

Gioco responsabile - manuale

Lo scopo di questo breve manuale è di fornire delle informazioni generali, e delineare una bozza introduttiva a quelle che sono le patologie connesse al gioco (Gap), definite anche dipendenza senza sostanza.

Il presente manuale non intende sostituire, in caso di una reale e riscontrata problematica, l'intervento di strutture specialistiche o di personale qualificato.

Che cosa è il gioco?

- Il gioco è un'attività pre-culturale, comune a tutte le popolazioni.
- Il gioco è una dimensione dell'esistenza umana.
- Il gioco è immaginazione, sfida, attività, libertà, regola, confronto.
- Il gioco è sospensione dalla realtà.

L'uomo si dedica al gioco perché in questa dimensione tutto sembra più leggero, e percepisce un cambiamento di prospettiva.

Il gioco è un'attività:

- **libera**: cioè è un'attività a cui l'individuo non può essere obbligato;
- **separata**: circoscritta entro precisi limiti di tempo;
- **incerta**: il risultato non è predeterminato e predeterminabile;
- **regolata**: sottoposta a convenzioni o regole;
- **fittizia**: di totale irrealtà nei confronti della vita normale.

In Italia, si è sempre riscontrata una forte propensione al gioco, si è calcolato che i giocatori abituali siano oltre 35 milioni, a questi però si deve aggiungere un numero imprecisato di giocatori occasionali.

Giocare, in assoluto, non è un vizio, né tanto meno bisogna considerarlo tale.

Le persone che amano giocare non sono affette da patologie inerenti al gioco.

Il gioco, infatti, ha la peculiarità di risvegliare l'aspetto ludico nell'individuo adulto, introducendo una divagazione tra gli impegni del quotidiano; per questo il gioco è considerato un momento di piacevole evasione.

Tipologie di giocatore

Dalla semplice riflessione: non tutte le persone sono uguali, per traslato si può affermare che non tutti i giocatori sono uguali.

Questo significa che esistono diverse tipologie di giocatori.

Giocatore sociale: considera il gioco una occasione sociale, e vive il gioco come la principale fonte di relax.

Giocatore sociale adeguato: gioca per passatempo, per socializzare, per divertirsi; a questa categoria appartiene la maggioranza della popolazione adulta.

Giocatore patologico: gioca per fuggire da crisi o difficoltà.

Giocatore antisociale: gioca per ottenere guadagni illeciti.

Giocatore professionista: ha fatto del gioco la propria professione.

(Tipologie proposte dal Dott. Guerreschi nel 2003)

Definizione di dipendenza

La dipendenza è un fenomeno complesso che richiama molteplici aspetti nella sfera individuale.

Dipendere è un termine di etimologia latina: **dependere**
essere attaccato a..., essere subalterno a...

L'uomo, in genere, ha una naturale predisposizione alla dipendenza.

La dipendenza ha una natura multi-fattoriale che si costruisce in una circolarità di bisogni e significati, che restringono il campo delle scelte possibili ad **un'unica opzione**.

La dipendenza investe l'individuo sia a livello psicologico che comportamentale:

- **a livello psicologico**

il soggetto è assorbito dall'oggetto della propria dipendenza e non riesce a farne a meno;

- **a livello comportamentale**

il soggetto è assorbito nella ricerca di una sostanza o nella reiterazione di un determinato comportamento.

L'individuo dipendente sviluppa:

Tolleranza – marcato aumento di tempo e denaro investiti in ciò che provoca dipendenza.

Craving - incapacità di controllare l'impulso, e di cambiare comportamento.

Astinenza – irritabilità legata all'impossibilità di soddisfare il proprio impulso.

Si parla di dipendenza quando l'individuo, dopo l'interruzione del comportamento (nel caso di dipendenza dal gioco, per interruzione di comportamento si intende quando l'individuo smette di giocare), sviluppa almeno due dei seguenti sintomi:

- agitazione psicomotoria;
- ansia;
- pensiero ossessivo;
- fantasie o sogni inerenti l'oggetto della dipendenza.

Criteri diagnostici del Gap

Alcuni dei campanelli d'allarme che possono indicare una possibile dipendenza nei confronti del gioco:

- l'individuo si sente preoccupato per il gioco, cioè giocare diventa un pensiero ossessivo e ricorrente;
- l'individuo è convinto di potersi dominare o limitarsi **“se solo lo volesse”**;
- l'individuo si dedica al gioco per sfuggire a realtà angoscianti, o per fare esperienze che lo distraggono da difficoltà o da avvenimenti sgradevoli;
- l'individuo si sente agitato o irritabile;
- l'individuo mente alla sua famiglia o agli amici circa l'ampiezza reale delle sue abitudini di gioco.

Il Gap è una patologia progressiva, infatti c'è chi parla di carriera del giocatore, e la scala di Custer schematizza l'iter del giocatore patologico. Graficamente la scala di Custer può essere rappresentata con una

U

nella quale si distinguono 3 momenti: una di discesa, una di plateau, una di risalita; e 7 fasi:

- I fase vincente: approccio occasionale al gioco. Per mantenere costanti i livelli di eccitazione il giocatore ha la necessità di giocare per più tempo e sempre maggiori cifre di denaro. La fase vincente ha una durata temporale che varia dai 3 ai 5 anni.
- II fase perdente: contrassegnata da periodi di perdita al gioco. Inizia un periodo di difficoltà e problemi familiari; in alcuni casi il giocatore inizia a chiedere prestiti che non è in grado di onorare. Durata media 3 anni.
- III fase della disperazione: il tempo dedicato al gioco è preponderante, le somme di denaro ingenti; il giocatore si aliena completamente dalla vita familiare e dalla sfera delle amicizie. Durata media 3 anni.
- IV perdita della speranza: il periodo più basso dell'iter del giocatore. Possono insorgere pensieri omicidi e possono verificarsi tentativi di suicidio. Possibile dipendenza da alcol. Durata 5 anni
- V fase critica: è una fase propositiva e segna l'inizio di una risalita. Durata 2-3 anni.
- VI fase della ricostruzione: prosegue la fase di risalita, il giocatore ristabilisce un rapporto corretto con la realtà, ricostruendo il rapporto con la famiglia. Durata 3 anni
- VII fase di crescita: è l'ultima fase, l'attenzione del giocatore si focalizza su altri interessi e di conseguenza diminuisce la preoccupazione legata al gioco.

È opportuno ricordare che ogni giocatore è una storia a sé.

Questo manuale è stato realizzato con il materiale raccolto durante il seminario dedicato al gioco responsabile, organizzato a Roma, da S.I.I.Pa.C e Aams, e tenuto dal prof. Cesare Guerreschi.