

B1-1, versione 2  
Per il cliente



GRUPPO D'INTERESSE PER IL GIOCO D'AZZARDO PROBLEMATICO

Tazio Carlevaro

Sensibilizzazione  
sui problemi del  
gioco d'azzardo  
eccessivo

Manuale per il giocatore

# “Hans Dubois”

Autore

Dr med. Tazio Carlevaro  
Medico specialista in psichiatria e psicoterapia FMH  
Direttore del Settore psichiatrico del Sopracceneri OSC  
Coordinatore del GIGP  
Viale G. Motta 32  
CH-650 Bellinzona  
Tf +41 91 825 2988; 814 3161  
Fx +41 91 814 4441  
e-mail [tcarlevaro@swissonline.ch](mailto:tcarlevaro@swissonline.ch); [tazio.carlevaro@ti.ch](mailto:tazio.carlevaro@ti.ch)

Editore

“Hans Dubois”  
Tazio Carlevaro  
Viale G. Motta 32  
CH-6500 Bellinzona

© Tazio Carlevaro

Prima versione aprile 2002  
Seconda versione aprile 2004

ISBN: 88-87282-08-0

## Indice del contenuto

Indice del contenuto .....	3
Ringraziamenti .....	6
Introduzione.....	7
Il programma di sensibilizzazione sul gioco eccessivo e problematico .....	7
Che cosa comprende .....	7
Esercizi a casa .....	8
Versioni future .....	8
Questionari e verifiche.....	9
PRIMA PARTE .....	10
Benvenuto! .....	10
È del gioco che vogliamo parlare ? .....	11
Le conseguenze del gioco d'azzardo eccessivo .....	12
Perché sei venuto?.....	13
Quale tipo di gioco ti ha attratto?.....	14
Sei ancora attivo, oppure hai smesso? .....	15
Com'è la tua storia di giocatore? .....	15
Giocare non è più un divertimento .....	16
Dove giochi o giocavi? .....	16
Che cos'hai fatto per salvare la nave che stava affondando? .....	16
Come stiamo in quanto ai soldi? .....	17
Possiamo fare un pezzo di strada assieme?.....	17
Riassunto della prima ora.....	17
Ti consegniamo del materiale. ....	17
SECONDA PARTE .....	7
Che cos'è l'azzardo? .....	7
Le particolarità dei giochi d'azzardo .....	9
Ma se è così, allora, perché uno gioca d'azzardo? .....	10

Ragioni emotive .....	10
Ragioni razionali.....	10
Si gioca solo per il denaro, o c'è dell'altro? .....	11
È facile caderci ! .....	12
Il gioco eccessivo è una malattia? .....	13
I differenti giochi d'azzardo.....	14
La roulette .....	14
Le slot machine (videopoker e fruit machine).....	14
Il blackjack.....	15
I pensieri che accompagnano il gioco.....	15
Gioco d'azzardo... spesso non solo! .....	16
Che fare?.....	17
Riassunto della seconda ora .....	18
Ti consegniamo del materiale.....	19
TERZA PARTE .....	8
Ricomincia a vivere ! .....	8
Se è una sorta di malattia, allora si cura.....	9
La farmacoterapia .....	9
La psicoterapia .....	10
Quale psicoterapia? .....	10
Il problema della ricaduta .....	10
Che cos'è una ricaduta?.....	11
Quando avviene una ricaduta .....	11
Che cosa fare, se capita?.....	12
E per terminare, anche se non del tutto.....	13
Andare avanti .....	13
Follow up.....	13
In caso di necessità... ..	14
Riassunto della terza ora .....	14
Ti consegniamo del materiale.....	15
Per saperne di più.....	20
Storia dei giochi d'azzardo .....	20
Note sul caso e sull'azzardo.....	22
Note su alcuni dei principali giochi.....	24

La Roulette.....	26
Il Black Jack.....	27
Le Slot machines .....	27
Bibliografia in italiano.....	28
Di Daniela Capitanucci .....	28

## ***Ringraziamenti***

La nostra avventura riguardante il gioco eccessivo è cominciata quasi per caso nel 1996, e ha trovato una sua prima concretizzazione ufficiale nel 1998. Questo programma non sarebbe mai potuto nascere senza la collaborazione e l'impegno di alcune persone, che mi piace qui ringraziare.

- I miei primi colleghi d'avventura, e validi collaboratori: Barbara Cadlini, Annamaria Sani e Hernán Jaime.
- I colleghi Alfredo Bodeo, Nicolas Bonvin, e Antonella Cairoli, venuti dopo in quest'avventura.
- Paolo Brunetti, che non solo ha creduto in noi, ma che ci ha anche sostenuto, e che ci ha aiutato a formarci.
- Il nostro sprone scientifico, amica, e collaboratrice "della vicina penisola", Daniela Capitanucci.
- La nostra segretaria, che si è sempre fatta in quattro, quand'era necessario, e quando eravamo in difficoltà: Bettina Defilla.
- Il Direttore dell'Organizzazione Socio-psichiatrica cantonale, Michele Salvini, che si è sempre interessato al nostro lavoro.
- Mia moglie, Teresita, che mi ha visto scomparire per ore ed ore, a studiare e a verificare il mio lavoro nel campo del gioco eccessivo.
- I nostri amici, colleghi e mentori dei primi tempi: Angels González Ibáñez, Cesare Guerreschi, Robert Ladouceur, Laurence Aufrère.

## Introduzione

**Q**uesto quaderno è fatto per chi si trova ad essere un giocatore problematico, ossia eccessivo. Gli fornisce le nozioni necessarie alla comprensione della sua situazione: che cos'è il gioco, perché si possono perdere i freni, e come si recupera il controllo sulla propria situazione.

Ambedue sono redatte in un linguaggio comprensibile e quotidiano, almeno così l'autore spera<sup>1</sup>.

### ***Il programma di sensibilizzazione sul gioco eccessivo e problematico***

Sono del parere che è utile proporre ai giocatori in crisi non tanto un intervento che solo pochi richiedono, quanto piuttosto una modalità più sbrigativa che non una terapia, che però abbia una funzione terapeutica in senso lato, e faciliti la prevenzione di una ricaduta. Il nostro programma si compone di tre parti, in cui abbiamo riassunto il minimo di conoscenze necessarie, per sapere e capire di che cosa il giocatore problematico soffre. È osservazione generale che conoscere le circostanze rende attenti, perché aumenta la capacità di discriminare.

### ***Che cosa comprende***

Questo programma comprende il presente **quadernetto** per il paziente, e un **questionario** per il paziente, che egli riempirà a casa, e che porterà al terapeuta.

Si tratta d'un fascicolo in tre parti: B1-1, B1-2, B1-3.

Comprende il succo delle tre conversazioni che compongono il programma di sensibilizzazione sul gioco problematico. Serve come *aide-mémoire*: come promemoria su un problema che merita di essere discusso e studiato.

Se qualcuno in famiglia lo vuole leggere (partner, padre, amico), è di certo il benvenuto. Ma c'è anche dell'altro.

---

<sup>1</sup> Useremo i termini "giocatore" / "terapeuta", al maschile, anche se spesso si tratta di donne, non in uno spirito maschilista, ma in un'ottica di semplificazione del discorso.

## **Esercizi a casa**

Una particolarità di questo programma di psico-educazione è la presenza di **esercizi a casa** per il paziente (B4-1, B4-2). Questi servono a facilitare la riflessione, la comprensione e il ricordo del materiale proposto nelle ore dedicate al gioco eccessivo. "Per molta gente "curarsi" vuol dire lasciar fare al medico o all'infermiera. Ma non è così. **In realtà, noi abbiamo un dovere morale di contribuire alla nostra salute, e quindi di collaborare con il medico, con lo psicologo o con l'infermiere**".

**Ecco perché ti chiedo di eseguire questi compiti.** Perché come tu sei - e come tu sarai - è anche responsabilità tua. Fare i compiti significa anche fare qualcosa per se.

A loro modo, gli esercizi a casa "misurano" anche la motivazione del giocatore problematico.

A volte può essere difficile.

- **Se ti senti depresso:** privo d'energia, disperato, incapace di pensare ad un futuro migliore.
- **Se non hai fiducia in te:** non te la senti, temi di far vedere ancora di più i tuoi i tuoi handicap (veri o immaginari).
- **Se non sai usare bene** la penna e il calamaio.
- **Se non ti sei reso ancora ben conto che questa è una sorta di malattia:** E se quindi credi che in fondo quello che t'interessa è "Come faccio a riprendere a giocare? Il resto non m'interessa molto".
- **Se i tuoi non sono informati sulla tua situazione:** "Come faccio a svolgere dei compiti a casa, visto che mia moglie non ne sa di niente?"

Inoltre, ti consegneranno *due tipi di questionari*.

Un questionario serve a conoscerti meglio. Si chiama **questionario clinico** (B3-1 e B3-2). Sono da consegnare al terapeuta.

Altri questionari servono a sapere **il tuo parere sul programma** di sensibilizzazione. Tre questionari riguardano i tre incontri (B2-1, B2-2, B2-3), e uno riguarda l'insieme del programma (B2-4). Ci servono per migliorarlo.

## **Versioni future**

Questa versione è dedicata a chi segue individualmente un programma di prevenzione del gioco eccessivo o problematico.

- Di questo programma di psico-educazione esisterà ben presto una **versione da applicare in un gruppo**. Sarà caratterizzato dall'uso di diapositive PowerPoint, e dall'uso di tecniche d'insegnamento motivanti e attivanti, come si fa nel campo dell'educazione degli adulti.

Ne faremo anche una **versione specifica per le famiglie** (ossia: per padri, figli, e coniugi di giocatori, loro stessi *non* giocatori). Per ora, però questa versione individuale va bene anche per loro, così come il libretto riassuntivo.



C'è anche un questionario. Il questionario è stato sviluppato da noi, ma qui lo troviamo in una forma semplificata. Serve anche al *follow up* (catamnesi).

### **Questionari e verifiche**

Su quello che faremo, poi, sappi che noi siamo molto interessati a quello che succede ai nostri pazienti. Nel senso che è utile, per noi, sapere come la va, **tre mesi dopo** la fine del programma, **e dodici mesi dopo**. Saperlo, ci permette di migliorare i nostri metodi. Ti telefoneremo ancora dopo sei mesi e dopo un anno, appunto. Darci informazioni su di te ci permetterà di migliorarci, e sarà dunque di utilità a tutti coloro che anche in futuro avranno problemi con il gioco eccessivo. Ne vedi dunque l'utilità, spero".

## PRIMA PARTE

# 1

### ***Benvenuto!***

Hai deciso d'informarti su che cosa sia il **gioco eccessivo**. Forse perché conosci un giocatore problematico, a volte eccessivo. Forse perché lo sei tu stesso. Forse perché ti chiedi che cosa fare.

- **Se sei un familiare d'un giocatore eccessivo**, qui troverai molte informazioni che ti potranno essere utili per capire, e dunque per affrontare con successo una situazione difficile.
- **Se sei un giocatore problematico**, in queste pagine troverai molte informazioni che ti permetteranno di capire perché ti ritrovi in una situazione difficile, come fare per uscirne, e come evitare di ricaderci. Inoltre ci troverai molti spunti che riguardano la natura del gioco d'azzardo. Infine, gli autori si augurano che queste pagine ti aiutino a rispondere in un modo responsabile ad una delle domande centrali della nostra esistenza: "Che cosa voglio, io, dalla mia vita?"

### ***Mettiamo però bene in chiaro una faccenda.***

Si dice che il gioco eccessivo sia una "malattia". Se anche lo fosse, **ognuno è però libero di curarsi oppure no**. Sono problemi suoi, caso mai della sua famiglia, se lo fa oppure no. Se uno vuole decidere di curarsi, oppure rinunciare, ha però **almeno il dovere di sapere di che cosa si tratta**. Ossia: quello che conta, quando uno ha il diabete, o la pressione alta, o un braccio rotto, è di sapere da dove viene questa malattia, come si fa a curarla, quali sono le complicazioni se non si cura, e come si deve organizzare la propria vita per convivere con la malattia, se non è curabile del tutto, come la pressione alta o il diabete.

C'è però un'altra considerazione da fare. **Qualunque sia la scelta di un individuo - ossia per esempio quella di non curarsi, questa decisione non deve pesare né sulla vita dei suoi famigliari, né sull'ordine pubblico. Nessuno ha il diritto, per esempio, di ridursi sul lastrico, perché chi poi paga sono i suoi famigliari, e la Società, ossia noi tutti, tramite l'Assistenza pubblica**. Non è, certo, un reato, questo no. È solo una questione di morale. Abbiamo anche *degli obblighi morali*, non solo dei diritti.

Non è vero che "tanto la salute è la mia", oppure che "tanto i soldi che spendo nel gioco sono i miei". Intanto, non sempre i soldi che spendi sono davvero i tuoi, nel senso che magari ci spendi anche soldi che **non** dovrebbero andare a te.

In secondo luogo, **non sono sempre solo affari tuoi**. Per cominciare, sono affari anche di chi ti vuole bene. Inoltre, se la tua situazione peggiora perché tu non ti sei preso cura di te, chi paga? Paghiamo noi tutti, con la Cassa malati, con l'Assistenza pubblica, con l'Assicurazione invalidità.

Magari, in queste pagine troverai informazioni o affermazioni che non ti convincono, o che magari ti sembrano lontanissime dalla tua esperienza.

È chiaro che queste righe **non possono comprendere l'esperienza di tutti**. Quindi qui trovi piuttosto una scelta di argomenti e di temi. Ma prima, rifletti un poco. Magari quanto ti irrita un pochino non è poi così lontano dalla tua esperienza.

## 2

### ***È del gioco che vogliamo parlare ?***

#### ***Con che spirito sei venuto?***

Con fiducia e speranza, in collera e disperato, con la speranza magica che tutto si risolve senza sforzo, con molta rabbia e rancore, con poca fiducia...

Che tu sia giocatore o familiare di giocatore, non importa. **Nessuno ti vuole convincere**, nessuno ti vuole fare cambiare idea.

Noi miriamo solo a chiarire quanto avviene. Ma le decisioni sono per forza sempre individuali.

#### ***Se sei un familiare di giocatore***

Il gioco d'azzardo è una faccenda complessa, e anche un familiare può fare molto, sia di bene sia di male. Perché tutti possono sbagliare, di solito in buona fede. Per questo, per evitare di peggiorare situazioni già difficili, è utile che venga lei a questi incontri. Imparerà di che cosa si tratta, e perché certe cose si fanno in un certo modo piuttosto che non in un altro.

#### ***Se sei un giocatore "recalcitrante"***

Sapere è molto meglio di NON SAPERE. È meglio conoscere che essere all'oscuro. È utile che tu sappia che cosa pensa la scienza sulla tua situazione. Così può decidere più liberamente sulla tua vita.

#### ***Se sei un giocatore "in chiaro"***

Qui troverai una messe d'informazioni che già conosci, ma probabilmente un po' disordinatamente. Vogliamo fare un po' d'ordine, e chiarire alcuni punti che spesso rimangono un po' all'oscuro. E aiutarti a prendere quelle decisioni che magari da tempo sembrano inevitabili anche a te.

Non illuderti: ormai nessuno più ha fiducia in te, neppure i tuoi familiari. E non hanno torto. Se la fiducia è rotta, non vale ora mettere condizioni per “ritrovarla”. È meglio partire da questa constatazione, e lasciare che la situazione sia presa in mano da qualcun altro. Potrà andare solo meglio.

# 3

## ***Le conseguenze del gioco d'azzardo eccessivo***

Il gioco d'azzardo è un divertimento. Come tutti i divertimenti, va praticato con misura e con giudizio. A volte, in certe persone, sembra che il gioco “sfugga di mano”. Diventa un'ossessione, che porta il soggetto a rischi (finanziari) superiori alle sue possibilità, a una vita passata in funzione del gioco, a sotterfugi e a menzogne. Alla fine, ne soffrono le relazioni familiari e la vita professionale.

### **Ecco alcune tra le conseguenze principali.**

- Ci sono conseguenze negative sull'armonia della famiglia. La moglie non si fida più, è in collera, e non ha più fiducia nel marito. I figli sono in rotta con il genitore giocatore. E c'è il rischio d'una rottura.
- Il gioco prende molto tempo, e quindi resta poco tempo, a volte, per lavorare e per occuparsi della propria famiglia e dei propri (veri) interessi, persino della propria salute.
- Ne soffrono anche le sue relazioni con gli amici. Non ne ha più, perché passa il suo tempo nella sala da gioco, e non pensa ad altro. I suoi amici, quelli veri, hanno l'impressione che lui li evita.
- La sua situazione economica peggiora: se lavora di meno, guadagna di meno. Quindi l'aspetto finanziario diventa serio, anche perché spesso il gioco porta a spese alte, o eccessive. Non solo: capita sovente che il giocatore dedichi al gioco anche somme che andavano spese per altri scopi (ipoteche, imposte, rate di debiti, affitto, mutua...), o spende addirittura somme che non gli appartengono (denaro ricevuto nel corso della sua giornata professionale, “prestiti” presi senza permesso da conti o da salvadanai altrui).
- Anche lo stato di salute del giocatore peggiora: non dorme, o dorme male, mangia male, fuma troppo, spesso beve troppo.
- Notiamo che il suo stato dell'umore è alterato: è teso, assente, lontano, triste, irritato, irritabile, preoccupato, depresso. O ha momenti di “alto” e momenti di “basso”.
- Infine, **notiamo il segno principale**. Si tratta della perdita di controllo sul gioco: Giocare, a chi osserva il giocatore eccessivo, non appare più solo come un gioco, ma quasi come un lavoro, qualcosa che non può né essere smesso, rallentato o

relativizzato. Un lavoro su cui il giocatore, spesso, cerca di tacere. Specialmente con i suoi famigliari. Specialmente quando le cose vanno male.

# 4

## ***Perché sei venuto?***

Ci sono mille ragioni per consultare uno specialista di gioco problematico.

- **Per curiosità.**

Forse hai un problema, o qualcuno ti ha detto che hai un problema di gioco, e ti vuoi sincerare. È una buona idea. È sempre utile considerare seriamente i giudizi che vengono da chi ti conosce bene, o da chi ti vuole bene.

- **In precedenza, ho giocato in modo eccessivo..**

Forse hai smesso qualche settimana fa. E hai qualche problema. Un po' d'angoscia, un po' d'insonnia, e ti rendi conto dei debiti che hai fatto. Ne possiamo parlare, e vedere da che parte iniziare a metterci rimedio.

- **Come misura preventiva rispetto al gioco eccessivo**

Forse sei qualcuno cui piace giocare d'azzardo. Perché no? Ma è vero che a volte può sfuggire di mano. Un po' come l'alcol. Una cosa che magari conosci. Vale la pena di imparare come NON cascare in una trappola dolorosa.

- **Desidero riprendere in mano la tua vita**

Forse tua moglie ti ha minacciato: se non la smetti con il gioco, ti pianta. Magari hai troppi debiti, e non sai da che parte girarti. Forse ne hai abbastanza di ore passate nella sala da giochi. Forse c'è dell'altro che ti aspetti dalla tua vita. E magari anche tu vedi un pochino quest'esigenza.

- **Per esigenze del tribunale.**

Forse il tribunale ha incluso nella pena irrogata anche la cura. Alcuni giocatori accettano la "cura", ma poi "scommettono" che non la faranno. Sono problemi loro, ma nessun terapeuta fa certificati falsi. Se t'interessa, noi potremmo invece fare un discorso serio.

- **Perché vorrei continuare a giocare**

Forse non è che sei stufo di giocare – e della vita che conduci. Magari ti pesa solo il fatto che il tuo denaro diventi sempre più scarso. E ti chiedi come uscirne. Non so se possiamo esserti utile, ma di certo discuterne può darti delle buone idee.

# 5

## ***Quale tipo di gioco ti ha attratto?***

I giochi d'azzardo sono innumerevoli. E cambiano a seconda dei paesi e delle epoche. Anche in questo campo ci sono delle **mode**. Oggi alcuni giochi tipici del settecento non solo non si giocano più, e addirittura non si sa più come si giocassero. I vari giochi **non si equivalgono** tra di loro. Né nelle probabilità di vincita (alcuni lasciano all'organizzatore il 2%, altri il 50%), e neppure nella tendenza a sviluppare una dipendenza. Conosciamo i seguenti:

- I grandi giochi da Casinò
- Le scommesse
- Le lotterie e i giochi simili
- Le lotterie istantanee
- Le carte e i dadi
- Le macchinette mangiasoldi

In genere, in Europa e negli Stati Uniti (e nell'America del Sud) questi sono i giochi che si possono trovare nei Casinò. Ogni gioco ha una sua origine, ha le sue attrezzature di gioco (che si acquisiscono presso produttori specializzati), ha le sue regole e un suo svolgimento, ha una posta (spesso con dei limiti), ha un suo tipo di giocatore, ha spesso una sua tassa, ha un croupier che vi può partecipare (oppure no), ha un banco, che trae dei vantaggi, ha delle combinazioni vincenti, ma anche delle probabilità di vincita, che variano a seconda del gioco e delle regole che vi si adottano.

- Roulette francese
- Roulette americana
- Roulette bleue
- Chemin de fer
- Baccarat à deux tableaux
- Baccarat tout va
- Punto e banco
- Trente et quarante
- Black jack
- Craps
- Boule
- Slot Machines

Ogni giocatore ha il suo gioco preferito, eventualmente i suoi giochi preferiti. Spesso ha poca simpatia per gli altri. A volte i giocatori di roulette guardano di sotto in su i giocatori di slot machines, e chi ama la poker machine non ama la fruit machine.

# 6

## ***Sei ancora attivo, oppure hai smesso?***

Non tutti i giocatori che arrivano da un terapeuta giocano ancora. Alcuni hanno smesso, hanno capito, ma hanno difficoltà a controllare il loro desiderio. Altri hanno smesso solo perché non hanno più soldi. Altri dicono di voler smettere, ma in realtà lo dicono per compiacere la moglie. Oppure ci credono, fino alla prossima entrata nella sala da gioco.

***Giocare fa parte della natura umana. A qualunque gioco. Ma ci sono dei giochi che creano problemi, alla lunga.***

Noi accogliamo volentieri sia i giocatori "attivi", che quelli che hanno deciso di smettere, e rispettiamo le loro scelte.

# 7

## ***Com'è la tua storia di giocatore?***

Di solito, il giocatore comincia con un gioco tranquillo, controllato. Non è detto che cominci con il gioco che l'ha portato in difficoltà.

Non è che uno nasca giocatore. C'è, per tutto, una prima volta. Magari hai cominciato a casa, con i tuoi genitori. Oppure con gli amici al bar. O nelle sale da gioco, o nelle sale da tombola (o da bingo). E si comincia con giochi tradizionali, con la tombola, il lotto, lo sport toto, il gioco dell'oca. Sai, quasi nessuno comincia proprio con la roulette.

***Molti riferiscono di avere avuto, nei primi tempi del gioco, quand'era ancora "innocente", un'esperienza che li ha interessati maggiormente al gioco, perché li ha colpiti. Una vincita iniziale, oppure ne ha vista una, di un collega giocatore, che gli ha dimostrato che davvero si può vincere"***

***Poi.. per un po' va bene.*** Ad un certo momento, la "fortuna" sembra che non ti sorrida più. Sembra che ti si avvicini, per poi sfuggirti, non appena ti ha sfiorato. Stai sempre per vincere, ci manca pochissimo, ma non vinci. Anzi, perdi. E ti ci vuole denaro da "investire", per poter poi vincere. Insomma, se la vincita ritarda, vuol dire che si avvicina. Smettere sarebbe un errore.

Si parla di **rincorsa**. È quando, ad un certo momento, tu di dici "Adesso devo smettere di giocare perché non ho più soldi, ma **devo tornare al più presto, per "rifarmi",**

**ossia per recuperare il denaro perso, o almeno una parte.** Ti dici: “Con un po' di fortuna dovrei farcela. Non si può solo perdere. E vengo domattina, per trovare proprio questa macchina, che ormai sarà piena”. Purtroppo la maggior parte dei giocatori riferisce che questa rincorsa non ha mai fine – se non con la rovina del giocatore.

Anche il modo di giocare è una caratteristica di ognuno. C'è chi mostra un gioco che sta **aumentando**, o che sta **diminuendo**, o che è **stabile**. Oppure c'è un gioco **irregolare**. Altri, poi, fanno **enormi scorpacciate** di gioco per un po', poi smettono, e per un bel po' non ci vanno più (= binge).

*Giocare non è più un divertimento*

**Diventa, a volte, un impegno, un lavoro, quasi un obbligo. Ti fa dimenticare amici, famiglia, lavoro, interessi.**

Pensa un po' a quanto **hai speso**. Voglio dire: quanto hai investito nel gioco. Se siamo qui a parlarne, è perché tu ci hai investito di più di quello che ne è uscito. Si calcola che se hai debiti di gioco per 10'000 franchi, significa che ne hai investiti nel gioco circa 100'000, che comprendono i tuoi soldi, quelli che hai preso ad altri, e quelli che ogni tanto il gioco di lasciava vincere.

Ricordati **quante ore** dedicavi al gioco, durante l'ultima settimana in cui hai giocato. E **quanto spesso** ti recavi alla sala da gioco, al bar, nel Casinò, al galoppatoio, o altrove!

**Anche i debiti sono importanti:** non è un divertimento averne.

*Dove giochi o giocavi?*

**Tutti hanno posti che preferiscono, anche per giocare. Il Casinò, il bar, il galoppatoio. Qual era o qual è il tuo posto preferito, quello in cui vai più volentieri e più spesso a giocare?**

C'è chi preferisce il Casinò più vicino – o quello più lontano. C'è chi preferisce la sala giochi, o il bar. C'è chi frequenta la sala del bingo, o la tombola. O la sala dove si vendono biglietti di lotteria, o si accettano scommesse sportive. C'è anche chi preferisce l'ippodromo. Insomma, ce n'è per tutto.

*Che cos'hai fatto per salvare la nave che stava affondando?*

Non c'è nessuno che non si renda conto, in un qualche modo, che le cose stanno andando male. E quasi tutti pensano che una buona soluzione sarebbe di smettere di giocare d'azzardo, oppure di **limitare il gioco per limitare le perdite**. Non è facile. “Magari Ti ci sei messo anche tu. Hai provato. Magari hai deciso di chiedere aiuto al casinò, con **un'autodiffida** (la richiesta di essere escluso per decisione propria, dal casinò). Magari è stato il casinò che ti ha escluso (ossia: ti ha diffidato).

A volte capita che qualcuno poi si pente. Forse ritiene di essere “guarito”, forse ritiene che è ormai in grado di “controllarsi”. Allora chiede la **riammissione**, e magari la ottiene anche. Ognuno decide secondo la sua coscienza. È difficile che questa sia però una buona idea.



## *Come stiamo in quanto ai soldi?*

Si sa bene che chi gioca spera anche di **vincere dei soldi**. A volte vince, a volte no. Ma a volte le perdite sono così ingenti da farti sperare di fare una bella vincita, che metta tutto a posto. Purtroppo capita molto di rado, per non dire quasi mai. La maggior parte dei giocatori **ha debiti**. Anzi, **una miriade** di debiti: con amici giocatori, con conoscenti, con amici, con il barista, con il casinò, dove la cosa è permessa, con una banca (piccolo credito), con i famigliari (magari ingannando un pochino), con il datore di lavoro (anticipi sul salario). Ti dirò una cosa. **Sarà un problema farne la somma**, perché spesso i giocatori “si riservano” il diritto di tacere questo o quel debito, perché “poi lo metteranno a posto loro”. Invece l’inventario dei debiti è importante, anche perché poi i tuoi creditori li dovrai affrontare.

## *Possiamo fare un pezzo di strada assieme?*

Nessuno è tenuto a “curarsi”, e magari anche a “guarire” se non vuole, o se non è in chiaro circa la malattia di cui soffre.

## *Riassunto della prima ora*

### *“Abbiamo imparato qualcosa...”*

- Su quali sono, in certi casi, le conseguenze del gioco d'azzardo
- Su che cosa miri per il tuo futuro
- Su quali giochi ti sono interessati
- Su come è cominciata, e come è andata avanti
- Su dove giochi o giocavi
- Su come hai cercato di opposti alla via in discesa
- Sulla tua situazione sociale, familiare e finanziaria.

## *Ti consegniamo del materiale.*

Ti consegniamo del materiale che ti può essere utile.

- 1) La **prima parte del fascicolo** (B1-1) che comprende il riassunto dei temi che abbiamo trattato qui. Ti servirà per ricordartene, per approfondire, per farlo leggere ai tuoi familiari. È per te. Si tratta del fascicolo che hai in mano.
- 2) Un **questionario clinico** (B3-1), ossia in cui ti poniamo ulteriori domande sul problema del gioco. Ti preghiamo di consegnarlo al terapeuta in occasione della seconda ora.
- 3) Alcuni fogli con dei **compiti da eseguire** (B4-1). Sono tre. Il primo ti chiede di porti un gruppo di domande centrali sul *senso della tua vita*. Che cosa ti aspetti dalla vita? Il secondo ti chiede di riflettere sulle *ragioni per cambiare*, ma anche sulle ragioni per non cambiare. Il terzo ti propone di *trascrivere dei proponimenti*, da appendere

sullo specchio del bagno di casa tua. Un aiuto alla tua memoria e alla tua capacità di deciderti.

- 4) Un questionario, in cui ti chiediamo di **valutare il primo incontro** di sensibilizzazione (B2-1). È da riconsegnare al terapeuta in occasione della seconda ora. Ci servirà a migliorare il nostro programma, per aiutare ancora meglio che si troverà nella tua situazione nel futuro.

► **GRAZIE PER L'AIUTO CHE CI DAI, RICONSEGNANDOCI QUELLO CHE TI CHIEDIAMO.**

# Questionario clinico per il paziente

Prima ora

B3-1, versione 2

- Rispondi **ponendo una crocetta** sulla casella che corrisponde a quanto tu sai.
- Questo questionario clinico **ti è consegnato** alla fine della prima ora del programma di sensibilizzazione al gioco eccessivo. Lo riconsegnerai al terapeuta, all'inizio della seconda ora.
- I dati saranno trattati **con assoluta riservatezza**, ossia sono sottoposti al segreto medico. Ci servono a conoscere meglio il fenomeno del "gioco eccessivo", una malattia, secondo le conoscenze più recenti, valide in Europa e negli Stati Uniti, di cui conosciamo ancora poco. Serviranno dunque a verificare ipotesi e meccanismi, ciò che permetterà di incidere meglio, in futuro, in particolare sulla prevenzione e sulla terapia.

<p><b>24. Da chi Lei ha avuto informazioni su chi rivolgersi?</b></p> <p>1= famiglia</p> <p>2= amici</p> <p>3= datore di lavoro, colleghi di lavoro</p> <p>4= medico o psicoterapeuta</p> <p>5= mezzi di comunicazione</p> <p>6= Telefono di servizio (143, Numero verde)</p> <p>7= operatori del Casinò</p> <p>8= altri giocatori, o frequentatori del posto dove gioco</p> <p>9= lo sapevo io stesso</p> <p>10= altro (specificare)</p>	<p>1 <input type="checkbox"/></p> <p>2 <input type="checkbox"/></p> <p>3 <input type="checkbox"/></p> <p>4 <input type="checkbox"/></p> <p>5 <input type="checkbox"/></p> <p>6 <input type="checkbox"/></p> <p>7 <input type="checkbox"/></p> <p>8 <input type="checkbox"/></p> <p>9 <input type="checkbox"/></p> <p>10 / _____ /</p>			
<p><b>41. Ha debiti di gioco?</b></p>	<p>1 <input type="checkbox"/> Sì    2 <input type="checkbox"/> No</p>	<p>1 <input type="checkbox"/> Sì    2 <input type="checkbox"/> No</p>	<p>1 <input type="checkbox"/> Sì    2 <input type="checkbox"/> No</p>	<p>1 <input type="checkbox"/> Sì    2 <input type="checkbox"/> No</p>
<p><b>42. Ammontare dei debiti</b> di gioco in CHF (€)</p>	<p>/__//_____/</p>			
<p><b>43. Origine del denaro utilizzato per il gioco</b> (anche parecchie risposte)</p>				

<p>1= budget preventivato</p> <p>2= tolto alle normali spese di casa</p> <p>3= risparmi</p> <p>4= vendita di beni</p> <p>5= prestiti da familiari e amici</p> <p>6= prestiti da altre forme</p> <p>7= attività illecite</p> <p>8= altro (specificare)</p>	<p>1 <input type="checkbox"/></p> <p>2 <input type="checkbox"/></p> <p>3 <input type="checkbox"/></p> <p>4 <input type="checkbox"/></p> <p>5 <input type="checkbox"/></p> <p>6 <input type="checkbox"/></p> <p>7 <input type="checkbox"/></p> <p>8 / _____ /</p>			
---	--	--	--	--



## Compiti a casa della prima ora

B4-1, versione 2  
Per il paziente

Questi “compiti a casa” sono affidati in occasione del primo incontro. Saranno discussi in occasione del secondo incontro. Si tratta di riflettere su alcuni temi centrali dei problemi.

### ***Le domande centrali***

***Ogni domenica mattina***, per cinque settimane, per un periodo di cinque minuti, assieme a tua moglie, a tuo marito, o al tuo partner, ***poniti alcune delle domande centrali dell'esistenza***, che riguardano te stesso, la tua famiglia, il tuo impegno sociale e professionale, il tuo futuro, la tua dignità.

Che cosa ti aspetti dalla vita?	
Chi sei?	
Quali sono i tuoi valori?	
Ti va bene così?	

Che cosa cambieresti?	
Che cosa vorresti fare di più	
Che cosa ti ci vuole	
Come lo vorresti fare?	

### ***Perché cambiare?***

*Perché smettere? Perché continuare? Se vuoi smettere, hai delle ragioni per farlo, ma anche per evitare di farlo.* Infatti, è difficile smettere. Vuol dire che ci sono ragioni anche per continuare a giocare. Altrimenti sarebbe facilissimo smettere.

Non si tratta solo d'elencare le ragioni, ma anche di **determinarne il "peso"**, ossia l'importanza, **su di una scala da uno a dieci**. Dieci è il peso massimo, mentre uno è un peso di scarsa importanza.

Alla fine, per ogni colonna, fate la somma. La **somma dei valori della prima colonna** ti dà il "peso" che tu attribuisce a smettere. La somma dei valori della **seconda colonna** ti dà il "peso" che tu attribuisce a *non* smettere, ossia a continuare.



Perché smettere?			
Argomenti <i>per</i>	Peso	Argomenti <i>contro</i>	Peso
<i>Prima colonna</i>		<i>Seconda colonna</i>	

**Per esempio:**

Argomento per smettere

Mia madre ne soffre (peso: 5, ossia medio)

Non ho più soldi (peso 9: ossia molto)

**Argomento per non smettere**

Potrei perdere un'occasione di vincere (peso: 2, ossia poco)

Mi diverto (peso: 10, ossia molto)

Ogni mattina

Trascrivi queste frasi su di un cartoncino, e mettilo nel bagno, sullo specchio, così che tu possa leggerlo almeno tutte le mattine, quando ti fai la barba, ti lavi il volto, ti spazzoli i capelli, ti fai il trucco. Leggilo ogni mattina... per vivere meglio.

- So resistere alle tensioni e alle tentazioni.
- So dire di no, e so mettere dei limiti
- So spiegarmi, e so anche ascoltare
- Ho voglia di migliorarmi
- Accetto i miei limiti
- So coltivare la mia fantasia, e ritrovare un pizzico di follia
- So rinunciare
- Provo piacere per le piccole cose
- So esprimere i miei sentimenti belli, e quelli brutti
- So rilassarmi e lasciarmi andare
- So chiedere aiuto

**QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE DEL PROGRAMMA DI SENSIBILIZZAZIONE  
AL GIOCO D'AZZARDO ECCESSIVO**

**Prima ora**

**B2-1, versione 2**  
**Per il cliente**

Il presente questionario lo ricevete in occasione del *primo* colloquio. Serve a valutare la tua impressione sul colloquio stesso. Lo compili, una crocetta nella casella che a tuo parere meglio corrisponde alla tua opinione.

Consegnerai questo questionario al terapeuta, in occasione del secondo incontro.

Ci servirà per migliorare questo programma di sensibilizzazione, per aiutare ancora meglio chi affronta difficoltà per via del gioco eccessivo. Grazie davvero.

<b>Domande</b>	<b>Non sono in chiaro</b>	<b>Sono solo poco in chiaro</b>	<b>Sono mediamente in chiaro</b>	<b>Sono piuttosto in chiaro</b>	<b>Sono del tutto in chiaro</b>
<b><i>Sono in chiaro sulle conseguenze,</i></b> mie e altri, del gioco d'azzardo eccessivo (3)					
<b><i>Sono in chiaro sulle ragioni</i></b> per cui sono venuto qua (4)					
<b><i>Sono in chiaro sulla mia "carriera"</i></b> come giocatore, dall'inizio fino ad ora (5-7)					
<b><i>Sono in chiaro</i></b> che il gioco eccessivo ha creato <b><i>difficoltà, dissidi, sofferenza</i></b> (7)					
I compiti della prima ora mi sembrano					
Comprendibili					

<p>Utili ai miei scopi</p>					
<p>Adeguati a quello che desidero</p>					
<p>Le mie proposte:          Propongo i temi, gli argomenti, i metodi          seguenti:</p>	<p>⇒</p>				

## SECONDA PARTE

# 8

### ***Che cos'è l'azzardo?***

*Mettiamola così. A volte perdiamo il controllo su di un nostro comportamento non perché siamo particolarmente malati, o perché siamo particolarmente malvagi, ma piuttosto perché non siamo in chiaro su che cosa succede davvero. Io sono convinto che il giocatore d'azzardo sa che cos'è il caso. Ma se diventa un giocatore eccessivo, è che ha perso di vista la definizione razionale di "caso".*

#### ***"Che cos'è il caso?"***

In Italiano esistono parecchie parole quasi equivalenti: il caso, la *fortuna*, l'*azzardo*, Nel termine *azzardo*, c'è sì il caso, ma anche la scommessa. Nel termine *fortuna*, troviamo bensì il caso, ma solo quello favorevole. Il termine caso è più neutro. Per caso possono avvenire situazioni gradevoli e sgradevoli. Possiamo vincere una scommessa, ma anche può capitarci qualcosa su cui non avevamo scommesso.

***"Il caso è un avvenimento che deriva da un numero così alto di cause, tra di loro in mille modi diverse, da essere imprevedibile".***

Il caso conduce ad avvenimento che sono per natura loro ***imprevedibili***. La via per cui conduce a quest'avvenimento ***NON è influenzabile***.

È dunque necessario sfatare alcune leggende, che riguardano i giochi d'azzardo.

***Si possono riconoscere, o scoprire, le regole del caso, giocando?*** Non si può. Proprio per la natura del caso. Ne consegue, che ***il gioco d'azzardo, né si può guidare, né si può prevedere***.

Il calcolo delle probabilità esiste, ma NON SERVE a scoprire le leggi del caso, e dunque quelle dell'azzardo. Chi fa calcoli su calcoli perde il suo tempo. E vedremo ancora dopo il perché. Certo, è un po' deludente, per coloro che hanno creduto che invece fosse possibile. E lo è ancora di più per chi tra di voi ha avuto l'intuizione di

essere sulla buona strada, in questa ricerca, o che magari ha pensato di essere ormai a due passi dalla scoperta per cui aveva tanto sacrificato.

Alcuni di voi lo sanno: ne hanno sentito parlare, e se ne sono convinti con la propria a volte amara esperienza. C'è chi ritiene che la propria sfortuna non sia legata al gioco che fa, ossia al gioco d'azzardo, ma ad altri fattori, tra i quali con gli anni mi sono reso conto che quelli che sono importanti sono i seguenti.

- C'è un **fattore di disonestà** (il barista che "tara" le macchinette, o che le "svuota" la sera...)

*In un Casinò, le macchinette sono tarate "normalmente", e nessuno vi ha accesso. Non credo che la pallina della roulette sia truccata. Avrei meno fiducia nelle macchinette dei bar. Ma tant'è.*

*In realtà, le tarature c'entrano poco. È nella natura del gioco, il fatto che il cliente non possa vincere in un modo sostanziale. Altrimenti gli stabilimenti di gioco dovrebbero chiudere. Le regole del singolo gioco sfavoriscono il giocatore. Il caso fa il resto.*

- È un **principio intrinseco allo strumento del gioco** (le macchinette danno dei flebili segnali, appena percettibili, che se uno impara a percepirli, può prevedere quando "pagherà").

*Le macchinette non hanno l'anima. Non hanno sentimenti e preferenze. Non amano e non odiano. Non sono avide e non sono generose. Non sono buone e non sono cattive. Non sono veloci e non sono lente. Non cantano, non sospirano, non gemono. E, specialmente, non hanno memoria. Ogni volta che infili il gettone, il computer della macchinetta genera casualmente una combinazione (di numeri o di disegni). Una volta che hai messo il gettone seguente, questa combinazione scompare, inghiottita nel nulla. La macchinetta non se la ricorda ormai più, e non la potrà utilizzare per creare la nuova combinazione. Quest'ultima è dunque del tutto nuova.*

- È un **principio intrinseco al soggetto, ossia al giocatore**. "C'è gente fortunata, cari i miei miscredenti. Non lo si può mica negare. C'è gente che vince, e magari due o tre volte di seguito, e che vive del gioco d'azzardo".

*Che tu ci creda o no, nel gioco non esistono né paolini paperini, né gastoni. E se anche ci fossero, la media di quello che capita ai giocatori parla per gente che sul lungo periodo guadagna una certa somma, ma ne perde una almeno leggermente maggiore. E poi, lo so: ci sono anche le leggende metropolitane, che se vai ad analizzarle, scopri che esistono, uguali, in Germania, in Inghilterra, in Francia e negli Stati Uniti. Nessuno vorrebbe essere come Paolino Paperino. Molti sognano di essere come Gastone. Per fortuna, sono esseri di fantasia. Non solo nel gioco d'azzardo, ma anche nella vita.*

- È un **fattore intrinseco al gioco stesso**. Ma come, i numeri appaiono bensì irregolarmente, ma sul lungo periodo, tendono a egualizzarsi nella loro frequenza. Quindi, il numero che manca da tempo, diventa sempre più probabile che appaia.

*Qui la cosa si fa complessa. È vero, sul lungo periodo, se non ci fossero due fenomeni che rendono invalida la legge dell'egualizzazione progressiva delle perdite e dei guadagni. Per cominciare, bisogna davvero avere molti soldi da investire per... egualizzare (non per vincere). Se improvvisamente non hai più denaro, hai perso tutto.*

*Ma c'è un'altra considerazione da fare. Sul lungo periodo, tu devi anche pagare con una parte del tuo capitale "da investire", per compensare chi organizza i giochi. È la sua parte, che il gestore si prende sia che tu perda, sia che tu vinca. Capisci adesso perché la Legge non si manifesta?*

E se non sei d'accordo, sappi però che questa è l'opinione degli esperti del gioco d'azzardo in genere, e non solo del gioco d'azzardo eccessivo. Tra i quali ricordo molti giocatori eccessivi che hanno studiato il loro problema.

# 9

## **Le particolarità dei giochi d'azzardo**

Al di là della discussione sul come si presenta l'azzardo nei giochi, è utile ricordare alcune particolarità dei giochi stessi.

- **Ogni lancio (ogni giocata) termina con una rimessa a zero: ogni giocata è dunque indipendente da quelle precedenti.** E ogni tornata è dunque una tornata nuova. La macchinetta non si ricorda della giocata precedente, non sa quanto denaro ha dentro. La pallina della roulette non si ricorda in quale buca era andata la volta prima. Non sa nulla di nulla. Tu non giochi una partita con molte tornate (con molti lanci). Il fatto è che ogni tornata, ogni lancio, in realtà, è una partita a sé, che non c'entra con quelle precedenti.
- Ne consegue, che il gioco d'azzardo è l'unica attività umana in cui l'esperienza non serve. Una volta che hai imparato le regole, non c'è altro da fare che seguirle. Non si può imparare a migliorare le proprie prestazioni con l'esercizio. Proprio perché ogni giocata, in realtà, è una partita nuova.
- C'è una terza particolarità. Se tu ed io giocassimo a testa e croce con una moneta, alla millesima rimessa (giocata, tornata) saremmo più o meno pari, nel senso che tanto ho perso io quanto hai guadagnato tu, e viceversa. Ma nel gioco d'azzardo di Casinò o di sala da gioco, per ogni giocata si paga una percentuale obbligatoria all'organizzatore.

Nel caso delle **macchinette**, il 3-4% medio delle giocate (il resto, ossia il 96-7%, viene ridistribuito ai giocatori). Nel caso della **roulette**, il 2%. Nel caso delle **lotterie**, il 50% (mica male per gli organizzatori, eh?). Quindi, alla lunga, se giocassimo a testa e croce al Casinò, ci ritroveremmo ad ogni giocata più poveri del - diciamo - il 2% dei nostri averi.

# 10

## ***Ma se è così, allora, perché uno gioca d'azzardo?***

Di certo, non perché i giocatori sono degli stupidi. In realtà, è utile non semplificare le cose oltre misura. *Non ci può essere una sola ragione* che spinge delle persone a giocare d'azzardo. Si gioca di solito per il **piacere** di farlo. Queste sono le **ragioni emotive**. Altri invece giocano anche per **ragioni razionali**. Le ragioni "emotive" sono individuali, e non possono essere criticate. Ognuno ha il diritto di fare quello che gli pare. Mentre le ragioni "razionali" sono perlopiù sbagliate. Vediamo.

### *Ragioni emotive*

Le ragioni emotive non sono disprezzabili. Molte scelte che facciamo sono in realtà scelte emotive. Si gioca, anche d'azzardo, semplicemente perché piace.

- Ci sono persone a cui piace giocare, **per il piacere della tensione che il gioco provoca**, per il gusto della sfida, per il piacere di non pensare per un po' di tempo.
- **Tutti sperano di far bene nella vita**. E tutti sanno che il denaro serve a tale scopo. Per far star bene se stessi, e, quel che più conta, gli altri. Tutti sanno che divertirsi fa bene allo spirito. Ti può tirare su di morale. Tanto meglio se con un meccanismo solo ritroviamo assieme divertirsi, sentirsi bene, e guadagnare qualcosa.

### *Ragioni razionali*

Qui riprendo una considerazione fatta in precedenza. Orbene, il risultato del gioco d'azzardo non è conoscibile prima (non è prevedibile razionalmente). E non c'è modo di influire sul risultato stesso. Anzi, come viene praticato, una percentuale (che tu abbia vinto o che tu abbia perso) passa regolarmente e costantemente dalle tue tasche a quelle dell'organizzatore del gioco. Quindi, **NON È RAZIONALE** giocare d'azzardo, e sperare di vincere, o di rifarsi sul lungo periodo.

***La faccenda è che tutto questo non è per niente evidente. Tu, caro giocatore, l'hai capito sulla tua pelle, e ti brucia ancora. Ma sono certo che al momento in cui giocavi non te n'eri accorto, proprio perché è una faccenda nascosta".***

### ***Vediamo assieme perché NON è evidente.***

- Intanto, notiamo una nostra tendenza ereditaria :*il mondo per noi deve essere prevedibile*, come di solito è. Per fortuna il mondo è prevedibile: altrimenti non potremmo sopravvivere.
- Uno dei principi della comprensibilità è la **complessità**: nella misura in cui ci sono delle regole, magari complesse, giudichiamo che quel gioco debba essere prevedibile. **Le regole in questi casi "nascondono" la sua natura semplicissima.**



- La buona conoscenza di un gioco ce lo rende **vicino, prossimo, familiare, amico** (poco minaccioso). Tanto più conosciamo un gioco, quanto meno lo temiamo e ce ne malfidiamo.

# 11

## ***Si gioca solo per il denaro, o c'è dell'altro?***

***Io non credo che ci sia qualcuno che giochi proprio solo per denaro.*** Ci sono mezzi più veloci e più sicuri per guadagnarne. Ma, certo, la possibilità di vincere del denaro conta.

Immaginiamo che qualcuno affermi che gioca solo per puro divertimento. Bene, questa sera si reca al casinò, e vede un cartello: "Caro ospite, sappiamo che vieni solo per divertimento, e basta. Quindi, per questa sera, qui si gioca solo per il divertimento. Come compenso, se vinci, ti daremo una bella medaglietta di plastica, con iscritto il tuo nome.

Rifletti un attimo. ***Quante persone rimarranno a giocare, quella sera, al Casinò?***

## ***Si gioca però anche per il gusto di giocare. Lo sanno tutti, ed è vero.***

Eppoi, si gioca per il gusto di affrontare una ***sfida***. Qualcuno può pensare che si può: che esiste un qualche sistema per "vincere il caso". È una grande sfida, se è così. ***Se la si vince, non è solo per il denaro.***

*Nel gioco d'azzardo, il giocatore spesso pone le sue migliori energie. Perché gli piace, e perché ne intravede una sua razionalità, tutta da conquistare, magari a fatica, ma con grandi risultati, una volta giunti in porto. Ecco alcune delle qualità necessarie per essere un giocatore d'azzardo – ma utili magari anche altrove.*

- **Molta tenacia:** bisogna "sapere tenere duro" anche nei momenti in cui si perde.
- **Molta attenzione:** forse la regola è ben nascosta, e bisogna osservare, tenere conto di, scrutare, ricordarsi.
- **Un bel po' d'intelligenza,** che mira a combinare le osservazioni fatte, e a elaborare le ipotesi che potrebbero portare a scoprire i segreti del gioco.
- Infine, ci vogliono **tempo e denaro**, da investire, con **la tenacia e l'attenzione**, per cercare di *carpire il segreto del caso*.

# 12

## ***È facile caderci !***

Nessuno tra quelli che amano giocare d'azzardo ha l'ambizione di diventare un giocatore d'azzardo eccessivo. Vuol solo diventare un "buon" giocatore d'azzardo. Così come nessuno di coloro che apprezzano il vino desidera diventare un alcolista.

Il problema è che caderci è facile: per cominciare, il gioco stesso stimola il giocatore a porsi la domanda se esistono dei "**sistemi**" o delle regole nascoste che permettono di prevedere il risultato del gioco. **Se il giocatore comincia a sospettare che ci possano essere, è facile che si metta a cercarli**".

**Se si crede che c'è un sistema, è logico pensare che, sul lungo periodo, si può vincere. Il bisogno, ossia le prime perdite di denaro, acuisce questo meccanismo che spinge un individuo a "rifarsi" delle perdite subite, in nome di vincite future**".

**Impegnarsi nel gioco eccessivo non è un problema d'intelligenza: è piuttosto un problema di conoscenza. Si esagera se non si conoscono le particolarità del gioco d'azzardo, o se le si valutano in un modo diverso dalla realtà.**

### **Attenzione**

Abbiamo visto che il risultato del gioco non è mai prevedibile, e che necessariamente, sul lungo periodo, il denaro investito nel gioco tende a diminuire.

**Regola d'oro:** se *oggi* per caso vinci una grossa somma, ritiralala subito, non investire neanche un centesimo in altri giochi, e tornatene a casa. E non tornare mai più nella sala dei giochi.

Io ti auguro però che **non** ti capiti mai. Perché ti potrebbe venire in mente che io ti racconto frottole, e che per te la soluzione migliore sia di tornare a giocare, perché tanto sei un tipo vincente. Sarebbe davvero un peccato.

# 13

## ***Il gioco eccessivo è una malattia?***

Gli specialisti lo considerano una specie di malattia, che consiste in alcuni elementi importanti, che i medici chiamano “sintomi”.

- Una ***perdita di controllo sui pensieri e sulle azioni*** che riguardano il gioco d'azzardo, una specie di “dipendenza”, di “ossessione”, che riguarda un comportamento (quello del gioco d'azzardo), che, di solito, nella maggioranza delle persone, e anche nella maggior parte della sua vita, è sotto controllo. È quindi difficile “fermarsi”, se ti ha morso questa tarantola, ossia se ti ha preso questo pensiero continuo.
- Una ***valutazione errata del concetto di “caso”, ossia di “azzardo”***, che ha facilitato la perdita del controllo. Il giocatore, di solito, pensa di essere più vicino alla vincita di quanto non lo sia davvero, e di sapere, sul funzionamento dei giochi, delle cose che lo possono aiutare a svelare il mistero del caso, per metterlo al proprio servizio.
- ***Il bisogno nato da spese eccessive***, che spinge a giocare sempre di più per recuperare il denaro speso - e perso. Sfidare la macchina, o le leggi del caso, senza un manuale, significa fare delle prove. Ma fare delle prove, delle esperienze, significa investire del denaro nel gioco. Ed è qualcosa che alla lunga pesa, perché sono investimenti costosi. Quindi il bisogno di “recuperarli” diventa pressante. E quindi la necessità di vincere (e dunque di giocare) diventa sempre più urgente.
- ***Insomma, quello che era un divertimento diventa una specie di ossessione***: diventa un tema centrale del pensiero, del desiderio, delle preoccupazioni d'un giocatore. Questi finisce col trascurare tutti e tutto: famiglia, amici, lavoro e divertimenti. Con conseguenze a volte disastrose.

Non sappiamo da dove tutto questo venga. Ma è universale. Si manifesta in questo modo in Cina, tra gli abitanti dell'antica America, in Europa, ed in Australia. Forse c'è anche un ***aspetto ereditario***: forse legato a un'eredità depressiva o ansiosa, ed un retaggio basato su ***abitudini familiari***. Sembra che sia più facile diventare giocatori eccessivi, se la conoscenza dei giochi d'azzardo tradizionali è stata precoce (penso alla tombola, al gioco dell'oca, al giro del mondo, al gioco delle carte, ecc.)

Questa “malattia” ha relazioni con altre “malattie”. Penso agli Episodi depressivi, ai Disturbi dell'ansia, alle Dipendenze (alcol, tabacco).

**Tutto questo apre la porta alla speranza.** Che il gioco eccessivo nasca da un'abitudine diventata automatica, che venga da pensieri che ti ossessionano, che derivi da problemi ereditari, o da esempi familiari, o da tutto questo assieme, sapere di che cosa si tratta, e da dove venga, ***ti permette di ridiventare il padrone del tuo destino. Solo l'ignoranza uccide.***

# 14

## ***I differenti giochi d'azzardo***

***Ogni gioco ha le sue regole, ma le regole servono solo a nascondere il meccanismo di base del gioco d'azzardo, che è uguale in tutti i giochi. Le regole offrono solo una varietà di possibilità, che attira l'attenzione del pubblico. Questo significa, che tutti i giochi sono in fondo uguali. Le differenze tra i vari giochi sono solo superficiali, e servono ad attirare i clienti.***

Neanche uno dei giochi d'azzardo praticati nel mondo permette una qualunque conoscenza su come si comporrà il risultato, e non permette dunque né di prevederlo, influirvi.

Ecco alcune osservazioni su alcuni dei principali giochi d'azzardo

### ***La roulette***

- I giocatori di roulette sono appassionati dalle combinazioni. Di solito i girano con calepini ("martingale") e con tabelle "delle probabilità", che in certi casi hanno dato origine a vere e proprie teorie del caso nel gioco della roulette.
- Se una simile teoria esistesse, e fosse efficace, da tempo i Casinò non esisterebbero più.
- Il giocatore che vi crede non si rende conto che ogni volta che la pallina si mette a girare, ricomincia un nuovo gioco, che non ha nessuna relazione con quello precedente, e che non avrà nessuna relazione con quello successivo. Insomma: c'è sempre una rimessa a zero. La pallina non ha memoria.

***C'è un solo modo per vincere con sicurezza.*** Puntare su di un qualunque numero o combinazione di numeri (anche cambiando di volta in volta), e a ogni puntata (ossia a ogni giocata) raddoppiare la posta.

### ***Le slot machine (videopoker e fruit machine)***

- Anche qui, il giocatore spesso *crede di stare giocando una partita*. In realtà, ogni volta che preme il pulsante che mette in gioco la macchina, c'è una rimessa a zero del gioco. Ogni volta è dunque un gioco nuovo, che dura pochi secondi.
- *Né la macchina, né la pallina, né il programma si ricordano* quale sia stata la combinazione precedente.
- *Non c'entra il tempo passato* dall'ultimo rilascio di una vincita.
- *La macchina NON sa quanto denaro ha incassato*, e non gliene importa nulla. Anche se "è piena", non lo sa, e la concessione della vincita non dipende in nessun modo da quanto la macchina "ha nel suo ventre".

## *Il blackjack*

*Sembra* un gioco vero, una sfida, tra croupier e giocatore, mentre invece il giocatore gioca da solo, contro il caso. Anche il croupier gioca contro il caso, ma in una posizione "blindata". Non c'è nessun agonismo, se non all'apparenza.

***Ci sarebbe un solo modo per (forse) vincere:*** se il gioco si svolgesse con un solo mazzo di carte, si potrebbero ricordare tutte le carte uscite. In tal modo si potrebbero prevedere con una certa approssimazione quali sono le carte rimanenti, e migliorare così i risultati della previsione. Per decidere se chiamare una carta o no. In realtà, i gestori dei casinò lo sanno anche loro. Per questa ragione il black jack si gioca perlopiù con parecchi mazzi di carte.

# 15

## ***I pensieri che accompagnano il gioco***

L'uomo è un essere che pensa. Non che gli animali NON pensino. Pensano, ma in un modo diverso dal nostro. Noi pensiamo con parole, ossia con concetti che descrivono una parte della realtà circostante o interna, e che le danno un senso.

A volte, sono i nostri pensieri a calmarci o ad agitarci. A tenere alto un sentimento di tristezza, o a permetterci di essere felici. Sono loro che contribuiscono in misura più o meno importante a proporci il gioco come una possibilità di raggiungere i nostri scopi. Se pensiamo alla "fortuna", ci pensiamo in parole e in concetti.

Ebbene: ***giocare vuol dire anche pensare. Ci sono dei pensieri, delle riflessioni, delle credenze che possono illuminare il gioco, e svegliare in noi la voglia di giocare. Forse sono pensieri simili che ti hanno messo in tentazione, accompagnato, e forse anche tradito. Essi precedono, accompagnano o seguono l'attività di gioco.***

- ***Prima del gioco:*** Sono dei pensieri che a volte precedono la voglia di giocare, e che a volte la possono addirittura causare.

"Giocare è una specie d'investimento. Bisogna imparare piano piano, a proprie spese, come *funziona*". Più gioco, più imparo.

"Oggi è una giornata fortunata, lo sento".

"Mi pare che oggi sia una macchina fortunata / generosa / piena".

"Quel croupier ha le mani che portano fortuna".

"Che cosa vuoi che faccia, se mi gioco solo venti euro?"

- ***Durante il gioco:*** ci sono pensieri che accompagnano l'attività di gioco.

"Sento che sto per vincere".

“La macchina è ‘piena’: manca poco perché ‘paghi”.

“Se non vinco, è perché hanno truccato la macchina”.

“Ma se non *paga* adesso, quando *pagherà*?”

“Sto perdendo, ma non si può solo perdere: c'è la cosiddetta *legge della media*”<sup>2</sup>.

- **Dopo il gioco:** sono pensieri che accompagnano il giocatore quando lascia la sala da gioco, e si dirige a casa sua.

“Se non vinco subito, vincerò domani, mi rifaccio: devo però tenere duro”.

“Domani devo venire a questa macchina già la mattina presto. È "piena" di soldi, e manca poco a che li restituisca”.

“Sono lì lì per capire come funziona il metodo delle macchine (suoni, resistenza, colori, ecc.)”.

***Sta' attento a questi pensieri, perché, se li ritieni veri, se li segui, se non ti opponi e non li critichi, puoi ritrovarti nei guai, come ti è successo nel passato.***

# 16

## ***Gioco d'azzardo... spesso non solo!***

Chi soffre di gioco eccessivo, soffre di un problema collegato ad un ***insufficiente controllo delle sue impulsioni***. Insomma, diventa impulsivo, e poco controllato. È un problema apparentato alle dipendenze, anche se manca la “sostanza” che funziona da miccia e da benzina. Infatti, anche chi ***soffre di dipendenze*** (alcol, droghe) soffre di un insufficiente controllo delle sue impulsioni, di solito peggiorato però dalla presenza di una sostanza spesso nociva. Spesso, i due problemi ***coesistono***.

*Ecco qualche dato.*

La presenza di ***ex alcolisti*** e di ***ex tossicomani*** (e non solo “ex”), tra i giocatori d'azzardo in crisi, è alta. La ***presenza di giocatori d'azzardo*** in crisi è alta tra chi beve troppo, e tra chi fa uso di cocaina ed eroina.

Anche il ***fumo*** (che aumenta quando le cose vanno male in sala da gioco!) fa male comunque alla salute (al cuore e ai polmoni), mentre l'alcol danneggia il cervello, il fegato, il sistema nervoso periferico.

---

<sup>2</sup> La “Legge della media” afferma che, in un'estrazione, dopo una serie di numeri estratti, è probabile che esca la serie non ancora estratta. Insomma, i valori estratti tendono con il tempo “ad equilibrarsi”. Il che è verissimo, ma solo in un'estrazione SENZA rimessa a zero. Nel gioco d'azzardo, invece, C'È SEMPRE una rimessa a zero, e quindi ogni puntata è un NUOVO gioco, che non ha relazione con l'estrazione immediatamente precedente. ***È questo che spesso il giocatore problematico non ha capito.***

L'alcol ha però anche un altro effetto. Molti giocatori riferiscono di riuscire a "resistere" all'impulsione che li porta a giocare. **Poi bevono**, ed allora le remore scompaiono. E allora ricominciano a giocare. Perché? È semplice: l'alcol è un ottimo **anestetico**, una specie di diluitore della volontà. "Disinibisce", come dicono gli psicologi e i medici.

# 17

## **Che fare?**

Caro lettore. O sei un giocatore che ha smesso. O sei un giocatore che magari smetterà. O sei un familiare di un giocatore.

Sia il giocatore che ha smesso, sia il giocatore che magari smetterebbe **hanno tentato molte volte di smettere**, o almeno di **diminuire la loro spinta ad andare a giocare**. A volte, ottenevano risultati positivi. Transitori, magari, ma dei risultati. A volte, invece, non riusciva proprio nulla.

Tu lo sai bene: chissà quante volte ti sei detto che doveva pure esistere un metodo per tenere sotto controllo questa passione, quest'amore senza moderazione.

E **ne avrai pensate parecchie**: proibire le macchinette, chiudere i casinò, interdire Internet, mettere fuori legge il *bingo*... Ma è difficile, non credi?

Sono due i meccanismi che hanno permesso di smettere a chi ha rinunciato al gioco, e che permetteranno di rinunciarvi a chi invece ancora esita.

**Per cominciare, devi essere in chiaro che, qualunque cosa succeda, dev'essere per scelta tua. Una scelta in parte voluta, perché non ne potevi più, in parte invece imposta dalle circostanze, e dunque a suo modo. Lo sai anche tu:** hai potuto smettere perché ti sei trovato del tutto privo di soldi e senza credito.

► "Ricordatene: senza soldi, nessuno gioca".

**Rifletti inoltre a qualcosa che ti può parere magari lontano o straniero. Quant'era difficile "resistere" alla tentazione. Non pensi che tutto questo potrebbe ritornare?"** D'impulso, avresti la voglia di dirmi di no. Ma guarda che non è semplice. Quindi, ascoltami, quando t'informo che ogni terapia comporta anche una discussione sul come non si ricade.

**La prima parte della cura si basa, dunque su tre pilastri: l'astinenza, il controllo finanziario e il riordino economico.**

- L'**astinenza dal gioco**: se il gioco ti fa male, se il gioco si è dimostrato essere un'attività che non governi, è meglio che te ne tieni lontano. In particolare, è necessario chiedere l'**auto-esclusione** dalla Sala giochi. È semplice farlo: basta mandare una lettera ad uno qualsiasi dei casinò svizzero, completo di fotografia formato passaporto e di fotocopia del passaporto o della carta d'identità. Vale per tutta la Svizzera. A volte è meglio farlo di persona, nel senso che alcuni Casinò hanno nel loro interno specialisti molto qualificati, che ti sanno poi anche indicare dove trovare aiuto, p.es. psicologico.
- Il **controllo finanziario**: qualcuno deve amministrare i tuoi soldi, ritirandoti carte di credito, carte di prelievo bancario e postale, e firme sui conti correnti postali, bancari, ecc. sostituite da una firma a due. Può trattarsi di tuo padre, di tua madre, di tuo marito, di tuo figlio... Anche d'un amico, d'uno zio, di un curatore, del parroco, del sindaco, del segretario comunale, o di un tutore. Nei primi mesi, forse anche per tutto il corso del primo anno, ti darà i soldi ogni giorno: quello che ti serve, a seconda della giornata. Inoltre, ci sono altri punti importanti.

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Niente carte di credito</b></li> <li>• <b>Niente denaro liquido, se non il minimo indispensabile per la giornata</b></li> <li>• <b>Firma a due sui conti.</b></li> </ul> |
|--|

- Il **registro dei debiti**: si tratta di una **lista** (da compilare, magari, assieme a chi ti dà una mano nel controllo finanziario) dei debiti che hai. È difficile da fare perché spesso sono debiti antichi, e perché è complicato risalire nel tempo. C'è del denaro che ti hanno prestato gli amici per giocare, il denaro che ti ha prestato la banca, il denaro che avresti dovuto versare alle tasse o alla Cassa malati (la Mutua), o ai tuoi creditori che ti hanno anticipato la merce, o al tuo padrone di casa, e che hai invece investito nel gioco, ecc. È indispensabile fare questo registro, perché è utile sapere che i debiti di gioco vanno pagati. **Non c'è via di scampo.**

Attenzione: i giocatori spesso si "dimenticano" di questo o quel debituccio, con la scusa che "ci avrebbero pensato in separata sede... appunto!

- **A qualcuno dovrai chiedere scusa.** È un'esigenza di giustizia. Se hai offeso qualcuno, se gli hai fatto del male, se l'hai ingannato, non c'è ragione che tiene. Devi rimettere in equilibrio i piatti della bilancia della giustizia. Pensaci!

## **Riassunto della seconda ora**

### **“Abbiamo imparato qualcosa...”**

- Su che cosa siano il caso, la fortuna, l'azzardo
- Su quali siano le particolarità dei giochi che si fondano sul caso, ossia sull'azzardo
- Su perché la gente giochi d'azzardo: le ragioni emotive e le ragioni razionali
- Sul ruolo del denaro nell'interessare i singoli a giocare d'azzardo



- Su come si avvia il meccanismo del gioco “non più libero”, quasi una malattia
- Sulle differenze solo apparenti dei vari giochi d’azzardo
- Sui pensieri che precedono, accompagnano e seguono il gioco vero e proprio
- Sulle prime misure da prendere, in funzione del “senza denaro nessuno gioca”: niente accesso al credito, denaro contante, accesso ai conti solo con doppia firma. Infine: registro dei debiti.
- Ci sono esigenze di giustizia. A qualcuno dovrai chiedere scusa.

### ***Ti consegniamo del materiale***

Ti consegniamo del materiale che ti può essere utile.

- 5) La **seconda parte del fascicolo** (B1-2) che comprende il riassunto dei temi che abbiamo trattato qui. Ti servirà per ricordartene, per approfondire, per farlo leggere ai tuoi familiari. È per te. Si tratta del fascicolo che hai in mano.
- 6) Un **questionario clinico** (B3-2), ossia in cui ti poniamo ulteriori domande sul problema del gioco. Ti preghiamo di consegnarlo al terapeuta in occasione della seconda ora.
- 7) Alcuni fogli con dei **compiti da eseguire** (B4-2). Sono cinque. Il primo ti chiede di porti un gruppo di domande centrali su *che cosa vuoi dire per te “toccare il fondo”*. Il secondo ti chiede di *fare la lista degli interessi che hai perso per via del gioco*, e che sarebbe bello poter recuperare. Il terzo ti propone *di ricompensarti ogni giorno* per le cose buone (magari anche piccole) che fai. Ti devi volere un po’ bene anche tu. Il quarto ti propone di riflettere ad alcuni argomenti, *quando ti viene la tentazione di andare a giocare*. Il quinto ti suggerisce *una strategia nel caso in cui tu per una volta ti convincessi che “sei guarito”, o che “hai imparato a giocare in modo controllato*. È da trascrivere, e da mettere nel portamonete. E da seguire. Va’ pure, ma attento. E buona fortuna! (Eh, sì, siamo un po’ “magici” anche noi, a volte.)
- 8) Un questionario, in cui ti chiediamo di **valutare il secondo incontro** di sensibilizzazione (B2-2). È da riconsegnare al terapeuta in occasione della seconda ora. Ci servirà a migliorare il nostro programma, per aiutare ancora meglio che si troverà nella tua situazione nel futuro.

**► GRAZIE PER L’AIUTO CHE CI DAI, RICONSEGNANDOCI QUELLO CHE TI CHIEDIAMO.**



# Questionario clinico per il paziente

**Seconda ora**

B3-2, versione 2

Per il paziente

- Rispondi **ponendo una crocetta** sulla casella che corrisponde a quanto tu sai.
- Questo questionario clinico **ti è consegnato** alla fine della seconda ora del programma di sensibilizzazione al gioco eccessivo. Lo riconsegnerai al terapeuta, all'inizio della terza ora.
- I dati saranno trattati **con assoluta riservatezza**, ossia sono sottoposti al segreto medico. Ci servono a conoscere meglio il fenomeno del "gioco eccessivo", una malattia, secondo le conoscenze più recenti, valide in Europa e negli Stati Uniti, di cui conosciamo ancora poco. Serviranno dunque a verificare ipotesi e meccanismi, ciò che permetterà di incidere meglio, in futuro, in particolare sulla prevenzione e sulla terapia.

**55. Antecedenti famigliari con il gioco patologico: Sì o No**

1= nella famiglia del/la paziente ci sono o ci sono stati problemi di gioco eccessivo?

1

2= il padre ha o ha avuto problemi di gioco eccessivo?

2

3= la madre ha o ha avuto problemi di gioco eccessivo?

3

4= entrambi i genitori hanno o hanno avuto problemi di gioco eccessivo?

4

5= uno più fratelli/sorelle hanno o hanno avuto problemi di gioco eccessivo?

5

6= il padre e uno o più fratelli/sorelle hanno o hanno avuto problemi di gioco eccessivo?

6

7= la madre e uno o più fratelli/sorelle hanno o hanno avuto problemi di gioco eccessivo?

7

8= entrambi i genitori e uno o più fratelli/sorelle hanno o hanno avuto problemi di gioco eccessivo?

8

9= nessuno ha o ha avuto problemi di gioco eccessivo

9

<p><b>56. Precedenti prese in carico di natura psicologica o psichiatrica (anche più d'una)</b></p> <p><i>Sì o no</i></p> <p>Se "sì",</p> <p>1= Servizi psichiatrici pubblici ambulatoriali</p> <p>2= Clinica psichiatria pubblica</p> <p>3= Medico psichiatra ambulatoriale privato</p> <p>4= Clinica privata</p> <p>5= psicologo e psicoterapeuta privato</p> <p>6= medico generico per cure psichiatriche</p> <p>7= altro (specificare)</p>	<p>1 <input type="checkbox"/> Sì      2 <input type="checkbox"/></p> <p>No</p> <p>1 <input type="checkbox"/></p> <p>2 <input type="checkbox"/></p> <p>3 <input type="checkbox"/></p> <p>4 <input type="checkbox"/></p> <p>5 <input type="checkbox"/></p> <p>6 <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> / _____ /</p>			
--	---	--	--	--





## ***Quali erano i tuoi interessi prima di metterti a giocare?***

Nessuno vive solo per la famiglia, per il lavoro, per la società. Tutti hanno dei momenti di piacere, in cui si godono la loro famiglia, dei loro amici, della loro attività, dei momenti di riposo e di rilassamento. C'è chi ama le attività fisiche, chi ama le attività intellettive, chi ama ambedue, e riesce persino a combinarle. È uguale. Tutto va bene, perché permettono di trovare una nuova spinta nella vita quotidiana, e ristorano sia il corpo sia l'anima.

Il gioco d'azzardo eccessivo occupa moltissimo tempo e moltissima attenzione, da parte di chi gioca. E quindi questi piaceri vengono piano piano trascurati. Quali erano i tuoi interessi, prima che il gioco si prendesse tutto lo spazio a disposizione?

È importante che tu lo sappia, perché bisogna piano piano recuperare la vita quotidiana, com'era un tempo. Ed è più facile ricominciare con quello che già si conosce.

<b>1.</b>
<b>2.</b>
<b>3.</b>
<b>4.</b>
<b>5:</b>
<b>6:</b>



## Ricompensarti

Ogni giorno, facciamo qualcosa di buono. O lo facciamo bene. Due o tre cose, ma sono davvero buone.

Per tre giorni, tieni nota (sotto "attività da premiare") delle cose buone che fai. Attribuisce loro un "peso", ossia un valore, da 1 (il meno) a 6 (il massimo).

Attribuisciti ogni giorno un "premio" che sia proporzionato al "peso" dell'azione buona. Come? Osserva che cosa davvero ti piace. Devono essere ricompense che ti piacciono alla vista, che ti piacciono all'udito, che ti piacciono quando le tocchi, che ti piacciono quando le metti in bocca, e così via. Sono ricercate le ricompense che funzionano su parecchi registri.

Discutine con il tuo partner!

Attività da premiare	"Peso"	Premio: vista gustativo, visivo, olfattivo, ecc.

***Per esempio:***

### Attività

Oggi ho pulito a fondo l'automobile. Peso: 8. Mi concedo un bel film.

Oggi ho aiutato mio figlio a fare i compiti. Peso: 10. Mi concedo un'ora di sonno in più la mattina.

## ***Se ti viene la voglia***

Trascrivi queste massime nel tuo diario, oppure trascrivile su di un cartoncino, da tenere nel portamonete o nel portafoglio.

La voglia, se non è ancora venuta, di certo verrà. La tentazione è dietro la porta. La compagnia può aiutare ad evitarla, ma può contribuire ad incontrarla prima. E non riusciremo mai a mettere fuorilegge il gioco d'azzardo. L'unica possibilità aperta di fronte a noi è di diventare più capaci di scegliere quello che *davvero* va bene per noi.

- Aspetta, prima di gettarti a pesce. Ritarda un pochino, anche di soli dieci minuti per volta.
- Ricordati che hai fatto un calcolo, per sapere se ti conveniva smettere, oppure no. Vai a rivederti il risultato dei tuoi calcoli.
- Va' a cercare qualcuno con cui parlare. Non lasciare che ti convincano gli amici, che non conoscono bene i tuoi problemi.
- Concentra la tua attenzione su altre cose (pulizie, ginnastica, TV, musica).
- Pensa a se stesso, al tuo presente ed al tuo futuro.
- Perché lasciare una vita sana, per qualcosa che ti fa male sul piano fisico, ti riduce a pezzi sul piano morale, e ti toglie ogni libertà di disporre di te e del tuo denaro?
- Offriti una ricompensa, qualcosa che ti faccia piacere.
- Immàginati il tuo futuro, come se per magia tu ti trovassi libero dal gioco d'azzardo.

## ***Se vuoi andare, va'***

Nessuno ti obbliga a lasciar perdere il gioco. Se vuoi andare, va'. Ma prima trascrivi queste frasi, e mettile nel portamonete. Non si sa mai: sono una goccia di saggezza che può darti un aiuto, una volta che hai cominciato a giocare.

E quando stai giocando, sforzati di rileggerle almeno una volta ogni ora.

Se decidi di andare, e se trovi di aver delle giustificazioni per farlo, va' pure, ma allunga il tragitto per arrivarci.

Pensa all'esercizio, in cui hai calcolato se ti conviene giocare d'azzardo, oppure no.

Pensa ai tuoi famigliari, ai tuoi piani per il futuro, all'irrazionalità del gioco.

**Prima di partire, metti gli euro o i franchi nella tasca sinistra.  
Nella tasca destra tieni il denaro per il caffè o per la benzina.**

**Lascia a casa la carta di credito.**

**Non toccare la tasca destra.**

**Se la tasca sinistra si trova vuota, vattene immediatamente.**

**QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE DEL PROGRAMMA DI SENSIBILIZZAZIONE  
AL GIOCO D'AZZARDO ECCESSIVO**

**Seconda ora**

**B2-2, versione 2  
Per il cliente**

Il presente questionario lo ricevete in occasione del *secondo* colloquio. Serve a valutare la tua impressione sul colloquio stesso. Lo compili, una crocetta nella casella che a tuo parere meglio corrisponde alla tua opinione.

Consegnerai questo questionario al terapeuta, in occasione del terzo incontro.

Ci servirà per migliorare questo programma di sensibilizzazione, per aiutare ancora meglio chi affronta difficoltà per via del gioco eccessivo. Grazie davvero.

<b>Domande</b>	<b>Non sono in chiaro</b>	<b>Sono solo poco in chiaro</b>	<b>Sono mediamente in chiaro</b>	<b>Sono piuttosto in chiaro</b>	<b>Sono del tutto in chiaro</b>
<b>Sono in chiaro su come funziona l'azzardo,</b> ossia il caso (13-14)					
Ho capito <b>perché certuni</b> - tra cui io, <b>ricercano</b> il gioco d'azzardo (15-16)					
Sono in chiaro su <b>come incominci la spirale</b> del gioco d'azzardo eccessivo (17-18)					
Sono in chiaro sul fatto che i giochi d'azzardo si <b>basino tutti sullo stesso principio</b> (19)					

Sono in chiaro sui <b><i>pensieri</i></b> che precedono, accompagnano e seguono il gioco d'azzardo, e che sono pericolosi (20)					
I compiti della seconda ora mi sembrano  Comprensibili  Utili ai miei scopi  Adeguati a quello che desidero					
Le mie proposte: Propongo i temi, gli argomenti, i metodi Seguanti:	⇒				

## TERZA PARTE

# 18

### ***Ricomincia a vivere !***

***Le misure di cui abbiamo parlato in precedenza sono il “pronto soccorso” della situazione. Vanno bene, ma non bastano, però, perché la faccenda del gioco ti ha colpito per molto tempo, in cose assai importanti della vita. Ti sei dimenticato di un pezzo di te stesso; della tua anima; di un pezzo della tua vita; di troppe persone, cui in realtà, se ci pensi un attimo, hai voluto anche bene. Si tratta di recuperare un mondo differente da quello della sala da gioco, un mondo che avevi dimenticato.***

- La ***tua famiglia*** merita che tu le metta a disposizione quel tempo, che tu prima dedicavi al gioco; contribuirà a ***ricreare la fiducia*** - bada però che ci vorrà un bel po'; riprova a goderti la presenza di quelli ami. Bada che, alla tua famiglia, tu devi sia delle ***scuse***, sia una ***riparazione***. Le hai fatto del torto.
- ***Ritrova i tuoi amici***, quelli veri, quelli che non ti hanno seguito nel tuo cammino. E se hai fatto loro un qualche sgarbo, chiedi loro ***scusa***, e cerca di ***riparare*** al male fatto.
- ***Ricupera le tue antiche attività del tempo libero***. La pesca, la bicicletta, la montagna, la musica... quello che ritieni giusto, purché tu sappia riempire la tua giornata di momenti gradevoli, e di riscoperte.

***Per anni hai fatto diversamente***. Non sarà così facile cambiare le tue abitudini. Ma lo devi fare. Perché non solo non puoi più giocare, ***ma neppure lo vuoi più***. I progressi ci saranno, ma saranno solo gradualmente.

***Fatti un diario*** delle persone, delle cose, delle attività che ricuperi, ritrovandole. È anche un modo per evitare la ricaduta: Che cosa credi? Il gioco ha riempito fin troppo la tua vita. Se hai deciso di stare senza giocare, ***bada che le giornate a volte ti potranno parere vuote e tediose***. E allora: "Non è meglio andare a giocare...?" Sono ***tentazioni*** che si accompagnano al pensiero "Oh, è passato già un mese, adesso la va meglio, e sento che riuscirò a dominarmi...".

# 19

## ***Se è una sorta di malattia, allora si cura***

### *La farmacoterapia*

***Esistono dei farmaci che ti sono essere d'aiuto. Se sei nervoso e non puoi prendere sonno. O se sei triste e disperato. Non c'è, invece, un farmaco specifico contro il gioco eccessivo.***

Parliamo di alcuni tipi di medicine:

**Gli ansiolitici:** sono farmaci che calmano l'ansia, sia quella mentale (psicologica), sia quella che percepiamo nel corpo ("fisica": agitazione, irrequietezza). Hanno un effetto praticamente immediato, ma non curano, di per sé l'ansia, semplicemente, la sedano. Sono spesso innocui, ma in particolari persone possono determinare o un'assuefazione, o una vera e propria dipendenza. Non si possono prendere su lunghi periodi. Per smetterli, bisogna "scalarli". Solo un medico li può prescrivere, ed a lui ci si deve rivolgere per una cura adeguata con questi farmaci.

**Gli antidepressivi:** sono farmaci che influiscono sull'umore, migliorandolo. Quindi migliorano non solo la depressione, ma anche i sintomi che spesso l'accompagnano (sintomi collegati all'ansia, all'insonnia, alla diminuzione di peso, ecc.). Non hanno un effetto immediato. Bisogna aspettare almeno una settimana per sentire i primi effetti. Hanno qualche controindicazione (nei confronti di altre medicine, o di malattie specifiche). Per fortuna, sono di molti tipi, e se un farmaco non va bene (per via dei suoi effetti collaterali, o perché il paziente non lo sopporta), conviene provarne un altro. Sono indispensabili nel caso di persone che pensano al suicidio, o che sono gravemente depresse. Solo un medico li può prescrivere.

**I farmaci anticraving.** *Craving*, in inglese, vuol dire "voglia". Parlo della voglia di giocare. Mettersi a "ricercare" il gioco è accompagnato da pensieri ossessionanti, e può diventare un'attività spasmodica, che nasce piano piano, e che può raggiungere livelli d'ansia molto disturbanti. Questi farmaci diminuiscono il fenomeno del *craving*, che, peraltro, e per fortuna, nel caso del gioco eccessivo, è davvero raro.

**I sonniferi.** Si tratta di farmaci che inducono il sonno (ossia durano solo poche ore, per poi scomparire dal corpo), o che lo mantengono (ossia la loro durata nel corpo è prolungata). Ci sono numerose famiglie di sonniferi, tra le quali è necessario scegliere in funzione delle caratteristiche del paziente, del suo disturbo (ha difficoltà ad addormentarsi, o si sveglia dopo essersi addormentato?), e di fattori riguardanti la sua salute o altre medicine. Se un giocatore è depresso e insonne, conviene curare, contemporaneamente, anche la depressione, da cui proviene l'insonnia.

## La psicoterapia

"La psicoterapia?" Ti chiederai. Altri mi fanno osservare: *"Ma non sono mica matto, sono solo un giocatore"*. **Appunto: proprio perché NON SEI MATTO, ti parlo della psicoterapia. Giocare è il sintomo, ossia il segno, di una specie di disagio interiore.** È chiaro che lo sai affrontare, e persino con successo. Ma magari, ti può interessare la natura di questo disagio interiore. Anche perché se riesci a impostare la domanda, e a cominciare a darti delle risposte, sei in grado di cominciare a darti delle risposte anche **sul tema centrale della nostra vita: "Che cosa voglio per me, dalla mia vita?"**

**Evidentemente, non c'è niente di obbligatorio. Magari hai le tue ragioni per non volere. Ma è un suggerimento valido.**

### Quale psicoterapia?

**Ci sono degli psicoterapisti che conoscono a fondo anche il problema del gioco eccessivo.** Altri invece non lo conoscono, o lo conoscono meno. Non è sempre necessario che il terapeuta sia un superesperto di gioco eccessivo: in fondo, se sarà sufficientemente abile, **saprà imparare da te, che in un certo senso un grande specialista!** È utile discutere l'indicazione con uno specialista di gioco eccessivo, e vedere se davvero nel tuo caso ci vuole uno specialista di gioco oppure no.

La terapia **può essere condotta in gruppo.** A questo proposito, devi sapere che nel campo del gioco eccessivo, **le cure migliori sono quelle di gruppo.** È un dato accertato sul piano scientifico.

Per cominciare, il gruppo terapeutico è soggetto alla riservatezza ed al silenzio, come la terapia usuale. Il gruppo ti permette di apprendere sia le particolarità del giocatore eccessivo, sia di rispecchiarti negli altri. Ti comunica anche solidarietà e affetto. Ti confronti con altri. **Alcuni gruppi funzionano senza terapeuta (Gruppi GA), perché il terapeuta è il gruppo, mentre altri funzionano con un terapeuta (Gruppo di Chiasso).**

Il tuo terapeuta ti sa consigliare per il meglio.

# 20

## Il problema della ricaduta

*La ricaduta è un problema serio. Spaventa i giocatori d'azzardo che vogliono smettere, spaventa le loro famiglie, e preoccupa i terapeuti.*

**Tutti i giocatori 'pentiti' affermano con certezza che non ricadranno,** che 'hanno imparato'. E sono sinceri, perché è chiaro che è questa la loro volontà. Poi magari non ce la fanno. Perché sono dei deboli? Perché sono poco convinti? Perché comunque chi casca una volta casca sempre?



In realtà, **non c'entrano né il carattere**, né la personalità, né la "forza psichica". C'entra solo la natura umana. **Siamo esseri contraddittori**, spesso in conflitto con noi, non sempre attenti a quello che capita dentro di noi o attorno a noi.

### *Che cos'è una ricaduta?*

Molti credono che rimettere un cinquantino in una *slot machine*, rappresenti già una ricaduta. Gli specialisti invece ritengono che questa è casomai solo l'inizio di una ricaduta. **Parleremo di ricaduta solo nel caso in cui ricomincia la vita di prima.** L'inizio di una ricaduta è facile da fermare. Meno facile da arrestare, invece, è la ricaduta vera e propria.

### *Quando avviene una ricaduta*

**Ci sono mille circostanze in cui un ex giocatore può dare inizio ad una ricaduta. Spesso accade quando qualcuno è 'tranquillo' da tempo, e allora 'abbassa la guardia'. Bisogna saperlo. Senza morire d'angoscia, o vivere nella paranoia.**

Il gioco diventa una specie di sfida, di rottura d'un equilibrio che il giocatore non desidera mantenere in quella forma. È un mezzo per comunicare un disagio.

- **In famiglia non sempre le cose vanno bene:** ci sono problemi con la fiducia, ed umiliazioni, per le ristrettezze in cui magari la moglie è costretta a vivere. Questo genera conflitti. Spesso la moglie tende a "interpretare" in senso negativo e accusatorio situazioni che invece sono tranquille. È qualcosa che disturba molto l'ex giocatore, che deve però sapere che è inevitabile che sia così. **La fiducia si ricostruisce solo molto lentamente**, e ogni tanto il coniuge riprende riflessi "antichi". E capita che l'ex giocatore si dica "Oh, ma se crede che gioco ancora, allora davvero tanto vale che io torni a giocare!"
- **A volte si ripresentano i pensieri e le tentazioni collegate al gioco**, e forse c'entra anche la situazione di **bisogno economico** in cui uno si trova. È normale ritenere che, se si vincesse una bella somma, alcune cose si metterebbero a posto. Per esempio con le lotterie, con il lotto o lo sport-toto. E perché non con le macchinette o con la roulette? Si può provare... Il problema è proprio questo. **Se ci provi, perderai ancora.** E se tu vincessi, non credi che sarebbe per te una vera sventura? Nel senso che le tue antiche idee tornerebbero in massa, e ti spingerebbero a riprendere a giocare alla grande (... non hai vinto?...). Così perderesti tutto, e di più. No: vincere è davvero una sventura.
- Alcuni ritengono che **una persona "normale" dovrebbe saper dominare tutti gli eventi della sua vita.** Perché non il gioco? Dopo un po' di tempo, comincia a dirsi "Ma in fondo vado bene da un po'. *Magari sono guarito.* In fondo, basterebbe giocare poco: e a me piace". Allora fa delle prove, dei tentativi per vedere che cosa succede. **"Non è che invece magari ogni persona ha i suoi punti deboli come ha quelli forti?"**
- **Non tutti, per varie ragioni, riescono a cambiare 'ambienti' di vita.** Permangono dunque le tentazioni dei luoghi: dove si gioca, dove circolano certe idee sulla natura del caso, dove le abitudini portano a passare il tempo in quel modo, dove i racconti girano in giro a chi vince o a chi ha vinto. Spesso sono leggende metropolitane. Però chi vuole credere ci crede, è evidente.

- Ci sono alcune persone che sono caratterizzate da un'immagine un po' troppo ideale, magari un po' rigida, di come dev'esser un 'tipo in ordine'. **Credono, per esempio, che la volontà possa fare davvero tutto, senza che sia a volte necessario chiedere aiuto ad altri, o consultarsi con specialisti.** Ritengono che solo un "debole" ha difficoltà. Ora, tutti sanno che la natura umana è fragile. Sono persone che rischiano grosse delusioni nei propri confronti, anche al di fuori del campo del gioco d'azzardo, per questioni che invece sono normalissime.
- **L'alcol può contribuire ad una ricaduta.** L'alcol, infatti, diminuisce l'autocritica, diminuisce la capacità di dominarsi, e la percezione dei problemi che non siano solo immediati. Riduce dunque il dominio su di sé, e facilita i comportamenti impulsivi. Non vuol dire che uno debba vivere astemio. Significa solo che, se beve dell'alcol, deve stare lontano dalle possibilità di giocare d'azzardo.

# 21

*Che cosa fare, se capita?*

***Qui trovi uno scritto, che ritaglierai, e che incollerai su di un cartoncino, e che terrai su di te, con la fotografia delle persone cui vuoi bene. Ti serviranno, se va bene, solo come portafortuna. E se non va troppo bene, ti serviranno per ricordarti quello che tu vuoi dalla tua vita, quello che tu hai imparato dai tuoi sforzi, quello che tu hai deciso, e saputo mantenere per un bel po'.***

Ritaglia queste frasi, ed incollale su di un cartoncino, che terrai sempre con te. Oppure ricopiale su di un cartoncino, che terrai con te.

## **Resta calmo:**

Non serve agitarsi. Sono cose che capitano, e cui si può porre rimedio. Rifletti, e concentrati su di te. Chi sei tu? Che cosa vuoi dalla tua vita?

## **Osserva che ce l'hai già fatta una volta:**

Anche qui c'è molto che puoi fare, da solo o con altri. Hai dimostrato che ce la puoi fare. È chiaro, siamo esseri umani, e quindi a volte è difficile. Ma non è per questo che bisogna rassegnarsi, o avere di sé un'idea negativa.

## **Ricordati che il gioco "non paga":**

Non diventerai né più ricco, né più forte, né più felice, se giochi. Lo sai bene anche tu, perché te ne ricordi. Il gioco a breve o a lunga scadenza t'impoverisce, ti distrugge la vita. Diventi infelice, e rendi infelici chi ti vuole bene. E t'impoverisci per niente. Perché alla lunga il gioco d'azzardo non premia i giocatori, al contrario.

**Rifletti sulle tue ragioni per smettere:**

Perché hai voluto smettere? Di certo non solo perché ti stavi rovinando, o ti eri rovinato sul piano finanziario. Di ragioni ce n'erano anche altre: i tuoi familiari, la tua vita privata, la tua vita professionale. Osserva queste ragioni, e rifletti. Bada, che lì c'è la tua vita, il tuo presente, il tuo futuro.

**Chiedi aiuto:**

Lo sai che si può fare, e che nessuno ti criticherà. Forse i tuoi familiari sanno che queste situazioni si possono creare. Magari glielo avevamo insegnato. E se non è così, lo possono imparare. Lo sai che ci sono degli specialisti che ti possono aiutare, che ti possono appoggiare, e che possono esaminare con te il perché della ricaduta.

# 22

***E per terminare, anche se non del tutto***

*Andare avanti*

Ormai, le principali cose che ti potevo indicare in poche ore, te le abbiamo indicate. ***“Ma non potevamo affrontare tutto, ed in particolare, non potevamo vedere da vicinissimo il tuo caso preciso”***. Abbiamo visto alcune cose, ma di certo in te ci sono domande che sorgono, che si presentano, che si formulano.

E sono forse domande cui tu vorresti riuscire a dare una risposta. Questo si chiama, ne avevamo parlato “psicoterapia”. ***“Se ne vuoi parlare, telefonami”***. Mi troverai. E vedremo assieme che cosa valga la pena di fare, e come.

*Follow up*

**Ma non è tutto.**

Tu ti puoi immaginare che per noi tu non sei un numero: ***nessuno dei nostri pazienti è un numero***. Con te, abbiamo fatto un certo tipo di lavoro. Una specie di “corso”, se

vuoi, no? Bene: non miravamo a riempirti la testa, ma **a darti degli strumenti** che ti avrebbero aiutato a stare meglio, a stare lontano dal gioco, e a recuperare la tua vita d'un tempo. **Ora, nella misura in cui tu raggiungi questo fine, significa che anche il nostro modo d'intervenire era adeguato alla situazione.** Ma solo tu ce lo potrai dire.

**Quindi, tra sei mesi si sentiremo.** Ti manderò una lettera, in cui ti chiedo di vederci. Sarà solo per sapere come stai. Magari lo potremo fare anche telefono, lo vedremo noi due. **Capisci l'importanza della cosa:** quest'incontro ci permetterà di affinare e migliorare questo modo d'intervento, **a beneficio di tutti quelli** che vedremo nei prossimi anni, che, te lo garantisco, non saranno pochi.

Ci risentiremo anche tra un anno, sempre nella stessa ottica.

# 23

## ***In caso di necessità...***

Nel frattempo, qualunque cosa succeda, non esitare a telefonarmi. Per me, e per tutti i miei colleghi, è importante che tu vada bene. Ecco il mio indirizzo!



Dr med. Tazio Carlevaro  
Direzione del Settore psichiatrico Sopraceneri OSC  
Vicolo Sottocorte 4  
CH-6500 Bellinzona  
Telefono 091 814 3161, oppure 079 221 6631  
Fax 091 814 4441

E-mail: [tazio.carlevaro@ti.ch](mailto:tazio.carlevaro@ti.ch) (studio), e [tcarlevaro@swissonline.ch](mailto:tcarlevaro@swissonline.ch) (privato).

## ***Riassunto della terza ora***

***“Abbiamo imparato qualcosa...”***

- Sul fatto che è necessario che tu ti chieda che cosa vuoi dalla vita.

- Sul fatto che adesso puoi riprendere una vita piena e soddisfacente.
- Sulla necessità di ritrovare il tuo posto nella tua famiglia, che hai troppo trascurato.
- Sulla necessità di riprendere in mano gli interessi che avevi.
- Sulla necessità e sulla difficoltà di recuperare la fiducia dei tuoi familiari e dei tuoi amici. Non tornerà da sola! Ci vuole tempo, e costanza.
- Sulla necessità di chiedere scusa a chi hai offeso e ingannato, e di riparare i danni fatti, in particolare pagare i debiti contratti.
- Sull'utilità di una psicoterapia, e magari di una terapia con farmaci, quando l'indicazione è data.
- Sull'importanza della ricaduta, e sulle misure da prendere in caso di una ricaduta.

### ***Ti consegniamo del materiale***

Ti consegniamo del materiale che ti può essere utile.

- La **terza parte del fascicolo** (B1-3) che comprende il riassunto dei temi che abbiamo trattato qui. Ti servirà per ricordartene, per approfondire, per farlo leggere ai tuoi familiari. È per te.
- Un questionario, in cui ti chiediamo **di valutare il terzo incontro** di sensibilizzazione (B2-3).
- Un questionario, in cui ti chiediamo di **valutare l'insieme del programma** di sensibilizzazione (B2-4) che hai seguito. Questi due questionari, semplicissimi da riempire, sono da fare **subito**, e da riconsegnare al terapeuta dopo la compilazione. Ci serviranno a migliorare il nostro programma, per aiutare ancora meglio che si troverà nella tua situazione nel futuro.

► **GRAZIE PER L'AIUTO CHE CI DAI, RICONSEGNANDOCI QUELLO CHE TI CHIEDIAMO.**

**QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE DEL PROGRAMMA DI SENSIBILIZZAZIONE  
AL GIOCO D'AZZARDO ECCESSIVO**

**Terza ora**

**B2-3, versione 2**  
**Per il cliente**

Il presente questionario lo ricevete in occasione del *terzo* colloquio. Serve a valutare la tua impressione sul colloquio stesso. Lo compili, una crocetta nella casella che a tuo parere meglio corrisponde alla tua opinione.

Consegnerai questo questionario al terapeuta, in occasione del terzo incontro. Rimarrai dunque un attimino in più.

Ci servirà per migliorare questo programma di sensibilizzazione, per aiutare ancora meglio chi affronta difficoltà per via del gioco eccessivo. Grazie davvero.

<b>Domande</b>	<b>Non sono in chiaro</b>	<b>Sono solo poco in chiaro</b>	<b>Sono mediamente in chiaro</b>	<b>Sono piuttosto in chiaro</b>	<b>Sono del tutto in chiaro</b>
<b><i>Sono in chiaro sulla necessità di recuperare la mia famiglia, che ho trascurato (26)</i></b>					
<b><i>Sono in chiaro che recuperare la fiducia sarà un processo lungo (26)</i></b>					
Sono in chiaro che devo <b><i>chiedere scusa</i></b> a chi ha sofferto per causa mia, e che devo riparare al male fatto, come potrò (26)					
Sono in chiaro sul fatto che i <b><i>debiti</i></b> bisogna pagarli (26)					

Ho capito <b>il senso di una psicoterapia</b> , o di un aiuto con i farmaci /27-28)					
Sono in chiaro di non sottovalutare il <b>rischio d'una ricaduta</b>					
Sono in chiaro come affrontare una ricaduta se, ne sopravvenisse una					
I compiti della seconda ora mi sembrano					
Comprensibili					
Utili ai miei scopi					
Adeguati a quello che desidero					
Le mie proposte: Propongo i temi, gli argomenti, i metodi Seguanti:	⇒				

**QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE DEL PROGRAMMA DI SENSIBILIZZAZIONE  
AL GIOCO D'AZZARDO ECCESSIVO**

**Valutazione globale del programma di sensibilizzazione**

**B2-4, versione 2**  
**Per il cliente**

Il presente questionario lo ricevete in occasione del *terzo* colloquio. Serve a valutare la tua impressione sul colloquio stesso. Lo compili, una crocetta nella casella che a tuo parere meglio corrisponde alla tua opinione.

Consegnerai questo questionario al terapeuta, subito dopo il terzo incontro, che quindi durerà qualche minuto in più.

Ci servirà per migliorare questo programma di sensibilizzazione, per aiutare ancora meglio chi affronta difficoltà per via del gioco eccessivo. Grazie davvero.

<b>Domande</b>	<b>Insuffi- cienti</b>	<b>Scarse</b>	<b>Suffi- cienti</b>	<b>Buone</b>	<b>Eccellenti</b>
La <b>chiarezza e l'efficacia</b> delle spiegazioni erano ...					
La <b>discussione</b> con il terapeuta è stata ...					
I <b>compiti a casa</b> erano ...					
Il <b>materiale ricevuto</b> lo giudico ...					
Il <b>grado di pertinenza</b> di questo materiale					



nei confronti del mio caso, lo ritengo ...					
<b>Globalmente</b> , valuto che le tre ore erano, sul piano dei contenuti, ...					
<b>Punto forte</b> dei <b>temi</b> trattati e del materiale ricevuto:					
<b>Punto debole</b> dei <b>temi</b> trattati e del materiale ricevuto:					
<b>Punto forte</b> del <b>terapeuta</b> :					
<b>Punto debole</b> del <b>terapeuta</b> :					
<b>Proposte</b> per migliorare (aggiungere, togliere, modificare):					

## Per saperne di più

... in fondo, è meglio sapere che non rimanere all'oscuro.

### Storia dei giochi d'azzardo



Il gioco ha sempre fatto parte di **tutte le culture del mondo**, antico e moderno. Non mancano, infatti, esempi di giocatori patologici nella storia: dagli imperatori romani Caligola e Nerone, fino, in tempi più recenti, a Fjodor Dostojevskij (autore del *Giocatore*, scritto per fare fronte ai debiti di gioco). Da oriente ad occidente, da sud a nord, in ogni cultura sono reperibili sia il gioco sia il gioco denominato “d'azzardo”. Nei giorni nostri **queste manifestazioni culturali si sono moltiplicate**, e di conseguenza assistiamo ad una maggiore diversificazione dell'abitudine al gioco d'azzardo.

Con l'avvento dell'era industriale e l'aumento sia del tempo libero, sia del **bisogno di vincere**, che la stessa società ha imposto come valore quasi supremo, il gioco d'azzardo è diventato la **panacea risolutoria** dei mille e un problemi e dei bisogni, cui la stessa società occidentale non è in grado di rispondere. In questo modo il gioco d'azzardo, così come i luoghi dove praticarlo (case da gioco, casinò, ecc.) sono aumentati come risposta al rapporto offerta / domanda su cui fa leva la nostra società.

Ma quali possono essere le **conseguenze di un gioco eccessivo**? E quali possono essere le conseguenze individuali, famigliari e sociali del giocare troppo? **Che cosa può fare la stessa società** organizzata per affrontare e/o mitigare eventuali squilibri?

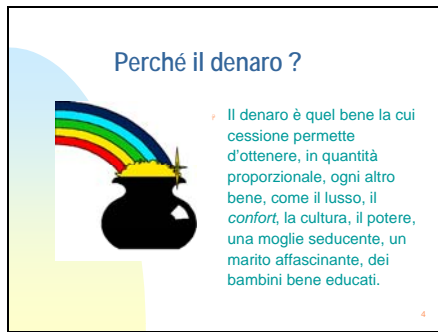


Il termine “gioco”, in italiano, è **ambiguo**. L'inglese distingue utilmente tra *play* (il gioco come insieme di regole per saper fare e per prevedere), e *gambling*, dove entrano i concetti di *ricompensa* e di *caso* (“fortuna”).

La maggioranza dei giochi ha **regole conoscibili**, e il caso, pur facendo parte del gioco, può essere contrastato o incorporato in un modo costruttivo in strategie sensate di gioco. Il gioco del calcio, il gioco del *bridge*, la corsa ad ostacoli, fanno parte di questo tipo di “gioco”.

Noi ci occuperemo del **secondo senso del termine**, notando però che i due termini non sono reciprocamente esclusivi. Ma probabilmente le due modalità del gioco mettono in atto meccanismi fisiologici, psicologici e sociali di tipo diverso.

Nel gioco come *gambling* notiamo un **guadagno possibile noto** (di solito si tratta di denaro), per la cui acquisizione il giocatore mette un valore **in palio**. Ma la sua acquisizione non dipende da regole o dall'abilità, quanto piuttosto **dal caso**. Anche se poi il giocatore, come vedremo, crede di essere in grado di conoscere le "regole", o comunque di capirne i capricci, o di saperne guidare le "scelte", grazie ad illusorie capacità strategiche o personali.



Il **denaro** rappresenta un **aspetto centrale** dell'esperienza umana. Si gioca, si rischia, nella misura in cui si cerca una ricompensa o un riconoscimento tangibili (sia pure magari anche solo moralmente) per quello che si fa. Il gioco d'azzardo deve produrre un valore, che a sua volta dia accesso ad altri valori, altrimenti non è più un valore, e il gioco non è più "gioco". I giocatori spesso affermano di **non giocare per denaro**, ma per il piacere.

È poi anche vero che di solito reinvestiscono quello che vincono nel gioco stesso, per cui è un po' come se giocassero d'azzardo per poter continuare a giocare d'azzardo. Ma in realtà nessun giocatore d'azzardo accetterebbe di giocare se in palio ci fossero **fazzolettini** di seta od **orsetti** di *peluche*. E questo è valido in tutte le società: dalle più antiche alle più recenti, dalle più tradizionali alle più aperte ai cambiamenti.

Ma il denaro ha un valore anche **metaforico**, **immaginario**, perché è lo strumento per acquisire anche l'impossibile. Infatti, non basta mai (chi gioca e vince, difficilmente si sa fermare a tempo). Infatti, il guadagno aumenta l'eccitazione provocata dal gioco in sé, e conduce a ripetere l'esperienza del gioco - che non si conclude necessariamente con la vincita. Ma il denaro ha un valore anche **metaforico**, **immaginario**, perché è lo strumento per acquisire anche **l'impossibile**. Infatti non basta mai (chi gioca e vince difficilmente si sa fermare a tempo). Infatti il guadagno aumenta l'eccitazione provocata dal gioco in sé, e conduce a ripetere l'esperienza del gioco - che non rappresenta necessariamente la vincita.

Si gioca per divertimento, magari anche a soldi. Ma giocare d'azzardo richiede necessariamente il **desiderio di acquisire un valore**, magari in denaro. Orbene, giocare d'azzardo è quindi **un affare insicuro**. Ma gli esseri umani non lo sanno.

Infatti alla base ci sono meccanismi psicologici che fanno sviluppare negli esseri umani la **convinzione illusoria** di poter controllare il gioco, tramite la loro **abilità** o alla loro **astuzia**. Credono di poter quindi elaborare strategie per "vincere" il caso. A questo punto è evidente che sovrastimano le loro capacità di vincita. Contribuisce a questo anche il fatto che, in realtà, a volte **qualcuno vince davvero**. Il giocatore vuole trarre un vantaggio dal gioco. Ma il gioco (non: "il caso") ha un sistema di regole che invece lo svantaggia.

Il problema è che quest'aspetto non è per nulla visibile immediatamente. Abbiamo detto appunto che il fatto che ci siano persone che vincono, ed anche tanto, dimostra che in realtà qualcuno trae vantaggio dal gioco. L'individuo si convince allora che magari ci sono delle **strategie applicabili** per raggiungere lo stesso fine.

Il problema è che quest'aspetto non è per nulla visibile immediatamente. Abbiamo detto appunto che il fatto che ci siano persone che vincono, ed anche tanto, dimostra che in

realità qualcuno trae vantaggio dal gioco. L'individuo si convince allora che magari ci sono delle **strategie applicabili** per raggiungere lo stesso fine.

## Note sul caso e sull'azzardo



Il "caso", ossia l'azzardo, è una serie d'avvenimenti tra loro non correlati sul piano causale. Esso è dunque caratterizzato dall'**imprevedibilità**, ossia dal fatto di non essere **mai controllabile**. Talché le *serie casuali* non si possono prevedere, ma solo riconoscere a posteriori. Cionondimeno, i giochi d'azzardo sono amati.

**Tre sono le condizioni** per il gioco d'azzardo (ossia fondato sul caso) a base di denaro:

(1) L'individuo si deve rendere conto che **pone in palio denaro** o oggetti di valore; (2) che questa messa in palio è **irreversibile**; e (3) che il risultato del gioco si basa esclusivamente o principalmente **sul caso**.

La possibilità di vincere denaro, per quanto ridotta, è la condizione di base necessaria a qualunque gioco d'azzardo e di denaro.

A seconda del gioco, dal 2 al 50% delle poste **va direttamente all'organizzatore** del gioco. Evidentemente il gioco non è il miglior tipo d'investimento economico che si possa fare.



Si gioca per divertimento, magari anche a soldi. Ma giocare d'azzardo richiede necessariamente il **desiderio di acquisire un valore**, magari in denaro. Orbene, giocare d'azzardo è quindi **un affare insicuro**. Ma gli esseri umani non lo sanno.

Infatti alla base ci sono meccanismi psicologici che fanno sviluppare negli esseri umani la **convinzione illusoria** di poter controllare il gioco, tramite la sua **abilità** o alla sua **astuzia**.

Credono di poter quindi elaborare strategie per "vincere" il caso. A questo punto è evidente che sovrastimano la loro capacità di vincita. Contribuisce a questo anche il fatto che in realtà a volte **qualcuno vince davvero**. Il giocatore vuole trarre un vantaggio dal gioco. Ma il gioco (non: "il caso") ha un sistema di regole che invece lo svantaggia.

Il problema è che quest'aspetto non è per nulla visibile immediatamente. Abbiamo detto appunto che il fatto che ci siano persone che vincono, ed anche tanto, dimostra che in realtà qualcuno trae vantaggio dal gioco. L'individuo si dice allora che magari ci sono delle **strategie applicabili** per raggiungere lo stesso fine.



Agli esseri umani sembra che il caso abbia regole, e che queste regole siano conoscibili, e utilizzabili per “piegare” il caso. È un pensiero magico, che ritroviamo nelle seguenti convinzioni (spesso non riflesse).

**Ruolo attivo:** se siamo noi a fare, possiamo far qualcosa. Il giocatore ritiene che se fosse lui a gettare la *boule*, sarebbe più fortunato. Notiamo anche la tendenza a lanciare i dadi con *maggior forza* se vogliamo un numero più alto, e minore forza se vogliamo un numero più basso.

Oppure ancora: siamo di solito restii a scambiare un biglietto della lotteria scelto da noi, con un biglietto scelto da qualcun altro (anche se poi, in cambio, ce ne danno più di uno).

**Grado di competitività:** se la nostra è una sfida, possiamo vincere. Per esempio, se si tratta di battere la macchina, oppure il croupier.

**Il contatto:** avere a che fare con la posta aumenta la nostra certezza di poter vincere. Se aumenta la posta, in particolare se la poniamo con maggiore frequenza, c'è maggiore contatto. Molti ritengono che questo aumenti l'“esperienza” del singolo, e i calcoli che può fare. Qui ci rendiamo conto del pericolo insito nella diffusione e nella facile raggiungibilità dei giochi d'azzardo.

**La complessità:** nella misura in cui le regole da utilizzare sono più complesse e più difficili, tendiamo a credere di avere un maggiore controllo, e quindi a ritenere di essere in grado di sviluppare meglio delle strategie di controllo (p.es. poker).



Sul piano psicologico, le cose sono complesse. Gli esseri umani **credono che “il caso” abbia regole**. Solo che bisogna scoprirle. Probabilmente noi tutti, senza bene rendercene conto, consideriamo “il caso” come **l'insieme delle regole che in determinate situazioni che non conosciamo ci permetterebbero di dominare gli avvenimenti**. Il gioco d'azzardo è probabilmente l'unica. Il gioco d'azzardo è probabilmente l'unica attività umana in cui l'esperienza del passato non serva assolutamente a nulla.

Insomma, il giocatore si costruisce ipotesi strategiche atte a predire l'esito del gioco, o a influenzarne l'esito basandosi su percezioni erranee e stabilendo relazioni erranee tra fatti in realtà non correlati. **L'annotare sistematico**, che spesso serve a stabilire “regole matematiche” che collegano elementi che sono invece indipendenti.

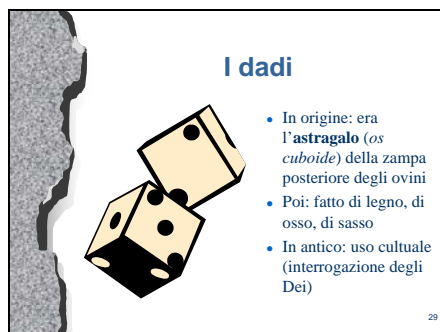
**L'equilibratura delle serie:** si tende a credere che la probabilità che cada Croce, dopo p.es. 30 Teste, aumenti.

**Near misses:** certuni credono che se il numero vincente di una lotteria era 5, chi aveva 4 “era più vicino” che non chi aveva il numero 35.

La **nostra attività** è vissuta anche come centrale, nel senso che se noi “scegliamo” o agiamo, abbiamo la sensazione di poter meglio gestire il caso. Specialmente se poi abbiamo l'impressione di stare giocando contro qualcuno (p.es. la macchina, o il Casinò,

o meglio il *croupier*).

## Note su alcuni dei principali giochi



I *dadi* sono stati il primo gioco d'azzardo utilizzato dagli esseri umani, all'inizio probabilmente a fini magici (previsione dell'avvenire, influsso sugli avvenimenti umani), per cui risalgono alla più remota antichità.

È un piccolo cubo che reca, oggi, sulle sei facce dei punti neri che rappresentano i numeri da 1 a 6. Si nota che le facce opposte offrono sempre un totale di 7: 6+1, 5+2, 4+3. Lo conosciamo in Cina 5000 anni fa, già a sei facce, con sei differenti iscrizioni per faccia.

Abbiamo alcuni dadi della prima epoca etrusca, datati al IX secolo a.C., rinvenuti nei pressi di Roma. Erano già simili a quelli che usiamo oggi. Di per sé però la loro origine rimane oscura. Platone sosteneva che i dadi fossero stati inventati dal Dio egiziano Toth, ma Erodoto ne attribuiva la paternità al popolo dei Lidi. Si trovano descrizioni di celebri partite ai dadi nelle mitologia indù, egizia, greca e romana.

Si gioca nel modo seguente: si scuote il dado in un bossolo, lo si fa rotolare sul tavolo, e il risultato è il numero indicato sulla faccia superiore del dado. Si dice che un dado è nullo quando non posa piatto su una delle sue facce. Bisogna allora rilanciarlo.

È truccato ("carico") quando vi sia stata immessa internamente una carica di mercurio di piombo, o quando è fabbricato con una sostanza di densità ineguale, in modo che il dado tenda a cadere più spesso su una faccia determinata.

Ha avuto molti appassionati, tra cui ricordiamo gli imperatori romani Caligola, Claudio, Nerone, e Commodo. Il filosofo Seneca descrive Claudio agli Inferi, condannato a giocare con un bossolo senza fondo, ed a riprendere continuamente i dadi che sfuggivano dal fondo del bossolo prima che potesse lanciarli.

Tacito, alla fine del 1° secolo, riferisce che i germani giocavano anche loro ai dadi, dove potevano perdere le loro proprietà, la loro famiglia, e persino la propria libertà.

Sant'Ambrogio racconta che alcuni giocatori scommettevano le dita, le membra, ed addirittura la vita; e quando avevano perduto tutto, si lasciavano mutilare senza difendersi.

È chiaro che ci sono legislazioni che hanno affrontato il problema del gioco dei dadi. Al tempo di Carlo Magno i giocatori erano colpiti da scomunica. San Luigi aveva mantenuto questa sanzione, e vietato la fabbricazione dei dadi.

Il dado, di per sé, era in origine un osso del piede, l'*astragalo*. In realtà, l'*astragalo* oggi si chiama **os cuboide**, ed è proprio di tutti i mammiferi (per quanto l'osso usato dagli antichi fosse d'origine animale).

Quali tipi di giochi d'azzardo ci sono ?



- I grandi giochi da Casinò
- Le scommesse
- Le lotterie e i giochi simili
- Le lotterie istantanee
- Le carte e i dadi
- Le macchinette mangiasoldi

Quanti sono i giochi d'azzardo? Sono moltissimi, e dipendono dal luogo e dall'epoca. Anche in questo campo ci sono delle **mode**. Oggi alcuni giochi tipici del settecento non solo non si giocano più, e addirittura non si sa più come si giocassero. Variato è sempre il **quadro giuridico** (permesso / interdetto), il quadro morale (ammesso / represso), il quadro sociale (evidente / nascosto), ecc. I vari giochi **non si equivalgono** tra di loro. Né nelle probabilità di vincita (alcuni lasciano all'organizzatore il 2%, altri il 50%), e neppure nella tendenza a sviluppare una dipendenza.

Ci sono sicuramente **numerosi fattori** in proposito. E anche i giocatori non dipendono mai da tutti i giochi. Spesso chi dipende dalla roulette guarda con alterigia chi gioca con le macchinette, e chi si occupa di corse di cavalli non riesce a capire perché ci si possa appassionare per la roulette o per il blackjack. E anche tra gli appassionati di macchinette, non tutte sono uguali, o meglio: non tutti i giocatori amano tutte le macchinette.

Tuttavia, **non ci sono dipendenze da lotterie**. Tant'è vero che gli organizzatori di giochi hanno dovuto inventare sia le estrazioni a sorte più ravvicinate, sia *jackpot* più appetibili, sia le lotterie immediate (gratta e vinci: decisamente più creatrici di dipendenza). Negli ultimi tempi in Belgio è nata una lotteria "aggiornata". Se vinci, guadagni una rendita a vita! Ma è certo che la maggiore dipendenza la troviamo tra gli apparecchi più frequenti: le **macchinette mangiasoldi**.

Quando parliamo di *giocatore patologico* ?



- Spende più soldi del dovuto
  - ◆ Anche quelli che dovrebbero andare altrove
  - ◆ Anche quelli che non sono i suoi
- Mira a rifarsi delle perdite, a rincorrere la fortuna

Se gioco **necessariamente perdo denaro**, a meno che io non abbia una vincita importante, che però non mi induca a reinvestire quanto ho vinto nel gioco stesso.

Ma c'è un limite determinato dal denaro che spendo per il gioco, e che ho deciso io. Sarò un giocatore patologico (o compulsivo, o eccessivo) se **oltrepasso** la somma che ho a disposizione (intaccando denaro che deve servire ad altri scopi), o se utilizzo denaro che non è mio, credendo però che se faccio così, riesco a recuperare denaro perso in precedenza, in grazia a mie capacità o abilità particolari.

E se tendo a **procurarmi** il denaro necessario da investire in questa "**rincorsa**", tramite metodi poco chiari (mentendo, sottacendo i debiti, ecc.), oppure in modo illecito.

La definizione prevista nei testi medici è piuttosto diversa, ma per ragioni operazionali: i medici hanno bisogno di **quantificare** le loro definizioni.

### Tipi di giochi d'azzardo



- I grandi giochi da Casinò
- Le scommesse
- Le lotterie e i giochi simili
- Le lotterie istantanee
- Le carte e i dadi
- Le macchinette mangiasoldi

I giochi sono innumerevoli. E cambiano a seconda dei paesi e delle epoche. Anche in questo campo ci sono delle **mode**. Oggi alcuni giochi tipici del settecento non solo non si giocano più, e addirittura non si sa più come si giocassero. I vari giochi **non si equivalgono** tra di loro. Né nelle probabilità di vincita (alcuni lasciano all'organizzatore il 2%, altri il 50%), e neppure nella tendenza a sviluppare una dipendenza.

### I giochi del Casinò

- Roulette francese
- Roulette americana
- Roulette bleue
- Chemin de fer
- Baccarat à deux tableaux
- Baccarat tout va
- Punto e banco
- Trente et quarante
- Black jack
- Craps
- Boule
- Slot Machines

In genere, in Europa e negli Stati Uniti (e nell'America del Sud) questi sono i giochi che si possono trovare nei Casinò. Ogni gioco ha una sua origine, ha le sue attrezzature di gioco (che si acquisiscono presso produttori specializzati), ha le sue regole e un suo svolgimento, ha una posta (spesso con dei limiti), ha un suo tipo di giocatore, ha spesso una sua tassa, ha un croupier che vi può partecipare (oppure no), ha un banco, che trae dei vantaggi, ha delle combinazioni vincenti, ma anche delle probabilità di vincita, che variano a seconda del gioco e delle regole che vi si adottano.

## La Roulette

### La roulette



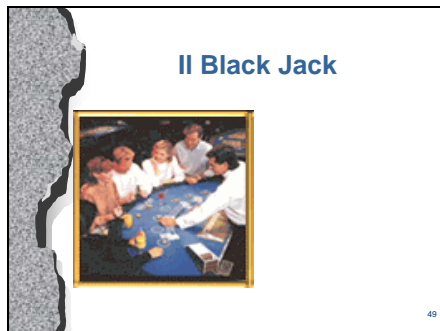
The screenshot shows a software interface for roulette. On the left, there are controls for the game: 'Roulette System Checker', 'START' button, 'Winning Number' (32), 'American Wheel 0, 00', 'Spin Number' (12), 'Amount Bet' (162.00), and 'Win Pay Out' (36). On the right, there is a detailed betting table with numbers 1-36, 0, and 00, along with various betting options like 'RED', 'BLACK', 'EVEN', 'ODD', 'HIGH', 'LOW', '1st 12', '2nd 12', '3rd 12', '1st 18', '2nd 18', '3rd 18', '1st 30', '2nd 30', '3rd 30', '1st 6', '2nd 6', '3rd 6', '4th 6', '5th 6', '6th 6', '7th 6', '8th 6', '9th 6', '10th 6', '11th 6', '12th 6'.

Il principio della *biglia che rotola* per fabbricare il caso esiste fin dall'antichità. La forma moderna della roulette era già nota sotto Luigi XIV e fece furore al 17° secolo. Dopo la rivoluzione francese, si giocò alla roulette in stabilimenti ufficiali, rigidamente sorvegliati e controllati dallo Stato, ma Luigi Filippo la vietò nel 1838. Successivamente fu di nuovo autorizzata, benché sottoposta ad una severa regolamentazione. È oggi un gioco di Casinò relativamente equo, ma distrae ancora oggi numerose riunioni amichevoli e familiari. Il termine deriva dal termine *rouler*, "rotolare", "girare".

È probabilmente un gioco d'azzardo d'origine italiana, introdotto con successo in Francia nella seconda metà del '700, da cui si diffuse anche altrove, nel 19° secolo, diventando l'attrazione di famosi luoghi di villeggiatura e di cura. Esistono una roulette europea, ed una roulette americana, che si giocano in pratica alla stessa maniera, ma che è meno complessa nella manipolazione. Alcuni sostengono che la sua invenzione risale a Blaise Pascal, ma Pascal non c'entra.

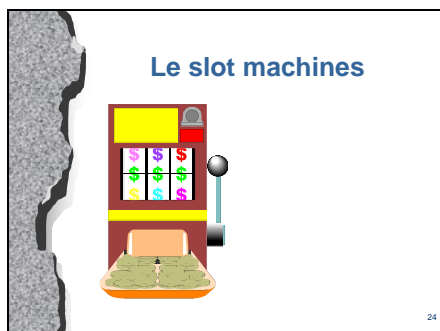


## Il Black Jack



È un gioco d'origine americana, molto diffuso anche in Inghilterra. Il gioco si svolge su di un tavolo a forma di semicerchio. Al centro siede il croupier che fa da banchiere, mentre di fronte a lui siedono sette od otto giocatori. Il gioco si svolge tra banco e giocatori. Ciascun giocatore conduce una sua partita autonoma. Vince, tra giocatore e banco, chi realizza il punteggio più vicino a 21 senza però superarlo. Nel chiamare carte bisogna dunque badare a non superare quel valore, altrimenti si perde. Se il giocatore fa 21, si dice che ha fatto black jack.

## Le Slot machines



La macchina mangiasoldi (nella forma di fruit machine, oppure di video-poker) ci viene dall'America. Fu inventata nel 1835 da un meccanico di nome Charles Fey, che collocò le sue macchine nelle hall degli alberghi di S. Francisco. Ebbe un successo immediato, che lo obbligò ad associarsi ad altri. Nel 1907, Herbert Stephen Mills diede la sua forma definitiva alla *slot machine*. Le macchine comportavano tre ruote con simboli, di frutti (da cui: *fruits machine*) o di campane. Con un braccio il giocatore poteva tentare di arrestare le ruote. Furono esportate anche in Europa, in particolare già durante le due guerre mondiali.

Non so se un tempo si trattasse di un gioco che dunque permettesse l'esercizio di una capacità. Oggi, l'introduzione dell'informatica ha tolto ogni meccanismo interno. C'è solo un computer interno, che produce un numero gigantesco di combinazioni per secondo. E la combinazione è fissata una volta per tutte quando uno ci mette il gettone o la moneta. Quindi la sbarra o il pulsante (che la sostituisce) possono, sì, abbreviare il periodo di rotazione delle ruote, ma il risultato non cambia, perché il risultato, ossia la combinazione, è stabilita già alla partenza.

Si tratta del gioco più diffuso, maggiormente generatore di dipendenze, spesso non considerato "d'azzardo" dalla legislazione (Francia), o dal giocatore stesso. Oggi tende a presentarsi in mille modi, sempre più attraenti e magici.

## Bibliografia in italiano

### ***Di Daniela Capitanucci***

La presente scheda bibliografica, lungi dall'essere esaustiva, si propone di fornire all'interessato alcuni suggerimenti in merito a possibili letture sulla tematica del gioco d'azzardo patologico. Abbiamo privilegiato il materiale recente disponibile in lingua italiana, pur non potendo rinunciare a qualche referenza particolarmente interessante in lingua straniera.

#### **PER UNA INTRODUZIONE LETTERARIA:**

Schnitzler A., *Gioco all'alba*, Piccola Biblioteca Adelphi, Milano

Dostoevskij, F.M., *Il Giocatore*, Superbur Classici

#### **PER L'INQUADRAMENTO DIAGNOSTICO:**

American Psychiatric Association (1998), *DSM IV - Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali*, 674-677

AAVV (1992), *ICD-10 – Decima revisione della classificazione internazionale delle sindromi e dei disturbi psichici e comportamentali. Descrizioni cliniche e direttive diagnostiche*. Ed. italiana a cura di D. Kemali et al., Milano, Masson, 322 p.

#### **PER FARSI UN'IDEA DEL PROBLEMA:**

Dickerson, M.G. (1993), *La Dipendenza da Gioco*, Gruppo Abele, Torino

Cibin, M., Zavan, V, Zampieri, N. (2000), "Gioco d'azzardo patologico (G.A.P.): storia naturale e possibilità di intervento", *Alcologia*, 12(3), 163-170

Marazziti, D., Ravizza L. (2000), *Il gioco d'azzardo patologico: ma è davvero un gioco?*, Londra, Martin Dunitz ed. (Solvay Pharma)

Capitanucci, D. (2000), "Il gioco d'azzardo problematico", *Prospettive Sociali e Sanitarie*, 15/16, 9-14

Capitanucci, D.; Carlevaro, T. (2004), *Guida ragionata agli strumenti diagnostici nel Disturbo di gioco d'azzardo patologico*, Hans Dubois, Bellinzona (Svizzera), edizione su CdROM.

Guerreschi, C. (2000), *Giocati dal Gioco. Quando il divertimento diventa una malattia: il gioco d'azzardo patologico*, San Paolo, Milano

Su Internet: [www.giocoproblematico.ch](http://www.giocoproblematico.ch); (è il sito del Gruppo d'Interesse sul Gioco d'azzardo problematico).

#### **PER FARSI UN'IDEA DEL TRATTAMENTO:**

Ladouceur, R.; Sylvain, C.; Boutin, C.; Doucet, C. (2003), *Il gioco d'azzardo eccessivo. Vincere il gambling*, Centro Scientifico Editore, Torino, 11, 208 pagine. (È la traduzione italiana di T. Carlevaro e di D. Capitanucci di: *Le jeu excessif. Comprendre et vaincre le gambling*. Les editions de l'homme, Montréal, 2000.

#### **PER FARSI UN'IDEA DELLA COMORBILITA' CON LA TOSSICODIPENDENZA DA SOSTANZE:**

Cancrini L. (1998), "Tossicomani e giocatori: a proposito di temerari", *Ecologia della mente*, I, Il Pensiero Scientifico

Capitanucci D., Biganzoli A. (2000), " Tossicodipendenza e gioco d'azzardo: risultati di una ricerca preliminare", *Personalità/Dipendenze*, (3), 23- 33

#### **PER FARSI UN'IDEA DEI GIOCHI:**

Arancio C. (1994) *Guida completa ai giochi da Casinò. Tutti i giochi d'azzardo, dalla roulette al black jack, allo chemin de fer, al baccarà...De Vecchi*

Colombo G. (1994) *Guida ai giochi d'azzardo con le carte*.De Vecchi

Clidière M. (1972) *Il Manuale dei giochi*. Milano. Garzanti.

#### **PER FARSI UN'IDEA DEL CONTESTO:**

Imbucci, G., a cura di (1999), *Il Gioco pubblico in Italia. Storia, Cultura e Mercato*. Marsilio, Venezia

#### **PER RIMANERE COSTANTEMENTE AGGIORNATI:**

Su Internet: [www.thewager.org](http://www.thewager.org) (sito in lingua inglese dell'Harvard Med. School on Addictions)

Anche il Gruppo d'Interesse sul Gioco Problematico (GIGP), che comprende un gruppo di specialisti della Svizzera italiana (Ticino), che lavorano nel campo dal 1996, ha un suo sito Internet in lingua italiana: [www.giocoproblematico.ch](http://www.giocoproblematico.ch).