10 REGOLE D'ORO

Un aiuto per giocatori e familiari in difficoltà

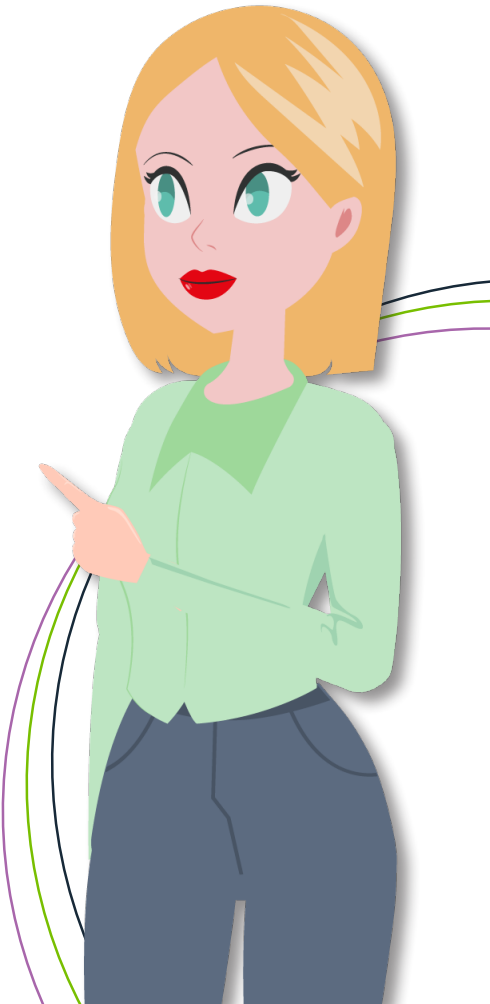
1. Ricorda che il gioco è un divertimento, uno svago e non un modo per arricchirti.
2. Scegli in partenza una piccola cifra che puoi permetterti di giocare e di perdere senza intaccare le tue finanze. Ricorda di non superare il limite che hai stabilito.
3. Scegli in partenza il tempo da dedicare al gioco senza superare tale limite e ricorda di fare delle pause mentre giochi. Ti aiuteranno a verificare il tempo trascorso, quanto hai vinto e quanto hai perso e a non andare oltre.
4. Quando perdi non tornare a giocare per rifarti, potresti perdere nuovamente. Ricorda che perdere fa parte del gioco.
5. Non farti prestare soldi per il gioco.
6. Accertati delle regole del gioco e delle percentuali di vincita del banco e ricorda che non puoi né prevedere né influenzare l'esito casuale e fortuito di un gioco con la tua volontà. Il gioco dipende dalla fortuna e dal caso.
7. Ricordati di dedicare tempo anche ad altri svaghi e interessi, alla famiglia e agli amici oltre che al gioco.
8. Non giocare per fuggire dai problemi e dalle emozioni spiacevoli ma solo per divertimento.
9. Non giocare se hai assunto alcool o droghe: la lucidità e la percezione del tempo ne sono compromessi.
10. Quando perdi parlane liberamente con le persone vicine senza nasconderlo e senza mentire.

Studi di ricerca retrospettiva hanno dimostrato che la maggioranza dei giocatori patologici ha iniziato a giocare prima dei 20 anni.

GIOCARE CON IL GIOCO RESPONSABILE
ADM
18+
Numero Verde Nazionale 800 55 88 22 PER PROBLEMATICHE GIOCO D'AZZARDO
IL GIOCO PUÒ CREARE DIPENDENZA PATOLOGICA. È VIETATO GIOCARE AI MINORI DI ANNI 18.
È possibile consultare le probabilità di vincita dei singoli giochi su www.adm.gov.it nelle sezioni dedicate.

SUGGERIMENTI
PER UN GIOCO SANO E RESPONSABILE

Rischi correlati al gioco



codere

Quando il gioco diventa dipendenza:

Segnali di rischio e conseguenze

Il gioco rappresenta un piacevole passatempo, un'abitudine sociale come navigare in Internet o guardare la televisione. Da sempre sinonimo di divertimento, esso svolge una funzione importante ad alto impatto sociale.

Se per molte persone il gioco rimane un innocuo e sano passatempo, per altre, tuttavia, può trasformarsi da semplice evasione a sintomo di un vero e proprio DISTURBO PATOLOGICO definito comunemente LUDOPATIA e SCIENTIFICAMENTE DGA (Disturbo da gioco d'azzardo).

I segnali da non sottovalutare

• **La frequenza al gioco**: il giocatore patologico ricerca un coinvolgimento sempre crescente nel gioco d'azzardo e non riesce a staccarvisi se non per periodi molto brevi. Dopo una perdita torna spesso a giocare con l'illusione di rifarsi del denaro perso.

• **Il tempo trascorso al gioco**: il giocatore stabilisce con il gioco un rapporto esclusivo e vi dedica sempre più tempo. Il gioco quindi prevale su tutti i suoi interessi mettendo in ombra amici, famiglia, lavoro, hobby etc.

• **Somme spese**: il giocatore ha bisogno di giocare somme di denaro sempre maggiori per raggiungere l'eccitazione desiderata. Perde quindi la capacità di valutare in maniera realistica quale cifra può permettersi di spendere in base alle sue reali capacità economiche.

• **Comportamento:** il giocatore diventa irritabile quando tenta di ridurre o interrompere il gioco d'azzardo. Può far affidamento su altri e arrivare a commettere azioni illegali per procurarsi denaro. Tende inoltre a mentire per nascondere il suo coinvolgimento nel gioco e minimizzare le perdite.

• **Motivazione al gioco:** il giocatore ricorre spesso al gioco come fuga dai problemi e dalle emozioni negative. Il gioco viene utilizzato per allontanare le difficoltà della vita.

Rischi e conseguenze

L'impulso al gioco diventa per il giocatore patologico irresistibile e incontrollabile, la caccia alle emozioni forti non conosce soste fino a divenire una dipendenza. L'inseguimento del denaro perso e il desiderio di rifarsi può condurre, nel tempo, il giocatore verso un vero e proprio disastro economico che comporta spesso il ricorso a richieste di prestiti a usura e menzogne in famiglia volte a celare la sua reale situazione finanziaria. In alcuni casi si arriva a condizioni di crisi personali e familiari talmente gravi che possono portare il soggetto a mettere in atto comportamenti estremi come azioni illegali (reati di falso, appropriazione indebita, truffa, furto) o tentativi di suicidio.

Nell'adolescenza

La pratica del gioco con vincita in denaro è in costante crescita tra gli adolescenti e sono proprio le caratteristiche specifiche di questa fase evolutiva, quali l'impulsività, la ricerca di novità e di emozioni nuove, che aumentano la vulnerabilità dei giovani a un uso a volte problematico del gioco.

I segnali da non sottovalutare:

- Bisogno inspiegabile di denaro
- Assenze ingiustificate da scuola
- Oggetti che spariscono a casa
- Allontanamento da famiglia e amici
- Eccessiva preoccupazione per i risultati di competizioni sportive
- Chiamate a tarda notte
- Improvviso calo dei voti scolastici
- Abbandono di attività e interesse per le cose

Rischi e conseguenze

Il gioco problematico degli adolescenti porta spesso alla rottura delle relazioni sociali e alla disgregazione della realtà familiare. I problemi di gioco incidono negativamente sia a scuola sia a lavoro. Inoltre, con il passare del tempo, l'insorgenza del disturbo in età adolescenziale fa sì che il gioco si radichi come elemento strutturale della personalità in via di sviluppo. I tentativi di eliminare tale condotta potrebbero infatti comportare un ripensamento di tutta la struttura della personalità del soggetto con il rischio di andare incontro all'insorgenza di ulteriori disturbi psichici.