

Neurodivergenze al tavolo. Partecipare a modo proprio

Le persone non leggono tutte una scheda, seguono una conversazione o reagiscono ai rumori nello stesso modo. Organizzare un tavolo accessibile significa considerare questa variabilità fin dall'inizio.

Non esiste una preferenza “tipica”

Autismo, ADHD e altre neurodivergenze comprendono esperienze differenti, che non si possono riassumere in una lista di caratteristiche da attribuire a chiunque. Una persona potrebbe preferire istruzioni precise, un'altra potrebbe voler improvvisare. C'è chi ama interpretare a voce e chi trova più comodo scrivere poche righe. Non è necessario conoscere una diagnosi per chiedere: “Come preferisci ricevere le informazioni importanti?” oppure “Ti è utile avere un riassunto prima della sessione?”.

Una ricerca che parte dalle voci delle persone

Atherton e colleghi [1] hanno coinvolto otto adulti autistici in una breve campagna online di Dungeons & Dragons, raccogliendo interviste sulle loro esperienze. I partecipanti hanno descritto aspetti positivi legati a relazioni e possibilità di espressione. È uno studio qualitativo, con un campione ridotto e persone interessate al gioco. Racconta come l'attività è stata vissuta da quel gruppo; non autorizza a prescrivere il GDR come terapia per le persone autistiche.

Cosa significa la revisione del 2025

Thompson e Majumder [2] hanno individuato cinque lavori pertinenti sul GDR in contesti che riguardano persone neurodivergenti. Il contributo è pubblicato come abstract congressuale: non possediamo lì un articolo integrale con il dettaglio delle analisi e non ha seguito la normale revisione riservata agli articoli completi. È utile come ricognizione preliminare, ma la sua presenza in una rivista non va confusa con una prova definitiva. Henning e colleghi [3] hanno studiato sei adolescenti autistici e osservato risultati differenti in presenza e online; è un altro invito alla prudenza.

Progettare condizioni, non correggere comportamenti

Presentare in anticipo durata, tono dell'avventura, argomenti e regole riduce l'incertezza per chi ne ha bisogno. Durante la sessione si possono offrire pause, messaggi scritti, materiali ad alto contrasto, riduzione degli stimoli e modi diversi di intervenire. Sono opzioni per tutti, non concessioni che qualcuno deve giustificare con una diagnosi. L'obiettivo non è insegnare a mantenere il contatto visivo, parlare più velocemente o mascherare caratteristiche personali.

Un invito e un avvio più accessibili

Nel messaggio di invito indica sistema di gioco, durata orientativa, rumori o luci intensi, disponibilità di pause e un contatto riservato per eventuali esigenze. Se alcune condizioni non sono verificabili, dillo prima dell'iscrizione.

All'apertura della sessione concorda come interrompere il gioco, dove trovare le regole e come chiedere chiarimenti. Evita esercizi obbligatori di presentazione o contatto fisico: conoscersi può avvenire anche nel corso della storia.

Dopo, chiedi che cosa è stato pratico e che cosa ha creato ostacoli. L'eventuale risposta è un feedback per migliorare l'attività, non una valutazione della persona.

Da tenere a mente

Una buona organizzazione lascia spazio alle differenze senza chiedere a nessuno di renderle invisibili.

Fonti e letture

[1] Atherton, G., Hathaway, R., Visuri, I. e Cross, L. (2024, online). A critical hit: Dungeons and Dragons as a buff for autistic people. Autism.

Studio qualitativo: otto adulti autistici in una campagna online di sei settimane e interviste sulle loro esperienze.

[Apri la fonte originale](#) (DOI 10.1177/13623613241275260)

[2] 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)

[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] CAST (2024). Universal Design for Learning Guidelines, versione 3.0.

Linee guida di progettazione educativa per accesso, partecipazione e forme differenti di espressione; non sono uno studio clinico sui GDR.

[Apri la fonte originale](#) (udlguidelines.cast.org)