REGIONE MARCHE: UN LABORATORIO TERAPEUTICO DI VIDEOGIOCHI AD ANCONA

Rodolfo Maria Rabboni

Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche, Area Vasta 2 Ancona, Regione Marche, Ancona

Quando il virtuale è una soluzione

In queste pagine sarà presentato un setting terapeutico alternativo per le problematiche legate ad un uso eccessivo della strumentazione digitale (videogiochi, chat, *social*, ecc.), come è proposto dall'équipe dell'Area Gioco Patologico del Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP) di Ancona.

Prima di discuterlo, è necessario soffermarsi su alcune riflessioni critiche, già a partire dal significato e dall'utilità di una diagnosi di dipendenza da Internet, indispensabili per comprendere l'orizzonte teorico-interpretativo entro cui sono formulate le azioni di cura del Servizio.

Per approfondire la questione

Il ragionamento parte dall'idea che fornire una corretta comprensione dell'uso reiterato degli strumenti digitali in età evolutiva sia una questione piuttosto delicata, in primo luogo perché è riferita ad un comportamento che non si lascia facilmente inquadrare con i concetti tipici delle tradizionali dipendenze (tossicomania, alcolismo, abuso di farmaci). Una seconda difficoltà concerne il fatto che ci si indirizza ad un periodo di vita, l'adolescenza e la preadolescenza, che per sua natura è multiforme e variegato, dinamico ma anche caotico e sfuggente.

In più, considerando l'ampia diffusione e il forte investimento che proprio in tali età è riservato ai dispositivi elettronici, un'osservazione pacata serve, sin dall'inizio, per non cadere in un'ottica allarmistica e per non procedere con un intervento eminentemente pragmatico. Il desiderio di arginare la problematica non deve infatti far sfuggire agli occhi del clinico i motivi psichici profondi che la animano e la alimentano. Il rischio sarebbe costituito non solo dal restituire una visione solamente descrittiva del fenomeno, ma soprattutto dal non riuscire a sintonizzarsi con la sofferenza della persona che con questa modalità emerge.

Coerentemente occorre evitare di cedere a una prospettiva che mira ad includere ad ogni costo i vissuti e i comportamenti *fuori norma* in una determinata categoria diagnostica, pur provvisoria: questa è comunque sempre portatrice di una valenza patologizzante che inevitabilmente pesa sull'immagine che l'adolescente si va formando di sé e che può segnare il suo cammino di crescita.

Per continuare in questo sforzo critico, è necessario inoltre focalizzare anche la specificità delle condotte che stiamo indagando: queste, a differenza di quanto accade nelle tradizionali condotte di abuso, non hanno un oggetto concreto che deve essere introdotto nell'organismo per produrre effetti psicotropi. Qui, infatti, l'oggetto rimane sempre esterno e, in aggiunta, non è portatore di significati negativi condivisibili. Il videogioco, così come la frequentazione di una chat, è invece considerato come un'attività che fa parte del quotidiano di moltissimi adolescenti,

che è promossa come prodotto culturale e in grado di offrire potenzialità creative per la crescita e la socializzazione.

Come spiegare pertanto che una siffatta circostanza possa deragliare dal suo corso per divenire un'abitudine dai caratteri compulsivi, in cui è persa la dimensione della soddisfazione e del desiderio? In cui non si gioca più per piacere ma si continua a giocare malgrado il dispiacere?

Se nel caso delle tradizionali dipendenze il motivo dell'intossicazione chimica ha sicuramente un ruolo, sebbene non spieghi di per sé il dramma psichico della persona che diventa tossicomane, qui è ancora più chiaro che occorra passare dal piano immediatamente descrittivo a quello sottostante, alla ricerca della conflittualità psichica che l'adolescente sta vivendo.

Detto in altri termini, anche in questo caso è valido ciò che si verifica per tutte le condotte compulsive: che l'oggetto di cui si fa uso non è la causa della sofferenza, in quanto il suo ruolo è quello di spostarla su un altro piano (Valleur, 2003).

A proposito della formulazione di una diagnosi di dipendenza da Internet

Alle considerazioni sopra esposte, se ne aggiunge un'altra ed è il principio per cui non si dovrebbe procedere ad una diagnosi di psicopatologia prima che sia concluso l'iter di crescita dell'individuo, che generalmente corrisponde al ventesimo/ventunesimo anno di età circa. Questo per i seguenti motivi:

1. perché non è completo il processo di maturazione neurofisiologica delle vie e delle aree del sistema nervoso deputate al controllo del comportamento e dell'azione impulsiva;
2. perché non è dato per concluso, secondo la visione attualmente vigente nel sistema socioculturale occidentale, il cammino di uscita dall'adolescenza da parte del soggetto, che pertanto non è ancora includibile nello status di adulto;
3. perché può accadere che la crisi adolescenziale a volte sfoci in manifestazioni abnormi e allarmanti, anche dal sapore "quasi psicotico" (Cahn, 1994) o "quasi perverso" (Marty, 2001), che non necessariamente si strutturano in una psicopatologia a carico del comportamento o dell'identità, ma che progressivamente, nel corso della crescita, si riducono di intensità fino a scomparire;
4. perché in questo modo si rischia di colludere con la richiesta, più o meno implicita, del genitore, il quale, nell'urgenza di trovare un nome alla situazione critica del figlio e intimorito da una lettura psicologica che possa coinvolgerlo, preferisce proiettivamente trovare una causa completamente esterna al piano psichico e relazionale;
5. perché non è così immediato, soprattutto a quell'età, riuscire a distinguere in termini clinici una condotta di dipendenza (comportamento patologico) da una pratica eccessiva (comportamento problematico), oppure da una semplice passione che tanto può polarizzare l'interesse dell'adolescente;
6. perché infine l'insistenza sui danni prodotti dall'uso di uno strumento esterno perpetua l'idea dell'esistenza di un'entità demoniaca fuori dalla psiche, alla cui esposizione si rimane irrimediabilmente irretiti, spiegazione che conduce, di fatto, a deresponsabilizzare il suo stesso utilizzatore.

Se non si vuole dunque cadere in una logica per cui "l'oggetto maschera il soggetto" (Gaon, 2008), riteniamo necessario che, di fronte alla richiesta di un adolescente che si presenta ad una consultazione per un uso smodato dello strumento digitale, il clinico non proceda *tout-cours* alla definizione di una diagnosi di dipendenza da Internet. Dovrebbe primariamente mettersi invece in ascolto delle difficoltà vissute e percepite, i cui segnali possono sfuggire all'adolescente stesso.

Gli aspetti e i temi della condotta compulsiva, comunque da prendere in considerazione, gli serviranno, già dal primo colloquio, per provare ad entrare nell'esperienza soggettiva dell'altro,

condividerne le dinamiche profonde, fino a rintracciare eventuali bisogni difensivi a cui la condotta compulsiva stessa è chiamata a rispondere.

I possibili significati di un gioco virtuale

Questo cambio di prospettiva induce a considerare dunque lo strumento digitale, prima che elemento di alienazione, un varco di accesso al mondo interno del giocatore.

Da tale angolazione, quello che si mette in scena con un videogioco (o con le altre attività compiute nell'ambito del virtuale) è definibile come la costruzione mentale di un soggetto che è in stretto dialogo con uno dispositivo elettronico, da cui riceve potenti stimolazioni sensoriali e verso cui proietta i suoi contenuti psichici. Grazie a questa "diade numerica" (Tisseron, 2009) si produrrà una *viva* realizzazione delle fantasie (e dei conflitti) su un supporto, lo schermo, che, a differenza di altri (un libro, un film) garantisce maggiori livelli di coinvolgimento, di dinamismo e di interazione.

Ed è proprio in virtù di questo aspetto paradossalmente allucinatorio che il gioco diviene una situazione estremamente realistica e appassionante. In più, con la partecipazione di altri membri del gruppo, la creazione si co-costruisce fino a divenire un'allucinazione condivisa, dai caratteri completamente opposti a quelli del contesto quotidiano.

All'interno dei confini di un pensiero oniroide, il virtuale richiederà pertanto un procedimento psichico che, più che sulla funzione cosciente, farà appello all'attivazione di processi primari, all'illusione di controllo magico dell'oggetto, alla capacità di de-concentramento dell'Io.

Proposto in questo modo, è riduttivo legare la passione per il virtuale esclusivamente all'evasione e al divertimento.

Deve essere valutata in primis, infatti, la valenza di terzietà dello strumento e dell'attività di gioco, grazie alla quale l'adolescente vede aprirsi davanti ai suoi occhi uno spazio personale e appartato, lontano dall'ingerenza delle figure genitoriali. In un periodo connotato dalla necessità di svincolo dagli antichi riferimenti familiari e dalla ricerca di una nuova definizione di sé, è di pregiudiziale importanza che l'adolescente possa muoversi in un territorio maggiormente libero, in cui l'intromissione dell'adulto progressivamente si ridimensiona.

Secondariamente è da sottolineare che un territorio siffatto si proporrà come luogo di ricerca e sperimentazione del nuovo assetto identitario. L'eventualità di presentarsi in una sessione di gioco o in una chat con differenti profili consentirà all'utente di vivere alternativamente gli emergenti stati del Sé, senza necessariamente passare per una loro aperta dichiarazione. Come nel palcoscenico di un teatro privato, dove l'attore diventa ora un personaggio ora un altro, il processo di individuazione ha modo così di realizzarsi, non sulla negazione delle immagini e delle fantasie che spingono dall'interno, ma su una costruzione articolata e più consapevole della sua personalità.

La dimensione descritta vale anche come occasione per mettersi alla prova rispetto a sentimenti ed emozioni (amicizia, affetto, rabbia, odio, ecc.) ancora caotici e non ben definiti, che assumono a questa età una complessità mai provata. Agirli attraverso un personaggio virtuale, in un contesto che non comporta conseguenze reali, può significare conoscerli e imparare a controllarli.

Seguendo questa logica interpretativa, l'attività ludica virtuale, nelle sue varie forme ricreative o marcatamente compulsive, diventa non solo lo specchio dello stato del processo di soggettivazione dell'adolescente (Cahn, 1998), del suo percorso evolutivo o del suo stallo, ma anche lo strumento di accesso al mondo interno.

Da questo punto di vista, diventa decisivo, come sopra si diceva, non rintracciare necessariamente in un eventuale uso eccessivo segni di patologia.

Immaginiamo la situazione di un adolescente che non compare nelle occasioni di interazione virtuale con le vere sembianze, ma insiste nel mostrarsi solo come entità verbale, oppure attraverso un avatar arricchito di attributi fisici, comportamentali o di temperamento differenti da quelli reali. Perché non ipotizzare che il cambiamento puberale lo abbia talmente sconvolto da non permettergli più di riconoscere una continuità in sé e da essere sormontato da sensi di inadeguatezza e di vergogna? Perché non pensare che allora la presenza virtuale sia l'unico modo che possieda per continuare a relazionarsi?

Immaginiamo anche un altro adolescente, nel mezzo della crisi del periodo, talmente confuso e pieno di contraddizioni da ritirarsi progressivamente dalla vita familiare, sociale e scolastica. Sarebbe pericolosissimo accettare di interpretare questa sequenza come conseguenza di un uso reiterato di videogiochi, esattamente come spesso ci viene detto dai genitori. Altrettanto deleterio, ai fini di una comprensione dello stato della sua angoscia, procedere con una diagnosi di dipendenza da Internet e suggerire l'immediata interruzione dell'abitudine.

Muovendosi all'opposto, il clinico potrebbe invece provare a sintonizzarsi con la scelta di quell'adolescente sottolineando che, più che di ritiro, egli abbia bisogno del sostegno psichico che trova nel pc, come fosse un *oggetto-sé* (Kohut, 1971). Se la metamorfosi puberale lo ha gettato in una condizione di passività e di estraniamento, il videogioco diviene l'unico ambito in cui riscoprire una nuova forma di iniziativa personale (identificandosi con un personaggio eroico e potente) e in cui trovare una fonte di rinforzo narcisistico (nel gruppo dei giocatori ha un'appartenenza ed è riconosciuto in un ruolo).

Un laboratorio terapeutico di videogiochi

A seguito di una richiesta di consultazione da parte di un adolescente, il percorso di cura che l'équipe di Ancona propone si struttura secondo un modello di trattamento psicoterapeutico integrato.

Il primo intervento è una serie di colloqui clinici a scopo conoscitivo e valutativo, effettuato sia con l'adolescente sia con i familiari. Secondariamente, dopo la restituzione dell'osservazione e la formulazione di un progetto di intervento, segue l'avvio dell'attività psicoterapeutica, di orientamento psicodinamico, condotta in setting individuale o di gruppo. A fianco a questa, infine, è previsto uno spazio terapeutico per i genitori, inerente alle relazioni in famiglia e i legami che ognuno dei due ha con il proprio figlio.

Nell'affrontare il disagio degli adolescenti, nel tempo, si è notato che il canale verbale, classicamente impiegato nel contesto psicoterapeutico, non riesca sempre, a differenza di quanto accade con l'adulto, a rappresentare una via privilegiata: in alcuni casi, la riflessione su di sé da parte dell'adolescente è poco utilizzata o, comunque, può non suscitare particolare interesse obbiettivare a parole il racconto della propria vita; in altri ancora, il condividere con un adulto i propri pensieri può attivare fantasie di un nuovo controllo.

In coloro che hanno una smodata passione verso la strumentazione tecnologica si è riscontrato in aggiunta, soprattutto se l'abitudine è iniziata precocemente, una caratteristica alterazione del funzionamento psichico: l'incremento della capacità visuo-motoria e di problem solving non è accompagnata da un'analogica crescita di altre funzioni dell'Io (riflessione lenta e profonda, tendenza all'agire piuttosto che al mentalizzare) e dall'impiego di stati affettivi variegati e maturi (alfabetismo emotivo).

Per questi motivi nel processo di cura con l'adolescente si è pensato di affiancare, alla tradizionale attività dei colloqui psicologici, un laboratorio espressivo, in cui dare spazio ad altre modalità di manifestazione dei contenuti interni e di contatto con sé.

Come sappiamo l'introduzione di *medium terapeutici espressivi* (Milner, 1987), come l'arte, la danza, la musica, il teatro, non consentano soltanto di superare il limite della conoscenza e dell'impiego del linguaggio verbale, ma stimolano e attirano molto di più l'interesse dell'adolescente, notoriamente curioso e bisognoso di sempre nuove sollecitazioni da parte dell'ambiente.

Tra questi linguaggi alternativi oggi possiamo annoverare l'utilizzo dello strumento informatico e del gioco elettronico. Esattamente come per le attività creative sopra citate, anche l'oggetto virtuale mostra, infatti, di possedere sorprendenti dimensioni impiegabili in un setting psicoterapeutico: è sufficientemente poco strutturato, tanto da ricevere le proiezioni del suo utente; mostra la malleabilità giusta per una "concreta" azione di trasformazione; grazie all'interazione che si stabilisce con il giocatore, è in grado di restituire delle rappresentazioni con cui il giocatore stesso può identificarsi. In virtù di tali caratteristiche, il virtuale si propone pertanto a buon diritto come una *plastilina digitale* (Tisseron, 2009).

Se i contenuti del gioco virtuale sono oggi giorno frequenti in una psicoterapia, nel caso di condizioni di utilizzo eccessivo o problematico del videogioco costituiscono, per quanto sopra detto, una valida alternativa non solo a livello di racconto. Il suo impiego, all'interno di un laboratorio terapeutico, rappresenterà dunque sia del materiale su cui riflettere e da interpretare, sia una nuova proposta tecnica e metodologica (Lespinasse e Perez, 1996; Leroux, 2009).

Del resto, si è visto che coinvolgere tali adolescenti in una simile iniziativa suscita immediata adesione. Con tutta probabilità, ai motivi accennati, si somma un'altra motivazione: il gioco elettronico (o lo strumento digitale) non è demonizzato e non viene messo al bando, come in genere accade in famiglia, dal momento che il terapeuta mostra di apprezzarlo comunque come una passione del paziente, come una parte importante del suo attuale mondo psichico, ludico e relazionale.

Una volta attivata, la conduzione dell'attività laboratoriale si indirizza verso alcune direttrici:

- sostenere lo sforzo dell'adolescente di mettere in parola e riflettere su quegli stati emotivi che la sessione di gioco stessa attiva (l'eccitazione, la tensione, la rabbia);
- dialogare su quegli aspetti dell'esperienza di sé che emergono (come nella creazione dell'avatar, nelle psicologie dei personaggi utilizzati, nella dinamica delle varie scene del gioco) al fine di favorirne l'integrazione nella personalità dell'adolescente;
- stimolare una forma di condivisione tra pari dell'esperienza, in modo da contrastare l'isolamento che regna nella propria stanza.

Considerazioni conclusive

Il laboratorio terapeutico di videogiochi del STDP di Ancona è stato allestito per quelle condotte ludiche digitali disfunzionali. Il progetto nasce dall'idea di tentare un approccio con l'adolescente difficile avvicinandosi al suo stesso campo di interesse e confrontandosi con quella che rimane, nonostante tutto, una grande passione.

Incaricato di questo ruolo, la sua specificità non si esaurisce tuttavia in un'azione psicoeducativa per contrastare abitudini di gioco problematico o che sfociano in soluzioni altamente patologiche (gioco reiterato, associato a ritiro sociale e abbandono scolastico).

L'obiettivo si spinge infatti verso il territorio dell'*intervento psicoterapeutico mediato*. Attraverso il gioco, così come la tradizione psicoanalitica da Freud (Freud, 1920) e dalla Klein (Klein, 1932) ci ha insegnato, è possibile farsi condurre nel mondo interno del paziente, là dove si trovano i principali motivi di difficoltà a livello intrapsichico e relazionale.

Se il virtuale si mostra in condizioni sfavorevoli per la crescita psichica della persona (in maniera altamente difensiva, se non sotto forma di vera e propria alienazione), lo sforzo è quello di trasformarlo invece in un'occasione di soggettivazione. Al posto di un'attività compulsiva, bloccata in termini creativi ed evolutivi, che svolge esclusivamente una funzione di scarico della tensione interna, la conduzione terapeutica del laboratorio intende ripristinare la *valenza transizionale e trasformativa* dell'atto ludico (Tisseron, 2017).

In definitiva, nel laboratorio la manipolazione dell'oggetto virtuale permette all'individuo di riacquistare il potere di "giocare" dall'esterno con i contenuti della psiche. Nello specifico, le trasformazioni subite nella fase puberale e adolescenziale acquisiscono per questa via un nuovo significato, privato della connotazione traumatica, riconosciuto come parte legittima del Sé.

Bibliografia

- Cahn R. *Adolescenza e follia*. Roma: Borla; 1994.
- Cahn R. *L'adolescente nella psicoanalisi*. Borla: Roma; 1998.
- Freud S. *Al di là del principio del piacere*. Bollati Boringhieri: Torino; 2013.
- Gaon T. Critique de la notion d'addiction au jeux vidéo. In Quaderni. MSH-Sapientia, n.67, 2008.
- Klein M. *La psicoanalisi dei bambini*. Martinelli: Firenze; 1969.
- Kohut H. *Narcisismo e analisi del Sé*. Bollati Boringhieri: Torino; 1971.
- Leroux Y. Le jeu vidéo comme support d'une relation thérapeutique. *Adolescence*, 2009; 273, 699-709.
- Lespinasse F, Perez J. Un atelier thérapeutique "jeu video" en hopital de jour pour jeunes enfants. *Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence*, 1996; n. 9-10; pp. 501-506.
- Marty F. Potentialités pervers à l'adolescence. *Cliniques méditerranéennes*, 2001/1; n. 63; pp. 263- 279.
- Milner M. *La follia rimossa delle persone sane*. Borla: Roma; 1992.
- Tisseron S, Missonier S, Stora M. *Il bambino e il rischio del virtuale*. Borla: Roma; 2009.
- Tisseron S, Tordo F. *L'efant, les robots et les écrans*. Paris: Dunot; 2017.
- Valleur M. *Les nouvelles formes d'addiction*. Paris: Ed. Flammarion; 2003.