

8.15

GIOCO QUINDI SONO. QUALE RUOLO PER IL GIOCO NELLA RIABILITAZIONE DELLE DIPENDENZE?

Morittu A.[1], Monculli A.[2]

[1]Università degli Studi di Udine - Udine - Italy,
[2]Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale,
Dipartimento delle Dipendenze area Udine - Ambulatorio
Gioco d'Azzardo, dipendenze tecnologiche e comporta-
mentali. - Udine - Italy

Il presente lavoro vuole analizzare, attraverso un'esperienza laboratoriale condotta con gli utenti del Servizio per le Dipendenze di Udine e i loro caregivers, i benefici che il gioco ricreativo in forma strutturata (gioco da tavolo) possa fornire all'interno dei percorsi terapeutico riabilitativi per l'utenza considerata.

Sintesi

Il presente lavoro vuole analizzare, attraverso un'esperienza laboratoriale condotta con gli utenti del Servizio per le Dipendenze di Udine e i loro caregivers, i benefici che il gioco ricreativo in forma strutturata (gioco da tavolo) possa fornire all'interno dei percorsi terapeutico riabilitativi per l'utenza considerata. Nello specifico si è voluto indagare se il gioco possa essere un medium o uno strumento favorente il recupero della persona con comportamenti di addiction, se possa elicitare emozioni e sentimenti piacevoli nell'adulto che ne fruisce e se vi siano attività di gioco più gradite e quindi più efficaci per lo scopo prefissato.

È stata svolta una ricerca di letteratura sull'argomento, mettendo in evidenza la scarsità di documenti sul tema di addiction e gioco ricreativo ed evidenziando la necessità di approfondimenti producendo nuove conoscenze evidence-based.

Introduzione

Il Gioco, ancora oggi, è vittima di significativi fraintendimenti. Il concetto di Gioco non riesce ad uscire da quello di attività superficiale, ovvero passatempo proprio dell'età infantile, mentre nell'adulto è strettamente legato all'azzardo dalla cultura popolare. Nonostante il Gioco sia diventato sempre più centrale come attività

sociale, questi fraintendimenti sono diffusi anche nei professionisti sanitari, che ad esempio spesso usano termini che passano un messaggio errato, come "ludopatia" (pur sapendo che la patologia in oggetto non è il Gioco, ma l'Azzardo), o si interessano al Gioco solo come fenomeno proprio della psicologia dell'età evolutiva e della pedagogia. In un'epoca post-fattuale aumenta il rischio di stravolgerne il significato, creando categorie non esistenti per giustificare l'azzardo ("gioco responsabile"), con significativi impatti sulla prevenzione della patologia.

Stimolate anche dalla spinta data dalle teorie della Gamification, a livello internazionale sempre più ricerche si interessano all'uso del Gioco come strumento diagnostico o terapeutico-riabilitativo. Purtroppo, queste ricerche utilizzano giochi tecnologici o giochi creati ad hoc (serious game), il che rende di solito questi studi non riproducibili o non significativi fuori dal campo di applicazione della specifica ricerca. In Italia, sebbene ancora in modo accademico e/o settoriale, stanno nascendo interessanti esperienze sull'efficacia e le potenziali applicazioni dello strumento Gioco nei campi della formazione, della psicoterapia e della psicoeducazione, estese oltre l'area Minori (con/senza disabilità). L'Educatore Professionale, per formazione e metodiche, è figura centrale nella ideazione, progettazione ed esecuzione di queste esperienze.

Da queste esperienze prende avvio il nostro progetto, ispirato anche da una domanda che gli stessi utenti in trattamento per una Dipendenza da azzardopatia e le loro famiglie pongono al professionista di riferimento: "Posso ancora giocare? A che tipo di giochi?"

Obiettivi e metodi

Gli obiettivi principali del presente lavoro sono quelli di indagare:

1. se il gioco possa essere considerato uno strumento terapeutico-riabilitativo per le persone con dipendenza elicitando emozioni e sentimenti piacevoli;
2. se il gioco prodotto a fini ricreativi possa essere consigliato all'utente con comportamento di addiction al fine di godere di momenti di socializzazione con i propri pari o familiari "in sicurezza", ovvero senza rischio di innescare processi recidivanti in un soggetto con un Disturbo da Gioco d'Azzardo;
3. se vi siano giochi prodotti ai fini ricreativi adatti ad integrarsi in attività terapeutico riabilitative nei pazienti con Disturbo da Gioco d'Azzardo e/o altri disturbi di addiction.

L'indagine è stata svolta tramite una progettualità che si è sviluppata attraverso quattro incontri laboratoriali di

gioco ricreativo che hanno previsto:

1. momenti formativi riguardo il gioco e le sue caratteristiche;
2. sperimentazione di tipologie diverse di giochi da ludoteca (per meccaniche, obiettivi, risorse neuro-psico-emozionali da investire, tempi);
3. momenti di valutazione e rielaborazione dell'esperienza.

I destinatari del progetto sono utenti in trattamento presso il Dipartimento delle Dipendenze di Udine dell'Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale ed i loro caregiver; gli incontri si sono tenuti presso la Ludoteca Comunale di Udine.

I giochi sperimentati sono stati scelti seguendo alcuni criteri:

1. sono stati utilizzati giochi da tavolo in commercio;
2. sono stati utilizzati giochi che prevedessero la partecipazione sociale e dal vivo, escludendo sia giochi mediati dalla tecnologia (a causa dei conseguenti rischi connessi ai comportamenti di addiction, in particolare di isolamento e di uso di meccanismi e dinamiche di gioco connesse all'azzardo, oltre che di disponibilità di hardware e software adeguati) sia quelli legati all'esperienza di serious-game (poiché non riproducibili o generalizzabili fuori dal contesto del progetto);
3. sono stati utilizzati giochi che fossero riproducibili in diversi contesti/setting (al fine di dare la possibilità della generalizzazione dell'esperienza e del coinvolgimento di altri soggetti).

La valutazione dell'esperienza è stata svolta tramite la somministrazione -ex ante ed ex post- di un questionario self-report realizzato ad hoc, basato su domande chiuse multiple e altre scalate.

Risultati e discussione

Caratteristiche della popolazione presa in esame

- a. Questionari somministrati/restituiti compilati: 31/29 (restituiti 93%)
- b. Identificazione di Genere: 15 M – 14 F
- c. Età
 - 18-30: n. 8
 - 31-50: n. 11
 - 51-63: n. 9
 - >64: n. 1
- d. Partecipante in qualità di:
 - Utente: n. 11
 - Familiare o operatore con esperienza di gioco: n. 8
 - Familiare o operatore senza esperienza di gioco: n. 5
 - Altro con esperienza di gioco: n. 3
 - Altro senza esperienza di gioco: n. 2

Emozioni suscitate dal gioco ricreativo

Dall'analisi dei questionari raccolti si evince che la maggioranza riferisce pienezza, curiosità, trova utile la situazione di gioco e si sente motivata. Ansia e imbarazzo sono fisiologicamente distribuiti lungo lo spettro dei poli positivo-negativo.

Le dimensioni del divertimento, della partecipazione e della comunicazione sono riferite come importanti nello sviluppo dell'attività. Anche attenzione, impegno e gestione delle emozioni sono considerate necessarie per la buona riuscita del compito proposto.

Dai questionari raccolti si evidenzia l'assenza di noia, in favore di una sensazione di relax, divertimento, un senso di stimolazione e una dimensione di ingruppo.

Grafico 1 – Che effetto mi fa la proposta di giocare?

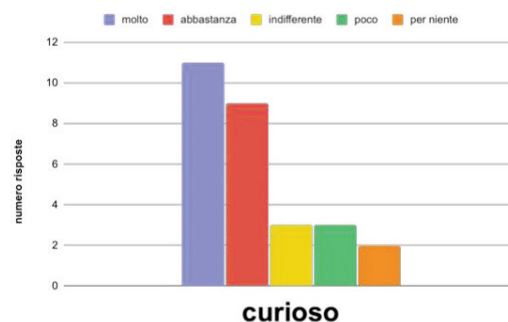


Grafico 2 – Che giudizio do sulla proposta di cui al grafico 1?

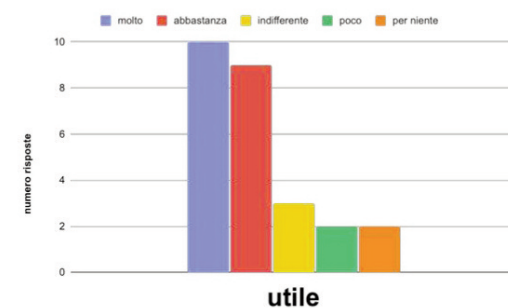


Grafico 3 – Cosa ho provato durante il gioco?

mi sono sentito a mio agio a giocare con gli altri

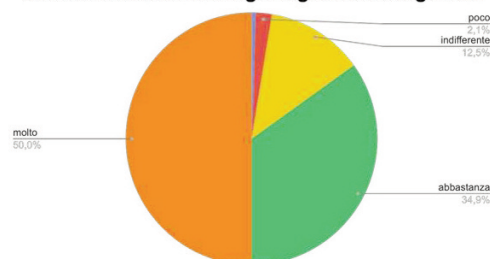
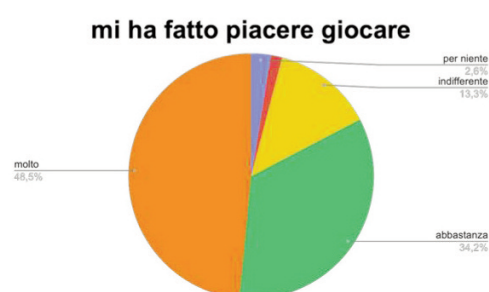


Grafico 4 – Che giudizio do della proposta?



Preferenza di tipologie di gioco

Dal campione preso in considerazione, rispetto ai risultati ottenuti non emergono significative differenze dall'utilizzo di giochi con diverse meccaniche. Sulla base dei questionari somministrati, utilizzare giochi diversi sembrerebbe far sì che ognuno venga esposto a stimoli diversi che permettono di personalizzare l'esperienza andando così ad attivare per ciascuno in modo differente quelle emozioni che emergono dall'analisi. Una menzione a parte va dedicata ai giochi con meccaniche di role-playing che, confermando le osservazioni riportate in letteratura, sembrano rappresentare uno spazio proficuo per la rielaborazione delle proprie dinamiche di pensiero.

Gioco e socializzazione

Giocare ha un potente impatto ricreativo, socializzante, e permette di creare, ricreare e sostenere relazioni anche senza bisogno di momenti di rielaborazione guidata. Un gioco da tavolo permette di approntare un'esperienza diretta (non mediata da avatar) e limitata nel tempo in modo semplice, immediato, replicabile, non formale, democratico, non giudicante e il soggetto interessato nell'esperienza può essere guidato da una persona esperta o da un cultore del gioco specifico (ovvero da una persona che ci abbia giocato e ne conosca le regole) in maniera indifferente, in quanto è il gioco stesso che assicura lo sviluppo dell'esperienza. L'esperienza, inoltre, non è legata ad un luogo e non ha bisogno di tecnologie o conoscenze tecnologiche, evitando anche i rischi legati all'uso non consapevole dei videogiochi. Per questo, i giochi da tavolo che non si basano su meccaniche di azzardo permettono in generale di poter essere utilizzati anche dall'utente insieme ad un gruppo di sua scelta al di fuori di setting terapeutici.

L'esperienza del laboratorio emerso dal progetto dimostra che c'è spazio per sviluppare un progetto più strutturato che comprenda anche la raccolta di dati che permettano delle risposte evidence based alle domande seguenti:

1. ci sono motivi per pensare che si possa arrivare ad

una validazione del Gioco all'interno di un processo terapeutico-riabilitativo nell'area dipendenze?

2. il gioco da tavolo può essere usato come sostitutivo delle emozioni che il gioco patologico produce in un utente di un servizio per le dipendenze? Può avere un effetto attivante sui circuiti di reward, in modo tale da limitare o stoppare del tutto gli effetti del craving che subisce un utente con comportamenti di addiction?

3. il gioco può riabilitare allenando o aiutando a costruire delle social skill o soft skill all'interno di un percorso strutturato? Oltre alla risocializzazione, il gioco può aiutare a costruire o rinforzare delle skill specifiche?

Conclusioni

Il progetto è nato per analizzare il corpus teorico e valutare la risposta all'uso del gioco all'interno di un percorso terapeutico-riabilitativo per le Dipendenze.

Nonostante la scarsa presenza di letteratura, la direzione intrapresa merita di essere approfondita producendo nuove conoscenze evidence-based.

Dall'esperienza descritta, è possibile affermare- seppure senza generalizzare, che:

1. il gioco si dimostra uno strumento che assicura partecipazione e compliance anche nell'adulto, se somministrato nel giusto setting e con proposte adeguate al gruppo (rispettando età, difficoltà personali, sensibilità e interessi di ciascun componente);

2. l'interesse che le persone depongono nel gioco invita allo svolgimento di laboratori periodici strutturati di gioco ricreativo. In questi contesti laboratoriali i partecipanti entrano in un mood che può essere utilizzato infatti per consolidare emozioni positive, self-esteem e inclusione, a fini psicoeducativi o psicoterapeutici poiché favoriscono sensazioni piacevoli o comunque non suscitano brutti ricordi o esperienze di rischio per la persona con disturbo di addiction.

Sarebbe auspicabile proseguire con uno studio del gioco come strumento terapeutico riabilitativo e elaborare quindi strumenti comunicativi (vademecum, siti ecc.) a beneficio dell'utenza stessa e dei loro caregivers in un'ottica di recupero, favorendo l'implementazione del benessere e della qualità di vita.

Bibliografia essenziale

- AA VV. Addiction@school. Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata Verona, Verona, 2019;
- Bowman, S. L. (2010). The functions of role-playing games: How participants create community, solve problems and explore identity. Jefferson, NC: McF.

- Brown S con Vaughan C. Gioca! Come il gioco può formare la mente, aprire l'immaginazione e costruire la felicità. Edizione italiana Lit edizioni, Roma, 2013;
- Farnè R (a cura di). Le case dei giochi. Ludoteca, Ludobus e modelli formativi. Guerini, Milano, 1999
- Limberger J, Andretta I. Social skills training for drug users under treatment: a pilot study with follow-up. *Psicol Reflex Crit.* 2018 Nov 6; 31(1):29;
- Miller WR, Rollnick S. Il colloquio motivazionale. Centro Studi Erickson, Trento, 2014
- Rivi A, Bussoli B, Bisanti M, Ligabue A. Il gioco da tavolo come veicolo di competenze. DIDA, ed. Erickson, 09/2019;
- Shay, H. (2014). I am my character: Role-playing games as identity work. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 75(3-A (E))