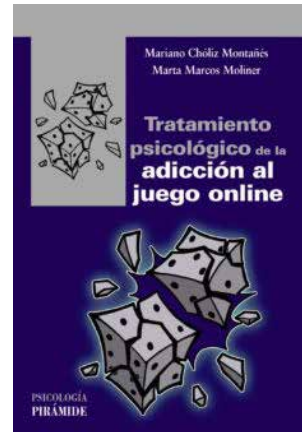


Tratamiento psicológico de la adicción al juego online

Autores: Mariano Chóliz y Marta Marcos

Ed: Pirámide Psicología. Madrid (2020).

Recensión: Joan Coll Capdevila



La generalización en el uso de las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) ha supuesto un evidente revulsivo a nivel económico, social (y psicológico), incorporando factores ventajosos que contribuyen eficazmente a la mejora de la vida de las personas. No obstante, como si de un principio físico se tratara (tendencia al equilibrio), la aparición o alteración de un estado implica la acción o reacción de otros con efecto compensatorio. Así pues, las potencialidades vinculadas a las TIC han acarreado la aparición, sino de desajustes psicológicos nuevos, sí al menos la mutación de un viejo trastorno conocido, como es, la adicción al juego.

Con el fin de atender a las nuevas especificidades del trastorno, mecido por el omnipresente internet, Mariano Chóliz y Marta Marcos publican esta guía clínica de tratamiento psicológico cuyo enfoque, proceso terapéutico y técnicas descritas, reflejan claramente este propósito de nueva adecuación.

La guía está dividida en tres grandes bloques. En el *bloque I* se pretende encuadrar la adicción al juego en su contexto histórico –la presencia del juego como actividad de ocio y entretenimiento socialmente significativa-, su evolución nosológica y las especificidades que ofrece el juego online en el desarrollo de la adicción (intimidación, disponibilidad, comodidad, etc.).

En el *bloque II* se describe minuciosamente las distintas etapas que debe seguir el proceso terapéutico. Así pues, a lo largo de 6 capítulos se recogen las sesiones dedicadas a la evaluación y diagnóstico de la patología, la preparación en la disposición actitudinal y motivacional de la persona –hacia una etapa objetivo de contemplación-, la superación del síndrome de abstinencia por la privación del juego –con la ayuda de técnicas cognitivas y de control de estímulos-, el descondicionamiento de la conducta de juego, basándose en la exposición gradual en vivo, la reestructuración cognitiva –llevado a cabo en sesiones individuales o grupales-, y la prevención de recaídas en cuyo capítulo se desarrollan técnicas cognitivo-conductuales para ser aplicadas en Situaciones de Alto Riesgo (SAR).

Finalmente, en el *bloque III* se presentan tests, autorregistros, técnicas y procedimientos para facilitar la labor evaluativa, así como las recomendaciones en cuanto a la posesión de habilidades personales y comunicativas, por parte del profesional de la psicología, que garanticen el éxito de la intervención.

Este libro, por su naturaleza técnica, está dirigido principalmente a las personas que se dedican a la rama de la psicología clínica, pero también se recomienda al alumnado de grado dado su carácter expositivo y secuencial.

En definitiva, el lector o lectora de este manual, se encontrará una guía concisa, clara y completa, asumiendo un enfoque cognitivo-conductual, que le facilitará su labor en el tratamiento de la adicción al juego online.
