

Giocare online responsabilmente: un modo per svagarsi

Pubblicato: Mercoledì 5 Giugno 2019



Negli ultimi anni, sempre più Italiani, sia giovani che adulti, devono fare i conti con una **vita piuttosto frenetica**, fatta di numerosi impegni, spesso inderogabili. Il tempo per svagarsi e per staccare la testa dalle preoccupazioni giornaliere si è ridotto notevolmente.

Di fatto, praticare sport od altre attività non è certamente facile, per questo sempre più persone cercano un modo non troppo impegnativo per **staccare la spina**, anche solo per pochi minuti, magari quando si è in attesa dei mezzi pubblici, in fila al supermercato o durante la pausa caffè.

Giocare online, in maniera responsabile, può essere un modo divertente per contrastare la routine, che può essere alquanto noiosa e ripetitiva. Del resto, nella vita di tutti i giorni provare **emozioni forti** non è così facile, soprattutto se si tendono a fare sempre le stesse cose. Ma quali sono i giochi che attraggono maggiormente gli abitanti dello stivale? Scopriamolo insieme.

I giochi che appassionano gli Italiani

Tendenzialmente, gli Italiani sono attratti dai **giochi di carte**, come burraco, briscola e solitario, che consentono di mettere alla prova le proprie capacità e di attuare strategie specifiche. Tuttavia, non manca l'interesse anche per i **giochi da casinò**, come le slot machine, la roulette, il poker ed il blackjack, in quanto permettono di rivivere, anche online, le emozioni tipiche dei casino fisici, che spesso sono difficili da raggiungere.

Del resto, bisogna ricordare che in molti casi è possibile **giocare gratuitamente**, approfittando dei bonus senza deposito che vengono messi a disposizione da numerose piattaforme virtuali. Ciò vuol dire che ai giocatori vengono accreditate delle somme per giocare ai prodotti che preferiscono. Per individuare la proposta migliore è bene valutare [tutti i bonus per giocare ai casino online senza deposito](#) e scegliere quello più vantaggioso. Ovviamente, è necessario scegliere solo siti legali, provvisti della licenza AAMS.

L'importanza di uscire dalla routine

Diversi studi hanno dimostrato che gli Italiani sono sempre più stressati, proprio a causa della vita frenetica con cui devono fare i conti tutti i giorni. Secondo gli esperti il modo migliore per evitare stati di ansia è cercare delle **forme di svago facili da mettere in atto**. Prendersi del tempo per sé è importante.

Tuttavia, se si hanno a disposizione solo pochi momenti nell'arco della giornata per staccare la spina, può andar bene qualsiasi cosa permetta alla testa di **allontanarsi dai pensieri negativi** che la attanagliano, in modo da rilassarsi e poter affrontare al meglio tutte le problematiche che fanno parte della routine. Giocare online può servire effettivamente a questo, se preso a piccole dosi ed attuato in maniera responsabile.

Del resto, **molti giochi richiedono concentrazione**, portando la mente a focalizzarsi ed a non pensare alle problematiche familiari e lavorative, che in alcuni casi possono essere deleterie. Tale situazione, con ogni probabilità, è destinata ad aumentare, a meno che non si assista ad una vera e propria svolta, ovvero si torni a condurre un'esistenza meno impegnativa e più rilassata. Tuttavia, il mondo gira sempre più velocemente e non sembra volersi fermare, pertanto un cambiamento sembra improbabile.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it