

Gambling online therapy

Se il gioco non è più un gioco c'è qualcuno che può darti una mano

Dieci anni del servizio di terapia

XII CONGRESSO NAZIONALE FeDerSerD,
Bergamo 25 – 27 ottobre 2023



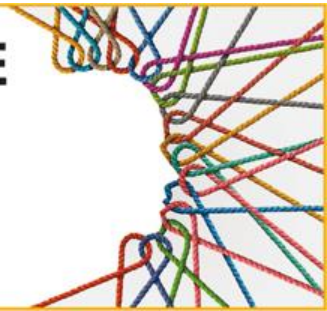
FEDERAZIONE ITALIANA DEGLI OPERATORI
DEI DIPARTIMENTI E DEI SERVIZI DELLE DIPENDENZE

**L'INNOVAZIONE E LA PERSONALIZZAZIONE
DEGLI INTERVENTI NELLE DIPENDENZE**

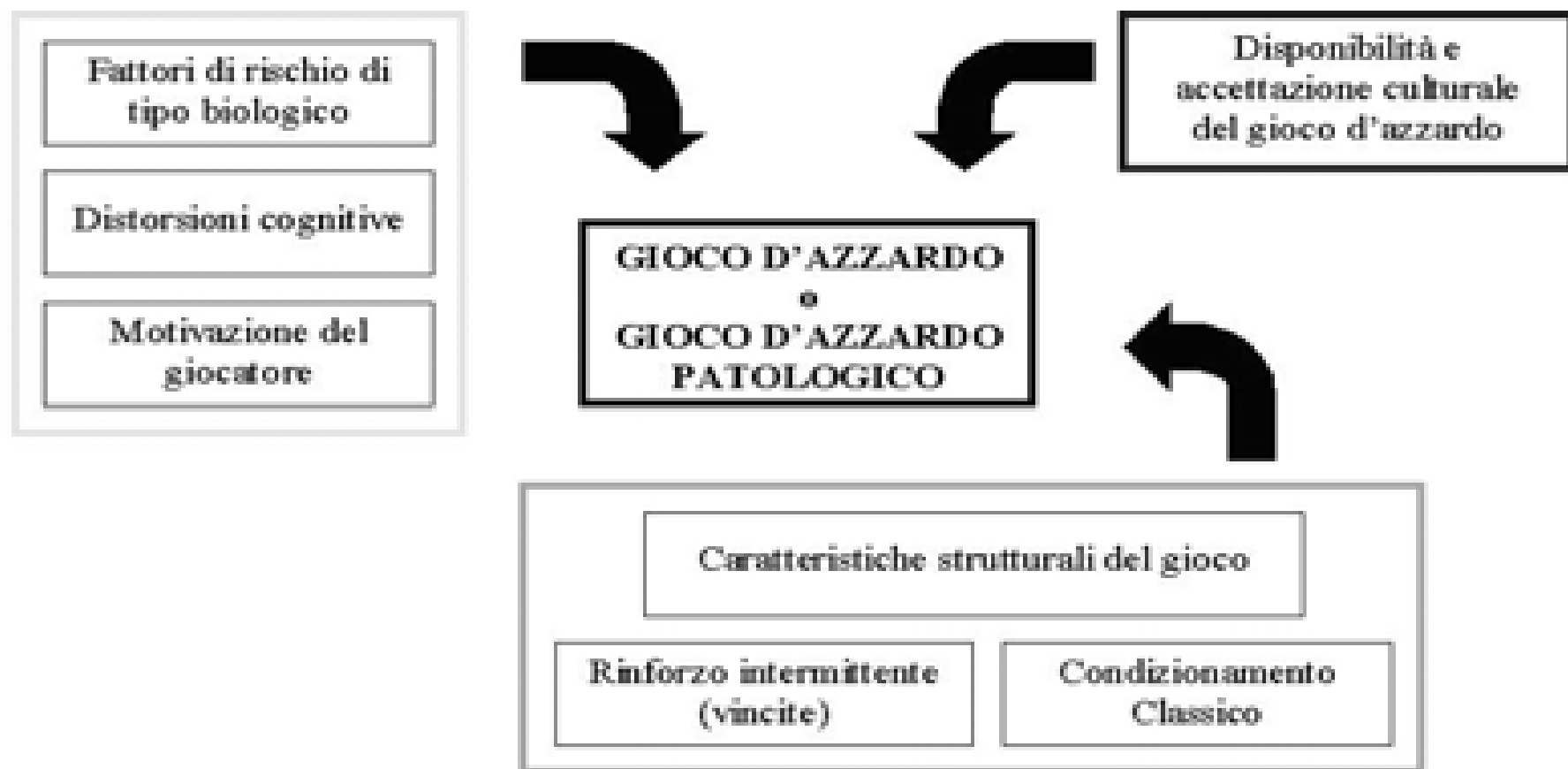
La cultura della cura

BERGAMO | 25-26-27 ottobre 2023

Centro Congressi Giovanni XXIII



Modello Bio-Psico-Sociale



(Colombo, 2003)

Il Servizio

- Nel contesto italiano **Gambling online therapy** è l'unico servizio – anonimo e gratuito - che offre terapia online ai giocatori
- Iniziato nel 2013 all'interno del programma **GiocaResponsabile**, attivo dal 2009, è gestito da un team di psicologi, psicoterapeuti, psichiatri e avvocati

Alcuni dati

- Sono **2.795** gli utenti entrati nel piano di cura
 - **Elevato tasso di abbandono dopo la registrazione è correlato anche alle procedure adottate per l'avvio del trattamento**
 1. Attivazione da parte del richiedente di due passi formali: richiesta di appuntamento con terapeuta che necessita di qualche giorno per diventare operativa
 2. Rispetto tassativo dell'impegno assunto per il giorno e ora concordati.
- Queste condizioni confliggono con le caratteristiche di impulsività della maggior parte dei giocatori (Petry, 2001; Verdejo-Garcia et al., 2008)

Profilo del paziente tipo che entra in trattamento

- Maschio, diploma di scuola media superiore, dipendente occupato a tempo pieno, vive solitamente con il partner e i figli o, in subordine, con la famiglia d'origine
- Più a rischio di abbandono sono soggetti **non occupati**, che giocano da **meno di un anno** - meno tempo per maturare la consapevolezza di avere un problema di gioco
- Chi dichiara una preferenza per i **giochi non strategici** ha maggiore difficoltà a progredire nel percorso terapeutico ed è a maggior rischio di lasciare la terapia

Entriamo nel vivo della terapia online

FASE 1: registrazione al sito - www.gioca-responsabile.it -

FASE 2: presa in carico del paziente e svolgimento della terapia.

FASE 3: follow- up e monitoraggio alla conclusione della terapia.



FEDERAZIONE ITALIANA DEGLI OPERATORI
DEI DIPARTIMENTI E DEI SERVIZI DELLE DIPENDENZE

FASE 1: REGISTRAZIONE AL SITO

Per attivare il piano d'aiuto l'utente deve compilare 2 test (criteri di selezione):

- 1) **Canadian Problem Gambling Index**: misura la gravità dei **problemi legati al gioco** (>7);
- 2) **Profilo Motivazionale**: valuta la **motivazione** all'inizio del percorso;
 - A) Non mi interessa smettere di giocare e non ci riuscirei
 - B) Smetto di giocare quando voglio
 - C) Vorrei tanto smettere di giocare ma non ne sono capace
 - D) E' arrivato il momento di smettere di giocare e ne potrei essere capace

Infine, viene generato un **CODICE PERSONALE**
(garantisce l'anonimato)
per accedere all'area riservata.

FASE 2: PRESA IN CARICO DEL PAZIENTE

Definiti **giorno** e **orario** della terapia, che resteranno sempre gli stessi per tutta la durata del trattamento, si condividono le

regole del setting:

- **Dispositivi elettronici** che permettano di telefonare e contemporaneamente lavorare sui test assegnati
- **Puntualità** (30 minuti di terapia)
- **Costanza** nella frequenza degli appuntamenti
- **Luogo adatto** alla terapia (tranquillità, solitudine e concentrazione)



FASE 2: SVOLGIMENTO DELLA TERAPIA

Dopo aver condiviso le regole del setting si procede con la

Raccolta Anamnestica:

- Storia di vita personale / familiare
- Storia della condotta patologica dai primi contatti con il gioco all'esordio del disturbo



RACCOLTA ANAMNESTICA

MARCO 33 anni single

- CPGI di 17
- Scelta motivazionale: D

Vive da solo. Rapporti sereni con la famiglia d'origine. Genitori sposati da 40 anni, un fratello sposato con 3 figli.

Buona rete amicale "con gli amici storici", ma riferisce di fare fatica ad iniziare nuove amicizie. E' stato fidanzato per 7 anni, da 2 è single.

Ha ottenuto il diploma superiore, lavora da anni nella stessa realtà, a tempo pieno come impiegato, ha un buono stipendio.

Ha un problema fisico congenito. Recentemente ha fatto l'ennesimo intervento che pare abbia dato esiti positivi, in seguito ha ripreso l'attività fisica che aveva sospeso da tempo.

Gioca dall'età di 18 anni. In modo patologico da circa 5, fa delle grandi abbuffate alternando momenti di astensione. Riconosce che il gioco lo porta ad isolarsi.

Gioca alle scommesse sportive, online o nelle sale (circa 1000 euro/mese), non ha accumulato debiti.

In passato, su spinta della fidanzata, aveva frequentato GA per circa un mese "era deleterio per me stare in un gruppo dove veniva alimentato il mio senso di colpa".



RACCOLTA ANAMNESTICA

SARA 61 anni separata

- CPGI di 13
- Scelta motivazionale: C

Ha perso il padre quando era una ragazza, la madre si è risposata e il nuovo compagno è stato per lei e i fratelli minori un punto di riferimento. In seguito alla morte della madre, per problemi di eredità, i rapporti con il padre putativo si sono bruscamente interrotti.

Ha ottenuto il diploma di scuola superiore. Negli anni ha cambiato diverse attività commerciali da libera professionista. Da circa un anno lavora come impiegata in una sala VLT.

Sposata, si separa dopo 8 anni di matrimonio, per la patologia psichiatrica del marito (**diagnosi di schizofrenia**) "la sua famiglia aveva nascosto la cosa, io ero giovane, non mi sono accorta. Poi quando capito l'ho lasciato, ho passato anni difficili, voleva uccidermi".

Intraprende una secondo matrimonio durato circa 20 anni, ma si verifica una nuova separazione.

I primi contatti con il gioco risalgono a più di 25 anni fa (casinò, poker on line, VLT). Gioco patologico da circa 5 anni (in seguito alla separazione) si verifica un ulteriore incremento nell'ultimo anno. Ha familiarità per GAP/DGA. Gioca circa 1000 euro/mese, non ha accumulato debiti.



FASE 2: SVOLGIMENTO DELLA TERAPIA

ANALISI FUNZIONALE

È la parte iniziale del lavoro e ha lo scopo di identificare:

- ✓ Le situazioni che portano a giocare,
- ✓ Il perché il gioco sia entrato nella vita,
 - ✓ i contesti in cui gioca,

Ovvero di far emergere le
CREDENZE DISFUNZIONALI

IL DIARIO SETTIMANALE DEL GIOCO: Sara

Giorno della settimana	Ora	Dove eri	Con chi eri	A che cosa hai giocato	Quanto hai speso	Come era il tuo umore prima	Come era il tuo umore dopo
Lunedì	1	casa/lavoro		fb		1	1
Martedì	1+1	"		fb/lottomatica	9	1	1
Mercoledì	1+2	" + sala vlt	conoscente	fb+ VLT	400	4	2
Giovedì	1			fb		1	1
Venerdì	1+1			fb+lottmatica	12	1	1
Sabato	1+2	casa		fb+lott	21	1	1
Domenica	1+1	casa-lavoro		fb+lott	0	1	1



FEDERAZIONE ITALIANA DEGLI OPERATORI
DEI DIPARTIMENTI E DEI SERVIZI DELLE DIPENDENZE

IL DIARIO DELLE SITUAZIONI: Marco

Stimolo legato al gioco (cosa mi ha portato a giocare)	Pensieri (cosa stavo pensando?)	Emozioni (cosa stavo provando?)	Comportamenti (cosa ho fatto in quel momento?)	Conseguenze (come mi sono sentito poi?)
Noia durante la pausa pranzo dal lavoro	A come passare il tempo	Sensazione di sprecare tempo	Ho fatto una passeggiata	Sollevato e rilassato
Mio zio durante un pranzo parlava di schedine	Alcuni problemi economici potevano essere risolti con il gioco	Contrasto tra credere in una soluzione "facile" (gioco) e la visione reale	Una volta finito il pranzo sono andato in palestra	Stanco e soddisfatto
E' iniziato un torneo importante nel tennis	Ci sono sicuramente "partite sicure" al primo turno	Contrasto tra credere in una soluzione "facile" (gioco) e la visione reale	Ho fatto degli esercizi di stretching	Bene, ma vorrei riuscire a godermi lo sport agonistico senza legarlo al gioco

L' ANALISI FUNZIONALE

MARCO

- 1) *giocare mi fa guadagnare soldi;*
- 2) *giocare mi aiuta a nascondermi e non essere intraprendente;*
- 3) *giocare mi aiuta a riempire il tempo libero;*
- 4) *giocare mi aiuta a non sentirmi triste;*
- 5) *posso controllare l'esito del gioco;*
- 6) *giocare mi permette di staccare la spina*

SARA

- 1) *giocare mi aiuta a gestire la rabbia;*
- 2) *giocare mia aiuta a riempire il tempo libero;*
- 3) *giocare mi aiuta a sfogare lo stress;*
- 4) *giocare mi permette di staccare la spina e non pensare alle emozioni negative;*
- 5) *giocare è un modo per festeggiare le buone notizie;*
- 6) *giocare è la mia auto medicazione;*
- 7) *giocare mi fa sentire libera*

FASE 2: SVOLGIMENTO DELLA TERAPIA

LA GESTIONE DEL CRAVING

È la parte centrale del lavoro, ha due scopi fondamentali:

- 1. RICONOSCERE e GESTIRE il craving;**
- 2. DISTRUGGERE i vecchi PENSIERI DISFUNZIONALI e SOSTITUIRLI con NUOVI PENSIERI FUNZIONALI.**



IL DIARIO DEL CRAVING: Marco

Giorno della settimana	Ora	Dove eri	Con chi eri	Situazione che ha generato il craving	Intensità del craving	Strategie utilizzate	Efficacia della strategia utilizzata
Lunedì					0		0
Martedì	21	casa di amici	con amici	un amico ha piazzato una scommessa	5	cambiare discorso	7
Mercoledì	13	pausa pranzo	da solo	noia	6	passeggiare	8
Giovedì	18.30	casa	da solo	spese ingenti, balenata idea che il gioco risolve	3	riconoscere il falso	8
Venerdì					0		0
Sabato					0		0
Domenica					0		0

Scheda per la Dissuasione Cognitiva dei Pensieri Disfunzionali Legati al Craving: Marco

Pensiero da analizzare: giocare mi aiuta a non sentirmi triste

1 - Questo pensiero ti risulta razionale? **No**

- Come lo puoi razionalmente dimostrare?

contribuiva a rendermi triste e nervoso

- Quali sono le prove?

2 - Questo pensiero mi aiuta a sentirmi psicologicamente e emotivamente bene? **No**

- Perché?

mi portava in una circolo vizioso per cui ad ogni giocata si prendeva ancora più spazio nella mia mente e più potere sulle mie emozioni

3 - Questo pensiero serve a farmi sentire e comportare come desidero sentirmi e comportarmi? **No**

- Perché?

giocavo per non pensare ai problemi e a come risolverli, ma oltre a non superarli mi portavo appresso il problema del gioco



Bilancia Decisionale dei Pensieri Disfunzionali Legati al Craving: Sara

PENSIERO DISFUNZIONALE: giocare mi fa sentire libera

Benefici di questo pensiero:	Peso	Svantaggi di questo pensiero:	Peso
Oserei dire che non ce ne sono	1	Essere liberi è diverso...così in realtà ero schiava del gioco	10
Totale	1	Totale	10



Scheda per la Riformulazione Cognitiva dei Pensieri Disfunzionali Legati al Craving: Marco

Vecchio pensiero: Giocare mi aiuta a non sentirmi triste

Nuovo pensiero da analizzare: Il gioco contribuiva a farmi sentire più triste. Oggi vivo le mie emozioni anche quelle negative

- 1 - Il nuovo pensiero corrisponde meglio alla realtà dei fatti? **Sì**
- 2 - Il nuovo pensiero mi aiuta a sentirmi meglio? **Sì**
- 3 - Il nuovo pensiero mi aiuta a raggiungere meglio i miei obiettivi di vita presenti e futuri? **Sì**



Bilancia Decisionale dei Pensieri Razionali Legati al Craving: Sara

PENSIERO RAZIONALE: Oggi sono libera di scegliere ciò che voglio e non voglio nella mia vita

Benefici di questo pensiero:	Peso	Svantaggi di questo pensiero:	Peso
Leggerezza Fiducia in me soddisfazione	9	Nessuno	0
Totale	9	Totale	0



FASE 2: SVOLGIMENTO DELLA TERAPIA

LA GESTIONE DELLE RISORSE

Gli obiettivi di questa fase sono:

1. Far emergere la **DIFFERENZA** nella **GESTIONE** del **DENARO** quando si è in fase attiva di gioco e quando si è in astensione.

LA VERA VINCITA MENSILE SI HA QUANDO NON SI GIOCA

2. Pensare ad un **PIANO di RIENTRO**, se necessario.



FASE 2: SVOLGIMENTO DELLA TERAPIA

LA PREVENZIONE DELLA RICADUTA

Gli obiettivi di questa ultima fase di lavoro sono:

1. Consolidare il concetto di **CRONICITA'** della **PATOLOGIA**.
2. Condividere la differenza tra **SCIVOLATA** e **RICADUTA**
3. Riconoscere/Prevenire i **SEGNALI** di **RISCHIO**.
4. Confrontare i vecchi comportamenti del passato con le **NUOVE STRATEGIE FUNZIONALI**

E' una Scivolata o una Ricaduta?: Marco

Situazione (scrivi brevemente la situazione in cui ti trovavi quando hai giocato)	Come ti sei comportato? (cosa ho fatto in quel momento?)	Come ti sei sentito? (cosa ho fatto provato?)	La considero una scivolata	La considero una ricaduta
in passato, non giocavo da una settimana, un amico mi ha fatto vedere una giocata	mi è venuta molta voglia di giocare, ho subito guardato le partite in corso per andarle a scommettere	ansia, totalmente dipendente dalla voglia di giocare		X
in passato, non giocavo da circa 3 settimane, sono passato in auto davanti ad un centro scommesse	ho parcheggiato, ho guardato le partite in corso e una volta scelta sono entrato a giocare	ansia di giocare il prima possibile		X
sia per esperienze passate sia per carattere, so che se cedessi una volta non sarebbe una semplice scivolata ma una ricaduta, perché sarebbe continuo e credo molto difficile fermarmi, sia per il senso di fallimento che per il ritorno della dipendenza				X

Il Diario dei Pensieri Automatici: Marco

Situazione	Cosa ho pensato? (pensiero automatico)	Cosa ho provato?	Risposta Razionale al Mio Pensiero	Efficacia della Risposta Razionale (%)
ho fatto un colloquio di lavoro	non so come sono andato, ma non sarò scelto	di primo impatto dispiacere	sicuramente ci saranno persone più qualificate, in caso non sarò scelto ci saranno altri datori di lavoro disposti a darmi fiducia	90%
sulle questioni importanti chiedo sempre pareri alle persone di cui mi fido	non sai decidere da solo	inadeguatezza	so decidere da solo, mi avvalgo di consigli da chi mi conosce	80%
ho giocato per tanto tempo	ho buttato via molti soldi	stupidità	ero finito in una dipendenza da cui non è semplice uscire, concentrati sull'esserne uscito e non sul passato	80%
il termine del percorso di Gioca Responsabile è vicino	sono pronto a continuare da solo?	timore	Il percorso è stato studiato in questa modo, i miei pensieri sono totalmente diversi rispetto a quanto giocavo. Se vieni valutato pronto per terminare il percorso fidati del giudizio di chi ti ha accompagnato	100%

FASE 3: follow- up e monitoraggio alla conclusione della terapia.

A conclusione della terapia si chiede al paziente di compilare:

1. Test di soddisfazione del programma di aiuto
2. Follow up a 3 mesi dal termine del programma d'aiuto
3. Follow up a 6 mesi dal termine del programma d'aiuto



II CONGEDO DI MARCO E SARA

MARCO

- Durata terapia 7 mesi
- Dimesso luglio 2023
- Follow up a 3 mesi: astinente
- Follow up a 6 mesi: da effettuare
- Nell'aggiornamento ha chiesto la possibilità di avere un attestato di astensione

SARA

- Durata terapia 8 mesi
- Dimessa novembre 2018
- Follow up a 3 mesi: astinente
- Follow up a 6 mesi: astinente
- Circa 2 volte all'anno accede all'area riservata per aggiornarmi tramite messaggio sulla sua situazione, ancora astinente

*Grazie per
l'attenzione*



FEDERAZIONE ITALIANA DEGLI OPERATORI
DEI DIPARTIMENTI E DEI SERVIZI DELLE DIPENDENZE