

Quaderni del Dipartimento di Linguistica
n. 31/2023-24

Quaderni del Dipartimento di Linguistica
Università della Calabria

n. 31/2023-24

ISBN 979-12-5965-477-9



CACUCCI  EDITORE
BARI

**Quaderni del Dipartimento di Linguistica
Università della Calabria**

n. 31/2023-24

Direttore

Roberto Guarasci, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Comitato scientifico

Francesco Altimari, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Mario Caligiuri, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Carlo Spartaco Capogreco, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Mario Caterini, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Angela Costabile, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Belinda Crawford, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Ines Crispini, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Maria Mirabelli, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Luciano Romito, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Anna Rovella, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Giuseppe Spadafora, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Responsabile di redazione

Assunta Caruso, U_{NIVERSITÀ DELLA CALABRIA}

Quaderni del Dipartimento di Linguistica

Università della Calabria

La rivista “Quaderni del Dipartimento di Linguistica” è una rivista scientifica inherente gli ambiti di ricerca del Dipartimento di Culture, Educazione e Società ed è censita dall’ANVUR per l’Area 10 – Scienze dell’antichità, filologico-letterarie e storico-artistiche e l’Area 11 – Scienze storiche, filosofiche, pedagogiche e psicologiche.

Lo scopo della rivista è di creare un’occasione in cui studiosi, docenti e ricercatori possano condividere idee sulla ricerca e didattica svolta nel campo di studio proposto, attraverso uno sguardo collaborativo e innovativo. La rivista include diverse sotto-aree con l’intento di incoraggiare la condivisione di una più ampia gamma di esperienze, risultati, scambi di idee. I contributi potranno essere presentati in diverse lingue allo scopo di rafforzare l’aspetto multilingue della rivista ed evidenziare la pluralità di culture e stili comunicativi con i quali la comunità universitaria entra in contatto durante la quotidianità accademica.

Quaderni del Dipartimento di Linguistica

UNIVERSITÀ DELLA CALABRIA

31/2023-24

**Echi di cittadinanza. Ricerca, esperienze e
contaminazioni tra Calabria e Argentina.**

a cura di

Silvia Morelli

Anna Rovella

Mario Francisco Benvenuto

Rossella Michienzi

CACUCCI  EDITORE
BARI

PROPRIETÀ LETTERARIA RISERVATA

© 2024 Cacucci Editore – Bari
Via Nicolai, 39 – 70122 Bari – Tel. 080/5214220
<http://www.cacuccieditore.it> e-mail: info@cacucci.it

Ai sensi della legge sui diritti d'Autore e del codice civile è vietata la riproduzione di questo libro o di parte di esso con qualsiasi mezzo, elettronico, meccanico, per mezzo di fotocopie, microfilms, registrazioni o altro, senza il consenso dell'autore e dell'editore.

Sommario

| | |
|--|-----|
| Introduzione | 9 |
| <i>Silvia Morelli</i> , Premisa | 11 |
| <i>Maria Giuseppina Bartolo</i> , Interventi <i>Evidence-Based</i> per prevenire e contrastare il bullismo e il cyberbullismo | 13 |
| <i>Francesco Craig</i> , Autolesionismo non suicidario come manifestazioni del malessere psicologico adolescenziale | 33 |
| <i>Anna Lisa Palermi</i> , La fenomenologia del bullismo e del cyberbullismo a scuola | 47 |
| <i>Natalia Forlini</i> , <i>Fernando Fariás</i> , El impacto subjetivo del trabajo grupal en el ámbito educativo | 65 |
| <i>Verónica Torres</i> , <i>Guillermo Dezorzi</i> , La adolescencia desde una concepción del sujeto | 75 |
| <i>Mario F. Benvenuto</i> , <i>Rossella Michienzi</i> , Escenarios inéditos de enseñanza-aprendizaje en la didáctica de Lenguas Extranjeras | 95 |
| <i>Donata Chiricò</i> , L'educazione democratica alla prova della sordità | 119 |
| <i>Paula Marini</i> , <i>Franco Carbonari</i> , Temporalidades, vínculos y lo escolar en el presente | 133 |
| <i>Lucia Montesanti</i> , <i>Francesca Veltri</i> , Politiche di protezione e processi di socializzazione dei minori non accompagnati in Italia, tra impegno civile e prospettive giuridiche | 157 |
| <i>Rocco Servidio</i> , <i>Martina Basilico</i> , Il gioco online problematico: uno studio esplorativo | 183 |
| <i>María Isabel Pozzo</i> , Prolegómenos para el diálogo intercultural y la comunicación científica en educación | 227 |
| <i>Giovanna Vingelli</i> , L'educazione alla sessualità | 253 |
| <i>Paula Caldo</i> , ¿Dónde están las mujeres en los archivos? | 277 |
| <i>Martin Critelli</i> , L'applicazione di reti neurali convoluzionali per l'estrazione automatica della conoscenza dei beni culturali da archivi multimediali | 297 |
| <i>Adriana Hereñú</i> , Socialización de experiencias de indagación en fuentes documentales y testimonios como enfoque metodológico en investigación educativa | 309 |
| <i>Claudia Lanza</i> , Dal riconoscimento della scrittura manuale alla categorizzazione automatica dei dati | 331 |
| <i>Anna Rovella</i> , Resilienti o persistenti? | 343 |

Il gioco online problematico: uno studio esplorativo

Rocco Servidio*, Martina Basilico*

Abstract: The use of digital environments and technologies has attracted the interest of scholars from various disciplines, including social psychologists. This contribution aims to explore the relationship between self and problematic online gaming, as well as the mediating role of body image and identification with the avatar. The study involved 114 online gamers (65.8% male) aged 18-50 years ($M = 23.05$, $SD = 2.78$), all residing in Italy. Participants completed self-report scales to assess the self, body image perception, tendency to identify with the online game avatar, and the risk of problematic online gaming. Results from correlation and multivariate analyses indicate that low levels of self, increased problematic video game risk, and negative body image perception. Identification with the avatar positively affects problematic online gaming. Additionally, it was found that self indirectly affects problematic online gaming only through avoidance, a coping strategy related to body image.

Keywords: Avatar Identification, Body Image, Coping Strategies, Internet Gaming Disorder, Online Gaming.

1. Introduzione

Per gioco si intende un'attività ricreativa o di competizione, definita da obiettivi e regole, praticata da bambini, adolescenti e adulti. Il gioco è un elemento di fondamentale importanza per lo sviluppo e l'apprendimento dei bambini, ma non solo: ha infatti una vasta gamma di valenze sociali e psicopedagogiche. Dal punto di vista sociale, il gioco crea un momento di incontro, favorisce le relazioni interpersonali e riduce le discriminazioni sociali. In ambito psico-pedagogico, il concetto di gioco risulta essere lo strumento principale che accompagna la crescita e lo sviluppo del bambi-

* Dipartimento di Culture, Educazione e Società, Università della Calabria. rocco.servidio@unical.it; martina.basilico@unical.it

no, ma che non abbandona l'adulto che gioca per evadere dalla realtà, per rilassarsi, per confrontarsi per sperimentare nuove emozioni.

Il rapporto tra gioco e società persiste nel tempo: si evolve e si adatta alle nuove esigenze dell'uomo, così come ai mutamenti della società e all'avanzamento tecnologico. Intorno agli anni '90, del secolo scorso, il panorama del gioco ha lasciato spazio ad una versione tecnologica e solitaria dello svago, dando vita a nuovi modelli di divertimento. Nascono i primi ambienti di giochi online. In questo capitolo, ci si riferisce alle diverse tipologie di giochi indicandoli semplicemente come giochi online, anche se in letteratura esistono diverse denominazioni (e.g., videogiochi online, videogiochi su internet). È importante, evidenziare che i videogiochi si differenziano dai giochi d'azzardo online, poiché, nel primo caso, agli utenti non è richiesto di scommettere nessuna forma di danaro per vincerne altro, anche se negli ultimi anni sono apparsi giochi online che integrano, nelle dinamiche di gioco, la possibilità di fare delle microtransazioni mediante lo scambio di danaro con moneta virtuale. Lo scopo di queste piccole transazioni è, generalmente, quello di sbloccare funzionalità, oggetti o semplici elementi estetici interni al gioco.

Nel panorama videoludico sono due le tipologie di gioco: offline e online. Questa distinzione è importante perché influenza in modo significativo il comportamento del giocatore. In ogni caso, entrambi i tipi di giochi offrono esperienze uniche e coinvolgenti. I giochi offline offrono un'esperienza di gioco più intima e personale: il giocatore è immerso in una storia predefinita, libero di esplorarla al proprio ritmo e senza la pressione di dover interagire con altri utenti, questo permette una maggiore concentrazione sulla narrativa e sul gameplay singolo. Al contrario, nei giochi online il giocatore è immerso in mondi virtuali popolati da altri utenti in tempo reale: un'interazione sociale che amplifica il senso di coinvolgimento dando vita a un'esperienza ludica dinamica e in continua evoluzione. Lo spirito di collaborazione e competizione tra giocatori alimenta l'adrenalina e il divertimento. Grazie alle caratteristiche strutturali dei giochi online, quest'ultimi, generalmente, non hanno una conclusione predefinita. Di fatto, è sempre possibile che gli stessi sviluppatori dei giochi, ma anche i giocatori stessi, decidano di aggiungere nuovi obiettivi e/o missioni di gioco. Per cui, non vi è una vera e propria sconfitta e la stessa partita può essere ripetuta diverse molte. Il raggiungimento degli obiettivi di gioco non è predefinito: alcuni obiettivi possono essere raggiunti da soli, altri conseguiti mediante la collaborazione degli utenti online. È possibile, infine, competere con altri giocatori attivando forme di confronto sociale.

In sintesi, anche se in alcuni ambienti ludici le proprietà dei giochi si sovrappongono, la scelta tra giochi online e offline dipende dalle preferenze individuali. Se si ricerca un'esperienza coinvolgente, dinamica e ricca di interazione sociale, i giochi online rappresentano la scelta ideale. Al contrario, se si predilige un'esperienza di gioco più intima, focalizzata sulla narrazione e sul gameplay singolo, i giochi offline offrono un'opzione eccellente. Indipendentemente dalla scelta, entrambi i tipi di giochi garantiscono ore di divertimento e intrattenimento. I risultati degli studi suggeriscono che sono i giocatori online, rispetto a quelli offline, a passare più tempo online, proprio per la natura di queste tipologie di giochi. Nello specifico, si fa riferimento alla piacevolezza del gioco, ma anche alla preferenza di giocare piuttosto che dedicarsi alle attività della vita sociale. Questa distinzione è importante perché sono proprio i giochi online ad aumentare il rischio di un loro uso problematico.

Le origini dei giochi online possono essere fatte risalire agli anni '70, del secolo scorso, grazie allo sviluppo delle reti di computer che permettevano agli utenti di giocare a giochi semplici a turni l'uno contro l'altro. Tuttavia, è negli anni '80, sempre del secolo scorso, con l'ulteriore sviluppo di internet che i giochi online hanno iniziato a vedere una vera e propria crescita. Man mano che gli ambienti di gioco online diventavano sempre più popolari tra bambini, adolescenti e adulti, professionisti e ricercatori della salute mentale si sono interessati alla comprensione dei motivi che spingono le persone all'uso dei giochi virtuali (Sioni, Burleson, e Bekerian 2017). In una recentissima ricerca di Szolin et al. (2022), sono stati indicati i vantaggi del gioco online, individuando tra questi: il miglioramento delle abilità cognitive come la percezione, la fuga dai problemi quotidiani e maggior benessere sociale dell'individuo.

Uno dei primi giochi online di successo è stato il *Multi-User Dungeon* (MUD), un gioco di ruolo grazie al quale i giocatori potevano esplorare mondi virtuali e allo stesso tempo interagire tra loro. Negli anni '90, la tecnologia è migliorata e sono apparsi sul mercato i primi giochi online con interfacce grafiche e gameplay più avanzati. Giochi come *Doom* e *Quake* hanno reso ancora più popolari i videogiochi "sparatutto" con una modalità di interazione in prima persona, mentre giochi come *Ultima Online* e *EverQuest* hanno portato alla nascita dei *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games* (MMORPG).

Gli anni 2000 hanno segnato l'avvento e la diffusione di internet a banda larga contribuendo così a un'esplosione dei giochi online. Giochi come *World of Warcraft* e *League of Legends* hanno affascinato milioni di giocatori

in tutto il mondo e nuovi generi di giochi online sono stati sviluppati, come i *Multiplayer Online Battle Arena* (MOBA) ed i *Massively Multiplayer Online First-Person Shooter* (MMOFPS). Oggi, i giochi online sono una parte importante dell'industria dei videogiochi, con miliardi di giocatori in tutto il mondo che godono di una varietà di generi grazie allo sviluppo e alla disponibilità di piattaforme digitali avanzate. Esistono generi diversi di giochi online, ognuno con le sue caratteristiche e il suo gameplay. Alcuni dei generi più popolari includono:

- *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games* (MMORPG): I MMORPG permettono ai giocatori di creare i propri personaggi o avatar e di esplorare i diversi mondi virtuali, completando missioni, combattendo contro mostri e interagendo con altri giocatori. Esempi di MMORPG sono: *World of Warcraft*, *Final Fantasy XIV* e *The Elder Scrolls Online*.
- *Multiplayer Online Battle Arena* (MOBA): I MOBA mettono a confronto due squadre di giocatori in arene controllate con l'obiettivo di distruggere la base nemica. Esempi di MOBA sono: *League of Legends*, *Dota 2* e *Heroes of the Storm*.
- *Massively Multiplayer Online First-Person Shooter* (MMOFPS): I MMOFPS sono giochi “sparatutto” in prima persona che permettono a un gran numero di giocatori di competere in grandi battaglie online. Esempi di MMOFPS sono: *Call of Duty: Warzone*, *Battlefield V* e *Planetside 2*.
- Giochi di strategia: I giochi di strategia richiedono ai giocatori di pianificare e di utilizzare tattiche per sconfiggere i loro avversari. I giochi di strategia online possono essere a turni o in tempo reale e possono basarsi su una varietà di ambientazioni, come la guerra, la fantasia o la fantascienza. Esempi di giochi di strategia online sono: *StarCraft II*, *Age of Empires II* e *Civilization VI*.
- Giochi di simulazione: I giochi di simulazione permettono ai giocatori di sperimentare aspetti della vita reale in un ambiente virtuale. I giochi di simulazione online possono variare dai simulatori di volo ai simulatori di corse automobilistiche ai simulatori di vita. Esempi di giochi di simulazione online sono: *Microsoft Flight Simulator*, *iRacing* e *The Sims 4*.
- Giochi di casinò: I giochi di casinò online permettono ai giocatori di divertirsi a giochi d'azzardo tradizionali come blackjack, roulette e poker contro altri giocatori o contro un computer. I giochi di ca-

sinò online sono diventati molto popolari negli ultimi anni, grazie alla loro comodità e alla loro ampia varietà di giochi.

- Giochi casual: I giochi casual sono giochi semplici e facili da imparare, spesso progettati per essere giocati in brevi sessioni. I giochi casual online sono spesso disponibili su dispositivi mobili e piattaforme social. Esempi di giochi casual sono: *Candy Crush Saga*, *FarmVille* e *Tetris*.

Oltre a questi generi, esistono molti altri tipi di giochi online, come i giochi di puzzle, i giochi di sport, i giochi di corse e i giochi di avventura. La presenza di queste e altre tipologie di gioco suggerisce che per le persone hanno delle chiare preferenze di gioco, il che può indicare che i giochi assumono un ruolo ben preciso, ossia quello di soddisfare delle necessità psicologiche degli utenti e che in alcune persone possono trasformarsi in comportamenti problematici (Monley, Liese and Oberleitner 2024).

1.1. Il fenomeno dell'internet gaming disorder (IGD)

Secondo l'American Psychiatric Association (APA) (APA 2013), l'Internet Gaming Disorder (IGD) o gioco online problematico è definito come un «uso persistente e ricorrente di internet per partecipare a giochi, spesso con altri giocatori, che porta a menomazione o disagio clinicamente significativo» (795). Comunque, in questo ambito di studio possiamo individuare due filoni di ricerche. I ricercatori appartenenti al primo filone di studi, pensano che si debba partire dai videogiochi per capire le caratteristiche di questa patologia (Charlton and Danforth 2007, Griffiths e Meredith 2009). Altri, invece, pensano che internet debba essere considerata come la piattaforma principale delle diverse forme patologiche, tra cui anche i videogiochi (Starcevic et al. 2020, André et al. 2020). Studi successivi hanno cercato di integrare questi due filoni di studi (Kim and Kim 2010, Demetrovics and Griffiths 2012). In ogni caso, il gioco online problematico può essere inteso sia come una forma di dipendenza patologica da videogiochi, sia come una variante di dipendenza patologica da internet, sia una diagnosi a sé stante (André et al. 2020). Vediamo nel dettaglio questi modelli.

Secondo Griffiths (2005) è vero che le dipendenze hanno delle proprie specificità, ma allo stesso tempo esse hanno più aspetti in comune che differenze e queste possono riflettere un'unica eziologia del comportamento da dipendenza patologica. Infatti, grazie al suo modello delle dipendenze

“a più componenti”, egli ritiene che la dipendenza patologica dal gioco online sia una particolare forma di dipendenza da videogiochi che può essere classificabile come gioco d’azzardo patologico slegata dal denaro. In base a questo modello teorico di natura biopsicosociale, che si pone come obiettivo quello di spiegare lo sviluppo e la persistenza delle dipendenze, Griffths (2005) ha proposto una modifica dei sei criteri individuati da Brown (1993) e riferiti al gioco d’azzardo. Il modello identifica sei componenti chiave che interagiscono per contribuire al comportamento di dipendenza: (1) salienza, il comportamento di dipendenza diventa la cosa più importante nella vita della persona, dominando i suoi pensieri, sentimenti e comportamenti; (2) tono dell’umore, il comportamento di dipendenza è utilizzato per regolare il tono dell’umore, spesso per sfuggire a emozioni negative come stress, ansia o depressione; (3) tolleranza, è necessaria una quantità sempre maggiore del comportamento di dipendenza per ottenere gli stessi effetti desiderati; (4) sintomi di astinenza, ossia quando il comportamento di dipendenza viene interrotto o ridotto, si verificano sintomi negativi spiacevoli come irritabilità, crampi e ansia; (5) conflitti, contrasti tra il giocatore e le persone più strette (conflitto interpersonale), ma anche contrasti con altre attività (e.g., lavoro, impegno scolastico, vita sociale e interessi) o conflitti interiori (sensazione soggettiva derivante dalla perdita del controllo) dovuti alla quantità di tempo smisurato speso a giocare; (6) recidive, il soggetto riprende le sue normali attività di gioco ripristinando le vecchie abitudini, dopo un periodo di astensione e di controllo, che comprendono eccessi smodati di gioco. Il modello proposto da Griffiths (2005), sebbene con alcuni limiti (e.g., si presenta abbastanza complesso, manca di specificità in quanto troppo generale) è ampiamente utilizzato per comprendere una varietà di dipendenze, tra cui dipendenze da droghe, alcol, gioco d’azzardo, cibo e internet. È, comunque, un modello utile per valutare e trattare le dipendenze in quanto fornisce una cornice per comprendere i molteplici fattori che contribuiscono a questo complesso comportamento.

Nel loro lavoro, Porter et al. (2010) non fanno una distinzione tra uso problematico dei videogiochi e uso problematico dei giochi online. Nella loro analisi, gli studiosi si concentrano sul concetto di dipendenza da videogiochi in generale, esaminandone le caratteristiche e i potenziali effetti negativi. Non distinguono tra le diverse piattaforme su cui i videogiochi vengono fruiti, includendo sia i videogiochi tradizionali che quelli online. Tuttavia, è importante sottolineare che la distinzione tra uso problematico di videogiochi e uso problematico di giochi online è diventata più rilevan-

te negli ultimi anni. Con l'avvento e la diffusione dei giochi online, si è riconosciuto che questi possono presentare alcune caratteristiche uniche e che possono aumentare il rischio di sviluppare comportamenti di gioco problematici. Non a caso, ricerche successive hanno esplorato le differenze tra uso problematico di videogiochi e uso problematico di giochi online, identificando potenziali fattori di rischio e specifici meccanismi sottostanti (Slack, Delfabbro, e King 2022). È rilevante evidenziare che non tutti coloro che giocano a videogiochi online svilupperanno problemi di dipendenza.

L'inclusione nel DSM-5 (APA 2013) del disturbo da dipendenza da internet (o *internet addiction disorder*, IAD), sebbene candidato all'inserimento, è stata rifiutata per mancanza di adeguate basi scientifiche. Negli ultimi anni, infatti, l'uso problematico di internet viene visto come potenziale problema di salute collettiva in quanto può avere delle ripercussioni negative sul benessere psicologico e sociale delle persone. Spesso accade che l'utente usa le risorse della rete internet più del previsto, portando spesso a trascurare le opportunità offerte dal mondo sociale. Tutto ciò fa presupporre che l'utilizzo irregolare di internet possa presentare delle somiglianze con alcuni disturbi comportamentali. L'abuso dell'utilizzo di internet è spesso correlato al tempo trascorso online ed è il risultato di molteplici attività che non sono di per sé patologiche, tra cui la ricerca di informazioni, l'uso dei social network, lo shopping online e il gioco nelle sue diverse forme.

Comunque, la dipendenza patologica dal gioco online come forma specifica di IAD, avendo ricevuto adeguato sostegno scientifico, è stata inclusa nella Sezione III (appendice relativa alle condizioni che richiedono ulteriori studi) del DSM-5 con la denominazione di «disturbo da gioco su Internet» (APA 2013). Non a caso, l'organizzazione mondiale della sanità (OMS) ha pubblicato l'undicesima revisione della classificazione statistica internazionale delle malattie e dei problemi sanitari connessi (ICD-11) ed ha ritenuto opportuno di introdurre il *gaming disorder* (GD) all'interno della sezione relativa ai disturbi del comportamento legati alle dipendenze, riconoscendolo, come una vera e propria malattia. Nello specifico, il GD viene classificato nel seguente modo: «una serie di comportamenti persistenti o ricorrenti legati al gioco, sia online che offline, manifestati da: un mancato controllo sul gioco; una sempre maggiore priorità data al gioco, al punto che questo diventa più importante delle attività quotidiane e sugli interessi della vita; una continua escalation del gaming nonostante conseguenze negative personali, familiari, sociali, educazionali, occupazionali o

in altre aree importanti». Per essere considerato patologico il comportamento si deve reiterare per 12 mesi, anche se la durata può essere minore se tutti i requisiti diagnostici sono presenti e i sintomi sono gravi.

1.2. Gioco online problematico come diagnosi specifica

Obiettivo dei modelli integrati è quello di sintetizzare gli approcci proposti in precedenza. Secondo alcuni studiosi (es., Kim and Kim 2010) i primi due approcci non sono in grado di cogliere gli aspetti centrali di alcuni giochi online come gli MMORPG, evidenziando così l'importanza di un approccio integrato. Secondo Kim e Kim (2010) «gli utenti di Internet non sono dipendenti in modo patologico da internet più di quanto lo siano gli etilisti della bottiglia» (389). Detto in altre parole, internet è solo un mezzo grazie al quale le persone possono accedere a specifici contenuti che rispecchiano i propri interessi o desideri (e.g., gioco d'azzardo, chat, acquisti online, ecc.). Essendo internet un mezzo per accedere a dei contenuti specifici, può far sì che gli utenti possano sviluppare una dipendenza patologica dal servizio della rete internet, ma non da internet in quanto è un mezzo per la fruizione del contenuto richiesto (Servidio 2014; Servidio et al. 2022). Oltretutto, vi è una notevole differenza tra i giochi tradizionali, frutti da soli, e quelli online, poiché in questi ultimi è più forte la componente sociale, ma anche nei giochi di ruolo che offrono l'opportunità di interagire con altri utenti. Basandosi sui risultati degli studi precedenti, Kim e Kim (2010) hanno proposto il modello multidimensionale dell'uso problematico dei giochi online. Tale modello comprende cinque aspetti: euforia, problemi di salute, conflitto, fallimento dell'autocontrollo e preferenze per le relazioni virtuali. Sulla scia di questa proposta, anche altri studiosi, tra questi Demetrovics e Griffiths (2012) ritengono importante l'adozione di un approccio integrato allo studio di simili problemi nonché la necessità di includere tutti i tipi di giochi online nei modelli della dipendenza perché ciò permette di poter confrontare generi e tipologie di giocatori. Gli studiosi, nel loro modello, identificano sei aspetti del gioco online problematico: preoccupazione, uso eccessivo, immedesimazione, isolamento sociale, conflitti interpersonali e astinenza.

1.3. Gioco online problematico come forma di dipendenza comportamentale

I risultati derivanti dai diversi studi condotti, suggeriscono che la dipendenza patologica dal gioco online possa essere considerata una forma di dipendenza comportamentale che, come abbiamo detto in precedenza, ha ricevuto nel corso degli anni sempre più attenzione fino ad essere riconosciuta come una vera e propria malattia dall'ICD-11. Poiché il disturbo di gioco su internet è stato incluso nella Sezione III del DSM-5 (APA 2013), con l'annessa proposta di una serie di criteri diagnostici con l'obiettivo di incoraggiarne la ricerca allo scopo di verificare se questa particolare condizione possa, in futuro, essere inserita nelle nuove versioni del manuale come un vero e proprio disturbo (Wegmann e Brand 2018). È evidente che ad oggi nella comunità scientifica non vi è un consenso unanime su questa particolare forma di comportamento, per cui riteniamo più adeguato utilizzare la denominazione di gioco online problematico. Ciò evidenzia non solo che il comportamento è eccessivo, ma anche che vi siano dei problemi correlati al gioco, così da evitare la connotazione di dipendenza o di disturbo. È utile ribadire che la precisa definizione ed i criteri diagnostici richiedono ulteriori chiarimenti e consenso sulla base del DSM-5 e future revisioni e integrazioni.

1.3.1. Aspetti del gioco online problematico

La comprensione dei precursori del gioco online può fornire informazioni che possono essere utilizzate per politiche di prevenzione e intervento. Uno studio empirico pubblicato da Sioni, Burleson, and Bekerian (2017), ha individuato una forte correlazione positiva tra la scala dell'Internet Gaming Disorder e la fobia sociale, a dimostrazione del fatto che il desiderio di approvazione sociale è un potente motivatore al gioco: un'interazione online offre l'opportunità di soddisfare le esigenze che la vita reale non è in grado di appagare. I MMORPG consentono ai giocatori di evitare lo stress presente nell'ambiente quotidiano e di relazionarsi con gli altri utenti, attraverso legami significativi. Tuttavia, non è da sottovalutare che la fobia sociale potrebbe essere considerata una motivazione che spinge a giocare e che porterà questa tipologia di utenti a manifestare un disturbo da gioco. Sebbene alcune motivazioni tipiche del gioco online siano simili a quelle dei disturbi da uso di sostanze, il gioco online è diverso in quanto dà la possibilità di potenziare il senso di sé del singolo giocatore. I video-

giochi offrono, quindi, connessioni sociali per individui che, altrimenti, non avrebbero perseguito nessuna forma di interazione (Sioni, Burleson, and Bekerian 2017).

Il videogioco è una realtà complessa e variegata, può essere considerato un fenomeno sociale per ogni sua sfumatura, soprattutto per la popolarità che ha acquisito negli ultimi anni. Gli stereotipi negativi che caratterizzano il gioco online sono sorti, dunque, a seguire della stessa nascita di quest'ultimo e si sono sviluppati sia per effetto delle influenze culturali sia per la veridicità di alcuni aspetti negativi del gioco che lo considerano come potenzialmente pericoloso per i suoi effetti. La maggior parte degli studi che hanno analizzato gli effetti dei videogiochi hanno evidenziato soprattutto gli aspetti negativi, descrivendone la violenza, il rischio di un uso problematico, nonché lo sviluppo di sintomi depressivi derivanti dal loro uso eccessivo. Questi studi, inoltre, etichettano i giocatori come intellettualmente pigri (Granic, Lobel, and Engels 2014). Nonostante ciò, è interessante prendere coscienza dei vari benefici cognitivi ed emotivi del gioco come ad esempio il miglioramento dell'umore, la diminuzione dello stress e la distribuzione dell'attenzione. Il gioco online, infatti, può essere utilizzato come mezzo per sfuggire dalla realtà e alleviare i disagi e gli stati d'animo negativi, può aumentare la fiducia in sé stessi ed è in grado di alleggerire l'insoddisfazione della quotidianità. Nella psicologia dello sviluppo, la funzione positiva del gioco è stata sempre un tema ricorrente e oggi è alla base dello studio dei videogiochi, poiché essi condividono diverse somiglianze con i giochi tradizionali e forniscono quindi gli stessi benefici.

Oggi, i videogiochi sono socialmente interattivi e la grande quantità di tempo investita in quest'ultimi significa che essi sono in grado di fornire esperienze di qualità diversa rispetto ai tradizionali giochi e che quindi posseggono del potenziale che può condurre al benessere cognitivo del giocatore. Questo è sicuramente un aspetto da non sottovalutare in quanto la conoscenza delle cognizioni può essere la guida verso delle strategie che portino a regolare la valutazione negativa del gioco online. Una recente ricerca di Caselli, Marino, e Spada (2021) ha cercato di spiegare la relazione tra metacognizioni sul gioco online, il tempo trascorso a giocare e l'uso problematico di internet, distinguendo le metacognizioni positive e negative. Le metacognizioni positive si riferiscono ai vantaggi che caratterizzano l'impegno nell'attività di gioco, queste hanno un ruolo centrale nel motivare gli individui a impegnarsi a giocare e sono un mezzo di regolazione affettiva che porterà il giocatore a credere nell'utilità del gioco e a continuare. Le metacognizioni negative, invece, trattano l'aspetto preoc-

cupante dell'attività di gioco e innescano degli stati emotivi negativi che costringono il giocatore a rimanere impegnato, poiché crede che giocare sia ormai fuori dal suo controllo e che non ci sia possibilità di fare altro. Dal punto di vista generale, le metacognizioni si definiscono come le conoscenze stabili del proprio sistema cognitivo e delle strategie che possono avere un forte impatto sulle regolazioni delle cognizioni. Si tratta quindi di “pensieri sul pensiero” (Hamonniere e Varescon 2018) grazie ai quali si riesce a monitorare e regolare le varie informazioni ricevute dal mondo. Si possono distinguere due diversi aspetti della metacognizione: il primo è la conoscenza metacognitiva che tratta le nozioni che gli individui posseggono riguardo agli stati interni e le strategie per modificarli, il secondo aspetto, invece, è la regolazione metacognitiva e si riferisce alla valutazione delle situazioni in cui si trovano i soggetti e le sensazioni che essa gli trasmette. Queste strategie sono particolarmente rilevanti poiché si riflettono sulle varie attività cognitive e possono essere modificate, intensificate o bloccate, inoltre possono ridurre i pensieri e le emozioni negative. La variabile dipendente del modello della ricerca testato dagli studiosi è l'uso problematico di internet, l'effetto negativo è la variabile indipendente e il tempo trascorso e le metacognizioni sono i mediatori. Come previsto, tutte le variabili erano associate tra di loro. Le metacognizioni positive permettono di ridurre l'ansia e lo stress, ma il gioco online persevera con delle forti metacognizioni negative, poiché esse impediscono l'interruzione di quest'ultimo, costringendo il giocatore a rimanere impegnato nell'attività online. I risultati di questa ricerca suggeriscono una concettualizzazione cognitiva del gioco online problematico, in quanto integra la conoscenza metacognitiva (Caselli, Marino, e Spada 2021).

1.4. Le motivazioni dei gamer

Analizzare gli ambienti di gioco online è il primo passo per capire e valutare come i giocatori differiscono l'uno dall'altro, ma esplorare il ruolo delle motivazioni dei giocatori diventa l'aspetto centrale per meglio capire cosa li spinge a rimanere legati al mondo del gioco online. Le motivazioni del gioco hanno un ruolo essenziale nella comparsa e nella persistenza del gioco online problematico (Demetrovics et al. 2011). L'esperienza del gioco online ha come effetto diverse sensazioni soddisfacenti che variano da persona a persona e questo dipende dal fatto che i progettisti includono una vasta gamma di contenuti gratificanti nella speranza che il gioco possa essere interessante per qualcuno dei potenziali futuri utenti (Antons et al.

2023). Chi progetta e sviluppa i giochi si pone come obiettivo quello di soddisfare le svariate richieste della eterogenea comunità di giocatori perché possano appassionarsi all'ambiente di gioco e continuare, con costanza, a utilizzarlo in modo ininterrotto. Sulla base di queste considerazioni preliminari, si vuole, di seguito, illustrare uno dei diversi modelli teorici degli aspetti motivazionali del gioco sviluppato da Bartle (1996) e testato empiricamente da (Yee 2006) tra i giocatori di MMORPG. Applicando la tecnica dell'analisi fattoriale esplorativa, Yee (2006) ha identificato dieci motivazioni raggruppate in tre componenti principali, quali: realizzazione, socializzazione e immedesimazione. Le componenti del fattore realizzazione sono tre:

1. Progressione: i giocatori in questione traggono soddisfazione nel raggiungere obiettivi, avanzano velocemente di livello ed accumulano risorse nel gioco, come monete oppure oro. La costante progressione è accompagnata dall'aumento di potere, sia sotto forma sociale che finanziaria.
2. Funzioni: i giocatori hanno interesse ad analizzare e capire i principi alla base del gioco, le regole e i sistemi sottostanti, al fine di ottimizzare le prestazioni del personaggio.
3. Competizione: i giocatori amano le sfide, gli scontri sui campi di battaglia con altri giocatori e l'adrenalina provocata da tutto ciò. Hanno un forte desiderio di sconfiggere e dominare sugli altri.

Socializzazione è la seconda componente che si divide a sua volta in tre sottocomponenti:

1. Socializzare: i giocatori che rientrano in questa categoria sono coloro che amano incontrare nuovi compagni di gioco in chat in cui poter scambiare opinioni e chiacchiere, aiutare i nuovi iscritti e i vecchi amici.
2. Relazionarsi: i giocatori dirigono il loro interesse verso forme di relazioni durature e significative con gli altri. Questo comporta anche discussioni personali e racconti di vita reale.
3. Lavorare in gruppo: in questo gruppo rientrano i giocatori che invece traggono soddisfazione nel lavorare e collaborare con gli altri.

Il terzo fattore è denominato immedesimazione che mette in risalto gli aspetti dell'immersione che sono tipici dei giochi. È caratterizzato da quattro sottocomponenti:

1. Scoperta: racchiude i giocatori che amano esplorare il mondo e scoprire nuovi luoghi, nuovi oggetti e tutte quelle avventurose missioni che la maggior parte degli altri giocatori ancora non conosce.
2. Gioco di ruolo: i giocatori creano un personaggio che interagisce con gli altri e si immergono nelle storie attraverso gli occhi di quest'ultimo.
3. Personificazione: la caratteristica che accomuna questi giocatori è la tendenza a personalizzare il proprio alter ego virtuale. È fondamentale per loro che il personaggio abbia uno stile unico.
4. Evasione dalla realtà: il gioco rappresenta il posto che consente l'evasione dalla vita reale.

La struttura fattoriale della scala sottolinea la necessità di non considerare le singole componenti poiché, in realtà, un elevato punteggio in una delle categorie non esclude la possibilità di un punteggio altrettanto alto in un'altra. Uno dei limiti di questi modelli è che non permettono di indagare il comportamento dei diversi giocatori online, pertanto Demetrovics et al. (2011) hanno sviluppato e testato un nuovo strumento di misura motivazionale *Motives for Online Gaming Questionnaire – MOGQ*. Strumento che include sette fattori: socializzazione, evasione dalla realtà, capacità di gestione, fantasia, sviluppo delle abilità, ricreazione e competizione e permette di fare dei confronti tra i giocatori online.

1.5. Avatar e giochi online

Nel 1985, Richard Garriott, è stato il primo ad offrire un vero sistema di comunicazione tra i giocatori e anche il primo ad utilizzare il termine avatar, il quale si riferisce al personaggio che il giocatore guida in prima persona e all'immagine tridimensionale che ha di sé. La diffusione di questi nuovi concetti ha reso sempre più concreta l'esistenza di personaggi non reali con cui è possibile interfacciarsi attraverso uno schermo, considerandoli i rappresentanti di sé stessi in un mondo immaginario. Nell'ambito della *cyberpsicologia*, vi sono molte ricerche che analizzano i giochi di ruolo. Una delle prime ricerche a riguardo è quella effettuata da Lukas Blinka nel 2008, una ricerca volta ad indagare la relazione tra i giocatori ed i propri avatar. Dai risultati dello studio si è visto che sono tre gli elementi che spiegano la relazione giocatore-personaggio e definiti come: identificazione, immersione e compensazione. L'identificazione è considerata lo strumento che il *gamer* utilizza per far raggiungere al suo personaggio gli

obiettivi stabiliti; l'immersione è una connessione più profonda che si attiene all'affetto che si prova per il proprio avatar; la compensazione, infine, si riferisce alla massima esaltazione del personaggio.

Burleigh e al. (2018) definiscono gli avatar come la rappresentazione dell'identità del giocatore all'interno del mondo virtuale, che si fonde con l'Io della vita reale. Questo legame si sviluppa con il tempo in un attaccamento psicologico che conduce gli Avatar ad acquistare esperienza, abilità e conoscenza, accumulando sempre più valore nel gioco. L'interdipendenza che si crea tra giocatore e avatar migliora anche la sensazione che il corpo di un giocatore, i suoi stati fisiologici, quelli emotivi, i tratti percepiti e l'identità esistono anche nell'ambiente virtuale (Burleigh et al. 2018). I ricercatori hanno denominato questo fenomeno come presenza di sé, spiegando che un alto livello di quest'ultima, da parte del giocatore, porterà l'avatar ad interiorizzare le sue qualità intrinseche e le caratteristiche fisiche che desidera.

Cohen (2001) è stato uno dei primi studiosi ad aver proposto il concetto di identificazione con i personaggi dei media. Secondo la sua teoria, l'identificazione è un processo che coinvolge la percezione verso il personaggio, attraverso di essa l'individuo accoglie gli obiettivi del personaggio e amplifica la perdita di consapevolezza di sé stesso. Lo studioso ha suggerito una misurazione dell'identificazione in quattro dimensioni: (1) l'empatia, (2) la condivisione dei sentimenti di gioia e di dolore del personaggio, (3) la condivisione di prospettive emotive e cognitive, che permette alla persona di sentire esattamente cosa il personaggio affronta e (4) l'interiorizzazione degli obiettivi che muovono i protagonisti e il grado di assorbimento provocato dal fenomeno che porta ad una perdita della consapevolezza di sé stesso.

Al di là delle diverse varietà di possibilità offerte dagli ambienti virtuali di poter rappresentare il proprio alter ego digitale, quando si parla di identità virtuali, il primo referente più prototipico, in quanto permette meglio di incarnare l'idea di alter ego digitale, è l'avatar, spesso definito come *character* o personaggio. Il termine avatar in lingua sanscrita significa «colui che discende» e tale concetto appartiene alla tradizione induista con il quale si indica la discesa di una divinità sulla Terra; quindi, si vuole indicare l'incarnazione, ossia l'assunzione di un corpo fisico da parte di un dio. Nel contesto degli ambienti digitali, il termine avatar è solitamente usato per rappresentare un'entità che riproduce l'alter ego dell'utente all'interno del mondo virtuale. Grazie a questo processo di incarnazione nell'avatar gli utenti hanno la possibilità di mostrarsi ad altri utenti che popolano gli ambienti virtuali. Gli avatar possono essere umanoidi o non umanoidi, di-

versificarsi per dimensione e tema, delle semplici immagini bidimensionali o degli oggetti più complessi tridimensionali.

Allo scopo di studiare le proprietà di questi oggetti virtuali Ganesh et al. (2012), hanno condotto uno studio che considerava l'identificazione con l'avatar del gioco come una forma di coinvolgimento emotivo i cui sentimenti erano essenziali alla formazione di un'identità "fusa". Soprattutto nei videogiochi, identificarsi simboleggia una fusione tra sé stesso e l'altro, bisogna quindi riferirsi all'avatar come se fosse una parte del proprio essere grazie al quale gli utenti possono inserire i tratti positivi dell'identificato nel proprio concetto di sé. Seguendo questa prospettiva di studio, Li, Liau, e Khoo (2013) hanno definito il *Player-Avatar Identification* (PAI) come lo stato in cui un giocatore è assorbito dai videogiochi emotivamente e cognitivamente, tanto da influenzare lo sviluppo della propria identità. Gli studiosi sono partiti dalla necessità di mettere a punto un modello teorico di PAI che comprende quattro componenti: sentimenti durante il gioco, assorbimento durante il gioco, atteggiamenti positivi verso l'avatar e importanza dell'avatar per la propria identità (Li, Liau, e Khoo 2013). Quindi, hanno scelto di intervistare un campione di 1263 giocatori adolescenti, poiché è durante questo periodo di vita che si costruisce l'identità, percorrendo tutte le strade possibili, tra cui anche quella dei videogiochi. Lo scopo dello studio era di selezionare da un elenco i potenziali item utili per la costruzione della scala di identificazione del giocatore-avatar (Player-Avatar Identification; PAI), chiedendo agli studenti di pensare a giochi come *Maplestory*, *World of Warcraft*, *EverQuest* e *The Sims* (Li, Liau, e Khoo 2013). L'inclusione di atteggiamenti positivi verso l'avatar e il peso che la propria identità ha su di essa è stato il contributo che ha permesso allo studio descritto di differenziarsi dalle passate ricerche. Il PAI ha un effetto a lungo termine che porta il giocatore ad una assoluta assimilazione con il mondo virtuale. I videogiochi motivano gli utenti a rifugiarsi in queste realtà parallele, rendendo l'identificazione un processo piacevole e rilevante, anche per la vita reale. Ad esempio, un giocatore che si identifica con il suo avatar con capacità di leadership, potrebbe mostrare dei comportamenti di leadership anche nella vita reale. La connessione sociale è un ulteriore elemento di rilievo dello studio il cui obiettivo era comprendere la relazione tra giocatori e avatar; le interazioni indirette tra questi due, infatti, possono soddisfare il bisogno di integrazione, soprattutto di soggetti socialmente fobici, che sono a disagio con il contatto faccia a faccia. Un ulteriore studio condotto da Wei et al. (2012), ha messo in evidenza come l'eccessiva identificazione con un avatar abbia causato risposte psicologiche

indesiderabili come la rabbia e la tristezza, quando l'avatar otteneva esiti negativi nel gioco. Questo risultato ha portato a considerare l'identificazione con l'avatar come un fattore favorevole all'uso problematico del gioco online.

Stavropoulos et al. (2021), hanno studiato la fusione tra giocatore e avatar nel contesto specifico dell'effetto *Proteus* e in che modo si associasse al gioco online problematico (Szolin et al. 2022). Il termine *Proteus Effect* (PE) è stato coniato da Yee e Bailenson (2007) per designare il fenomeno secondo cui i soggetti che posseggono una vita in un mondo virtuale, si conformano nel mondo reale all'identità che assumono attraverso il loro avatar. In sostanza, questo effetto descrive che vi è un allineamento tra la percezione di sé e le proprietà dell'avatar rappresentato nell'ambiente virtuale. Detto in altri termini, i tratti degli avatar, definiti nella costruzione del personaggio virtuale, tendono a influenzare il comportamento degli utenti negli ambienti virtuali. I risultati dello studio di Stavropoulos et al. (2021) hanno permesso di individuare tre differenti classi di giocatori: il primo è il giocatore non influenzato dall'avatar; il secondo è il giocatore influenzato dalla percezione-cognizione del proprio avatar, che ha riprodotto nella vita reale le influenze del suo avatar senza però un'elevata emotività; la terza classe di utenti, invece, descrive il giocatore influenzato da emozioni e comportamenti del proprio avatar anche nel contesto della vita reale. La singolarità di questo studio è stata la scoperta di un aspetto centrale della relazione utente-avatar: una doppia permeabilità in termini di influenza (Szolin et al., 2021). In altri termini, Stavropoulos et al. (2021), hanno evidenziato come l'avatar viene influenzato e modellato per essere il mezzo attraverso il quale l'utente vivrà le sue esperienze nel mondo virtuale, inoltre hanno sottolineato che questo influenza il suo giocatore manifestando una forza potenzialmente dominante. Secondo Yee e Bailenson (2007), la base teorica dell'effetto *Proteus* è la teoria dell'autopercezione (Bem 1972), secondo la quale gli individui tendono a dedurre le proprie emozioni, cognizioni e altri stati interni osservando il proprio comportamento e le circostanze in cui tale comportamento si verifica.

2. Il sé come connessione tra mondo interno e mondo esterno

Il sé può essere definito come «l'insieme dei pensieri e dei sentimenti che una persona ha disponibili quando tenta di definire se stessa» (Mancini 2010, 17). Questa costruzione mentale è complessa e multiforme in quanto è influenzata da fattori intrapersonali, interpersonali e socioculturali. Il

concetto di sé non è statico, ma si evolve nel tempo grazie alle esperienze di vita, alle interazioni sociali e alle riflessioni personali. In altri termini, il concetto di sé può essere visto come il protocollo delle risposte che le persone danno nel tentativo di definire se stesse. Lo sviluppo del concetto di sé inizia già dall'infanzia, quando i bambini cominciano a sviluppare un senso identitario attraverso l'interazione con i genitori e altri caregiver. Queste prime esperienze sociali forniscono le basi per la formazione di una percezione di sé che continua a svilupparsi e raffinarsi durante l'adolescenza e l'età adulta. Ed è durante queste fasi che gli individui confrontano e rinegoziano il loro concetto di sé attraverso il confronto sociale con i pari, l'acquisizione di nuove competenze e la ricerca di una maggiore autonomia. In tale ottica, un aspetto importante dell'idea di sé è la chiarezza del concetto di sé, ovvero la misura in cui le percezioni di un individuo riguardo a sé stesso sono chiaramente definite, stabili e coerenti (Scalas, Fadda, e Meleddu 2013). Una buona chiarezza del concetto di sé è associata a numerosi benefici psicologici, tra cui una maggiore autostima, minore ansia e depressione e una maggiore resilienza di fronte alle avversità. Al contrario, una bassa chiarezza del concetto di sé può portare a confusione identitaria, insicurezza e difficoltà nelle relazioni interpersonali. Una delle maggiori figure della psicologia sociale contemporanea, che ha fornito importanti contributi riguardo lo studio dei processi cognitivi, è Donald Thomas Campbell, che ha ricercato una definizione chiara, coerente e stabile del contenuto del sé. La chiarezza del sé introdotta da Campbell, è indipendente da una precisa conoscenza del sé, poiché un chiaro concetto di Sé non è per forza la rappresentazione delle reali caratteristiche della persona. Infatti, i soggetti con delle opinioni chiare e stabili su loro stessi, potrebbero non riscontrare quelle che pensavano essere le proprie qualità nel loro comportamento. Pertanto, a livello teorico, la chiarezza del sé non prevede necessariamente una conoscenza autentica di sé (Scalas, Fadda, e Meleddu 2013). Tuttavia, la nozione del concetto di chiarezza di sé risulta essere alla base di concetti come la differenziazione, l'integrazione, il pluralismo o l'unicità.

Il concetto di sé è influenzato anche dalle aspettative sociali e culturali. Gli individui non formano il loro concetto di sé in isolamento, ma attraverso un processo di interazione sociale continua con gli stimoli dell'ambiente all'interno del quale vivono. Le norme culturali, le aspettative di ruolo e i feedback sociali giocano un ruolo cruciale nella formazione del concetto di sé. Ad esempio, le differenze culturali possono influenzare come le persone

vedono il loro ruolo all'interno della società, nel contesto familiare e, di conseguenza, come percepiscono il loro sé.

Un altro elemento significativo del concetto di sé è la discrepanza tra il sé reale, il sé ideale e il sé normativo. La teoria della discrepanza di sé, proposta da Higgins (1987), suggerisce che esistono tre principali dimensioni del sé: il sé reale (come una persona si percepisce realmente), il sé ideale (come una persona vorrebbe essere) e il sé normativo (come una persona pensa di dover essere secondo le aspettative altrui). Le discrepanze tra queste tre dimensioni possono generare disagio emotivo e psicologico. Ad esempio, se una persona percepisce una grande distanza tra il suo sé reale e il suo sé ideale, può sperimentare sentimenti di insoddisfazione e frustrazione.

Le esperienze di vita e le transizioni sociali possono influire sulla qualità del proprio concetto di sé. Eventi come cambiamenti di carriera, relazioni interpersonali, e altre transizioni di vita possono sfidare e trasformare la percezione di sé. Durante questi periodi di cambiamento, gli individui possono rivedere e rinegoziare il loro concetto di sé, cercando di integrare nuove esperienze e informazioni nella loro identità complessiva. Non a caso, il concetto di sé non è un costrutto individuale, ma assume anche un'importante dimensione sociale. Le relazioni interpersonali e i gruppi di appartenenza forniscono un contesto cruciale per la formazione e la strutturazione del concetto di sé. Grazie all'interazione con gli altri, gli individui ricevono feedback che possono confermare o mettere in discussione le loro percezioni di sé. Questo processo di riflessione sociale è essenziale per lo sviluppo di un concetto di sé coerente e integrato. Ma allo stesso tempo è importante evidenziare come l'interiorizzazione e il riadattamento dei giudizi su di sé comunicati dagli altri significativi con cui le persone interagiscono contribuiscono a ridurre l'impatto che la dimensione sociale ha sull'immagine di sé salvando in questo l'*agency* e la libera autodeterminazione dei soggetti (Mancini, 2010). In definitiva, il concetto di sé è uno dei costrutti di maggiore interesse della psicologia sociale perché contribuisce a organizzare il pensiero umano e a guidare il comportamento sociale. In aggiunta, la chiarezza del concetto di sé e la gestione delle discrepanze di sé sono fondamentali per il benessere psicologico e l'adattamento sociale.

William James (1842-1910) è stato uno dei primi studiosi ad affrontare il complesso tema del sé, distinguendo due componenti: l'*Io* e il *Me*. Il primo si riferisce al soggetto consapevole di sé stesso e della realtà, una consapevolezza che gli permette di scoprire e prendere le iniziative che desidera. Infatti, l'uomo secondo James, utilizza l'*Io* per organizzare il contatto

con la realtà attraverso tre modalità: continuità, distinzione e volizione. La continuità costruisce le basi per lo sviluppo dell'identità, la distinzione è il caposaldo dell'individualità, mentre la volizione è il sentimento che porta l'uomo a creare la sua esperienza. Per quanto riguarda, invece, la seconda componente, il Me, questo è da James considerato come l'aspetto oggettivo ed empirico del sé, cioè quello che l'individuo vede e percepisce di sé stesso. Il Me comprende, inoltre, gli elementi e le qualità che costituiscono la persona, le sue caratteristiche materiali, quelle sociali, che vedono il soggetto relazionarsi ad altri e quelle spirituali che gli permettono di pensare e riflettere. Il Sé, contemplato da James è un concetto alquanto rigido poiché organizzato su una scala gerarchica che non considera le possibili variazioni che esistono tra individui diversi.

Qualche anno dopo, Cooley (1864-1929) parla di sé rispecchiato, esprimendo l'idea che la vera conoscenza di sé avviene attraverso l'interazione sociale in quanto bisogna osservare il modo in cui gli altri ci percepiscono per sviluppare il sentimento della propria identità. Questa teoria viene ripresa, nei primi anni del Novecento, da Mead (1863-1931) che, per descrivere il processo della conoscenza di sé stessi, esclude l'esistenza del sé già al momento della nascita. Secondo lo studioso per ottenere la consapevolezza di sé stessi, l'individuo deve essere in grado di produrre e rispondere a simboli ed assumere gli atteggiamenti degli altri. Infatti, per essere un soggetto dotato di mente e di sé, la persona deve avere degli strumenti che gli permettano di partecipare alla società, tra questi il linguaggio in modo particolare. La capacità linguistica permette di indicare gli oggetti, e in particolare il sé, con un nome assegnato dagli altri e utilizzato anche dalla persona, è possibile grazie a questi nomi differenziare il Sé come uno degli oggetti del proprio mondo (Palmonari, Rubini, e Cavazza 2016). Inoltre, per Mead è importante osservare il comportamento degli altri per interiorizzare al meglio il proprio Sé, costruendo quello che lo studioso chiama l'Altro Generalizzato. Con questa definizione egli fa riferimento al gruppo sociale percepito dal soggetto, che consente di costruire l'unità del proprio essere.

L'impronta cognitivistica ha invece definito il concetto di sé come l'insieme di auto percezioni possedute da una persona, che si sono formate attraverso l'esperienza individuale nell'interazione col proprio ambiente. La ricerca di quel periodo enfatizza la natura multidimensionale del concetto di sé, che comprende componenti riconducibili sia a schemi cognitivi che a valutazioni emotive. Pertanto, il costrutto del sé si configura come una struttura organizzata di conoscenze e valutazioni, essa è da considerare

importante poiché influenza i meccanismi di elaborazione delle informazioni rilevanti ed ha effetti anche sul comportamento e l'affettività (Scalas, Fadda, and Meleddu 2013).

3. *L'avatar identification*

L'identificazione con l'avatar è un fenomeno complesso e sfaccettato, che spesso assume un ruolo centrale nell'esperienza dei giochi online. Gli avatar, rappresentazioni virtuali create dai giocatori, fungono da intermediari tra l'individuo e il mondo virtuale del gioco, permettendo ai giocatori di esplorare nuove identità e di esprimere aspetti nuovi del sé e della propria personalità. Questo processo di identificazione può avvenire a diversi livelli, influenzando profondamente il modo in cui i giocatori percepiscono sé stessi e il loro ambiente virtuale.

La creazione di un avatar offre ai giocatori l'opportunità di definire un'identità virtuale che può riflettere, in parte o del tutto, le loro aspirazioni, desideri e ideali. Attraverso la personalizzazione dell'aspetto fisico, delle abilità e delle caratteristiche generali dell'avatar, i giocatori possono pensare di riprodurre, nell'ambiente virtuale, le proprietà associate al proprio sé ideale che potrebbe essere difficile da raggiungere nella vita reale. Pensare di costruire il proprio sé ideale può servire come mezzo di esplorazione personale, consentendo ai giocatori di sperimentare diverse versioni identitarie in un ambiente controllato.

L'identificazione con l'avatar può avere un impatto significativo sul comportamento e sulle emozioni dei giocatori. Quando un giocatore si identifica fortemente con il proprio avatar, può sperimentare un senso di immersione e presenza nel mondo di gioco oltre che un legame forte con il personaggio virtuale. Questa immersione diretta può portare a un profondo coinvolgimento emotivo, in cui le esperienze vissute dal personaggio virtuale sono vissute come proprie dal giocatore. Le vittorie e le sconfitte dell'avatar possono influenzare direttamente l'umore e il benessere del giocatore, creando una connessione emotiva intensa tra il mondo virtuale e quello reale. Un altro aspetto cruciale dell'identificazione del giocatore con l'avatar riguarda la complessità delle dinamiche sociali. Gli avatar non solo rappresentano i giocatori individualmente, ma fungono anche da strumenti di interazione sociale all'interno dei mondi di gioco online, ossia permettono di mettere in relazione i vari giocatori che condividono lo stesso ambiente di gioco. Le relazioni e le interazioni con gli altri giocatori, mediate dagli avatar, possono influenzare il modo in cui i giocatori per-

cepiscono sé stessi e gli altri. Ad esempio, un avatar che per le sue qualità conquista rispetto e riconoscimento all'interno del gioco può concorrere ad aumentare l'autostima del giocatore e a rafforzare il senso di appartenenza a una comunità. Tuttavia, l'identificazione con l'avatar può anche presentare dei rischi per alcune categorie di persone. In alcuni casi, i giocatori possono sviluppare un legame così forte con l'avatar, utilizzandolo come un mezzo di fuga dalla realtà, che può tradursi in un comportamento problematico. Questo può portare a una dissociazione tra il sé reale e il sé virtuale, causando confusione e difficoltà nel mantenere una chiara percezione di sé. Inoltre, se l'avatar rappresenta un sé ideale irrealistico, questa discrepanza può generare sentimenti di insoddisfazione e frustrazione nella persona quando si confronta con le richieste della vita reale. L'identificazione con l'avatar è anche influenzata dal design e dalle caratteristiche del gioco stesso. I giochi che offrono un alto grado di personalizzazione e libertà di espressione tendono a favorire una maggiore identificazione con l'avatar rispetto a quei giochi che prevedono la scelta di avatar predefiniti. D'altro canto, i giochi con avatar predefiniti e con limitate opzioni di personalizzazione possono ridurre la capacità dei giocatori di identificarsi con i loro personaggi. Le dinamiche di gioco, le storie e la qualità delle interazioni sociali integrate nel gioco contribuiscono a modellare il modo in cui i giocatori percepiscono e si rapportano con il loro avatar.

In sintesi, l'identificazione con l'avatar è un processo dinamico che coinvolge la creazione, l'esplorazione e l'interazione di identità virtuali e come tale deve esse saputo gestire dal giocatore. L'importanza di queste abilità deriva dal fatto che questo fenomeno ha implicazioni profonde sul benessere psicologico e sociale dei giocatori, influenzando la loro percezione di sé e il modo in cui si relazionano con il mondo virtuale e reale. Comprendere le dinamiche dell'identificazione con l'avatar è fondamentale per sviluppare giochi che non solo intrattengano, ma che promuovano anche un uso sano e consapevole delle tecnologie virtuali.

3.1. Relazione tra chiarezza di sé, *avatar identification* e giochi online

Vivere in un'era considerata quasi del tutto digitale significa affrontare cambiamenti sociali, economici e politici, dovuti alla diffusione dei prodotti digitali. L'uso costante, consapevole e dedicato delle tecnologie, ha portato ormai da molti anni, a discutere sull'importanza che queste assumono nell'apprendimento e nella socializzazione, ma anche sull'impatto

potenzialmente negativo causato dal loro utilizzo eccessivo. La facilità di accesso ai servizi della rete internet ha portato l'*International Telecommunication Union* (ITU) a stimare che sono quasi cinque miliardi gli utenti internet, i quali usano la molteplicità dei servizi offerti dalla rete. Tra queste, il gioco online è considerato come una delle attività più popolari. Infatti, i videogiochi, che sono ormai una parte integrante della quotidianità dei giovani e non solo, hanno contribuito anche a modificare il modo in cui gli utenti interagiscono tra di loro. Nonostante i benefici connessi all'uso dei videogiochi, innumerevoli studi ne hanno dimostrato gli effetti negativi che questi ultimi hanno nella vita della persona. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha definito il disturbo da gioco, nell'undicesima edizione della Classificazione Internazionale delle Malattie (ICD-11), come un'alterazione del comportamento di gioco che prevale sulle altre attività quotidiane (Szolin et al. 2022). È dunque cresciuta, tra gli studiosi, la necessità di studiare questo disturbo e alcune ricerche hanno concentrato i loro obiettivi sull'analisi della chiarezza del sé definendola come un fattore che potrebbe influire nello sviluppo del disturbo dell'uso problematico dei giochi online. Il concetto di sé è una prospettiva soggettiva influenzata da fattori come l'ambiente sociale o le esperienze di apprendimento. Inoltre, è un costrutto che coinvolge l'aspetto fisico, sociale, emotivo e anche disciplinare, ed emerge da un'autovalutazione cognitiva che guida i comportamenti vantaggiosi e non, come ad esempio giocare ai videogiochi.

La relazione tra chiarezza di sé, identificazione con l'avatar e giochi online è un tema complesso e profondamente intrecciato, che contribuisce a offrire importanti spunti di riflessione sulla psicologia del gioco online e sull'uso e le potenzialità delle tecnologie digitali. La chiarezza di sé è cruciale per il benessere psicologico e la stabilità emotiva in quanto essa influenza il modo in cui le persone percepiscono e interagiscono con il mondo reale, ma anche con i contenuti che provengono dagli ambienti virtuali. I giochi online potrebbero offrire agli individui un contesto alternativo e unico, a quello reale, in cui poter esplorare e comprendere la propria chiarezza di sé. Attraverso la creazione e l'interazione con gli avatar, i giocatori hanno la possibilità di sperimentare diverse identità e ruoli, mettendo alla prova aspetti della propria personalità in un ambiente controllato. Questo processo di esplorazione può avere effetti sia positivi che negativi sulla chiarezza di sé. Da un lato, la possibilità di assumere nuove identità può aiutare i giocatori a scoprire e consolidare aspetti del proprio sé che erano precedentemente inesplorati o latenti. Dall'altro lato,

la continua alternanza tra identità virtuali e reali può creare confusione e ambiguità, soprattutto se le esperienze nel mondo virtuale contrastano fortemente con quelle nel mondo reale.

L'identificazione con l'avatar gioca un ruolo chiave in questo processo. Quando un giocatore si identifica fortemente con il proprio avatar, tende a trasferire parte delle sue convinzioni, aspirazioni e desideri su questo "alter ego digitale". Questa identificazione può rafforzare la chiarezza di sé se l'avatar rappresenta fedelmente gli ideali e le caratteristiche del giocatore. Tuttavia, se l'avatar è significativamente diverso dal sé reale, può emergere una discrepanza tra l'identità virtuale e quella reale, generando nella persona confusione e insoddisfazione. I giochi online, per la loro natura interattiva e immersiva, tendono ad amplificare queste dinamiche. Essi offrendo un alto grado di personalizzazione degli avatar e una narrativa coinvolgente permettono ai giocatori di immergersi completamente nel loro ruolo virtuale. Questa immersione può facilitare un'esplorazione più profonda del proprio sé e contribuire a una maggiore chiarezza di sé. Tuttavia, se il gioco crea aspettative irrealistiche o se l'interazione con gli altri giocatori porta a esperienze negative, l'effetto può essere opposto, può dare vita a una frammentazione della propria identità e come conseguenza a una diminuzione della chiarezza di sé.

Le interazioni sociali all'interno dei giochi online aggiungono un ulteriore livello di complessità. Gli avatar non si limitano solo ad essere rappresentazioni del sé individuale, ma anche strumenti di interazione sociale. Le dinamiche di gruppo, le alleanze e le rivalità all'interno del gioco possono influenzare il modo in cui i giocatori percepiscono sé stessi e il loro avatar. In conclusione, la relazione tra chiarezza di sé, identificazione con l'avatar ed i giochi online è complessa e multidimensionale. I giochi online offrono agli utenti opportunità uniche per esplorare e sviluppare la propria identità, ma presentano anche sfide significative che possono influenzare la chiarezza di sé in modi sia positivi che negativi. Comprendere queste dinamiche è fondamentale per promuovere un uso sano e consapevole dei giochi online, favorendo il benessere psicologico e la crescita personale dei giocatori.

4. Obiettivi del lavoro di ricerca e ipotesi

Nel corso degli anni, alcuni studi hanno trovato l'esistenza di una relazione diretta tra chiarezza del concetto di sé e giochi online. Quinones e Kakabadse (2015), basandosi su studi che ipotizzavano un legame tra una scarsa chiarezza del sé e l'ansia sociale, hanno trovato che la chiarezza del concetto di sé potrebbe essere un fattore di vulnerabilità dell'uso proble-

matico di internet. I risultati dello studio suggeriscono che gli individui con una scarsa chiarezza del concetto di sé sono maggiormente attratti dall’interazione virtuale, la quale offre loro l’opportunità di soddisfare il raggiungimento dei propri bisogni sociali.

Sulla base dei risultati della letteratura precedente (Quinones e Kakabadse 2015; Servidio et al. 2022), il presente lavoro vuole contribuire a esplorare la relazione tra chiarezza del concetto di sé e gioco online. In questo lavoro, la chiarezza del concetto di sé è stata considerata come variabile indipendente, mentre la misura dell’uso problematico dei giochi online come variabile dipendente. Tra queste due variabili ne sono state considerate altre due che hanno un ruolo di mediatori della suddetta relazione: l’insoddisfazione corporea che riprende il costrutto della discrepanza del sé e l’identificazione con l’avatar. Sulla base degli studi precedenti sono state formulate le seguenti ipotesi:

H_1 : Un basso livello di chiarezza di sé potrebbe avere un effetto diretto sulla soddisfazione corporea.

H_2 : Gli individui con bassi livelli di chiarezza di sé potrebbero identificarsi maggiormente con l’avatar dell’ambiente di gioco.

H_3 : Le variabili intermedie dell’insoddisfazione corporea e dell’identificazione con l’avatar potrebbero avere un effetto diretto e positivo sul gioco online.

H_4 : Si ipotizza, inoltre, una relazione diretta tra chiarezza di sé e giochi online.

Nello studiare la relazione tra la chiarezza di sé e l’insoddisfazione corporea, si è fatto riferimento a due strategie di coping: quella dell’*Apparence Fixing* e quella dell’*Avoidance*. Nel corso degli anni una molteplicità di studi ha spiegato il modo in cui alcuni fattori psicologici, come l’auto-stima, i confronti sociali o l’interazione con dei corpi idealizzati, possano influenzare l’immagine corporea. Cash, Santos, e Williams (2005), hanno indicato che le strategie disadattive possono compromettere la qualità dell’immagine corporea degli individui e i loro atteggiamenti alimentari. L’individuo impiega delle strategie di coping cognitive e comportamentali; il primo tipo di strategie consente di diminuire il disagio attraverso una cura di sé positiva, mentre le strategie di coping comportamentali permettono di cambiare ciò che non va e di risolvere quindi il problema per arrivare alla tranquillità emotiva (Rollero, Tartaglia, e De Piccoli 2017).

Le strategie di coping indagate nella presente ricerca, pertanto, sono l’*Apparence Fixing* (AF), tradotto come correzione dell’aspetto, e l’*Avoidance*, cioè l’evitamento del problema. La prima strategia consiste nel tentativo

di alterare l'immagine, camuffando, nascondendo o mascherando la parte del corpo che l'individuo considera indesiderata. La seconda strategia, invece, fa riferimento alla volontà della persona di ignorare quei pensieri e quei sentimenti che la condurranno ad un disagio psicologico. Parlare di sentimenti e pensieri negativi, riguardo al proprio corpo, è un aspetto dell'insoddisfazione corporea, un processo cognitivo interno considerato come una conseguenza di una povera chiarezza del concetto di sé (H_1). Alcuni ricercatori, come ad esempio McFarland e Kaminski (2008), hanno trovato che un basso concetto di sé aumenta il rischio dell'insoddisfazione corporea. Altri studiosi, Vartanian e Dey (2013), hanno ipotizzato che la poca chiarezza del concetto di sé potrebbe portare l'individuo a paragonare maggiormente il proprio aspetto e ad interiorizzare un ideale di bellezza che non gli appartiene; entrambe queste variabili potrebbero condurre ad un aumento dell'insoddisfazione corporea. Nel presente lavoro, pertanto, è stata ipotizzata una relazione negativa tra la chiarezza di sé e le strategie di coping, relative all'insoddisfazione corporea, in quanto quest'ultima potrebbe condurre ad un aumento del rischio di un uso problematico dei giochi online.

Il concetto di chiarezza del sé è stato poi messo in relazione con l'identificazione con l'avatar, ipotizzando che una scarsa chiarezza del proprio sé possa sollecitare alcuni giocatori a identificarsi più facilmente con il proprio avatar, cioè con la rappresentazione virtuale del proprio sé (H_2). Studi precedenti hanno analizzato la relazione tra il concetto di sé dei giocatori online e l'associazione con il loro avatar durante il gioco online (e.g., Szolin et al., 2021), scoprendo l'esistenza di una relazione negativa tra concetto di sé e identificazione con l'avatar. Green, Delfabbro, e King (2021), hanno esplorato la relazione tra la chiarezza del concetto di sé e l'identificazione con l'avatar, riflettendo sul fatto che le caratteristiche dell'avatar possano influenzarne l'identificazione nonché il ruolo della chiarezza di sé come possibile mediatore. L'individuo, dunque, con un senso di sé povero, ha maggiori possibilità di identificarsi con il suo avatar, il quale è considerato il mezzo per compensare la propria instabilità corporea e disagio personale (Green et al. 2021). In precedenza, Lemenager et al. (2020) hanno analizzato il ruolo delle discrepanze tra il sé reale e quello ideale e come esse vengono superate dal giocatore attraverso la creazione e la personalizzazione di un avatar idealizzato. In un altro studio, alcuni studiosi hanno analizzato il comportamento dei giocatori nell'ambiente di gioco *World of Warcraft* e trovato che gli individui si affidano ai loro avatar per compensare le mancanze che vivono nel contesto sociale (Morcos et al. 2019).

Coerentemente con letteratura che indaga queste relazioni, nel presente studio l'identificazione con l'avatar, insieme all'insoddisfazione corporea, sono stati considerati dei fattori che predicono il disturbo di gioco online problematico (H_3). Il costrutto dell'insoddisfazione corporea è stato spesso associato a un uso problematico di internet, suggerendo che gli individui con una bassa soddisfazione della propria immagine corporea fanno un uso eccessivo dei servizi della rete, per alleviare l'effetto negativo della loro insoddisfazione corporea (Emirtekin et al. 2019). Partendo da ciò, Leménager et al. (2014), hanno ipotizzato che un uso distorto dei giochi online possa essere influenzato dalla considerazione che si ha del proprio aspetto fisico, in quanto i giocatori che fanno un uso eccessivo di alcune tipologie di giochi online, dimostrerebbero una valutazione del proprio corpo significativamente più negativa rispetto ai giocatori che non dimostrano disturbi legati all'*internet related disorder*. Questa ipotesi gli studiosi l'hanno indagata in ricerche successive, per dimostrare che il giocatore patologico mostrerebbe un rifiuto maggiore del proprio corpo, percependosi meno attraente rispetto al gruppo di riferimento (Leménager et al. 2016). Quindi, anche l'identificazione con l'avatar potrebbe essere una variabile regolatrice del rischio del gioco online. Le ricerche che hanno indagato i due costrutti sono state molte, in quanto si è da subito considerata la possibile esistenza di una relazione positiva, ossia l'identificazione del giocatore con il proprio avatar potrebbe influire sullo sviluppo di una potenziale dipendenza comportamentale (Smahel, Blinka, e Ledaby 2008). Zhong e Yao (2013) hanno esplorato gli effetti dell'identificazione con l'avatar, in relazione ai sintomi dell'uso problematico dei giochi online, trovando un'associazione positiva tra le suddette variabili e introducendo la socializzazione online come uno dei motivi che supporta la stessa relazione. Uno tra i più recenti studi invece è quello di Müller e Bonnaire (2021), i quali ipotizzando un'influenza positiva tra l'identificazione con l'avatar e giochi online, hanno indicato che, tra i fattori di rischio vi sono la regolazione delle emozioni e la forte identificazione dell'utente con la propria rappresentazione virtuale.

Accertata l'importanza delle variabili intermedie e la loro associazione con la chiarezza di sé e giochi online, si è ipotizzata l'esistenza di una relazione diretta e negativa tra chiarezza di sé e giochi online (H_4). Klimmt, Hefner, e Vorderer (2009), hanno ipotizzato, nel loro lavoro sulle discrepanze del sé, che il concetto di sé sia importante nello studio del disturbo da gioco online, in quanto la presenza di deficit nell'auto-definizione potrebbe avere un impatto sullo sviluppo dell'uso problematico dei giochi

online. Su questa linea, alcune prove neurobiologiche hanno mostrato che gli individui con problemi di dipendenza da gioco, hanno un concetto di sé notevolmente più povero (Green, Delfabbro, e King 2020). Una recente revisione sistematica degli studi che trattano l'argomento è stata condotta da Lemenager et al. (2020). Questi ricercatori hanno selezionato diversi studi che indicano come l'uso problematico del gioco online sia associato ad un'autovalutazione negativa del proprio rendimento scolastico, delle competenze emotive e del riscontro sociale.

5. Metodo

5.1. Partecipanti e procedure

Allo studio hanno partecipato 114 online *gamer* tutti residenti in Italia. Dei 114 partecipanti, 75 (65,8%) erano maschi e 39 (34,2%) femmine. L'età degli intervistati era compresa tra 18 e 50 anni ($M = 23,05$, $DS = 2,78$). La maggior parte dei partecipanti erano studenti universitari frequentanti corsi diversi: area umanistica (23%; lingue, DAMS, archeologia), area scientifica (22%; matematica, ingegneria, biologia, agraria, chimica, informatica), area sociale (14%; scienze pedagogiche, scienze dell'educazione), area economica-giuridica (13%; economia, giurisprudenza, scienze dell'amministrazione) e area sanitaria (5,3%; medicina, odontoiatria, chimica e tecnologie farmaceutiche, infermieristica). Solo 16 partecipanti (14%) hanno dichiarato di essere lavoratori. Ai partecipanti è stato chiesto di indicare il tipo di gioco che preferiscono ed è emerso che il Gioco di Ruolo è scelto da 59 partecipanti (51,8%). È stato chiesto ai partecipanti se giocare fosse un'attività che preferivano compiere da soli o con altri utenti. I risultati mostrano che: 63 (55,3%) di loro hanno risposto di preferire il gioco solitario; 47 (41,2%) hanno confermato di giocare con altri utenti, mentre solo 3 partecipanti (2,6%) hanno ammesso di selezionare entrambe le opzioni. Un ulteriore dato raccolto riguarda l'utilizzo dell'avatar. Il 65,8% (75) dei partecipanti ha confermato di selezionare un avatar per giocare; l'8,8% (10) ne utilizza anche più di uno, mentre il 25,4% (29) dei giocatori non usa alcun avatar durante la sua attività di gaming.

Si è anche voluto esplorare se i *gamer* spendono dei soldi per personalizzare il proprio avatar. Dalle risposte si evince che: solo il 10,5% (12) dei giocatori, ha confermato di aver speso molti soldi per dare un'immagine diversa al proprio avatar; il 22,8% (26) è consapevole di aver speso dei soldi a riguardo, ma non sa quantificare la cifra; mentre il 66,7% (76) dei

partecipanti hanno dichiarato di non aver mai speso denaro e in questa percentuale rientrano anche i 29 giocatori (25,4%), che hanno indicato di non aver mai utilizzato un avatar nell'ambiente di gioco.

L'avatar utilizzato dai partecipanti è stato descritto da 75 di loro (65,8%) come una persona, da 17 (14,9%) come una creatura, mentre 22 partecipanti (19,3%) non identificano il proprio avatar né in una persona né in una creatura. Ai partecipanti è stato chiesto di indicare il tipo di prospettiva che preferiscono adottare durante le attività di gioco. Le risposte ottenute indicano che la maggioranza degli intervistati utilizza la prospettiva in terza persona (43,9%); la prospettiva in prima persona invece è utilizzata da 34 giocatori (29,8%), mentre 30 di questi utenti (26,3%) giocano con entrambe le prospettive. Spesso all'inizio di un videogioco i partecipanti hanno la possibilità di personalizzare il proprio avatar; a tal proposito sono state indagate le loro preferenze. Dai risultati ottenuti emerge che 41 giocatori (36,0%) hanno scelto un solo avatar già predefinito; 35 (30,7%) hanno selezionato più avatar predefiniti; diversamente 38 dei partecipanti (33,3%) hanno scelto l'opzione di personalizzare il proprio avatar.

Infine, ai partecipanti è stato chiesto se il videogioco utilizzato offriva loro la possibilità di cambiare le caratteristiche dell'avatar. Una possibilità però data solo a 26 di questi utenti (22,8%) il cui gioco permetteva di fare molte personalizzazioni. Al contrario, 51 giocatori (44,7%) usano un avatar identico per tutto il gioco, mentre 37 di loro (32,5%) possono usufruire solo di poche personalizzazioni.

5.2. Misure

La procedura comprendeva l'impiego delle seguenti scale:

Self-Concept Clarity Scale (SCCS), è stata utilizzata la versione italiana (Scalas, Fadda, e Meleddu 2013) per misurare la chiarezza del concetto di sé ($\alpha = .82$). La SCC è composta da 12 item misurati su una scala Likert a 5 punti da 1 (Fortemente in disaccordo) a 5 (Fortemente d'accordo). Un esempio di item è: *"Spesso le mie opinioni su me stesso sono in conflitto tra loro"*.

Body Image Coping Strategies Inventory (BICSI), è stata scelta per valutare le attività cognitive e comportamentali utilizzate per controllare il disagio procurato dall'immagine corporea. La versione italiana Rollero, Tartaglia, e De Piccoli (2017) utilizzata, in accordo con quella originale di Cash, Santos, e Williams (2005), è composta da 24 item suddivisi in tre sotto scale: *Avoidance* (esempio di item: *"Mi ritiro e interagisco meno con gli altri"*; $\alpha = .79$), *Appearance Fixing* (esempio di item: *"Passo molto tempo davanti allo spec-*

chio”; $\alpha = .87$) e *Positive Rational Acceptance* che non è stata usata per la presente ricerca. I partecipanti hanno risposto a ciascun item su una scala Likert a quattro punti da 1 (Sicuramente non sono io) a 4 (Sicuramente sono io).

Avatar Identification (AI) è stata misurata utilizzando la scala di Teng (2017) e che comprende quattro dimensioni: il sentimento durante il gioco (esempio di item: “*Quando il mio avatar si trova ad affrontare un pericolo nel gioco, mi sento nervoso*”; $\alpha = .78$); l’assorbimento durante il gioco (esempio di item: “*Mi dimentico di me stesso durante il gioco*”; $\alpha = .72$); l’atteggiamento positivo nei confronti dell’avatar (esempio di item: “*Non mi vergogno mai di interpretare il personaggio del mio gioco*”; $\alpha = .87$) e l’importanza dell’identità (esempio di item: “*Il personaggio che interpreto riflette chi sono*”; $\alpha = .88$). Tutti gli item sono stati misurati su una scala Likert a 5 punti da 1 (Fortemente in disaccordo) a 5 (Molto d’accordo). Gli item sono stati tradotti e adattati al contesto italiano utilizzando il metodo della *back translation*. I risultati dell’analisi fattoriale confermativa mostrano il buon adattamento della scala, robust $\chi^2(82, N = 114) = 104.92, p = 0.045$, CFI = 0.96, TLI = 0.96, RMSEA = 0.05, 90% CI [0.02, 0.07], SRMR = 0.08.

Internet Gaming Disorder Scale-Short-Form (IGDS9-SF), è stata usata la versione dell’IGDS9-SF (Pontes e Griffiths 2015), tradotta in italiano da Monacis et al. (2017). È un breve strumento formato da nove item (esempio di item: “*Ti senti più irritabile, ansioso o addirittura triste quando provi a ridurre il gioco*”) che analizzano la gravità del gioco online e i suoi effetti sul *gamer*. Le nove domande che compongono l’IGDS9-SF utilizzano una scala Likert a cinque punti da 1 (Mai) a 5 (Molto spesso). La scala ha dimostrato una buona validità interna ($\alpha = .92$).

5.3. Procedura

Tutti i partecipanti hanno accettato di prendere parte alla ricerca dopo aver letto una spiegazione dello studio nonché gli obiettivi della ricerca e sono stati trattati in accordo con gli *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct* (Ethical code). Il questionario, contenente la scheda socio-demografica e le misure, è stato somministrato online tramite l’uso di Google Forms. I partecipanti sono stati reclutati su internet. Il ricercatore ha condiviso il link del questionario sui siti specializzati di giocatori online. Il tempo di compilazione non superava i 15 minuti.

5.4. Risultati

5.4.1 Statistiche descrittive

Dall'analisi delle medie (Tab. 1) possiamo osservare come i valori medi della *Self-Concept Clarity* (SCC) e dell'*Avatar Identification* (AI) siano quelli più elevati. Sono emerse delle differenze significative tra maschi e femmine solo in relazione alla strategia di coping AF ($M_m = 2.17$, DS = .66; $M_f = 2.42$, DS = .54; $t(183) = -2.02$, $p < 0.05$).

| | Self-Concept Clarity | Appearance Fixing | Avoidance | Avatar Identification | Internet Gaming Disorder |
|---------------------|----------------------|-------------------|-----------|-----------------------|--------------------------|
| Media | 3.32 | 2.26 | 1.98 | 2.84 | 1.96 |
| Deviazione standard | 0.619 | 0.634 | 0.582 | 0.674 | 0.803 |
| Minimo | 2.00 | 1.00 | 1.00 | 1.13 | 1.00 |
| Massimo | 4.83 | 3.56 | 3.43 | 4.50 | 4.67 |

Tabella 1. Statistiche descrittive delle variabili (N = 114).

Dall'analisi dei tempi medi di gioco è emerso che gli intervistati trascorrevano almeno 3 ore al giorno su internet per giocare online.

5.4.2. Matrice di correlazione

Dall'analisi della matrice di correlazione (Tab. 2) si evince come i costrutti indagati siano adeguatamente correlati. Questo è un prerequisito necessario per poter eseguire le successive analisi statistiche. I risultati mostrano la presenza di un legame negativo e significativo tra l'IGD e le restanti variabili di interesse. Positivi e significativi sono i valori delle restanti correlazioni tra gli altri costrutti.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-------------------------|-----------|----------|---|---|---|
| 1. Self-concept clarity | | | | | |
| 2. Appearance Fixing | -0.536*** | | | | |
| 3. Avoidance | -0.464*** | 0.432*** | | | |

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----------------------------|-----------|----------|----------|----------|---------|
| 4. Avatar Identification | -0.239* | 0.360*** | 0.170 | | |
| 5. Internet Gaming Disorder | -0.471*** | 0.395*** | 0.500*** | 0.378*** | |
| 6. Age | 0.179 | -0.183 | -0.112 | -0.140 | -0.229* |

Note. * $p < .05$. *** $p < .001$

Tabella 2. Matrice di correlazione.

5.4.3. Modello di mediazione

Dall'analisi del modello ipotizzato e testato, controllato per età (Fig. 1), emerge che vi è un legame negativo e significativo tra *Self-Concept Clarity* (SCC) e AF, mentre questo ultimo è associato positivamente con l'AI, ma non con l'*Internet Gaming Disorder* (IGD). I risultati indicano anche la presenza di un'associazione negativa tra SCC e *Avoidance*, con quest'ultima che risulta associata positivamente con l'IGD, ma non con l'AI. La variabile di controllo età non ha nessun effetto significativo. Infine, sono stati testati gli effetti indiretti del modello di mediazione, i cui risultati suggeriscono che l'*Avoidance* ($t = -3.39$, 95% CI $(-.31, -.08)$, $p < .01$; $\beta = -.15$, SE = .06) mediava, in modo parziale, la relazione tra la SCC e l'IGD. Non è emerso, invece, nessun effetto indiretto significativo delle restanti variabili.

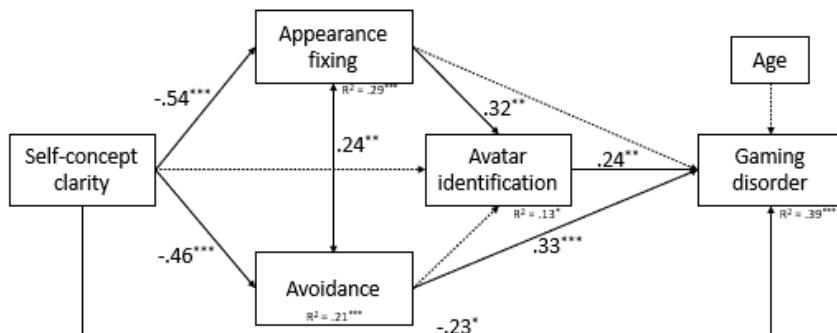


Figura 1. Relazione fra Self-Concept Clarity, variabili intermedie e Internet Gaming Disorder.

5.4.4. Discussione dei risultati

Lo scopo del presente lavoro è stato quello di esaminare la relazione tra la SCC e l'IGD, attraverso un modello di mediazione che include le strategie di coping relative alla *Body Image* (BI) e all'AI. Analizzando i risultati, è emersa una relazione negativa tra la chiarezza di sé e l'immagine corporea (*Appereance Fixing - AF* e *Avoidance*). A bassi livelli della propria chiarezza di sé, tende ad aumentare l'insoddisfazione corporea, confermando H_1 suggeriscono come. Questo risultato è coerente con i risultati di studi precedenti, che hanno dimostrato che alcuni fattori psicologici influenzano l'immagine corporea. Carter e Vartanian (2022), ad esempio, nel loro studio, hanno documentato come la chiarezza del concetto di sé moderi l'insoddisfazione corporea, in quanto, un basso livello di chiarezza di sé aumenta nelle persone le strategie di confronto sociale e questo confronto, spesso, si traduce in una maggior insoddisfazione del proprio corpo. Risultati simili, emergono in studi anche meno recenti come quello di McFarland e Kaminski (2008), che con la loro ricerca hanno descritto come un basso livello del concetto di sé, preannuncia un'immagine corporea problematica negli uomini. A differenza degli studi precedenti, il presente lavoro mette in relazione la valutazione generale tra la chiarezza di sé e l'insoddisfazione corporea rispetto a due strategie di coping: AF e *Avoidance*. I risultati del presente studio indicano il legame negativo tra chiarezza di sé e le strategie di coping dell'immagine corporea. In accordo con Cash, Santos, e Williams (2005), si è messo in evidenza l'importanza di queste strategie cognitive che l'individuo impiega per far fronte ad una potenziale minaccia per la propria immagine corporea. L'aumento, infatti, sia dell'AF sia dell'*Avoidance* suggerisce come strategie di coping disadattive possano contribuire ad un aumento del rischio di usare in modo disfunzionale gli strumenti e gli ambienti della rete internet, come nel caso dei video giochi online. I risultati del lavoro suggeriscono come al diminuire della consapevolezza di sé aumentano le strategie per camuffare e/o nascondere alcuni aspetti negativi della propria immagine corporea e questo aumenta, a sua volta, l'associazione con l'Avatar Identification (AI).. In altri casi i partecipanti, invece, ricorrono a delle strategie di *Avoidance*. Questi risultati sono in linea con altri studi secondo cui i videogiochi forniscono un mezzo per affrontare e sfuggire allo stress o alle sfide della vita del mondo fisico (Szolnai et al. 2022).

L'altra variabile di mediazione, considerata nel presente studio è l'AI. Partendo dai risultati di recenti studi, si era ipotizzato una relazione negativa tra la chiarezza di sé e l'AI (H_2 non è stata confermata). A sorpresa, però, non abbiamo riscontrato nessuna relazione significativa tra i due costrutti.

Questo risultato disconferma quello di Green et al. (2021), i quali avevano trovato che i partecipanti, con un senso di sé povero, si identificano maggiormente con il proprio avatar. L'identificazione con l'avatar, secondo Leménager et al. (2014), infatti, permette di contrastare le discrepanze del proprio sé attraverso il processo di creazione e personalizzazione del personaggio virtuale. I motivi di questo risultato possono essere diversi. Per cercare di giustificare l'assenza di questa relazione, abbiamo ripreso lo studio di Burleigh et al. (2018), il quale definisce l'identificazione con l'avatar come una forma di attaccamento psicologico. In sostanza, l'interdipendenza che si crea nel giocatore genera la sensazione di esistere anche nell'ambiente virtuale, una sensazione però che riguarda maggiormente, secondo i nostri risultati, la componente fisica, più che quella emotiva.

Il benessere psicologico che il giocatore ricava dall'AI deriva, secondo noi, dalla possibilità di modificare, aggiungere o eliminare, attraverso l'avatar, le caratteristiche fisiche e non comportamentali. Dai risultati del nostro studio, possiamo dunque ipotizzare che le discrepanze del sé, che incidono sull'AI, sono solo quelle che derivano dal sé corporeo (H_3 è stata parzialmente confermata). Questo sarebbe anche dimostrato dalla relazione positiva tra l'AF e l'AI. A tal proposito, si può notare come i risultati del presente studio suggeriscono che l'individuo che si impegna a correggere il proprio aspetto fisico, perché poco soddisfatto, tenderà a identificarsi maggiormente con il proprio avatar. Questa conclusione è in accordo con i risultati della ricerca di Lee-Won, Tang, e Kibbe (2017), che spiegano come gli uomini che si sentono a disagio per le loro caratteristiche fisiche, hanno una maggiore probabilità di esagerare la definizione muscolare nei loro avatar. Questo, secondo Morcos et al. (2019), rappresenta le radici di un forte attaccamento tra giocatori e personaggio virtuale. Al contrario, non è emersa nessuna relazione significativa tra l'AI e l'*Avoidance*. L'assenza di un legame significativo è, a nostro parere, giustificata dal fatto che l'AI si basa su un processo di compensazione che, tramite la personalizzazione dell'avatar, permette al giocatore di riflettere il proprio sé ideale (Morcos et al., 2019). La compensazione però, non è un processo che deriva dall'evitamento dell'insoddisfazione corporea, al contrario, essa fonda le sue radici sulla personalizzazione dell'avatar, perché è attraverso questa che il giocatore ha la possibilità di cambiare il proprio aspetto, eliminando ciò che gli procura insicurezza rispetto alla propria immagine corporea. Dall'analisi dei risultati si può poi notare come le due strategie di coping influenzino in modo differente il rischio di uso problematico dei giochi online. Dai risultati dello studio emerge una relazione positiva tra l'IGD e l'*Avoidance*.

ce. L'AF, al contrario, non ha un effetto diretto sul disturbo da gioco, a differenza dell'*Avoidance* che, invece, risulta essere significativa. I risultati confermano l'ipotesi che la variabile intermedia della Body Image influisca sulla sintomatologia dell'IGD, in accordo con i risultati di Leménager et al. (2014), che spiegano come i giocatori dipendenti dimostrano una valutazione negativa del proprio corpo. A nostro parere, il differente legame tra AF, *Avoidance* e IGD dipende dal tipo di strategia di coping a cui ricorre la persona. Chi ha la necessità di manipolare il proprio aspetto fisico tenderà a scegliere giochi che permettono la personalizzazione dell'avatar; chi invece cerca di evitare le sensazioni negative derivanti dall'insoddisfazione corporea potrebbe decidere di giocare senza pensare alla propria immagine di sé negativa. Quest'ultimi tenderanno a rifugiarsi nel gioco, considerato da loro come uno strumento efficace per sfuggire al malessere psicologico. Questo risultato è coerente con tutte le ricerche precedenti che considerano l'attività di gioco come un mezzo per eludere la realtà. Tra questi, ad esempio, lo studio di Yee (2006) che definisce un'intera categoria di *gamer* prendendo in considerazione il fatto che essi sono spinti al gioco dal desiderio di rilassarsi ed evitare ogni pensiero negativo.

Come ipotizzato, invece, l'AI è risultata essere positivamente associata all'IGD. Ciò significa che una maggiore identificazione tra l'avatar e il giocatore porterà quest'ultimo a passare più tempo a giocare perché si identifica con la rappresentazione virtuale di sé stesso, incrementando così il rischio di un uso problematico dei giochi online. I risultati del presente studio sono coerenti con quelli di Smahel, Blinka, e Ledabyl (2008) e di Zhong e Yao (2013), che hanno evidenziato come la dipendenza dal gioco sia influenzata dal grado di identificazione del giocatore con il proprio avatar. Quindi i presenti risultati evidenziano come le caratteristiche del proprio avatar possano influenzare i comportamenti e le attitudini del giocatore.

Un altro risultato importante della presente ricerca è la relazione significativa tra il SCC e l'IGD, confermando H_4 . È stata trovata, infatti, una relazione diretta, negativa e significativa tra le due variabili a dimostrazione del fatto che a bassi livelli della propria chiarezza di sé corrisponde un aumento del disturbo da gioco. Questo risultato è coerente con le molte ricerche che hanno studiato la relazione tra i due costrutti, come quello di Green, Delfabbro, e King (2020) che analizzando dati neurologici hanno documentato che gli individui con problemi da videogioco, hanno un concetto di sé notevolmente più povero. Nel 2020, anche Leménager e colleghi, hanno confermato la presenza di un'associazione negativa tra

concetto di sé e gioco online problematico. Questi risultati trovano il loro riscontro nell'influenza che la chiarezza di sé ha sull'adattamento psicologico (Parise et al. 2019), poiché se un buon livello di chiarezza del sé fornisce all'individuo un'integrazione stabile con l'ambiente esterno, un basso livello di chiarezza del sé è maggiormente correlato all'isolamento della persona, una dimensione che gli provocherà maggiori reazioni di ansia o depressione. Il gioco diventa quindi il suo modo di combattere questi sentimenti e il videogioco si trasforma nel luogo in cui il *gamer* ha una chiara e giusta idea di sé stesso.

6. Conclusioni

Lo studio ha esplorato la complessa relazione tra chiarezza del concetto di sé e gioco online problematico, esaminando il ruolo mediatore sia dell'immagine corporea che dell'identificazione con l'avatar. I risultati ottenuti forniscono importanti spunti di riflessione sia per gli studiosi che per i professionisti della salute mentale. Essi rivelano una correlazione significativa tra bassi livelli di chiarezza del concetto di sé e un aumento del rischio di gioco online problematico. Dunque, gli individui con bassi livelli di chiarezza del concetto di sé sono più inclini a sviluppare comportamenti di gioco disfunzionali. Il concetto di sé emerge, pertanto, come un fattore cruciale da considerare nelle strategie di prevenzione e intervento.

In aggiunta, una percezione negativa della propria immagine corporea si associa fortemente con il rischio di gioco problematico, sottolineando l'impatto delle percezioni corporee sull'uso del gioco online. Questo risultato è strettamente collegato alla tendenza di identificazione con l'avatar dell'ambiente di gioco online. Ciò a indicare che coloro i quali si identificano con l'avatar che hanno creato e personalizzato potrebbero essere più propensi a immergersi in modo problematico nel mondo virtuale del gioco online. Questo fenomeno può essere interpretato come un tentativo di compensare le insoddisfazioni del proprio sé (e.g., discrepanze tra sé reale e sé ideale) attraverso l'assunzione di un'identità virtuale idealizzata. Un altro elemento chiave emerso dallo studio è il ruolo del sé nel contesto delle strategie di coping. I risultati suggeriscono che la chiarezza di sé influenza indirettamente il gioco problematico attraverso l'evitamento (*avoidance*), una strategia di coping legata all'immagine corporea. Questo implica che gli individui con bassi livelli di chiarezza di sé possono ricorrere al gioco come mezzo per evitare le preoccupazioni relative alla loro immagine corporea, aggravando ulteriormente il rischio di dipendenza.

Le implicazioni pratiche di questi risultati possono essere molteplici. Ne indichiamo di seguito alcune. In primo luogo, le terapie rivolte a ridurre il gioco online problematico dovrebbero considerare interventi mirati a migliorare il concetto di sé e l'immagine corporea dei giocatori. I professionisti della salute mentale potrebbero anche lavorare per sviluppare strategie di coping più efficaci che non si basino sull'evitamento ma, su modalità più costruttive di gestione delle difficoltà personali e sociali. Inoltre, i risultati suggeriscono la necessità di monitorare e, se necessario, regolare il grado di identificazione dei giocatori con i loro avatar. Potrebbe essere utile sviluppare programmi educativi che aiutino i giocatori a comprendere e gestire l'influenza sociale dell'identificazione con l'avatar sul loro comportamento di gioco.

In sintesi, questo studio, sebbene esplorativo, ha evidenziato come il sé, l'immagine corporea e l'identificazione con l'avatar giochino ruoli fondamentali nel determinare il rischio di gioco online problematico. Questi fattori devono essere attentamente considerati nella progettazione di interventi preventivi e terapeutici. Il proseguimento della ricerca in questo campo è essenziale per approfondire la comprensione delle dinamiche psicologiche alla base del gioco problematico e per sviluppare strategie di intervento sempre più efficaci.

Occorre, inoltre, evidenziare alcuni limiti del presente lavoro. Il campione dello studio è costituito da 114 partecipanti, prevalentemente maschi (65,8%) e di età compresa tra 18 e 50 anni, tutti residenti in Italia. Questa limitazione geografica e demografica può ridurre la generalizzabilità dei risultati. In particolare, le differenze culturali e di genere possono influenzare i comportamenti di gioco e le percezioni di sé, rendendo necessari ulteriori studi in contesti più ampi e diversificati. L'utilizzo di scale di autovalutazione per misurare il concetto di sé, l'immagine corporea, l'identificazione con l'avatar e il rischio di gioco problematico potrebbe introdurre *bias* di risposta. I partecipanti potrebbero non essere completamente onesti o consapevoli dei propri comportamenti e percezioni, il che potrebbe influenzare l'accuratezza dei dati raccolti. Lo studio è di tipo *cross-sectional*, il che significa che i dati sono stati raccolti in un unico momento. Questo limita la capacità di stabilire relazioni causali tra le variabili. Ad esempio, non è chiaro se bassi livelli di chiarezza di sé conducano al gioco problematico o se il gioco problematico riduca gli aspetti del proprio sé. Studi longitudinali sarebbero necessari per esplorare le direzioni di queste relazioni. Lo studio si concentra principalmente su alcuni costrutti, ma non tiene conto di altri fattori che potrebbero influenzare il gioco online.

problematico, come il supporto sociale, lo stress, la depressione o altre condizioni psicologiche. L'inclusione di queste variabili potrebbe fornire una visione più completa delle dinamiche coinvolte.

Riconoscere questi limiti è fondamentale per interpretare i risultati dello studio e per pianificare future ricerche. Studi futuri dovrebbero mirare a includere campioni più ampi e diversificati, utilizzare metodologie multiple per la raccolta dei dati e includere altri fattori per meglio comprendere gli aspetti disfunzionali del gioco online nonché le dinamiche psicologiche.

Riferimenti bibliografici

- André, Frida, Niroshani Broman, Anders Håkansson, and Emma Claesdotter-Knutsson. 2020. “Gaming Addiction, Problematic Gaming and Engaged Gaming – Prevalence and Associated Characteristics.” *Addictive Behaviors Reports* 12:100324. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100324>.
- Antons, S., M. Liebherr, M. Brand, and A. Brandtner. 2023. “From Game Engagement to Craving Responses – The Role of Gratification and Compensation Experiences during Video-Gaming in Casual and at-Risk Gamers.” *Addictive Behaviors Reports* 18:100520. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2023.100520>.
- APA. 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Fifth Edition. American Psychiatric Association. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>.
- Bem, Daryl J. 1972. “Self-Perception Theory.” *Advances in Experimental Social Psychology* 6: 1-62. Elsevier. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60024-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60024-6).
- Burleigh, Tyrone L., Vasilis Stavropoulos, Lucas W. L. Liew, Baxter L. M. Adams, and Mark D. Griffiths. 2018. “Depression, Internet Gaming Disorder, and the Moderating Effect of the Gamer-Avatar Relationship: An Exploratory Longitudinal Study.” *International Journal of Mental Health and Addiction* 16 (1): 102-24. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9806-3>.
- Carter, Jeanne J., and Lenny R. Vartanian. 2022. “Self-Concept Clarity and Appearance-Based Social Comparison to Idealized Bodies.” *Body Image* 40: 124-30. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.12.001>.

- Caselli, Gabriele, Claudia Marino, and Marcantonio M. Spada. 2021. “Modelling Online Gaming Metacognitions: The Role of Time Spent Gaming in Predicting Problematic Internet Use.” *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy* 39 (2):172-82. <https://doi.org/10.1007/s10942-020-00365-0>.
- Cash, Thomas F., Melanie T. Santos, and Emily Fleming Williams. 2005. “Coping with Body-Image Threats and Challenges: Validation of the Body Image Coping Strategies Inventory.” *Journal of Psychosomatic Research* 58 (2): 190–99. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2004.07.008>.
- Charlton, John P., and Ian D.W. Danforth. 2007. “Distinguishing Addiction and High Engagement in the Context of Online Game Playing.” *Computers in Human Behavior* 23 (3): 1531–48. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.07.002>.
- Cohen, Jonathan. 2001. “Defining Identification: A Theoretical Look at the Identification of Audiences with Media Characters.” *Mass Communication and Society* 4 (3): 245-64. https://doi.org/10.1207/S15327825MCS0403_01.
- Demetrovics, Zsolt, and Mark D. Griffiths. 2012. ‘Behavioral Addictions: Past, Present and Future.’ *Journal of Behavioral Addictions* 1 (1): 1-2. <https://doi.org/10.1556/JBA.1.2012.1.0>.
- Demetrovics, Zsolt, Róbert Urbán, Katalin Nagygyörgy, Judit Farkas, Dálma Zilahy, Barbara Mervő, Antónia Reindl, Csilla Ágoston, Andrea Kertész, and Eszter Harmath. 2011. “Why Do You Play? The Development of the Motives for Online Gaming Questionnaire (MOGQ).” *Behavior Research Methods* 43 (3): 814-25. <https://doi.org/10.3758/s13428-011-0091-y>.
- Emirtekin, Emrah, Sabah Balta, İrfan Sural, Kagan Kircaburun, Mark D. Griffiths, and Joel Billieux. 2019. “The Role of Childhood Emotional Maltreatment and Body Image Dissatisfaction in Problematic Smartphone Use among Adolescents.” *Psychiatry Research* 271 :634-39. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.059>.
- Ganesh, Shanti, Hein T. Van Schie, Floris P. De Lange, Evan Thompson, and Daniël H. J. Wigboldus. 2012. “How the Human Brain Goes Virtual: Distinct Cortical Regions of the Person-Processing Network Are Involved in Self-Identification with Virtual Agents.” *Cerebral Cortex* 22 (7): 1577-85. <https://doi.org/10.1093/cercor/bhr227>.

- Granic, Isabela, Adam Lobel, and Rutger C. M. E. Engels. 2014. "The Benefits of Playing Video Games." *American Psychologist* 69 (1): 66-78. <https://doi.org/10.1037/a0034857>.
- Green, Raquel, Paul H. Delfabbro, and Daniel L. King. 2020. "Avatar- and Self-Related Processes and Problematic Gaming: A Systematic Review." *Addictive Behaviors* 108:106461. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106461>.
- Green, Raquel, Paul H. Delfabbro, and Daniel L. King. 2021. "Avatar Identification and Problematic Gaming: The Role of Self-Concept Clarity." *Addictive Behaviors* 113:106694. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106694>.
- Griffiths, Mark. 2005. "A 'Components' Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework." *Journal of Substance Use* 10 (4): 191-97. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.
- Griffiths, Mark D., and Alex Meredith. 2009. "Videogame Addiction and Its Treatment." *Journal of Contemporary Psychotherapy* 39 (4): 247-53. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9118-4>.
- Hamonniere, Tristan, and Isabelle Varescon. 2018. "Metacognitive Beliefs in Addictive Behaviours: A Systematic Review." *Addictive Behaviors* 85: 51-63. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.05.018>.
- Higgins, E. Tory. 1987. "Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect." *Psychological Review* 94 (3): 319-40. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319>.
- Kim, Min Gyu, and Joohan Kim. 2010. "Cross-Validation of Reliability, Convergent and Discriminant Validity for the Problematic Online Game Use Scale." *Computers in Human Behavior* 26 (3): 389-98. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.010>.
- Klimmt, Christoph, Dorothée Hefner, and Peter Vorderer. 2009. "The Video Game Experience as "True" Identification: A Theory of Enjoyable Alterations of Players' Self-Perception." *Communication Theory* 19 (4): 351-73. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2009.01347.x>.
- Lee-Won, Roselyn J., Wai Yen Tang, and Mackenzie R. Kibbe. 2017. "When Virtual Muscularity Enhances Physical Endurance: Masculinity Threat and Compensatory Avatar Customization Among Young Male Adults." *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 20 (1): 10-16. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0418>.

- Leménager, Tagrid, Julia Dieter, Holger Hill, Sabine Hoffmann, Iris Reinhard, Martin Beutel, Sabine Vollstadt-Klein, Falk Kiefer, and Karl Mann. 2016. “Exploring the Neural Basis of Avatar Identification in Pathological Internet Gamers and of Self-Reflection in Pathological Social Network Users.” *Journal of Behavioral Addictions* 5 (3): 485-99. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.048>.
- Leménager, Tagrid, Julia Dieter, Holger Hill, Anne Koopmann, Iris Reinhard, Madlen Sell, Falk Kiefer, Sabine Vollstadt-Klein, and Karl Mann. 2014. “Neurobiological Correlates of Physical Self-Concept and Self-Identification with Avatars in Addicted Players of Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (MMORPGs).” *Addictive Behaviors* 39 (12): 1789-97. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.07.017>.
- Lemenager, Tagrid, Miriam Neissner, Thomas Sabo, Karl Mann, and Falk Kiefer. 2020. “Who Am I” and “How Should I Be”: A Systematic Review on Self-Concept and Avatar Identification in Gaming Disorder.” *Current Addiction Reports* 7 (2): 166-93. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00307-x>.
- Li, Dong Dong, Albert Kien Liau, and Angeline Khoo. 2013. “Player-Avatar Identification in Video Gaming: Concept and Measurement.” *Computers in Human Behavior* 29 (1): 257-63. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.09.002>.
- Mancini, Tiziana. 2010. *Psicologia dell'identit*. Itinerari Psicologia. Bologna: Il Mulino.
- McFarland, Michael B., and Patricia L. Kaminski. 2008. “Correlates of Muscle Dysmorphia in Undergraduate Men: (511312008-001).” <https://doi.org/10.1037/e511312008-001>.
- Monacis, Lucia, Valeria de Palo, Mark D. Griffiths, and Maria Sinatra. 2017. “Social Networking Addiction, Attachment Style, and Validation of the Italian Version of the Bergen Social Media Addiction Scale.” *Journal of Behavioral Addictions* 6 (2): 178-86. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.023>.
- Monley, Corey M., Bruce S. Liese, and Lindsay M. Oberleitner. 2024. “‘Gamers’ and Non-Gamers’ Perspectives on the Development of Problematic Video Game Play.” *Current Psychology* 43 (1): 552–61. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04278-w>.

- Morcos, Mira, Jocelyne Elias, Fabio Martignon, Lin Chen, and Tijani Chahed. 2019. "A Combinatorial Auction for Joint Radio and Processing Resource Allocation in C-RAN." In *ICC 2019-2019 IEEE International Conference on Communications (ICC)*, 1-7. Shanghai, China: IEEE. <https://doi.org/10.1109/ICC.2019.8762077>.
- Müller, T., and C. Bonnaire. 2021. "Intrapersonal and Interpersonal Emotion Regulation and Identity: A Preliminary Study of Avatar Identification and Gaming in Adolescents and Young Adults." *Psychiatry Research* 295: 113627. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113627>.
- Palmonari, Augusto, Monica Rubini, and Nicoletta Cavazza. 2016. *Psicologia sociale*. Bologna: Il mulino.
- Parise, Miriam, Elena Canzi, Maria Giulia Olivari, and Laura Ferrari. 2019. "Self-Concept Clarity and Psychological Adjustment in Adolescence: The Mediating Role of Emotion Regulation." *Personality and Individual Differences* 138 (February): 363-65. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.10.023>.
- Pontes, Halley M., and Mark D. Griffiths. 2015. "Measuring DSM-5 Internet Gaming Disorder: Development and Validation of a Short Psychometric Scale." *Computers in Human Behavior* 45: 137-43. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.006>.
- Porter, Guy, Vladan Starcevic, David Berle, and Pauline Fenech. 2010. "Recognizing Problem Video Game Use." *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry* 44 (2): 120-28. <https://doi.org/10.3109/00048670903279812>.
- Quinones, Cristina, and Nada Korak Kakabadse. 2015. "Self-Concept Clarity and Compulsive Internet Use: The Role of Preference for Virtual Interactions and Employment Status in British and North-American Samples." *Journal of Behavioral Addictions* 4 (4): 289-98. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.038>.
- Rollero, Chiara, Stefano Tartaglia, and Norma De Piccoli. 2017. "Psychometric properties of the Italian version of the Body Image Coping Strategies Inventory." *Psicologia sociale* 3: 293-306. <https://doi.org/10.1482/87886>.
- Scalas, Francesca L., Daniela Fadda, and Mauro Meleddu. 2013. "Contributo alla validazione italiana della Self-Concept Clarity Scale." *Giornale italiano di psicologia*, no. 3, 615-46. <https://doi.org/10.1421/76218>.

- Servidio, Rocco. 2014. "Exploring the Effects of Demographic Factors, Internet Usage and Personality Traits on Internet Addiction in a Sample of Italian University Students." *Computers in Human Behavior* 35:85-92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.024>.
- Servidio, Rocco, Beatrix Koronczai, Mark D. Griffiths, and Zsolt Demetrovics. 2022. "Problematic Smartphone Use and Problematic Social Media Use: The Predictive Role of Self-Construal and the Mediating Effect of Fear Missing Out." *Frontiers in Public Health* 10 (February):814468. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.814468>.
- Sioni, Sasha R., Mary H. Burleson, and Debra A. Bekerian. 2017. "Internet Gaming Disorder: Social Phobia and Identifying with Your Virtual Self." *Computers in Human Behavior* 71: 11-15. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.044>.
- Slack, Jake D., Paul Delfabbro, and Daniel L. King. 2022. "Toward a Delineation of the Differences between High Engagement and Problem Gaming." *Addictive Behaviors Reports* 16: 100462. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100462>.
- Smahel, David, Lukas Blanka, and Ondrej Ledabyl. 2008. "Playing MMORPGs: Connections between Addiction and Identifying with a Character." *CyberPsychology & Behavior* 11 (6): 715-18. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0210>.
- Starcevic, Vladan, Tae Young Choi, Tae Ho Kim, Seo-Koo Yoo, Sujin Bae, Byung-Sun Choi, and Doug Hyun Han. 2020. "Internet Gaming Disorder and Gaming Disorder in the Context of Seeking and Not Seeking Treatment for Video-Gaming." *Journal of Psychiatric Research* 129: 31-39. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.06.007>.
- Stavropoulos, Vasileios, John Rennie, Maria Morcos, Rapson Gomez, and Mark D. Griffiths. 2021. "Understanding the Relationship between the Proteus Effect, Immersion, and Gender among World of Warcraft Players: An Empirical Survey Study." *Behaviour & Information Technology* 40 (8): 821-36. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2020.1729240>.
- Szolin, Kim, Daria Kuss, Filip Nuyens, and Mark Griffiths. 2022. "Gaming Disorder: A Systematic Review Exploring the User-Avatar Relationship in Videogames." *Computers in Human Behavior* 128:107124. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107124>.

- Teng, Ching-I. 2017. "Impact of Avatar Identification on Online Gamer Loyalty: Perspectives of Social Identity and Social Capital Theories." *International Journal of Information Management* 37 (6): 601-10. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2017.06.006>.
- Vartanian, Lenny R., and Shanta Dey. 2013. "Self-Concept Clarity, Thin-Ideal Internalization, and Appearance-Related Social Comparison as Predictors of Body Dissatisfaction." *Body Image* 10 (4): 495-500. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.05.004>.
- Wegmann, Elisa, and Matthias Brand. 2018. "The Imperative of Integrating Empirical and Theoretical Considerations When Developing Policy Responses to Internet-Gaming Disorder: Commentary on: Policy Responses to Problematic Video Game Use: A Systematic Review of Current Measures and Future Possibilities (Király et al., 2018) ." *Journal of Behavioral Addictions* 7 (3): 531-35. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.61>.
- Wei, Han-Ting, Mu-Hong Chen, Po-Cheng Huang, and Ya-Mei Bai. 2012. "The Association between Online Gaming, Social Phobia, and Depression: An Internet Survey." *BMC Psychiatry* 12 (1): 92. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-12-92>.
- Yee, Nick. 2006. "The Demographics, Motivations, and Derived Experiences of Users of Massively Multi-User Online Graphical Environments." *Presence: Teleoperators and Virtual Environments* 15 (3): 309-29. <https://doi.org/10.1162/pres.15.3.309>.
- Yee, Nick, and Jeremy Bailenson. 2007. "The Proteus Effect: The Effect of Transformed Self-Representation on Behavior'. *Human Communication Research* 33 (3): 271–90. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2007.00299.x>.
- Zhong, Zhi-Jin, and Mike Zhengyu Yao. 2013. 'Gaming Motivations, Avatar-Self Identification and Symptoms of Online Game Addiction.' *Asian Journal of Communication* 23 (5): 555-73. <https://doi.org/10.1080/01292986.2012.748814.k>

