

# Blue Whale: non chiamiamolo gioco!

---

Dalla rivista Tempo

Dura 50 giorni e ha regole ben precise. Una macabra escalation di cinquanta passi che va dall'incidersi una mano a lanciarsi nel vuoto dall'edificio più alto della propria città. E' il *Blue Whale*, il cosiddetto "gioco" della Balena Blu. Un crescendo di prove fisiche e psicologiche di carattere autolesionistico che sfocia poi nel gesto estremo: il suicidio. Un insensato vortice nel quale sono già caduti numerosi adolescenti.



Il fenomeno, ormai virale, è arrivato anche nel nostro Paese: si contano già una decina di casi, tra cui le ultime cronache di Ravenna, Pescara e di Sarno e, a quanto raccontano le Forze dell'Ordine, pare che anche a Carpi se ne sia verificato uno.

Lo psicologo e psicoterapeuta **Giuseppe Lavenia**, presidente dell'Associazione Nazionale Dipendenze Tecnologiche e Cyberbullismo, nonché docente a contratto di Psicologia dell'età evolutiva all'Università di Chieti, sgombra immediatamente il campo da ogni dubbio: "non parliamo della Balena Blu come di un gioco, perché così facendo, inconsapevolmente, lo si sostiene. Il Blue Whale non ha nulla di ludico, è piuttosto un modello manipolatorio gruppale. Si tratta cioè di un sistema di stimoli e tecniche teso a manipolare le vittime predestinate e a rendere omertosi e amplificatori gli spettatori coetanei, i quali lodano come eroi ed eroine chi ha già raggiunto l'ultimo step, rimanendo silenziosi e passivi. La dinamica - spiega il professor Lavenia - è simile a quella del bullismo che vede la maggioranza assistere senza intervenire alla violenza. Questo modello manipolatorio porta a una iper stimolazione e conduce le vittime a uno stato ipnotico e depressivo in grado di condurre, nel tempo, i ragazzi, soprattutto adolescenti, verso un graduale distacco dalla realtà. Scollamento che comporta un crescente abbassamento della percezione del rischio e del pericolo".

**Tra gli adolescenti sono in forte aumento stati depressivi e atti di autolesionismo: cos'è cambiato rispetto al passato? Perché la sfida diventa una sorta di automedicazione?**

"Viviamo una fase di trasformazione profonda. Gli adolescenti sono sempre gli stessi ma sta mutando il modello con cui si costituisce la propria identità. Un'identità sempre meno strutturata e prevalentemente maturata on line. Il 98% dei ragazzi tra gli 11 e i 13 ha un nick name e un profilo social: la loro, è un'identità sempre più virtuale. Gli atti di autolesionismo tenderanno ad aumentare sempre più poiché diventano un modo per percepire di esistere. Di essere vivi. Pur sentendo la necessità di ricevere conferme, gli adolescenti, impegnati come sono in varie attività, dalla scuola allo sport, non hanno dei veri e propri spazi sociali dove potersi confrontare e definire la propria identità. Questo li induce a richiamare l'attenzione degli altri e a sentirsi, provocandosi dolore fisico. Un dolore preferibile a quello mentale, psicologico. Gli atti di autolesionismo rappresentano quindi un modo per non pensare a un passaggio, quello adolescenziale appunto, estremamente sofferente. Sentire dolore diventa pertanto uno strumento per esistere".

**Quanto è importante il ruolo dei genitori o delle figure adulte di riferimento per cercare di salvaguardare i più giovani?**

“La sfida, l’emulazione, il senso di onnipotenza sono temi ricorrenti per gli adolescenti. I ragazzi sono gli stessi di sempre, a essere cambiate sono piuttosto le figure genitoriali. Il ruolo dei genitori è fondamentale e ciascuno di noi deve porsi le giuste domande. Il punto non è quanto tempo i nostri figli possono restare connessi, bensì cosa fanno in Rete. I genitori devono essere presenti nella vita dei propri figli, ascoltare i loro bisogni, manifestare interesse: dobbiamo abbandonare il concetto di controllo e adottare quello di condivisione. Il mio consiglio è quello di sedersi accanto ai figli, di chiedere loro come passano la giornata, senza sminuirli o giudicarli a priori. Spesso padri e madri sono particolarmente focalizzati sul futuro dei loro ragazzi ma dovrebbero concentrarsi maggiormente sul presente. Sull’oggi”.

Internet è uno strumento potente e prezioso e, in quanto tale, non va demonizzato, bensì utilizzato senza permettergli di usarci. Una lezione, questa, che gli stessi adulti dovrebbero imparare: “Occorre prendere possesso di questi nuovi spazi virtuali. La tecnologia, che tanto piace ai genitori perché consente loro di controllare i figli, non deve prendere il sopravvento. Ho ragazzi che arrivano da me in terapia tardissimo, intorno ai 17 anni: giovani che da tempo non escono più di casa (fenomeno dell’Hikikomori), i cui genitori mi raccontano di non essersi preoccupati prima dell’isolamento dei loro figli poiché erano felici del fatto che restassero a casa, non bevessero, non si drogassero, non si mettessero in pericolo... Il controllo non è tutto, lasciamo spazio alla condivisione, all’ascolto. Una tecnologia controllante risponde a bisogni immediati e non fa annoiare: gli adolescenti oggi non conoscono più la noia e anche noi adulti non sappiamo più gestirla, basti pensare al fatto che molti di noi controllano dalle 40 alle 50 volte al giorno le notifiche ricevute sui social (alcuni arrivano fino a 200). Non possiamo essere poi così stupiti se i nostri figli sono in difficoltà dal momento che hanno noi come punti di riferimento”.



Le forme di autolesionismo tra gli adolescenti, conclude il professore Giuseppe Lavenia, sono destinate ad aumentare sempre più, perché noi non ci accorgiamo più di nulla. L’utilizzo smodato delle nuove tecnologie riduce la nostra soglia di attenzione. Il fenomeno è davvero preoccupante.

Jessica Bianchi