



# Chiamiamolo azzardo! **Smettere è possibile!**



*Testo a cura di Chiara Matterazzo, psicologa psicoterapeuta e Francesca Vigna, educatrice professionale del Dipartimento Dipendenze ULSS 1 Dolomiti*

*Disegni a cura di Roberto Totaro, colori di Patrizia Comino*

*Grafica e stampa a cura di Gruppo DBS*

*Finito di stampare: maggio 2022*

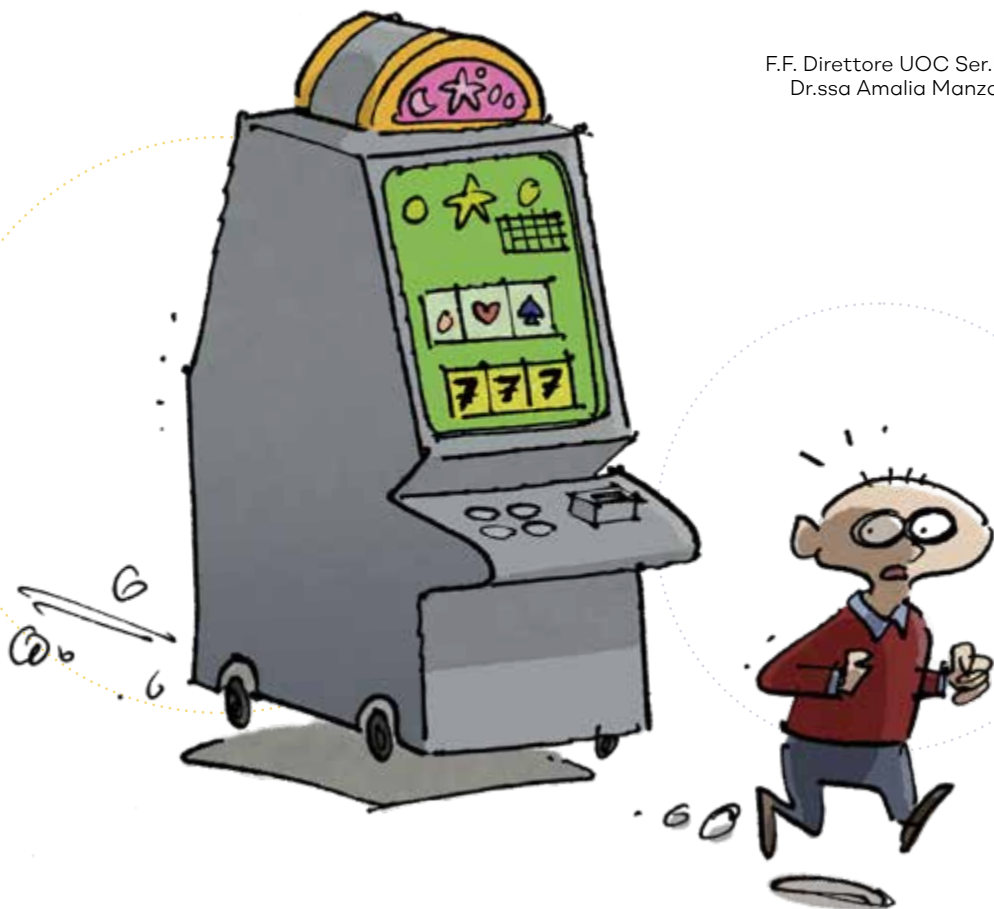
*La stesura di questo opuscolo è stata ispirata al prezioso lavoro dell'associazione AND-Azzardo e Nuove Dipendenze-Varese, del Gruppo di Ricerca Veneto sul disturbo da gioco d'azzardo GRV Castelfranco Veneto, dell'Associazione Taxi 1729 Torino Fate il Nostro Gioco, di Alea - associazione scientifica per lo studio del gioco d'azzardo e dei comportamenti a rischio.*

# Presentazione

Il Disturbo da Gioco d'Azzardo (DGA) è un problema complesso, di natura bio-psico-sociale ed è assimilabile a una vera e propria dipendenza. Il DSM-5 (Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali dell'American Psychiatric Association) l'ha classificato tra i Disturbi da Addiction non correlati a sostanze. Il DGA ha delle ricadute negative in tutti gli ambiti di vita dei giocatori/giocatrici e delle loro famiglie: salute fisica, psicologica, relazionale e aspetti economico-lavorativi. In questi ultimi anni si è visto che la diffusione dell'opportunità di giocare, sia per quanto riguarda l'offerta di giochi che la possibilità di giocare in ogni momento della giornata, è uno dei fattori correlati all'aumento di tale disturbo.

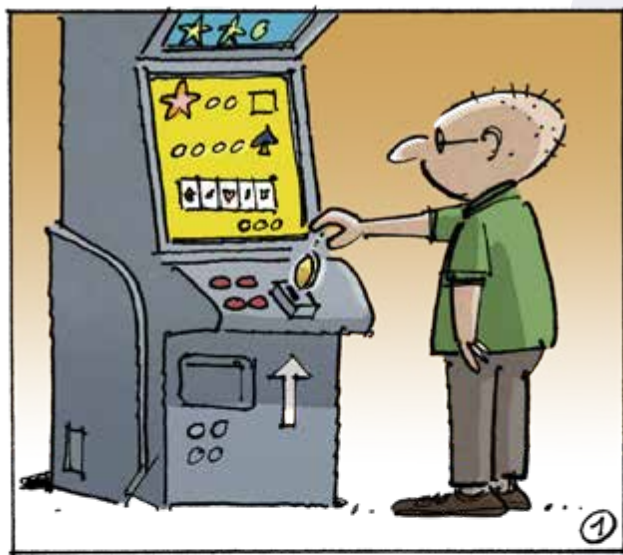
Questo opuscolo, arricchito dai disegni di Roberto Totaro, si prefigge di fornire delle informazioni corrette sul gioco d'azzardo e sul DGA al fine di sensibilizzare quanti lo leggeranno riguardo i rischi sottesi alla pratica del giocare d'azzardo. Al suo interno troverete anche i riferimenti dei Servizi a cui ci si può rivolgere in caso di bisogno.

F.F. Direttore UOC Ser.D.  
Dr.ssa Amalia Manzan



# Cos'è il gioco d'azzardo?

Si gioca d'azzardo quando sono presenti queste tre condizioni:



**1**

Viene scommesso o puntato del denaro o altri valori.

**2**

La puntata non può più essere ritirata.

**3**

L'esito è deciso dal caso e non dall'abilità di chi gioca.



Sono considerati giochi d'azzardo anche quei giochi, come il poker, che prevedono una componente di abilità ma il cui esito dipende in buona parte dal caso.

## Alcuni dati:

**Negli ultimi anni l'Italia ha visto un aumento esponenziale del gioco d'azzardo.**

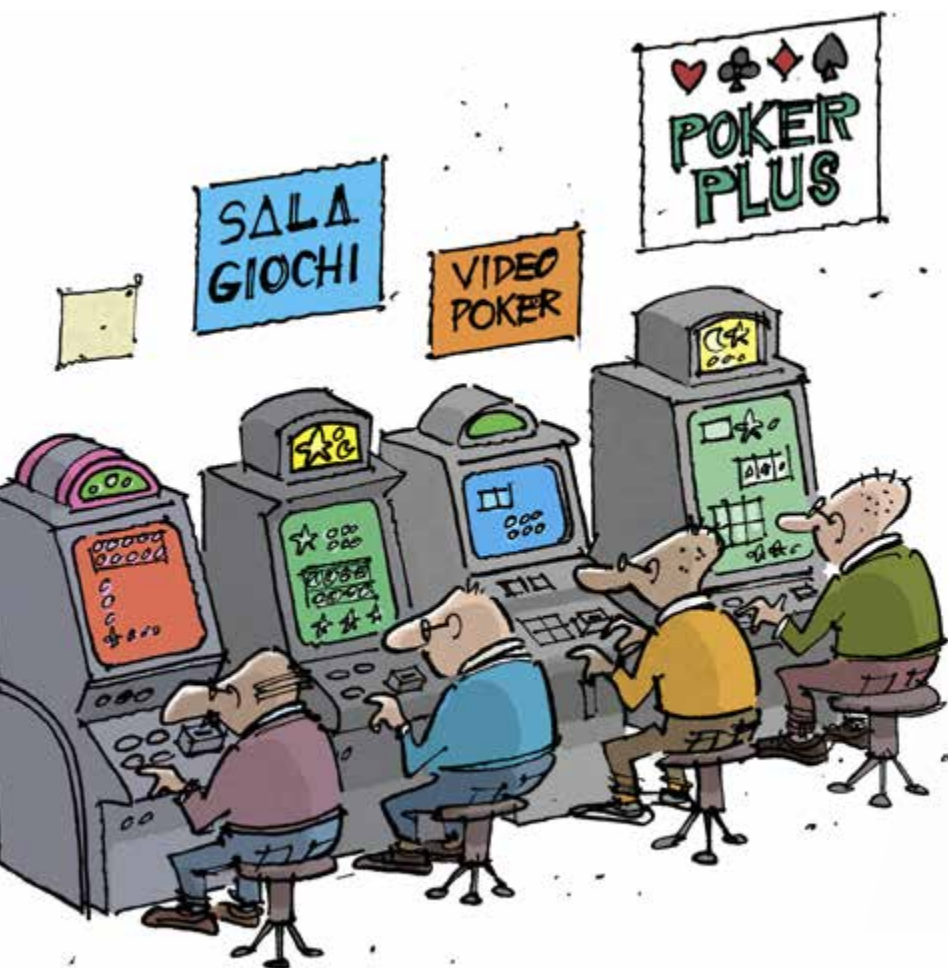
Nel 2021 la spesa degli italiani nel gioco d'azzardo è stata di circa **107 miliardi** e si è registrato un aumento significativo della spesa per il gioco d'azzardo online. Questo anche per effetto della pandemia da Covid-19.

In un primo momento le restrizioni associate (chiusura delle sale da gioco, numero ridotto di eventi sportivi, ecc...) hanno portato una prima riduzione del comportamento di gioco, ma anche un maggior gioco online. In un secondo momento la riapertura dei locali per il gioco d'azzardo e lo stress connesso alla situazione pandemica che ha influenzato lo stato di benessere delle persone, hanno incrementato i fattori di rischio e quelli aggravanti, la psicopatologia connessa al gioco d'azzardo.



➤ **“Il gioco d’azzardo  
è il miglior modo  
per ottenere nulla  
da qualcosa.”** <

*(Wilson Mizner)*



# Come mai questa diffusione?

A partire dalla metà degli anni '90 la struttura dei giochi d'azzardo è stata modificata e ha assunto sempre più la forma di una vera e propria industria, in Italia la terza dopo Eni e Fiat! L'Italia è il quarto paese al mondo dopo USA, Giappone e Cina per volume di gioco ossia per l'ammontare complessivo del denaro speso per l'azzardo.



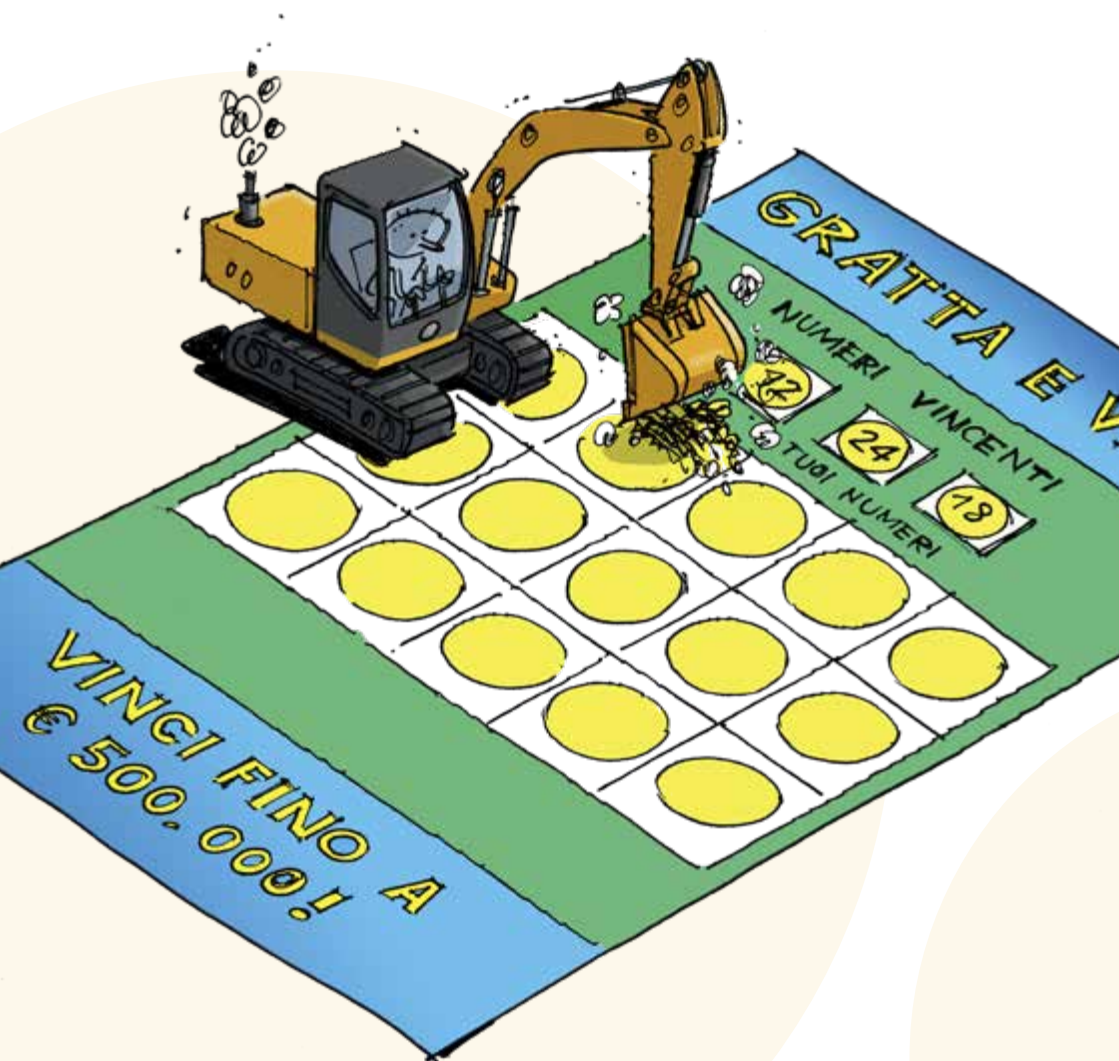
Primo in  
Europa per  
volume di gioco  
e densità di slot:  
una slot ogni  
150 abitanti  
circa!



## GIOCO ONLINE:

Il gioco d'azzardo online offre al giocatore maggiore comodità, anonimato e comfort rispetto al recarsi in un luogo fisico dove si gioca. Inoltre è più facile accedere al proprio conto bancario online, **basta un klik!**

Ciò aumenta la probabilità di giocare in modo compulsivo. Giocando online è molto facile perdere il controllo delle proprie uscite, è più difficile rendersi conto che la moneta elettronica è sempre moneta, che anche i soldi spesi online sono soldi veri.



## Alcuni elementi che favoriscono la diffusione del gioco d'azzardo:

- **Elevata accessibilità:** si gioca ormai dappertutto dal bar sotto casa alle sale VLT (Video Lottery Terminal), al gioco online. L'azzardo ha invaso lo spazio quotidiano e ha un basso costo (esempio: 1€ a puntata nelle slot). Si può dire che mentre prima era il giocatore a cercare l'azzardo ora è l'azzardo che viene a cercare il giocatore!
- **Solitudine:** il gioco d'azzardo oggi si gioca sempre di più da soli. Esempio: Lotterie istantanee, slot machine, VLT, azzardo on-line non richiedono più la condivisione con gli altri.
- **Velocità:** le giocate/estrazioni sono sempre più ravvicinate. Pensate al lotto tradizionale con una estrazione a settimana e a quello di oggi con estrazione oraria ogni 5 minuti, ogni 4 secondi. Inoltre c'è una riscossione immediata per le piccole cifre, una differita per le somme consistenti. In entrambi i casi il tempo ravvicinato tra la puntata e il risultato incentiva a continuare a giocare, favorendo un atteggiamento compulsivo al gioco.
- **Semplicità delle regole d'ingaggio:** poche regole, basta un click!
- **Consumo:** non c'è più una ritualità condivisa.
  - **Frequenti piccole vincite** che danno l'impressione che complessivamente si stia vincendo. Pensate ai Gratta e vinci! Spesso queste piccole vincite corrispondono al costo del biglietto e invogliano il giocatore a continuare a giocare e a reinvestire quanto vinto nel gioco.
  - **La crescente varietà dell'offerta:** nel panorama attuale ci sono oltre 50 modalità di offerta d'azzardo ciascuna per un target ben preciso, uomini, donne, ragazzi...
- **Pubblicità:** l'utilizzo di linguaggi accattivanti e suggestivi illudono sulla probabilità di vincere. Ricordate lo spot di qualche anno fa, Vuoi vincere facile? O Win for Life (vinci per la vita)... e tante altre in cui l'azzardo era associato a immagini di persone di successo, anche del mondo dello sport e che invogliavano le persone a credere che vincere grosse cifre fosse tutto sommato semplice. Negli ultimi anni la situazione è cambiata, non è più possibile fare una pubblicità esplicita al gioco d'azzardo.



# Azzardo e donne:



- Le Donne hanno maggiore velocità di aggravamento nella dipendenza dal gioco d'azzardo.

Le donne rappresentano più di un terzo della popolazione che ha sviluppato un Disturbo da Gioco d'Azzardo ma rappresentano solo il 10% dell'utenza dei servizi dedicati all'azzardo.

Tendenzialmente hanno storie più complesse dell'utenza maschile e **una maggiore velocità di aggravamento** (effetto telescopico).

La dimensione della colpa e della vergogna è più presente, correlata anche a una riprovazione sociale (stigmatizzazione) maggiore che per i giocatori uomini. Ne consegue che al femminile far emergere un problema di Disturbo da Gioco d'Azzardo è più faticoso; è dura ammetterlo a sé stessa e agli altri.

Per lungo tempo la donna giocatrice cerca di mantenere inalterati i ruoli e le incombenze a lei attribuite dalla società e dai familiari e sperimenta un vissuto di lacerante contrasto tra il ruolo di donna/madre/moglie/figlia e la propria patologia. Le motivazioni all'azzardo spesso riguardano **il bisogno di fuggire sentimenti negativi** (ansia, depressione) di combattere la solitudine, di compensare l'isolamento sociale, di acquisire appartenenza, di colmare un vuoto affettivo quando i figli cresciuti si avviano verso una maggiore autonomia (sindrome del nido vuoto).

Spesso nell'intraprendere un percorso di cura **manca il sostegno del partner** cosa che è infrequente nella presa in carico degli uomini giocatori. Il mondo femminile quindi, nella sua complessità, ha necessità di uno spazio di confronto e ascolto (individuale, familiare e/o di gruppo) mirato alle sue esigenze.

*(Ispirato al lavoro della dott.ssa Fulvia Prever psicoterapeuta e conduttrice del gruppo Donne in gioco-Milano).*



# In cosa consiste il motore dell'azzardo?

**ESTRAZIONE CASUALE DI NUMERI:  
PRINCIPIO DI INDIPENDENZA  
DELLE PUNTATE**

Nel gioco d'azzardo una cosa di cui tener conto è la differenza tra eventi dipendenti e indipendenti. I primi sono legati tra loro da rapporti di causa ed effetto, come ad esempio il colpo della stecca da biliardo e il conseguente movimento della palla. I secondi non hanno questo tipo di rapporto e dunque non si influenzano l'un l'altro, come ad esempio nel lancio della moneta.

➤ L' esito di una prima giocata non ci dice niente sull'esito della seconda, ad ogni lancio è come se la moneta fosse stata lanciata per la prima volta.

Ne consegue che il gioco d'azzardo è l'unica attività umana in cui l'esperienza non serve; una volta imparate le semplici regole, non c'è altro da fare che seguirle!!! Non si può diventare più bravi nei giochi d'azzardo in quanto non è possibile sviluppare delle strategie personali per controllare e aumentare la probabilità di vincere.



Le persone sono portate naturalmente anche quando fra le cose non c'è un rapporto di causa-effetto a trovare dei nessi tra loro perchè così ci si illude di avere il controllo sulla situazione. Un mondo in cui gli eventi sono indipendenti è vissuto come ostile e minaccioso, perchè fuori dalla nostra capacità di previsione. Dunque se intravediamo nel fluire delle cose quello che ci pare uno schema, un filo logico cerchiamo di capire come sfruttarlo a nostro favore per predire ciò che accadrà.

### ➤ E l'azzardo sfrutta questa nostra capacità!!!

Ricordiamo che l'esito del gioco d'azzardo è dovuto solo o prevalentemente al caso, alla fortuna che è quella cosa per cui ti può capitare di trovare 100 € sotto casa o ti può cadere una tegola in testa e si sa che il caso non ha memoria e la fortuna è cieca.

Altra cosa sono i giochi di abilità dove più ti alleni più diventi bravo come ad esempio nel calcio, negli scacchi. Nel gioco d'azzardo le strategie che i giocatori trovano sono frutto di collegamenti indebiti anche se originali, si trovano nessi causali inesistenti.



Un esempio tra molti che sfrutta un collegamento indebito: le ricevitorie che espongono cartelli con le grosse vincite per attirare nuovi clienti il cui sottotesto è "questa è una ricevitoria fortunata, se giochi qui aumenti la probabilità di vincere", tra l'altro è un'arma a doppio taglio perchè alcune persone facendo un ragionamento comunque scorretto possono pensare che siccome la fortuna ha già baciato quella ricevitoria bisogna andare in un'altra, come se la fortuna fosse dotata di intenzione!

➤ **Il pagamento delle vincite** è calcolato in modo da incentivare il giocatore a continuare a giocare nonostante stia perdendo e di assicurare al banco un profitto certo (per ogni giocata si paga una percentuale obbligatoria al "banco" e allo stato, diversa da gioco a gioco).

➤ **L'assenza dell'attesa** tra la puntata e il suo esito incentiva la ripetitività, il giocatore è portato a continuare a giocare.

➤ **Creare ambienti di gioco sempre più comodi** come ad esempio le sedute sempre più ergonomiche (comode) delle slot e gli ambienti di gioco in penombra con le vetrine oscurate delle sale VLT che aumentano il senso di intimità del giocatore con la macchina, inducono estraniamento e perdita del senso del tempo e del denaro speso.

**Ripetività e feedback immediato contribuiscono a costruire dipendenza e favoriscono un atteggiamento compulsivo al gioco.**



# Euristiche

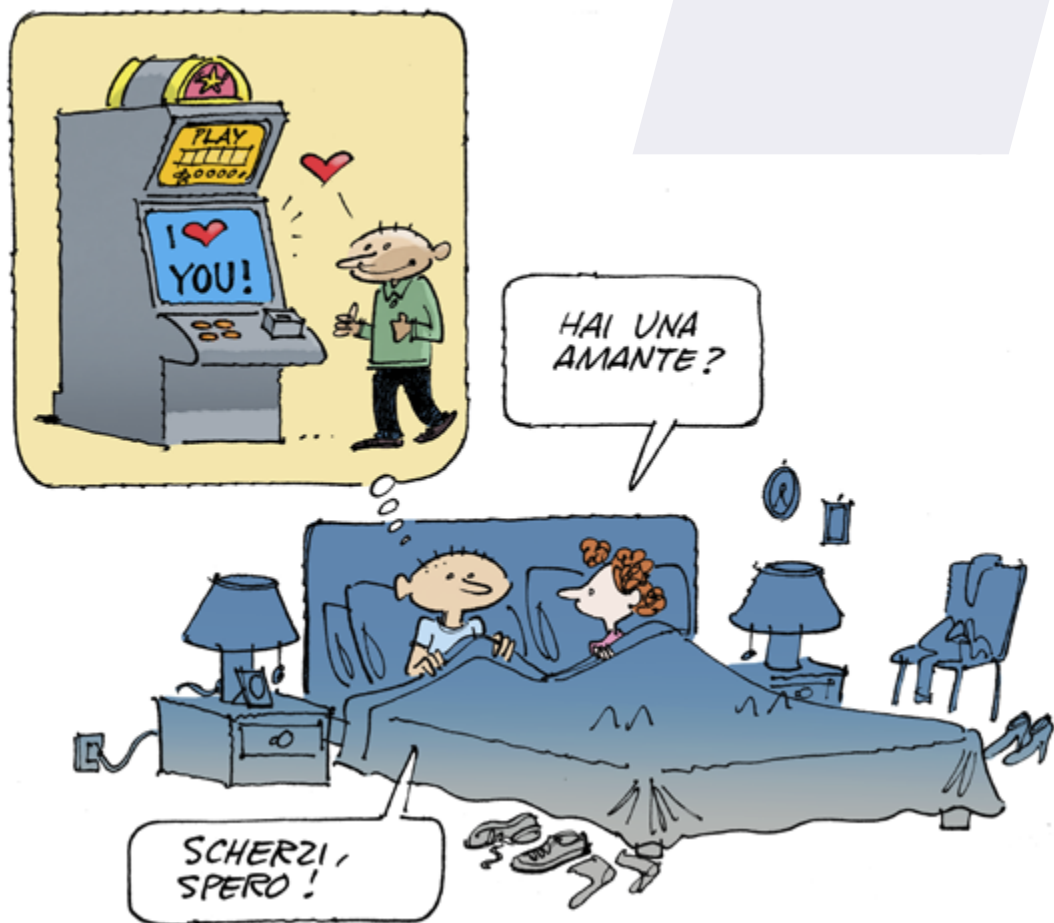
I giocatori fanno dei tipici errori di ragionamento che sostengono la loro convinzione di poter prevedere il risultato e che si basano su euristiche, cioè degli escamotage, delle scorciatoie della mente umana che portano a conclusioni veloci con il minimo sforzo cognitivo.

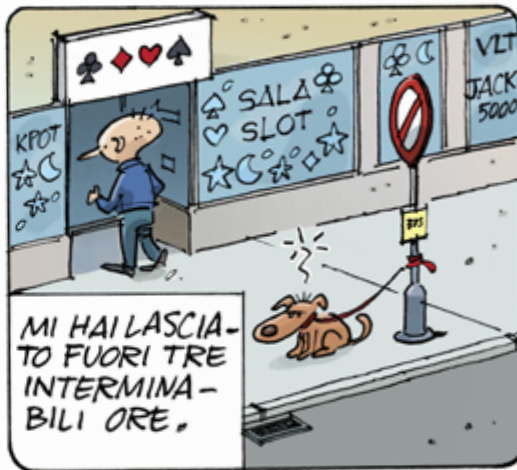
## Eccone qui alcuni:

- **Errore del giocatore o la fallacia di Montecarlo:** quando un evento generato dal caso devia dalla media, l'evento opposto viene giudicato più probabile. Riguarda la valutazione della probabilità che un evento possa accadere. Facciamo un esempio: se alla roulette esce consecutivamente 4 volte il nero si è portati a pensare che sia più probabile che alla successiva giocata esca il rosso. In realtà rosso e nero hanno la stessa probabilità di uscire (50%). Allo stesso modo se una donna ha avuto già quattro figlie femmine, la probabilità che la quinta sia di nuovo femmina è ancora 1 su 2, ovvero il 50%.
- **Eccessiva fiducia:** i giocatori esprimono una aumentata fiducia nella propria capacità che non è giustificata dai dati reali (esempio: ritenersi più bravi di altri ad indovinare i numeri, a capire i meccanismi sottesi al gioco ecc.).
- **Tendenze nei numeri:** vengono individuate tendenze o leggi relativamente a distribuzioni casuali (esempio: nel gioco del Lotto si pensa che se un numero è ritardatario allora ha più probabilità di uscire).
- **Correlazioni illusorie:** si rileva quando due eventi appartenenti a differenti domini della realtà vengono giudicati interdipendenti se si presentano in concomitanza (esempio: comprare un Gratta e vinci fortunato e continuare ad andare nelle stessa ricevitoria con l'illusione di fare altre vincite. È alla base di comportamenti ritualistici e scaramantici).



- **Vincite altrui:** è un errore logico che distorce in modo piuttosto diretto la stima delle probabilità, si presenta quando si viene a conoscenza delle vincite realizzate da altri tramite mass media e ancora di più se per conoscenza diretta. Fornisce la convinzione che vincere sia un evento che capita regolarmente e che per vincere basta continuare a giocare.
- **Pregiudizi inerenti la memoria:** questo pregiudizio interpretativo permette ai giocatori di far riferimento (inconsapevolmente), più spesso alla propria esperienza positiva di gioco piuttosto che a quella negativa (dimenticata) facilitando la decisione di continuare a giocare.





# L'industria dell'azzardo

L'industria dell'azzardo è complessa e articolata. I profitti dell'industria del gioco vengono suddivisi tra diversi soggetti: i produttori di apparecchiature, le aziende che hanno l'autorizzazione alla commercializzazione del gioco, coloro che si incaricano di distribuire nel territorio le apparecchiature, i gestori dei locali, chi garantisce eventuali collegamenti dati o video. Infine anche lo Stato ritaglia per sé una importante fetta.

Mediamente lo Stato ricava intorno al 17% del totale della quota. Per assicurare questi importanti guadagni all'industria del gioco, ai gestori e allo Stato, i giochi devono garantire un regolare introito di denaro, e ciò è possibile grazie alle leggi del caso: dal punto di vista del giocatore ciò significa che l'aspettativa alla lunga è quella di perdere. Eventuali vincite occasionali generalmente non influiscono su questa aspettativa generale.

Una attenta contabilità tra somme giocate e somme vinte dimostrerà ciò che il semplice buon senso suggerisce: nessuno ci regala denaro.

**Il denaro giocato viene suddiviso in due quote la cui entità varia in base al tipo di gioco:**

- 1** Una prima quota viene restituita ai giocatori vincenti sotto forma di montepremi.
- 2** La seconda resta all'industria e allo Stato.

**Generalmente le new slot che troviamo nei bar e nelle tabaccherie restituiscono mediamente il 70% di quanto giocato. Ciò significa che il 30% di quanto giocato viene perso. Per altri giochi questa percentuali cambiano.**



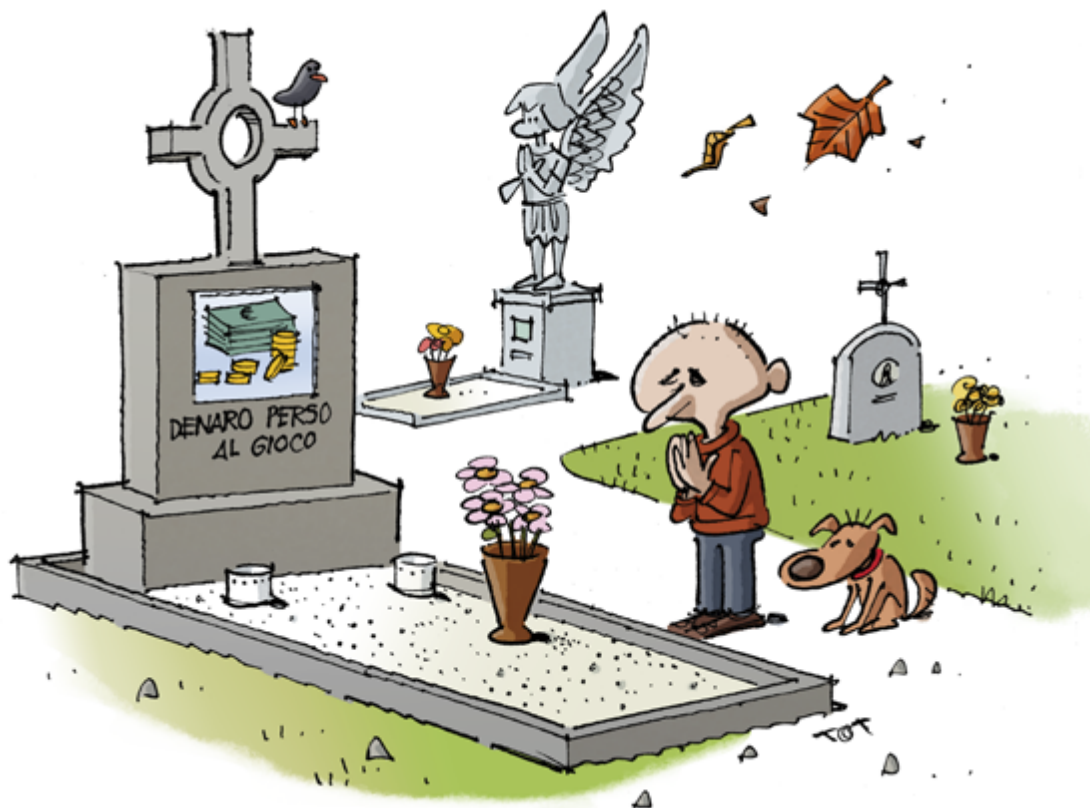
### Esempio:

€ 35,00 ogni 100 giocate al Win for life

€ 65,00 ogni 100 giocate al Superenalotto

€ 85,00 ogni 100 giocati alla cinquina al Lotto

**Più tempo si passa a giocare più si perde, in quanto chiunque giochi è sicuro di perdere quella quota che costituisce il guadagno del banco.**



# Condizionamento operante.

## → LA SKINNER BOX

Nell'ambito dei suoi studi sull'apprendimento lo psicologo statunitense B. Skinner (1904-1990) si rese conto che i comportamenti che si volevano far apprendere e agire con maggiore frequenza dagli animali di laboratorio, in genere topi o piccioni, dovevano essere premiati (rinforzati) da una ricompensa che a volte veniva elargita e a volte non veniva elargita (rinforzo intermittente) piuttosto che da una ricompensa certa.

Emblematica la Skinner box, una situazione sperimentale in cui dei topolini venivano condizionati a tirare una leva attraverso il rinforzo del cibo, che a volte scendeva e a volte no (rinforzo intermittente), e che induceva i topolini a tirare la leva in modo sempre più frequente. I topolini condizionati con ricompense date con un ritmo intermittente facevano più fatica ad interrompere il comportamento (estinzione) anche dopo non essere stati più soggetti al condizionamento.

**È impressionante la somiglianza tra questa situazione sperimentale e il gioco d'azzardo, in particolar modo le slot machine.**

Nel gioco d'azzardo il rinforzo/ricompensa è dato inizialmente dal denaro: la vincita, i soldi da spendere, il senso di successo portano a ripetere il comportamento di gioco e l'incertezza della ricompensa e lo stato di tensione eccitata sperimentata nell'attesa portano il giocatore a restare sempre più tempo nella situazione di gioco.



**In sintesi il motore dell'azzardo consiste nel costruire giochi apparentemente diversi gli uni dagli altri ma che si fondano sugli stessi principi base:**

- Esito dovuto al caso e indipendenza delle puntate.
- Illudono chi gioca di poter avere delle ottime possibilità di vincita, di poter prevedere l'arrivo di una vincita e di poter direzionare l'esito del gioco.

► **Ma in realtà,**  
**il banco vince sempre!** ◀



# Alcuni trucchetti psicologici che inducono il giocatore a continuare a giocare

- Far pensare al giocatore di essere vicino alla vincita e che basta solo insistere un po'. Fenomeno del **near miss**. Avete presente i Gratta e vinci? Spesso nella sequenza dei numeri da grattare per capire se si è vinto, si trovano dei numeri molto vicini a quelli che costituiscono la sequenza vincente. Questo evoca nel giocatore l'illusione di essere molto vicino alla vincita con il conseguente correlato emotivo di eccitazione e subitanea delusione che induce il giocatore a continuare a giocare per vedere se riuscirà finalmente a "prendere la fortuna per i capelli".
- Erogazione delle vincite sottoforma di piccole cifre relativamente frequenti che spesso vengono reinvestite nel gioco e che spingono a credere che una grossa vincita sia più probabile di quanto non lo sia effettivamente.
- Difficoltà di avere una immagine mentale di quanto sia improbabile vincere al gioco e tradurre sul piano pratico tale probabilità. La nostra mente non ha la capacità di gestire numeri così grandi, bisogna per rendersi conto fare dei paragoni:

## Le probabilità



Probabilità di fare 6 al Superenalotto	1 su 622.614.630
Probabilità di azzeccare una cinquina al Lotto	1 su 43.949.268
Probabilità di morire colpiti da un fulmine nel corso di un anno	1 su 12.000.000
Probabilità di morire per un incidente stradale nella provincia di Treviso	1 su 10.000



A hand-drawn illustration of a sign on a grassy hill. The sign is white with black text and a red arrow. The text reads "SALA SLOT", "VLT VIDEOPOKER", and "GRATTA E VINCI". The sign is supported by two wooden posts. The hill is green with small tufts of grass. In the background, there are some small, simple structures or trees.

SALA SLOT  
VLT VIDEOPOKER  
GRATTA E VINCI



UN BUON LIBRO  
ANDARE AL CINEMA  
HOBBY CREATIVI  
PALESTRA



TOT

# Azzardo e giovani

- Un luogo comune è che i ragazzi non abbiano problemi di azzardo, invece secondo uno studio del 2014 del Dipartimento Politiche Antidroga della Presidenza del Consiglio dei Ministri risulta che **circa il 4% degli adolescenti ha problemi di gioco d'azzardo**, ciò significa che in una classe di 25 studenti uno ha un problema legato all'azzardo.
- I ragazzi amano molto le scommesse sportive anche on-line e i Gratta e vinci. Si ritiene che quando si scommette su un evento sportivo conoscere bene le squadre e i giocatori possa aumentare le probabilità di vincere, in realtà durante una partita succedono molte cose che non si possono prevedere e che possono ribaltare radicalmente il risultato, ad esempio il giocatore più forte può infortunarsi.

**Perdere il controllo sul gioco è molto facile, più facile che vincere!**

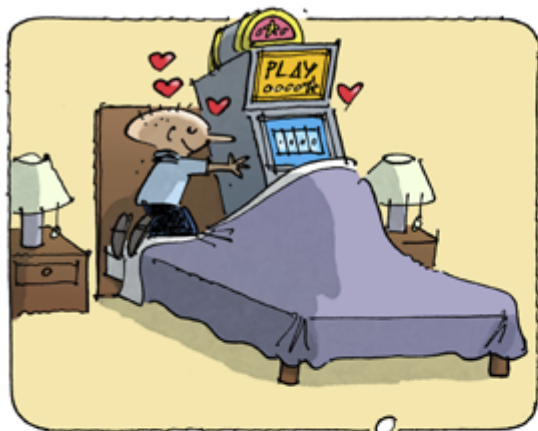


# Dall'ingaggio/aggancio alla dipendenza

La vincita e l'attesa della vincita (quella eccitazione che intercorre tra la puntata e il risultato, caratteristica del meccanismo della sorpresa) fanno parte dell'aggancio iniziale ma poi quando questo è avvenuto la vincita diventa meno significativa e ciò che dà piacere è rimanere nella così detta bolla o flow ossia l'estraniamento, la lieve dissociazione che il giocatore sperimenta nel fare una azione automatica e ripetitiva che caratterizza il rapporto uomo/macchina e che produce allontanamento dalla realtà quotidiana e dai suoi problemi... anche quelli conseguenti il gioco.

**Nel Disturbo da Gioco d'Azzardo sono coinvolti gli stessi sistemi neurologici e le aree cerebrali coinvolte nelle dipendenze da sostanze illegali e dall'alcol e deputati:**

- alla gratificazione
- alla fissazione dei ricordi di modelli comportamentali
- al controllo degli impulsi
- alla reazione allo stress



NON TI PIACCIO PIU'?



MA CHE TI VIENE IN MENTE?

I comportamenti legati all'azzardo sono in grado di interferire con i neurotrasmettitori cerebrali per dare una falsa sensazione di piacere e/o di sollievo dalla sofferenza. Oltre a interferire con i centri del piacere il comportamento di gioco d'azzardo altera la funzionalità della corteccia cerebrale frontale e produce un indebolimento della capacità di decisione e programmazione. A queste modificazioni conseguono alterazioni fisiche che col passare del tempo divengono stabili e automatiche anche se quasi sempre reversibili.

Se non ci piace dove stiamo,  
possiamo spostarci,  
Non siamo alberi!

*Snoopy*



# Le fasi di Custer

**Robert Custer, fra i massimi studiosi del Disturbo da Gioco d'Azzardo ha individuato tre fasi che scandiscono la perdita di controllo sul gioco:**

- **Fase della vincita:** il giocatore incassa le vincite e approfitta del denaro supplementare per rigiocare. In questa fase spesso il giocatore sperimenta una vincita importante e si convince che se insiste potrà ripetere quell'esperienza inebriante.
- **Fase della perdita:** il giocatore perde di più ma resta convinto di poter dominare il gioco e di vincere di nuovo. Attribuisce i suoi insuccessi ad elementi esterni e ritorna regolarmente a giocare per tentare di **rifarsi**. La perdita è sperimentata come un intervallo tra una vincita e l'altra. Chiede prestiti.
- **Fase della disperazione:** il giocatore è angosciato dalla situazione economica: i debiti si accumulano e i prestiti vengono rifiutati. Si sente in trappola, continua a giocare nell'illusione di poter riappianare i debiti. Spesso in questa fase il giocatore può compiere reati e falsificazione di firme sugli assegni, furti ecc. Possono comparire pensieri di suicidio.

Qualche volta il giocatore si convince a chiedere aiuto, qualche volta sono gli stessi familiari che, scoperto il problema, lo costringono a non maneggiare più il denaro e a rivolgersi a qualcuno per essere aiutato ad uscire dal problema.

## Il giocatore che ha sviluppato un DGA:

- non gioca più per il piacere e neppure per vincere, si sente obbligato a giocare per recuperare il denaro perso, quindi facendo una cosa che gliene farà perdere ancora di più
- gioca più denaro di quello che aveva previsto
- gioca più a lungo di quello che aveva preventivato
- chiede prestiti, fa debiti
- può arrivare a delinquere



# Il Craving (bramosia)

A questo punto del percorso di discesa verso la fase di disperazione il giocatore si trova a confrontarsi con il craving, il termine inglese che si può tradurre in italiano con bramosia.

**Il craving è un'esperienza che caratterizza tutte le dipendenze, da sostanze stupefacenti, alcol, comportamentali.**

Nel DGA consiste in un bisogno intenso e incontrollabile di tornare a giocare, viene percepito dal giocatore come una necessità che non si può rimandare e che va appagata immediatamente.

## Come si manifesta il craving?

Il craving non è una condizione perenne e costante ma si manifesta con un andamento ad onda. Fisiologicamente aumenta, raggiunge un'acme e poi scende.

Associati al craving ci possono essere sintomi fisici quali tremore, sudorazione, batticuore, solitamente ha una breve durata.

Il protrarsi del craving si verifica soprattutto se viene alimentata dal giocatore stesso con pensieri e fantasie. Ad esempio: come posso procurarmi i soldi per continuare a giocare?



## **Cosa fa il craving?**

Modifica i pensieri, le convinzioni, la scala dei valori del giocatore. Per il giocatore che sperimenta il craving il gioco è prioritario su tutto.

Nel momento in cui il giocatore è in preda al craving formula una serie di pensieri che giustificano il comportamento di gioco. Se ad esempio il giocatore si era ripromesso di stare lontano dalla sala da gioco quando sperimenta il craving può pensare: oggi sento che la fortuna è dalla mia parte, torno al bar (dove si gioca d'azzardo) solo per bere un caffè, mettendosi quindi nelle condizioni di ricadere nel gioco.

Il craving **NON** può essere contrastato solo dalla volontà perchè altera il funzionamento della volontà stessa.

Per combattere e vincere il craving bisogna che la volontà sia rinforzata da una adeguata strategia, piano di protezione, piano di emergenza da attuare il prima possibile e che aiuti a proteggersi dalle situazioni a rischio di ripresa del gioco. La volontà deve essere utilizzata per seguire le strategie di protezione. Ad esempio evitare di fare prove di forza per vedere quanto si resiste rispetto alla possibilità di giocare perchè parafasando gli AA (Alcolisti Anonimi) l'azzardo vince sempre!!

## **Alcuni elementi che facilitano la comparsa del craving e che possono precedere una ripresa del gioco.**

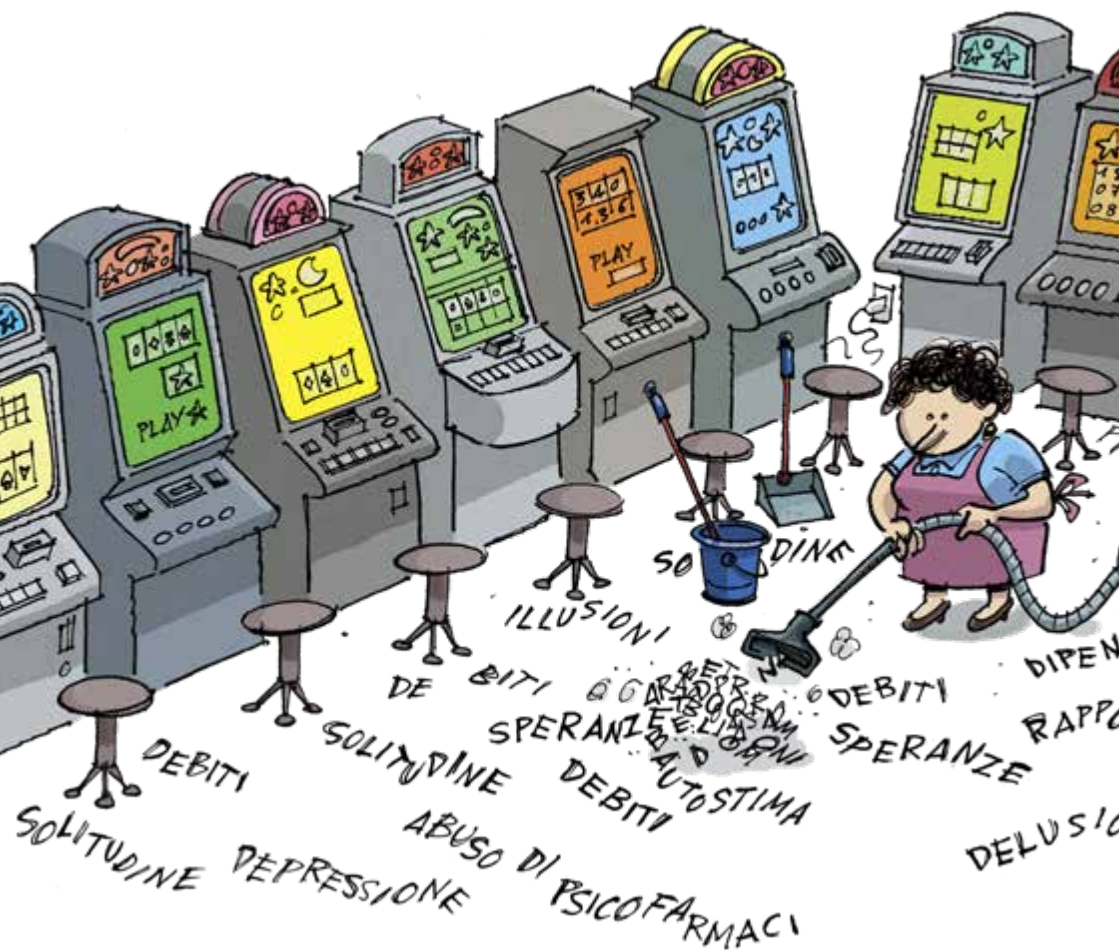
Disponibilità di denaro, una recente vincita, una recente perdita, trovarsi in luoghi dove si può giocare, problemi economici, desiderio di mettersi alla prova, utilizzo di alcol, fattori psicologici, stati d'animo, conflitti interni ed esterni condizioni ambientali. Persone, luoghi, oggetti, grafica dei giochi, suoni e odori che richiamano l'esperienza del gioco.

# Le conseguenze del Disturbo da Gioco d'Azzardo

E mentre il gioco d'azzardo avviluppa il giocatore nelle sue spire la sua vita rischia di andare a rotoli. Le conseguenze del DGA possono riguardare tutti gli ambiti di vita di un giocatore.

## — Problemi sociali:

- finanziari (debiti con: banche, finanziarie, usurai, amici, parenti)
- penali (furti, truffe, falsificazioni della firma su assegni ecc.)
- familiari (liti, violenze, separazioni, divorzi)
- lavorativi (ritardi, assenze, scarsa produttività, licenziamento) e scolastici (interruzione degli studi)



### — Problemi psicologici:

- disturbi dell'umore (depressione, tentati suicidi e suicidi nella fase della disperazione)
- disturbi dell'autostima
- ansia e disturbi del sonno
- uso di alcol, tabacco e altre droghe
- abuso di psicofarmaci

### — Problemi fisici (prevalentemente dovuti all'intenso e prolungato stress):

- gastrite e ulcera gastrica
- cardiopatie ischemiche
- ipertensione e cefalee
- crisi di astinenza



A questo punto l'esperienza che fa il giocatore è molto lontana dalla dimensione del piacere!

Non ha nulla a che fare con il gioco!

**Il gioco è un'attività universale che interessa non solo tutti gli esseri umani, ma anche molte specie animali.**

**È un aspetto fondamentale del processo di crescita, un'attività che oltre ad essere piacevole e gratificante aiuta la maturazione e l'acquisizione di importanti capacità personali e sociali.**

**Esistono diverse forme di gioco** (Caillois R. *I giochi e gli uomini* Bompiani Milano 1981):

- **Giochi di competizione** (*Agon*) come ad esempio tutte le discipline sportive, il calcio, la corsa, gli scacchi, ecc.
- **Giochi di travestimento** (*Mimicry*) come ad esempio i giochi di ruolo
- **Giochi di vertigine** (*Illinx*), come l'altalena, le montagne russe gli sport estremi

## E infine...

- **Giochi d'azzardo** (*Alea*) basati sul caso, come il Lotto, i Gratta e vinci, le slot machine, ecc.

Sono gli  
unici giochi  
che gli  
animali non  
giocano!!!

Gli animali infatti non sono in grado di immaginare il caso, la fortuna, il fato, cioè una potenza astratta e insensibile al cui verdetto ci si sottomette ed affida.



# Cambiare è possibile! Anche se richiede fatica...

I cambiamenti nella vita delle persone, quando dipendono da scelte personali e riguardano lo stile di vita, seguono un percorso lento, caratterizzato da fasi legate tra loro che potremmo raffigurarci come un percorso circolare.

Sia che si tratti di smettere di bere, di fumare, di giocare d'azzardo, oppure di dover controllare l'alimentazione o di iniziare a svolgere un'attività fisica, molte persone e molte famiglie, prima di cambiare stabilmente, fanno il giro del percorso più volte. Possono volerci giorni, mesi o anni per completare il percorso, alcune possono rimanere in una posizione per sempre.

**Il coinvolgimento della famiglia nel processo rende comunque il cambiamento più probabile e stabile nel tempo.**

## Le 5 fasi del cambiamento

Nel 1977 gli psicologi James Prochaska e Carlo Di Clemente svilupparono un Modello Transteorico del cambiamento. Il modello degli **stadi del cambiamento** è un approccio integrato di terapia in grado di valutare la prontezza della persona ad agire in modo da raggiungere il comportamento auspicato.

Alla base del cambiamento, secondo gli autori, ci sarebbe la **motivazione** della persona. In questo approccio la motivazione non è concepita come un fattore presente o assente, ma come un continuum che progressivamente cresce o diminuisce. Un altro aspetto rilevante è l'**autoefficacia percepita** cioè la percezione che la persona ha di riuscire nel compito che ha in mente di portare a termine.



## In buona sostanza le persone cambiano volontariamente solo quando:

- sono interessate a cambiare e preoccupate per le conseguenze del loro comportamento
- sono convinte che il loro migliore interesse è cambiare e che i benefici superano i costi
- organizzano un piano d'azione che si impegnano a realizzare
- eseguono le azioni necessarie per realizzare e mantenere il cambiamento.

**1** Nella fase di **pre-contemplazione** il giocatore non è interessato a cambiare, non è consapevole degli effetti dell'azzardo a livello personale e familiare e, di conseguenza non ritiene di avere bisogno di aiuto. In questa fase i familiari possono chiedere una consulenza per avere delle informazioni corrette sugli effetti del gioco d'azzardo e sull'atteggiamento più efficace da tenere con il congiunto per portarlo ad interessarsi e preoccuparsi delle conseguenze dell'azzardo.

**2** Nella fase di **contemplazione** il giocatore prende in considerazione l'idea di poter cambiare, può essere aiutato dal fare un'analisi dei rischi/guadagni del cambiamento e a valutare la decisione che sta prendendo.

**3** Nella fase di **preparazione** il giocatore può fare i primi passi verso il cambiamento e può essergli di aiuto concordare con i familiari un piano efficace e per lui accettabile (ad esempio chiedere assieme al familiare una consulenza, decidere per una messa in sicurezza del patrimonio familiare, accettare un aiuto per una gestione controllata del denaro).



- 4 Nella fase di **azione** il giocatore appronta un cambiamento iniziale che richiede l'impegno a rispettare il piano concordato con i familiari e il consulente e una revisione dello stesso se necessario.
- 5 Nella fase di **mantenimento** il cambiamento è protratto e richiede un suo consolidamento nello stile di vita del giocatore e della sua famiglia.

**Cambiare è possibile!  
Anche se richiede fatica...**



# Fase di ricaduta

Nel processo di cambiamento si deve tenere conto che può esserci un ritorno alle vecchie abitudini.

Talvolta questo succede perché le persone non ce la fanno, perché la bilancia dei pro e dei contro è cambiata, perché vi sono stati altri cambiamenti nella vita e mantenere comportamenti sani non

è più percepito come vantaggioso, magari ci si è trovati in una situazione a rischio che non si è stati in grado di gestire ecc. Importante in questi casi, per evitare che una "scivolata" si trasformi in una ripresa del vecchio stile di vita, è considerare questa fase come una possibilità per la persona di capire meglio le cose, ad esempio quali sono per lui le situazioni a rischio e come affrontarle in modo da riprendere l'astinenza e rafforzare la decisione di cambiare.



➤ **È auspicabile chiedere un aiuto subito per contrastare l'eventuale ripresa del craving e la comparsa di sentimenti di fallimento e incapacità che spesso la ripresa del gioco comporta.**

**Ricordiamoci che è possibile uscire dal problema dell'azzardo, ma soluzioni facili non esistono:**

- il denaro perduto resta perduto
- mantenere la segretezza tende a far perdurare il problema
- il cambiamento richiede sempre una quota di fatica
- generalmente è necessario un aiuto esterno, soprattutto da parte dei familiari
- è necessario un tempo variabile da persona a persona.

## Nella maggior parte dei casi le prime misure da prendere sono:

- l'astinenza (evitare le situazioni a rischio, gestire i momenti di craving)
- il controllo del denaro (una gestione controllata del denaro con il coinvolgimento di una persona di fiducia)
- il riordino dei debiti (avere una idea precisa dei debiti accumulati favorisce la presa di coscienza dell'entità del proprio coinvolgimento con il gioco e della necessità di restituire il denaro preso in prestito e di fare il "lutto" del denaro perso).

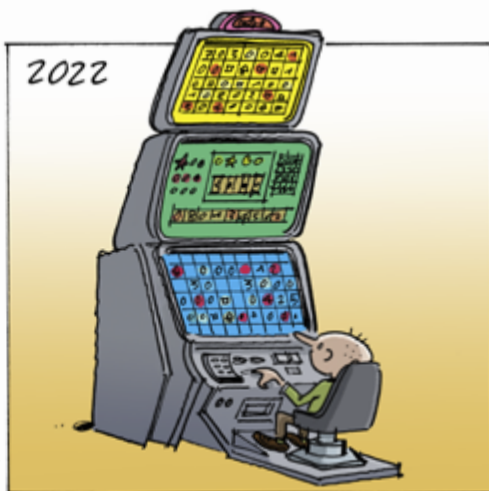
## Altrettanto importante è capire che ruolo ha avuto il gioco d'azzardo sulla propria vita emotiva, relazionale, familiare.

Quale tipo di disagio è andato a riempire e trovare un modo più costruttivo di dare risposta ai propri bisogni.

Nello sviluppo di un Disturbo da Gioco d'Azzardo intervengono diversi fattori, è il risultato di un intreccio tra diversi aspetti, alcuni più esterni alla persona, come abbiamo visto nelle pagine di questo opuscolo: l'accessibilità dell'offerta di gioco d'azzardo, le caratteristiche dei giochi, i fattori socio-demografici, le reazioni della società e della comunità al gioco d'azzardo (come viene percepito dalla comunità il gioco d'azzardo ad esempio viene considerato un piacevole passatempo senza conseguenze, un pericolo ecc.). Altri fattori relativi all'esperienza della persona come: precoci esperienze di gioco d'azzardo, influenza della famiglia e degli amici, stress e traumi, essere coinvolti in altri consumi pericolosi (ad esempio sostanze e/o alcol) ed anche fattori riguardanti la personalità e i modi di fronteggiare le situazioni.

Utile è quindi vedere come il Disturbo da Gioco d'Azzardo si è sviluppato nella storia della persona, in quale fase del suo ciclo vitale, a quali bisogni ha dato una risposta seppur disfunzionale. Diventarne più consapevoli apre a una maggiore possibilità di cambiamento anche del proprio stile di vita.

## L'evoluzione del videopoker



# LIE BET QUESTIONNAIRE:



Hai mai sentito  
l'impulso a giocare  
somme di denaro  
sempre maggiori?



Ti sei già sentito di  
dover tenere nascosta  
l'entità del tuo giocare  
a quelli che ti stanno  
più vicino?



Si

No



→ **Se hai risposto sì ad almeno  
una di queste domande  
potresti avere  
bisogno di aiuto.** ←

# A chi rivolgersi per un aiuto?

Puoi contattare il Ser.D. (Servizio per le Dipendenze) della tua zona di residenza per un primo colloquio di consulenza per te e/o per un tuo familiare che soffre per un problema di gioco d'azzardo.

**I Ser.D. offrono un intervento specialistico ai giocatori/trici e ai loro familiari mirato al trattamento del DGA attraverso:**

- Consulenza e orientamento al giocatore/trice e/o ai suoi familiari
- Valutazione multidisciplinare
- Gruppi psico-educativi
- Sostegno psicologico individuale e/o familiare
- Psicoterapia individuale e familiare
- Counselling finanziario
- Eventuale terapia farmacologica
- Gruppi di auto-mutuo-aiuto

**L' équipe è composta da:**

- Medico psichiatra
- Psicologo
- Psicoterapeuta
- Assistente sociale
- Educatore professionale.

# Dove puoi rivolgerti

**Azienda ULSS 1 Dolomiti**  
**DIPARTIMENTO DELLE DIPENDENZE**

## **SERD BELLUNO**

via Sala 35 Cusighe  
tel: 0437 514971  
e-mail: serd.bl@aulss1.veneto.it

**Aperto:**

da lunedì a venerdì dalle 8.00 alle 13.00  
martedì e giovedì dalle 14.30 alle 18.30

---

## **SERD AURONZO**

via Ospitale 16  
tel: 0435 402681  
e-mail: serd.au@aulss1.veneto.it

**Aperto:**

da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 12.00  
martedì e giovedì dalle 16.00 alle 18.00

---

## **SERD AGORDO**

via Fontana 36  
tel: 0437 645338  
e-mail: serd.ag@aulss1.veneto.it

**Aperto:**

lunedì, martedì, giovedì dalle 8.30 alle 12.00 venerdì dalle 8.30 alle 13.00  
giovedì dalle 14.00 alle 17.30 su appuntamento

---

## **SERD FELTRE**

via G. Marconi 7 (Ex casa di cura Bellati)  
tel: 0439 883488  
e-mail: serd.fe@aulss1.veneto.it

**Aperto:**

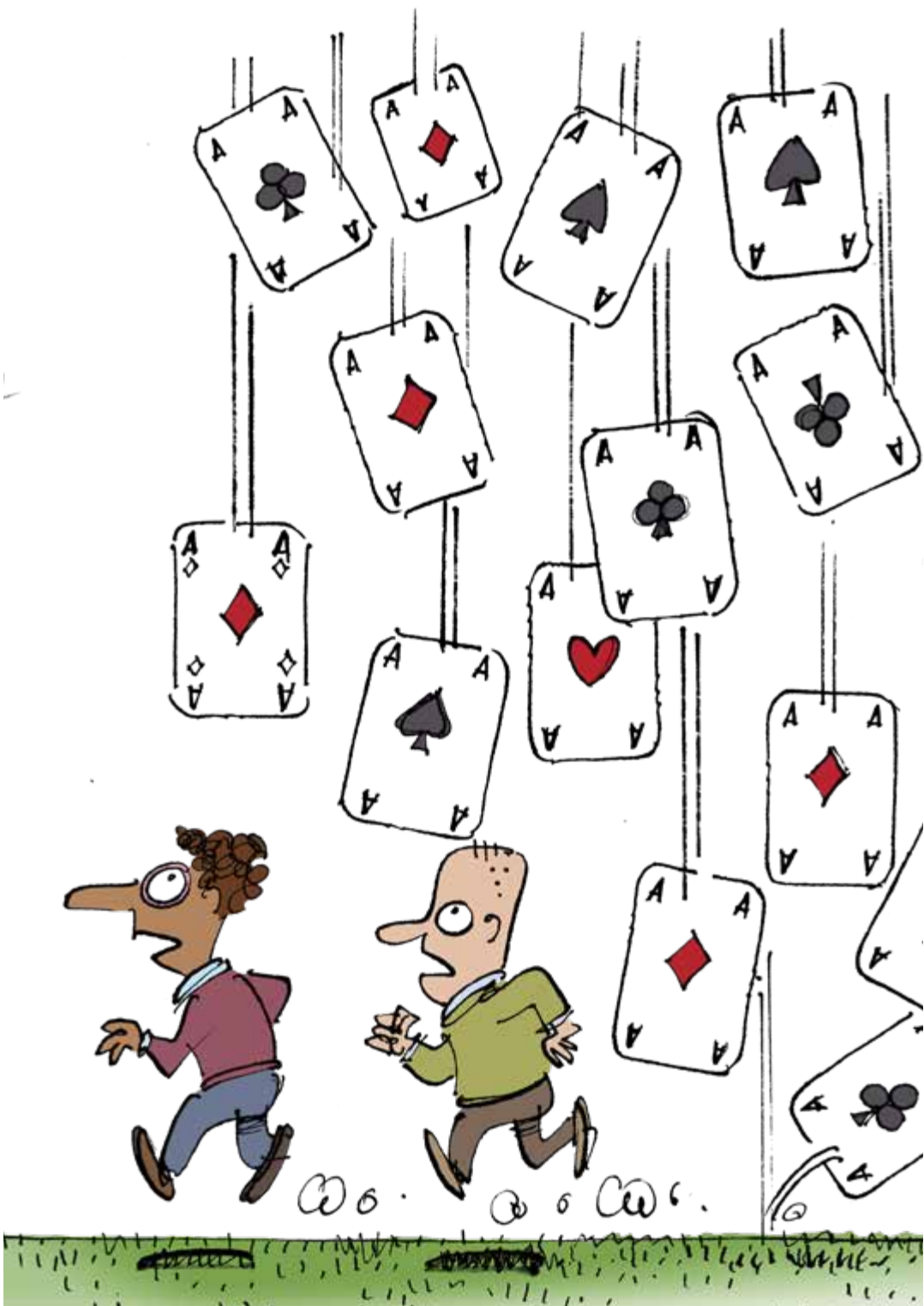
da lunedì a venerdì dalle 8.00 alle 13.00  
martedì e giovedì dalle 14.30 alle 18.30

*SLOTZILLA STA  
TERRORIZZANDO LA CITTA!*



# Indice:

Introduzione	pag. 1
Cos'è il gioco d'azzardo	pag. 2
Alcuni dati	pag. 3
Come mai questa diffusione?	pag. 5
Gioco online	pag. 6
Azzardo e donne	pag. 8
In cosa consiste il motore dell'azzardo	pag. 10
Le Euristiche	pag. 13
L'industria dell'azzardo	pag. 16
Condizionamento operante-La Skinner box	pag. 18
Alcuni trucchetti psicologici che inducono il giocatore a continuare a giocare	pag. 20
Azzardo e giovani	pag. 24
Dall'ingaggio/aggancio alla dipendenza	pag. 25
Le fasi di Custer	pag. 27
Il Craving (bramosia)	pag. 28
Le conseguenze del Disturbo da Gioco d'Azzardo	pag. 30
Cambiare è possibile! Anche se richiede fatica...	pag. 33
Le 5 fasi del cambiamento	pag. 33
Fase di ricaduta	pag. 36
Lie Bet Questionnaire	pag. 38
A chi rivolgersi per un aiuto	pag. 39





Nelle pagine di questo opuscolo troverete alcune informazioni e considerazioni sul gioco d'azzardo e sul **Disturbo da Gioco d'Azzardo (DGA)** utili per farvi un'idea di questo fenomeno che a partire dalla metà degli anni novanta sta coinvolgendo sempre più persone.

