

La potenza del gioco: *parte seconda*



Stefania Manetti

Pediatra di famiglia, Piano di Sorrento (NA)

La potenza del gioco è stato il titolo dell'“Osservatorio internazionale” pubblicato sul precedente numero di *Quaderni acp*, sulla base di un documento stilato da un gruppo multidisciplinare di ricerca del Minnesota Children's Museum in collaborazione con l'Università del Minnesota.

Obiettivo del report dal titolo *The power of play* è quello di fornire un panorama completo della ricerca scientifica sottesa alla filosofia educativa centrata sul concetto che il gioco è apprendimento, attraverso una discussione sulle variegate forme di gioco focalizzate sul bambino, il gioco sociale, il gioco simbolico, il gioco fisico e il gioco con i media.

Nella prima parte si è descritto come attraverso le varie forme di gioco i bambini acquisiscono la capacità di regolare il proprio comportamento, di negoziare anche situazioni complesse e costruirsi un ampio repertorio di abilità creative per risolvere i problemi. Il ruolo degli adulti è enfatizzato come guida nell'utilizzo delle opportunità offerte dal gioco. Il gioco offre al bambino un'incredibile opportunità di crescita in quanto risponde ai suoi bisogni portando benefici direttamente e indirettamente in ogni competenza acquisita. Ogni bambino può trovare nel gioco scelto la risposta ai propri bisogni e ai propri stili di apprendimento se il gioco è centrato sul bambino stesso [1].

In questa seconda parte si cercherà di estrapolare dal report gli elementi utili a chi ha la possibilità, come i pediatri, ma non solo, di incontrare periodicamente le famiglie e i bambini nel corso della pratica quotidiana e fornire consigli relativi al gioco e su come un genitore possa aiutare il bambino a giocare liberamente o a essere efficacemente guidato. Spesso i genitori si interrogano e pongono domande relative allo sviluppo del proprio bambino e su quali buone pratiche possono promuoverlo.

I benefici cognitivi del gioco simbolico

Nel secolo scorso, da Erikson a Piaget, si è evidenziata l'importanza del gioco simbolico per lo sviluppo cognitivo, sociale ed emotivo. Vygotskij considera il gioco simbolico “un importante fattore dello sviluppo”, evidenziando come nel gioco simbolico i bambini sviluppino un'ampia gamma di abilità, in particolare la capacità di ri-

solvere problemi [2]. Una meta analisi di studi sul gioco simbolico ha riscontrato una correlazione forte tra gioco simbolico e pensiero divergente, ossia “la capacità del pensiero e della mente di produrre una serie di possibili soluzioni alternative a una questione data, in particolare un problema che non prevede una sola soluzione corretta, esso è strettamente correlato al pensiero creativo, all'atto creativo e alla creatività in generale”.

Tale correlazione forte con il pensiero divergente è stata osservata nei bambini che mostravano un'intensa attività di gioco simbolico. Questo farebbe pensare a un qualcosa di speciale correlato alla natura stessa del gioco simbolico, che va al di sopra delle altre forme di gioco, nella capacità di promuovere in maniera flessibile e creativa la risoluzione dei problemi [3]. Dagli studi di Dansky la ricerca sul gioco simbolico e la soluzione di problemi divergenti è ancora tuttavia di tipo correlazionale; si evidenzia come siano necessari studi sperimentali per assumere l'esistenza di un legame esclusivo tra intensità di gioco simbolico e pensiero divergente [4]. La relazione potrebbe essere, per esempio, anche collegata alla presenza di una flessibilità intellettuale del bambino considerata prerequisito necessario a entrambi costrutti.

Il “fare finta” e il linguaggio sono nella loro essenza modi di pensiero simbolico. Un pezzo di costruzione può diventare una macchina, come per il linguaggio le lettere e le parole rappresentano concetti, oggetti o storie. Il gioco simbolico consente ai bambini, mentre trasformano gli oggetti all'interno di un gioco, di fare pratica nella creazione di simboli. È facile quindi immaginare come questo possa fortemente contribuire alla capacità di comprendere i simboli e il loro significato nel giocare a far finta, e come questo processo sia essenziale per il pensiero controfattuale, per lo sviluppo dell'empatia, nonché nell'apprendimento formale. Il gioco simbolico è inoltre un momento in cui il bambino parla, comunica e descrive, e queste abilità sono fortemente correlate al successivo sviluppo della literacy, come la comprensione della lettura e l'abilità di comunicare attraverso il parlare e lo scrivere. Leggere una storia al proprio orso di stoffa, pretendere di fare la lista della spesa, ossia il gioco con mate-

riale “letterario”, promuove sia lo sviluppo successivo di abilità linguistiche avanzate sia la lettura nei bambini in età prescolare. Ma questo succede, e viene confermato da ricerche sperimentali, anche quando i bambini ascoltano una storia e la “narrano” o la mettono in scena. Studi sperimentali hanno dimostrato come i bambini che drammatizzano ciò che ascoltano mostrino una migliore comprensione e memoria rispetto a coloro che non mettono in scena ciò che ascoltano [5].

Le funzioni esecutive e il gioco simbolico

Le funzioni esecutive riguardano tutte le abilità cognitive alte che sono alle fondamenta del famoso “self-control” del nostro pensiero, delle nostre azioni, e delle nostre emozioni. Alla loro base ci sono un gruppo di processi tra di loro correlati, come l'inibizione degli impulsi, la memoria di lavoro, la pianificazione e la flessibilità cognitiva. Riguardano molto le abilità da adulti, ma si sviluppano nei primi anni di vita, durante la maturazione della regione prefrontale del nostro cervello, e man mano si fortificano nel tempo fino ai 20-25 anni di età. Facile intuire quanto siano importanti nella capacità di apprendere, nello sviluppo della memoria, dell'attenzione, ma anche dell'intelligenza, della morale, e della regolazione emotiva. Interessante per i pediatri è conoscere che la misurazione delle funzioni esecutive a 4 anni di età sia capace di predire gli esiti a lungo termine riguardo la salute fisica, la dipendenza da sostanze, ma anche le finanze e la tendenza alla criminalità [6].

Le continue ricerche in questo ambito portate avanti dal Center on Developing Child dell'Università di Harvard sottolineano come sia importante considerare prioritaria, in ambito educativo, la costruzione e strutturazione delle abilità nelle funzioni esecutive di un bambino.

In effetti con il gioco simbolico il bambino mette in pratica molti aspetti che sono parte delle funzioni esecutive: per esempio un cubo che diventa un'ambulanza, o un cestino che è il cappello della strega... consentono al bambino di osservare in maniera flessibile l'oggetto da diversi punti di vista, per cosa realmente è e per cosa rappresenta in quel momento nel gioco.

Recenti ricerche mostrano come anche una piccola “dose” di gioco simbolico, quantificata in circa 10 minuti al giorno, possa migliorare le competenze su alcune abilità collegate allo sviluppo di funzioni esecutive. Alcuni autori ipotizzano che il gioco simbolico potrebbe incoraggiare il pensiero flessibile, a sua volta necessario per superare l’impulsività e meglio controllare il comportamento [7].

Al Minnesota Children’s Museum, in particolare in una sezione chiamata “Touch Museum”, i bambini hanno la possibilità di entrare in un supermercato, prendere il carrello per fare la spesa, scegliere nei vari scaffali gli oggetti in miniatura e recarsi alla cassa per pagare e uscire. Il concetto è quello di facilitare attraverso il gioco la comprensione del proprio contesto culturale e le aspettative, sperimentando ruoli differenti: il dottore, la cassiera, la maestra...

Il gioco e la teoria della mente

L’abilità di attribuire a se stessi o ad altri stati mentali, credenze, intenzioni e desideri, e anche l’abilità di comprendere che gli stati mentali dell’altro possano essere diversi dai nostri è una capacità definita come “teoria della mente”. Esistono forti relazioni, con robuste evidenze scientifiche, tra il gioco simbolico e lo sviluppo della teoria della mente. Nel gioco simbolico Vygotskij evidenziava come il bambino raggiungesse un livello molto alto di funzionamento. La ricerca scientifica nei successivi decenni ha dimostrato come i bambini comprendono bene, durante il gioco simbolico, che un personaggio possa avere credenze o idee molto diverse e ritenute non vere. Tutto ciò non si realizza in un contesto reale e non di finzione.

In questo contesto il gioco di ruolo è particolarmente adatto ad aiutare i bambini nel riconoscimento di stati mentali, potendo fare da promotore di punti di osservazione diversi e aiutando i bambini a comprendere le percezioni e i sentimenti altrui. Bambini di 4 anni che in un contesto educativo hanno sperimentato per 3 settimane i giochi di ruolo, paragonati a loro pari che non avevano effettuato tale percorso, hanno mostrato

migliori abilità riguardo i compiti della teoria della mente [8]. Anche i bambini con difficoltà comunicative e cognitive possono, attraverso questa tipologia di gioco, regolare maggiormente le proprie emozioni e il proprio livello di stress.

Il gioco fisico

Il dettagliato report fornisce un’interessante review sui benefici del gioco fisico, seppur evidenziando il suo declino. Di fatto questa tipologia di gioco sta scomparendo e negli ultimi 40 anni il gioco attivo tra i nostri ragazzi si è ridotto del 50%. Il gioco fisico riguarda le attività che si svolgono in contesti ludici, come correre, saltare, rincorrere, arrampicare o calciare. Esso è un’importante strategia per promuovere stili di vita salutari e duraturi. Il Center for Disease Control and Prevention (CDC) consiglia per i bambini e i ragazzi tra i 6 e i 17 anni almeno 60 minuti al giorno di gioco in movimento. Molti studi confermano quello che molti osservano, ovvero che basta offrire ai bambini e ai ragazzi la possibilità di giocare muovendosi in libertà e loro fanno il resto. Il 20% del movimento libero dei bambini è costituito da attività vigorose e di elevata intensità.

L’attività fisica giocosa produce benefici anche nei domini cognitivi e accademici. Essa favorisce lo sviluppo dell’autoregolazione; l’attività fisica di intensità moderata o elevata migliora le funzioni esecutive in bambini di età scolare [9]. Questi benefici si osservano anche nelle attività fisiche strutturate dove viene richiesto un buon livello di attenzione e di disciplina [10].

L’ampio report esplora con attenzione il ruolo del genitore come facilitatore e guida nel gioco del proprio bambino, sottolineando come l’aspetto più importante sia quello di seguire il proprio bambino che guida il gioco e, come genitore, porsi in ascolto, in osservazione, rispondendo in accordo alle stimolazioni date dal bambino.

L’ultima parte del report riguarda gli aspetti del gioco digitale e tecnologico, con i benefici e i rischi a esso collegati. Ma questo è un argomento che richiede un altro spazio dedicato, con i “consigli degli esperti”.

In conclusione il report sottolinea come la ricerca citata sia spesso non recente e come con il passare del tempo sia difficile stabilire quanto sia applicabile nei bambini del mondo di oggi. Inoltre la maggior parte delle ricerche citate ed esistenti riguardano bambini del mondo “ricco” e di classe media.

Ma la potenza del gioco è insita in tutti i bambini e come osservava Vygotskij: “Il gioco contiene tutti gli elementi dello sviluppo in forma condensata ed è esso stesso una maggiore fonte di sviluppo” [11].

✉ doc.manetti@gmail.com

1. Erikson RJ. Play contributes to the full emotional development of the child. *Education* 1985;105:261-3.
2. Bruner JS, Jolly A, Sylva K, Il gioco. Volume IV: Il gioco in un mondo di simboli, Armando, 2000.
3. Dansky JL. Make-believe: A mediator of the relationship between play and associative fluency. *Child Development* 1980;51:576-9.
4. Carlson SM, White RE. Executive function, pretend play, and imagination. In Taylor M (a cura di). *Handbook of Imagination*. Oxford University Press, in corso di stampa.
5. Pellegrini AD, Bjorklund DF. The ontogeny and phylogeny of children’s object and fantasy play. *Hum Nat* 2004 Mar;15(1):23-43.
6. Moffitt TE, Arseneault L, Belsky D, et al. A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proc Natl Acad Sci USA* 2011 Feb 15;108(7):2693-8.
7. White RE, Carlson SM. Priming in pretense boosts 3-year-olds executive function performance in ‘Less is More’ task. Poster presented at the biennial meeting of the Society for Research in Child Development. Montreal, 2011.
8. <https://www.researchgate.net/publication/230706102>.
9. Diamond A, Lee K. Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old. *Science* 2011 Aug 19;333(6045):959-64.
10. Council on Sports Medicine and Fitness, Council on School Health. Active healthy living: prevention of childhood obesity through increased physical activity. *Pediatrics* 2006 May;117(5):1834-42.
11. Vygotsky LS. *Mind in society: The development of higher psychological functions*. Harvard University Press, 1978.