



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

**Corso di Laurea in Scienze Psicologiche dello Sviluppo, della Personalità e
delle Relazioni Interpersonali**

Tesi di laurea triennale

Giochi di ruolo da tavolo e psicoterapia

Tabletop role-play game and psychoterapy

Relatore:

Professor Alessio Vieno

Laureando: Marco Vender

Matricola: 1220746

Anno Accademico 2021-2022

“Not all those who wander are lost” (Tolkien 1991, p.170)

Ai miei genitori, che tanto sono abituati ad aver un nerd in casa e ancora lo sopportano. Questo è dedicato a voi in primis. Grazie

Ai miei fratelli Ale e Giacomo, che con me condividono con il sorriso una vita non sempre facile. Grazie

Agli zii, ai nonni, ai cugini, a Valentina, per tutti i pranzi, cene, discussioni, vacanze... troppe cose andrebbero scritte qui per rendervi giustamente merito, ma, per brevità, mi limiterò a un Grazie.

Al nonno Marcello, da sempre esempio per me di amore per la conoscenza e passione per la scoperta e i dibattiti. Grazie

Agli amici di una vita. A Manu, Lauri, Fede, Lore, Mary, Bea, Laura, Elly. A tutti quelli che ho incontrato lungo la mia strada e ancora la condividono con me, nel bene e nel male sono diventato quello che sono anche grazie a voi. Non sentitevi troppo in colpa per questo. Grazie

Ad Anna, che mi ha sopportato mentre sbattevo la testa in giro per casa nel tentativo di laurearmi, che ha saputo supportarmi quando da solo non ero in grado di farlo, che rinnega di essere anche lei una nerd nonostante sappia quanto siamo fichi. Grazie

Agli Amici Nerd, alle sessioni infinte, alle battaglie vinte e soprattutto a quelle perse, ai venti naturale e agli uno critici che escono sempre nel peggiore momento possibile, alla paura, alla gioia, alle risate, alle discussioni, a tutte le avventure vissute insieme. Grazie

A tutti quelli che non ho menzionato, lo spazio mi costringe al non essere troppo prolisso, ma sappiate che questa tesi è dedicata anche a voi. Grazie

A quelli che non ci sono più, ma che porto ancora con me. Grazie

INDICE

CAPITOLO I: Il Gioco di Ruolo	3
Paragrafo 1.1: Il Gioco di Ruolo, una riflessione introduttiva e basi pratiche. ...	3
Paragrafo 1.2: L'aspetto "role-play" e lo psicodramma.....	7
Paragrafo 1.3: L'aspetto "game" e il gioco in ambito terapeutico.....	10
CAPITOLO II: Utilizzo ed Effetti del TTRPG in Letteratura	13
Paragrafo 2.1: Una review sistematica della letteratura.....	13
Blackmon e il caso Fred	13
La critica di Ascherman	15
Rosselet, Stauffer e l'RPG con bambini dotati.....	17
Daniau, da skills di gioco a skills umane	22
Gli studi di Katō sul TTRPG con pazienti rientranti nell'ASD.....	24
Paragrafo 2.2: Una discussione globale su quanto osservato fino ad ora.	25
CAPITOLO III: Considerazioni Finali	29
Paragrafo 3.1: L'altro lato della medaglia.....	29
Paragrafo 3.2: Il ruolo dei TTRPG nella psicoterapia.	31
BIBLIOGRAFIA	33

CAPITOLO I

Il Gioco di Ruolo

Paragrafo 1.1: Il Gioco di Ruolo, una riflessione introduttiva e basi pratiche.

La domanda da cui nasce questa tesi è “il gioco di ruolo ha un ruolo o può giocare un ruolo nella psicoterapia?”. Giochi di parole a parte la domanda risulta sensata e non ampiamente studiata. Il primo problema che ci si pone davanti, infatti, nella scrittura di questa tesi, è quello di riuscire a definire e inquadrare correttamente la materia trattata: il termine Gioco di Ruolo, o in inglese Role-Play Game (abbreviati rispettivamente in GDR e RPG), si dimostra difficile da definire in maniera univoca e pare non ci sia consenso, né tra ricercatori né tra giocatori, su quali siano le caratteristiche fondamentali che lo costituiscono e differenziano da altri tipi di gioco. È bene fare subito una precisazione iniziale: per questioni linguistiche, e per non creare confusione, si utilizzerà il termine “role-play” quando si parlerà dell’attività di “ruolare”, ossia l’attività in cui viene recitata la parte di un personaggio. Quest’attività, particolarmente ampia e con esplicazione in ambiti tra di loro molto diversi, viene definita così da Mann (1956, p.227):

“Una situazione di role-play è qui definita come una situazione in cui a un individuo è specificatamente richiesto di assumere un ruolo che normalmente non gli appartiene, oppure di mantenere il proprio in un contesto non normale per l’esprimersi del ruolo”.

Verrà usato indistintamente il termine GDR e RPG quando ci si vorrà concentrare sull’attività ludica, sul gioco, all’interno del quale il role-play è presente. Come accennato in precedenza, la definizione esatta degli elementi che costituiscono il lato ludico del GDR è piuttosto varia. Lortz (1979) definiva il GDR come:

“Qualsiasi gioco che permette a un certo numero di giocatori di assumere i ruoli di personaggi immaginari e operare con un certo livello di libertà in un ambiente immaginario”.

Questa definizione ci sembra focalizzarsi maggiormente su quello che avviene all'interno di un GDR e meno su cosa sia effettivamente un GDR: non ci sembra infatti in grado di cogliere totalmente quelli che sono gli elementi costitutivi di esso, lasciando quindi una definizione troppo ampia e che racchiude al suo interno tipologie profondamente diverse di giochi. Preferiamo invece utilizzare e integrare la categorizzazione fatta da (Hitchens & Drachen, 2008), che a noi appare, tra le tante, la maggiormente capace di cogliere le diverse sfaccettature della questione. Un GDR è composto dai seguenti aspetti:

1. Il Mondo di Gioco: Un GDR è ambientato in un mondo immaginario. I giocatori sono liberi di scegliere come esplorare il mondo di gioco e possono riesplorare aree precedentemente visitate. La quantità di mondo di gioco potenzialmente esplorabile è in genere ampia.
2. I Partecipanti: i partecipanti nel GDR sono distinti in giocatori, che controllano le scelte individuali, e "Game Master", che può anche essere rappresentato come software per i media digitali, il quale controlla quella parte del mondo che va al di là dei personaggi dei giocatori. I giocatori influenzano l'evoluzione del mondo di gioco attraverso le scelte dei propri personaggi.
3. I Personaggi: i personaggi, controllati dai giocatori e distinti da essi, possono essere descritti sia in termini qualitativi che quantitativi e sono individui ben definiti all'interno del mondo di gioco, non sono identificabili perciò solo in termini di ruoli o funzioni. Questi personaggi possono potenzialmente svilupparsi in termini di capacità, abilità e personalità. L'evoluzione di quest'ultima è almeno parzialmente sotto il controllo del giocatore e il gioco è in grado di reagire ai cambiamenti.
4. Il Game Master: almeno uno dei giocatori, ma non tutti, ha controllo sul mondo di gioco che va al di là dei singoli personaggi giocanti. Un termine generalmente usato per questa figura è quello di "Game Master", ma esistono altri nomi, per esempio Dungeon Master nel gioco Dungeons & Dragons. La distribuzione del potere tra giocatori e game master, così come l'assegnazione di questi ruoli, può variare perfino all'interno di una

singola sessione di gioco. La funzione del game master è, almeno in parte, quella di fare da arbitro alle regole del gioco.

5. L'Interazione: i giocatori hanno una vasta gamma di opzioni con cui interagire nel mondo di gioco attraverso i loro personaggi. Queste opzioni includono, ma non si limitano, al dialogo, al combattimento o all'interazione con gli oggetti. Nonostante il range di opzioni sia molto ampio, queste vengono generalmente gestite in maniera molto astratta, prestando poca attenzione alle dinamiche specifiche dell'interazione e focalizzandosi maggiormente sul risultato. La modalità di interazione tra giocatori e gioco può variare piuttosto liberamente tra configurativo e interpretativo.
6. Narrativa: i GDR ritraggono delle sequenze di eventi all'interno del mondo di gioco e questo dona allo stesso degli elementi narrativo-diegetici.

Questa definizione non offre dei confini ben definiti tra le tipologie di giochi di ruolo, così come non le elenca. Ci appare tuttavia molto importante poiché coglie appieno le caratteristiche "fisiche" del GDR. È bene evidenziare, di conseguenza, come i diversi gradienti dei punti appena espressi possano essere diversi tra gioco e gioco, rendendo ad esempio saliente la narrativa sul mondo di gioco o diminuendo l'interazione in favore di un Game Master particolarmente presente e restrittivo. Questa precisazione è utile al fine di distinguere, tra le molte, due categorie di GDR che rientrano nella categorizzazione di Hitchens & Drachen: i Digital Role-Playing Games e i GDR da tavolo. I primi tendono ad avere una struttura piuttosto rigida dei punti sovraelencati, avendo alla base un software di capacità limitata e non in grado di fuoriuscire dagli schemi della programmazione. La fruizione del gioco non è diretta, in quanto avviene attraverso l'uso di console apposite e l'interazione tra giocatori non è necessariamente presente. La seconda categoria, composta dai Giochi di Ruolo da tavolo, abbreviato in TTRPG, è costituita da un Game Master umano generalmente molto flessibile nella gestione delle regole e degli eventi. Questa categoria, nonché focus di questa tesi nel suo utilizzo terapeutico, è caratterizzata da una maggiore interazione sia con il mondo di gioco, più facilmente esplorabile e influenzabile, sia con gli altri giocatori e con

i loro personaggi. I TTRPG, che tra di loro possono variare molto, hanno tuttavia una struttura piuttosto simile: questi si articolano in sessioni di durata variabile (in genere 2/3 ore di gioco), all'interno delle quali i giocatori possono utilizzare i loro personaggi per interagire tra di loro e con il mondo di gioco, mentre il Game Master si occupa di “tenere le fila del racconto”, stabilendo volta per volta le regole da applicare, reagendo alle azioni dei giocatori o proponendo nuovi percorsi narrativi. Si può riassumere l'attività del GDR con le parole di Montola (2017):

“Ritengo il role-play (inteso GDR), come un processo interattivo di definizione e ridefinizione di un mondo di gioco immaginario, compiuta da un gruppo di partecipanti in accordo con una riconosciuta struttura di potere. Uno o più partecipanti sono giocatori e interpretano personaggi antropomorfi e ciò delimita il potere del giocatore di definire il mondo di gioco”.

La scomposizione del GDR, da qui in avanti specificato nel termine TTRPG, nelle sue due caratteristiche primarie, ossia il lato Role-play, lato interpretativo ed esperienziale, e il lato Game, ludico, ci sarà utile, nel corso di questo primo capitolo per andare a identificare le basi teoriche in campo psicologico che offrono validità a ognuno dei due elementi preso singolarmente. Sebbene ci siano basi forti e assodate per quanto riguarda questi due elementi è bene ricordare la massima gestaltista, considerando il TTRPG come maggiore della somma delle parti che lo costituiscono. Nel secondo capitolo, perciò, verrà osservata la letteratura prodotta esclusivamente da quanti hanno utilizzato il TTRPG in campo terapeutico trattandolo come elemento a sé stante e non riducendolo alle sue parti costitutive, soffermandoci particolarmente su i punti di forza dello strumento. Nel terzo capitolo andremo, infine, a “tirare le somme” di quanto studiato fino ad ora, cercando di rispondere alla domanda da cui siamo partiti osservando se, o meno, ci sono i requisiti sufficienti per pensare al TTRPG in un'ottica terapeutica, osservando complessivamente le debolezze emerse nel capitolo precedente e integrandole a nuovi elementi.

Paragrafo 1.2: L'aspetto "role-play" e lo psicodramma.

L'aspetto del Role-Play, come visto nel paragrafo precedente, è uno dei due tasselli principali che compongono il TTRPG, non è tuttavia esclusivo di quest'ultimo, bensì lo precede temporalmente e ha una struttura teorica di comprovata efficacia. Il Role-Play, che tradotto letteralmente come "gioco di ruolo" non deve essere confuso con il termine GDR, trova le sue basi nella teoria dei ruoli, teoria che si pone come fondamento della psicologia sociale e studiata dai suoi fondatori, tra cui è importante citare Mead e Moreno. Moreno, in particolare, definiva il ruolo come:

"La forma funzionante che l'individuo assume nello specifico momento in cui reagisce a una specifica situazione in cui sono coinvolti altre persone e oggetti. Questa forma è creata dalle esperienze passate e dai pattern culturali della società in cui vive l'individuo...ogni ruolo è una fusione di elementi privati e collettivi."(Moreno citato in Fox 1987, p. 62)

Questo fu il punto di partenza di Moreno: da una definizione sociologica di natura descrittiva strutturò lo psicodramma, un intervento clinico che utilizza il ruolo come uno strumento terapeutico ponte tra la psicodinamica sociale e individuale (Blatner & Blatner 1998). Lo psicodramma è un metodo di ricerca-azione che si struttura e focalizza sui bisogni individuali e del gruppo e si basa sul role-play e sull'azione drammatica. La funzione dello psicodramma si esplica nel ri-interpretare (re-enactment) con l'aiuto di un gruppo scene e situazioni drammatiche della vita del protagonista (Jefferies, 2010), il quale varia di volta in volta, al fine di poter rivivere la situazione drammatica e di poterla risolvere (Jeremy Holmes; 2001). Tramite il re-enactment, il protagonista è in grado di entrare in contatto con i suoi pattern di pensiero, elemento necessario per poi essere in grado di identificarli ed alterarli (Jefferies, 2010). Il protagonista, così come anche il gruppo, s'impegna inoltre in un esercizio di mentalizzazione grazie alla tecnica del doppiaggio, dello specchio, e dell'inversione di ruoli: con la prima vengono teatralmente espressi ad alta voce i pensieri di un personaggio, in genere ponendosi alle sue spalle, offrendo così materiale di riflessione tanto per il protagonista che per il gruppo stesso; con la seconda si chiede al protagonista, non

appena svolta una scena, di allontanarsi e di riosservarla da lontano messa in pratica da qualcun altro, in maniera tale che possa osservare distaccatamente quello che da personaggio in scena non poteva vedere; la terza, e forse la più potente per la mentalizzazione (Jefferies, 2010), coincide con l'inversione dei ruoli tra il protagonista e un altro personaggio particolarmente rilevante. Queste tecniche, che si alternano nel corso delle sedute, permettono al protagonista in primis, e in secundis al resto del gruppo, di riflettere e comprendere non solo il proprio ruolo, ma anche i ruoli che altri hanno giocato nella loro vita, fossero essi vittime o aguzzini. Il primo e delicato compito del terapeuta è quello di riuscire a costruire un gruppo adatto all'utilizzo di tale terapia. Questo particolare passaggio di introduzione allo psicodramma e di costruzione dell'unità del gruppo risulta fondamentale e non può essere affrettato, poiché le conseguenze di questa mancanza verranno certamente pagate più avanti, quando il lavoro s'intensificherà, sia a livello di carico fisico che emotivo e il terapeuta dovrà fare affidamento sul gruppo. Ogni persona deve sentire di avere nel gruppo lo spazio necessario per esplorare quei problemi che ritiene debbano essere esplorati, senza dover temere le reazioni degli altri (Jefferies, 2010). Il terapeuta si colloca come gestore del gruppo, come supporto e guida tanto per il protagonista che per il gruppo intero. Nel frangente della messa in scena del dramma individuale del protagonista, compito del terapeuta è quello di prestare attenzione da un lato ai personaggi messi in scena che hanno maggiormente influenzato la vita del protagonista, dall'altro alle risposte comportamentali individuali, in particolare alle idiosincrasie, in forma sia di distorsioni che contraddizioni, le quali risultano la chiave di volta nel capire la funzione sistemica del comportamento stesso (Jefferies; 2005). Risulta particolarmente importante questa funzione nel momento in cui, all'interno di una scena, viene a instaurarsi un transfert negativo, carico di rabbia, rancore e altri sentimenti negativi che potrebbero spingere il protagonista a uscire dal contesto protetto del teatro e ricorrere alla violenza. Spetta proprio al terapeuta cogliere precocemente i segnali e operare un lavoro di contenimento per la salvaguardia del gruppo: questo non vuole dire che il transfert negativo non verrà affrontato, ma che verrà fatto solo quando il terapeuta reputerà

di aver adeguatamente preparato tanto il protagonista quanto il resto del gruppo (Jefferies, 2010).

Avendo ora una panoramica generale dello psicodramma e di come esso sia incentrato sul Role-Play, possiamo ora notare alcune sostanziali differenze con quanto avviene nel TTRPG: all'interno dello psicodramma la scena costituita è certamente immaginaria e responsiva, come nel TTRPG, ma al contempo molto reale, e fa riferimento a personaggi e situazioni veramente vissuti dagli individui che la interpretano. Da questo ne consegue che anche le relazioni che si costruiscono all'interno della scena psicodrammatica fanno palesemente riferimento a quello che è il mondo interno di chi le interpreta, in quanto, nella finzione del teatro, il protagonista si ritrova a interagire con individui che impersonificano figure del proprio mondo interno. Ciò non avviene all'interno del GDR, dove il mondo di gioco, in genere fantastico e decisamente ampio (Hitchens & Drachen, 2008), è costruito da un qualcuno di diverso dai giocatori, i quali possono unicamente interagire con esso e modificarlo. I personaggi con cui i giocatori si troveranno a interagire saranno fittizi e, sebbene possa certamente instaurarsi una qualche forma di transfert, questa apparirà meno palese e necessiterà di un maggior sforzo interpretativo da parte di un possibile terapeuta. La distinzione del ruolo tra il protagonista, che fa da personaggio principale della scena e da regista, e il gruppo, che aiuta il protagonista sia tramite suggerimenti e osservazioni critiche sia tramite la rappresentazione attoriale di personaggi secondari, rende evidente il passaggio da "terapia di gruppo" a "terapia nel gruppo". Questa differenziazione di ruoli non è presente nel TTRPG per quanto riguarda i giocatori, i quali sono tutti, nella loro unicità, ugualmente protagonisti di quanto accade; si può però rilevare una certa somiglianza, delimitata alle funzioni svolte, tra il protagonista dello psicodramma e il Game Master del TTRPG: entrambi espongono il loro mondo interno e permettono ad altri di parteciparvi, seppure, nuovamente, il secondo lo farà in maniera più velata e non come protagonista della storia. Per concludere, ci appare bene sottolineare come, mentre lo psicodramma è una pratica terapeutica volta all'affrontare e risolvere situazioni complesse, il TTRPG, almeno come concepito fino ad adesso, è un hobby che ha come primo obiettivo quello del gioco e del divertimento. Questo

non nega, come vedremo a breve, che altri obiettivi possano essere raggiunti mantenendo vivi gli aspetti fondamentali del TTRPG.

Paragrafo 1.3: L'aspetto "game" e il gioco in ambito terapeutico.

L'articolo 31 comma 1 della Convenzione Onu sui diritti dell'infanzia recita:

“Gli Stati parti riconoscono al fanciullo il diritto al riposo e al tempo libero, a dedicarsi al gioco e ad attività ricreative proprie della sua età e a partecipare liberamente alla vita culturale e artistica.”

Questo elemento ci permette di fare una primissima considerazione: l'Onu non considera il gioco come un'attività futile e fine a se stessa i cui effetti non ricadono e non possono ricadere al di là del gioco stesso, ma gli dà tanto valore da considerarlo un diritto inalienabile del bambino. Il gioco non è quindi da intendersi come uno “iocus”, uno scherzo, come ritenevano i romani, bensì qualcosa di più profondo e radicato nell'essere umano e in particolare nel bambino, come il termine greco “paizein”, giocare, ci mostra usando la radice “pais”, bambino. Questa breve premessa ci è utile per andare a introdurre il secondo tassello che, sommato al primo del Role-Play, forma il TTRPG: il gioco. Oggigiorno il gioco in ambito terapeutico è simile ad un albero con delle radici solide e ben radicate, un tronco resistente, e rami su rami di modelli teorici e pratiche cresciute nel tempo (Wonders, 2022), ma, benché la sua funzione pedagogica venne riconosciuta già ai tempi di Platone (Beaumont, 1994), fu solo con Freud che l'analisi del gioco e del suo significato venne presa in considerazione. Merito freudiano e della psicoanalisi, infatti, fu quello di cogliere la funzione di libera associazione che il gioco assume, così come il cogliere nei bambini la tendenza a riproporre all'interno di esso esperienze complesse vissute, con il fine di sviluppare le capacità necessarie al superarle (Mannoni, 1970). Un grande riconoscimento della funzione del gioco avvenne anche da parte di Lowenfeld, la quale, nel suo libro denominato *Play in Childhood* (Lowenfeld, 1935) riconobbe come tecniche di gioco non verbali potessero rimpiazzare il linguaggio nell'aiutare terapeutamente i bambini. Questi pensatori, così come anche Adler, Jung, Rank, Erikson e molti altri, fungono sì da radici e tronco per la Play-Therapy, ma è anche vero che questa nel tempo è cresciuta e si è

riorganizzata, sviluppando tre differenti macro-modelli che fungono da indirizzo per le diverse pratiche terapeutiche(Wonders, 2022). Questi approcci sono:

- 1) Play-Therapy Direttiva: è un modello di natura cognitivo comportamentale che si basa su una solida relazione terapeutica all'interno della quale il terapeuta, che ha ben chiari gli obiettivi da raggiungere e il come raggiungerli, funge da guida e insegnante per il paziente. All'interno di una sessione di terapia il terapeuta propone delle attività di gioco significative e generalmente strutturate, con il fine di raggiungere specifici obiettivi posti nel piano di trattamento. Pratiche di questo modello prevedono interventi di carattere creativo, espressivo e narrativo.
- 2) Play-Therapy Non Direttiva: è un modello di natura umanistica che parte dal presupposto secondo il cui il bambino ha già al suo interno ciò che gli serve. La Play-Therapy non direttiva non utilizza un piano di trattamento e non si focalizza sul raggiungimento degli obiettivi, ritenendo il bambino capace di farlo autonomamente se inserito in un giusto contesto. Il compito del terapeuta, quindi, è quello di creare un ambiente sicuro dove il bambino possa esplorare, esprimersi ed esperire in maniera limitata al suo sentire. Se il terapeuta si mostrerà presente e responsivo, il bambino proverà l'esperienza di venire visto, ascoltato ed accettato per quello che è(Wonders, 2022).
- 3) Play-Therapy Prescrittiva: è un modello misto che parte dal presupposto secondo cui il piano di trattamento deve essere costruito su misura sulle specificità del cliente. Questo modello nasce in risposta alla credenza secondo cui una particolare pratica risultata efficace per un cliente risultasse efficace anche con tutti gli altri individui (O'Connor et al., 2016). Il ruolo del terapeuta, in questo caso, è quello di stabilire un piano di trattamento ad hoc sul cliente, e questo può avvenire solamente dopo un adeguato assessment e una concettualizzazione del caso specifico.

Riuscire a cogliere dove potrebbe collocarsi esattamente il TTRPG all'interno di questa struttura non è facile, soprattutto alla luce delle diverse sfaccettature dello stesso che abbiamo in precedenza evidenziato. La struttura narrativa del

TTRPG, così come anche il lavoro di creazione e strutturazione del mondo da parte del Game Master, farebbero optare, nel caso questo ruolo venisse assunto da un terapeuta, per una concettualizzazione di natura Direttiva o quanto al più Prescrittiva nel momento in cui l'elemento narrativo è costruito ad hoc su i giocatori. Se da un lato il contesto all'interno del quale si muovono i personaggi è strutturato, dall'altro la libertà di scelta nell'agire dei giocatori, così come la costruzione dei personaggi che giocheranno, appare invece pressoché illimitata: i giocatori nel momento del gioco sfuggono, almeno parzialmente, alla struttura data dal Game Master, operando scelte autonome e indirizzando a piacimento la storia. Questo tratto, di natura Non-Direttiva, ci permette, in conclusione, di osservare la flessibilità e la natura mista del TTRPG: tutti i modelli sono di base presenti, ma la salienza e la misura di essi spetta al Game Master, il quale ha la possibilità, perfino all'interno di una stessa sessione, di rendere sapientemente più evidente un modello in favore di un altro.

CAPITOLO II

Utilizzo ed Effetti del TTRPG in Letteratura

Paragrafo 2.1: Una review sistematica della letteratura.

Nel capitolo precedente abbiamo posto le basi della questione, affrontando in primo luogo la problematica del termine da utilizzare: la frammentazione del GDR e del TTRPG nelle sue molteplici caratteristiche ci sarà utile nel corso di questo capitolo per mostrare unicamente gli esperimenti dove un GDR del tipo TTRPG è stato studiato, utilizzato e/o analizzato. In secondo luogo abbiamo osservato le due componenti fondamentali di ogni GDR, ossia il lato del Role-Play, che abbiamo visto ben esemplificato nello psicodramma, e il lato Game, che abbiamo affrontato e confrontato con il supporto della Play-Therapy: questo ci sarà utile nel corso di questo capitolo per attribuire correttamente al TTRPG gli effetti degli studi proposti, ritenendoli causati non dalla compresenza di elementi rifacenti alle tecniche proposte, ma dalla unicità e specificità dello strumento sotto indagine. Tenendo a mente quanto fatto fino ad ora, e richiamandolo secondo necessità, ci occuperemo adesso di osservare minuziosamente, articolo per articolo avanzando cronologicamente, le ricerche portate a termine da altri, analizzandole volta per volta tenendoci per il secondo paragrafo una discussione globale su quanto emerso.

Blackmon e il caso Fred

Il primo studio che osserveremo risale al 1994 e appartiene a Blackmon. Blackmon riporta la sua esperienza nel trattamento di Fred, paziente diciannovenne diagnosticato con personalità schizoide e depressione, portato all'attenzione del terapeuta in seguito ad un tentativo di suicidio. Blackmon riconobbe una difficoltà nel procedere con le tradizionali tecniche terapeutiche, ritenendole non sicure. Il primo anno di terapia venne passato cercando di mantenere saldo il rapporto terapeutico, molto travagliato per via della estrema solitudine percepita da Fred, aggravata dal suo abbandonare la scuola in seguito al tentativo di suicidio, e dal suo atteggiamento di chiusura nei confronti del terapeuta. La svolta avvenne durante il secondo anno, in seguito all'entrata di Fred in un gruppo di Dungeons and Dragons (noto TTRPG). Il resoconto di quanto

avvenuto durante le sessioni di gioco offrì a Blackmon una apertura nei suoi confronti e, soprattutto, del materiale di cui poter parlare senza che Fred si chiudesse. I personaggi che Fred giocava venivano discussi in terapia, cercando di capire i loro pensieri, le loro emozioni, i quali elementi, in qualche modo, risultavano proiezioni del mondo interno del loro creatore. Blackmon, nel suo studio della relazione tra Fred e il TTRPG, osservò come quest'ultimo fosse per lui un veicolo per l'emergere in sicurezza di emozioni all'interno di un contesto di regole organizzato (Blackmon, 1994): era un metodo per lui sicuro di fare esperienza sul come gestire affetti che normalmente non avrebbe saputo gestire. Blackmon conclude affermando che la presenza di strutture regolative rigide all'interno di un TTRPG, come lo è Dungeons and Dragons, permette alle emozioni di emergere all'interno di un contesto terapeutico in maniera non minacciosa e, al contempo, permette al paziente di esplorare i propri dungeon mentali e uccidere i propri draghi psichici. Questo studio ci appare molto interessante poiché tira in ballo alcuni aspetti che abbiamo già affrontato in precedenza e ne introduce di nuovi. Possiamo, infatti, ritrovare delle somiglianze tra quanto detto da Blackmon e quanto diceva Mannoni (1970): funzione del gioco è quella di permettere al bambino di esercitare le proprie competenze al fine di ottenerne la maestranza. Questo elemento, che come visto si pone tra le basi teoriche della Play-Therapy, ci appare di particolare rilevanza alla luce del fatto che Fred fosse un ragazzo diciannovenne: è lecito ipotizzare, e Blackmon concorda, che il TTRPG possa avere un ruolo pedagogico nello sviluppo dell'individuo. Un aspetto interessante da osservare è la relazione instaurata tra il Giocatore e il Personaggio giocato: è, infatti, particolare che il Giocatore sia incoraggiato, durante il gioco, a diventare il personaggio giocato (Blackmon, 1994), come se le due entità fossero tra loro distinte, quando questo non è del tutto vero. Il personaggio è creato dal giocatore e ne rappresenta una fantasia, una esternalizzazione del proprio mondo interno, quindi il Giocatore cerca di diventare, in un contesto delimitato da regole chiare, una propria fantasia. Proprio in relazione a questo, Freud (1961) sosteneva che il ruolo della fantasia fosse quello di realizzare in maniera immediata un desiderio: se così fosse, data la natura di fantasia del Giocatore, un'analisi del suo personaggio e del suo modo di

agire rappresenterebbe in maniera diretta un'analisi del mondo interno del Giocatore, in maniera non dissimile dall'analisi del sogno. Da questo ne consegue che, avendo diretto accesso ed essendo particolarmente in contatto con la propria fantasia tramite il “divenire e giocare il personaggio”, è possibile per il Giocatore guadagnare familiarità con il proprio inconscio (Blackmon, 1994) senza venirne spaventato, poiché la distruttività di queste fantasie viene limitata e sublimata dalla natura stessa del TTRPG. Questo articolo, per quanto interessante, risulta limitato nella portata: le conclusioni a cui giunge Blackmon non risultano necessariamente valide per altri casi, ma si può sostenere che questo non fosse nemmeno l'obiettivo del ricercatore. Lo studio non stabilisce in maniera definitiva il ruolo del TTRPG nella psicoterapia, piuttosto apre interrogativi e offre spunti di indagine interessanti, che, come vedremo, verranno ripresi da altri ricercatori.

La critica di Ascherman

Seppure questo caso sia antecedente allo studio di Blackmon di un anno, 1993 il primo, 1994 il secondo, lo vogliamo proporre immediatamente di seguito allo studio fatto dal suddetto, in quanto riteniamo la critica possa venire compresa meglio alla luce di quanto detto precedentemente dal suo contemporaneo.

L'articolo nasce dalle osservazioni fatte dal medesimo dottor Ascherman sull'impatto che Dungeons and Dragons, noto TTRPG già citato in precedenza, ha avuto su un'unità di pazienti ricoverati in una struttura. Le sue osservazioni riguardano ragazzi dai quindici ai diciotto anni, ricoverati in struttura per disturbi psichiatrici appartenenti al cluster borderline/narcisista/antisociale non rispondenti a interventi precedenti il ricovero. Questi ragazzi iniziarono a giocare a Dungeons and Dragons in seguito al ricovero di alcuni loro coetanei aventi esperienza con esso e con il supporto di alcuni membri dello staff che vedevano in questo gioco un'opportunità di lavoro terapeutico. Il gioco in breve tempo divenne un tema dominante e totalizzante all'interno del reparto, portando con sé tematiche violente e distruttive: il gioco diede libero sfogo a fantasie di sadismo e distruzione, tutte giustificate sotto l'egida del “gioco”. Ascherman (1993) sostiene, infatti, che il gioco divenne una forza dirompente, incompatibile con un ambiente di cura e contraria intrinsecamente ai trattamenti individuali: piuttosto che volta al cambiamento, suo unico obiettivo, l'unità divenne volta al

contenimento. In primo luogo si verificò l'instaurarsi di una comunicazione tra pazienti sempre più criptica e incomprensibile per gli esterni e lo staff. In secondo luogo vennero a configurarsi all'interno del gioco degli atti di violenza allusiva verso lo staff, che alimentarono ulteriormente sia il senso di paranoia di entrambi i gruppi, sia l'alienazione tra di essi. Il ruolo di Game Master, tipicamente rilevante unicamente all'interno del gioco, divenne un vero e proprio titolo in grado di influenzare attivamente la vita dei giocatori anche all'esterno del gioco. I pazienti più ostili al trattamento divennero i più fedeli e accaniti giocatori, rifiutando tanto più i trattamenti quanto più erano importanti per la continuità delle sessioni di gioco, alimentando e rinforzando così le patologie individuali. La violenza, da prima unicamente vista come "gioco", divenne normalizzata tramite il vivere quotidiano di fantasie distruttive, creando così un ambiente in cui le violenze e il sadismo erano meno alieni, meno bizzarri, e meno ego distonici (Ascherman, 1993), al punto che Ascherman fa risalire al gioco stesso la responsabilità di un tentato omicidio verso uno dei pazienti più vulnerabili all'interno dell'unità da parte di altri due ragazzi dell'unità. Questo articolo è decisamente interessante e si mostra in netta opposizione con quanto affermato in precedenza da Blackmon. Ci sono tuttavia delle critiche che ci sentiamo di muovere a quanto riportato da Ascherman, prima di procedere con un'analisi del contenuto. In primo luogo, risulta evidente dall'articolo la posizione del suo autore in merito alla questione. La frase "*as they become involved in more age appropriate activities*", tradotta in "*nel momento in cui si cimentarono in attività più adatte alla propria età*" in merito agli effetti del divieto di gioco imposto da Ascherman, ci suggerisce piuttosto chiaramente l'opinione personale dell'autore: egli ritiene il gioco adatto unicamente a bambini di età inferiore se non addirittura, ma ci riserviamo la possibilità di sbagliare, non adatto ad alcuna età. In secondo luogo è bene notare come questo articolo non sembri trattare tanto del gioco in sé, quanto più delle dinamiche che si sono instaurate tra due gruppi che sono entrati, erroneamente, in conflitto tra di loro e di cui Dungeons and Dragons si è fatto inconsapevole manifesto. A nostro modesto parere, infatti, questa storia andrebbe letta in termini di dinamiche tra gruppi, più che di utilizzo di uno strumento di terapia. Questo ultimo punto risulta ancora più evidente alla luce del fatto che non

si è mai parlato del gioco come strumento di terapia: nessuna delle classificazioni della Play-Therapy viste fino ad ora è in grado di comprendere l'utilizzo del TTRPG in questo contesto. Ciò si deve al fatto che, da quanto desunto dal testo, l'utilizzo del gioco è stato totalmente lasciato in mano a ragazzi aventi già di per sé difficoltà psichiatriche, senza alcuna supervisione o partecipazione da parte dello staff. Stando così le cose, ci risulta facile concludere come un qualsiasi strumento, posto nelle mani sbagliate, possa risultare dannoso e distruttivo. Crediamo che lo studio di Ascherman si possa riassumere e condensare in due aspetti salienti: il primo suggerisce che il mero uso del TTRPG senza alcuna supervisione può risultare in una degradazione della struttura del gioco e diventare quindi dannoso (Mendoza, 2020), il secondo punto ci suggerisce che, come qualsiasi altro strumento terapeutico, perché il TTRPG sia efficace e possa produrre effetti, deve essere messo nelle mani di un terapeuta istruito sul suo utilizzo e capace di usarlo.

Rosselet, Stauffer e l' RPG con bambini dotati

I bambini dotati (gifted children) si sviluppano asincronicamente, risultando spesso cognitivamente maturi per la loro età, ma socialmente ed emozionalmente sottosviluppati rispetto alla loro maturazione cognitiva (Rosselet & Stauffer, 2013). Partendo da questa constatazione, le due ricercatrici si domandarono se il TTRPG in un ottica di Play-Therapy Adleriana potesse essere utile per lo sviluppo e la pratica delle capacità sociali e di autoregolazione delle emozioni. Viene riportato come caso di studio la storia di Matthew, un ragazzo quindicenne con un QI sopra la media, quindi dotato, ma con tratti autistici o psicotici. Il suo caso venne attenzionato dai genitori, che vedevano in lui una bassa autostima, problemi di comportamento e bullismo a scuola, così come problemi accademici. Il terapeuta propose, in aggiunta alle classiche sedute di terapia, un workshop creato e strutturato dalle suddette ricercatrici. Questo workshop, basato su esperienze di TTRPG, era rivolto a bambini e adolescenti con età compresa tra gli otto e i sedici anni e con un QI pari e superiore a 130, misurato mediante WISC-IV. Il workshop si teneva un weekend ogni semestre e prevedeva momenti di gioco di gruppo e momenti di riflessione e discussione, sia individuali con l'aiuto di un counselor, sia in gruppo. Matthew, attraverso quattro partecipazioni al progetto,

imparò progressivamente a interagire con gli altri e a regolare le sue reazioni, inizialmente sregolate e distruttive negli scenari in cui si sentiva confuso: questo è dovuto al fatto, secondo le ricercatrici, che il TTRPG permette di esplorare e integrare diversi aspetti del sé incarnando diverse identità, il tutto limitando grazie ad un ambiente sicuro le esperienze negative provate. Il TTRPG fornisce quindi un ambiente sicuro, come già aveva sostenuto Blackmon (1994) per esprimere le emozioni represses in maniera sicura per sé e per gli altri. La distanza tra il giocatore e il personaggio giocato permetteva agli individui di esprimere emozioni troppo minacciose se espresse direttamente: Matthew attraverso il TTRPG manifestò una volontà di attaccare preventivamente prima che “loro”, potessero attaccare “lui”. Questa tendenza di Matthew, che nel mondo reale avrebbe potuto creare danno, si dimostra invece nel mondo fittizio del TTRPG maladattiva, ma fondamentalmente innocua. Gli esiti di questo comportamento furono quindi chiari a Matthew senza che tuttavia lui, come individuo, si sentisse rifiutato o attaccato e la risposta “in-game” del gruppo gli offrì una prospettiva più costruttiva sul come interagire e orientarsi in base agli obiettivi suoi e del gruppo a cui sentiva di appartenere (Rosselet & Stauffer, 2013). Le ricercatrici concludono la loro ricerca sostenendo che il TTRPG può essere uno strumento utile per lavorare con quei clienti che sono riluttanti nell'affrontare apertamente i propri problemi con il terapeuta, in quanto la fantasia e il gioco immaginario sono capaci di ridurre la tensione individuale nell'aprirsi (Rubin, 2007). Lo studio ci pare avvalorare quanto già sostenuto da Blackmon e lo ampli per estensione: sebbene non siano riportati dati quantitativi sul workshop e sull'effetto che questo ha avuto su i partecipanti è interessante notare che, almeno qualitativamente per il soggetto interessato, il TTRPG sia stato in grado di produrre effetti che si trasferissero anche oltre il mero contesto ludico/terapeutico (Nathanson, 2019). La concezione del TTRPG portata avanti da Rosselet e Stauffer non è ancora completamente autonoma, ma si appoggia fortemente sulla Play-Therapy Adleriana. Sebbene le somiglianze tra i due strumenti appaiano evidenti, ci sentiamo di affermare che la Play-Therapy Adleriana non tiene adeguatamente conto del lato role-play. Questa mancanza risulta evidente anche alle ricercatrici, le quali, forse senza cognizione di causa, si trovano a doversi affidare a Goffman

per quanto riguarda la analisi dei ruoli. Ci appare fondamentale l'analisi proposta da questo articolo della funzione che un gioco, e in particolare un TTRPG, può avere all'interno dello sviluppo individuale del bambino: il gioco offre a bambini e adolescenti la possibilità di esprimere direttamente sentimenti e attitudini che altrimenti sarebbero troppo gravose per loro e permette loro di distanziarsi da esse (Landreth, 2012). Considerando che il personaggio rappresenta un'estensione del bambino all'interno della fantasia del gioco (Fine, 1983), e considerando la dinamica di simil-mirroring che si viene a creare, appare a noi, e alle due studiose, un ottimo strumento terapeutico. Vogliamo concludere, infine, con un aspetto su cui Rosselet e Stauffer si soffermano e a cui, fino ad ora, non è stata data particolare rilevanza: il mondo in cui i giocatori sono immersi è volutamente e necessariamente fantastico e lontano dal mondo reale. Il setting in cui avviene la terapia è perciò in netto contrasto quindi con la prassi realista psicodrammatica, poiché, utilizzando le parole di Rubin (2007):

“Il fantastico è il posto metaforico dove il passato e il presente incontrano le possibilità del futuro, in conflitti sia minori che epici. È il posto in cui bambini e adulti scappano dal proprio mondo, ma anche il posto che permette loro di darvi senso, creando e vivendo le loro storie, le loro personali mitologie”.

Lo studio qualitativo delle social skills in un TTRPG di Nathanson

Questo studio, condotto dalla Nathanson nel 2019, riprende il filone già avviato da Rosselet e Stauffer riguardante gli effetti che il TTRPG ha sulle “social skills” dei suoi giocatori. Partendo dalla constatazione che queste capacità siano fondamentali nello sviluppo dei bambini (Nathanson, 2019), la ricercatrice si propone di osservare l'esperienza di un gruppo di ragazzi con il gioco Guild Chronicles, un TTRPG recente non troppo dissimile da Dungeons and Dragons. La ricerca si basa sull'intervista semi strutturata di otto studenti appartenenti al gruppo di gioco e frequentanti il quarto e quinto anno di scuole elementari, esplorando i loro sentimenti per quanto riguarda il TTRPG, cosa sentono di avere imparato e se avessero raccomandazioni di genere su come si potesse lavorare meglio su i loro bisogni. L'intervista ha riguardato anche le insegnanti degli otto studenti, al fine di comprendere se dei cambiamenti fossero stati percepiti anche da

individui esterni al gruppo di lavoro. Gli incontri di gioco si sono tenuti una volta a settimana durante l'arco di un anno e avevano una durata indicativa di sessanta minuti per sessione di gioco. La scelta dei candidati per lo studio è ricaduta su quanti studenti fossero abbastanza grandi da poter far fronte alle capacità di organizzazione, pianificazione e di gioco immaginativo richieste dal gioco stesso (Nathanson, 2019). Si è inoltre optato per quelli studenti che avessero completato almeno quattordici sessioni di gioco e che fossero quindi familiari con le regole e la struttura di questo. I risultati dello studio, che a breve riporteremo, sono stati ricondotti a macro concetti e resi distinti tra le risposte ottenute dagli insegnanti e le risposte ottenute dagli studenti giocatori.

- **Engagement:** il livello di coinvolgimento percepito dagli studenti è stato complessivamente molto alto e il tema era ricorrente all'interno delle risposte. La capacità del TTRPG di flettersi in base alla creatività dei giocatori e di rispondere immediatamente alle loro richieste risulta un elemento particolarmente apprezzato dagli studenti. I momenti che gli studenti rievocano più frequentemente con particolare gioia riguardano le battaglie combattute a fianco a fianco dei propri compagni contro mostri di finzione. Gli studenti affermano anche che il loro livello di engagement è aumentato progressivamente in correlazione all'aumento della loro esperienza con il sistema di gioco. Il coinvolgimento è stato percepito molto positivamente, in maniera quasi simile agli studenti, anche dalle insegnanti.
- **Gameplay:** l'esperienza di gioco è risultata positiva per tutti gli studenti. Gli aspetti maggiormente rilevanti per gli studenti sono stati quelli di organizzazione del "party" (termine che indica l'insieme dei personaggi giocati). Essi riportano, infatti, che nonostante questi aspetti si siano rivelati difficoltosi all'inizio per via del lavoro di discussione e mediazione che doveva essere fatto tra giocatori, ci volle poco tempo per riuscire a capire il modo migliore per organizzare la discussione al tavolo di gioco e incrementare così l'esperienza complessiva.
- **Dinamiche sociali:** l'aspetto collaborativo e di relazione è stato particolarmente apprezzato dagli studenti: tutti e otto hanno infatti

riportato come, con l'aiuto e la cooperazione dei propri compagni di squadra, si potessero raggiungere obiettivi benefici per tutti. Sotto questo punto di vista si può ritenere che, almeno per la percezione degli studenti, le social skills siano effettivamente state esercitate e potenziate. Un aspetto importante è legato al sentimento positivo provato dagli studenti durante la pratica di azioni pro-sociali, sentimento che l'autrice spera possa fungere da base per comportamenti simili in futuro.

- Sviluppo delle relazioni: solo la metà degli studenti intervistati era a conoscenza che l'obiettivo del TTRPG era quello di incoraggiare le relazioni tra pari. Appare però evidente dalla ricerca che tutti gli studenti abbiano in qualche modo affrontato il tema del gruppo di compagni e del legame con esso. Nathanson sostiene perciò che il TTRPG ha in questo caso facilitato il crearsi di relazioni offrendo un luogo supportivo e supervisionato in cui fare amicizia. Gli obiettivi dell'esperienza con il TTRPG sono apparsi invece molto chiari agli insegnanti, i quali avevano una idea piuttosto precisa sullo stato della capacità relazionale dei loro alunni.
- Crescita: tutti gli studenti riportano di essere in qualche modo cresciuti, sebbene molti necessitassero di supporto nel formulare le loro risposte. Un elemento riportato da molti era la possibilità offerta dal TTRPG di commettere errori e imparare da essi senza alcun tipo di ripercussione esterna. Nel rispondere a domande più astratte riguardo a ciò che avevano imparato, quasi tutti gli studenti si sono trovati in difficoltà. Secondo Nathanson questo potrebbe rivelarsi un aspetto di debolezza, in quanto gli studenti, che sono tipicamente abituati a lezioni chiare e definite, potrebbero non percepire adeguatamente il loro livello di sviluppo. È possibile però che questo sia al contempo un punto di forza: gli studenti beneficiano degli effetti positivi del TTRPG senza considerarlo un intervento mirato a rafforzare le social skills, mantenendo perciò l'entusiasmo e l'engagement tipico del gioco. Le insegnanti, nella misura da loro osservata, riportano a riguardo un'esperienza generalmente positiva per quanto riguarda lo sviluppo delle capacità di autoregolazione e delle

social skills. Questo fa propendere per una buona riuscita del progetto, in quanto appare che i ragazzi siano effettivamente stati in grado di trasportare esperienze apprese nel contesto ludico del TTRPG in un contesto altro come quello della classe.

- Il facilitatore del gruppo: tranne che da uno studente, la figura del facilitatore al gioco è stata recepita positivamente da tutti per l'assistenza e la guida offerta durante il gioco. È stato riconosciuto come il facilitatore sia stato utile a far proseguire il gioco serenamente grazie agli effetti della sua presenza nel creare un ambiente sicuro e sereno.

Questo è il primo studio, tra quelli osservati, che si focalizza su un campione ampio di soggetti. Nonostante non ci sia una analisi quantitativa delle skills sviluppate, tanto i ragazzi quanto le insegnanti riportano un miglioramento di queste. A questo elemento si aggiunge l'eccezionale coinvolgimento che gli studenti hanno provato per il gioco, arrivando perfino a trattare e discutere di quanto avvenuto durante le sessioni di TTRPG anche fuori dal contesto ludico. Si tratta di un qualcosa non affatto trascurabile e decisamente degno di nota, vista la sostanziale difficoltà che molti interventi hanno nel riuscire a catturare e mantenere l'attenzione dei partecipanti (LeGoff,2004). Bentz (2011) sostiene che il condividere una visione di successo tra i membri del party, sia una lezione che i GDR sono particolarmente in grado di insegnare ai loro partecipanti, e in questo, alla luce del resoconto riportato dagli studenti, ci sembra che l'esperienza di TTRPG proposta loro sia stata efficace. In conclusione, sebbene non ci siano dati sull'effettiva capacità terapeutica di questo strumento, ci appare che il TTRPG, utilizzato come proposto da Nathanson, possa, limitatamente alla sola percezione individuale, effettivamente produrre effetti positivi per quanto riguarda il senso di autoefficacia e lo sviluppo delle social skills, attraverso un metodo divertente e coinvolgente.

Daniau, da skills di gioco a skills umane

Il focus dello studio di Daniau (2016) è quello di comprendere il potenziale trasformativo del TTRPG, ossia il come le skills apprese e utilizzate durante il gioco possano trasferirsi ed effettivamente cambiare le skills del giocatore.

L'esperimento da lui proposto aveva come partecipanti quattro gruppi di ricerca: il primo gruppo RG1 era composto da soli uomini con esperienza di Game Master e ha continuato per 150 ore nell'arco di dieci anni, l'obiettivo di questo gruppo era di sviluppare la capacità di game mastering; il secondo (RG2), terzo (RG3) e quarto (RG4) gruppo erano composti in maniera simile, comprendendo metà uomini e metà donne con poca o nessuna esperienza. RG2 è continuato per circa 100 ore nell'arco di tre anni e aveva come obiettivo l'educazione; RG3 e RG4 sono durati entrambi venti ore in sei mesi e avevano rispettivamente come obiettivo l'empowerment e l'esercizio. Gli incontri si sono tenuti nel fine settimana ogni qualvolta fosse possibile, in luoghi tranquilli e isolati, allestiti e pianificati in maniera tale da facilitare la convivialità e l'interazione tra i giocatori. La sessione di TTRPG aveva una durata variabile dalle tre alle quattordici ore ed era sempre seguita da un immediato momento di debriefing, gestito dal facilitatore, che richiedeva circa un terzo del tempo di gioco. Daniau ha svolto la funzione di Game Master e facilitatore nei gruppi RG2,3,4, mentre ha assunto il ruolo di giocatore nel RG1, agendo tuttavia come co-facilitatore. La funzione del debriefing è quella di permettere al Game Master di facilitare l'assorbimento di quanto imparato (Rogers, 1969). Questo si tiene in maniera semi-diretta e semi-strutturata, ma può variare in base alle esigenze, e dovrebbe permettere ai giocatori di esplorare la partita giocata e di analizzare cosa si è imparato e cosa si è esercitato, evidenziando i sentimenti personali provati durante il gioco e le dinamiche di gruppo instauratesi. I risultati della ricerca mostrano che i giocatori hanno tratto giovamento dall'esperienza, la quale ha destato in loro la voglia di esplorare vari concetti, come lo sviluppo personale e del gruppo, le abilità di distanziamento e di empatia, la capacità di condividere emozioni e di sperimentare serendipità (Daniau, 2016). Sembra che proprio questo stimolo alla ricerca fosse il motore primo di cambiamento della storia e che dunque, il rapporto di causa effetto ipotizzato da Daniau secondo cui la storia spingesse in primis l'evoluzione dei giocatori, sia in realtà invertito. Appare evidente inoltre come l'aggiunta del debriefing metta maggiormente in risalto quanto appreso durante il gioco e permette un passaggio graduale dal mondo del TTRPG al mondo reale (Daniau, 2005). Fine aveva già ipotizzato nel 1981 la possibilità che l'RPG potesse offrire

un ambiente fertile per l'educazione, e l'esperimento di Daniau sembra effettivamente confermarcelo. Il TTRPG appare quindi uno strumento valido per l'esplorazione da parte dei giocatori di dimensioni cognitive, affettive e comportamentali che possono produrre cambiamento (Bowman, 2010).

Gli studi di Katō sul TTRPG con pazienti rientranti nell'ASD

Katō (2019) si propone di osservare quantitativamente gli effetti del TTRPG su ragazzi e bambini diagnosticati con un Disturbo dello Spettro Autistico (ASD) attraverso due esperimenti. Il focus del primo esperimento è incentrato sull'analisi quantitativa e qualitativa degli effetti spontaneamente creati dal TTRPG senza l'impromptu del terapeuta per quanto riguarda gli aspetti di interazioni sociali spontanee e di creazione del consenso all'interno di un gruppo di ragazzi affetti da ASD. Il gruppo era composto in parti uguali da maschi e femmine, aventi età compresa tra i tredici e i quattordici anni. La valutazione avvenne confrontando una trascrizione audio della prima sessione di TTRPG con una trascrizione della quattordicesima. I risultati mostrano un passaggio dal 36.7% al 52.4 % per le interazioni sociali spontanee, mentre un passaggio da 0 a 5 di istanze in cui si è verificato un processo di creazione di consenso di gruppo positivo. Un aspetto interessante da notare è che, oltre al numero di avvenuti successi, sia migliorato anche qualitativamente il processo di creazione di consenso, passando da una situazione in cui si procedeva per semplice maggioranza a una situazione, nella quattordicesima sessione, in cui la discussione verteva sull'ascolto e il dibattito delle opinioni di tutti i bambini. Lo studio suggerisce che, per quanto riguarda piccoli gruppi di bambini con ASD, il TTRPG sembra promuovere la comunicazione intenzionale e la relazione cooperativa tra di essi (Katō, 2019). Il secondo studio si focalizza sull'osservare se il TTRPG è in grado di migliorare la qualità della vita in bambini affetti da ASD. Lo studio analizza 51 bambini (di cui 41 maschi e 10 femmine) con età media di 14 anni tramite la somministrazione della versione giapponese del questionario Kid-KINDL prima della prima sessione di TTRPG e in seguito alla quinta sessione. I risultati mostrano un netto miglioramento della qualità della vita tra la prima e la quinta sessione, con un aumento di 0.56 per la sottoscala "benessere fisico", un aumento di 0.62 per la sottoscala "benessere emotivo", un aumento di 0.38 nella sottoscala "autostima",

un miglioramento di 0.31 e 0.55 nelle sottoscale “famiglia” e “amici” ed infine un miglioramento di 0.15 per la sottoscala “scuola”. Qualitativamente, dieci bambini intervistati riportano un aumento del piacere nell’entrare in relazione con gli altri alla fine dell’esperimento. Questo esperimento evidenzia le capacità del TTRPG di migliorare la qualità della vita, in particolare per quanto riguarda il benessere emotivo e le amicizie, sottolineando comunque il fatto che i ragazzi fossero in qualche misura consapevoli di questo miglioramento. Questo articolo ci appare enormemente rilevante per due ragioni: in primo luogo è l’unico studio, tra quelli visti fino ad ora, che utilizzasse un metodo quantitativo adeguato nell’analisi degli effetti del TTRPG; in secondo luogo perché si occupa di una popolazione fino ad ora trascurata, la quale, per sua natura, soffre di difficoltà nell’entrare in relazione ed interagire con gli altri, tant’è che la comunicazione è spesso definita come il deficit principale di quanti affetti da ASD (White, Keonig, and Scahill 2007). Lo studio di Katō, oltre ad essere a nostro parere ben progettato, ci apre alla domanda: se una popolazione come quella di bambini affetti da ASD ha riportato benefici così grandi, che effetti potrebbe avere su un campione “normale” di popolazione? L’unica mancanza che ci sentiamo di mettere in luce, per questo studio è l’assenza di un gruppo di controllo con cui confrontare i gruppi che hanno sperimentato il TTRPG, così da poter comprendere se sia effettivamente il TTRPG il responsabile degli effetti appena mostrati.

Paragrafo 2.2: Una discussione globale su quanto osservato fino ad ora.

Facendo coincidere la nascita del TTRPG con la pubblicazione di Dungeons and Dragons nel 1974 da parte di Gygax e Arneson (Wizards of the Coast, 2003), possiamo osservare come il gioco, ma più in generale la categoria TTRPG abbia assunto sempre maggiore rilevanza e supporto sia da parte del pubblico, con circa 15 milioni di giocatori nella sola America nel 2017 (Brodeur, 2018), sia da parte dei ricercatori, con una percentuale del 78 % sul totale di articoli trattanti TTRPG negli anni che vanno dal 2011 al 2020 (Arenas et al., 2022). Gli articoli di cui abbiamo scelto di parlare ci sono sembrati, tra i tanti articoli (ma nemmeno tantissimi), i più esemplificativi per mostrare l’evoluzione della concezione del TTRPG, passando da un timido e avanguardista Blackmon ad un infuriato Ascherman, per concludere, in fine, con l’eccellente ricerca di Katō. Il primo

elemento che accomuna tutti gli articoli, perfino quello di Ascherman, è certamente il livello di engagement mostrato da quanti utilizzavano il TTRPG, il quale è stato generalmente molto alto e sembrava fortificarsi con l'aumentare della conoscenza del gioco da parte dei giocatori (Nathanson, 2019). Questo aspetto risulta fondamentale per una terapia, poiché, se il paziente è resistente o non coinvolto nel trattamento, allora è meno probabile che egli possa compiere un qualsivoglia progresso (Abdel-Salam, 2014) ed un gioco che pare intrinsecamente motivante riuscirebbe quindi a superare il primo problema che affligge molte terapie (LeGoff, 2014). Questo grande livello di coinvolgimento, che abbiamo appena visto poter rappresentare una fondamentale risorsa, potrebbe però risultare anche dannoso se non contenuto, come Ascherman (1993) ha riportato nel suo studio. Per quanto riguarda la popolazione con cui questo strumento si potrebbe usare, gli studi visti fino ad ora ci mostrano effetti sufficientemente buoni anche con un range molto ampio: pazienti nella tarda adolescenza e con problemi psichiatrici con Blackmon (1994) e Ascherman (1993), seppure con effetti avversi; bambini particolarmente dotati nella prima o primissima adolescenza con Rosselet e Stauffer (2013), normodotati con Nathanson (2019) e affetti da ASD con Katō (2019), tutti con risultati positivi e qualitativamente simili; giovani adulti e adulti nello studio di Daniau (2016). Complessivamente gli studi visti hanno coperto una buona fetta di popolazione, riportando tutti, ad eccezione di Ascherman, risultati positivi. Sembra che effettivamente il TTRPG sia in grado di migliorare le capacità sociali e lo sviluppo emotivo dei suoi partecipanti (Blackmon, 1994; Daniau, 2016; Katō, 2019; Nathanson, 2019; Rosselet & Stauffer, 2013). Aubrie S. Adams (2013) sostiene effettivamente che i bisogni dei giocatori nel mondo reale riuscissero in qualche modo a venire soddisfatti tramite le interazioni in-game. Questo è tanto vero per lo sviluppo dei rapporti sociali (Katō, 2019) quanto per lo sviluppo individuale. Il rapporto particolare che si instaura tra Giocatore e Personaggio, su cui ci siamo soffermati con Blackmon (1994), tende infatti a ri-apparire come costante anche negli studi successivi: le azioni e le decisioni prese dal personaggio non esprimono l'identità del personaggio giocato, bensì i giocatori stessi (Gutierrez, 2017; Shay, 2014). Il momento in cui le motivazioni e le risposte emozionali del Giocatore e del

Personaggio si mischiano tra di loro esternalizzando i conflitti interni del Giocatore viene definito bleeding, “sanguinamento“, da Hook (2012) e si ri fa direttamente alla proiezione psicodrammatica e alla cognizione incorporata nella psicologia cognitiva, offrendo quindi un frame work teorico già consolidato al TTRPG. Il bleeding, non è necessariamente negativo o positivo, ma gestito correttamente, inserendo alla fine della sessione di TTRPG un momento di debriefing che permetta al giocatore di riprendere il controllo delle proprie emozioni, esacerbate durante il gioco, e di riflettere su quanto appreso risulta in una risorsa non affatto indifferente (Daniau, 2016; Atwater, 2016). A questo consegue che il TTRPG è per sua natura una palestra di allenamento eccellente, in quanto permette al giocatore di esprimere le proprie fantasie, di provare emozioni intense e di esercitare le proprie capacità limitando i possibili danni verso di sé e verso gli altri, rendendolo uno strumento che si colloca perfettamente nel contesto terapeutico (Blackmon, 1994). La flessibilità e l’adattabilità ai soggetti, che Daniau, (2016) ha mostrato, compare anche nell’esperimento di Rubin ed Enfield (2007), i quali modificano il setting in maniera tale che, invece che “sotterranei e draghi”, si parli di supereroi, in maniera più adeguata con la popolazione di riferimento, esibendo così la capacità dei TTRPG di adattarsi facilmente al contesto e al cliente (Gutierrez, 2017), così come suggerito dalla Play-Therapy Prescrittiva. I TTRPG si sono inoltre rivelati molto efficaci, forse per la loro natura coinvolgente, forse per la distanza che il paziente e Giocatore riesce ad assumere parlando del suo personaggio, nell’ instaurare un legame terapeutico con popolazioni cliniche generalmente restie ad aprirsi(Blackmon, 1994). Per quanto riguarda il ruolo che il terapeuta assume nel TTRPG possiamo fare alcune considerazioni osservando le diverse dinamiche instauratesi. Il caso di Ascherman(1993) ci mostra in maniera piuttosto evidente che un terapeuta, o uno staff, non solo distante dal contesto ludico dei pazienti ma anche noncurante di esso, può risultare in una degenerazione del contesto di gioco, rendendo potenzialmente pericoloso lo strumento. Seppure distante dal contesto ludico e con una solo vaga conoscenza del TTRPG Blackmon (1994) ci mostra come, con una mente aperta e una predisposizione all’ascolto, il TTRPG possa rendersi utile all’interno di una seduta di terapia: quello che infatti Blackmon fa, nonostante

alcune iniziali remore, è lo spostare quanto avvenuto in una sessione di gioco, e quindi in un ambiente esterno, all'interno del setting terapeutico, riuscendo così a cogliere tutti gli spunti che il gioco era in grado di creare e solidificare l'alleanza terapeutica. Proprio questo ci sembra l'errore più grande compiuto da Ascherman e dal suo staff, il non riuscire a cogliere il potenziale del TTRPG in primis in funzione terapeutica, in secundis come strumento per saldare l'alleanza tra terapeuta e paziente. Rosselet e Stauffer (2013), da conoscitori di TTRPG, fanno coincidere il ruolo di terapeuta con il ruolo di Game Master convinti che, in un contesto psicoterapeutico spetta proprio al terapeuta il compito di bilanciare il lato clinico e il lato ludico del gioco. Game Master preparati possono costruire interventi di TTRPG in maniera tale da migliorare le funzioni sociali ed emotive dei partecipanti (Rosselet & Stauffer, 2013), riuscendo comunque a cogliere quanto del mondo interno dei personaggi viene portato alla luce durante le sessioni di gioco. Con un terapeuta Game Master il mondo di gioco e le situazioni possono venire costruite ad hoc, cosicché si possano affrontare particolari tematiche sia all'interno della sessione di gioco stessa, in maniera più delicata e indiretta, sia successivamente tramite un vero e proprio confronto di gruppo o individuale, come Daniau (2016) ha esemplificato proponendo e introducendo il debriefing a fine sessione.

CAPITOLO III

Considerazioni Finali

Paragrafo 3.1: L'altro lato della medaglia.

Nel capitolo precedente abbiamo potuto osservare grazie agli studi evidenziati, quanto si ritiene il TTRPG sia in grado di offrire positivamente qualora lo si utilizzasse come strumento terapeutico. Vogliamo ora, invece, soffermarci sul così detto “altro lato della medaglia”, su quegli aspetti che potrebbero porsi come ostacolo o come controindicazioni all'utilizzo del TTRPG in un contesto terapeutico. Una volta che avremo una panoramica anche su questi aspetti, ci potremmo permettere nel secondo paragrafo di “tirare le somme” e tenteremo così di rispondere alla domanda da cui siamo partiti: il gioco di ruolo ha un ruolo o può giocare un ruolo nella psicoterapia?

Il primo aspetto su cui ci vogliamo concentrare riguarda l'opinione in capo alla popolazione generale e agli specialisti clinici. Se oggi il TTRPG è diventato parte della cultura di massa, con circa 15 milioni di giocatori nella sola America nel 2017 (Brodeur, 2018), oltre a serie tv, podcast, film e libri dedicati ed incentrati su di esso, è anche vero che il suo esordio è stato piuttosto travagliato e carico di stigmi. Già alla fine degli anni settanta, infatti, i TTRPG sono stati in America oggetto di scrutinio morale e di rimostranze religiose (Mendoza, 2020). In particolare, l'opinione pubblica si infiammò in seguito alla morte di alcuni ragazzi appassionati di TTRPG: questo diede il via alla condanna religiosa di propaganda satanista (Waldron, 2005) avente come effetti l'instillazione nella mente dei giovani di pensieri immorali e atti impuri. Lo stigma che il TTRPG guadagnò in quel periodo, seppure stia diminuendo, esiste ancora oggi (Sidhu & Carter, 2020). Riteniamo personalmente che Ascherman, possa appartenere alla corrente di quanti ancora provano aprioristicamente diffidenza nei confronti del TTRPG, ma anche tra gli esperti non è l'unico a ritenere che i TTRPG siano associati al ritiro sociale e ai disturbi di personalità (Lis et al., 2015). Lo stereotipo secondo cui ci sia una relazione tra la psicopatologia e il giocare a TTRPG è infatti ancora vivo: Lis et al (2015) riportano che il 22% degli psichiatri da lei intervistati sono fermamente convinti di questa associazione. Lo studio di Ben-

Ezra (2018) suggerisce che per gli assistenti sociali questa stima si aggiri intorno al 34.6%, ma che con l'aumentare dell'esperienza nei TTRPG diminuisce considerevolmente anche la percezione di una qualsiasi connessione tra TTRPG e psicopatologia. È interessante notare come i più convinti sostenitori del legame tra psicopatologia e TTRPG si trovino all'interno del 76,2% di assistenti sociali che ritiene sia necessario per loro conoscere meglio questo mondo (Ben-Ezra et al., 2018). Ben-Ezra (2018) fa risalire questa discrepanza all'effetto di familiarità, secondo cui la familiarità derivante da una esposizione precedente produce giudizi in genere più positivi.

Il secondo aspetto su cui vogliamo soffermarci riguarda quella parte di popolazione con cui l'utilizzo del TTRPG potrebbe rivelarsi controproducente o non adatto. Sebbene, come visto nel Capitolo II, sembra che il TTRPG sia in grado di entrare in contatto ed ottenere effetti benefici con una grande e disparata categoria di persone, già Ascherman (1993) aveva sottolineato la necessità di prestare cautela nell'utilizzarlo con alcuni particolari gruppi. Werth (2018) sottolinea come non tutte le persone siano intrinsecamente in grado di ottenere buoni risultati con il TTRPG: il primo elemento necessario è, infatti, la credenza nella tecnica e negli effetti benefici che essa può produrre, il secondo elemento necessario è la capacità di dare fiducia e collaborare. A questo Brummel (2010) aggiunge che l'attività di Role-Play può risultare imbarazzante e mettere a disagio alcune persone, e questa caratteristica appare influenzata dall'appartenenza ad alcuni gruppi culturali (LeBaron & Alexander; 2009). Meyer et al. (2019) sottolineano come una dovuta cautela sia necessaria nell'utilizzare la tecnica con clienti il cui concetto di identità risulta non saldo. Se è vero, dunque, che il TTRPG non è adatto a tutti i tipi di pazienti, è anche vero che non è adatto a tutti i tipi di terapeuti. Trivasse et al. (2020) hanno ad esempio identificato diversi fattori che potrebbero contribuire alle difficoltà del terapeuta nell'utilizzare il TTRPG, questi sono: mancanza di esperienza, di conoscenza o di sicurezza; ansia e pensieri negativi riguardo alla tecnica terapeutica. Per queste ragioni Beidas e Kendall (2010) suggeriscono convenga insegnare ai terapeuti non solo gli aspetti teorici e di Role-Play del gioco, ma essi dovrebbero anche fare esperienza riguardo al come gestire le variabili contestuali che si possono incontrare durante

una sessione, in maniera da poter rendere il gioco adatto tanto alle necessità del cliente quanto alle peculiarità del terapeuta. I terapeuti, inoltre dovrebbero tenere presenti i rischi tipici del contro-transfert, poiché il TTRPG potrebbe esporre eventi traumatici della vita del cliente che potrebbero causare risposte controtransferali molto forti nel terapeuta, portando con sé gli effetti negativi tipici (Deighton et al., 2007).

Paragrafo 3.2: Il ruolo dei TTRPG nella psicoterapia.

Siamo giunti, infine al momento in cui bisogna dare una risposta alla domanda da cui siamo partiti: “Il gioco di ruolo ha un ruolo o può giocare un ruolo nella psicoterapia?”. La risposta che ci sentiamo di dare alla domanda, alla fine di questo lavoro, è “sì”: il TTRPG può giocare un ruolo importante come strumento psicoterapeutico. Abbiamo sottolineato l’enorme e alquanto peculiare capacità di engagement che il TTRPG è in grado di esercitare (Nathanson, 2019). Abbiamo osservato la capacità di offrire ai giocatori un luogo sicuro per esercitare e incrementare le proprie abilità, così come un luogo per esprimere lati di sé generalmente nascosti (Rosselet & Stauffer, 2013). Abbiamo visto come, a causa di questo, il TTRPG permetta ai suoi giocatori di accedere ad una conoscenza del sé più profonda, una conoscenza che permette e facilita il cambiamento (Daniau, 2016). Abbiamo visto l’utilità di questo strumento nelle mani di un terapeuta che sa utilizzare lo strumento o è, quanto meno, ben disposto verso di esso (Blackmon, 1994). Tuttavia, la risposta più lunga, e intellettualmente più onesta, alla domanda è “forse”. La problematica più grande che non fa propendere per un secco e sicuro sì, se mai ne esistesse uno, è da trovarsi nell’insufficienza della ricerca fatta fino ad ora: solo il 16% degli studi compiuti sui TTRPG è di natura sperimentale (Arenas et al., 2022) e questo 16% comprende definizioni molto variegata sia di cosa sia un TTRPG, aspetto su cui ci siamo appositamente soffermati all’inizio di questo elaborato, sia di come debbano essere valutati gli interventi e gli esiti di questi. Chiaramente il campo di ricerca appare promettente, molti degli studi che abbiamo affrontato hanno portato risultati piuttosto chiari: gli studi di Daniau (2016), Katō (2019), Nathanson (2019), Rosselet e Stauffer (2013) porta risultati molto evidenti, difficili da attribuire al semplice caso e certamente non ignorabili. È doveroso però riconoscere che la materia ha comunque bisogno

di altri studi di tipo empirico-sperimentale prima di potersi reggere “sulle proprie gambe”. Questi studi sono necessari per evitare che buoni propositi conditi da una scarsa conoscenza possano ripercorrere i passi di pratiche come la Holding Therapy, rivelatasi inefficace e anzi, più dannosa che utile (Mercer, 2013). Particolare attenzione, quindi, andrebbe rivolta nel capire il come utilizzare al meglio la tecnica, approfondendo non solo le tipologie di pazienti a cui può essere rivolta, ma anche gli elementi di cui necessita un terapeuta per poterne fare un buon uso. In conclusione, non ci resta che ammettere che la questione, la domanda da cui è scaturito questo elaborato, rimane sostanzialmente aperta, senza una risposta definitiva, ma questo è in fin dei conti un bene:

“sono le domande a cui non possiamo rispondere che ci insegnano di più. Ci insegnano come pensare. Se a un uomo dai una risposta, tutto ciò che otterrà sarà un piccolo fatto. Ma se a quell'uomo darai una domanda, sarà lui a cercare le proprie risposte” (Rothfuss, P. 2011. *The wise man's fear*. New York: DAW Books)

BIBLIOGRAFIA

- Abdel-Salam, S., & Gunter, W. (2014). Therapeutic engagement as a predictor of retention in adolescent therapeutic community treatment. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 23 (1), 49-57.
- Adams, A. (2013). Needs met through role-playing games: A fantasy theme analysis of dungeons & dragons. *Kaleidoscope: A Graduate Journal of Qualitative Communication Research*, 12, 69-86.
- Arenas, D. L., Viduani, A., & Araujo, R. B. (2022). Therapeutic Use of Role-Playing Game (RPG) in Mental Health: A Scoping Review. *Simulation & Gaming*, 10468781211073720. <https://doi.org/10.1177/10468781211073720>
- Ascherman, L. I. (1993). The impact of unstructured games of fantasy and role playing on an inpatient unit for adolescents. *The International Journal of Group Psychotherapy*, 43(3), 335-344
- Atwater, B. (2016). We need to talk: A literature review of debrief. *International Journal of Role-Playing*, 6, 7-11.
- Barends, E., Rousseau, D. M., & Briner, R. B. (Eds.). (2017). *CEBM a guideline for rapid evidence assessments in management and organizations (version 1.0)*. Center for Evidence Based Management, Amsterdam. <https://www.cebma.org/wp-content/uploads/CEBMA-REA-Guideline.pdf>
- Beaumont, L. (1994). Child's play in classical Athens. *History Today*, 44(8), 30–36.
- Beidas, R. S., & Kendall, P. C. (2010). Training therapists in evidence-based practice: A critical review of studies from a systems-contextual perspective. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 17 (1), 1–30. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2009.01187.x>
- Ben-Ezra, M., Lis, E., Błachnio, A., Ring, L., Lavenda, O., & Mahat-Shamir, M. (2018). Social Workers' Perceptions of the Association Between Role Playing Games and Psychopathology. *Psychiatric Quarterly*, 89 (1), 213–218. <https://doi.org/10.1007/s11126-017-9526-7>
- Betz, U. K. (2011). What fantasy role-playing games can teach your children (or even you). *British Journal Of Educational Technology*, 42(6), E117-E121.
- Blackmon, W. D. (1994). Dungeons and Dragons: The use of a fantasy game in the psychotherapeutic treatment of a young adult. *American Journal of Psychotherapy*, 48 (4), 624–632. APA PsycInfo.

- Blatner, A. & Blatner, A. (1998). *Foundations of Psychodrama*. New York: Springer
- Bowman, S. L. (2010). *The functions of role-playing games: How participants create community, solve problems and explore identity*. Jefferson, NC: McF
- Brodeur, N. (2018). Behind the scenes of the making of dungeons & dragons. *The Seattles Times*. Retrieved October 14, 2020, Retrieved <https://www.seattletimes.com/life/lifestyle/behind-thescenes-of-the-making-of-dungeons-dragons>
- Brummel, B. J., Gunsalus, C. K., Anderson, K. L., & Loui, M. C. (2010). Development of roleplay scenarios for teaching responsible conduct of research. *Science and Engineering Ethics*, 16(3), 573–589. <https://doi.org/10.1007/s11948-010-9221-7>
- Daniau, S. (2005). *Jeu de Rôle Formatif et maturation des individus—Co-recherche-actionformation et approche écobiosychosociale* (Unpublished doctoral dissertation). Université Paul Valéry, Montpellier, France. Retrieved from <https://tel.archives-ouvertes.fr/tel00167629/fr/>
- Daniau, S. (2016). *The Transformative Potential of Role-Playing Games—: From Play Skills to Human Skills*. *Simulation & Gaming*, 47 (4), 423–444. <https://doi.org/10.1177/1046878116650765>
- Deighton, R. M., Gurriss, N., & Traue, H. (2007). Factors affecting burnout and compassion fatigue in psychotherapists treating torture survivors: Is the therapist's attitude to working through trauma relevant? *Journal of Traumatic Stress*, 20(1), 63-75. <https://doi.org/10.1002/jts.20180>
- Enfield, G. (2007). *Becoming the hero: The use of role-playing games in psychotherapy*. In L. C. Rubin (Ed.), *Using superheroes in counseling and play therapy* (pp. 227-241). New York, NY.
- Fine, G. A. (1981). *Fantasy games and social worlds: Simulation as leisure*. *Simulation & Gaming*, 12, 251-279. <https://doi.org/10.1177/104687818101200301>
- Fine, G. A. (1983). *Shared fantasy: Role playing games as social worlds*. Chicago, IL: University della Chicago Press.
- Fox, J. (1987). *The Essential Moreno*. New York: Springer Press.
- Freud, S. (1961). *The interpretation of dreams*. New York: Wile
- Gutierrez, R. (2017). *Therapy & Dragons: A look into the Possible Applications of Table Top Role Playing Games in Therapy with Adolescents* [Electronic Theses, Projects, and Dissertations, California State University, San Bernardino]. <https://scholarworks.lib.csusb.edu/etd/527>

- Harris, A. (2015). Guild Chronicles. Unpublished flyer, Claypit Hill Elementary School, Wayland, MA
- Henrich, S., & Worthington, R. (2021). Let Your Clients Fight Dragons: A Rapid Evidence Assessment regarding the Therapeutic Utility of ‘Dungeons & Dragons.’ *Journal of Creativity in Mental Health*, 1–19.
<https://doi.org/10.1080/15401383.2021.1987367>
- Hitchens, M., & Drachen, A. (2008). *International Journal of Role-Playing- Issue 1* The Many Faces of Role-Playing Games.
- Holmes, J. (2001). *In Search of a Secure Base*. London: Routledge.
- Hook, Nathan (2012). *Identities at play: An ethnographic study of the psychological experience of recreational role-players creating and being recreated by fictional identities* (unpublished master’s thesis). Open University: UK.
- Jefferies, J. (2005) Psychodrama: Working through action: “My thank you is for your concern”. *Group Analysis* , 38 , 371 – 379
- Jefferies, J. (2010). Psychodrama as Part of Core Therapy at HMP Grendon. In R. Shuker & E. Sullivan (Eds.), *Grendon and the Emergence of Forensic Therapeutic Communities* (pp. 137–151). John Wiley & Sons, Ltd.
<https://doi.org/10.1002/9780470661444.ch8>
- Jensen, S. A., Biesen, J. N., & Graham, E. R. (2017). A meta-analytic review of play therapy with emphasis on outcome measures. *Professional Psychology: Research and Practice*, 48 (5), 390–400. <https://doi.org/10.1037/pro0000148>
- Landreth, G. L. (2012). *Play therapy: The art of the relationship* (3rd Ed.). New York, NY: Taylor & Francis.
- LeGoff, D. B. (2004). Use of LEGO© as a therapeutic medium for improving social competence. *Journal Of Autism And Developmental Disorders*, 34(5), 557-571.
- Lis, E., Chiniara, C., Biskin, R., & Montoro, R. (2015). Psychiatrists’ Perceptions of Role-Playing Games. *Psychiatric Quarterly*, 86 (3), 381–384.
<https://doi.org/10.1007/s11126-015-9339-5>
- Lortz, S., 1979, *Role-Playing. Different Worlds*, 1, p. 36–41
- Lowenfeld, M. (1935). *Play in childhood*. V. Gollanz.
- Mann, J., 1956. Experimental Evaluations of Role Playing. *Psychological Bulletin*, 53 (3), pp. 227-34.
- Mannoni, M. (1970). *The child, his “illness,” and the others*. New York, NY: Pantheon Books

- Mendoza, J. (2020). Gaming Intentionally: A Literature Review of the Viability of Role-Playing Games as Drama-Therapy-Informed Interventions. 42.
- Mercer, J. (2013). Holding therapy in Britain: historical background, recent events, and ethical concerns. *Adoption & Fostering*, 37 (2), 144-156.
<https://doi.org/10.1177/0308575913490498>
- Meyer, M. L., Zhao, Z., & Tamir, D. I. (2019). Simulating other people changes the self. *Journal of Experimental Psychology. General*, 148(11), 1898.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/xge0000565>
- Montola, M., 2007. Tangible Pleasures of Pervasive Role-playing. In DIGRA (Digital Games Research Association) Situated Play. Tokyo, Japan 24-28 September 2007. [Online]. Available at: <http://www.digra.org/dl/db/07312.38125.pdf>
- Nathanson, E. R. (2019). A qualitative examination of social skills training participants in a role-playing game (2019-41134-227; Issues 7-B (E)) [ProQuest Information & Learning]. APA PsycInfo.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2019-41134-227&site=ehost-live>
- O'Connor, K. J., Schaefer, C. E., & Braverman, L. D. (2016). *Handbook of play therapy*. John Wiley & Sons.
- Parker, M. M., Hergenrather, K., Smelser, Q., & Kelly, C. T. (2021). Exploring child-centered play therapy and trauma: A systematic review of literature. *International Journal of Play Therapy*, 30 (1), 2–13. <https://doi.org/10.1037/pla0000136>
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to learn: A view of what education might become*. Columbus, OH: Merrill.
- Rosselet, J. G., & Stauffer, S. D. (2013). Using group role-playing games with gifted children and adolescents: A psychosocial intervention model. *International Journal of Play Therapy*, 22(4), 173–192. APA PsycInfo. <https://doi.org/10.1037/a0034557>
- Rothfuss, P. (2011). *The wise man's fear*. New York: DAW Books.
- Rubin, L. C. (2007). Introduction: Look, up in the sky! An introduction to the use of superheroes in psychotherapy. In L. C. Rubin (Ed.), *Using superheroes in counseling and play therapy* (pp. 3-21). New York, NY: Springer.
- Tolkien, J. R. R. (1991). *The lord of the rings*. HarperCollins.
- Trivasse, H., Webb, T. L., & Waller, G. (2020). A meta-analysis of the effects of training clinicians in exposure therapy on knowledge, attitudes, intentions, and behavior. *Clinical Psychology Review*, 80, 101887.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101887>

- Shay, H. (2014). I am my character: Role-playing games as identity work. Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences, 75(3-A (E)).
- Sidhu, P., & Carter, M. (2020). The Critical Role of media representations reduced stigma and increased access in D&D's resurgence. Proceedings of Digital Games Research Association Australia 2020. Brisbane, Australia.
- Waldron, David (2005). "Role-playing games and the Christian right: Community formation in response to a moral panic." *Journal of Religion and Popular Culture*, 9.
- Werth, M. (2018). Roleplay in the Chinese classroom. Master's Thesis, University of Massachusetts Amherst, Masters Theses, 676. <https://doi.org/10.7275/12026470> .
- White, Susan Williams, Kathleen Keonig, and Lawrence Scahill. 2007. Social Skills Development in Children with Autism Spectrum Disorders: A Review of the Intervention Research. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 37 (10): 1858–1868. <https://doi.org/10.1007/s10803-006-0320>
- Wizards of the Coast. (2003). History of TSR. http://www.wizards.com/dnd/dndarchives_history.asp