



Multicultural
Centre for
Women's Health



SCHEDA INFORMATIVA: PARLARE DI VIDEOGIOCHI CON I VOSTRI RAGAZZI

I VIDEOGIOCHI AL COMPUTER SONO UNO DEI PASSATEMPI PREFERITI TRA GLI ADOLESCENTI AUSTRALIANI. CI GIOCANO TRA LE 2 E LE 18 ORE A SETTIMANA E PER PIÙ TEMPO NEL FINE SETTIMANA RISPETTO AGLI ALTRI GIORNI. LA PERCENTUALE È ALTA (8-15%) TRA GLI ADOLESCENTI E GLI STUDENTI UNIVERSITARI, IN PARTICOLARE COLORO I QUALI PREDILIGONO VIDEOGIOCHI ONLINE.

DATI IMPORTANTI SUI VIDEOGIOCHI

COMPRENDERE I VIDEOGIOCHI VI AIUTERÀ A CAPIRE MEGLIO PERCHÈ VOSTRO FIGLIO GIOCA.

- Al giorno d'oggi i videogiochi costituiscono una forma di intrattenimento molto differenziata per soddisfare le esigenze di tutti
- I videogiochi moderni sono più complessi strutturalmente e possono essere accattivanti dal punto di vista psicologico per attirare i giocatori
- Se usati correttamente, i videogiochi possono contribuire all'apprendimento e allo sviluppo fisico e psicologico dei giovani

UTILIZZO ECCESSIVO

UN USO ECCESSIVO DEI VIDEOGIOCHI PUÒ PORTARE A PROBLEMI E DIPENDENZA DAL GIOCO. QUESTO È CARATTERIZZATO DA UN ECCESSIVO E INCONTROLLATO UTILIZZO DEI VIDEOGIOCHI ONLINE AL PUNTO DA INTERFERIRE IN MANIERA SIGNIFICATIVA CON LA VITA DI OGNI GIORNO DERIVANDONE CONSEGUENZE PSICOLOGICHE E FISICHE NEGATIVE.

SEGNALI A CUI PRESTARE ATTENZIONE

ANCHE SE ALCUNE PERSONE POTREBBERO SVILUPPARE SINTOMI DI DIPENDENZA DA VIDEOGIOCHI IN UN BREVE PERIODO DI TEMPO, PER LA MAGGIOR PARTE, IL PERCORSO È PIÙ INSIDIOSO.

LA DIPENDENZA DA VIDEOGIOCHI IN GENERE INIZIA DURANTE L'ADOLESCENZA. CAMPANELLI D'ALLARME O SEGNALI PRECOCI DI DIPENDENZA DA VIDEOGIOCHI INCLUDONO:

- Passare molto o tutto il tempo disponibile a giocare ai videogiochi
- Riduzione della produttività in ambito lavorativo o educativo
- Prediligere giocare ai videogiochi piuttosto che socializzare e/o dormire
- Mentire o essere reticenti in merito all'utilizzo dei videogiochi
- Evitare o non prendere parte ad altre attività per poter passare più tempo a giocare ai videogiochi

Italian



Multicultural
Centre for
Women's Health



COME GESTIRE IL GIOCO A CASA

DA GENITORI, È IMPORTANTE IMPARARE A GESTIRE LE ATTIVITÀ DI GIOCO DEI VOSTRI RAGAZZI A CASA. ECCO ALCUNI CONSIGLI:

- **Scegliere il videogioco giusto:** Controllate che la classificazione del contenuto del gioco sia neutra e assicuratevi che sia adatto ai vostri figli.
- **Stabilite dei limiti appropriati:** In qualità di genitori spetta a voi determinare limiti e regole tra le pareti domestiche, tra cui anche stabilire quanto tempo i vostri figli possono passare a giocare ai videogiochi.
- **Controllate l'ambiente di gioco:** Incoraggiate i vostri figli ad usare i dispositivi di gioco in stanze o aree comuni e cercate di farvi coinvolgere il più possibile.
- **Esplorate alternative salutari:** facendovi coinvolgere in delle attività con i vostri figli li aiuterete a sviluppare altri interessi e vi sentirete soddisfatti e gratificati.
- **Educate i vostri figli a navigare in sicurezza online:** questo include proteggere la loro privacy quando si trovano online, smettere di usare o cancellare dei contenuti in caso di intimidazioni e non aprire contenuti di provenienza ignota.

Potete trovare ulteriori informazioni per genitori e ragazzi sui videogiochi online e su come rimanere in sicurezza online sul sito del governo australiano eSafety (<https://www.esafety.gov.au/education-resources/iparent>)

DOVE TROVARE AIUTO

Gambler's Help

1800 858 858

gamblershelp.com.au

Gambler's Help provides free and confidential support in Arabic, Cantonese, Mandarin and Vietnamese. An interpreter can be arranged for other languages on request. Visit gamblershelp.com.au for more information.

If you are deaf, or have a hearing or speech impairment, contact Gambler's Help through the National Relay Service. For more information visit relayservice.gov.au

SERVIZI DI SUPPORTO GRATUITI: GAMBLER'S HELP

SE VOI O QUALCUNO DEI VOSTRI CARI HA UN PROBLEMA CON IL GIOCO, PARLARNE CON QUALCUNO DI CUI VI FIDATE È UN OTTIMO PRIMO PASSO PER RIPRISTINARE IL CONTROLLO DELLA SITUAZIONE.

GAMBLER'S HELP È UN SERVIZIO DI SUPPORTO GRATUITO E CONFIDENZIALE PER LE PERSONE AFFETTE DA PROBLEMI CON IL GIOCO D'AZZARDO IN TUTTO IL VICTORIA, OFFRENDO LORO (SIA GIOCATORI CHE NON GIOCATORI) E AL RESTO DELLA COMUNITÀ SUPPORTO, CONSIGLI E INFORMAZIONI.

La consulenza per problemi legati al gioco d'azzardo offre:

- Un servizio professionale, riservato e gratuito
- Un'accurata valutazione delle difficoltà con il gioco d'azzardo e altri problemi correlati
- Informazioni che soddisfino le esigenze del cliente
- Riferimento ad altre agenzie e servizi di supporto dove necessario
- Servizi per individui, coppie, famiglie o gruppi
- Sostegno per chi è coinvolto nel gioco d'azzardo come anche per i loro partner e le loro famiglie
- Assistenza culturalmente appropriata e servizi di interpretariato possono essere organizzati gratuitamente su richiesta.