



Good Morning Tv social magazine

Un social magazine ricco
di approfondimenti, consigli
e news

17 maggio 2017

"BLUE WHALE" NON È "MOBY DICK". LA BALENA AZZURRA TRA MITO E REALTÀ



PERCHÈ SI CHIAMA "BLUE WHALE" E CHE "GIOCO" È

Da alcuni mesi è arrivato anche in Italia una **nuova "challenge" estrema online** dal nome suggestivo di "Blue Whale". Challenge in senso di "sfida" e non di "gara".

Il nome di "balena azzurra" sarebbe stato scelto facendo riferimento al comportamento delle balenottere azzurre che, ad un certo punto della loro vita, senza apparente motivo, si spiaggiano e muoiono.

I biologi marini ritengono che questo tipo di morte accada alle balene che hanno perduto l'orientamento e per questo non riescono a tornare nel gruppo arenandosi in fondali troppo bassi per permettere loro l'inversione di rotta e riprendere il largo.

Questo sarebbe ciò che gli inventori della "challenge", **sfida in 50 "prove" di gradiente sempre maggiore**, desidererebbero accadesse o che il gioco sia pensato per attrarre, ancora il dibattito è aperto, a quegli adolescenti che sebbene abbiano tutta la vita davanti come voi, si sentono lontani, diversi, isolati.

Adolescenti metaforicamente facili allo "spiaggiamento" che, riferito alla mente può essere la "morte psichica", che a volte avviene prima di quella fisica o anche senza di essa.

"Blue Whale" ha avuto **diffusione tra adolescenti e preadolescenti**, incuriosendo anche ragazzini tra gli 11 e i 12 anni, con conseguenze potenzialmente più dannose che per gli adolescenti.

Il **fenomeno ben conosciuto dalla Polizia Postale** poiché al di là di facili allarmismi che portano ad altrettanto facili semplificazioni, ha una sua quota di pericolosità in quanto basato su una "manipolazione psicologica della vittima", volontaria da parte dei gestori della "sfida" e dei collaboratori che hanno in tutto il mondo.

"Challenge" che sfrutta la fragilità psicologica dei preadolescenti perché ancora piccoli e non dotati di un sistema di difesa sufficientemente efficace come invece negli adolescenti soprattutto nella fascia 16-18 anni.

La manipolazione si basa sulla fragilità psicologica dei ragazzi, che vengono attratti nel gioco attraverso delle sfide che partono da un bassissimo gradiente di difficoltà fino al "cutting" (ferirsi con oggetti taglienti o appuntiti) e alle auto-mutilazioni ed in alcuni casi purtroppo al suicidio "eclatante", spettacolarizzato, fotografato, ripreso e messo in rete.

L'elemento mediatico è che tutti i vari atti previsti dal gioco è che vengano fotografati o ripresi e messi "on line".

Attualmente il gioco è giudicato dagli esperti in ancora in una dimensione più virtuale che reale, ma in adolescenti depressi, soli, isolati, psicologicamente fragili, può avere delle conseguenze altamente negative.

SU CHE COSA SI BASA LA PRESA DI QUESTO GIOCO

Tutte le **sfide (challenge) di per sé attraggono gli adolescenti** poiché fa parte dell'adolescenza mettersi in gioco, misurarsi con se stessi e con gli altri, sfidare e sfidarsi nel tentativo evolutivo di superare gli aspetti propri dell'infanzia per attraversare nell'adolescenza delle **fasi maturative** che permetteranno di approdare infine all'età adulta.

La vita degli adolescenti è tutta improntata alle sfide, nella maggior parte dei casi assolutamente positive, costruttive, necessarie.

Anche questa confida nella **curiosità e desiderio di cimentarsi naturale nei ragazzi**.

CHE COSA RENDE "BLUE WHALE" POTENZIALMENTE DANNOSO

Il "Blue Whale" ha di per sé **un aspetto nocivo**, che non va sottovalutato, costituito da una sua specificità, la sfida di **alzarsi quotidianamente alle 4:20 interrompendo così il sonno**.

Nel corso delle settimane se il risveglio forzato, protratto nel tempo, può alterare il ritmo sonno-veglia. Questa alterazione dei ritmi biologici dell'organismo e della mente, procurano **stanchezza fisica e mentale, distraibilità e dei problemi di attenzione e concentrazione**, maggiore manipolabilità.

Il fatto di alzarsi alle 4:20 di notte, ripetutamente, non è un elemento secondario poiché di per sé è in grado di danneggiare la salute psichica e fisica gli adolescenti portandoli ad alterazione di tutti i ritmi e le consuetudini della loro giornata.

Con il passare delle settimane, se l'adolescente ha di per sé una sua difficoltà a dormire poiché **depresso o ansioso, o comincia a sviluppare anche dei disturbi fisici** e se è tentato dal il gioco potrebbe accettare di aumentare il gradiente di difficoltà.

Alcuni di questi gradienti come il "cutting" o le mutilazioni o giochi pericolosi, sono già di per sé indice di una perdita di contatto con la realtà ed un tentativo di recuperarlo attraverso il corpo, per questo la sfida viene accettata.

Quando **si crea una "dissociazione"**, per un disturbo depressivo, per un disturbo di personalità, per uno shock o un trauma, c'è anche una riduzione della sensibilità corporea, ferirsi nel corpo, tagliarsi, incidersi, etc, procura una sorta di illusione vitalità, come un sentirsi vivi, vitali, presenti a se stessi, "risvegliati" dalla sensazione dolorosa.

Questi **atteggiamenti autolesivi non producono però nessun beneficio psicologico** e inducono alla ripetizione se l'adolescente non viene aiutato.

CHE SIGNIFICA QUANDO SI MANIFESTANO IL "CUTTING" O ALTRI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO

Questi comportamenti sono **espressione di un disagio psicologico già in atto** che può essere precedente all'inizio del gioco o slatentizzato dal gioco stesso. E' anche ipotizzabile in alcuni casi provocato dal perdurare della perdita di sonno e dal gioco stesso.

Non è da sottovalutare anche **l'effetto eccitatorio su base psichica e neurofisiologica**, dei giochi elettronici, soprattutto se usati di notte, che mantengono l'adolescente in uno **stato di veglia "indotto"** che però non si accompagna a lucidità ma a confusione, agitazione psicofisica e a una perdita di contatto parziale o totale con la realtà che li porta a sentirsi come dei "supereroi", invulnerabili e invincibili.

Un **effetto psichedelico** in assenza di sostanze.

PERCHÈ IL SUICIDIO?

La paventata eventualità del suicidio potrebbe rientrare proprio in questa **perdita di contatto con la realtà**, non con il desiderio reale di togliersi la vita, tranne in quelle situazioni in cui vi sia un disturbo depressivo che è stato **aggravato dalla sregolatezza** indotta dal gioco e dalla carica persecutoria del gioco stesso.

È dubbio infatti se i casi di suicidio siano stati per completare il gioco o se alcuni adolescenti profondamente angosciati l'abbiano vista come l'unica possibilità di essere "liberati dal gioco" che gli aveva intrappolati e in cui erano rimasti imprigionati, carichi di angosce persecutorie e di compiti impossibili da svolgere poiché non esiste un punto di arrivo, ma il gradiente viene costantemente spostato con una sensazione soggettiva di malessere, angoscia, **persecutorietà connotata da un "fine pena mai"**.

Il gioco può assumere la forma di un vero e proprio "**stalking**", una "**persecuzione**", per i ragazzi che non riescono a sottrarsi.

COME PREVENIRE I POSSIBILI DISTURBI

È importante un **monitoraggio dei degli apparecchi elettronici** soprattutto nei preadolescenti, con gli adolescenti invece è importante **parlare e cercare di capire da che cosa sono attratti**, incanalare loro desiderio di sfida in "sfide costruttive" e che possono dare loro delle risposte reali e rispetto alla propria identità, al proprio valore, le proprie capacità.

L'insegnamento ad un corretto uso dei mezzi elettronici, spiegare quali sono i pericoli della rete, spiegare anche che dietro alcuni giochi ci sono degli adulti che volontariamente cercano di trarre un vantaggio, un guadagno e in taluni casi possono essere coscienti di creare un danno, che **il web non è un forma particolare del "paese incantato" o del mondo delle fiabe**, ma che dietro ogni gioco ed ogni sfida ci sono persone reali con intenzioni vari, da positive a negative.

I **preadolescenti** vanno senz'altro "protetti" anche in via preventiva **sfatando il "mito della balena blu" che certo non è "Moby Dick"!**

Gli **adolescenti** vanno protetti ma soprattutto **coinvolti e resi pienamente partecipi del processo di comprensione** di questo gioco come gli altri e di **distinzione tra reale ed immaginario**, tra negativo e positivo, tra giusto ingiusto, tra buono e cattivo, tra bene e male.

Attraverso l'integrazione di questi elementi potranno con il tempo di uscire anche da soli a comprendere i potenziali pericoli e loro stessi poterle **comunicare ai propri genitori e ai propri amici**.

I COMMENTI DEI RAGAZZI A PROPOSITO DEL "BLUE WHALE"

Tra gli adolescenti risposta più frequente è che **"i ragazzini che ci cadono devono essere veramente soli," "non devono avere nessuno con cui parlare"** e che **"devono avere effettivamente pochi amici"**.

La seconda osservazione è che **"forse erano malati già da prima"**, indice che anche gli adolescenti stessi hanno una loro capacità di osservazione e di discernimento rispetto ai propri comportamenti e a quelli dei propri compagni di scuola o amici.

Altri rimangono impressionati dal fatto che dei ragazzi vi abbiano partecipato, **"non solo per le prove ma il pensiero stesso di partecipare"**.

Altri che sono stati **"turbati dal pensiero che qualcuno ha passato 50 giorni osceni e poi si è buttato da un palazzo"**.

I più piccoli invece molto spesso chiedono **"che senso abbia questo gioco"** e **"perché ci sia qualcuno che sia spinto a farsi del male provocandosi dolore"**.

L'unico elemento allarmante nei più piccoli e che non comprendono quanto possa essere **dannoso giocare a "svegliarsi di nascosto di notte", mettendo la sveglia e eludendo l'attenzione dei genitori**, a questo proposito **l'educazione** non dovrebbe essere incentrata esclusivamente sul gioco, ma proprio **sulla salute in generale**, sull'importanza del dormire un numero adeguato di ore, **sull'importanza di fidarsi dei genitori e dei nonni, degli educatori**, ed avere con loro uno scambio e dei consigli.

E non ultimo che **la vita è un bene ed ha un grande valore**, che bisogna amarsi ed avere cura di se stessi, che è bello crescere affrontando delle sfide, delle **sfide "buone"** con accanto i propri genitori, gli amici, adulti e coetanei, gli insegnanti, i "coach", con cui crescere e **affrontare anche le difficoltà, con coraggio**, e diventare **"forti" attingendo dentro se stessi, scoprendo il proprio valore, "esaltando" le proprie personali qualità**.

Adelia Lucattini

Vai all'articolo:

<http://www.goodmorningtv.it/2017/05/17/il-gioco-del-suicidio-blue-whale-non-si-e-fermato-ma-ora-arriva-la-pink-whale/>