

**Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento**

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

**COMUNICATO n. 2553 del 13/10/2019**

## **Esports, lo psicologo Lucchetta: “Non favoriscono la violenza”**

**I top player italiani dei videogame a confronto. Una folla di appassionati (giovanissimi e non solo) ha accolto negli spazi delle gallerie di Piedicastello il campione nazionale Alessandro “Stermy” Avallone - leggenda degli esport italiani, testimonial della campagna #NotForEveryone dell'Inter -, il player italiano di punta nel panorama prima degli Fps e ora di Apex e Fortnite Thomas “Hal” Avallone e lo streamer (e pro player) italiano più popolare Giorgio “Pow3r” Calandrelli, intervenuto in diretta da Roma. Accanto a loro, era presente lo psicologo e mental trainer Mauro Lucchetta, pioniere della preparazione mentale negli esports. La tavola rotonda è stata moderata dal giornalista Simone “Akira” Trimarchi, che ha approfondito con le sue domande il fenomeno delle battle royale.**

È spettato allo psicologo Lucchetta parlare della preparazione dei giocatori di videogame: “Nello sport e negli esports la maggior parte delle attività di preparazione mentale è molto simile, anche se con i gamers è possibile lavorare a distanza”. Le attività principali riguardano tre aree: rilassamento, visualizzazione e linguaggio interno. È fondamentale orientare l'attenzione del cervello verso le azioni importanti da compiere all'interno del gioco, cercando di eliminare i “rumori di fondo” che impediscono di affrontare nel miglior modo possibile la partita”. Ma nello specifico, quale preparazione si affronta per giochi tattici e Fps Arena? “Per valorizzare le proprie qualità è importante in primis scegliere la tipologia di gioco che più ci piace. C'è chi ama il brivido di sfidare 100 avversari, e chi invece preferisce la partita contro una sola persona. Per tutti è fondamentale sviluppare la tolleranza alla sfortuna e, specialmente nelle battle royale, allenare mira e riflessi e costruire ad esempio in Fortnite gli elementi che servono a proteggersi dall'avversario. Infine, si devono allenare le dinamiche di team, a partire dal linguaggio e dalla quantità di informazioni da veicolare”. Lo psicologo ha puntualizzato come videogiochi come Fortnite non favoriscano aggressività e violenza: “Questo rischio non esiste, dato che la violenza non viene nemmeno raffigurata: non c'è sangue, ma si punta ad eliminare l'avversario con le armi in un contesto cartonesco che propone stimoli visivi colorati e divertenti. Va peraltro detto che non è un videogioco violento che rende aggressiva una persona. Si tratta di vere e proprie competizioni, al pari di quelle sportive”.

(ab)