

Gioco di ruolo e inclusione. Che cosa sappiamo davvero

Che cosa può offrire una sessione di gioco condiviso? La ricerca propone alcune risposte interessanti, ma non tutte hanno lo stesso peso. Questa guida aiuta a leggerle senza trasformarle in promesse.

Una storia costruita insieme

In un gioco di ruolo da tavolo le persone raccontano, decidono e reagiscono alle scelte degli altri. A volte il dialogo è il centro della sessione; altre volte lo sono l'esplorazione, la strategia o il semplice piacere di stare insieme. Il fatto che una situazione richieda collaborazione non significa che tutti possano parteciparvi allo stesso modo. Un regolamento opaco, la fretta nel prendere decisioni o un gruppo che ascolta solo chi parla più forte possono produrre l'effetto opposto. Prima di domandarsi quali siano i benefici del GDR, conviene quindi chiedersi come si svolga davvero quel gioco.

Tre ricerche, tre livelli di informazione

Yuliawati e colleghi hanno raccolto 51 pubblicazioni su giochi di ruolo da tavolo e ambiti psicologici; 35 erano studi esplorativi, mentre le ricerche quantitative erano una minoranza [1]. Manganello e Capobianco hanno esaminato sedici studi empirici sull'apprendimento degli adulti, riportando esperienze favorevoli a comunicazione e lavoro condiviso, ma con limiti ricorrenti nelle misure impiegate [2]. Henning e colleghi hanno seguito sei adolescenti autistici durante dodici incontri: dopo la parte in presenza alcuni punteggi sono migliorati, mentre nel periodo successivo online la direzione si è invertita [3]. Senza gruppo di controllo e con cambiamenti importanti del contesto, attribuire il risultato soltanto al gioco sarebbe scorretto.

Il problema delle parole troppo grandi

"Il GDR sviluppa l'empatia" è una frase più facile da condividere di "in determinati contesti alcuni partecipanti riferiscono esperienze sociali positive". La seconda, però, è spesso più vicina a quello che sappiamo. Le interviste raccontano vissuti, i questionari misurano risposte, gli esperimenti possono confrontare condizioni specifiche. Per parlare di un cambiamento duraturo servirebbero anche misure nel tempo, confronto con alternative e attenzione alle persone che hanno lasciato lo studio.

L'inclusione non è una ricompensa

Un tavolo accessibile consente di scegliere se e come partecipare, di fare una pausa, di capire le informazioni importanti e di trovare spazio nelle decisioni. Non deve dimostrare che ogni partecipante diventi più socievole. Il diritto di giocare, divertirsi e contribuire alla storia ha valore anche quando non produce alcun risultato misurabile. È una distinzione essenziale, soprattutto quando si parla pubblicamente di disabilità o neurodivergenze.

Come raccontare correttamente uno studio

Prima di pubblicare un dato, annota autore, anno, tipo di ricerca, numero di partecipanti e cosa è stato misurato. Se queste informazioni non sono disponibili, è meglio rinunciare a una cifra sensazionale.

Per un articolo del Portale CdB, una formulazione corretta potrebbe essere: "Una revisione ha individuato studi promettenti sulle interazioni sociali durante il GDR, ma le prove sono ancora eterogenee". Il lettore può poi consultare la fonte e farsi un'idea.

Quando una persona racconta che giocare le ha fatto bene, si può accogliere la testimonianza per ciò che è. Non occorre trasformarla in una dimostrazione valida per tutti.

Da tenere a mente

Il punto non è provare che il gioco faccia bene a chiunque. È capire quali condizioni permettono di vivere un'esperienza desiderata, interessante e rispettosa.

Fonti e letture

[1] Yuliawati, L., Wardhani, P. A. P. e Ng, R. (2024). A Scoping Review of Tabletop Role-Playing Game (TTRPG) as Psychological Intervention: Potential Benefits and Future Directions.

Ricognizione di 51 pubblicazioni, in gran parte esplorative. Non equivale a una prova di efficacia terapeutica.

[Apri la fonte originale](#) (DOI 10.2147/PRBM.S466664)

[2] Manganello, F. e Capobianco, D. (2026). Tabletop Role-Playing Games for Social Skill Development in Adult Learning: A Scoping Review.

Esamina 16 studi empirici del periodo 2014–2024; la stessa revisione segnala campioni piccoli e uso frequente di autovalutazioni.

[Apri la fonte originale](#) (iris.unive.it)

[3] Henning, G. e coll. (2024). Social skills training with a tabletop role-playing game, before and during the pandemic of 2020. *Frontiers in Psychiatry*.

Studio su sei adolescenti autistici, senza gruppo di controllo.

[Apri la fonte originale](#) (DOI 10.3389/fpsy.2023.1276757)

[4] Thompson, M. e Majumder, V. (2025). Systematic Review: Are Table-Top Roleplaying Games a Useful Therapeutic Tool for People with Neurodiversity? *BJPsych Open*, supplemento.

Abstract congressuale su cinque studi, senza la normale revisione degli articoli completi.

[Apri la fonte originale](#) (DOI 10.1192/bjo.2025.10240)