

LE PIACCIONO I VIDEOGIOCHI O IL GIOCO D'AZZARDO?

Ecco alcune informazioni che possono interessarla.

Il gioco, che si tratti di lotterie, casinò, scommesse sportive, poker o video giochi, è un'attività divertente. Tuttavia, per una parte non trascurabile della popolazione, la componente piacevole di quest'ultimo si affievolisce progressivamente. Queste persone non sono infatti più in grado di controllarsi e di interrompere il gioco quando lo desiderano o quando non hanno più soldi.

Quando il gioco occasionale e ricreativo diviene problematico, o sfocia in una dipendenza, viene chiamato gioco eccessivo.

L'evoluzione dal gioco occasionale e ricreativo al gioco eccessivo può essere rapida....

QUALI SONO I SEGNALI DI UN GIOCO ECCESSIVO?

Eccone qualcuno:

- Giocare per fuggire dai problemi o dalle emozioni, quali tristezza o paura.
- Aumentare il tempo consacrato al gioco.
- Pensare continuamente al gioco.
- Trascurare la famiglia, gli amici, la scuola o il lavoro a causa del gioco.
- Mentire per nascondere la propria pratica di gioco.
- Commettere azioni illegali per giocare.

Il gioco smoderato è una forma di comportamento che può portare alla dipendenza allo stesso modo che la consumazione eccessiva di sostanze psicoattive.

Alcune persone giocano ai videogiochi (console, sala giochi o computer), che non sono dei giochi d'azzardo, ma che possono avere ugualmente delle conseguenze negative.

Sentimenti di disagio, di vergogna e la mancanza di dialogo contribuiscono inoltre al mantenimento e all'amplificazione delle conseguenze del gioco eccessivo.

ECCO PERCHÉ IL GIOCO DEVE RESTARE UN DIVERTIMENTO!



Per questo, è importante:

- Giocare unicamente per divertirsi.
- Fissarsi dei limiti di tempo.
- Stabilire una somma da spendere al gioco.
- Saper dire di no ad alcune occasioni di gioco.
- Variare i passatempi e i divertimenti.
- Parlare apertamente del gioco.
- Osare chiedere aiuto.

