

9 Aprile 2026 - 16:52 di *Marco D'Angelo*

Le cosiddette “pause forzate” nel gioco non solo non risolvono il problema della dipendenza, ma rischiano in molti casi di aggravarlo. È la posizione espressa dalla dottoressa **Vittoria Vardè** (in foto), docente presso l'Istituto di psicologia umanistica esistenziale Luigi De Marchi, che propone una lettura critica delle misure adottate da diversi comuni per limitare l'utilizzo degli apparecchi da gioco. “Le regolamentazioni dei comuni che interrompono il gioco delle slot, ad esempio, risultano spesso inutili considerando il pendolarismo da un comune all'altro o persino controproducenti per quanto attiene la compulsività”.

Secondo Vardè, il punto centrale è l'approccio con cui viene affrontato il gioco d'azzardo patologico. “C'è un equivoco ricorrente nel modo in cui affrontiamo il gioco d'azzardo patologico: tendiamo a osservare il comportamento, trascurando la persona. L'attenzione si concentra sugli strumenti di gioco, sulle regole e sulle limitazioni da introdurre, ma così facendo si rischia di perdere di vista ciò che realmente sostiene la dipendenza: un vissuto interno spesso caratterizzato da un senso di vuoto, difficilmente nominabile, che chiede prima di tutto di essere riconosciuto”.

Nel suo intervento, la docente sottolinea come le interruzioni obbligatorie del gioco si basino su un presupposto comprensibile, ma non sempre efficace. “Le cosiddette ‘pause forzate’, introdotte in diversi contesti con l'obiettivo di interrompere il flusso compulsivo del gioco, si fondano su un presupposto comprensibile: creare una discontinuità capace di restituire al soggetto uno spazio di consapevolezza. Tuttavia, l'esperienza clinica suggerisce che questo tipo di intervento, se applicato in modo uniforme e non accompagnato da un supporto adeguato, rischia di risultare inefficace o, in alcuni casi, controproducente”.

Il comportamento di gioco, spiega Vardè, non può essere ridotto a una semplice abitudine disfunzionale. “Il comportamento di gioco problematico non può essere ridotto a una semplice abitudine disfunzionale. Si configura piuttosto come una strategia di regolazione emotiva. Per molte persone, il gioco rappresenta un tentativo — seppur disfunzionale — di gestire stati interni complessi: ansia, solitudine, senso di inadeguatezza, vissuti depressivi. All'interno di questo processo, il ritmo ripetitivo e prevedibile dell'azzardo può assumere la funzione di contenitore, attenuando temporaneamente il disagio e sospendendo la percezione del tempo e del sé”.

Gioco patologico, Vardè (docente psicologia): “Le pause forzate non funzionano e possono aumentare la compulsività”

Da qui la criticità delle interruzioni imposte. “In questa prospettiva, interrompere bruscamente tale meccanismo senza offrire alternative regolative significa esporre nuovamente la persona a quegli stessi stati interni da cui stava cercando di difendersi. Non sorprende, quindi, che molti soggetti descrivano la pausa come un momento critico: l’attivazione ansiosa aumenta, il craving si intensifica e il comportamento di gioco, alla ripresa, può risultare ancora più impulsivo e incontrollato”.

L’analisi si sposta poi sul piano clinico e sulle storie individuali che stanno dietro ai comportamenti compulsivi. “Dal punto di vista clinico, è frequente riscontrare come dietro il comportamento compulsivo vi siano storie personali segnate da fragilità emotive, difficoltà relazionali e una diffusa sensazione di perdita di significato. In questo senso, il gioco non è tanto il problema in sé, quanto un tentativo di risposta — inefficace ma immediato — a un disagio più profondo”.

Per questo, avverte la docente, interventi esclusivamente restrittivi rischiano di essere parziali. “Interventi esclusivamente coercitivi, se non integrati all’interno di una presa in carico più ampia, rischiano di agire solo sul sintomo, senza incidere sulle dinamiche che lo generano. Inoltre, tali misure possono favorire lo spostamento del comportamento verso contesti meno visibili e meno regolati, contribuendo ad aumentare l’isolamento e la difficoltà di accesso ai servizi di cura”.

La proposta è quindi quella di un cambio di prospettiva. “Un approccio efficace al gioco d’azzardo patologico richiede quindi un cambio di paradigma: dal controllo del comportamento alla comprensione della persona. Ciò implica investire in prevenzione, promuovere competenze di regolazione emotiva e garantire percorsi di supporto psicologico accessibili, continuativi e non stigmatizzanti”.

Infine, una riflessione sul significato più profondo del percorso di cura. “Accompagnare una persona nel percorso di uscita dalla dipendenza significa aiutarla non solo a interrompere un comportamento, ma a costruire nuove modalità di stare nel mondo, più sostenibili e dotate di significato. Perché dietro ogni comportamento di gioco problematico non c’è soltanto una perdita di controllo, ma una ricerca — spesso silenziosa — di senso. Ed è a questa ricerca che, come professionisti della salute mentale, siamo chiamati a rispondere”, conclude la dottoressa Vardè.

Fonte: <https://www.jamma.it/?p=349763>