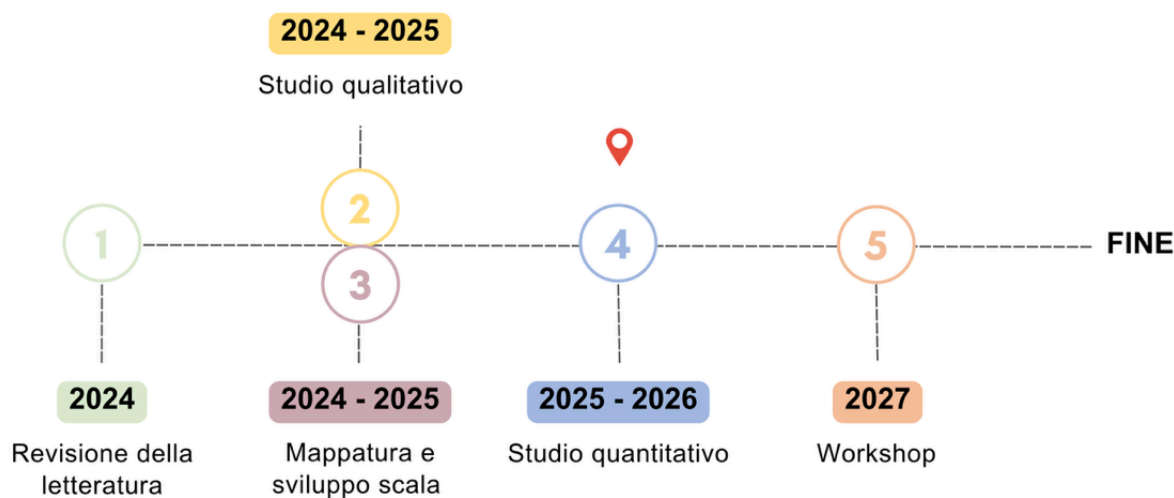




## GIOCONEWS: Sesta Edizione

Ben ritrovati/e alla sesta edizione della GIOCONEWS, la newsletter ufficiale del progetto GIOCO. Con cadenza trimestrale, vi aggiorniamo sugli sviluppi del progetto e sui progressi della ricerca sul gioco in Canton Ticino. Seguiteci per rimanere informati e scoprire le interessanti novità.

## Panoramica degli aggiornamenti



# Benvenuta, Primavera!

Con l'arrivo della Primavera e l'allungarsi delle giornate, anche il nostro progetto entra in una nuova fase: la seconda ondata della raccolta dati dello studio longitudinale!

## Nei dati dello studio quantitativo!

Dopo le vacanze di Pasqua, i partecipanti della prima raccolta dati, conclusasi a dicembre 2025, saranno invitati a rispondere nuovamente al questionario. Rispetto a una singola raccolta dati, questo permette di osservare cambiamenti nelle abitudini e nello sviluppo dei bambini e degli adolescenti, che possono manifestarsi già nell'arco di pochi mesi. Ringraziamo sin d'ora per il rinnovato interesse alla partecipazione!

In attesa dei nuovi dati, durante i mesi invernali ci siamo dedicate all'analisi preliminare dei dati raccolti durante la prima ondata dello studio quantitativo. Le prime analisi ci hanno portato a risultati interessanti in due ambiti del gioco: il primo relativo allo stile di vita e al gioco digitale, il secondo relativo alle differenze individuali e allo sviluppo emotivo nell'ambito del gioco.

## **Gioco digitale e routine quotidiane: come tempo e modalità di gioco si intrecciano con lo stile di vita degli adolescenti**

Giovanna ha indagato la relazione tra la **modalità di gioco** (analogica vs digitale) e lo **stile di vita** (alimentazione, attività fisica e sonno), tenendo in considerazione anche la **quantità** di gioco e il **momento della giornata** in cui si gioca. Da una prima analisi è emerso che chi dedica più tempo ai videogiochi, rispetto ai giochi analogici, tende ad avere abitudini alimentari meno sane (pasti irregolari e qualità dell'alimentazione peggiore), soprattutto quando l'attività è intensa e frequente (senza che ciò implichi necessariamente una dipendenza dai videogiochi). Inoltre, questi partecipanti svolgono meno attività fisica e, se giocano durante le ore notturne, ne possono risentire anche la quantità e la qualità del sonno. I risultati mostrano quindi che il gioco può agire come un **organizzatore delle routine quotidiane**: non conta solo la modalità, ma anche quanto e quando si gioca. Questo risultato è particolarmente rilevante per progettare interventi di salute pubblica mirati a promuovere forme di gioco compatibili con uno stile di vita sano durante la crescita.

## **Il gioco non è uguale per tutti!**

Matilde, con il supporto di Serena – ricercatrice, psicologa e già membro del gruppo di accompagnamento del progetto GIOCO – si è concentrata sugli aspetti emotivi dell'esperienza di gioco. I risultati mostrano che il modo in cui il gioco influenza empatia e capacità relazionali nei ragazzi non dipende solo dall'attività svolta, ma anche dalle **caratteristiche individuali**. In particolare, due fattori risultano centrali: la **sensibilità** personale (o temperamento, es. sensibilità

a stimoli ambientali quali rumori o sapori forti, stimolazioni multiple o la presenza di altri individui nel contesto) e il livello di **sicurezza** (o fiducia) **nelle relazioni con i genitori**.

Dalle analisi emergono tre profili principali:

1. *Equilibrati* (72%), per questi ragazzi il gioco rappresenta un contesto emotivo significativo, capace di favorire lo sviluppo dell'empatia e migliorare la qualità delle relazioni tra pari.
2. *Iper-sensibili* (24%), in questo caso l'esperienza di gioco non si traduce automaticamente in competenze empatiche e non incide in modo significativo sulla qualità delle relazioni.
3. *Poco sensibili* (4%), qui il gioco migliora le relazioni tra pari, ma senza passare attraverso una vera interiorizzazione empatica.

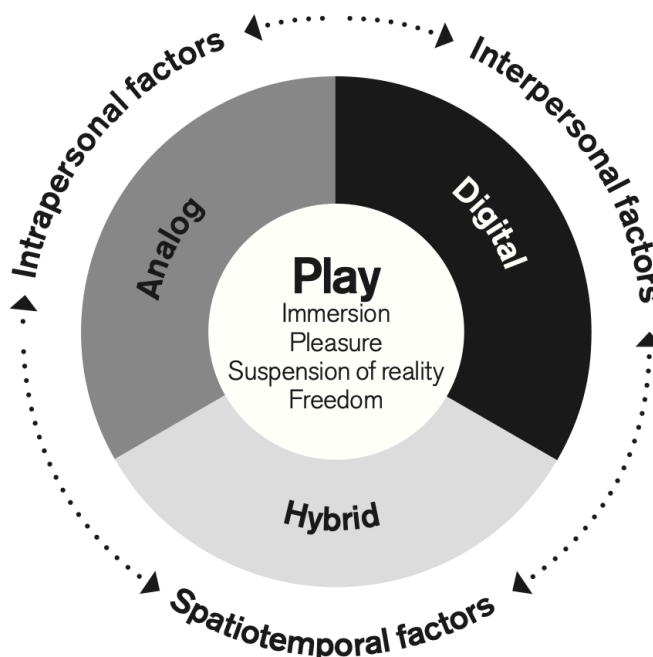
Questi risultati aprono prospettive importanti per progettare interventi sempre più personalizzati, capaci di valorizzare le specificità emotive di ciascun individuo.

## Focus group

Nelle ultime settimane abbiamo anche completato il primo articolo basato sui focus group, che a breve verrà inviato a una rivista scientifica per il processo di revisione. Ora non ci resta che incrociare le dita!

Nell'immagine qui sotto trovate un'anteprima del principale risultato dell'articolo: il nostro framework concettuale del gioco.

- Al centro si trova il **significato intrinseco del gioco**, inteso come uno stato mentale caratterizzato da alcuni elementi chiave: *immersione, piacere, sospensione della realtà e libertà*.
- Il secondo cerchio riguarda le **modalità di gioco** – *analogiche, ibride e digitali* – attraverso cui questo stato mentale può essere vissuto nella società contemporanea.
- Infine, il cerchio più esterno include i **fattori che influenzano l'esperienza di gioco**: aspetti individuali (*intrapersonali*), relazionali (*interpersonali*) e legati al contesto *spazio-temporale*. Sono questi elementi che, interagendo tra loro, facilitano l'ingresso e l'uscita dallo stato mentale del gioco.



## Validazione scala

Siamo entusiaste di condividere con voi la prima pubblicazione scientifica del progetto GIOCO. Lo studio di sviluppo e validazione della scala sul gioco (CAPPAC) è stato pubblicato a marzo 2026 sulla rivista *Scientific Reports* di Nature. Lo potete leggere al link seguente: <https://www.nature.com/articles/s41598-026-43894-x>.

## Validazione scala... in Indonesia

Il lavoro di validazione della scala prosegue in un luogo culturalmente molto diverso dal Ticino: in **Indonesia**! Ciò è stato possibile grazie a **Tamara Putri**, studentessa di Master che ha deciso di svolgere la propria tesi sotto la supervisione di Anne e di Giovanna e si è dedicata alla **validazione della scala CAPPAC nel suo paese di origine: l'Indonesia**. Tamara si è recata nelle scuole di Jakarta nel mese di febbraio e ha fatto compilare il questionario, precedentemente tradotto in Bahasa, a circa 500 adolescenti. Nel corso dei prossimi mesi ci dedicheremo all'analisi dei dati per capire come venga vissuto il gioco a così tanti chilometri da qui, se le percezioni, il contesto e le modalità siano le stesse o se vi siano differenze. Vi racconteremo i risultati nel corso delle prossime GIOCONEWS. Le immagini seguenti raffigurano la raccolta dati presso una scuola media di Jakarta.



## Prossimi appuntamenti

Al momento abbiamo in programma due conferenze per il mese di luglio dove presenteremo i primi risultati dello studio longitudinale con diverse comunità accademiche.

- A Leuven, in Belgio, Matilde presenterà i risultati sulle differenze individuali e gli aspetti emotivi dell'esperienza del gioco all'*International Attachment Conference*.
- A Ginevra, in Svizzera, Sophie presenterà i risultati sull'esperienza del gioco e l'autodeterminazione dei ragazzi all nona *International Conference on Self-Determination Theory*.



*Giovanna, Matilde, Sophie e Anne*



Facoltà di Biomedicina, Istituto di Salute Pubblica  
Campus Est, Settore A, 3° piano, via la Santa 1, 6962 Lugano-Viganello  
Email: [mediaticino@usi.ch](mailto:mediaticino@usi.ch)



---

This email was sent to [<< Test Indirizzo email >>](#)  
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)  
PhD student · Via Giuseppe Buffi · Lugano 6900 · Switzerland

