



4

STORIE  
della settimana

# Il gioco è la migliore scuola di vita. Se è libero, all'aperto e in compagnia di altri bambini

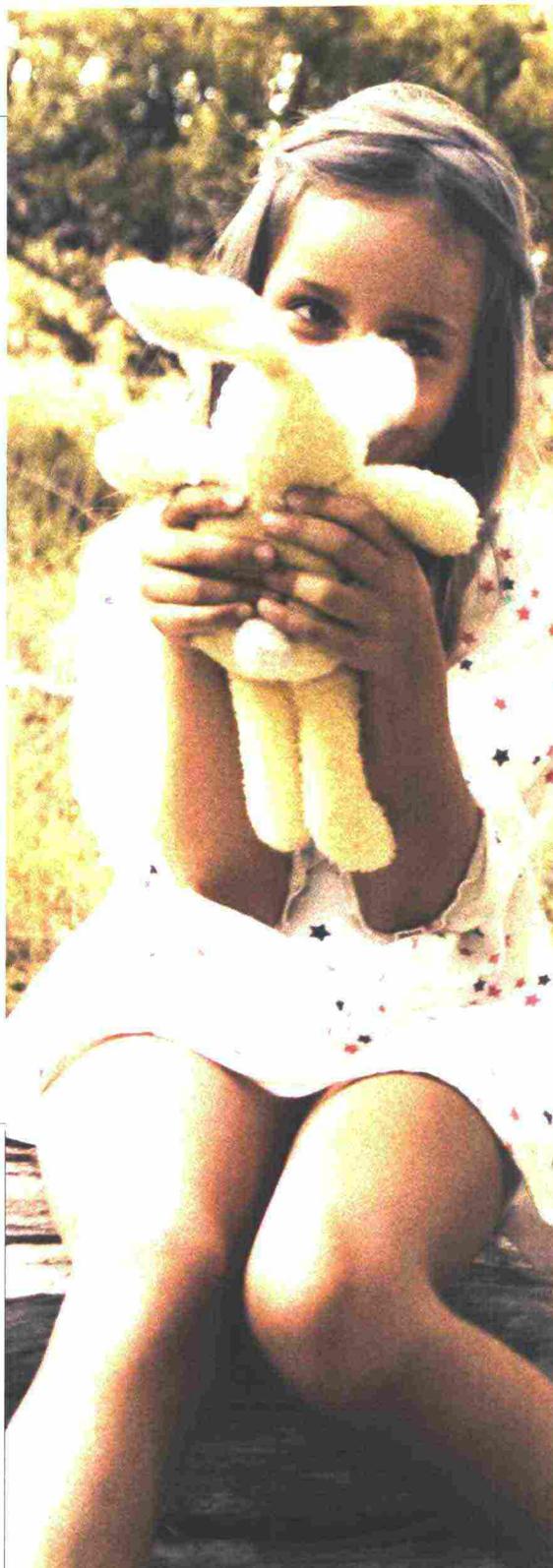
*Chi corre nei prati, lotta con i coetanei e usa la fantasia, sarà un adulto felice, intelligente e capace di confronto. Chi cresce davanti a uno schermo rischia di sviluppare dipendenze. «Noi psicologi lo diciamo da sempre», spiega Anna Oliverio Ferraris. Uno studio americano durato 30 anni lo conferma*

DI ANTONELLA FIORI



Anna Oliverio Ferraris, psicoterapeuta, psicologa e docente di Psicologia dello sviluppo all'Università La Sapienza di Roma.

**G**ioca bambino, gioca. Gioca e sarai più felice. Gioca all'aperto, con altri bambini, e da grande avrai meno paura di affrontare il mondo. Ti sentirai pronto a vivere la vita. Non sono fantasie. Lo dice uno studio americano durato trent'anni che sintetizza molte ricerche internazionali: gli adolescenti che nell'infanzia hanno dato spazio alle attività ludiche, all'aperto e spontaneamente, sono generalmente meno ansiosi e depressi, più intraprendenti e felici dei coetanei che hanno giocato poco e trascorso molto tempo davanti alla tv o al computer. Ne discutiamo con la psicologa e psicoterapeuta Anna Oliverio Ferraris, che ha partecipato a *Dialoghi sull'uomo* ([dialoghisulluomo.it](http://dialoghisulluomo.it)), il festival di antropologia ideato e diretto da Giulia Cogoli che quest'anno è stato dedicato proprio al tema del gioco. ►





Marco Trunz / folio-id.com | posed by models

## STORIE

della settimana

**Professoressa Oliverio, perché giocare all'aperto, a contatto con altri ragazzi, è così importante? A cosa serve?**

«Il gioco infantile è un'attività complessa che risponde alle esigenze della crescita. Molti pensano che il gioco per i bambini sia solo uno scarico di energia. In realtà, non è così. Se giocano assieme ad altri coetanei, i bambini socializzano, affrontano l'imprevisto, risolvono problemi, inventano situazioni, fanno una serie di esperienze che servono per mettersi alla prova».

**Mi sta dicendo che il gioco all'aperto è una specie di scuola di vita?**

«Sì, perché il piccolo si deve impegnare per farsi accettare, per risolvere un problema. E, se trova un ostacolo o le cose non funzionano come vorrebbe, è obbligato a trovare una via d'uscita».

**E invece, cosa accade se sta sempre davanti allo schermo del computer?**

«Imparerà a muovere solo due pollici! È un po' diverso dai giochi in cui un bimbo corre, si rotola, fa anche la lotta».

**Cosa c'è di differente?**

«Nei giochi che coinvolgono il corpo si creano situazioni dove si scoprono certe regole: si può litigare, ma anche far pace. Si scopre che nella vita si presentano vari aspetti, situazioni diverse. Quindi saranno adolescenti più forti non solo a livello fisico ma anche psicologico».

**Molti bambini vivono in quartieri dove non c'è né un prato né un terreno su cui poter giocare a palla, però.**

«Vero, questo è un problema gravissimo delle nostre città che ha portato anche alla perdita della trasmissione culturale di tutta una serie di giochi che venivano fatti all'esterno: la campana, le biglie, perfino lo scambio di figurine».

**È una tendenza dell'epoca in cui viviamo?**

«Sì, ma si può correre ai ripari. Per esempio, ho scoperto che in ogni villaggio della Baviera, in Germania, per qualche ora al giorno si chiudono le strade alle macchine e il traffico viene deviato in modo che i bambini possano giocare in quello spazio. A Parigi, una linea del treno dismessa è stata trasformata in area verde. Non potremmo farlo anche noi? Basta stabilire un orario in cui, per un paio d'ore, alcune vie



delle città vengano chiuse al traffico».

**Sarebbe una rivoluzione?**

«Sarebbe qualcosa di molto benefico. Laddove c'è un prato, un cortile, vediamo bambini in bicicletta che giocano a palla o fanno acrobazie con lo skateboard. È un istinto dei piccoli giocare in questo modo. Se i bambini vengono mollati davanti a televisori, computer e giochi elettronici dalla tenera età svilupperanno una dipendenza da questi mezzi».

**Il fatto che molti adolescenti facciano ricorso ad alcol e droghe dipende anche da come hanno giocato da piccoli?**

«Certamente. Noi psicologi negli anni lo abbiamo detto in tutti i modi. Ma non c'è stato niente da fare. Purtroppo, oggi anche le autorità sostengono che i bambini messi davanti agli schermi della tv migliorano le loro capacità intellettive».

**Quali autorità?**

«Per esempio, l'ex Garante per l'infanzia e dell'adolescenza, Vittorio Spadafora, nel 2010 ha varato la BabyTv su Sky sostenendo che rendeva i bambini più intelligenti».

**E secondo lei non è vero?**

«Assolutamente no. Perché quella dei bambini è un'intelligenza concreta. Loro imparano facendo e usando i cinque sensi. Non dico che si debbano abolire del tutto la televisione o i videogiochi. Ma vanno usati con moderazione. È dimostrato che, se mettiamo bambini di due o tre anni davanti allo schermo, avranno un ritardo nello sviluppo del linguaggio. È la televisione che parla, è il giochino che dà input. Non c'è un interlocutore che risponde alle domande del bambino».

**I giochi classici come i soldatini, i pupazzi, i Lego, invece, che effetto hanno?**

«Sviluppano l'intelligenza perché il

bambino ci mette del suo. È lui che inventa la narrazione. Non insegue la narrazione decisa da un altro. Costruisce una storia pescando dentro di sé. Mentre se guarda un videogioco o la televisione c'è qualcuno che ha ideato un certo percorso che lui deve seguire. In questo modo si abitua a essere gestito dall'esterno e non ad autogestirsi».

**Molti genitori hanno paura a lasciare i bambini a giocare soli tra loro. Lei che ne pensa?**

«Che è sbagliato. Ed è sintomatico che nelle feste per bambini ci sia sempre un animatore. Una volta non ce n'era bisogno. I bambini si organizzavano da soli».

**Il bambino che gioca con l'adulto come lo vede?**

«Il problema è sempre lo stesso: se un bambino gioca con un adulto e basta, si abitua a pensare che se sopravvivono delle difficoltà l'adulto interviene. E questo è sempre un modo di essere eterodiretti. Anche quando fanno attività di movimento la fanno andando dietro ai comandi di un adulto. Può essere in palestra, in piscina».

**Le ricerche cui lei fa riferimento dicono anche che i giochi all'aperto tra bambini stimolano il metabolismo e la crescita della corteccia cerebrale.**

«Sì, entra in funzione una proteina, la C-Fos, che aiuta la crescita dell'organismo e quella del sistema nervoso. E quindi il cervello. Serve allo sviluppo dell'intelligenza. Nel movimento, assieme al concetto di divertimento, parte integrante del gioco, si affina la percezione. E si sviluppa un senso di libertà che porta alla serenità. Al contrario, se stanno solo davanti a uno schermo già a 8-9 anni saranno bambini semidepressi, che si annoiano, perché se non hanno la tv, non sanno cosa fare, cosa inventare».

Allana Wesley White / TheLicensingProject.com