



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

Corso di laurea Triennale in Scienze e Tecniche Psicologiche

Tesi di laurea Triennale

**STREAMERS E INTERNET GAMING DISORDER: EFFETTI DEL
GAME STREAMING SUL BENESSERE PSICOLOGICO DELLE
PERSONE**

**STREAMERS AND INTERNET GAMING DISORDER: GAME STREAMING'S
EFFECT ON USERS' MENTAL HEALTH**

Relatore: Prof. Natale Canale

Laureando: Mazzetti Andrea

Matricola: 2021549

Anno Accademico 2022/2023

| | |
|---|----|
| ABSTRACT..... | 3 |
| CAPITOLO I : STREAMING: UN NUOVO STRUMENTO TERAPEUTICO? | 5 |
| 1.1 Il Disturbo d’Ansia Sociale | 5 |
| 1.2 Game Streaming come Terapia per l’Ansia Sociale: alcuni studi | 6 |
| 1.3 Limiti e Ambiti di Lavoro futuri | 15 |
| CAPITOLO II : INFLUENZA DELLA PANDEMIA SUL BENESSERE MENTALE DEGLI STREAMERS | 16 |
| 2.1 Benessere mentale negli streamers: uno studio | 16 |
| 2.2 Strategie di Prevenzione | 21 |
| 2.3 Conclusioni | 22 |
| CAPITOLO III : SLOTSTREAMS: POSSONO PORTARE AL GIOCO D’AZZARDO? | 24 |
| 3.1 Il Disturbo da Gioco d’Azzardo | 24 |
| 3.2 Il fenomeno delle Slotstreams | 25 |
| 3.3 Correlazione tra Slotstreams e Gioco d’Azzardo: uno studio..... | 27 |
| CONCLUSIONI | 33 |
| RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI | 35 |

ABSTRACT

Lo streaming è senza dubbio un argomento novizio nell'ambito della ricerca scientifica: basti pensare che l'avvento di questa pratica risale a non più di una decade fa, e che solo in questi anni stia cominciando a riscontrare successo e considerazione da parte delle persone.

Questo lavoro presenta quindi risorse e criticità. Lo streaming è infatti in grado di essere utile in ambiti quali quello terapeutico, come strumento d'intervento volto a trattare il disturbo d'ansia sociale, oppure di essere una valvola di sfogo per gli utenti, come è accaduto durante il periodo pandemico, sebbene con conseguenze meno positive per gli streamers coinvolti; nonostante ciò, presenta anche alcuni lati molto pericolosi, come le slotstreams e la facilità con cui spettatori fragili e facilmente influenzabili siano in grado di accedervi: questo mostra come a volte gli streamers si preoccupino personalmente della salute della loro community, e come invece a volte essi siano del tutto noncuranti nei loro confronti, invogliando ragazzi giovani al gioco d'azzardo per scopi di lucro personale.

CAPITOLO I

STREAMING: UN NUOVO STRUMENTO TERAPEUTICO?

Da qualche anno a questa parte, in particolar modo durante il periodo della pandemia legata al COVID -19, ha preso progressivamente piede sul Web il fenomeno del “live streaming”, che ha permesso di abbattere qualsiasi tipo di barriera (anche se ormai piuttosto sottile dopo l’avvento dei Social Media) presente tra intrattenitore e spettatore.

Le persone sono sempre più attratte da ciò che è interattivo: che sia per scopi informativi, per puro intrattenimento personale o per motivazioni sociali, partecipare attivamente ad un evento è molto più gratificante di una passiva visione, e questo concetto si applica nella vita reale quanto nel contesto virtuale. Non è un caso che le live streams siano indicate come ambienti mediatori dove le comunità online si formano e crescono, grazie alla costante possibilità di interazione fornita dalla presenza di chat rooms adeguatamente moderate, in modo da garantire un’esperienza sana a tutti i partecipanti, streamer compreso (Hamilton et al., 2014).

In un periodo di distanziamento sociale quale quello pandemico, in cui molte persone hanno sviluppato fobie nel relazionarsi le une con le altre, le piattaforme di streaming (su cui Twitch regna sovrano) sono state in grado di creare legami e momenti di svago da una realtà spesso buia e precaria, che non sembrava avere una via d’uscita.

In questo capitolo verranno presentati nello specifico alcuni studi che pongono l’attenzione sulla possibilità di utilizzare le live streams come strumento di terapia per trattare l’ansia sociale, disturbo attualmente molto frequente nei ragazzi, per poi discutere i risultati ottenuti, i limiti e gli ambiti di lavoro futuri possibili per questa ricerca.

1.1 IL DISTURBO D’ANSIA SOCIALE

Il disturbo d’ansia sociale (DAS), o fobia sociale, è uno dei disturbi psicologici più frequenti, con un tasso di prevalenza che si aggira intorno al 12,1% (Kessler et al., 2005). Esso consiste in una marcata e persistente paura legata a una o più situazioni sociali, oppure a contesti nei quali viene richiesta una prestazione che verrà successivamente giudicata da un gruppo di osservatori, per esempio l’esposizione di un intervento durante un convegno.

La maggiore preoccupazione del soggetto è mettere in atto comportamenti inadeguati di fronte a persone sconosciute, e di conseguenza tenta di celare ogni manifestazione visibile di ansia o nervosismo, come respiro affaticato, tremori, tic, tutto questo per timore di essere giudicato negativamente: questo spesso sfocia in forti reazioni a carico del sistema nervoso autonomo all’interno degli scenari sociali temuti, come sudorazione, rossore, malessere gastrointestinale, nausea. Recenti studi (Hofmann, Boettcher e Wu, 2015) hanno individuato l’origine del DAS come

frutto della combinazione di diversi fattori: biologici, genetici e caratteriali (alcuni individui sono ad esempio più sensibili all'ansia e tendono ad agire in maniera più prudente e ragionata), cognitivi (certi soggetti danno ad esempio troppo peso al giudizio esterno) ed ambientali (ad esempio, il tipo di stile genitoriale sperimentato durante l'infanzia).

Poiché le interazioni sociali sono indice di un alto livello di stress, l'individuo sviluppa una frequente tendenza all'evitamento, che influisce pesantemente sul suo benessere psicofisico, minando la normalità della sua vita quotidiana (Aderka et al., 2012).

Se non trattato a dovere, il disturbo d'ansia sociale segue un decorso cronico, danneggiando in maniera significativa la vita e la sfera sociale delle persone; nonostante ciò, solo il 10% degli individui che soffrono di tale disturbo riceve farmacoterapia e psicoterapia da personale qualificato (Alonso et al., 2018).

Questo dato evidenzia una grande contraddizione: uno dei disturbi più diffusi è anche uno dei meno trattati. La risposta è da ricercare nella natura del disturbo stesso: lo scenario più frequente è infatti composto da persone che per paura di essere giudicate negativamente o per vergogna si chiudono in loro stesse, precludendosi così la possibilità di essere effettivamente aiutate.

Ciò non significa però che non esistano percorsi terapeutici efficaci: un esempio ne è la terapia cognitivo-comportamentale (CBT), raccomandata come trattamento di prima linea di scelta nelle guide cliniche.

Un altro percorso di intervento che sta recentemente prendendo piede è quello online, il cui grande vantaggio è quello di poter ovviare le barriere legate alla presenza fisica di persone nel contesto, esponendo gradualmente individui disturbati alla socialità e permettendo così un migliore adattamento.

Per quanto riguarda il benessere mentale sono in uso diversi strumenti digitali che si servono di tecnologie informatiche e di telecomunicazione per aiutare i professionisti in attività di prevenzione, diagnosi e terapia: un esempio nel campo della psicologia clinica è l'E-health, un mezzo volto a rafforzare i sistemi sanitari tramite interventi basati sulle tecnologie che facilitano l'educazione alla salute mentale e la diffusione di informazioni, offrono strategie di assessment, di auto-aiuto e trattamenti online.

1.2 GAME STREAMING COME TERAPIA PER L'ANSIA SOCIALE: ALCUNI STUDI

Con il termine "game streaming" si indica l'atto di giocare ad un videogioco di fronte ad un pubblico virtuale. Questa attività, a prescindere dalla presenza di spettatori, presenta alla sua base una continua richiesta di rispondere costantemente ed attivamente agli input sullo schermo allo scopo di progredire con la propria esperienza digitale (Bowman et al., 2018).

Quando i giocatori rispondono alle sfide presenti all'interno dei giochi, vivono una vera e propria esperienza di immersione, caratterizzata da grandi livelli di concentrazione e dedizione nei confronti di tali attività digitali, che porta i soggetti ad estraniarsi da ciò che li circonda.

I giocatori sono solitamente ben consapevoli del livello di skill raggiunto all'interno del gioco: la loro performance è agilmente valutabile tramite feedback visuali (quali il punteggio ottenuto, il livello dell'account), oppure tramite il confronto con altri giocatori (ad esempio, osservando le classifiche).

Streammare contribuisce ad aggiungere ulteriori richieste rispetto alle semplici meccaniche di gioco, in quanto subentra nello streamer l'importanza di performare per un pubblico. Questo si può tradurre nella volontà di portare un livello sempre superiore di gameplay, come nel tentativo di intrattenere costantemente il proprio pubblico. Queste nuove sfide dipendono quindi sia dai propri obiettivi personali (ad esempio come vogliono essere percepiti), sia dalle aspettative dell'audience. Gli spettatori possono esprimere le proprie reazioni in tempo reale, tramite live chat, emoji, portando lo streamer a doversi esporre ad un certo grado di giudizio sociale. Perché questa esposizione sia graduale, possiamo considerare diverse caratteristiche relative allo streaming (come dimensione, composizione, responsività ed effetto del pubblico), in grado di attivare maggiore o minore fobia sociale in base al loro livello di presenza.

A tal proposito, verranno di seguito presentati due recenti studi condotti da Frommel, Dechant, & Mandyk (2021). Le fondamenta di questo lavoro sono radicate nel concetto che la maggior parte degli esercizi volti alla terapia per il disturbo d'ansia sociale consistano nell'allenare il paziente a comportarsi correttamente in determinate situazioni mentre osservato da altri individui, il cui ruolo è quello di produrre un giudizio nei confronti del soggetto. Ciò porrà quest'ultimo in una condizione scomoda, nella quale dovrà imparare come gestire il fallimento in contesti pubblici, uno degli elementi più temuti da chi soffre di fobia sociale.

La peculiarità di questi studi sta nel proporre il game streaming come mezzo volto a trattare questo disturbo, in quanto considerato un ambiente in cui il grado di esposizione sociale può essere facilmente controllata dagli sperimentatori. Inoltre, non vedendo fisicamente persone di fronte a sé, l'individuo osservato avrà la possibilità di offrire migliori performance, contribuendo al meglio alla ricerca.

STUDIO 1

Gioco esaminato: Fruit Warrior II. Questo videogioco è stato sviluppato dagli sperimentatori sulla base di *Fruit Ninja*, celebre arcade per mobile il cui obiettivo consiste nell'affettare il maggior numero possibile di frutti. Anche in *Fruit Warrior II*, i giocatori hanno il compito di tagliare frutti

che fluttuano sullo schermo.

Gli sperimentatori hanno manipolato la sfida richiesta dal gioco attraverso il grado di difficoltà, dopo aver chiarito ai partecipanti che il concetto di difficoltà dovesse essere inteso come maggiore possibilità di sbagliare. Ciò è stato rafforzato includendo la possibilità di sconfitta (viene fornito un numero limitato di vite), nonché aggiungendo ostacoli (inserite bombe, che se toccate causano la perdita di una vita). Altri elementi modificati per manipolare la difficoltà della prestazione sono stati la velocità di lancio dei frutti (lenta o veloce) e la presenza o meno di un punteggio (score), in modo da misurare e confrontare i risultati ottenuti dai giocatori. In particolare, l'inclusione di un punteggio potrebbe scatenare in alcuni individui ansia, a causa della percezione di una richiesta maggiore che potrebbe portare soggetti a performance peggiori.

Il secondo oggetto d'indagine è la visibilità delle prestazioni, manipolata in primo luogo impostando un punteggio di tipo esplicito o meno (punteggio numerico vs barra dei progressi anonima), in modo da fornire al pubblico un continuo aggiornamento su quanto stessero facendo bene i giocatori esaminati. Sono stati inseriti anche feedback visuali riguardo la performance, in modo da attirare l'attenzione su risultati ottenuti in obiettivi secondari: questo includeva ad esempio la comparsa di indicatori "wow" dopo aver tagliato il frutto correttamente, oppure effetti visuali con teschi ed ossa per indicare la perdita di vite, evidenziando agli occhi degli spettatori il momento in cui il soggetto sbagliava. Infine è stato introdotto anche il confronto sociale, grazie alla creazione di un sistema di ranking: in questo modo, l'audience era in grado sia di confrontare il grado di rank dei giocatori, sia di monitorare i punteggi ottenuti tramite una classifica in tempo reale.

Gli sperimentatori hanno esaminato come attività di streaming con sfide variabili e diversa visibilità delle prestazioni possano influenzare la fobia sociale presente nei giocatori osservati.

Sono state individuate 4 varianti di gioco: (a) bassa richiesta, bassa visibilità; (b) alta richiesta, bassa visibilità; (c) bassa richiesta, alta visibilità; (d) alta richiesta, alta visibilità.

Per ognuna delle modalità di gioco, è stato registrato un breve video tutorial dalla durata di circa 90 secondi, il cui obiettivo era mostrare ai partecipanti le meccaniche di gioco. Inoltre, è stata preparata una finta stream, la cui interfaccia ricordava quella di Twitch, che presentava un finto contatore di viewer ed una finta chat, in modo tale da dare l'impressione ai giocatori di trovarsi in una reale situazione sociale. Il motivo per il quale gli sperimentatori hanno scelto di utilizzare una finta piattaforma, piuttosto che una già esistente (come la sopracitata Twitch) riguarda la possibilità di controllare personalmente i messaggi che i partecipanti avrebbero ricevuto via chat: il disegno sperimentale prevedeva infatti che la quantità di feedback positivi e negativi avrebbe dovuto equilibrarsi, variando però l'ordine ed il tipo di frasi a seconda della modalità giocata.

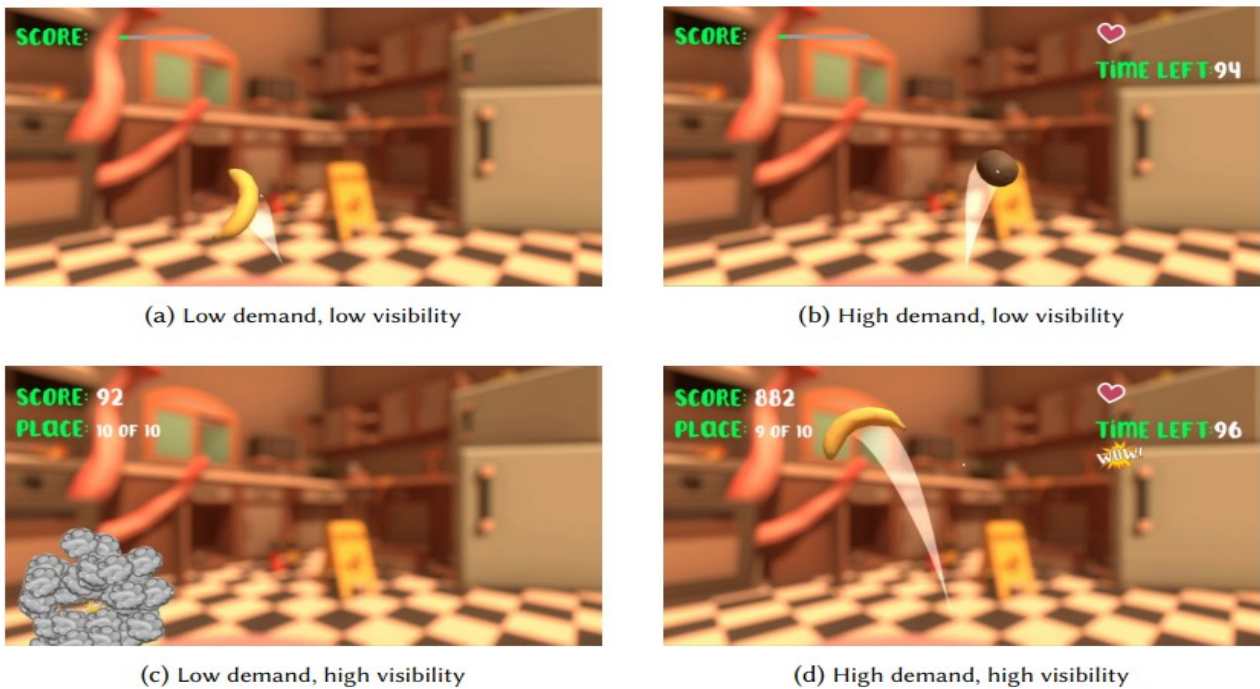


Fig. 1. Screenshots dei video d'introduzione, che mostrano le diverse modalità di gioco (tratta dallo Studio 1 di Frommel, Dechant, & Mandyk (2021).

L'esperimento è stato svolto online tramite un software framework, ed è stato somministrato a lavoratori di Amazon Mechanical Turk. I partecipanti sono stati informati del fatto che avrebbero visionato dei video relativi a 4 diverse varianti di gioco e che, una volta terminata la loro visione, avrebbero dovuto streammare live la loro prestazione in una delle 4 modalità, allo scopo di essere valutati dagli spettatori.

Come prima cosa, è stata somministrata ai partecipanti la Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS). (Liebowitz, 1987).

Tale questionario self-report consiste in 24 scenari, collegati alle interazioni sociali (11 items), come "conoscere estranei", oppure performance in pubblico (13 items), come "mangiare in pubblico". Basandosi su due scale a 4 valori, è stato chiesto ai soggetti di indicare il proprio grado di paura (da 0 = "nessuno" a 3 = "molto") ed evitamento (da 0 = "mai"; 0% a 3 = "solitamente"; 68% - 100%) provato in queste situazioni nella settimana precedente. Il punteggio totale della LSAS (la somma di tutti i risultati ottenuti) rappresenta il grado di fobia sociale insito nei partecipanti. Gli individui che ottengono punteggi superiori a 30 possono essere considerati come soggetti a disturbo d'ansia sociale, mentre individui che totalizzano oltre 60 punti sono potenzialmente affetti da disturbo d'ansia generalizzato, da trattare clinicamente.

I partecipanti hanno inoltre completato la Scale of Game Playing Preferences (5 items) di Tondello et al. (2019), allo scopo di misurare le preferenze nei confronti della sfida e della difficoltà

all'interno dei videogiochi. Infine i partecipanti hanno valutato la loro esperienza di gioco relativa ai videogiochi in stile Fruit Ninja seguendo una scala da 1 (= novizio) a 100 (= esperto), e hanno indicato se avessero avuto precedenti esperienze di streaming.

Sono poi state presentate loro le 4 varianti di gioco, sia via trailer video che via scritta: al termine della visione, è stato chiesto ai partecipanti di indicare (su una scala da 0 a 100: 0=minimo; 100=massimo) quanto si ritenessero familiari con lo stile di gioco, quanto si percepissero a loro agio nello streaming di una loro prestazione videoludica, e di stimare il loro livello di paura nello streammare ogni variante di gioco. Alla fine di questa fase, è stato riferito ai partecipanti che non avrebbero dovuto streammare il loro gameplay: in questo modo si cercava di rassicurare le persone, tentando di abbattere ogni tipo di aspettativa/preparazione riguardante tale attività, in modo da ottenere dei risultati il più spontanei possibili.

Il lavoro è stato svolto su un campione di 40 persone (uomini = 28, donne = 11, preferenza di non definirsi = 1), aventi un'età compresa tra i 22 e i 61 anni ($M = 36.80$, $SD = 9.98$). La maggior parte di loro ha giocato regolarmente a videogiochi, descrivendosi come "giocatori di livello moderatamente alto" (60/100 in una scala da 1 = per niente a 100 = gamer). La loro esperienza con lo streaming era invece moderata: il 27.5% ha riferito di aver avuto esperienze personali di streaming in precedenza, mentre il 77.5% aveva semplicemente visto streaming videoludiche.

Prima di cominciare l'esperimento, è stato somministrato anche a questo campione la Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS), allo scopo di misurare il livello di base di ansia sociale presente nei partecipanti. In questo studio, i risultati ottenuti si aggirano tra 6 e 104 ($M = 54.95$, $SD = 28.09$), indicando la presenza media di un livello moderato di ansia sociale nei membri del campione analizzato.

Risultati: Lo scopo principale dell'esperimento era testare se i livelli di richiesta e visibilità potessero avere effetto sulla fobia sociale prevista dai questionari precedentemente somministrati; era inoltre interesse degli sperimentatori individuare quali fattori relativi al contesto influenzassero tale fobia. Sono state utilizzate 2x2 misurazioni ripetute ANCOVA allo scopo di testare gli effetti delle condizioni (richiesta e visibilità) su fattori quali la familiarità prevista, la paura prevista e la confortevolezza prevista, facendo sempre riferimento ai risultati ottenuti nei questionari.

Tutte le analisi in questo esperimento sono state condotte tramite JASP 0.14.1.

| | AR/AV | AR/BV | BR/AV | BR/BV |
|------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| <i>Familiarità</i> | 64.700 (28.580) | 65.825 (30.954) | 66.925 (30.213) | 67.550 (29.549) |
| <i>Confortevolezza</i> | 63.950 (28.539) | 66.375 (27.406) | 70.475 (29.149) | 71.650 (29.292) |
| <i>Paura</i> | 36.925 (33.884) | 35.725 (30.446) | 33.475 (32.433) | 33.175 (35.323) |

Tabella 1. Medie (e deviazioni standard) per fattori familiarità, confortevolezza e paura provate all'interno delle 4 condizioni analizzate (alta/bassa richiesta (AR/BR) e visibilità (AV/BV)) (tratta dallo Studio 1 di Frommel, Dechant, & Mandyk (2021).

Un ANCOVA ha riportato che sia la familiarità che la confortevolezza prevista non sono state influenzate significativamente né dal fattore “richiesta”, né dal fattore visibilità; d'altro canto, il livello di paura prevista in un contesto di streaming ha subito un'influenza significativa per quanto riguarda il fattore “richiesta”, ma non per il fattore “visibilità”.

La paura prevista risulta essere correlata positivamente con il punteggio totale ottenuto nella LSAS ($r = .501, p < .001$), nonché con il fattore “fobia di situazioni e prestazioni sociali”, sempre presente nel sopracitato questionario.

È stato chiesto ai partecipanti di spiegare il loro ragionamento dietro alla valutazione delle loro aspettative. Per analizzare le risposte, gli sperimentatori hanno adottato un approccio di “analisi contenuta”, prediletto in quanto approccio semplice ed intuitivo da mettere in pratica.

Alcuni partecipanti hanno espresso una fobia generale nei confronti dello streaming a causa della presenza di un pubblico, tendendo ad evidenziare il fatto che “sbagliare di fronte a degli spettatori aggiunge un ulteriore elemento ansiogeno al compito. Inoltre è stata sottolineata l'importanza della difficoltà del compito: in casi in cui la difficoltà risultava elevata, i partecipanti riportavano un'aspettativa maggiore di provare paura, in quanto consapevoli di avere una probabilità maggiore di commettere errori; viceversa, scenari in cui la difficoltà del compito era più bassa erano considerati come meno spaventosi, in quanto i partecipanti si consideravano in una condizione più confortevole e meno oppressiva.

Conclusioni: La visibilità della prestazione non ha avuto influenza significativa sul fattore “paura prevista”, indicando la minore rilevanza di tale costrutto in un contesto di game streaming.

Nonostante ciò, è possibile che una buona visibilità dei propri progressi o errori sia una proprietà necessaria, in quanto il livello della performance dev'essere evidente per far sì che l'attività di streaming possa innescare un processo fobico nel soggetto osservato.

Per quanto riguarda la richiesta, i partecipanti hanno riportato un livello di paura maggiore quando

erano chiamati a giocare una modalità più complessa. Questo evidenzia come il fattore “paura” sia strettamente collegato al grado di richiesta percepito, risultato in linea con l’importanza data da individui che soffrono di fobia sociale al livello di una propria prestazione in pubblico.

Esiste quindi una caratteristica dell’attività di game streaming in grado di influenzare significativamente il grado di fobia percepito.

Questa scoperta è fondamentale, in quanto supporta l’idea che un videogioco possa essere manipolato seguendo i requisiti terapeutici per disturbi d’ansia, e ci consente inoltre di individuare un fattore per il quale il disturbo d’ansia sociale si verifica all’interno di scenari di game streaming. I risultati mostrano come non sia tanto importante la familiarità con il tipo di gioco streammato, quanto la confortevolezza che si prevede di provare in un dato contesto.

Quindi la fobia non subentra nel momento in cui l’individuo si trova di fronte ad una situazione poco conosciuta, ma quando l’individuo si aspetta di dover provare un certo grado di disagio, che tendeva ad aumentare di pari passo con la complessità della richiesta.

Questo potrebbe essere collegato al timore di essere giudicati negativamente per i propri errori, tipico di soggetti disturbati da fobia sociale.

Inoltre, il grado di paura prevista risulta correlato positivamente con il fattore “fobia di situazioni e prestazioni sociali”: da ciò possiamo dedurre che soggetti più inclini a sperimentare ansia sociale avranno provato un grado maggiore di paura.

STUDIO 2

Nel secondo studio, gli sperimentatori hanno indagato se la prospettiva di streammare una propria prestazione di gioco fosse associata ad un grado più alto di paura. Hanno quindi creato due condizioni: una in cui i partecipanti erano precedentemente informati del fatto che avrebbero dovuto streammare la loro performance ad un pubblico (stream condition), una in cui questa informazione veniva omessa (no stream condition). In questo modo era possibile individuare quanto poteva incidere sulla psiche degli individui la consapevolezza di trovarsi in un contesto sociale.

È stata usata una modalità di *Fruit Warrior II*, in particolare la variante alta richiesta/alta visibilità, che includeva un limite di vite e di tempo, bombe, una classifica, ed una rapida velocità di gioco.

Tale modalità è stata scelta in quanto la condizione alta richiesta aveva attivato la paura in maniera più consistente rispetto alla condizione di bassa richiesta all’interno dello Studio 1, mentre la condizione di alta visibilità era considerata maggiormente legata a fobia sociale da un punto di vista teorico. Come nel primo studio, il tutto è stato svolto utilizzando una piattaforma simile a Twitch, comprensiva di un contatore di viewer e di una live chat fasulli, in modo tale da ricreare nel soggetto osservato l’idea di trovarsi in uno scenario di live streaming.

La preparazione tecnica di questo studio è stata simile a quella dello Studio 1. I partecipanti hanno fornito il loro consenso, hanno risposto a questionari riguardo il loro background sociodemografico e nel mondo del gaming, ed il loro livello di competitività di fronte ad una sfida. Gli sperimentatori si sono serviti nuovamente del punteggio totale ottenuto nella LSAS per stabilire il livello di base di fobia sociale nei partecipanti. Dopo essere stati sottoposti alla visione di un trailer, in modo da ricevere le istruzioni necessarie a comprendere correttamente il gioco, è stato chiesto ad ogni soggetto di indicare il loro grado di paura sapendo di dover partecipare alla sfida successiva, su una scala da 0 a 100 (0 = non impauriti; 100 = estrema paura). Successivamente sono stati lasciati al compito, ed è stato comunicato ad alcuni di loro che non avrebbero dovuto streammare veramente la loro prestazione, creando così in questi individui una condizione di sollievo psicologico, che li avrebbe aiutati a svolgere il compito sentendo meno pressione.

Sono stati reclutati 331 partecipanti (uomini = 190, non binari = 1, donne = 135, preferenza di non definirsi = 3, preferenza di auto-definirsi = 2: “donna trans” e “uomo trans”), dall’età compresa tra i 18 e i 71 anni ($M = 39.124$, $SD = 11.186$), di cui molti hanno giocato regolarmente (“ogni giorno” = 135, “qualche volta a settimana” = 129, “qualche volta al mese” = 39, “qualche volta all’anno” = 20, “mai” = 8), e che sono stati identificati come gamers di livello moderatamente alto ($M = 61.736$, $SD = 31.009$). La loro esperienza pregressa con il game streaming era simile a quello dei partecipanti dello Studio 1: il 34.4% aveva streammato videogiochi in precedenza e il 72.8% aveva assistito a streams videoludiche. Il loro punteggio totale nella LSAS era compreso in un intervallo da 0 a 134 ($M = 59.11$, $SD = 31.24$). I partecipanti sono stati assegnati in maniera casuale ad una delle due condizioni (stream = 164, no stream = 173).

Risultati: Il focus principale degli sperimentatori era misurare se il livello di paura prevista nello svolgere il compito proposto dipendesse o meno dall’aspettativa da parte dei partecipanti di dover streammare la propria performance ad un pubblico oppure no. A questo scopo, è stata condotta un ANCOVA, con l’obiettivo di misurare l’effetto principale della condizione sul livello di fobia prevista mentre si controllava contemporaneamente anche l’influenza di altri fattori.

La paura prevista era associata significativamente con il punteggio totale della LSAS, indicando che persone con livelli più alti d’ansia sociale tendessero ad provare maggiore paura.

Inoltre, è stata rilevata una associazione significativa tra il grado di fobia prevista e l’orientamento alla sfida, da cui possiamo dedurre che le persone più competitive si sarebbero sentite più coinvolte nel compito, sperimentando un maggior grado di “ansia da prestazione” se poste in un contesto sociale. Oltre a questi fattori secondari, il dato di maggior interesse per gli sperimentatori è stato senz’altro che la condizione in cui il soggetto veniva posto influenzasse significativamente il grado

di paura prevista, tanto che la condizione di stream provocava molta più fobia che la condizione di no stream, come riportato nella Tabella 2.

| | Stream | No Stream |
|--------------|-----------------|-----------------|
| <i>Paura</i> | 30.870 (33.111) | 21.565 (30.885) |

Tabella 2. Medie (e deviazioni standard) per il grado di paura prevista in condizioni dello Studio 2 (tratta dallo Studio 2 di Frommel, Dechant, & Mandyk (2021).

La risposta fobica da parte di persone che soffrono di disturbo d'ansia sociale è un oggetto di studio cruciale nella ricerca di trattamenti per tale disturbo, che è lo scopo ultimo di questi studi. Gli sperimentatori hanno quindi condotto una indagine iniziale su questo effetto, concentrandosi solamente su partecipanti che avevano totalizzato un punteggio superiore a 30 nella LSAS ($n = 255$: stream = 127, no stream = 128), e quindi considerabili come socialmente ansiosi, ed utilizzando lo streaming come mezzo per elicitare fobia in loro. Per fare questo, è stata utilizzata un ANCOVA simile a quella precedentemente descritta. Le covariabili hanno presentato andamenti simili, caratterizzati da un associazione significativa della paura con il punteggio totale della LSAS, con l'orientamento alla sfida e con l'esperienza pregressa di streaming. L'esperienza di aver già provato un gioco simile non aveva invece un'associazione significativa.

L'influenza relativa allo streaming è stata notevole, tanto che il grado di paura risulta decisamente maggiore nella condizione stream ($M = 37.039$, $SD = 33.567$) rispetto alla condizione no stream ($M = 27.883$, $SD = 33.002$). Questo evidenzia ulteriormente come lo streaming manipoli il livello di paura prevista, in particolar modo in soggetti considerabili socialmente ansiosi.

Conclusioni: I risultati del secondo studio suggeriscono che la prospettiva di streammare per un pubblico influenzano il grado di paura prevista nei partecipanti: infatti, i soggetti posti in una condizione di stream hanno mostrato maggior fobia rispetto a quelli posti in una condizione di no stream. Inoltre, i risultati hanno evidenziato che ci sono anche caratteristiche individuali in grado di avere effetto sul livello di paura previsto in uno scenario di gameplay, quali il punteggio totale della LSAS, l'orientamento alla sfida ed aver fatto esperienza di game streaming in precedenza.

In entrambi gli studi, la paura prevista è sempre stata associata fortemente e positivamente ai punteggi totali della LSAS. Ciò sottolinea come partecipanti che tendono a fare esperienza di fobia sociale (maggiori punteggi ottenuti nella LSAS) hanno anche provato un grado di paura più alto per la sfida. Infine, i risultati ottenuti portano alla deduzione che streammare il proprio gameplay possa

indurre a livelli di fobia molto più alti rispetto ad il semplice gameplay in solitaria, individuando la condizione di streaming come possibile fattore scatenante di ansia sociale, e confermando quindi la sua validità nell'essere utilizzato in interventi terapeutici di esposizione mirati ad individui socialmente ansiosi.

1.3 LIMITI E AMBITI DI LAVORO FUTURI

Questi due studi propongono il game streaming come terapia d'esposizione volta a trattare il disturbo d'ansia sociale, aiutando a valutare la risposta fobica dei partecipanti nei confronti dello streaming; la paura viene considerata in quanto condizione iniziale necessaria perché si possa parlare di terapia d'esposizione.

Un limite di tali ricerche consiste nell'aver utilizzato solamente un tipo di gioco, ovvero un gioco in stile *Fruit Ninja*. Così facendo non possiamo sapere con certezza se questi risultati si possano replicare anche con altre tipologie di giochi: se la risposta a questo dubbio fosse positiva, vorrebbe dire portare ulteriori prove del fatto che un contesto di streaming possa provocare paura in soggetti disturbati, indirizzandoci verso un nuovo modo terapeutico di trattare la fobia sociale, più generale ed applicabile in larga scala.

Grazie a questi studi è stato mostrato come trovarsi in uno scenario di streaming portasse ad un aumento nei livelli di paura prevista, ma sarebbe importante anche analizzare in che modo il livello di ansia si sviluppa durante le varie fasi della terapia; questo si potrebbe esaminare concentrandosi maggiormente sul grado di paura provata nell'effettivo dai partecipanti durante lo svolgimento della streaming.

I risultati ottenuti sono relativi ad un campione di persone che avevano totalizzato un punteggio superiore a 30 nella LSAS: si parla quindi di individui indicati come socialmente-ansiosi. Tuttavia, durante gli studi sono stati utilizzati per comodità campioni simili tra loro nel contesto dell'azienda Amazon Mechanical Turk. Per mostrare realmente quali possono essere i benefici dello streaming in ambito terapeutico, è necessario replicare tali ricerche anche in contesti clinici, con soggetti a cui è stato diagnosticato il disturbo d'ansia sociale.

Nel primo studio in particolare sono state utilizzate diverse meccaniche di gioco per manipolare la richiesta e la visibilità della prestazione. Questi due elementi non sono ancora stati però del tutto esaminati singolarmente. Ad esempio, l'introduzione di un sistema di classificate potrebbe far scaturire nelle persone l'aspetto del confronto sociale: ciò risulterebbe probabilmente utile per amplificare risposte fobiche in soggetti ansiosi, ma non è stato ancora studiato come questo possa interagire con le meccaniche presenti nel gioco. Sorge quindi l'urgenza di nuove ricerche, che possano analizzare quanto le meccaniche influiscano individualmente sulle risposte fobiche.

CAPITOLO II

INFLUENZA DELLA PANDEMIA SUL BENESSERE MENTALE DEGLI STREAMERS

Twitch è una piattaforma di streaming in diretta dedicata principalmente a videogiochi, ma anche a musica, intrattenimento, sport. Attualmente vanta il primato in termini di spettatori ed attività, con quasi 3 milioni di utenti e più di 106 000 trasmissioni attive di media a qualsiasi ora del giorno.

La pandemia legata al COVID-19 ha avuto un impatto decisivo sulla popolarità e sull'utilizzo di tale piattaforma, aumentando notevolmente ogni statistica ad essa relativa, in particolar modo il numero di ore passate sul sito.

Grazie all'interattività di Twitch, che permette agli utenti di comunicare fra loro tramite una live chat, si sono andate a formare community via via sempre più solide, gruppi di persone che si ritrovavano in stream ogni giorno per chiacchierare e svagarsi, trascorrendo insieme (seppur virtualmente) molto tempo.

Per lo streamer, la propria community è una specie di seconda famiglia, che lo supporta nel suo lavoro e che lo guida nella scelta dei contenuti da proporre giornalmente. Per questo egli tende a creare legami interpersonali con i propri utenti, interagendo con loro, organizzando eventi ed interessandosi talvolta di questioni personali dei propri seguaci.

Essere così coinvolti a livello emotivo potrebbe però rivelarsi un'arma a doppio taglio: il rischio è di non riuscire più a scindere tra la realtà e ciò che è legato alla streaming, tra la propria vita e quella degli spettatori, tra la propria salute mentale e quella degli utenti.

2.1 BENESSERE MENTALE NEGLI STREAMERS: UNO STUDIO

La figura dello streamer, seppur spesso sottovalutata dall'opinione pubblica, annette a sé una componente di stress psicologico importante: si tratta di soggetti chiamati ad interagire in prima linea con la propria community, spesso per molte ore consecutive (dalle 4/5 ore di media fino ad arrivare perfino a maratone da 24 ore), portando addosso la pressione di intrattenere gli spettatori in maniera costante, varia, per evitare di annoiare e quindi perdere pubblico.

Spesso devono applicare filtri, sia al proprio modo di esprimersi che a proprie ideologie, sia alle proprie emozioni: sono infatti veri e propri punti di riferimento, in grado di influenzare individui con le loro parole ed azioni, di ispirare e mandare messaggi grazie alla loro posizione sociale di visibilità.

La verità è che tutto questo prescinde dalla reale persona che lo streamer è, portandolo a vivere una sorta di doppia vita, una reale ed una online, dove le caratteristiche di personalità tra persona e personaggio possono divergere, con effetti a volte distruttivi sulla psiche del soggetto in questione.

Essendo una figura lavorativa relativamente recente, la quantità di ricerche accademiche relative al benessere psicologico degli streamers è piuttosto limitata, specialmente se messa a confronto con altri argomenti relativi allo streaming, quali il marketing oppure il coinvolgimento degli spettatori. Nonostante ciò, negli ultimi anni è stato registrato un notevole incremento di pubblicazioni legate a questa tematica, con oltre 70 articoli rilasciati durante i primi 9 mesi del 2021.

Tra questi, sarà presentato di seguito uno studio etnografico a cura di Kelli Dunlap, Marie Shanley e Jocelyn Wagner (2022), il cui obiettivo principale era comprendere al meglio l'impatto della pandemia COVID-19 sugli streamers e le loro communities, con un occhio di riguardo rivolto al tema della salute mentale degli streamers durante questo periodo.

I partecipanti a questo studio sono stati reclutati via social media, tramite dei post, e dovevano soddisfare un unico requisito per essere considerati idonei: avere streammato attivamente per almeno un anno.

Dei 62 streamers che avevano risposto ne sono stati selezionati solamente 19, i quali sono stati sottoposti ad un'intervista semi-strutturata guidata dal gruppo di ricerca tra il 18 settembre ed il 15 ottobre 2020. Ogni intervista è stata registrata via Zoom e trascritta tramite un servizio di trascrizione automatico. Ogni trascrizione è stata controllata, in modo tale da garantirne l'accuratezza, ed ogni registrazione audio è stata cancellata, dopo aver assicurato ad ogni partecipante l'anonimato delle proprie dichiarazioni.

È stato utilizzato un metodo qualitativo per ottenere informazioni utili dalla ricca e complessa esperienza di vita di ogni partecipante. Ogni trascrizione è stata letta in maniera approfondita, cercando spunti che permettessero un lavoro riguardante il benessere psicologico degli streamers in questione. Ogni segmento di testo rilevante è stato raggruppato ed identificato sotto un codice, che descriveva in maniera generale la sensazione o l'idea espressa dal testo.

Lo studio ha individuato 4 temi principali derivanti dalle analisi narrative delle interviste: 1) gli streamers fungono da prima linea di risposta riguardo la salute mentale; 2) gli streamers faticano a trovare un equilibrio tra il proprio benessere mentale ed i bisogni delle proprie communities; 3) gli streamers sono impreparati ad occuparsi di salute mentale; 4) gli streamers e le loro communities sono resilienti.

1) Gli streamers fungono da prima linea di risposta riguardo la salute mentale

Un concetto che spesso traspare durante le streaming dal vivo è che lo streamer “non è il terapeuta dei propri spettatori”. Nonostante ciò, gli streamers si trovano spesso in contesti caratterizzati da grande pressione, nei quali essi si sentono quasi obbligati ad offrire supporto psicologico, sociale o emotivo ad individui presenti in chat, con i quali spesso (ed inevitabilmente, considerando il

numero di ore trascorse insieme) hanno instaurato un legame a livello umano.

Durante il corso della pandemia, gli streamers hanno constatato un incremento dell'interesse delle proprie communities verso contenuti legati alla vita reale, quali le difficoltà finanziarie o lo stress, sia per quanto riguardava i discorsi che si svolgevano in chat durante le live, che all'interno dei propri canali Discord privati, degli spazi virtuali dove spettatori e seguaci di un certo streamer hanno la possibilità di chiamarsi ed interagire vocalmente in gruppo.

Molti streamers hanno riportato nelle loro interviste di aver provato un forte senso di responsabilità nei confronti del benessere del loro pubblico, e che sentivano di non poter condividere o mostrare le proprie debolezze o difficoltà personali durante le live, in quanto questo avrebbe intaccato il morale degli spettatori, che in un certo senso cercavano nella streaming un momento di svago da ciò che li turbava.

In particolare, è stato rilevato un aumento della frequenza e dell'intensità con cui venivano discussi argomenti relativi alla salute mentale rispetto alle streaming precedenti i tempi del COVID-19.

In un certo senso, l'esperienza vissuta dagli streamer durante il periodo pandemico è riconducibile a quella dei terapeuti professionisti. In maniera simile, anche gli streamers si sono resi conto di cosa voglia dire offrire uno spazio dove esprimere e processare i sentimenti, fornendo supporto a persone esterne mentre stanno vivendo loro stessi un trauma.

2) Gli streamers faticano a trovare un equilibrio tra il proprio benessere mentale ed i bisogni delle proprie communities

La maggior parte dei partecipanti ha menzionato, all'interno delle proprie interviste, una necessità di trovare il giusto equilibrio tra il proprio benessere psicologico e quello dei propri seguaci.

Molti streamers hanno affermato di essersi presi pause dallo streaming o di avere ridefinito la propria agenda virtuale in modo tale da diminuire sia la durata che la frequenza delle loro live.

In generale, è stato espresso da molti il concetto che sia necessario essere in grado di prendersi cura in primo luogo di se stessi, per essere poi in grado di offrire del supporto ad altre persone, in questo caso addirittura ad una community: un'idea piuttosto logica e lineare, ma difficile da accettare mettendosi nei panni di chi l'aiuto lo chiede, in alcuni casi pretendendolo.

Alcuni streamers riportano di non sentirsi considerati come esseri umani, ma solo come intrattenitori: ciò li porta a tentare di nascondere ogni tipo di reazione emotiva durante le loro streaming, in quanto si rendono conto di essere la "distrazione" dai problemi di chi sta guardando. Avrebbero invece bisogno dello stesso tipo di supporto, se non in quantità maggiore, in quanto sono figure esposte, che nonostante tutte le difficoltà della loro vita cercano di migliorarla alle altre persone.

Un secondo elemento legato alla questione dell'equilibrio riguarda i confini stabiliti dall'etica. Molti streamers si sono detti piuttosto preoccupati di superare il sottile limite presente tra essere persone supportive ed essere veri e propri terapeuti; altri ancora hanno avuto difficoltà a bilanciare il dovere morale di riportare informazioni relative alla pandemia ed il tentativo di rimanere un ambiente di tranquillità e svago, dal quale i problemi relativi al mondo reale dovevano essere tenuti fuori.

Come riportato nel corso di una delle interviste: “Tentare di essere empatici nei confronti di chi vuole parlare di COVID e di chi non vuole parlarne... È complicato soddisfare i bisogni di ognuno”.

3) Gli streamers sono impreparati ad occuparsi di salute mentale

Gli streamers che hanno preso parte allo studio hanno espresso il loro sentirsi inadeguati, non equipaggiati a dovere per gestire la frequenza sempre maggiore di argomenti legati alla salute mentale presenti all'interno delle loro streamers, della loro chat, o dei loro canali virtuali (es. Discord, Telegram), punti di aggregazione costanti per le loro communities.

Persino quegli streamers che portavano contenuti inerenti a questa materia, e che venivano per questo motivo identificati come saldi punti di riferimento, hanno dichiarato di sentirsi a disagio in una posizione simile, al punto da mettere in dubbio le proprie capacità e conoscenze, esternando un forte desiderio di essere guidati.

La consapevolezza di non essere dei professionisti del settore, in concomitanza con la volontà di voler comunque aiutare i propri seguaci a superare le loro sfide esistenziali, porta grande frustrazione e sconforto nello streamer, che prova con tutte le sue forze ad essere utile, a fare del proprio meglio, ma senza possedere né le competenze né la preparazione adatta a gestire queste situazioni.

Ovviamente nessuno streamer sente su di sé la responsabilità di dover ristabilire il benessere psicologico di altre persone: se ogni stream fosse una seduta terapeutica, il clima in chat ne sarebbe senz'altro appesantito, e questo andrebbe in contrasto con lo scopo ultimo del lavoro dello streamer, ovvero alleggerire gli spettatori dai loro pensieri, offrendo loro contenuti d'intrattenimento che possano svagarli. Ciò non toglie però la grande empatia che gli streamers possono provare per le persone presenti in chat ogni giorno, per loro dei veri e propri amici virtuali, che non vogliono lasciare soli proprio nel momento del bisogno: questo porta molti di loro a rimpiangere di non aver intrapreso corsi mirati, che gli avrebbero conferito tecniche di gestione ed una preparazione adatta ad aiutare i loro seguaci, competenza che gli avrebbe permesso di togliersi dalle spalle il peso che l'impotenza attuale provoca in loro.

4) *Gli streamers e le loro communities sono resilienti*

Durante la fase di creazione di codici, uno dei codici più frequenti (anche se probabilmente inaspettato da parte degli sperimentatori) è stato “*positivo*”: ciò faceva riferimento a dichiarazioni rilasciate dai partecipanti che riflettevano una crescita personale, oppure la capacità di riuscire a vedere il lato positivo dell’evento raccontato.

Praticamente ogni streamer ha condiviso all’interno della propria intervista una storia che evidenziasse come il periodo pandemico avesse reso le proprie communities decisamente più unite, oppure come le circostanze imposte dai vari lockdown avessero stimolato le persone ad escogitare soluzioni creative per tenersi in contatto e supportarsi a vicenda.

Un esempio di quanto fossero unite le communities è il fenomeno dei “*memorial services*” su *Animal Crossing: New Horizons*.

Questo videogioco, rilasciato da Nintendo per Nintendo Switch, consisteva in una vera e propria simulazione di vita in tempo reale. Dopo aver creato il proprio avatar personalizzato, si era posti su un’isola deserta, con l’obiettivo di esplorare ed espandere il loro mondo virtuale, la propria casa, le proprie amicizie con altri giocatori presenti sull’isola.

Specialmente durante il periodo del COVID, questo mondo immaginario è diventato per molti un posto dove scappare da una realtà così buia, dove ogni preoccupazione ed incombenza veniva lasciata fuori.

Molti streamer hanno adottato questo mezzo per unire i propri spettatori, proponendo di creare un mondo dove sarebbero stati accolti tutti i membri della community, in modo tale da poter rafforzare i rapporti già presenti, oppure di farne nascere di nuovi.

Purtroppo durante il periodo pandemico si sono verificate una grande quantità di tragedie, che hanno coinvolto in ampia scala tutta la popolazione mondiale: una quantità di lutti spropositata, che gli individui subivano senza poter essere supportati a dovere dai propri cari, a causa delle leggi riguardanti la restrizione dei contatti sociali.

Per questo motivo molti streamers hanno cercato di contribuire, in concomitanza con i loro seguaci, organizzando veri e propri memoriali per quei cari di utenti della propria chat che erano venuti a mancare in quel periodo, in modo da far sentire tutta la loro vicinanza e supporto a chi aveva subito una perdita dolorosa: questo avveniva ovviamente per mezzi virtuali, in modo da ovviare il problema dell’assembramento, e *Animal Crossing: New Horizons* è stato uno dei mezzi più utilizzati, data la sua grande popolarità a livello mondiale sin dal suo rilascio, con 13.41 milioni di copie vendute nelle prime 6 settimane di presenza sul mercato (Wikipedia, 2020).

2.2 STRATEGIE DI PREVENZIONE

Un secondo obiettivo a cui mirava lo studio precedente era individuare ulteriori mezzi per migliorare o supportare il benessere degli streamers, fornendo alternative alle classiche hotlines, e diffondendo sempre maggiore cultura psicologica, allenamento e supporto professionale.

Uno degli ostacoli più ostici riguardo l'accesso e condivisione delle risorse da parte degli streamers era la percezione che tali risorse non fossero presenti, tanto che la maggior parte degli streamers intervistati curava personalmente i link che condivideva con la propria community, in base alla propria conoscenza dell'argomento, creando così una lista di collegamenti utili senza sapere che questa già esistesse.

Tutte quelle risorse di cui gli streamers esternavano il bisogno, da semplici consigli riguardo il benessere psicofisico fino a vere e proprie direttive terapeutiche, sono già presenti sulle varie piattaforme, ma non in spazi di cui gli streamers fossero a conoscenza.

Un esempio di ciò è Twitch Cares (Streamer Square, 2020), un servizio offerto direttamente dalla piattaforma e sviluppato da Twitch in collaborazione con Take This, un'organizzazione non-profit che si occupa di salute mentale nelle figure dei videogiocatori e degli sviluppatori di videogiochi. Il sito fornisce decine di collegamenti ad organizzazioni di prevenzione, a linee d'ascolto, suddividendole a seconda della località dalla quale si cerca aiuto, in modo tale da fornire un supporto il più vicino ed immediato possibile.

L'idea di fondo è che non si tratta mai solamente di un gioco: chi fa esperienza quotidianamente del mondo virtuale può spesso andare incontro ad odio ed abuso verbale, che se subiti con regolarità possono destabilizzare fortemente individui fragili e sensibili, fino ad arrivare a casi molto gravi come il suicidio.

Risulta perciò fondamentale non solo aiutare questi individui più a rischio ad affrontare certi contesti disfunzionali, ma soprattutto diffondere una cultura del gaming sana e positiva, dove non ci si senta in diritto di sfogare le proprie frustrazioni su un'altra persona solo perché la si trova di fronte sotto forma di avatar, giustificando la propria mancanza di gestione della rabbia con la classica concezione (errata) che il mondo virtuale non faccia parte di quello reale.

Inoltre, emerge tra gli streamers l'esigenza di essere supportati da professionisti, che li possano allenare e formare rispetto alla discussione/gestione durante le dirette di argomenti relativi alla salute mentale.

Sentirsi più preparati porterebbe gli streamers ad avere maggiore sicurezza in se stessi e nei propri mezzi, permettendogli di avere la situazione effettivamente sotto controllo e di presentare argomenti delicati moderando la discussione tramite appositi filtri, in modo da non impattare negativamente sulla psiche degli spettatori più sensibili.

Uno studio di Gandhi et al. (2021) ha presentato alcune strategie con cui gli streamers riescono a presentare argomenti relativi al benessere mentale all'interno delle loro live.

Il primo punto è senz'altro diffondere conoscenza ed informazioni riguardo questi temi: questo può avvenire sia in maniera programmata, ad esempio organizzando dirette dove venivano ospitati terapeuti professionisti, ma anche in modo del tutto spontaneo, parlando di articoli o di proprie esperienze vissute contemporaneamente al proprio gameplay.

Presentare esperienze personali alla chat è una delle strategie più utili da adottare, sia perché rende lo streamer molto più umano agli occhi dei propri seguaci, sia perché aiuta a diminuire lo stigma sociale legato a temi di salute mentale, rendendo gli spettatori sempre più consapevoli del fatto che qualsiasi cosa stiano passando, non sono i soli ad averne fatto esperienza.

Inoltre, presentare questi argomenti durante una classica diretta video-ludica risulta vincente in quanto viene coinvolta nel discorso una fetta maggiore di spettatori, sia quelli interessati al videogioco, sia quelli interessati alla salute mentale.

Come ultimo aspetto, mettere in tavola temi così delicati porta inevitabilmente la community a rafforzare il proprio legame: sia che si stia cercando aiuto, sia che si provi a dare una mano, condividere propri aspetti personali con altri individui non può che unirli a loro ancora di più, anche se non li conosciamo realmente; sentire che qualcuno ci è vicino, che è simile a noi, a volte può fare la differenza nei momenti bui.

Tuttavia, perché tutto questo si possa verificare è necessario si verifichi una condizione all'interno delle dirette: la chat deve essere moderata, supervisionata costantemente da moderatori che impediscano l'accesso ai classici utenti tossici, che si uniscono alla live solo per diffondere messaggi negativi e portare lo streamer a reagire.

Questo rovinerebbe l'atmosfera della diretta e porterebbe lo streamer ad ignorare per gran parte del tempo la chat, creando un clima sicuramente non adatto a trattare argomenti così delicati.

2.3 CONCLUSIONI

Le dirette streaming, specialmente durante il recente periodo pandemico, sono state uno dei mezzi più utilizzati dalle persone per discutere di argomenti riguardanti il benessere psicologico.

Questo è avvenuto in parte in maniera del tutto spontanea, come frutto dell'interazione tra lo streamer e la propria chat, oppure in maniera consapevole ed organizzata, grazie alla creazione da parte dello streamer di un apposito spazio all'interno delle proprie live, spesso riempito tramite inviti a professionisti del settore.

Come riportato dagli streamers stessi all'interno delle interviste, il numero di fattori di rischio è esponenzialmente aumentato per loro durante questo periodo, complice il forte quantitativo di stress al quale essi si trovavano quotidianamente sottoposti: ai classici problemi che caratterizzano un po' tutti i lavori "precari", quali l'instabilità economica, oppure la perdita di guadagni/opportunità lavorative, si sono aggiunte preoccupazioni appartenenti alla sfera emotiva, quali sentirsi in dovere di fornire un supporto sociale ai propri spettatori in difficoltà, oppure a mantenere costantemente alto il livello di intrattenimento, per permettere alle persone di riuscire a distrarsi dai propri pensieri, cercando di condividere un messaggio positivo anche quando era davvero difficile trovarne uno. In parole povere, si sono spesso sentiti di ricoprire il ruolo del terapeuta, piuttosto che dell'intrattenitore, e questo li ha fatti sentire estremamente impreparati, sopraffatti, preoccupati di non riuscire a dare abbastanza nonostante tutto il loro impegno nei confronti della community. Spesso hanno dichiarato di sentirsi ansiosi, isolati ed abbandonati nel loro ruolo di "capo del gruppo", vivendo con la consapevolezza di essere un punto di riferimento per molti e di non poter mai vacillare, di dover nascondere le proprie battaglie agli occhi della gente per aiutare gli altri. C'è un bisogno urgente di rendere più visibili e facilmente accessibili agli streamers le risorse già presenti, nonché di aumentare la loro popolarità fra gli utenti: è stata la loro scarsa fama a far sì che gli streamers si sentissero privi di supporto nel loro tentativo di gestire la propria salute mentale. Ciò che traspare maggiormente dalle interviste condotte è il quantitativo di lavoro, dedizione che gli streamers hanno dedicato alla ricerca e diffusione di risorse per la salute mentale. Nonostante non fossero dei professionisti, gli streamers si sono impegnati al massimo nello svolgere un vero e proprio servizio di prima linea di supporto nei confronti delle proprie communities. I loro sforzi sono stati fondamentali, ma per far sì che anche loro possano migliorare la qualità della propria vita, alleggerendo la mente e le emozioni provate, sarà di cruciale importanza una collaborazione più continua e mirata tra piattaforme di streaming ed organizzazioni per la salute mentale.

CAPITOLO III

SLOTSTREAMS: POSSONO PORTARE AL GIOCO D'AZZARDO?

In questi ultimi 4 anni, la categoria “Slots” ha registrato su Twitch uno dei picchi più alti mai registrati, passando da una media di spettatori giornalieri di circa 9.000 (Streamscharts, gennaio 2019) a totalizzare circa 66.000 spettatori giornalieri (Streamscharts, agosto 2022), più di 7 volte tanto il dato iniziale.

Allo stesso tempo, il pubblico di questa categoria corrispondeva a meno dell'1% delle ore complessive d'utilizzo di Twitch ad inizio 2021, mentre al giorno d'oggi ne è arrivato a ricoprire ben il 2.7%.

Il fatto che così tante persone siano interessate a questo tipo di contenuti, direttamente riconducibili al mondo del gioco d'azzardo, e che queste persone potessero essere molto giovani (è possibile creare un account Twitch a partire da 13 anni), porta immediatamente ad una riflessione: cosa spinge questi soggetti verso un mondo così pericoloso, dove il rischio di sviluppare una dipendenza è dietro l'angolo? Semplice curiosità, ricerca di svago, oppure questa è solo la punta dell'iceberg? All'interno di questo capitolo verranno prima approfonditi i 2 concetti chiave della nostra indagine, ovvero il disturbo da gioco d'azzardo ed il fenomeno delle slotstreams; successivamente sarà presentato uno studio di Casu et al. (2022), tramite il quale si cercherà di verificare l'esistenza di una correlazione tra i due fenomeni precedentemente esaminati.

3.1 IL DISTURBO DA GIOCO D'AZZARDO

Il disturbo da gioco d'azzardo (Gambling Disorder, GD) è una condizione psichiatrica caratterizzata da un pattern disadattivo ripetuto di comportamenti legati al gioco d'azzardo, nonostante questi abbiano portato conseguenze negative in molti ambiti della vita quotidiana.

Tale disturbo viene collocato, nel DSM V (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 2013), all'interno della categoria delle Dipendenze, in particolare come “Disturbo non correlato all'uso di sostanze”, nonostante un tempo esso fosse considerato come disturbo patologico legato al controllo degli impulsi.

Questo cambiamento è stato adottato dall'APA (American Psychological Association) alla luce di dati secondo cui le persone dipendenti da gioco d'azzardo subiscono mutamenti a livello cerebrale simili a quelli di cui fanno esperienza i tossicodipendenti.

Per quanto riguarda il panorama italiano, il CNR (Concilio Nazionale di Ricerca) ha evidenziato come più di 17 milioni di persone, circa il 43% della popolazione compresa tra i 15 e i 64 anni, avesse sviluppato un disturbo da gioco d'azzardo, di cui un milione erano studenti tra i 15 e i 19 anni (2018).

Avere problemi con il gioco d'azzardo nuoce gravemente alle relazioni, sia intime che addirittura familiari, in quanto l'individuo disturbato va incontro a disordini emotivi, difficoltà finanziarie, che aumentano esponenzialmente lo stress all'interno della persona, fino a portarla alla completa esasperazione. Questo porta nella maggior parte dei casi a poca comunicazione con i propri cari, frequenti litigi e considerazione dell'idea di separarsi da loro.

Inoltre, il clima che si crea è caratterizzato da rabbia, con conseguente minore condivisione dei propri stati d'animo, bugie, minore partecipazione ad attività collettive, minore impegno e supporto nei confronti degli altri.

Il trattamento di questa vera e propria dipendenza deve essere diviso in tre fasi (Yau Y., Potenza M., 2015).

Prima di tutto, una fase di disintossicazione, con l'obiettivo di riuscire a sopportare l'astinenza in modo sicuro, riducendo immediate reazioni psicofisiche (es. ansia, irritabilità, instabilità emotiva); questa fase iniziale può coinvolgere farmaci per aiutare la transizione.

La seconda fase è quella del recupero, e qui entrano in gioco i trattamenti cognitivo-comportamentali; lo scopo è quello di apprendere strategie per gestire i propri impulsi, i propri desideri, lavorando sia sui pensieri che compaiono nella mente degli individui in determinate situazioni che sui comportamenti disadattivi, cercando di costruirne di nuovi che possano rimpiazzarli.

Infine, la terza fase, quella del rilascio; questa è la fase più dura da superare, in quanto si tratta di sopportare un'astinenza prolungata: più o meno facile quando ci si trova in un ambiente controllato, sicuro, molto meno nel mondo reale, pieno di tentazioni che possono ostacolare il percorso di cura intrapreso, portando spesso molti individui ad incappare in ricadute.

Per questo motivo è importante fissare con i pazienti obiettivi a breve termine, che devono essere monitorati tramite interventi di follow-up.

3.2 IL FENOMENO DELLE SLOTSTREAMS

Definiamo *slotstreams* tutte quelle dirette live all'interno delle quali lo streamer intrattiene gli spettatori giocando d'azzardo su siti di gioco d'azzardo online, dai quali sono spesso pagati per pubblicizzarli.

Una delle tipologie di sito più streammato su Twitch è il cosiddetto *crypto casino*: essi consistono in piattaforme di giochi online dove si possono puntare criptovalute, come ad esempio i Bitcoin, per provare a vincere una ricompensa in euro, tentando la fortuna alla roulette, a poker, oppure a svariate slot o discipline.

Il fenomeno delle slotstreams ha iniziato a prendere piede tra gli streamers nel maggio del 2021, ma

il suo successo si è inizialmente fermato dopo solo pochi mesi: ad ottobre dello stesso anno, infatti, l'interesse per le Slot calò rapidamente a picco, complice il sovrapporsi di eventi molto importanti nel mondo dell'e-sport, come i Mondiali 2021 di League of Legends, i decimi Internazionali di Dota 2, nonché il rilascio di FIFA 22, che spostarono rapidamente su di sé le attenzioni del pubblico e dei creators.

Tuttavia, con l'avvento del 2022, la categoria Slots ha ripreso progressivamente sempre più visibilità, arrivando a registrare un record di 45 milioni di ore di visione nel mese di luglio, ed entrando nella classifica delle 10 categorie più guardate del mese per la terza volta consecutiva. C'è da dire che questo è potuto accadere poiché molti dei più influenti streamers su Twitch hanno cavalcato l'onda del momento, cominciando a streammare contenuti relativi al gioco d'azzardo con sempre più frequenza: tra tutti, merita sicuramente una menzione il noto xQc.

Félix "xQc" Lengyel è uno streamer canadese classe 1995, tra i più seguiti all'interno della piattaforma.

Questo ragazzo si è reso protagonista di un episodio a dir poco surreale: il 7 luglio 2022, mentre si trovava in diretta streaming, si è ritrovato a perdere circa 170.000 dollari giocando a dei casinò crypto in soli 2 minuti.

Il fatto veramente sconcertante dietro a tutta questa vicenda non è tanto l'importo di denaro perso, quanto piuttosto la serenità con cui lo streamer ha raccontato l'evento.

Egli ha successivamente ammesso che il suo sponsor era riuscito a ricavare circa 119 milioni di dollari grazie all'aiuto degli spettatori che cominciavano a giocare utilizzando il codice promozionale dello streamer, e che questo gli avrebbe permesso di perdere tranquillamente più di 1 milione di dollari ogni mese.

La grande problematica dietro questo fenomeno è sostanzialmente la devozione che molti spettatori hanno nei confronti del loro streamer preferito, che li porta spesso a seguire il suo esempio e quindi a giocare d'azzardo a loro volta.

Twitch ha tentato di tutelare i propri utenti dal desiderio di registrarsi in casinò online, proibendo ai creators di condividere codici promozionali con i propri spettatori.

Questo provvedimento non ferma però gli streamers dal pubblicizzare questo tipo di contenuti, in quanto essi possono facilmente condividere i link proibiti attraverso i loro social networks, sui quali Twitch non esercita alcun potere.

Per questo motivo, la piattaforma ha deciso di bandire la trasmissione di contenuti relativi al gioco d'azzardo dal 18 ottobre 2022: scelta tutt'oggi molto discussa, in quanto la punizione è stata limitata solo ad una parte dei contenuti (slots, roulette, dadi), mentre altri, ugualmente dannosi, possono essere ancora streammati (scommesse sportive, poker).

3.3 CORRELAZIONE TRA SLOTSTREAMS E GIOCO D'AZZARDO: UNO STUDIO

Alla luce dei due fenomeni precedentemente analizzati, verrà presentato in questo paragrafo uno studio di Mirko Casu e Cecilia Belfiore, ricercatori della Scuola di Psicologia dell'Università degli studi di Catania, pubblicato a fine novembre 2022.

Lo scopo principale della loro indagine era verificare se e soprattutto in che modo assistere a contenuti legati al gioco d'azzardo potesse motivare e spingere le persone a fare esperienza diretta di quel mondo a loro volta.

Metodi e Materiali: a cominciare da luglio 2022, fino a novembre 2022, Casu e Belfiore di sono occupati di ricercare i database relativi a LexisNexis Academic, Business Source Complete, PubMed, Web of Science, Freedom Collection, Health & Medical Collection, Elsevier Journal, Springer, APA PsycARTICLES, Wiley, ed altre riviste scientifiche singole, selezionate tramite diverse piste di ricerca: (Twitch) O (live streaming) E (gioco d'azzardo) O (slot) O (casinò); (meccanismi psicologici) E (gioco d'azzardo) O (gioco d'azzardo online); (lavorare come modelli) E (lavorare come influencers sui social media); (condizionare) E (celebrità) O (influencers sui social media).

Il lavoro di ricerca elettronica è stato integrato con un lavoro di ricerca manuale, svolto sulla lista delle referenze presenti negli articoli considerati, con lo scopo di identificare altre possibili fonti di dati.

I criteri a cui è stato fatto riferimento nella scelta degli articoli sono i seguenti:

- 1) sono stati inclusi tutti quegli studi e tutte quelle revisioni pubblicate ed indicate in LexisNexis Academic, Business Source Complete, PubMed, Web of Science, Freedom Collection, Health & Medical Collection, Elsevier Journal, Springer, APA PsycARTICLES, Wiley, e in altre riviste scientifiche singole.
- 2) studi relativi a Twitch.tv, gioco d'azzardo online, disturbo da gioco d'azzardo, casinò online, slots online, celebrità, lavorare come modelli e come influencers sui social media.

Risultati

Parlando di disturbo da gioco d'azzardo, è stato osservato come questo possa influire sulla personalità degli individui che ne soffrono, portandoli a sviluppare dei tratti caratteristici. Secondo gli studi di Bergler (1957), uno dei pionieri della ricerca su questo tipo di disturbo, il giocatore d'azzardo compulsivo presentava tratti di "masochismo psichico", che portavano l'individuo a provare quasi piacere nella perdita, e quindi lo spingevano letteralmente a "giocare per perdere".

Dell e colleghi (1981) hanno invece rilevato la presenza di alcuni tratti di personalità associati al rischio di sviluppare questo disturbo. Hanno utilizzato il Millon Multiaxial Clinical Inventory (MMCI) (Millon, 1977) con lo scopo di determinare tali tratti, in modo da stabilire sia il grado che il tipo di patologia che ci si trovava ad affrontare.

Tra i vari tratti di personalità analizzati, è stato rilevato che i comportamenti manipolatori ed approfittatori, frequenti durante l'attività di gioco, sono parte integrante dei caratteri di individui disturbati a prescindere dal fatto che fossero dipendenti, poiché presenti anche una volta che l'attività cessava. È inoltre emerso come i giocatori d'azzardo compulsivi fossero meno conformisti e molto più impulsivi dell'individuo medio: questo spiegherebbe i frequenti problemi relazionali, in famiglia e sul lavoro che queste persone attraversano nella la maggior parte dei casi.

Un altro disturbo incluso nei criteri di scelta è la dipendenza da giochi online (IGD), descritto come un “persistente e ricorrente uso di Internet per avere accesso a giochi, spesso in collaborazione con altri giocatori, in grado di portare la persona a distress clinicamente significativo, come indicato da 5 (o più) dei seguenti criteri in un periodo di 12 mesi”, dove i criteri diagnostici rispecchiavano piuttosto fedelmente quelli relativi a soggetti dipendenti da sostanze, come ad esempio “preoccupazione nei confronti di giochi su Internet”, “sintomi di ritiro ed isolamento nel momento in cui Internet viene portato loro via” oppure “perdita d'interesse in hobby precedenti ed esclusivo intrattenimento solo in presenza di giochi su Internet”.

Il disturbo da gioco d'azzardo ed il disturbo da gioco d'azzardo su Internet sono stati correlati ed analizzati più volte a causa delle loro somiglianze: è stato determinato che soggetti affetti da IGD mostrano livelli maggiori di impulsività, mentre individui con GD tendono a mostrare maggiori livelli di comportamenti compulsivi (Choi et al., 2014).

Quando dei comportamenti legati al gioco d'azzardo vengono implementati online o tramite videogiochi, si parla di disturbo da gioco d'azzardo online (OGD), ed è stata rilevata una correlazione positiva tra l'acquisto di scatole premio nei videogiochi, dei sistemi di ricompensa presenti all'interno dei giochi, che possono essere acquistate continuamente tramite soldi reali e che offrono ai giocatori dei potenziamenti virtuali distribuiti in maniera casuale, e l'IGD o OGD (King et al., 2018), (Gonzalès-Cabrera et al., 2022).

Questo subdolo sistema è tipico dei cosiddetti giochi “free-to-play”, giochi di cui è possibile usufruire gratuitamente, ma che spesso celano una natura “pay-to-win”: presentano un negozio, dove vengono offerti potenziamenti che rendono molto più semplice l'esperienza di gioco di chi li acquista, quasi penalizzando in maniera indiretta i giocatori che non ne fanno uso. Il fatto che queste ricompense si possano acquistare potenzialmente in quantità infinita è ciò che porta la compulsione nei comportamenti degli individui che ne fanno uso.

Questo sistema ricorda quello delle classiche slot machines, in quanto non viene richiesto nessun tipo di abilità al giocatore, e l'esito dell'acquisto è casuale. Infine, è stato determinato che il rischio di incorrere nel disturbo da gioco d'azzardo aumenta in maniera direttamente proporzionale alla quantità di microtransazioni effettuate nei videogiochi (Raneri et al., 2022).

Il focus della ricerca si è poi spostato sulla piattaforma d'indagine, ovvero Twitch.tv.

I dati collocano la grande maggioranza degli utenti di questo sito in una fascia d'età compresa tra i 16 e i 24 anni, di cui tra il 65% ed il 78% sono maschi, come osservato da Cabeza-Ramirez et al. (2021), i quali hanno individuato nei ragazzi la categoria che usufruisce più frequentemente di videogiochi e piattaforme di live streaming.

Le motivazioni principali che spingono le persone su questi siti sono principalmente ricerca di intrattenimento, imparare nuove strategie o tecniche di gioco e seguire semplicemente un determinato streamer (Gros et al. 2017)

È importante considerare che molte volte i vari streamer, grazie alla loro visibilità, hanno accesso a contenuti esclusivi o in anteprima, che la maggior parte delle persone non è in grado di permettersi: è chiaro che se una persona ha intenzione di acquistare un gioco non lo farà a scatola chiusa, avendo a portata di mano la possibilità di testare visivamente il prodotto.

Un aspetto di Twitch fondamentale da evidenziare è quello relativo ai creators che lavorano sulla piattaforma.

Prima di tutto, i contenuti che vengono trasmessi sono decisi ed approvati da un piccolo gruppo di potenti piattaforme digitali: tra queste sono incluse alcune delle più influenti potenze mondiali sul web, come Google, Apple, Facebook e Amazon.

Queste aziende non gestiscono solamente la parte economica, tramite i contratti con i creators, le varie politiche commerciali, ma sono in grado di controllare anche le azioni degli utenti stessi. Nel caso di Twitch, ad esempio, ciò che viene governato è la modalità di interazione pubblico-creator.

Con l'avvento dei nuovi social media si è trasformato anche il modo di approcciarsi degli utenti nei confronti dei personaggi pubblici: la possibilità d'interazione è diventata via via sempre più ampia, arrivando persino ad essere in grado di scrivere direttamente a questi influencers, creando una concezione inconscia nel pubblico di essere quasi "amici" dei propri idoli, non più semplici spettatori o seguaci (Chung et al., 2017); si parla in questi casi di "relazioni parasociali".

Questo concetto è stato inizialmente associato alle celebrità più influenti del pianeta: si parla ad esempio di attori di Hollywood, cantanti di fama mondiale, più recentemente di influencers con profili da milioni di seguaci ed interazioni;

tuttavia, seppur a livello sicuramente inferiore ed amatoriale, anche gli streamers possono essere considerati vere e proprie celebrità: grazie al loro carisma, ai contenuti che portano, sono riusciti ad acquisire una certa popolarità, che li pone in una posizione di potere sociale.

La fama, in qualunque grado essa arrivi, porta con sé grandi responsabilità: molte persone si fanno condizionare da ciò che vedono sui social media, dai comportamenti che persone virali mettono in atto, probabilmente perché inconsciamente pensano che emulandoli potranno ottenere gli stessi risultati: non è un caso che molte aziende paghino influencers per diventare la propria immagine sul mercato, oppure che sfruttino la grande visibilità dei loro profili per pubblicizzare i propri prodotti. Il modello che spiega al meglio la dinamica relativa al processo di condizionamento è il modello dell'influenza strutturale di Scheer e Stern (1992).

Secondo questo modello, esistono 4 stadi principali del processo d'influenza: a) l'influencer prova ad influenzare; b) risposta attitudinale dei target; c) i target desiderano soddisfare l'influencer; d) risposta comportamentale dei target.

Alcune ricerche condotte sull'apprendimento associativo (Shimp, 1991) hanno mostrato che l'influenza positiva che gli influencers esercitano sul loro seguito è generata prima di tutto a livello personale, partendo dall'attrazione fisica e dalla simpatia che provano nei loro confronti.

Il modello di Scheer e Stern non specifica il ruolo che le caratteristiche del pubblico possono giocare nel modificare il livello di condizionamento esercitato dai contenuti presentati.

Nonostante ciò, è inevitabile che individui più giovani siano decisamente meno in grado di gestire l'influenza subita, in quanto la loro poca esperienza non gli consente di avere i mezzi adatti; questo vale soprattutto in un contesto come quello di Twitch, considerando la grande percentuale di utenti adolescenti (o preadolescenti) presente all'interno delle varie communities.

Questo è da tenere in considerazione ancora di più quando si parla di contenuti come quelli presentati nelle slotstreams: i ragazzi in questa fascia d'età, infatti, sono quelli che rischiano maggiormente di sviluppare o incrementare comportamenti relativi al gioco d'azzardo online, sia moderati che di tipo patologico (Gainsbury et al., 2013).

Inoltre bisogna tenere conto dell'associazione presente tra gioco d'azzardo online e disturbi psicopatologici come il disturbo bipolare, che presenta a sua volta un'associazione con individui di giovane età (Jacob et al., 2020).

Anche soggetti fragili, che soffrono ad esempio di depressione o di disturbi dell'ansia, devono essere tutelati dalla potente influenza che scaturisce dalla visione di queste dirette.

Come mostrano i dati, dopo la recente pandemia legata al COVID-19 l'incidenza di questi disturbi sta aumentando nei ragazzi adolescenti, specialmente di sesso maschile (Bartone et al., 2022).

Poiché la maggior parte degli spettatori di questa categoria sono maschi, ne consegue che essi siano

statisticamente più inclini a cominciare a giocare d'azzardo, soprattutto se soffrono di disturbi depressivi o dell'umore: è probabile infatti che questi individui provino a migliorare il loro stato d'animo giocando (Lloyd, 2010), arrivando a vedere un'eventuale vincita come stabile (se non unica) fonte di felicità.

Un ultimo elemento particolarmente rilevante in questa analisi riguarda il modo in cui il messaggio viene comunicato allo spettatore.

È di cruciale importanza che lo streamer diventi egli stesso il primo consumatore del prodotto che sta sponsorizzando, per far sì che i propri seguaci siano invogliati a farne uso a loro volta.

Un esempio classico di questo riguarda LevUp, uno dei più popolari Gaming Booster livello europeo. Si tratta di una bevanda contenente caffeina, progettata appositamente per i gamer professionisti, la cui principale caratteristica è quella di aumentare i riflessi e la concentrazione.

Una cospicua fetta di streamer ne è partner, per lo meno a livello italiano: sono all'ordine del giorno scene dove lo streamer utilizza questo prodotto come bevanda durante le sue dirette, per poi attribuire la buona riuscita delle sue giocate alle proprietà della bevanda, in modo da invogliare i suoi seguaci a provarla, fornendo anche codici sconto personalizzati per l'acquisto.

Un discorso analogo si potrebbe fare per le slotstreams: anche qui infatti lo streamer si mostra in prima persona nell'attività di gioco d'azzardo, mettendo sul tavolo i propri soldi, vincendone ma anche perdendone grosse quantità.

Conclusioni

Alla luce dei risultati trovati sono state evidenziate molte problematiche. Comprendendo la natura del disturbo da gioco d'azzardo in quanto dipendenza comportamentale, la sua correlazione con alcune componenti di personalità e la sua incidenza sulla popolazione, l'ipotesi formulata dagli sperimentatori è che esiste una relazione tra alcune variabili ed il rischio di sviluppare un disturbo da gioco d'azzardo patologico se posti nel contesto delle slotstreams su Twitch.

Per avere un quadro più accurato della situazione, gli sperimentatori hanno confrontato le caratteristiche del disturbo da gioco d'azzardo con quelle del disturbo da gioco d'azzardo online (OGD) e con quelle della dipendenza da giochi online (IGD); hanno inoltre condotto un'analisi sugli utenti che popolano maggiormente la piattaforma.

Infine hanno considerato le due variabili che più riescono a collegare l'argomento del gioco d'azzardo come dipendenza comportamentale e il gioco d'azzardo come comportamento di consumo: l'influenza che le figure degli streamer e delle celebrità in generale hanno sui propri seguaci e l'uso di uno stile di comunicazione persuasivo come strategia di marketing.

Le ipotesi di partenza prevedevano una correlazione positiva tra la visione continua di slotstreams,

sintomi psicologici problematici e maggiore inclinazione verso il gioco d'azzardo.

In particolare, si guardava con un occhio di riguardo ai giovani adolescenti, soprattutto quelli con più bassi livelli di autostima e con un quadro clinico tendente alla depressione, molto più fragili e facilmente influenzabili da questo tipo di contenuti; si pensava come essi potessero arrivare con più probabilità ad emulare i comportamenti a cui assistevano all'interno delle dirette, per ricercare di ottenere una vittoria senza fatica, che avrebbe dato loro gratificazione e che avrebbe alleviato i loro problemi della vita di tutti i giorni.

Un'altra ipotesi riguarda quella categoria di persone che assistono alle slotstreams, ma che non sviluppano sintomi psicologici problematici: la previsione è che questi soggetti siano vulnerabili al disturbo da gioco d'azzardo a causa della loro tendenza ad emulare, ma con risultati ben più variabili rispetto a quelli del gruppo menzionato precedentemente, e con meno propensione a sviluppare un comportamento patologico.

L'ultima ipotesi riguarda invece quel manipolo di persone che non prende parte a questo tipo di dirette: gli sperimentatori hanno ipotizzato una correlazione positiva tra i membri di questo gruppo che mostrano sintomi psicologici problematici e l'avvento di comportamenti relativi al disturbo da gioco d'azzardo, ma senza una correlazione con le slotstreams i ricercatori credono che le probabilità siano molto più basse di quelle del primo gruppo.

La formulazione di questo studio presenta certamente dei limiti.

Prima di tutto, l'ipotesi di partenza è condotta e strutturata rispetto ad un fenomeno corrente, contestualizzato sul web e di conseguenza scarso di fonti verificate, nonostante il materiale online sia estremamente ampio.

Inoltre, si tratta di un'ipotesi probabilistica e correlazionale, che richiederebbe una ricerca sia qualitativa che quantitativa, ad esempio utilizzando questionari strutturati basati su misure scientificamente valide, che considerino come campione gli spettatori di Twitch.

La conclusione finale degli sperimentatori è che esista una correlazione positiva tra la visione di contenuti relativi alle slotstreams e la probabilità di sviluppare comportamenti legati al gioco d'azzardo, sia patologici che non.

È di vitale importanza che gli utenti più giovani della piattaforma vengano tutelati da questo tipo di contenuti, possibilmente impedendo loro ogni tipo di contatto con queste dirette: questo è probabilmente il metodo preventivo più potente, data la facilità e la frequenza con cui giovani adolescenti rischiano di cadere in questo tipo di dipendenza.

CONCLUSIONI

Lo streaming è senza dubbio un argomento novizio nell'ambito della ricerca scientifica: basti pensare che l'avvento di questa pratica risale a non più di una decade fa, e che solo in questi anni stia cominciando a riscontrare successo e considerazione da parte delle persone.

Nonostante ciò, il materiale a disposizione è estremamente ampio, e questo è dovuto all'estrema versatilità che caratterizza questo oggetto di ricerca.

In questo breve lavoro sono stati affrontati 3 ambiti in cui lo streaming è protagonista, dove è in grado di aiutare oppure influenzare le persone in maniera negativa, dimostrando quanto possa essere sia un mezzo di intervento potente, ma anche un'arma a doppio taglio se utilizzato nella maniera errata.

Nel primo capitolo è stato dimostrato, grazie al supporto di due studi di Frommel et al. (2021), come lo streaming possa essere un valido ed innovativo strumento d'intervento nella terapia contro i disturbi d'ansia sociale.

Gli sperimentatori, partendo dal concetto che la natura di tali disturbi fosse legata alla presenza di persone in un certo contesto, sono riusciti a verificare come anche solo l'idea della presenza di queste persone potesse far scaturire risposte fobiche in soggetti disturbati, sebbene con un grado minore.

Alla luce di questo risultato, l'importante conclusione da trarre è che porre pazienti che soffrono di fobia sociale in un contesto dove sono chiamati a svolgere delle attività virtuali di fronte ad un pubblico di spettatori può davvero essere un metodo innovativo ed alternativo per aiutarli a gestire le proprie reazioni.

Sarebbero infatti posti in un ambiente controllato, sicuro, dove potrebbero semplicemente scollegarsi in caso la tensione percepita fosse troppo grave da sostenere; inoltre, non avere le persone fisicamente davanti, ma sotto forma di chat, permette al paziente di essere esposto più gradualmente alle relazioni con altri individui, in modo da gestire meglio la pressione ma anche di "allenarsi" all'interazione che tanto lo spaventa prima di farne esperienza in maniera più tangibile.

Il secondo capitolo ha affrontato il delicato tema della salute mentale degli streamers, figure che dal punto di vista lavorativo sono estremamente poco considerate e tutelate, rispetto al servizio di prima linea che offrono agli utenti.

In particolare si è parlato di come, durante il periodo pandemico legato al COVID-19 (2020-2021), gli streamers si siano ritrovati in una posizione piuttosto scomoda: considerati come una sorta di terapeuti dai loro seguaci, si vedevano divisi tra il desiderio di aiutare le persone che li avevano sempre supportati, spesso frustrandosi per la propria mancanza di competenze effettive, e tra

l'urgenza di gestire il proprio benessere psicologico, i propri problemi legati a quel periodo.

Grazie al loro impegno, sono riusciti a mantenere unite intere communities, in un momento in cui "distanziamento" era il termine all'ordine del giorno: ci sono riusciti tramite la creazione di eventi virtuali, organizzando dirette con professionisti che si occupavano di salute mentale, e rendendosi sempre disponibili nei confronti di chi chiedeva un aiuto, indirizzandoli su siti ed hotlines di sostegno qualificate.

D'altro canto, è di fondamentale importanza che gli enti e le organizzazioni qualificate aiutino queste figure nel loro operato, alleviando dalle loro spalle una parte del peso che hanno dovuto portare, a causa delle continue pressioni e situazioni stressanti.

Nel terzo capitolo è stato infine presentato il disturbo da gioco d'azzardo, mostrando come la sua correlazione con la visione di streamers fosse positiva.

Questo è il classico esempio di quanto possa essere potente l'influenza che deriva dalle dirette sugli utenti che assistono, specialmente se non tutelati e fragili: si parla infatti di ragazzi appena adolescenti, la cui tendenza ad emulare ciò che i propri idoli fanno è altissima.

Il problema risiede sostanzialmente nel sistema: in una piattaforma che bandisce tutti i contenuti relativi al gioco d'azzardo, ma lasciando la possibilità di trasmettere poker online e scommesse sportive, e nei creators, che utilizzano metodi di comunicazione persuasivi per pubblicizzare questi siti e lucrare sulle attività dei propri seguaci.

Sarebbe quindi corretto adottare delle misure ben più restrittive per tutelare gli utenti più giovani da questo tipo di dipendenza, ad esempio ponendo un limite d'età per accedere alla diretta, collegato al proprio documento d'identità (sistema già adottato in altri Paesi del mondo, come la Corea del Sud).

Come già accennato precedentemente, questa è solo una infinitesima parte di quello che la ricerca riguardo lo streaming può offrire.

Con questo piccolo contributo si è cercato di ampliare la conoscenza riguardo ad alcuni argomenti, con la consapevolezza che molto altro di utile possa essere scoperto, specialmente a livello terapeutico, dove il connubio tra innovazione e tecnologia è solito portare risultati sorprendenti.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Hilvert-Bruce, Z. (2018). Social motivations of live-streaming viewer engagement on Twitch. *Computers in Human Behavior*, 84, 58-67.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.013>.

Sanavio, E., Cornoldi, C. (2017). Disturbi d'ansia, disturbi correlati a eventi traumatici e disturbi dello spettro ossessivo. In *Psicologia clinica* (pp. 187-190). Bologna: Il Mulino

Aderka, I. (2012). Admixture analysis of the diagnostic subtypes of social anxiety disorder: Implications for the DSM-V. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 43, 752-757
<https://doi.org/10.1016/j.btep.2011.10.012>

Frommel, J., Dechant, M., Mandryk, R. (2021). The Potential of Game Streaming as Exposure Therapy for Social Anxiety, *Chi Play*, 258. <https://doi.org/10.1145/3474685>
Retrieved from <https://harvest.usask.ca/>

Tondello, G. (2019). "I don't fit into a single type": a Trait Model and Scale of Game Playing Preferences. *17th IFIP TC.13 International Conference on Human-Computer Interaction*. Retrieved from: <https://www.gamefulbits.com/wp-content/uploads/2019/06/2019-A-Trait-Model-and-Scale-of-Game-Playing-Preferences.pdf>
on June 30th 2023

Scerbakov, A., Pirker, J., Kappe, F. (2022). When a Pandemic Enters the Game: The Initial and Prolonged Impact of the COVID-19 Pandemic on Live-Stream Broadcasters on Twitch. *55Th Hawaii International Conference on System Sciences*.

Aguilar Rodriguez, J., Alvarez Igarzabal, F., Debus, M., Maughan, C., Song, S., Vozaru, M., Zimmermann, F. (2022). Streamer Mental Health. In *Mental Health | Atmospheres | Video Games: New Directions in Game Research II* (pp. 105-115). Transcript Verlag

Dunlap, K., Shanley, M., Wagner, J. (2022). "Mental Health Live: An Ethnographic Study on the Mental Health of Twitch Streamers During COVID." In Brewer, A., Ruberg, B., Persaud, C., Cullen, E., *Live Streaming Culture*. MIT Press.

Dunlap, K., Shanley, M., Wagner, J. (2021). *Research Report: Mental Health of Streamers During COVID-19*. PAX Online. * https://www.youtube.com/watch?v=DE4P1wqCyV4&ab_channel=Mxiety.

Lin, Z. (2021). The psychology behind video games during COVID-19 pandemic: A case study of Animal Crossing: New Horizons. In *Special Issue: Special Issue on COVID-19 and Human Behavior with Emerging Technologies* (pp 157-159), 3. <https://doi.org/10.1002/hbe2.221>.

Take This (2023). Retrieved from: <https://www.takethis.org/>
on July 29th 2023

Twitch Cares (2023). Retrieved from: https://help.twitch.tv/s/article/twitch-cares-mental-health-support-information?language=en_US
on July 29th 2023

- Gandhi, R. (2021). An Exploration of Mental Health Discussions in Live Streaming Gaming Communities. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.575653>
- Casu, M., Belfiore, C. (2022). The “Slotstreams” Phenomenon on Twitch.Tv: Can it lead to Online Gambling?. *Preprints*. <https://doi.org/10.20944/preprints202211.0547.v1>
- Markov, R. (2022). Streamers lose millions, but earn even more – how big is gambling on Twitch?. Retrieved from: <https://streamscharts.com/news/popularity-of-gambling-twitch>
- Ferrara, P. (2018). Gambling disorder in adolescents: what do we know about this social problem and its consequences?. *Italian Journal of Pediatrics*. <https://doi.org/10.1186/s13052-018-0592-8>
- American Psychiatric Association (2013), *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi Mentali*, Quinta edizione (DSM-5), trad. it. Raffaello Cortina, Milano 2014. *
- Yau, Y., Potenza, M. (2015). Gambling Disorder and Other Behavioral Addictions: Recognition and Treatment. *Harv Rev Psychiatry*, 23(2), 134-146. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000051>
Retrieved from National Library of Medicine:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4458066/>
- BBC (2022). “Twitch announces slots and roulette gambling ban”. Retrieved from: <https://www.bbc.com/news/technology-62982509>
on August 2nd 2023
- Wikipedia (2023). “xQc”. Retrieved from: <https://en.wikipedia.org/wiki/XQc>
on August 2nd 2023
- Bergler, E. (1957). *The Psychology of Gambling*. Hill and Wang. *
- Dell, L., Ruzicka, M., Palisi, A. (1981). Personality and Other Factors Associated with the Gambling Addiction. *International Journal of Mental Health Addiction*, 16, 149-156.
<https://doi.org/10.3109/10826088109038817>
- Choi, S., Kim, H., Kim, G., Jeon, Y., Park, S., Lee, J., Jung, H., Sohn, B., Choi, J., Kim, D. (2014). Similarities and Differences among Internet Gaming Disorder, Gambling Disorder and Alcohol Use Disorder: A Focus on Impulsivity and Compulsivity. *Journal of Behavioral Addictions*, 3, 246-253.
<https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.4.6>.
- King, D., Delfabbro, P. (2018). Predatory Monetization Schemes in Video Games (e.g. “Loot Boxes”) and Internet Gaming Disorder. *Addiction*, 113, 1967-1969.
<https://doi.org/10.1111/add.14286>.
- Gonzalez-Cabrera, J., Basterra-González, A., Montiel, I., Calvete, E., Pontes, H., Machimbarrena, J. (2022). Loot Boxes in Spanish Adolescents and Young Adults: Relationship with Internet Gaming Disorder and Online Gambling Disorder. *Computers in Human Behavior*, 126, 107012.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107012>.

Raneri, P., Montag, C., Rozgonjuk, D., Satel, J., Pontes, H. (2022). The Role of Microtransactions in Internet Gaming Disorder and Gambling Disorder: A Preregistered Systematic Review. *Addictive Behaviors Reports*, 15, 100415.
<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100415>.

Cabeza-Ramírez, L., Muñoz-Fernández, G., Santos-Roldán, L. (2021). Video Game Streaming in Young People and Teenagers: Up-take, User Groups, Dangers, and Opportunities. *Healthcare*, 9, 192.
<https://doi.org/10.3390/healthcare9020192>.

Gros, D., Wanner, B., Hackenholt, A., Zawadzki, P., Knautz, K. (2017). World of Streaming. Motivation and Gratification on Twitch. In Meiselwitz, G., Ed. *Social Computing and Social Media. Human Behavior*. Springer International Publishing: Cham, 10282, 44-57. *

Chung, S., Cho, H. (2017). Fostering Parasocial Relationships with Celebrities on Social Media: Implications for Celebrity Endorsement: CELEBRITY PARASOCIAL RELATIONSHIPS ON SOCIAL MEDIA. *Psychology and Marketing*, 34, 481-495.
<https://doi.org/10.1002/mar.21001>

Scheer, L., Stern, L.(1992). The Effect of Influence Type and Performance Outcomes on Attitude toward the Influencer. *Journal of Marketing Research*, 29, 128.
<https://doi.org/10.2307/3172498>.

Shimp, T., Stuart, E., Engle, R. (1991). A Program of Classical Conditioning Experiments Testing Variations in the Conditioned Stimulus and Context. *Journal of Consumer Research*, 18, 1.
<https://doi.org/10.1086/209236>

Gainsbury, S., Russell, A., Hing, N., Wood, R., Blaszczynski, A. (2013). The Impact of Internet Gambling on Gambling Problems: A Comparison of Moderate-Risk and Problem Internet and Non-Internet Gamblers. *Psychology of Addictive Behaviors*, 27, 1092–1101.
<https://doi.org/10.1037/a0031475>.

Jacob, L., Bohlken, J., Kostev, K. (2020). Incidence of and Factors Associated with Manic Episodes and Bipolar Disorder in the Decade Following Depression Onset in Germany. *Journal of Affective Disorders*, 266, 534–539.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.02.004>.

Bartone, P., McDonald, K., Hansma, B., Solomon, J. (2022). Hardiness Moderates the Effects of COVID-19 Stress on Anxiety and Depression. *Journal of Affective Disorders*, 317, 236-244.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.08.045>.

Lloyd, J., Doll, H., Hawton, K., Dutton, W., Geddes, J., Goodwin, G., Rogers, R. (2010). How Psychological Symptoms Relate to Different Motivations for Gambling: An Online Study of Internet Gamblers. *Biological Psychiatry*, 68, 733-740.
<https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2010.03.038>.

*opera non consultata direttamente.