Sensorialità virtuale: come l’ASMR entra nei videogame

Forse vi sarà capitato, sfogliando fra le migliaia di video su YouTube o durante qualche live su Twitch, di vedere qualcuno alle prese con determinati oggetti, bisbigliare strani suoni, accanto un microfono quasi fantascientifico e che probabilmente non avete mai visto. Negli ultimi anni il fenomeno dell’**ASMR** sta spopolando tra utenti casual, ma sta cominciando a esplodere anche in ambito videoludico, con **ASMRtist** alle prese con il videogioco del momento oppure, eseguire un role-play con i vostri personaggi preferiti. La pratica ha origini molto recenti ma, ciononostante, grazie alla sua facilità d’uso e all’ampia dispersione mediatica del web, ha già raccolto numerosi seguaci, innalzando anche la popolarità dei suoi esecutori. È probabilmente uno dei **il trend del momento**, anche in Italia, nonostante la maggior parte di voi non ne abbia mai sentito parlare, con più di 5 milioni di video disponibili su YouTube e un **aumento delle ricerche del 200%**.
Ma esattamente cos’è l’ASMR, come funziona e soprattutto, può avere un ruolo pratico all’interno di un videogioco? Questo articolo cercherà di fornire adeguate risposte.

Brancamenta

Autonomous Sensory Meridian Response è quanto risulta dall’acronimo; nonostante suoni così distante, e sia riferito a elementi prettamente medici o psicoanalitici, è un’esperienza che tutti noi abbiamo in qualche modo fatto almeno una volta nella vita. Tutto è riassunto attraverso una

piacevole sensazione fisica (Tingle) (brividi, formicolii, rilassamento), partendo dal cuoio capelluto alla schiena, **attraverso stimoli uditivi**, **visivi e tattili** (***trigger***). Un esempio pratico può essere la pelle d'oca prodotta dall'ascolto di una determinata canzone o la visione di alcuni gesti della persona di fronte a voi, sensazioni che non sono passate inosservate nemmeno alla comunità scientifica che, tuttora, non riesce esattamente a spiegare il perché della risposta a determinati stimoli ma soprattutto alla diversità con cui l'essere umano si interfaccia a tale pratica. Se ci pensate, è incredibile che tutto questo abbia avuto un nome solo recentemente. Il percorso dell'ASMR è in qualche modo collegato al concetto di **sinestesia** (in cui più sensazioni distinte possono essere recepite contemporaneamente per diverse vie sensoriali), prima vista diffidenza ma poi, una volta misurata, è divenuta territorio di numerose ricerche scientifiche.
Proprio ultimamente **è stato realizzato un primo studio** degli effetti che tali video producono agli utenti che ne fanno uso: la **Dottoressa Giulia Poerio**, dell'Università di Sheffield ha verificato una **riduzione della frequenza cardiaca di 3,14 battiti al minuto**, con sensazione di benessere generale, rispetto a coloro che in precedenza non avevano avuto alcuna esperienza ASMR. Serviranno ulteriori studi in tal senso, ma le prime stime risultano abbastanza incoraggianti.
Entrano dunque in scena gli o le ASMRtist, in grado di provocare in maniera del tutto arbitraria le sensazioni citate, attraverso un'ampia gamma di suoni, gesti e soprattutto fantasia, perché non tutti rispondono allo stesso modo. Tra **whispering**, **tapping**, **inaudible**, **toni bineurali** (che vedremo più avanti) e mille altre varianti, la percezione dell'ASMR varia da persona a persona, rendendo difficile capire l'associazione esatta o magari preferita dagli utenti. È per questo che una buona ASMRtist deve essere dotata di un "coltellino svizzero" che racchiuda tutti i meccanismi necessari per fare breccia in un determinato utente che a sua volta, può legarsi in maniera empatica alla sua produttrice di brividi preferita.
Una delle varianti più in voga è il gioco di ruolo in cui l'ASMRtist ricopre una determinata posizione sia del mondo reale (parrucchiera, bibliotecaria, etc) sia del fantastico, dove entrano in scena personaggi di serie TV ma soprattutto videogame.

Coccole videoludiche

Il mercato dei videogame è ormai uno dei più redditizi al mondo, appaiono dappertutto e la maggior parte della popolazione mondiale ne fa uso. L'ASMR non poteva che entrare anche in questo mondo, che del resto regala tantissimi spunti per creare video ad hoc. Data la sua enorme popolarità, ***Fortnite*** è il videogioco più gettonato con video che spaziano da semplice gameplay con un commentary in whispering o role play vero e proprio, in cui l'artist in versione cosplay, sfrutta il contesto non solo per discutere del gioco in questione ma anche di altri temi a esso correlati. L'ASMR associato ai videogiochi funziona proprio perché l'**atto di videogiocare è già associato automaticamente al concetto di relax** e di passatempo, per cui gli appassionati possono unire l'utile al dilettevole, seguendo il proprio gioco preferito e al contempo rilassarsi. Da notare come l'ASMR renda alcuni titoli maggiormente più alla portata di tutti: un esempio su tutti sono gli horror come ***Alien Isolation*** o ***Outlast*** che basano sulle palpitazioni e l'ansia la loro natura. Per molti utenti si è verificato una **maggiore facilità nel seguire i loro gameplay**, anche per le persone più sensibili. Inoltre, ancora più interessante, aiuterebbe a diminuire la dipendenza da videogioco ma soprattutto l'assimilazione di nuove informazioni derivanti dal videogiocare, permettendo un miglioramento delle capacità cognitive (ne parleremo in dettaglio un'altra volta).
Dunque, l'ASMR sembra avere un ruolo attivo, creando reale benessere e aiutando alcune persone a star meglio con se stesse. Allora perché non provocarlo arbitrariamente in altri contesti, come il videogioco? Purtroppo la risposta non è così semplice.

ASMR & gameplay

Una risposta a tale domanda è molto difficile, principalmente perché non tutti rispondiamo all'ASMR allo stesso modo. Non si tratta soltanto di mero "gusto", per cui se a un utente piace l'inaudible magari a un altro no. Molte persone provano quasi idiosincrasia verso determinati suoni o gesti, una repulsione che diventa fattore di rischio qualora si vogliano implementare elementi di tale natura all'interno di un videogioco. Questa disparità è ancora oggetto di studio.
A dir la verità alcuni tentativi sono stati fatti, prendendo come esempio su tutti ***Hellblade: Senua's Sacrifice***. Sviluppato da **Ninja Theory**, *Hellblade* racconta la storia di **Senua**, una ragazza affetta da **schizofrenia e problemi psichici**, nella Gran Bretagna barbara in epoca romana. Proprio l'audio è una componente fondamentale in cui l'utilizzo di un **microfono bineurale** è riuscito a riprodurre le decine di voci che Senua è costretta ad ascoltare nella propria testa. *Hellblade* è un titolo potente anche grazie all'utilizzo sapiente di suoni e voci di natura diversa in grado di riprodurre le allucinazioni uditive della protagonista e capaci di calare il giocatore nella condizione di chi sia affetto da simili problematiche ed è per questo che è caldamente consigliato l'utilizzo di buone cuffie. Quindi, anche se non è l'obiettivo primario dell'opera, *Hellblade: Senua's Sacrifice* può considerarsi un ottimo esponente dell'ASMR, in quanto riesce a coniugare tutte le sensazioni ed emozioni derivanti in maniera autentica.
Ma un ruolo fondamentale all'interno di un videogioco lo detiene la musica, che molte volte, unita al contesto, basta e avanza per produrre ASMR. Basti citare molte boss fight di **From Software**, come i principi gemelli **Lorian e Lothric** in ***Dark Souls III*** o quanto avviene in ***Nier: Automata***. Molte volte basta solo il ricordo di alcuni momenti per risvegliare in noi tali sensazioni che in fin dei conti sono sempre esistite ma a cui solo con un certo grado d'attenzione facciamo caso.
Tapping, scratching, eating e molto altro, benché presenti in qualche modo all'interno di un videogioco, per esigenze di trama o caratterizzazione, sono suoni che se riprodotti con una certa frequenza possono indurre fastidio, rovinando di conseguenza l'esperienza di gioco. Per non rischiare, dunque, si punta sul sicuro: musica, recitazione (audio/video) e suoni a più ampia portata e che tutti ascoltiamo normalmente.
Lo studio sull'ASMR e le sue applicazioni comunque procedono spedite, e chissà che un giorno non molto lontano non potremo avere titoli specificatamente studiati per provocare queste sensazioni, sperando che una simile moda (se esploderà) non saturi il mercato. Perché, purtroppo, dietro una

soluzione può nascondersi un problema ancora più grande. Ma questa è un’altra storia.