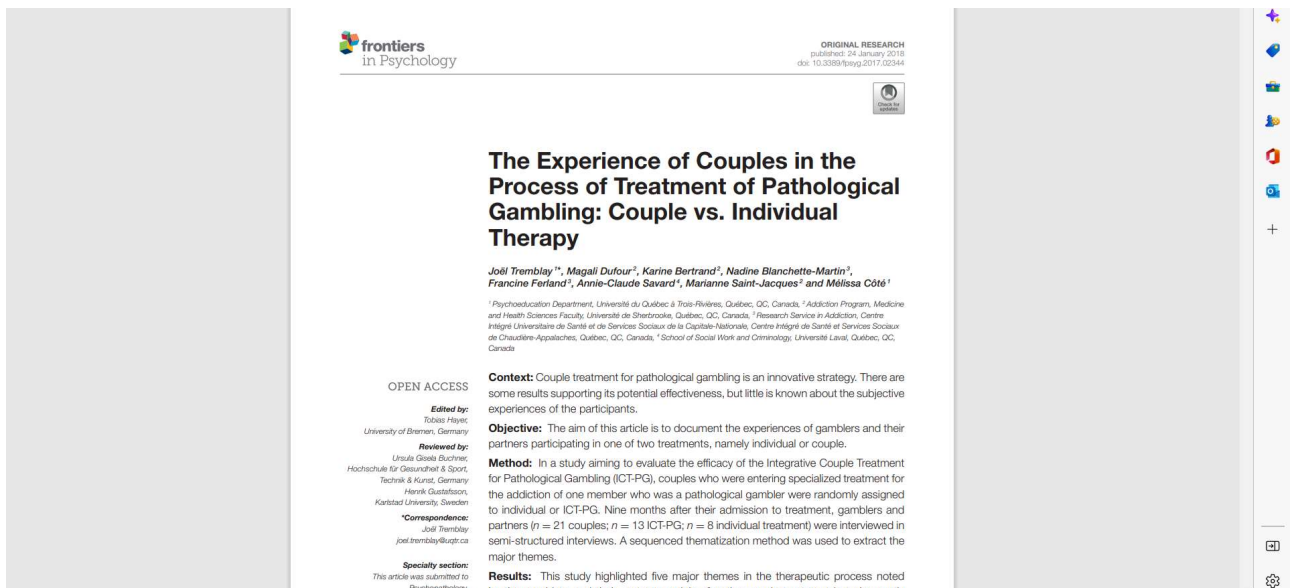


A pagina 14 delle slide mostrate l'11.11.2022 il prof. Tremblay parlava dello studio riportato in questo articolo.



(Referenza completa: Joël Tremblay, Magali Dufour, Karine Bertrand, Nadine Blanchette-Martin, Francine Ferland, Annie-Claude Savard, Marianne Saint-Jacques, Mélissa Côté (2018). "The Experience of Couples in the Process of Treatment of Pathological Gambling: Couple vs. Individual Therapy." *Front. Psychol.*, 24 January 2018, Sec. Psychopathology, 8:2344. eCollection 2017. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02344> PMID: 29416520 PMCID: PMC5787580 DOI: 10.3389/fpsyg.2017.02344).

Tale studio è pubblicato *open source*, quindi può essere scaricato dal link soprastante senza costi.

La dr.ssa Alessandra Bassi ne ha fatto una traduzione e sintesi in italiano, che ha messo a disposizione dei partecipanti del seminario.

"L'esperienza delle coppie nel processo di trattamento del gioco d'azzardo patologico: trattamento in coppia vs. terapia individuale"

Studio di confronto fra le due modalità ...

Lo studio mette in luce 5 temi principali:

1. L'ansia dei gambler nel dover rivelare i loro problemi di gioco nella terapia di coppia;
2. La speranza di sviluppare un beneficio vicendevole comprendendo il gioco d'azzardo e i suoi effetti sui partner, nei due tipi di trattamento
3. La trasformazione delle attribuzioni negative attraverso una più efficace comunicazione di coppia da promuovere con la terapia di coppia
4. Il contributo dei partner al cambiamento del comportamento di gioco e alla prevenzione della ricaduta, che sono entrambi meglio supportati dalla terapia di coppia;
5. La natura interpersonale del gambling e le sue connessioni con la relazione di coppia. Tuttavia i giocatori che sono in trattamento individuale più facilmente dicono che non è necessario il

1

coinvolgimento del loro partner. Allo stesso modo i partecipanti fanno alcune raccomandazioni sulle condizioni sottostanti alla scelta di un metodo di trattamento o l'altro.

I partecipanti alla ricerca riportano soddisfazione con entrambi i modelli di trattamento ma la loro esperienza è più positiva nel trattamento di coppia. Sono emersi benefici complementari da ciascuna forma di trattamento, cosa che fa puntare a trattamenti che prevedano entrambe le tipologie e la possibilità di scegliere.

Chi ha studiato il gioco d'azzardo e i suoi effetti riporta enormi problemi psico-fisici sia nei giocatori sia nei loro familiari (...) e ovviamente problemi finanziari. La coppia in sé è particolarmente colpita in vari aspetti: sul funzionamento della coppia, nell'ambito sessuale, nei conflitti e nei problemi di comunicazione. E inoltre la presenza della menzogna è una realtà comune nelle interazioni con un giocatore patologico e questo porta il partner a una diminuzione di fiducia e a un senso di tradimento.

Nonostante gli enormi problemi che hanno, pochissimi giocatori patologici chiedono aiuto, e di quelli che lo fanno moltissimi interrompono il trattamento.

Nel campo delle dipendenze il coinvolgimento della famiglia migliora tantissimi aspetti dei risultati del trattamento ecc.

Ci sono pochi dati che permettono di capire il ruolo dei partner nella riabilitazione dei giocatori patologici. È stata notata che il coinvolgimento della famiglia migliora la ritenzione in trattamento (meno abbandoni). Sembra anche che un miglior supporto sociale riduca la probabilità di ricaduta e un migliore risultato. L'Università di Calgary ha adattato il modello CRAFT al gioco d'azzardo (citaz. varie e articolo del 2016 di Nayoski and Hodgins). Le loro ricerche riscontrano una più alta probabilità di far entrare in trattamento i giocatori d'azzardo se si ha un miglioramento del benessere dei familiari.

Oltre ai benefici che si possono dimostrare con ricerche quantitative può essere interessante anche studiare la percezione dei giocatori d'azzardo e dei loro familiari sui benefici di ciascuna forma di trattamento.

Le ricerche qualitative mostrano che nelle coppie del gioco d'azzardo ci sono svariati deficit (difficoltà di comunicazione, poca intimità, poco tempo speso insieme, troppo/troppo poco coinvolgimento nelle responsabilità familiari) e che le conseguenze del gioco d'azzardo aggravano questi deficit, facendo riemergere vecchie ferite, accentuando la reattività emozionale e creando uno squilibrio relazionale attraverso l'aumento della vergogna e della colpa da una parte e controllo e ipervigilanza dall'altra. La terapia di coppia prende in considerazione entrambe le persone, crea un clima di fiducia che ripara i danni causati da menzogne e tradimenti e utilizzando la comunicazione costruttiva (non l'aggressività) e permette di parlare anche dei trigger e del craving. (Lee 2014 e Lee 2015).

Lo studio ha confrontato 13 coppie in trattamento coniugale con 8 in trattamento individuale (i familiari erano supportati in diversi modi, fra cui la psicoeducazione).

A chi faceva il trattamento di coppia veniva somministrato l'ICT-PG, cioè la terapia di coppia nel gambling (Tremblay et al. 2015 e diapo). A tutti è stato fatto firmare il consenso informato. Alcuni partecipanti hanno avuto accesso ad entrambe le modalità di terapia, perché alcuni erano in trattamento già prima della ricerca e altri perché dopo la ricerca hanno chiesto di accedere all'altro modello di trattamento.

I giocatori erano maschi per l'87%; una coppia era composta da due donne. Due terzi dei gambler usavano VLT e il 14% giocava su internet.

Il 47% dei gambler e il 60% dei partner erano insoddisfatti della loro relazione di coppia.

Il 19% dei gambler e il 43% dei partner lamentavano disagio psicologico (distress) nella settimana precedente.

L'indagine qualitativa era fatta con un'intervista semi-strutturata che riguardava l'esperienza della terapia, la percezione degli effetti della terapia, gli elementi della terapia che contribuiscono o ostacolano il cambiamento e le raccomandazioni delle coppie sulla terapia. Ai partecipanti (gambler e partner) sono stati proposti temi simili con pochi adattamenti.

Lo studio vuole valutare l'efficacia del ICT-PG, cioè della terapia di coppia nel gambling. Usa il metodo fenomenologico ecc. La tematizzazione sequenziata poi (Paillé e Mucchielli 2012 e 2016) permette di estrarre temi e sotto-temi in un complesso processo di analisi.

I risultati mostrano che la maggior parte dei temi sono condivisi dai partecipanti (gambler e partner) che erano nello stesso gruppo (trattamento individuale/trattamento di coppia) ma molti temi sono diversi nei due gruppi diversi. I partecipanti descrivono anche i molti modi in cui la terapia supporta i cambiamenti nei vari aspetti della loro vita.

1. Rivelare i comportamenti di gioco d'azzardo al partner

Tutti i giocatori hanno notato che uno dei compiti più delicati del processo di cambiamento era di essere onesti sul craving e sui comportamenti di gambling, in particolare con i loro partner. Alcuni giocatori non vogliono rivelare tutto ai loro partner, e questo è ancor più vero per quelli le cui menzogne sono un comportamento consolidato. "Non sono realmente menzogne, sono cose personali, per cui non vuoi farla preoccupare."

Il trattamento individuale è meglio di quello di coppia per chi vuole non dover rivelare tutto al partner.

2. La necessità di sviluppare la comprensione reciproca e l'aiuto necessario a raggiungerla

A differenza del tema precedente, molte coppie enfatizzano sia il loro bisogno di comprendersi l'un l'altra, sia il loro bisogno di aiuto per riuscire a sviluppare la comprensione. Avevano l'impressione di non avere le competenze comunicative per parlare delle difficoltà causate dal gioco d'azzardo, e questo nonostante i loro sforzi.

a) Il bisogno del partner di comprendere il processo di cambiamento

I partner dicevano di aver bisogno di afferrare quello che stava succedendo nella mente dei giocatori, in contrasto alla difficoltà dei giocatori nel parlare dei loro progressi nel processo terapeutico. A questi bisogni non sembra esservi risposta nel trattamento individuale. I partner dei gambler in trattamento individuale riportavano che notavano cambiamenti nei loro familiari giocatori durante la terapia, ma che non capivano perché si erano messi a giocare in modo eccessivo. Questa carenza di informazioni li rende sospettosi e li porta a non credere a quello che i giocatori dicono.

Inoltre i giocatori in trattamento individuale riportano quanto è difficile per loro dire ai partner cosa hanno detto durante le sessioni di terapia, o perché non vogliono condividerlo o perché hanno fatto fatica a trovare le parole giuste. "Era già abbastanza faticoso fare i colloqui in terapia... Anche se lo spieghi è impossibile che l'altra persona capisca..."

All'opposto il trattamento di coppia aiutava i partner a capire meglio le motivazioni sottostanti e il giocatore a parlare della sua esperienza interiore a proposito dell'impulso a giocare d'azzardo e dei comportamenti di gioco.

b) Il bisogno di dialogare a proposito delle loro reciproche esperienze

Entrambi i membri delle coppie hanno riportato il bisogno di tempo per parlarsi con rispetto reciproco a proposito di sé e poter così esprimere più chiaramente le loro emozioni e i loro pensieri, e capire meglio quelli dell'altra persona.

Il trattamento di coppia è sembrato fornire un momento autentico per scambi rispettosi che erano molto difficili da avere a casa. Gli incontri di coppia obbligavano entrambi a fermarsi ad ascoltarsi l'un l'altro, parlare di se stessi, cosa che altrimenti non avrebbero fatto. "In presenza del terapeuta mio marito non poteva finire le mie frasi e doveva ascoltare fino in fondo..."

Nella terapia individuale partner e giocatori riportavano che avrebbero voluto aver fatto la terapia di coppia per beneficiare di questi scambi organizzati. "Siete lì tutti e due e puoi ascoltare cosa dice l'altro... avremmo potuto finalmente avere una vera discussione, per una volta..."

c) I benefici di avere presente una persona neutra

La presenza di un terapeuta con atteggiamento neutro ha facilitato la comunicazione costruttiva. Il terapeuta ha aiutato le persone a parlare onestamente di se stesse ai partner ma anche ad ascoltare sinceramente. Questa idea è stata citata solo da persone in terapia di coppia. "È molto più facile con una persona neutra, ti senti di dover dire la verità su come ti senti, su quello che l'altra persona ti sta facendo passare..."

d) La pratica della comunicazione

Il terapeuta ha anche aiutato la coppia a esprimere quello che stavano passando, a trovare le parole per esprimere quello che stavano sperimentando e sentendo. Molte coppie del gruppo della terapia di coppia hanno citato le strategie di comunicazione introdotte dal terapeuta durante gli incontri, fra cui il diritto di parlare e il dovere di ascoltare, la riformulazione, la chiarificazione, l'approfondimento e l'utilizzo di parole più adatte agli scambi costruttivi. Le abilità di mediazione sembravano aiutare i membri delle coppie a parlare meglio di se stessi, ad ascoltare meglio e a comprendere meglio. "Ho capito che dovrei controllare quello che mia moglie pensa, cioè se io l'ho capito, e poi aspettare la risposta. Certe volte penso di aver capito e lei pensa di aver capito ma in realtà nessuno di noi ha capito l'altro..."

Alcuni giocatori e familiari hanno detto quanto erano progrediti nell'abilità di parlare grazie al trattamento di coppia. Inoltre parlare di sé davanti al proprio partner ha permesso ai partecipanti di cogliere immediatamente la reazione dell'altro e migliorare la comprensione reciproca. "Non ho mai parlato dei miei sentimenti, prima. La terapia di coppia mi ha aiutato a imparare a parlare di più di me stesso e di avere una mente più aperta". "Parlandosi faccia a faccia si risolvono molti più problemi".

3. La miglior comprensione reciproca aumenta il supporto reciproco

Il fatto di capire meglio l'esperienza psicologica dell'altra persona porta spesso ad aumentare l'empatia e la tolleranza. Tutte le idee incluse in questo terzo tema sono state menzionate solo dalle persone che erano in terapia di coppia.

a) La coppia affronta insieme il gioco d'azzardo problematico

I partner in terapia di coppia hanno compreso meglio il problema di gioco d'azzardo e per alcuni è iniziata una discussione sul tema e sul desiderio di giocare che è continuata per tutta la settimana, andando oltre agli incontri di terapia. "Come un lavoro di team".

Alcuni giocatori avevano anche l'impressione che i loro partner, a causa della vicinanza fisica ed emotiva, diventassero una risorsa più accessibile del il terapeuta quando avevano un craving molto forte o anche una ricaduta. Comprendendo meglio le cause del comportamento di gioco, i partner erano in una posizione migliore per aiutarli. "Quando faceva la terapia individuale mi parlava dei suoi problemi di gioco d'azzardo ma mi sembrava di non capirla completamente. Arrivando alla terapia di coppia ho avuto gli strumenti per capirla, parlarne e aiutarla a non ricominciare".

b) Non rinforzare più il comportamento di gambling

I partner che hanno partecipato alla terapia di coppia hanno imparato a ridurre le situazioni che stimolavano il craving nei partner, mentre nello stesso tempo potevano constatare quanto era difficile farcela. "Devi sempre stare attento. Non compro niente e sto attento alle persone che potrebbero farmi ricadere. Ma non è facile."

c) Il comportamento di gioco d'azzardo interpretato come meschinità

I partner spesso percepivano il comportamento di gioco d'azzardo come un'azione cattiva e malevola oppure come un comportamento assurdo e insensato. "Come puoi farlo? Hai un cervello, puoi smettere. È difficile capire per una persona che non ha il problema."

Una crescente comprensione reciproca li aiuta a modificare questa percezione e a vedere la sofferenza sotto al comportamento di gioco. Attraverso la terapia di coppia una miglior comprensione aiuta i partner a non attaccare e denigrare i loro congiunti giocatori così spesso, e a provare a supportarli nel tentativo di curarsi. I giocatori hanno evidenziato chiaramente questo punto e hanno considerato sbagliata la percezione della cattiveria. "Prima pensava che solo i pazzi giocassero d'azzardo. Adesso capisce che cosa mi succede, che non vado perché mi piace giocare tutti i nostri soldi... Adesso è più facile per lei sostenermi e non solo ferirmi." "Mia moglie pensava che io volessi farle del male ma non era così. Il gioco d'azzardo è più forte di me, vado anche se so che non dovrei."

d) I giocatori sviluppano una miglior comprensione delle sofferenze dei loro partner

I giocatori non capiscono mai veramente l'impatto del loro comportamento di gioco d'azzardo sui loro/sulle loro partner. Gli incontri di terapia di coppia hanno aiutato ad accrescere questa comprensione, che ha dato sollievo ai partner. "Guardandomi mi ha detto che non sapeva che mi aveva fatto soffrire così tanto. Non lo aveva mai capito."

e) I partner aiutano i gambler a evitare le ricadute

I partner hanno contribuito a creare un ambiente che non incoraggiava il craving. Lo hanno fatto rimanendo all'erta nel prevenire potenziali stimoli al gioco d'azzardo, comprese cose come passare del tempo con amici giocatori. I giocatori certe volte hanno detto quanto hanno avuto bisogno del supporto dei loro partner per mantenere quello che avevano ottenuto. "Ho una malattia che ci sarà sempre. Lei sa che il suo supporto è molto importante per me, e quello che significa. Adesso gioco molto raramente. Capisce la sua importanza per me. E la mia per lei. Adesso siamo importanti l'uno per l'altra."

f) La coppia inizia a fare insieme di nuovo attività piacevoli

Molti partecipanti alla terapia di coppia hanno detto che avevano smesso di fare insieme semplici attività come andare al cinema o tenersi per mano, oppure attività più complesse come fare viaggi, ma hanno ripreso a farle perché hanno capito quanto piacere aggiungeva alla loro relazione. "Siamo stati insieme 24 anni senza dirci ti amo tenendoci per mano. Abbiamo imparato a farlo."

4. Impegno e regolarità nel trattamento

Le coppie in entrambi i tipi di trattamento hanno sollevato la questione della motivazione dei giocatori d'azzardo, in particolare la necessità di aiutarli a sottoporsi regolarmente al trattamento. La motivazione dei giocatori d'azzardo a ridurre le loro abitudini di gioco e quindi a continuare a partecipare agli incontri doveva essere incoraggiata dai partner, un fatto che è stato notato sia dai giocatori d'azzardo che dai loro partner.

La terapia di coppia è percepita come più utile di quella individuale per sostenere la regolarità nel trattamento. Molti dei giocatori in trattamento di coppia hanno affermato che, se non fosse stato per la presenza dei loro partner, non avrebbero continuato il trattamento. Il fatto di prendere un impegno nei confronti dei propri partner e di sentirsi sostenuti da loro era di notevole importanza. I partner che hanno partecipato al trattamento di coppia erano della stessa opinione.

"Non so se sarei arrivato alla fine. A volte ci vuole un calcio nel sedere. Non so se avrei avuto la motivazione di venire ogni volta, è più facile farlo insieme. [...] Certo, sono io quello che ha il problema, [ma con] qualcuno che ti supporta tutto il tempo, è un po' più semplice. " "Ho anche preso un impegno con il mio partner nella terapia di coppia. Non era solo una promessa a me stesso, penso che significasse per me di più per aver preso insieme l'impegno a non giocare più."

Allo stesso modo, i partner dei giocatori d'azzardo che erano in trattamento individuale ritenevano che il loro coniuge giocatore d'azzardo sarebbe andato più regolarmente alle terapie e quindi avrebbe fatto progressi migliori se i partner fossero andati agli stessi incontri di trattamento.

"Se fossimo stati in trattamento di coppia insieme, avrebbe seguito più a lungo il trattamento. Probabilmente lui sarebbe andato fino alla fine. Anche se avessi dovuto trascinarlo al guinzaglio."

5. Per molti, il gioco d'azzardo è un problema relazionale

Diverse coppie in entrambi i trattamenti hanno ritenuto che i problemi di gioco fossero intrecciati con il rapporto di coppia e che fosse quindi necessario discutere di tutto durante gli incontri di coppia. Per questi partecipanti, optare per un trattamento di coppia è stata una scelta ovvia, che rispondeva in modo più diretto ed efficace al problema del gioco d'azzardo e alla sua dimensione relazionale.

"La coppia è il problema. Se giochi [... il problema] è anche nella famiglia. Non hai più [denaro], non spendi più [per la famiglia], continui così, esci sempre da solo. Penso che la terapia di coppia sia migliore per riunire la coppia, risolveremo il problema insieme ".

"Sì, è importante. Certo, consiglieri [terapia di coppia], perché non penso che possa funzionare se lo fai da solo. Non può, non è la stessa cosa. Non posso dire a mia moglie, "Risolvi il tuo problema da sola, [perché] è il nostro problema. Viviamo insieme nel bene e nel male, quindi è il nostro problema. "

6. Per alcuni giocatori d'azzardo, il gioco d'azzardo non riguarda la coppia

All'opposto, alcuni giocatori d'azzardo orientati al trattamento individuale pensavano che questo fosse molto meglio e che i loro familiari avrebbero sprecato il loro tempo in incontri di quel tipo. Non volevano parlare ai

partners delle loro difficoltà. La terapia di coppia sarebbe stata utile solo per affrontare conflitti relazionali. Nessuno dei giocatori d'azzardo in terapia di coppia ha espresso questa opinione.

“Se fossimo in terapia di coppia dovremmo metterci d'accordo sul fatto che ho bisogno di parlare mentre lei non c'è. (...) Penso che la terapia di coppia non sia il luogo dove parlare di difficoltà più personali”.

7. Formato e struttura

La maggior parte delle coppie erano soddisfatte per il servizio ricevuto, che si trattasse di terapia individuale o di coppia. Alcune persone che erano state selezionate per il trattamento individuale e poi successivamente hanno ricevuto anche quello di coppia hanno detto la combinazione dei due trattamenti sarebbe stata molto vantaggiosa, cominciando con colloqui individuali e passando poi alla terapia di coppia. I partner hanno dichiarato che questo avrebbe loro permesso di parlare più apertamente durante il trattamento individuale, senza correre il rischio di ferire il giocatore d'azzardo. Cosa ancor più importante, quando i partner hanno ricevuto i servizi offerti solo per le famiglie di chi era in terapia individuale, c'era una sezione che insegnava ai partner cose a proposito della psicologia dei giocatori d'azzardo, su come si sviluppa il gioco d'azzardo patologico e su tutti gli elementi che possono aiutarli a comprendere il loro giocatore d'azzardo. Successivamente gli incontri di coppia permettevano loro di parlare dei problemi di relazione.

“Penso che sia importante che il partner impari che cosa significa essere un giocatore d'azzardo, che cosa sono le sue strategie, tutto ciò che circonda il gioco d'azzardo. Così la partner sarà più preparata per gli incontri di coppia, sarà più facile capire che cosa il giocatore d'azzardo sta dicendo. Poter dire che cosa vogliamo veramente dire senza aver paura di ferire l'altro, o di spingerlo nuovamente a giocare. (...) Il trattamento individuale seguito da quello di coppia, penso che sarebbe perfetto. L'individuale va bene, ma a un certo punto c'è assolutamente bisogno di terapia di coppia”.

I giocatori d'azzardo in terapia individuale sono quasi tutti d'accordo nel dire che sarebbe stato troppo difficile iniziare con gli incontri di coppia. Avrebbero avuto l'impressione di non essere liberi di parlare, e di sentirsi “tesi”. Tuttavia pensavano che, dopo aver avuto il tempo di sistemare le loro situazioni personali, sarebbe stato d'aiuto continuare con incontri di coppia.

“Iniziare individualmente, lavorare su alcune cose, e poi fare terapia di coppia. Lo suggerirei a molte persone. Se avessi cominciato la terapia in coppia le cose si sarebbero bloccate. Non mi avrebbe aiutato. Se si può, fai un po' di terapia individuale, come ho fatto io, e poi salta dentro in quella di coppia. Perché dopo aver lavorato sui tuoi problemi hai capito alcune cose che altrimenti non avresti capito. La terapia individuali mi ha aiutato a tirar fuori alcune brutte cose, a capire certe faccende. Poi passi alla terapia di coppia e vai più avanti.”

8. Condizioni che favorevoli all'uno o all'altro trattamento

I partecipanti hanno voluto parlare delle condizioni che fanno preferire il trattamento individuale o quello familiare.

a) Condizioni favorevoli al trattamento individuale

Nelle situazioni in cui il giocatore d'azzardo ha grandi difficoltà a esprimersi e in cui il partner parla molto o anche troppo, potrebbe essere meglio indirizzare il giocatore d'azzardo al trattamento individuale, (detto da loro).

Inoltre quando il giocatore d'azzardo fa poco per incontrare i bisogni della famiglia e investe poco nella relazione di coppia, il suo partner è sollevato nell'apprendere che l'altro fa terapia individuale, perché altrimenti avrebbe troppo peso da portare sulle sue spalle. I partner sentono che devono sovracompensare per la passività del coniuge. Il fatto che gli stessi giocatori d'azzardo abbiano chiesto aiuto rappresenta un passo verso la loro autosufficienza e un alleggerimento del peso eccessivo che il partner ha in fatto di compiti e incombenze.

“Il fatto che fosse in terapia individuale ha alleggerito il mio carico. Perché dipende da me per tante cose. Il fatto di non entrare nella terapia mi ha permesso di rilassarmi. Avevo solo una preoccupazione in meno. Qualcun altro se ne stava occupando. Mi ha tolto un peso dalle spalle, mi ha dato una cosa in meno da pensare nel processo di riabilitazione. Prima avevo tutte le responsabilità perché lui si rifiutava di prendersene. È facile delegare tutto a tua moglie; quando non ti prendi nessuna responsabilità non puoi essere rimproverato. Adesso quando suona il telefono per cose che sono successe, non me ne preoccupo. Lui deve occuparsene.”

Altre coppie hanno detto che il trattamento individuale permette di progredire al loro ritmo, e fra l'altro adattare la frequenza degli incontri ai loro bisogni personali.

Nelle situazioni in cui il giocatore d'azzardo deve esplorare elementi della propria infanzia o adolescenza è abbastanza utile il trattamento individuale per dare lo spazio necessario a parlare liberamente di se stessi.

b) Condizioni favorevoli al trattamento di coppia

Un giocatore d'azzardo che preso parte al trattamento di coppia ha detto per poterlo fare la coppia deve già avere una relazione di fiducia. Ha riferito che la terapia lo ha portato a fare connessioni con la sua infanzia, e lo ha portato a rivelare al partner la sua storia. Ha riferito che il desiderio di creare un forte legame di coppia è stato uno strumento molto utile per intraprendere il trattamento del gioco d'azzardo patologico come coppia. Altri giocatori d'azzardo più timidi hanno accennato al fatto che la presenza del partner ha reso loro più facile aprirsi di fronte al terapeuta. Sentivano che essere soli con il terapeuta avrebbe reso loro più difficile parlare di sé.

Altri giocatori d'azzardo raccomandano esplicitamente il trattamento di coppia quando i giocatori vogliono salvare la loro relazione di coppia. La comprensione reciproca favorisce il supporto vicendevole mentre la terapia individuale porta a rischiare la rottura.

“Se alla persona non importa del partner allora fategli fare la terapia individuale. Ma se volete che la relazione con vostra moglie sopravviva, io penso che sia meglio coinvolgere l'altra persona che c'è dentro. In questo modo potrà comprendervi meglio, e sarà in grado di aiutarvi. E anche voi capirete molte cose.”

DISCUSSIONE

Questo studio, che per quanto ne sappiamo è il primo a documentare e a confrontare i giocatori d'azzardo e i loro partner che hanno ricevuto o il trattamento individuale oppure quello di coppia come terapia per il gioco d'azzardo patologico, ci aiuta a comprendere meglio il processo terapeutico, anche per determinare le questioni coinvolte nella scelta fra i diversi tipi di trattamento. Anche se l'impatto del gioco d'azzardo patologico sulle coppie è stato ben descritto in vari studi quantitativi (Trudel et al., 2008), queste esperienze di coppia nella riabilitazione dal gioco d'azzardo e il processo terapeutico in gran parte sono rimaste inesplorate. Detto questo, dobbiamo prendere in considerazione queste esperienze se

vogliamo sviluppare e migliorare trattamenti del gioco d'azzardo che tengano conto delle varie situazioni e dei bisogni delle coppie.

Continuing...

Questo studio ha evidenziato 5 temi principali nel processo terapeutico osservati dai giocatori d'azzardo e dai loro familiari dopo il trattamento individuale o di coppia, cioè

1. L'ansia dei giocatori d'azzardo a proposito del dover rivelare i loro problemi col gioco d'azzardo nella terapia di coppia.
2. Il desiderio di sviluppare nei due tipi di trattamento una comprensione del gioco d'azzardo reciproca e vantaggiosa per entrambi, che comprenda gli effetti sui partner.
3. La trasformazione delle attribuzioni negative attraverso una più efficace comunicazione interna alla coppia promossa dalla terapia di coppia
4. Il contributo del partner nel cambiare i comportamenti di gioco d'azzardo e nel prevenire le ricadute, entrambe le cose meglio supportate nella terapia di coppia
5. La natura interpersonale del gioco d'azzardo e i suoi collegamenti con le relazioni di coppia. Inoltre i partecipanti hanno dato alcune raccomandazioni sulle condizioni che fanno preferire un trattamento all'altro.

L'impatto del gioco d'azzardo patologico sulle coppie era diverso a seconda del punto di vista, cioè da quello del giocatore d'azzardo e da quello del partner. A proposito del trattamento ricevuto, i giocatori d'azzardo parlavano della difficoltà di parlare di se stessi davanti ai loro partner, e anche quella di parlare del loro comportamento di gioco d'azzardo. Infatti molti autori hanno riportato quanto i giocatori d'azzardo mentano costantemente ai loro partner (Lorenz e Yaffee, 1989; Dickson-Swift et al., 2005). Il comportamento di gioco d'azzardo è relativamente facile da nascondere, considerando che non lascia tracce fisiologiche (McComb et al., 2009). I giocatori d'azzardo sono consapevoli del potenziale impatto negativo dei loro inganni sulla qualità della relazione di coppia e quindi hanno paura di perdere la fiducia dei loro partner e di suscitare la loro rabbia. La disonestà dei giocatori d'azzardo è considerata una delle cause principali di tensioni e conflitti nelle relazioni di coppia (Blaszczyński et al. 1999; Dickson-Swift cit). Questi sono probabilmente le questioni che nello studio presente hanno portato i giocatori d'azzardo a dire che il trattamento individuale ha permesso loro di rivelare di più che il trattamento di coppia. Passare da un periodo in cui hanno mentito costantemente al partner a una fase in cui dicono la verità non è certo semplice e provoca molta apprensione nei giocatori d'azzardo. Così come i partner, anche loro hanno ampiamente espresso il bisogno di sviluppare la mutua reciproca comprensione, un bisogno che i giocatori d'azzardo hanno condiviso, e questo nonostante le loro preoccupazioni.

Da una parte i partner, avendo affrontato per anni il mascheramento delle abitudini di gioco d'azzardo, trovano difficile capire le ragioni che hanno portato i giocatori a comportamenti così estremi. Di conseguenza cercano di far luce sulla situazione. Dall'altra parte i giocatori d'azzardo riferiscono che non sanno come parlare ai loro partner dei loro progressi quando sono in terapia individuale. Altri studi qualitativi hanno riferito queste difficoltà di comunicazione (Lee and Rovers 2008; Trudel et al. 2008), che comprendono schemi ripetuti come negatività, non produttività, colpa, evitamento e ritiro (Lee 2002). I partecipanti che hanno avuto la terapia di coppia riferiscono quanto questo tipo di terapia li ha aiutati a sviluppare le loro abilità nella comunicazione, prima di tutto con la presenza di una terza persona, neutrale, e anche con gli esercizi che venivano praticati durante gli incontri. Alcuni dei partecipanti che hanno avuto il trattamento individuale hanno detto che avrebbero voluto provare il trattamento di coppia. Menzionando il ruolo cruciale del terapeuta i partecipanti si riferivano indirettamente al concetto di alleanza terapeutica. Nel contesto della terapia di coppia questo comprende l'idea di clima sicuro creato dal terapeuta come elemento fondamentale

che permette a entrambi i membri della coppia di parlare di sé senza paura di venire attaccati (Beck et al., 2006). I risultati di una meta-analisi inoltre indicano che l'alleanza terapeutica in un trattamento di coppia ha mostrato una moderata dimensione dell'effetto per quanto riguarda la previsione dell'efficacia del trattamento (Friedlander et al. 2011). Dato che la menzogna, ma anche la rabbia e il desiderio di vendetta sono comuni nelle coppie in cui un membro è giocatore d'azzardo patologico, un clima sicuro e neutro in cui ciascuno può essere ascoltato nella stessa misura (Boszormenyi-Nagy et al. 1991) permette di esprimersi e di ascoltare l'altra persona che parla dei problemi relazionali più importanti.

Tepperman e Korn (2006) avevano notato che una miglior relazione di coppia era associata a un maggior interesse da parte del giocatore d'azzardo a modificare il proprio comportamento di gioco. I risultati sulle opinioni delle coppie che hanno avuto il trattamento di coppia hanno reso possibile documentare meglio i processi che portano a una probabilità più elevata che il giocatore d'azzardo cambi. Queste coppie hanno riportato come una miglior comunicazione favoriva una maggior empatia reciproca e aumentava la qualità della relazione. D'altra parte i partner modificavano le loro attribuzioni, percependo meno intenzioni malevole nel comportamento di gioco d'azzardo. E i giocatori d'azzardo erano d'altra parte più consapevoli di quanto il loro comportamento di gioco feriva i loro partner. I risultati di queste ricerche indicano che i partner comprendevano che il cattivo comportamento non indicava l'intento deliberato di ferirli, cosa che facilitava la riconciliazione (Hook et al. 2015). Sono emerse differenze di genere quando nelle donne i cambiamenti nelle attribuzioni le hanno aiutate a perdonare i loro mariti mentre negli uomini una maggior empatia nei confronti delle mogli ha aumentato la capacità dei mariti di perdonarle (Fincham et al. 2002). Non è sorprendente che il tema di un cambiamento nelle attribuzioni fosse presente nelle dichiarazioni delle coppie che hanno ricevuto il trattamento di coppia, visto che il comportamento eccessivo dei giocatori d'azzardo è un buon esempio di relazione traumatica. Il loro comportamento infrange le aspettative dei partner e la idea su una relazione di attaccamento e così destabilizza il senso di sicurezza del partner minando la loro capacità di predire il comportamento futuro (Gordon e Baucom 1998). Il concetto di perdono, usato in numerosi studi che hanno esplorato i traumi relazionali nelle coppie (Greenberg et al. 2010) presenta molte somiglianze con i processi evocati dai partecipanti, per esempio cambiare i sentimenti negativi (rabbia, vendetta ecc.) in attaccamento ed empatia (Malcom et al. 2005) e l'acquisizione di una visione più realistica del partner (Gordon e Baucom 1998). Sarebbe utile proseguire ulteriormente la ricerca sul ruolo del perdono nelle coppie dove uno dei due è un giocatore d'azzardo. Gli studi dovrebbero focalizzarsi sulle strategie terapeutiche che facilitano di più un miglioramento dei sentimenti negativi dato che questo processo di perdono è il fattore predominante nel predire il miglioramento della relazione dopo il trattamento (Menses e Greenberg 2014). Inoltre sembra difficile imbarcarsi in un processo di perdono senza aiuti esterni (Ferland et al. 2017).

Molti dei partecipanti al trattamento di coppia riferiscono quanto i partner sono stati in grado di aiutare i giocatori a evitare la ricaduta. Questa osservazione contraddice quella di un altro studio condotto con giocatori e partner che non erano in trattamento: in questo studio la maggior parte dei partecipanti pensava che i partner non influenzassero il comportamento del giocatore (Tepperman e Korn 2006). Molti studi hanno rilevato che i partner certe volte hanno comportamenti non intenzionali che favoriscono il gioco d'azzardo (Bertrand et al., 2008), fra cui le tensioni nelle relazioni associate al controllo del denaro esercitato dal partner (Lorentz e Yaffee 1989). Per quanto riguarda l'abuso di sostanze ai partner veniva chiesto di fare le cose seguenti: attivare comportamenti che favoriscono l'astinenza (come evitare l'esposizione a sostanze o a situazioni a rischio), diminuire quelli che inavvertitamente possono favorire l'uso di sostanze (ad esempio proteggere il dipendente dalle conseguenze negative dell'uso di sostanze) ed essere attivamente disponibili a parlare delle situazioni difficili o di altri aspetti collegati alla riduzione (Meyers e Smith 2009; O'Farrel e Clements 2012). Altri articoli clinici (McGurrin 1992) e studi (Krishnan e Orford 2002) che si sono focalizzati sul gioco d'azzardo patologico sembrano puntare verso la stessa direzione, notando che i partner pagavano

i debiti, chiedevano scusa ai capi per le assenze sul lavoro, si facevano carico della negoziazione con i creditori, e in tal modo promuovendo potenzialmente la continuazione del gioco d'azzardo. Le dichiarazioni dei partecipanti in questo studio, specificamente di quelli che erano in terapia di coppia, confermano queste ipotesi, cioè che i partner possono aiutare i giocatori a interrompere il gioco e a prevenire le ricadute. Hanno anche sottolineato che i partner giocano il ruolo di supervisori nell'evitare le ricadute e proponendo attività di coppia più piacevoli non collegate al gioco d'azzardo.

Molti partecipanti hanno sottolineato gli aspetti intrinsecamente relazionali del comportamento di gioco d'azzardo problematico, enfatizzando così la necessità di coinvolgere i partner. Questa osservazione era probabilmente alla base della notevole soddisfazione per il trattamento di coppia e dell'interesse di molti partecipanti al trattamento individuale a partecipare a quello di coppia. Questa enfasi sugli aspetti relazionali nel gioco d'azzardo patologico viene commentata da molti autori che mettono in risalto l'impatto estremamente negativo del gioco d'azzardo sulle coppie e sulle famiglie (Dickson-Swift et al 2005; Ferland et al 2008; Kourgiantakis et al 2013). L'azzardo erode la fiducia e provoca depressione e ansia nella famiglia (Ferland et al 2017) e porta a meno tempo di qualità passato insieme a una comunicazione più povera (Dowling et al 2016; Ferland et al 2017). La dimensione relazionale si può veder anche nei benefici che vengono dal coinvolgere i familiari (Ingle et al 2008) nel trattamento del giocatore patologico (Lee e Awosoga 2015). Tuttavia pochi partecipanti, soprattutto giocatori d'azzardo che hanno avuto il trattamento individuale, ritenevano che le mogli non erano coinvolte in ciò di cui si discuteva nella terapia e che avrebbero perso tempo. Queste dichiarazioni erano simili a quelle fatte dai giocatori che non erano sottoposti a trattamento come quello dei loro partner (Tepperman e Korn 2006). Pare che partecipare a un trattamento di coppia permetta ai giocatori di comprendere la dimensione relazionale del loro problema e quindi la necessità di un trattamento per la coppia che ne tenga conto. Fra i giocatori non coinvolti nel trattamento a cui partecipavano le mogli era più facile che alcuni dicessero che il coinvolgimento dei partner non era necessario.

Il problema del drop out precoce è stato descritto come una priorità nella ricerca clinica (Toneatto e Millar 2004). Va detto che i giocatori in trattamento di coppia riferivano che partecipavano più regolarmente per la presenza del partner. I partner di giocatori in trattamento individuale dicevano che avrebbero voluto avere maggiore influenza sulla presenza del partner agli appuntamenti, e che questo sarebbe stato più facile nel trattamento di coppia. Alcune ricerche hanno mostrato che il fatto di vivere bene insieme influenzava la presenza in trattamento fra i giocatori (Aragay et al 2015), anche se altri risultati non hanno confermato questa osservazione (Ingle et al 2008). Sembra comunque che continuare il trattamento sia più probabile quando c'è il supporto dell'ambiente del giocatore (Grant et al 2004). Quando la famiglia partecipa attivamente al trattamento i giocatori patologici erano presenti più spesso e rimanevano il 30% più a lungo dei quelli che non avevano familiari coinvolti (Ingle et al 2008). Anche un aiuto minimo fornito da persone significative aiutava a ridurre il numero dei giorni in cui giocavano e migliorava la qualità delle relazioni (Hodgins et al 2007).

Alcuni partecipanti hanno espresso interesse per un approccio che combini la terapia individuale con quella di coppia. Non sono noti trials clinici condotti su questo. Nel trattamento dell'abuso di sostanze la combinazione di trattamento individuale o di gruppo con il trattamento di coppia è provato essere più efficace che il trattamento individuale (O'Farrell e Clements 2012), cosa che apre la porta a questa combinazione di due tipi di trattamento. Al contrario, il trattamento di coppia in gruppo è provato essere meno efficace del trattamento di coppia standard (nei due casi in combinazione con il trattamento individuale) nel lavoro con alcolisti, mettendo in risalto come sia sempre importante valutare l'efficacia dei vari modi di praticare i trattamenti (O'Farrell et al 2016).

I partecipanti hanno sottolineato le condizioni che favorivano oppure ostacolavano la loro partecipazione al trattamento di un tipo e dell'altro. I partecipanti alla terapia di coppia citavano l'importanza di avere una relazione di coppia soddisfacente all'inizio della terapia e il desiderio di preservare questa relazione come fattori che hanno contribuito al successo della terapia di coppia. Queste dichiarazioni sono supportate dalla ricerca clinica e dalla letteratura, che riportano come la stabilità nella relazione sia un plus nel trattamento di coppia per una dipendenza (O'Farrell e Fals-Stewart 1999). Non sorprende che la letteratura scientifica mostri anche che tutti gli indicatori di grave problematicità sono identificati come associati al minor successo del trattamento di coppia per abuso di sostanze. È probabile che questo sia valido anche per il trattamento di coppia del gioco patologico. Segnali riportati di frequente sono forte consumo di droghe e alcol, problemi legati ad alcol e droghe in entrambi i membri della coppia, grave violenza cronica (Birchler et al 2008) e problemi mentali (O'Farrell e Fals-Stewart 2006; Birchler et al 2008). Inoltre molti dei partecipanti hanno affermato che se il giocatore non vuol parlare al partner dei suoi problemi è meglio usare la terapia individuale, o una combinazione delle due. Ricerche future cercheranno di stabilire criteri per indirizzare i giocatori verso una terapia individuale, di coppia, o una combinazione.

Lo studio presente ha alcune limitazioni. È ragionevole pensare che chi era disponibile a partecipare allo studio avesse un atteggiamento favorevole verso il coinvolgimento della coppia nel trattamento, visto che questo era uno dei due trattamenti possibili. È probabile che i problemi relazionali fossero il cuore delle preoccupazioni dei giocatori e dei loro partner che hanno accettato di partecipare al progetto e che i loro commenti sarebbero stati più favorevoli al trattamento di coppia. Può essere stato presente un bias di desiderabilità sociale. Inoltre, nonostante lo studio venisse presentato in modo neutro come un confronto fra i due tipi di trattamento, è possibile che i partecipanti avessero l'impressione che i ricercatori e i clinici preferissero il trattamento di coppia e che di conseguenza cercassero di soddisfare il team dei ricercatori nelle loro risposte durante le interviste qualitative. Sarebbe stato utile fare questionari pre-trattamento sulle impressioni sui pro e i contro dei due tipi di trattamento, e poi comparare dopo il trattamento le opinioni seguenti sul trattamento e sul suo impatto sulla riabilitazione. Analisi di contrasto in funzione di genere, presenza di figli, gravità del gioco d'azzardo, sarebbero state interessanti ma il campione è troppo piccolo per permetterle.

Conclusioni

I partecipanti hanno riportato che molti problemi relazionali erano collegati al fatto che uno dei due fosse un giocatore patologico e quindi hanno sottolineato su quanto il trattamento di coppia li abbia aiutati a gestire questi problemi e la loro situazione generale. Queste dichiarazioni sono state fatte sia dai giocatori sia dai partner. Erano più frequenti – praticamente unanimi – fra i partecipanti al trattamento di coppia, ma sono state fatte anche da molti partecipanti al trattamento individuale che percepivano i benefici potenziali del trattamento di coppia. Al contrario, i vantaggi del trattamento individuale sono stati sottolineati solo da chi ha partecipato a questo tipo di trattamento, cosa che suggerisce che gli svantaggi del trattamento di coppia emergano più spesso dalla paura anticipatoria che dall'esperienza reale. Detto questo, il trattamento individuale sembra avere alcuni innegabili benefici.

Queste dichiarazioni dei partecipanti hanno messo in luce l'interesse e i benefici del trattamento di coppia e ne hanno supportato la rilevanza clinica. Le coppie, in cui un partner era giocatore patologico, hanno dovuto imparare a comprendersi l'un l'altro e a prender parte alla ricostruzione della fiducia. Per questo hanno avuto bisogno di un aiuto esterno. Hanno detto che i partner sono diventati una fonte di aiuto durante questo processo. Questi risultati mettono in luce la necessità di proseguire la ricerca su come cambiano le coppie quando uno dei due cerca di metter fine al gioco d'azzardo patologico. Ad esempio la dimensione del perdono

ma anche quella dell'esperienza del trauma vissuto dai partner dovrebbe ricevere particolare attenzione nelle future ricerche, nel trattamento di coppia ma anche nel trattamento individuale per i partner. I risultati mettono in luce anche la necessità di valutare la pertinenza dei vari tipi di trattamento del gioco d'azzardo, compresi i diversi modi per coinvolgere i familiari. È importante notare la necessità di condurre ricerche su pazienti con problemi concomitanti da abuso di sostanze e di gioco d'azzardo. I clinici che hanno partecipato allo studio sottolineano la frequenza regolare di questi problemi concomitanti. In breve, una varietà di trattamenti indirizzati alle molteplici esigenze dei giocatori d'azzardo e dei loro partner sembra essere la risposta che si adatta meglio a un problema complesso come il gioco d'azzardo patologico. La ricerca futura dovrebbe guardare ai diversi modi di integrare i partner nel trattamento.

.....