostrare l'effettiva pericolosità di alcune prassi o che il legislatori sollecitato da miriadi di genitori ridotti sul lastrico individui forme “di tutela” dall'alto, i responsabili del marketing e le nuove tecnologie avranno già intuito altri mirabolanti invenzioni per elicitare i bisogni nostri e dei nostri bambini... a noi non resta quindi che il buon senso....



Riflessione sui Disturbi del Comportamento Alimentare

A cura della dott.ssa Elena Busso, Psicologa – Psicoterapeuta, con formazione nel campo dei Disturbi del Comportamento Alimentare, Responsabile del Centro di Psicologia e Psicoterapia

I disturbi del rapporto dell'uomo con il cibo e l'alimentazione sono stati descritti anche in epoche remote (ne è prova l'abbondante letteratura sulla vita delle sante, sul loro digiunare e sul loro rifiuto del cibo come penitenza), ma è solo nel Novecento che si è presentato il problema dell'offerta di cibo sovrabbondante dove il problema alimentare si lega all'immagine del corpo.



Forse a qualcuno sarà capitato di vedere un servizio all'interno del programma "Le iene", a gennaio 2013, nel quale si raccontava la storia di Sara: una ragazza anoressica. Una storia commovente, triste. Una storia di disperazione e di impotenza. Quella dei genitori di Sara che nulla hanno potuto fare per salvare la figlia. Quella di Sara che non è riuscita a lottare contro l'anoressia e a sconfiggerla.

" spesso mi ritrovo ad aprire la dispensa senza aver fame, soprattutto quando mi sento sola"

"sentivo che nella mia vita non potevo decidere nulla, ho capito che attraverso il cibo, scegliendo io se mangiare o no, potevo sentirmi per la prima volta libera"

"quando sono tanto arrabbiata, delusa, amareggiata il vomito mi permette di affrontare i miei stati d'animo"

Presso il **Centro di Psicologia e Psicoterapia**, la dott.ssa Busso con il supporto di un'equipe specializzata si occupa dei Disturbi del Comportamento Alimentare

Come può un genitore combattere questa malattia così assurda e così letale? Come può rendersi conto che qualcosa non va in sua figlia? E' difficile, complicato. Lo è stato anche per i genitori di Sara che nulla hanno potuto fare per trascinare loro figlia fuori dall'anoressia, che si sono dovuti arrendere quando Sara ha deciso di farla finita; ma dal servizio realizzato dalla Iena Nadia Toffa arriva un monito che può essere d'aiuto alle ragazze che combattono contro questa terribile malattia: la malattia appunto, è

un grido di aiuto, un tentativo di richiamare a sé qualcuno, qualcosa che stava sfuggendo di mano.

Spesso sul terreno fertile preparato dai **fattori di rischio individuali** (età, sovrappeso, perfezionismo, aspettative esagerate, rifiuto del corpo e della sessualità etc..), **socioculturali e familiari**, un evento, non necessariamente drammatico, scatena la patologia nella sua evidente fenomenologia (es. separazioni e perdite, alterazioni dell'omeostasi familiare, minacce alla stima di sé, cambiamento puberale visto come trauma etc..). Spesso ci fa paura ciò che non conosciamo: sapere che spesso il disturbo è il modo con cui l'adolescente trova il canale inconscio per protestare ed opporsi, dove l'unico modo che hanno trovato per dare voce a questa protesta è stato attraverso l'attacco al loro corpo.



E' importante non sottovalutare i disturbi alimentari in età infantile o le forme più recenti di ossessioni legate al mangiare sano (ortoressia), o al contrario un'alimentazione incontrollata (binge eating disorder, night eating) che possono essere campanelli di allarme rispetto a come il rapporto con il cibo diviene veicolo privilegiato per esprimere difficoltà relazionali ed emotive.

L'obiettivo di questa riflessione non è spiegare eziologia, caratteristiche e trattamento dei Disturbi del Comportamento Alimentare, quanto aprire un varco verso la speranza alla comprensione, seppur così difficile, quasi impossibile per dei genitori ormai disperati ed arrabbiati a volte, e alla identificazione precoce di tale disagio. Perché dai disturbi alimentari si può guarire, più sono radicati da tempo più è difficile, per questo è fondamentale una identificazione precoce. E' importante non nascondersi dietro ciò che non vogliamo vedere perché ci fa paura, perché pensiamo sia solo un momento. perché crediamo che sia solo un discorso di volontà e tutto si risolve. Non è, e non sarà così, e bisogna guardare in faccia il dolore e la sofferenza per andarci incontro ed affrontarlo.

L'esame neuropsicologico

*A cura della dott.ssa Manuela Castellino, Psicologa –
Psicoterapeuta, esperta in Neuropsicologia Clinica e
Riabilitativa
Responsabile del Centro di Psicologia e Psicoterapia*



La Neuropsicologia è una branca della Psicologia che studia il comportamento mediante test, in presenza o meno di disfunzioni cerebrali, al fine di analizzare le relazioni con le strutture neuroanatomiche.

Questa disciplina, arrivata in Italia nella prima metà degli anni '60, si sviluppa e si diffonde fra gli psicologi che, per formazione teorica o per esperienza clinica, ne divengono esperti solo verso la fine degli anni '70. Attualmente, in seguito alla diffusione del sapere neuropsicologico, la disciplina è ampiamente utilizzata in ambito clinico ed ha come scopo la valutazione delle funzioni cognitive (memoria, linguaggio, attenzione, funzioni prassiche, gnosiche ed esecutive) e comportamentali nonché la loro correlazione con un danno cerebrale focale o diffuso. Ciò consente all'esperto in Neuropsicologia di essere parte di un



processo diagnostico come figura fortemente caratterizzata nelle competenze ed in grado di implementare, all'interno di un'equipe interdisciplinare, un trattamento globale ed integrato. Gli utenti che necessitano di un intervento di tipo neuropsicologico, sia esso diagnostico o riabilitativo, ricoprono tutte le fasce d'età, dall'infanzia alla vecchiaia.

Dal punto di vista diagnostico, attraverso un'accurata valutazione neuropsicologica con l'utilizzo di test standardizzati, l'esame neuropsicologico è necessario per l'individuazione, anche precoce, di **parkinsonismi, epilessie, malattie demielinizzanti, tumori e traumi encefalici**.; particolare rilievo hanno le **demenze**, per le quali è sempre più importante una diagnosi precoce e differenziale, soprattutto in relazione ai recenti dati epidemiologici che prevedono un aumento dell'incidenza e della prevalenza di queste patologie degenerative.

La presa in carico del paziente permette di avere informazioni complete sullo status cognitivo, comportamentale ed emotivo del paziente e consente di operare un bilancio delle risorse residue del paziente, progettare e valutare un adeguato piano riabilitativo all'interno di un'equipe interdisciplinare. La rivalutazione a distanza di tempo consente, inoltre, di monitorare l'efficacia di trattamenti messi in atto. Infine, l'esperto in Neuropsicologia è un valido supporto per il sostegno emotivo e comportamentale rivolto ai familiari delle persone affette dalle patologie legate alla sfera cerebrale.

Il gioco d'azzardo, una piaga sociale

*A cura della dott.ssa Manuela Castellino,
Psicologa – Psicoterapeuta
Responsabile del Centro di Psicologia e
Psicoterapia*

Purtroppo sono numerose le dipendenze di cui una persona può soffrire: vi è la dipendenza da sport, da lavoro, da shopping, da sesso, da cellulare, da internet, affettiva e vi è il gioco d'azzardo (GAP).



L'evoluzione del fenomeno del gioco d'azzardo indica nel nostro Paese una crescita esponenziale: l'Italia è il terzo Paese nel mondo dopo Giappone e Regno Unito per volume di gioco, ed il primo per spesa pro capite: circa 1260 euro di spesa procapite (neonati compresi).

Tra il 2003 e il 2010 il volume del gioco d'azzardo in Italia ha avuto un andamento crescente, a ritmi che non hanno ceduto affatto alla crisi economica. Secondo alcuni esperti nei periodi difficili il gioco d'azzardo viene usato, soprattutto da giovani e disoccupati, per vincere del denaro necessario ad uscire dalla situazione di reale indigenza.

Inoltre, il forte aumento della pressione pubblicitaria ha determinato una maggiore propensione a giocare d'azzardo con conseguente crescita della patologia.

Oggi il dominio è dei giochi solitari e veloci come le *Newslot* e i *Videolottery* (New Slot 45% degli incassi del 2011).

TRAINING DI RILASSAMENTO

Il Centro di Psicologia e Psicoterapia

fornisce consulenze psicoeducative per la gestione dell'ansia e degli stress psico-fisici anche attraverso il training di rilassamento muscolare progressivo che, lavorando sulla contrazione/distensione di fasci muscolari, favorisce la distensione del corpo e promuove il benessere e la riduzione dell'ansia.

Dott.ssa M. Castellino

Il GAP apparentemente ha numerosi vantaggi: dà forti emozioni, permette una fuga dalla "realtà", favorisce la socializzazione (ad esempio il gioco delle carte) divenendo un antidoto contro la depressione, alimenta il sogno di cambiare la propria vita, contiene le frustrazioni e determina specifici ruoli all'interno del gruppo sociale.

Tuttavia sono presenti rilevanti costi sociali: sorgono problemi nel sistema familiare e nella rete sociale del giocatore, si sconfinano spesso nel giro dell'usura, i giocatori possono commettere reati (ad esempio frodi e appropriazione indebita) o vengono irretiti per piccoli reati da parte della criminalità che ha notevoli interessi (riciclaggio di denaro sporco e gioco illegale), si manifestano danni fisici al giocatore e vengono stanziati soldi per le relative cure, si constatano ripercussioni nel mondo del lavoro (assenteismo ma anche iperlavoro per avere più soldi) e scaturiscono ingenti spese per i controlli dello stato.



Spesso le persone che giocano d'azzardo non ammettono il loro disagio negando le difficoltà familiari ed economiche che ne derivano. E' importante che le persone che presentano questa situazione la riconoscano e si rivolgano agli appositi centri distribuiti sul territorio o a professionisti in grado di aiutarli ad affrontare e ad uscire da questa dipendenza così diffusa, dannosa e subdola.

Il Centro di Psicologia e di Psicoterapia, sito in Via Chiampo n° 13 – Pinerolo (To), nasce dal desiderio delle Dott.sse Elena Busso e Manuela Castellino di fornire nel territorio un servizio professionale in grado di affrontare molteplici esigenze con professionalità e competenze specifiche.

Con questo obiettivo nel Centro opera un'équipe composta da diversi professionisti e professioniste con percorsi formativi e approfondimenti teorici-metodologici diversi in grado di fornire risposte ad un ampio spettro di domande.

Dott.ssa E. Busso..... 339 474 60 06

Dott.ssa M. Castellino... 329 548 23 24

Dott.ssa M. Brun..... 338 115 67 08

Dott.ssa I. Vaggelli..... 366 291 58 68

Hanno collaborato alla stesura del presente periodico:

Dott.ssa E. Busso

Dott.ssa M. Castellino

Dott.ssa M. Brun

Dott. I. Vaggelli

