

Dipendenze comportamentali: quando il gioco diventa patologico

Jessica Bevelacqua*, Eddy Chiapasco**

*Dottoressa in Psicologia Clinica, tirocinante presso Donne&Futuro onlus, - Centro Studi Psicologia e Nuove Tecnologie onlus di Torino

**Psicologo Psicoterapeuta Sessuologo – Centro Studi Psicologia e Nuove Tecnologie onlus di Torino. Si occupa di ricerca, diagnosi e trattamento delle Dipendenze Comportamentali [www.eddychiapasco.it].

Il Gioco d’Azzardo Patologico (GAP) è un fenomeno sociale che si conosce da tempo, anche nei suoi drammatici risvolti. Tuttavia non sembra esserci stata una adeguata consapevolezza della portata del problema, sia all’interno dell’opinione pubblica, sia ai livelli istituzionali. In questo articolo si inquadra la problematica sul piano diagnostico e si individua l’azione culturale come prima forma di prevenzione e fronteggiamento.

Introduzione

Le dipendenze comportamentali, al pari delle tossicodipendenze, modificano il comportamento dell’individuo esponendolo a meccanismi impulsivi e compulsivi che prevedono una reiterazione del comportamento.

Il gioco d’azzardo patologico (GAP) e altre forme di dipendenza comportamentale, come ad esempio quelle da videogames, rientrano in queste forme di *addiction*. Si tratta di fenomeni che hanno avuto una crescita esponenziale negli ultimi anni, anche sulla spinta di giochi e applicazioni largamente disponibili sugli smartphone, progettati

in modo non dissimile dalle classiche macchinette per il gioco d’azzardo.

La pubblicazione dell’ultima edizione del Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM-5), che include il gioco d’azzardo patologico tra le Dipendenze, ha alzato l’attenzione su questa forma di disagio e promosso una maggiore attività di ricerca e di prevenzione.

Una maggiore informazione sull’argomento è la prima condizione che permette di svolgere più efficacemente un’attività di prevenzione e di contrasto a un fenomeno così largamente diffuso e che in futuro potrebbe diventare una vera e propria emergenza.

Il concetto di dipendenza

Il termine “Addiction” deriva dal latino *addictus* e si riferisce all’essere schiavo di qualcosa, facendo quindi riferimento alla condizione in cui un individuo diventa schiavo di una sostanza o di un comportamento nel tentativo di affrontare una sofferenza psichica (McDougall, 2002). Quel “qualcosa” che rende schiavo un soggetto diventa l’elemento centrale della vita di quest’ultimo. Come affermano Grosso e Rigliano (2014), l’oggetto della dipendenza aiuta l’individuo a riempire quello spazio lasciato vuoto che inevitabilmente causa dolore.

Generalmente quando si parla di persone dipendenti si pensa a tutti coloro che nel corso della loro vita sono rimasti intrappolati nel cosiddetto “tunnel” della droga, facendo quindi riferimento all’ambito di sostanze quali: l’eroina, la cocaina, l’alcool o i farmaci.

Nell’ultimo ventennio si assiste ad un ampliamento del termine “dipendenza” facendo rientrare in essa non soltanto le sostanze di abuso, ma anche una serie di comportamenti di per sé innocui, molto spesso addirittura quotidiani, che diventano problematici nel momento in cui l’individuo non riesce più a gestirli e quindi a farne a meno (Bellio, Croce, 2014).

Si tratta di dipendenze che modificano il comportamento dell’individuo, esponendolo agli stessi meccanismi impulsivi e compulsivi innescati dall’utilizzo di droghe. All’interno del gruppo delle dipendenze comportamentali vengono annoverate: la dipendenza da internet, da sesso, da pornografia, da relazioni, da videogiochi, da shopping e quella da gioco d’azzardo.

In questa sede ci soffermiamo nello specifico su quest’ultima forma di dipendenza.

Quando il gioco si trasforma in sofferenza

Il gioco rappresenta un’attività ludica che caratterizza l’essere umano sin dalla sua nascita, che gli permette di scoprirsi, di crescere e di sperimentare (Lavanco, Varveri, 2010); giocare è umano e non dovrebbe essere un problema. Tuttavia esistono delle situazioni in cui il gioco potrebbe prendere un’altra strada, diventando l’unico modo utilizzato per sfuggire da sofferenze o traumi. A quel punto il gioco non è più ludico ma è diventato un problema che potrebbe pian piano trasformarsi in patologia.

Il gioco d’azzardo, così come le altre forme di dipendenza comportamentale, può essere considerato l’espressione di un disagio e una sofferenza psichica date dalla difficoltà che gli individui incontrano nel sentirsi protagonisti della propria vita nella società attuale (Capitanucci, 2006).

Secondo Rascazzo (2014), il processo che porta dall’essere giocatori sociali al divenire giocatori patologici richiede del tempo. Il gioco inizia come divertimento fino a diventare l’unico interesse di vita del soggetto, posizionandosi al centro di tutto il resto.

Questo accade perché la persona, dopo svariati contatti con i giochi, viene sopraffatta dall’illusione di poter controllare la casualità, diventando vittima di false credenze che la portano a pensare di non aver perso ma di aver “quasi vinto”. Tali pensieri comportano un aumento di tempo e denaro investiti in tale attività, come se si riuscisse a vincere prima o poi.

Seguendo la classificazione che Alonso-Fernandez elaborata nel 1999, è possibile

identificare il giocatore sociale come colui che lo fa per “spirito ricreativo” mantenendo pur sempre il controllo al fine di non permettere al gioco di interferire in alcun modo con la sua vita sia emotiva, sia lavorativa, sia familiare. Il giocatore problematico, invece, sarebbe colui che si lascia dominare dal gioco, che gli permette di diventare il centro della propria vita; questo tipo di giocatore non accetta le perdite ed è addirittura portato, in alcuni casi, ad essere aggressivo e violento con chi gli sta intorno. Talvolta il gioco patologico può essere la conseguenza di una patologia sottostante, come ad esempio uno stato depressivo (Moran, 1970).

Riconoscere un giocatore patologico

Il comportamento del giocatore d'azzardo patologico si caratterizza secondo Alonso-Fernandez (1999) per la presenza di segnali d'allarme ben precisi come: incapacità di interrompere l'attività di gioco nonostante svariati tentativi, spendere tutto e anche di più del denaro di cui si dispone rinunciando al pagamento di spese importanti (es. le bollette) ed infine investire tutto il tempo in tale attività, tralasciando gli impegni lavorativi e familiari. Pian piano quindi l'intera vita del soggetto comincia ad inclinarsi negativamente, le relazioni si deteriorano, il lavoro non ha più l'importanza che aveva prima. Il desiderio di giocare prende il sopravvento e diventa l'unica preoccupazione.

Secondo Cersosimo (2016), sarebbe proprio il desiderio ciò che accomuna tutte le forme di dipendenza, elevando il gioco d'azzardo al pari delle dipendenze da sostanza.

Per molto tempo però, a differenza delle tossicodipendenze, quella del gioco d'azzardo sembrava una dipendenza meno

importante, come se la persona fosse dipendente solo da un vizio, pertanto non degna di attenzione clinica e sanitaria.

Oggi, specie in seguito alla pubblicazione dell'ultima edizione del DSM (Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali), le cose sono cambiate. Infatti il DSM 5 inserisce il Disturbo da Gioco D'azzardo all'interno della sezione delle dipendenze.

Il riconoscimento ufficiale di questa dipendenza consentirà da un lato di aumentare il numero di ricerche sul fenomeno e dall'altro la progettazione di interventi di prevenzione e terapeutici mirati alle specifiche situazioni.

Cosa possiamo fare?

Riteniamo essenziale il lavoro di informazione e prevenzione soprattutto in favore dei ragazzi, assidui utilizzatori di giochi in alcuni casi pensati e costruiti con molte analogie ai più classici giochi d'azzardo (Zamara L., Chiapasco E., 2017).

Non possiamo rimanere passivi di fronte a ragazzi che abusano di giochi online totalmente privi di componenti fondamentali per un sano sviluppo di competenze sociali, emotive e relazionali e quasi sempre in totale assenza di contatto con il corpo.

Di fondamentale importanza è il ruolo dei genitori e delle figure educative di riferimento.

Gli adulti innanzi tutto dovrebbero essere di esempio utilizzando in modo consapevole e misurato smartphone, social network e giochi online. Dovrebbero poi monitorare con attenzione eventuali segnali problematici da parte dei ragazzi e promuovere attività di gioco sociale e non solo tecno-mediato.

Un improvviso calo del rendimento scolastico, un cambio dell'umore, l'emergere di

richieste di denaro, improvvise reazioni emotive molto intense possono essere im-

portanti segnali di allarme che non devono essere trascurati.

Bibliografia di riferimento

A.P.A. (American Psychiatric Association) (2014). *DSM-5. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*. Raffaello Cortina: Milano.

Bellio G., Croce M. (2014). *Manuale sul gioco d'azzardo. Diagnosi, valutazione e trattamenti*. Franco Angeli: Milano.

Cersosimo G. (2016). Il Gambling: solitudine e desiderio. Ipotesi di riabilitazione e uscita dalla dipendenza, 2 : 119-135.

Grosso L., Rascazzo F. (2014). *Atlante delle dipendenze*. Edizioni Gruppo Abele: Torino.3030

Lavanco G., Varveri L. (2006). *Psicologia del gioco d'azzardo e della scommessa. Prevenzione, diagnosi metodi di lavoro nei servizi*. Carocci: Roma.

McDougall, J. (2002). L'economia psichica della dipendenza: una soluzione psicologica al dolore psichico, in Rinaldi, L. (2003), (a cura di). *Stati caotici della mente*. Raffaello Cortina: Milano.

Moran, E. (1970). Varieties of pathological gambling. *British Journal of Psychiatry*, 116: 593-597.

Zamara L., Chiapasco E. (2017). *Nuove dipendenze: il sottile limite tra la dipendenza da gioco d'azzardo e la dipendenza da giochi per smartphone*. Disponibile online sulla rivista State of Mind www.stateofmind.it