



4

Ottobre 2025

**Narrative, rules, and relationships: tabletop role-playing games
as catalysts for social dynamics**

**Narrazione, regole e relazioni: i giochi di ruolo da tavolo
come catalizzatori delle dinamiche sociali**

Brunella Botte, Giada Marinensi, Alessandro Terrosi

Link Campus University

b.botte@unilink.it

g.marinensi@unilink.it

alessandro.terrosi@linkstudents.it

Doi: https://doi.org/10.14668/QTimes_17436

ABSTRACT

This study explores the potential of tabletop role-playing games (TTRPGs) as tools for developing social skills and strengthening interpersonal relationships within group settings. It focuses on Dungeons & Dragons, the pioneering game of the genre, where the goal is not to win but to co-create a story through the interaction between players and the game master. This ongoing dialogue, both regulated and creative, generates an activity that is simultaneously playful, narrative, and social.

QTimes webmagazine - Anno XVII - n. 4, 2025

Anicia Editore

www.qtimes.it

ISSN 2038-3282

fostering a shared space of collaboration and exchange. Using a mixed-methods approach that combines questionnaires, observations, and interviews, the study highlights an increased perception of social competencies, stronger group cohesion, and the formation of authentic interpersonal bonds among participants.

Keywords: role-playing games, social skills, interactive storytelling, mixed-methods research.

RIASSUNTO

La ricerca proposta indaga le potenzialità del gioco di ruolo da tavolo, in inglese tabletop role-playing game (TTRPG), come strumento per sviluppare competenze sociali e rafforzare le relazioni interpersonali all'interno di un gruppo. Il focus è posto su Dungeons & Dragons, capostipite del genere, in cui l'obiettivo non è solo vincere, ma co-costruire una storia attraverso l'interazione tra giocatori e game master. Questo dialogo continuo, regolato ma creativo, genera un'attività insieme ludica, narrativa e sociale, capace di creare uno spazio di condivisione e collaborazione. Lo studio, condotto con un approccio misto che combina questionari, osservazioni e interviste, evidenzia un incremento percepito delle competenze sociali, una maggiore coesione del gruppo e la formazione di legami autentici tra i partecipanti.

Parole chiave: gioco di ruolo, competenze sociali, narrazione interattiva, ricerca a metodi misti.

1. INTRODUZIONE

Il gioco di ruolo da tavolo, in inglese *tabletop role-playing game* (TTRPG), è un sottogenere dei giochi di ruolo, ossia quei giochi in cui i giocatori assumono il ruolo di un gruppo di personaggi, o *party*, all'interno di un'ambientazione fittizia e vivono una storia interattiva sotto la guida di un narratore, chiamato *game master* o più semplicemente *master*. Più nello specifico, i TTRPG sono giochi di ruolo analogici che si svolgono in presenza, come i giochi da tavolo, in un contesto collaborativo con altri giocatori (Femia, 2024). Ogni partecipante, ad eccezione del master, interpreta un personaggio che agisce nello scenario di gioco e al quale presta anche la voce nei momenti di dialogo e di *role playing*. La narrazione è orientata dalle indicazioni del master, che definisce le regole del mondo di gioco e la traccia del racconto (Mackay, 2001).

Oltre alla loro funzione ludica, i TTRPG si configurano come spazi sociali complessi, capaci di favorire interazioni significative tra i partecipanti. Studi recenti, che saranno descritti dettagliatamente nel seguente paragrafo, ne riconoscono le potenzialità in termini di: incremento delle competenze linguistiche e comunicative (Kaylor, 2017), sviluppo di competenze trasversali come il *teamworking*, il *problem solving* e il pensiero strategico (Mackey, 2023; Lasley, 2024), miglioramento del benessere personale e della salute mentale (Baker, Turner, & Kotera, 2023;

Rosenblad *et al.*, 2025).

Partendo da queste evidenze, il presente studio si propone di indagare il ruolo dei TTRPG nello sviluppo delle competenze comunicative individuali e delle relazioni interpersonali all'interno del gruppo, con particolare attenzione a dimensioni quali il senso di appartenenza al gruppo, la collaborazione e la risoluzione dei conflitti.

L'articolo è organizzato come segue. Il paragrafo 2 presenta il contesto teorico, offrendo una definizione di gioco di ruolo da tavolo e mettendone in luce la natura narrativa e collaborativa, nonché le potenzialità in contesti diversi. Il paragrafo 3 descrive il metodo di ricerca adottato, i partecipanti, gli strumenti di raccolta dati e le procedure di analisi. Il paragrafo 4 illustra i principali risultati emersi dall'analisi dei questionari pre e post-esperienza, dall'osservazione delle sessioni di gioco e dalle interviste semi-strutturate. Il paragrafo 5 propone una discussione dei risultati, seguita dalle conclusioni, in cui sono evidenziati i limiti dello studio e le possibili linee di ricerca future.

2. CONTESTO TEORICO

2.1 Natura collaborativa e narrativa dei TTRPG

Il gioco di ruolo si distingue da altri strumenti narrativi interattivi, come videogiochi o libri-gioco, per il grado di libertà concesso ai giocatori. Negli altri media, infatti, l'utente può influenzare lo sviluppo della trama solo entro i confini stabiliti dal creatore della storia; nel gioco di ruolo, invece, tutti i partecipanti contribuiscono a raccontare la storia, diventandone veri e propri co-creatori. La centralità assunta dalla narrazione e dalla creatività nel gioco di ruolo emerge chiaramente se si considera che l'obiettivo di questo tipo di esperienza non è "vincere", ma costruire insieme una storia, circoscritta al gruppo impegnato nell'avventura (Bowman, 2010).

Nei TTRPG, la struttura del racconto è stratificata e composta da varie *quest*, ossia missioni che richiedono ai giocatori di combinare varie dimensioni intellettuali ed emotive, quali logica, strategia e creatività, per portare a termine l'impresa in modo non solo efficiente, ma anche coinvolgente, stimolante e originale (Bowman, 2010). Per questo è fondamentale che il party possieda già alcune competenze socio-comunicative e relazionali, e le affini ulteriormente nel corso delle sessioni di gioco, in maniera da poter gestire i conflitti, dentro e fuori dal gioco, e da modulare le proprie emozioni al fine di accogliere le diverse prospettive e le nuove chiavi di lettura che emergono durante le sessioni. Solo così, infatti, la narrazione co-costruita riesce a innescare processi autentici di elaborazione e interpretazione, consentendo di esplorare i vari punti di vista, le aspirazioni e le sfumature di ogni personaggio e, di riflesso, di ogni giocatore.

2.2 Il TTRPG come spazio sociale e le sue potenzialità oltre l'intrattenimento

In virtù delle caratteristiche appena descritte, è possibile affermare che il TTRPG non si limita ad essere una forma di intrattenimento, ma rappresenta uno strumento versatile di interazione, capace di trovare applicazione in contesti diversi, dall'educazione alla formazione aziendale, fino alla terapia. Alla base di questi molteplici contesti d'uso si colloca sempre la sua funzione socializzante. Nel TTRPG, infatti, prende forma uno spazio sociale che, come lo definisce Bourdieu (1984), è uno

spazio multidimensionale, costruito su principi di differenziazione e distribuzione di risorse sociali. All'interno di questo contesto, i giocatori, immersi in un'atmosfera appagante di condivisione e di creazione di un mondo collettivo, sperimentano dinamiche di gruppo complesse e sfaccettate, spesso trasferibili alla vita reale. Il tavolo di gioco diventa così un microcosmo, in cui attivare una serie di abilità comunicative e relazionali; una "palestra" che permette di migliorare la conoscenza di sé, del proprio stile relazionale e delle modalità di interazione con gli altri.

Diversi studi hanno messo in luce i benefici derivanti dall'uso dei TTRPG in ambiti differenti. In ambito educativo, ad esempio, Kaylor (2017) ha evidenziato l'esistenza di una correlazione positiva tra l'uso dei TTRPG e lo sviluppo delle competenze linguistiche di base (lettura, scrittura, ascolto e parlato) negli adolescenti. Lo studio ha anche rilevato come, in alcuni partecipanti, l'esperienza di gioco abbia aiutato a superare difficoltà, reali o percepite, nella lettura e nell'espressione orale, favorendo anche un aumento della lettura nel tempo libero. Risultati analoghi emergono anche dallo studio di Kurniawan, Susanto, & Affini (2024) volto ad approfondire le reazioni di studenti di scuola superiore all'uso di Dungeons & Dragons (D&D), il più antico e tuttora tra i più popolari TTRPG, come parte del loro programma di lingua inglese. I risultati hanno mostrato un impatto positivo sul livello di coinvolgimento degli studenti, così come sul loro livello di espressione orale in lingua inglese.

Nonostante la letteratura disponibile sia ancora prevalentemente teorica, i TTRPG mostrano un potenziale significativo anche nella formazione aziendale (Giamboni, 2020). La dimensione ludico-narrativa propria dei TTRPG offre ai partecipanti l'opportunità di sperimentare dinamiche complesse in un ambiente sicuro, contribuendo a far sviluppare loro soft skill sempre più centrali del mondo del lavoro, quali comunicazione, collaborazione, pensiero strategico e creatività (Lasley, 2020). Studi recenti confermano l'efficacia dei TTRPG, in particolare D&D, nella formazione alla leadership e nello sviluppo di competenze ad essa collegate, quali teamworking, delega, risoluzione dei conflitti e presa di decisioni (Mackey, 2023; Lasley, 2024). Questi studi hanno anche evidenziato come le competenze sviluppate durante le sessioni di gioco siano percepite dai partecipanti come trasferibili alla vita quotidiana e professionale.

La natura narrativa e cooperativa che caratterizza il gioco di ruolo, ne ha favorito l'integrazione in percorsi di psicoterapia, sulla scia dello psicodramma moreniano (Moreno, 1946, 1953). L'interpretazione ludica di ruolo, esercitabile in un contesto sicuro, dove il paziente si possa sentire libero di impersonare un alter ego diverso da sé per fisionomia, caratteristiche o persino genere, rende questo strumento utile nel trattamento di disturbi quali l'autismo, l'ADHD, l'ansia sociale e la depressione e le difficoltà relazionali (Baker *et al.*, 2023; Rosenblad *et al.*, 2025).

Tra le esperienze applicative recenti in ambito italiano, è possibile menzionare il progetto sviluppato dalla ASL Toscana Sud Est a partire dal 2023, dove D&D è stato introdotto all'interno di un percorso terapeutico di gruppo rivolto a giovani neurodivergenti dai 10 ai 18. I risultati hanno mostrato miglioramenti nella comunicazione, nelle relazioni e nella gestione delle emozioni (Giardi, 2025).

I giochi di ruolo applicati terapeutamente (o Therapeutically Applied Role Playing Games, TA-RPGs) si sono dimostrati efficaci anche in contesti di emergenza, come durante la pandemia di COVID-19, permettendo di sviluppare le abilità relative alla crescita sociale, come connessione con i coetanei, cooperazione, considerazione delle prospettive altrui e creatività, anche in soggetti con disturbi legati all'isolamento dovuto alla pandemia o vittime di bullismo (Kilmer, Rubin, Scanlon, & Kilmer, 2024).

Queste evidenze suggeriscono che i TTRPG, grazie alla loro natura narrativa e cooperativa costituiscano uno strumento flessibile e adattabile, capace di sostenere processi educativi, formativi e terapeutici.

2.3 Domande di ricerca

A partire dalla letteratura appena riassunta, che riconosce il ruolo del gioco di ruolo solo come strumento di intrattenimento, ma anche come strumento a supporto di attività formative, di training aziendale e di psicoterapia, il presente lavoro di ricerca si pone l'obiettivo di valutare le potenzialità del TTRPG come strumento per lo sviluppo e il miglioramento delle competenze sociali individuali e delle relazioni interpersonali nel contesto di gruppo. In particolare, lo studio si focalizza sulle seguenti domande di ricerca:

RQ1: Quali cambiamenti si osservano nella sicurezza comunicativa dei partecipanti durante un'esperienza di TTRPG?

RQ2: Come si sviluppano il senso di appartenenza al gruppo, la collaborazione e la risoluzione dei conflitti nelle diverse fasi dell'avventura?

RQ3: Come evolvono le dinamiche sociali e relazionali tra i partecipanti attraverso multiple sessioni di TTRPG?

3. METODO

3.1 Design della ricerca

Lo studio è stato condotto adottando un approccio a metodi misti, con l'obiettivo di integrare dati quantitativi e qualitativi per analizzare le potenzialità dei TTRPG nello sviluppo delle competenze sociali. La raccolta dati è avvenuta in tre fasi complementari:

1. Questionari pre e post-esperienza, finalizzati a rilevare eventuali cambiamenti percepiti dai partecipanti nelle competenze sociali oggetto dell'indagine.
2. Osservazioni condotte tramite annotazioni durante le tre sessioni di gioco, finalizzate a documentare le dinamiche interpersonali emerse.
3. Interviste semi-strutturate, realizzate al termine delle tre sessioni di gioco, per approfondire i risultati emersi dall'analisi dei questionari e chiarire aspetti osservati durante le sessioni.

La combinazione di questi strumenti ha permesso di triangolare le diverse fonti dei dati e di raggiungere una comprensione più ricca dei processi attivati durante il gioco, sia sul piano individuale che su quello di gruppo, nonché della loro evoluzione nel corso delle tre sessioni.

Un potenziale bias deriva dal fatto che il game master coincide con uno dei ricercatori. Questa sovrapposizione dei ruoli ha tuttavia consentito, in fase di analisi, di integrare l'esperienza diretta del game master nell'interpretazione dei questionari pre e post-esperienza e nella costruzione della traccia per le interviste.

Di seguito, ogni strumento è descritto nel dettaglio ma prima si fornisce una descrizione dei partecipanti e della struttura delle sessioni di TTRPG organizzate.

3.2 Partecipanti e criteri di selezione

Lo studio ha coinvolto quattro studenti universitari, tre maschi e una femmina, di età compresa tra i 19 e i 25 anni, con livelli di esperienza eterogenei con D&D, il TTRPG scelto per questo studio (Figura 1). Tutti hanno partecipato, dall'inizio alla fine, a ciascuna delle tre sessioni di gioco. I partecipanti non si conoscevano prima dell'avvio dell'esperienza, l'assenza di relazioni pregresse o parallele ha quindi permesso ricondurre con maggiore probabilità alle sessioni di gioco lo sviluppo di competenze sociali e i meccanismi relazionali osservati.

Tutti i partecipanti sono stati informati sugli obiettivi e sulle procedure dello studio, hanno partecipato su base volontaria e hanno fornito il loro consenso informato.

Partecipante	Partecipante A	Partecipante B	Partecipante C	Partecipante D
Genere	M	M	F	M
Età	24	20	19	25
Anno di corso	Terzo anno	Secondo anno	Primo anno	Neolaureato
Livello di esperienza con D&D	Esperienza avanzata	Esperienza moderata	Prima esperienza	Esperienza moderata

Fig. 1: Informazioni anagrafiche sui partecipanti

3.3 Struttura delle sessioni

Il TTRPG scelto per questo studio è D&D (quinta edizione), selezionato per la semplicità delle sue meccaniche e del suo regolamento. La campagna, interamente ideata dal Game Master per adattarsi al contesto e agli obiettivi della ricerca, si è articolata in tre sessioni di circa tre ore ciascuna, configurate come un percorso narrativo unitario.

I partecipanti hanno goduto di ampia libertà nella scelta di classe e razza dei loro personaggi, così da favorire, fin da subito, la formazione di un forte legame identitario con il proprio alter ego che potesse incoraggiare un coinvolgimento maggiore e rendere l'esperienza di gioco più entusiasmante. L'unico vincolo dato ai partecipanti è stato di non utilizzare la stessa razza di un altro partecipante, al fine di garantire al party ruoli diversi e complementari.

Ogni sessione si suddivide in due fasi principali: (1) role-playing e (2) combattimento. Nella fase di role-playing l'attenzione è posta sulle interazioni, sia tra i personaggi interpretati dai giocatori, sia tra questi e i personaggi non giocanti (*Non-Playable Characters*, NPC) interpretati dal master, oltre che sulla risoluzione di prove ed enigmi.

Nella fase di combattimento, invece, ogni partecipante deve ricorrere alle capacità del proprio personaggio, dipendenti soprattutto da razza, classe ed equipaggiamento, per neutralizzare, con la forza o con l'astuzia, i nemici. In questa fase i personaggi devono anche collaborare strategicamente per combinare le rispettive capacità per avere la meglio sul nemico.

Come descritto nella Figura 2, le attività incluse nella campagna sono state scelte allo scopo di mettere in luce diversi aspetti del comportamento dei partecipanti riferiti alle varie dimensioni oggetto dello studio, che sono presentate nella Tabella 3.

Attività	Dimensione
Interazioni con gli NPC	2. Comunicazione e ascolto
Tempi di inattività (viaggi e accampamenti)	2. Comunicazione e ascolto 4. Integrazione ed appartenenza al gruppo 5. Percezione dell'altro ed empatia 7. Aspettative, competenze sociali e creazione del rapporto
Prove ed enigmi	2. Comunicazione e ascolto 3. Problem solving e cooperazione 6. Fiducia nel gruppo
Combattimenti	1. Percezione del sé nel gruppo 3. Problem solving e cooperazione 6. Fiducia nel gruppo

Fig. 2: Scopo delle diverse attività incluse nella campagna

Le sessioni sono state inoltre progettate per far emergere diversi aspetti relativi sia alle competenze sociali individuali dei partecipanti sia alle loro relazioni interpersonali:

- Sessione 1: collaborazione forzata e coordinamento strategico.
- Sessione 2: comunicazione e pensiero divergente.
- Sessione 3: gestione del conflitto e scelte etiche.

In tutte le tre sessioni, dunque, i partecipanti vengono stimolati ad utilizzare le competenze oggetto di questo studio: la comunicazione (RQ1) e la collaborazione e la risoluzione dei conflitti (RQ2), con un livello di complessità crescente al fine di osservare le differenze nelle tre sessioni (RQ3).

3.4 Strumenti di raccolta dati

Il questionario, elaborato ad hoc per rilevare i mutamenti percepiti dai partecipanti in relazione alle loro competenze sociali e alle dinamiche all'interno del gruppo, è stato somministrato in due versioni (pre e post-esperienza), e conteneva 12 item, suddivisi in 7 dimensioni (Tabella 3). Le risposte sono state raccolte tramite una scala Likert a 5 punti (1=completamente in disaccordo, 5=completamente d'accordo).

Dimensione	Item questionario pre-esperienza di gioco	Item questionario post-esperienza di gioco	Riferimenti bibliografici
1. Percezione di sé nel gruppo	1.1 Mi sento a mio agio nel relazionarmi con persone nuove	1.1 Mi sono sentito a mio agio nel relazionarmi con gli altri giocatori	Hogg & Vaughan (2016)
	1.2 In genere mi sento valorizzato quando faccio parte di un gruppo	1.2 Mi sono sentito riconosciuto e valorizzato all'interno del gruppo	
2. Comunicazione e ascolto	2.1 Mi sento sicuro nel parlare in un gruppo	2.1 Ho parlato con sicurezza durante le sessioni	Hargie (2021)
	2.2 Ritengo di saper ascoltare gli altri con attenzione	2.2 Ho ascoltato gli altri con attenzione	
3. Problem solving e cooperazione	3.1 Credo di saper affrontare efficacemente i problemi in gruppo	3.1 Abbiamo affrontato i problemi nel gioco come squadra	Deutsch (1973)
	3.2 Preferisco collaborare piuttosto	3.2 Ho collaborato attivamente	

	che agire da solo quando partecipo ad attività di gruppo	con gli altri per superare le sfide piuttosto che affrontarle da solo	
4. Integrazione e appartenenza al gruppo	4.1 Credo di sapermi inserire facilmente in un nuovo gruppo	4.1 Mi sono inserito efficacemente trovando un ruolo preciso nel gruppo di gioco	Levine & Moreland (1994)
	4.2 Di solito mi sento parte del gruppo dopo poche interazioni	4.2 Mi sono sentito parte del gruppo con cui ho giocato nonostante le poche interazioni	
5. Percezione dell'altro ed empatia	5.1 Riesco facilmente a capire cosa pensano o provano gli altri	5.1 Ho imparato a comprendere meglio emozioni e comportamenti degli altri	Goleman (2005)
6. Fiducia nel gruppo	6.1 Di solito mi fido facilmente delle persone appena conosciute	6.1 Ho provato fiducia verso i miei compagni di gioco	Levine & Moreland (1994)
7. Aspettative, competenze sociali e creazione del rapporto	7.1 Penso che questa esperienza mi aiuterà a migliorare le mie competenze sociali	7.1 Questa esperienza mi ha aiutato a migliorare le mie competenze sociali	Tajfel & Turner (2001)
	7.2 Mi aspetto che l'esperienza di gioco mi aiuti a costruire un rapporto con gli altri partecipanti	7.2 Credo che l'esperienza di gioco mi abbia aiutato a costruire un rapporto con gli altri partecipanti	

Tab. 3: La struttura dei questionari pre e post-esperienza di gioco

Parallelamente, durante ciascuna sessione di gioco, il ricercatore che ricopriva il ruolo di master della campagna ha annotato osservazioni qualitative sulle interazioni, con particolare attenzione a: rapporto tra i ruoli, collaborazione, andamento delle dinamiche di gruppo nel complesso. Si è scelto di non introdurre un secondo osservatore per preservare l'autenticità dell'esperienza di gioco.

Infine, al termine delle tre sessioni di gioco, sono state condotte delle interviste semi-strutturate per approfondire i risultati dei questionari, soprattutto nei casi in cui le variazioni erano più evidenti e in quelli in cui si era registrato un calo. Le interviste hanno anche avuto lo scopo di supportare l'interpretazione delle osservazioni effettuate durante le sessioni. Infine, sono state poste domande più generali sull'esperienza di gioco, per approfondire il punto di vista dei singoli giocatori.

3.5 Procedure di analisi

I dati raccolti tramite i questionari sono stati analizzati con un'analisi statistica descrittiva. Le interviste semi-strutturate sono state trascritte e analizzate con analisi tematica del contenuto.

4. RISULTATI

4.1 Dati quantitativi (questionari pre-post esperienza)

Nella Figura 4 è riportata la sintesi dei risultati dei questionari pre e post-esperienza. Nel complesso, si osserva un miglioramento della percezione del sé in rapporto agli altri, in tutte le dimensioni osservate.

In particolare, l'item 1.1 mostra un netto cambiamento di polarità, con l'eliminazione delle risposte neutrali. Anche gli item 1.2 e 2.1 evidenziano un incremento, indicando che la partecipazione alle sessioni di gioco ha migliorato sia la percezione del proprio ruolo nel gruppo, sia la sicurezza nel comunicare con gli altri. Le aspettative relative all'item 3.1 sono state anch'esse superate. Notevoli i cambiamenti anche sugli item 4.1 e 4.1: i partecipanti concordano nell'affrontare i problemi come gruppo e riscontrano una reale facilità di inserimento nel gruppo, rispetto alle aspettative. L'item 6.1, all'inizio valutato in maniera neutrale dei giocatori, mostra un esito molto positivo dopo l'esperienza di gioco. Infine, l'item 7.2 evidenzia che, al termine dell'esperienza, tutti i giocatori hanno sentito di aver costruito un rapporto tra loro grazie al gioco.

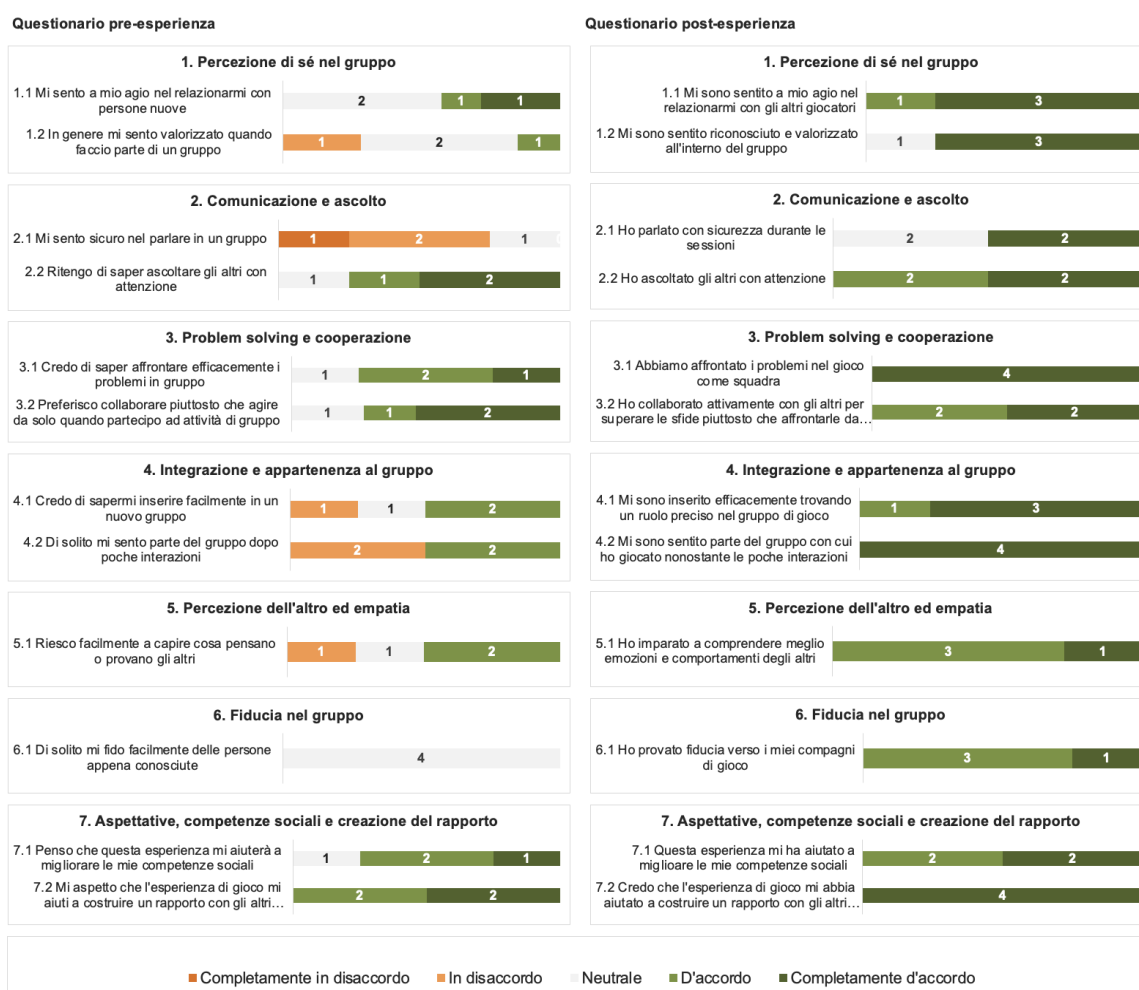


Fig.4: Sintesi delle risposte ai questionari pre e post-esperienza di gioco

4.2 Dati qualitativi (osservazioni e interviste)

Per approfondire i risultati ottenuti con i questionari pre e post-esperienza, sono state svolte interviste semi-strutturate, con l'obiettivo di acquisire maggiori informazioni su quegli item che nel complesso hanno subito variazioni significative nella percezione dei partecipanti allo studio in seguito all'attività di gioco. Ogni intervista ha avuto una durata compresa tra 15 e 30 minuti ed è stata audioregistrata e trascritta integralmente.

Nella Figura 5 sono riassunti i principali risultati delle interviste.

Dimensione	Sintesi del risultato	Citazioni
1. Percezione del sé nel gruppo	I partecipanti hanno dichiarato di aver trovato la propria collocazione nel gruppo grazie al ruolo interpretato. Nonostante la brevità dell'esperienza, ciò ha portato tutti a manifestare la voglia di giocare ancora insieme, e due partecipanti hanno affermato di aver costruito nuove amicizie.	"Voglio continuare a giocare, tanto è vero che vi ho proposto di rivederci, considerando che siamo passati da persone che non si conoscevano a potenzialmente organizzare delle uscite insieme". Partecipante B
2. Comunicazione e ascolto	Il questionario ha mostrato un netto incremento nella percezione della sicurezza nella comunicazione. I giocatori hanno ascritto questo miglioramento, avvenuto di sessione in sessione, soprattutto all'interpretazione di un alter-ego.	"Essendo entrato meglio nel personaggio e avendo instaurato un rapporto con gli altri personaggi e le persone al tavolo, mi sono sentito libero di poter parlare in un determinato modo, invece di trattenermi". Partecipante A
3. Problem solving e cooperazione	Le aspettative sulla capacità di collaborazione e problem solving sono migliorate nel questionario post-esperienza. Intervistati, i partecipanti hanno affermato di essere passati da uno stadio iniziale di "egoismo" ad uno finale di collaborazione, allineandosi rispetto a un obiettivo comune.	"Gli interessi di tutti in maniera autonoma sono stati veicolati verso un punto comune già alla fine della prima sessione". Partecipante A
4. Integrazione ed appartenenza al gruppo	Il miglioramento del senso di appartenenza al gruppo trova due principali ragioni: metà dei partecipanti lo attribuisce al successo nel gioco del proprio personaggio in termini di statistiche e abilità, mentre l'altra metà lo attribuisce all'aver interpretato un personaggio che li divertiva.	"Ho cercato di prendere un personaggio con cui più o meno mi sentissi a mio agio: buffo, che fa ridere, mezzo scorbuto. Insomma, familiare". Partecipante D
6. Fiducia nel gruppo	Nel questionario tutti hanno indicato un miglioramento delle loro competenze sociali. L'aumento più significativo, per tre partecipanti su quattro, si è verificato nel teamwork, collegato all'aumento della fiducia nell'altro.	"[Sono migliorata nel] teamwork perché ci siamo aiutati in delle cose che io non mi sarei mai immaginata". Partecipante C
7. Aspettative, competenze sociali e creazione del rapporto	Per tutti i partecipanti l'esperienza ha confermato o superato le aspettative. Inoltre, tutti i giocatori hanno manifestato la voglia di giocare ancora con gli altri, e due partecipanti hanno affermato di aver costruito nuove amicizie.	"Dai video che avevo visto, nonostante [i giocatori] non si conoscessero, dopo un po' di tempo si creava un bellissimo legame". Partecipante C

Fig.5: Sintesi delle risposte delle interviste semi-strutturate, raggruppate per dimensione investigate

Inoltre, durante ciascuna sessione di gioco, è stata svolta un'attività di osservazione delle dinamiche sociali tra i giocatori, al fine di indagare il rapporto tra ruoli, lavoro di squadra e interazioni nel loro complesso, in rapporto alle diverse fasi dell'avventura.

4.2.1 Prima sessione

Il gruppo si è mostrato fin da subito disposto a collaborare e tutti i partecipanti hanno mostrato interesse per i propri personaggi. Nonostante ciò, nelle prime fasi, i giocatori hanno privilegiato il vantaggio personale a quello collettivo. Con il progredire dell'avventura si sono osservati momenti di distensione e coesione, e una discreta capacità di collaborazione laddove richiesto dalla storia. Durante la fase di combattimento, c'è stata qualche difficoltà nel coordinamento strategico: ogni giocatore ha infatti preferito valorizzare le caratteristiche del proprio personaggio. La sessione si è

conclusa con un allineamento del gruppo sulla decisione finale.

4.2.2 Seconda sessione

Con l'ingresso nel vivo della storia, le prove affrontate hanno generato conflitti e discussioni, che, però, hanno rafforzato sia la coesione tra i personaggi che quella tra i giocatori. Ne sono derivate strategie di gioco più cooperative, maggiore apertura anche a strategie non convenzionali e un migliore coordinamento nell'elaborazione e nella messa in pratica delle strategie. Ogni partecipante ha contribuito al buon esito delle missioni, sfruttando le peculiarità del proprio personaggio.

4.2.3 Terza sessione

La terza, e ultima, sessione ha segnato la conclusione dell'avventura, con un gruppo ormai coeso e maturo, capace di affrontare anche scelte etiche importanti. Ogni partecipante ha raggiunto una piena consapevolezza sia del proprio personaggio che della sua funzione nel gruppo. La collaborazione era ormai consolidata, così come il rapporto tra i giocatori.

5. DISCUSSIONE

5.1 RQ1: *Quali cambiamenti si osservano nella sicurezza comunicativa dei partecipanti durante un'esperienza di TTRPG?*

Al termine dell'esperienza i partecipanti hanno dichiarato di sentirsi più sicuri nella loro capacità di interagire con gli altri. In alcuni casi la riflessione sul proprio personaggio ha portato anche a scoprire alcuni lati di sé non emersi in precedenza, come l'apprezzamento per il lavoro di gruppo manifestato da C, o il cambio di prospettiva di D, che passando dal ruolo di master a quello di giocatore ha potuto apprezzare nuove sfumature dell'interazione tra giocatori.

5.2 RQ2: *Come si sviluppano il senso di appartenenza al gruppo, la collaborazione e la risoluzione dei conflitti nelle diverse fasi dell'avventura?*

Progressivamente ciascun partecipante ha acquisito maggiore sicurezza sia sul proprio ruolo nel gioco che nel gruppo. Sono, infatti, emerse strategie volte a mediare i conflitti, a valorizzare in maniera consapevole le abilità dei personaggi e a rafforzare il legame con gli altri giocatori, inizialmente estranei tra loro. Come dichiarato dai partecipanti, superare insieme le prove della storia ha favorito lo sviluppo di un senso di appartenenza al gruppo che prima non esisteva.

5.3 RQ3: *Come evolvono le dinamiche sociali e relazionali tra i partecipanti attraverso multiple sessioni di TTRPG?*

La Figura 6 riassume l'evoluzione delle interazioni nel gruppo in riferimento alle dimensioni considerate in questo studio, osservata nell'arco delle tre sessioni di gioco.

Dimensione	Sessione 1	Sessione 2	Sessione 3	Evoluzione
1. Percezione del sé nel gruppo	Alcuni agiscono in modo individualista (es. D si protegge da solo).	I personaggi iniziano a riconoscere il proprio ruolo (A guaritore, D apripista, B iniziatore).	I ruoli sono consolidati e interpretati con maggiore consapevolezza ed efficacia.	Crescente consapevolezza del contributo personale al gruppo.
2. Comunicazione e ascolto	I dialoghi tra i giocatori sono limitati ai momenti di leggerezza e socializzazione.	Le discussioni su valori e decisioni sono più profonde. C'è mediazione tra posizioni divergenti.	La comunicazione è assertiva e matura; la mediazione è collettiva; l'ascolto reciproco è costante.	Passaggio da uno scambio comunicativo superficiale a una comunicazione assertiva e collaborativa.
3. Problem solving e cooperazione	Collaborazione incerta: si consegue un successo parziale in alcune prove, le azioni in combattimento sono frammentate.	Vengono proposte e adottate soluzioni non convenzionali che conducono a un problem solving creativo e cooperativo.	Il piano contro il nemico finale è concepito e messo in pratica in maniera collegiale. Il combattimento si svolge con ruoli ben integrati.	La cooperazione da episodica diventa strutturata e strategica.
4. Integrazione ed appartenenza al gruppo	Si formano i primi legami (momenti di distensione, decisione comune di risparmiare i banditi).	Le discussioni e i compromessi rafforzano l'integrazione, grazie a obiettivi comuni condivisi.	L'abbraccio finale di C simboleggia la piena appartenenza al gruppo.	Si assiste a una progressione da un'appartenenza al gruppo fragile ad un'appartenenza profonda e ritualizzata.
5. Percezione dell'altro ed empatia	Alcuni comportamenti sono guidati dall'individualismo (D non protegge il compagno).	Cresce l'attenzione verso gli altri (es. mediazione nei conflitti).	L'empatia si mostra più forte: si ha cura per il compagno ferito e si rifiuta di tradire il gruppo.	L'empatia sempre più marcata si estrinseca in comportamenti concreti funzionali al successo del gruppo.
6. Fiducia nel gruppo	La fiducia nell'altro è limitata, e si sviluppa solo in parte (coordinamento nello scontro nel finale di sessione).	C'è fiducia crescente nelle strategie comuni e nelle decisioni condivise.	Nessuno cede al tradimento, e c'è collaborazione solida in combattimento, a dimostrazione di una fiducia rafforzata.	La fiducia si evolve da parziale a totale e resiliente.
7. Aspettative, competenze sociali e creazione del rapporto	Le competenze sociali si mostrano a un livello basilare: il clima è positivo ma superficiale.	Le competenze sociali sono esercitate in maniera più consapevole: la gestione del conflitto e la mediazione rafforzano il rapporto.	Le discussioni sono portate avanti con serietà, il rapporto consolidato e il clima propositivo, a riprova di competenze sociali più mature.	Le azioni di gioco e le conversazioni tra i giocatori rendono palese la crescita delle abilità sociali e del rapporto interpersonale.

Fig.6: Evoluzione del gruppo nell'arco delle tre sessioni di gioco

6. CONCLUSIONE

In questo studio è stato indagato il ruolo dei TTRPG come catalizzatori delle dinamiche sociali. In particolare, sono stati indagati i cambiamenti nella sicurezza comunicativa dei partecipanti, lo sviluppo del senso di appartenenza al gruppo, la collaborazione e la risoluzione dei conflitti, e infine l'evoluzione delle dinamiche sociali e relazionali tra i partecipanti nelle diverse fasi dell'avventura. La ricerca è stata condotta strutturando una campagna nell'universo di D&D, articolata in tre sessioni. Le attività della campagna sono state scelte per far emergere diversi aspetti del comportamento dei partecipanti. È stato adottato un approccio misto: sono stati somministrati due questionari, pre e post-esperienza, e condotte interviste semi-strutturate per approfondirne i risultati. Inoltre, durante ciascuna sessione, sono state raccolte annotazioni sistematiche sui comportamenti assunti dai giocatori.

I risultati hanno confermato quanto già evidenziato in letteratura (Mackey, 2023; Kilmer *et al.*, 2024; Lasley, 2024; Giardi, 2025), mettendo in luce i benefici dei TTRPG nel potenziamento delle competenze sociali e comunicative. Dallo studio sono emersi, inoltre, due aspetti rilevanti: i partecipanti (1) hanno riconosciuto che il legame sviluppato nel gioco si è trasferito anche nella vita quotidiana, al di fuori del “cerchio magico” (Huizinga, 1949); (2) hanno espresso la volontà di continuare a giocare insieme, anche assumendo il ruolo di master, segnale della maggiore fiducia maturata nei confronti degli altri membri del gruppo. Questi due aspetti possono essere sintetizzati dalle parole del Partecipante B che ha affermato: “Voglio continuare a giocare, tanto è vero che vi ho proposto di rivederci, considerando che siamo passati da persone che non si conoscevano a potenzialmente organizzare delle uscite insieme”. Infine, pur avendo consentito di esplorare in profondità l'impatto del TTRPG sulle relazioni tra i giocatori, lo studio presenta alcuni limiti. Il campione ridotto e il fatto che sia stata condotta una sola campagna, composta da tre sessioni, ne limitano la generalizzabilità. Poiché sessioni con un numero maggiore di partecipanti risulterebbero difficilmente gestibili, future ricerche potrebbero ampliare l'indagine organizzando più campagne, mantenendo lo stesso numero di giocatori, ma variando i gruppi per ciascuna campagna. Per valutare l'influenza del contesto narrativo sullo sviluppo delle competenze sociali, potrebbe inoltre essere utile impostare una campagna strutturalmente analoga a quella creata per questo studio, ma ambientata in un altro universo narrativo.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Baker, I. S., Turner, I. J., & Kotera, Y. (2023). Role-play Games (RPGs) for Mental Health (Why Not?): Roll for Initiative. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(6), 3901–3909. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00832-y>
- Bourdieu, P. (1984). *A social critique of the judgment of taste*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Bowman, S. L. (2010). *The functions of role-playing games: How participants create community, solve problems and explore identity*. McFarland.
- Deutsch, M. (1973). The Resolution of Conflict. *American Behavioral Scientist*, 17(2), 248–248. <https://doi.org/10.1177/000276427301700206>

- Femia, G. (2024). Tabletop Roleplaying Game Studies: An Abundant Site for Disability Media Analysis. *GAME – Games as Art, Media, Entertainment*, 1(12). Retrieved from <https://www.gamejournal.it/tabletop-roleplaying-game-studies-an-abundant-site-for-disability-media-analysis/>
- Giamboni, G. (2020). *Il gioco di ruolo applicato alla formazione di soft skill in azienda: il caso studio Dungeons & Dragons* (IUSVE Istituto Universitario Salesiano Venezia). IUSVE Istituto Universitario Salesiano Venezia. Retrieved from https://bresciajovani.it/wp-content/uploads/2021/10/Il_gioco_di_ruolo_applicato_alla_formazi.pdf
- Giardi, M. (2025). “*Dungeons & Dragons*” diventa terapia: il gioco di ruolo come percorso riabilitativo per giovani pazienti. Retrieved September 28, 2025, from valdarnopost.it website: <https://valdarnopost.it/sociale/dungeons-dragons-diventa-terapia-il-gioco-di-ruolo-come-percorso-riabilitativo-per-giovani-pazienti/>
- Goleman, D. (2005). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. London, United Kingdom: Bantam.
- Hargie, O. (2021). *Skilled Interpersonal Communication. Research, Theory and Practice* (7th editio). New York, NY: Routledge.
- Hogg, M. A., & Vaughan, G. M. (2016). *Psicologia sociale: teorie e applicazioni* (L. Arcuri, Ed.). Milano: Pearson Italia.
- Huizinga, J. (1949). *Homo ludens: A study of the play-element in our culture*. Routledge & Kegan Paul.
- Kaylor, S. L. B. (2017). *Dungeons and Dragons and literacy: The role tabletop role-playing games can play in developing teenagers’ literacy skills and reading interests*. University of Northern Iowa.
- Kilmer, E., Rubin, J., Scanlon, M., & Kilmer, J. (2024). Therapeutically Applied RPGs to Support Adolescent Social Connection and Growth During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Creativity in Mental Health*, 19(2), 210–231. <https://doi.org/10.1080/15401383.2023.2239703>
- Kurniawan, B. A., Susanto, D. A., & Affini, L. N. (2024). High school students’ perspective on using dungeons & dragons for english speaking practice. *Indonesian EFL Journal*, 10(2), 311–316. <https://doi.org/10.25134/iefj.v10i2.9785>
- Lasley, J. (2020). *An Examination of Gaming Environments in Dungeons and Dragons Groups* (University of San Diego). University of San Diego. <https://doi.org/10.22371/07.2020.033>
- Lasley, J. (2024). Role-Playing Games as a New Adventure for Leadership-As-Practice: Forming a Leadership Framework Around Collective Creativity and Development. *Journal of Leadership Studies*, 17(4), 47–55. <https://doi.org/10.1002/jls.21876>
- Levine, J. M., & Moreland, R. L. (1994). Group Socialization: Theory and Research. *European Review of Social Psychology*, 5(1), 305–336. <https://doi.org/10.1080/14792779543000093>
- Mackay, D. (2001). *The fantasy role-playing game: A new performing art*. Jefferson, North Carolina: McFarland & Company, Inc., Publishers.
- Mackey, C. N. (2023). *Perceptions of Skill Transference from Dungeons & Dragons to Personal, Social, and Work* (University of Arizona Global Campus). University of Arizona Global Campus. Retrieved from <https://www.proquest.com/openview/fb08e98036273f6e1c223d5f5dd1e0d8/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>

- Moreno, J.L. (1946). *Psychodrama, first volume*. New York: Beacon House.
<https://doi.org/10.1037/11506-000>
- Moreno, J. L. (1953). Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and socio-drama, 2nd ed. In *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and socio-drama, 2nd ed.* Oxford, England: Beacon House.
- Rosenblad, S. R., Wolford, T., Brennan, R. S., Darnell, J., Mabry, C., & Herrmann, A. (2025). Mastering Your Dragons: Using Tabletop Role-Playing Games in Therapy. *Behavioral Sciences*, 15(4), 441. <https://doi.org/10.3390/bs15040441>
- Tajfel, H., & Turner, J. (2001). An integrative theory of intergroup conflict. *Intergroup Relations: Essential Readings*, pp. 94–109. New York, NY, US: Psychology Press.

Copyright (©) Brunella Botte, Giada Marinensi, Alessandro Terrosi



This work is licensed under a Creative Commons Attribution NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

How to cite this paper: Botte, B., Marinensi, G., Terrosi, A. (2025). Narrazione, regole e relazioni: i giochi di ruolo da tavolo come catalizzatori delle dinamiche sociali [Narrative, rules, and relationships: tabletop role-playing games as catalysts for social dynamics]. *QTimes webmagazine*, anno XVII, n. 4, 513-527. Doi: https://doi.org/10.14668/QTimes_17436