

IL GIOCO D'AZZARDO, UNA MALATTIA PROGRESSIVA

di Angela Ganci - Psicologo, psicoterapeuta, mediatrice familiare - ✉

Pubblicato su "Nell'attesa" del 21 novembre 2011

In Italia sono circa 30 milioni gli scommettitori cronicamente dipendenti dal gioco: un fenomeno molto diffuso che coinvolge fino al 70-80% della popolazione adulta. Per il gioco d'azzardo, così come per le tossicodipendenze, si parla di compulsione, ovvero la graduale perdita di controllo dell'impulso al gioco, che tende ad assorbire l'intera vita, tra ricerca di denaro per sanare i debiti e illusioni di vincite decisive. In quanto malattia progressiva, la dipendenza da gioco d'azzardo attraversa diverse fasi. Conoscerle è utile al giocatore e ai familiari che, così, potranno rivolgersi tempestivamente alle strutture e ai professionisti competenti. Agli esordi del problema, il neogiocatore è nella fase vincente. In questo momento il gioco è un passatempo piacevole, cui dedicare un minimo investimento di tempo e denaro, e le vincite di solito superano le perdite. Sono le grosse vincite a convincere il giocatore di avere delle abilità non comuni, al punto che si percepisce come un professionista con il successo dietro l'angolo. Queste fantasie lo portano a maggiori impieghi di tempo e denaro e segnano l'ingresso nella fase perdente. Il gioco diventa sempre più solitario e totalizzante, iniziano le perdite di denaro, le conseguenti difficoltà finanziarie e familiari, le menzogne di copertura, la ricerca di denaro, di solito ottenuto, ma anche un'incapacità di estinguere i debiti. Il punto critico è che il giocatore attribuisce le perdite a un periodo di scarsa fortuna e così persevera nell'attesa di una megavincita risolutiva, che non arriva mai. Inizia la fase della disperazione: se non riesce a ottenere più prestiti e la famiglia minaccia di abbandonarlo o lo fa realmente, diventa aggressivo fino a mettere in atto furti per compensare le perdite di denaro. E' assolutamente convinto che al più presto otterrà una grossa vincita e tutto tornerà come prima, quindi giustifica i furti come un prestito che restituirà per intero. Il coniuge, se gli è rimasto vicino, non sa cosa fare, non crede più alle sue promesse di smettere, e non sa come chiedere aiuto, per un sentimento misto di vergogna e colpa. Da parte sua, il giocatore si trova a un bivio: ama la sua famiglia, ma non ammette le proprie responsabilità, vorrebbe smettere, ma non ce la fa, perché giocare è l'unico modo per non provare angoscia. E' in piena fase cruciale, in una crisi emotiva tale che lo spinge a pensare o anche a tentare il suicidio. Il passaggio alla fase della salvezza, o critica, in cui il giocatore inizia a capire che smettere è necessario, arriva dopo un arresto o un tentativo di suicidio. E' solo dopo aver toccato il fondo che il coniuge dà un ultimatum e il giocatore decide sinceramente di farsi aiutare. Inizia la ricostruzione della propria vita, il rispetto per se stessi e per gli altri, la ripresa del lavoro, nuovi obiettivi di crescita e la liberazione del proprio affetto, all'insegna di una scommessa che non può deludere.

IL TRATTAMENTO PSICOLOGICO PER LA DIPENDENZA DA GIOCO

di Angela Ganci - Psicologa psicoterapeuta - ✉

Pubblicato su "Nell'attesa" del 14 novembre 2011

Al pari di altre dipendenze senza sostanza, come lo shopping compulsivo o la dipendenza sessuale, il gioco d'azzardo pone agli addetti ai lavori problemi nuovi, con importanti risvolti sociali. Infatti, mentre l'uso di sostanze stupefacenti è largamente condannato, minor preoccupazione suscita (ingiustamente) nella mentalità comune il gioco d'azzardo, tanto da essere facilmente ammesso nella maggior parte dei Paesi del Mondo. Varie sono le realtà che favoriscono l'errata visione di esso come innocuo passatempo e che ostacolano la presa di coscienza delle conseguenze devastanti su di sé e sui propri cari: le slot machine sono ormai in ogni bar, dove si può scommettere, giocare al lotto e al "gratta e vinci". Si tratta di settori che creano un giro d'affari di miliardi di euro l'anno. Solo se consideriamo il gioco d'azzardo come attività redditizia per l'economia - tanto che alcuni lo hanno definito una forma di tassazione volontaria - si comprende come si tratti di un mercato che oggi impone la sua presenza e come sia molto difficile da controllare. Ecco che, se l'eccessivo proibizionismo non può essere una strategia vincente, la lotta all'eccessiva libertà del gioco, che passa per la consapevolezza dei suoi effetti negativi e la necessità di chiedere aiuto, diventa l'azione principale cui si rivolge un trattamento efficace. In questa battaglia si sviluppa una visione critica dei messaggi sociali che incitano al gioco per una vita di successi. L'obiettivo finale è l'astinenza dal gioco che, come per la droga o l'alcol, porta a sintomi di sudorazione, nausea, vomito, tachicardia, aumento del rischio di suicidio. Per raggiungere questo traguardo è necessario un sostegno psicologico individuale o di gruppo che aiuti a superare la tendenza all'autolesionismo, visibile, ad esempio, nella scarsa percezione dei disastri personali, familiari e finanziari cui il gioco d'azzardo conduce. In questa direzione è utile la conoscenza delle fasi della patologia e dei meccanismi usati per negare il problema e dargli il tempo di aggravarsi. E' previsto un sostegno farmacologico nei casi e con le modalità valutati dal medico competente. Essenziale è anche il coinvolgimento della famiglia che spesso intuisce il problema, ma lo nega, per disperazione o orgoglio. Una buona terapia consente di resistere alla tentazione di giocare e rafforza l'impegno al cambiamento, dedicando al gioco meno tempo e valore, così da diminuire il suo potere condizionante sull'intera vita. Sulla scia dei più famosi "alcolisti anonimi", il gruppo aiuta il giocatore con un lavoro di rafforzamento dell'autostima e l'organizzazione di attività piacevoli, non dannose e incompatibili con il gioco. Un esempio è dedicarsi alla cura di un cane, se si amano gli animali. Per ridurre la disponibilità di denaro, in alcuni Paesi europei, è poi consuetudine nominare un tutor che, insieme ai familiari, si occupi di controllare le attività economiche del giocatore contrastando la tendenza a usare il denaro come calmante delle insoddisfazioni per affrontare le sfide della vita con coraggio e serena accettazione dei limiti.