

## GAM-ANON

L'Associazione di auto-aiuto Gam-Anon è uno strumento salvavita per chiunque sia colpito dal problema del gioco d'azzardo compulsivo. Arriviamo al gruppo, sentendoci soli, spaventati, impauriti, disperati e provando vergogna. Non volevamo condividere i problemi ed i fallimenti, temendo che nessuno potesse capirci. Il gruppo Gam-Anon accoglie con calore ed offre comprensione. Il messaggio che riceviamo è: "Vieni ed unisciti a noi. Anche noi eravamo soli, impauriti ed incapaci di gestire il problema. Condivideremo con te un nuovo e soddisfacente modo di vivere".

Gli scopi di Gam-Anon sono: dare il benvenuto, l'assistenza ed il conforto a coloro che sono colpiti dal problema del gioco d'azzardo di qualcun altro; comunicare la comprensione di Gam-Anon del problema del gioco d'azzardo compulsivo ed il suo impatto sulle nostre vite; condividere la nostra esperienza, la forza e la speranza nel far fronte al problema del gioco d'azzardo; utilizzare i Passi e gli Strumenti del programma Gam-Anon, che alimentano la nostra crescita spirituale ed emotiva ed il nostro recupero.

In Gam-Anon ogni membro scoprirà sollievo dall'ansia, accettando l'impotenza verso il problema della famiglia. Il pesante carico di responsabilità per il problema del gioco viene sollevato e si allevia l'angosciante senso di colpa per i fallimenti. L'energia che sprechiamo nei tentativi di allontanare dal gioco le persone che amiamo, può essere indirizzata verso metodi più utili per risolvere il problema.

Il programma suggerisce di rifiutare di sentirsi responsabili per il comportamento del giocatore, prendendoci la responsabilità soltanto di ciò che ci riguarda. L'idea predominante è che "il giocatore giocherà fino a quando qualcun altro pagherà".

In Gam-Anon impariamo il modo giusto di rapportarci al giocatore alla pari, piuttosto che come un "genitore". Ciò implica il metodo conosciuto come "lasciar andare", o smetterla di controllare. Essere adulto vuol dire donare calore ed amore in una condizione di parità con il giocatore.

E' importante per il recupero che il Gam-Anon veda il gioco d'azzardo compulsivo nella sua vera luce, cioè una malattia emotiva. A quel punto, capiremo che il comportamento ossessivo-compulsivo, la finzione, lo stare al gioco sono sintomi di una seria malattia. Benché possiamo essere stati una pedina in questo gioco, il nostro dolore è un effetto collaterale di questa malattia, non voluto intenzionalmente.

Dopo aver accumulato per anni esperienze dolorose, sarà dif-