

Осторожно! Азартные игры!

Карточная игра – явное обнаружение умственного банкротства. Не будучи в состоянии обмениваться мыслями, люди перебрасываются картами...



Артур Шопенгауэр

Азартная игра или «игра случая» (от французского jeu de hasard) – это заведомо рискованное предприятие, выигрыш в котором зависит, прежде всего, от случайных совпадений, а не от искусства игрока. К азартным относятся карточные игры, кости, рулетка, игровые автоматы, заключение пари на события с сомнительным или непредсказуемым исходом (ставки на скачках, спортивных матчах, поединках) и пр. При этом главным намерением в азартной игре является получение прибыли или материальных ценностей (выигрыша), намного превышающих сделанную игроком ставку – «за просто так», а главным эмоциональным событием для игрока становится процесс «предвыигрышного» переживания: предвкушения, вожделения выигрыша. Сегодня к азартным играм причисляются и многие компьютерные игры, выигрышем в которых становится эмоциональное удовлетворение, достижение виртуального успеха.

Гэмблинг – это опасно!

Гэмблинг – патологическая склонность к азартным играм – обычно развивается в молодом – юношеском или раннем подростковом возрасте и имеет хронически прогрессирующее течение, в котором периоды воздержания от игр чередуются с рецидивами – непреодолимой тягой к игре. В настоящее время склонность к азартным играм больше распространена среди мужчин, однако распространенность гэмблинга среди представительниц противоположного пола сегодня явно на подъеме.

Склонность к игромании чаще имеют люди ведомые, неуверенные в себе, склонные к подражающему поведению, а также люди с авантюрным складом личности. Чем раньше начинается участие в азартных играх, тем более тяжелой становится зависимость от них, а последствия этой зависимости максимально неблагоприятны. Подростки легче (по сравнению со взрослыми) втягиваются в азартные игры, и у них чаще возникают связанные с ними проблемы. На первом месте у подростков, да и у многих взрослых людей, стоит компьютерная зависимость.

Как развивается зависимость от азартных игр?



Поворотным моментом в формировании игровой зависимости могут быть какие-либо отрицательные события в личной и профессиональной жизни: расставание, разочарование в отношениях, потеря работы и жизненных ориентиров, профессиональный и личностный кризис. Во время игры все проблемы теряют свою остроту или вообще забываются, а на первый план выходит жажда игровых достижений. Именно потребность утешить себя, доказать свою значимость и обрести почву под ногами толкают человека в объятия азартных игр: в стремлении к самоутверждению игрок забывает обо всем и пребывает в заблуждении, что, не потратив ничего, он может получить очень много.

Втягивание в игру происходит быстро, порой за считанные недели. Стоит этим людям начать выигрывать, как им кажется, что удача будет сопутствовать им постоянно. На процесс игры они начинают тратить всё больше сил и хотели бы за это получить награду в виде денежного приза, но *проигрыш гарантирован, а выигрыш вероятен*. Проигрыш рождает чувство вины и досады, злости и попытку во что бы то ни стало добиться желаемого успеха, а, следовательно, разжигает азарт.

Долгое время патологические игроки убеждают себя в том, что ничего страшного не происходит, что они в любой момент прекратят играть, только ещё чуть-чуть поиграют и остановятся. Многие говорят: "Вот отыграю своё и больше никогда к игре не вернусь". Постепенно желание повторять своё участие в игре становится настолько непреодолимым, что это приводит лишь к утяжелению зависимости, разорению, распаду семьи и к их личностной деградации. Стремление любой ценой раздобыть средства для игры заставляет патологических игроков идти на преступление и нередко, не выдержав своего падения, эти люди кончают жизнь самоубийством.

Как распознать игровую зависимость?

Признаки игровой зависимости.



- Постоянная вовлеченность, увеличение времени, проводимого в ситуации игры.
- Изменение круга интересов, вытеснение прежних мотиваций игровой, постоянные мысли об игре, преобладание и воображение ситуаций, связанных с игровыми комбинациями.
- «Потеря контроля», выражающаяся в неспособности прекратить игру как после большого выигрыша, так и после постоянных проигрышей.
- Состояния психологического дискомфорта, раздражения, беспокойства, развивающиеся через сравнительно короткие промежутки времени после очередного участия в игре, с труднопреодолимым желанием снова приступить к игре. Такие состояния по ряду признаков напоминают состояния абстиненции у наркоманов: они сопровождаются головной болью, нарушением сна, беспокойством, сниженным настроением, нарушением концентрации внимания.
- Характерно постепенное увеличение частоты участия в игре, стремление ко всё более высокому риску.
- Периодически возникающие состояния напряжения, сопровождающиеся игровым «драйвом», всё преодолевающим стремлением найти возможность участия в азартной игре.
- Быстро нарастающее снижение способности сопротивляться соблазну. Это выражается в том, что, решив раз и навсегда «завязать», при малейшей провокации (встреча со старыми знакомыми, разговор на тему игры, наличие рядом игорного заведения и т. д.) игровая зависимость возобновляется.



Динамика игровой зависимости проявляется в нескончаемых попытках во что бы то ни стало отыграть проигранное. При этом, во время игры игрок попадает в состояние радостного возбуждения и пытается находить

отговорки и «логичные» объяснения для своего бесконтрольного игрового процесса. У игрока может развиваться суеверное и магическое мышление. Постепенно он все дальше уходит в мир собственных фантазий о величии и успехе. Происходит отчуждение человека от его привычного круга общения, он все глубже начинает погружаться в одиночество, отвергая рациональный мир. Вместе с этим постепенно начинает изменяться и образ мышления: игра становится главным жизненным занятием, что приводит к физическому, духовному и социальному упадку и разрушению личности.

Это приводит к прогрессирующей социальной изоляции человека. Появляются чувства вины и стыда, утаивается факт игры. Человек все дальше интегрируется в определенную среду азартного игрока с соответствующим образом жизни, который опирается, прежде всего, на уменьшение прочих потребностей. Это также может привести к совершению криминальных деяний с целью добычи денег для игры, к финансовому банкротству, потере поддержки семьи, угрозе прекращения профессиональной карьеры.

Важно! Азартный игрок отличается пониженной способностью контролировать собственные импульсы, то есть не может полноценно противостоять внутреннему стремлению к игре, так же, как и пациент с алкогольной зависимостью не в состоянии сопротивляться тяге к бутылке. Вопреки многочисленным отрицательным последствиям тяга к игре у пациента усиливается, невозможность играть вызывает напряжение, агрессию и усиливающееся стремление к игре.

Факторы риска игровой зависимости.

С медицинской точки зрения, возникновение игровой зависимости – это многофакторное явление, в котором наибольшее значение имеют:

1. Низкая самооценка: «неотработанные» детские комплексы, которые компенсируются фантазиями о могуществе и всевластии либо бессознательным стремлением «доказать им всем...».

Нередко в начале игрового пути стоит легкий и быстрый выигрыш, который новичку «позволяют» получить. Он и становится стартовым толчком для ухода в мир предвкушений и ожидания такого же везения в дальнейшем. Первоначальная прибыль укрепляет чувство собственной значимости и важности, подтверждает определенную собственную исключительность и повышает уверенность в успехе. Проигрыши огорчают игрока, но, в то же время, разжигают азарт с новой силой.

2. Отсутствие близких отношений, нестабильность семьи, избегание взрослой ответственности.

У людей, одержимых азартными играми, часто обнаруживается состояние «разрыва с домом», «отвержения» в семье, плохие отношения с родителями, негативный опыт обманутых ожиданий и разочарований. Это недолюбленные и необласканные дети с ущербной, деформированной эмоциональностью. Игрой они пытаются компенсировать эмоциональную

депривацию.

3. Психологические дисфункции личности.

В частности, к игре может подтолкнуть нарушение психологического равновесия, которое проявляет себя, например, в постоянно присутствующем беспокойстве, высокой тревожности, чувстве неудовлетворенности теми возможностями, которые предлагает реальная жизнь.

Мотивацией к игре может стать бессознательная потребность справиться с тревогой, желание выйти из личностного кризиса, преодолеть давление отрицательных эмоций, а также стремление решить материальные проблемы, не затрачивая никаких усилий. Постепенно игрок попадает в замкнутый порочный круг, жертвами которого становятся все сферы его жизни.

4. Характерологические особенности личности.

Психологическая незрелость, неумение брать на себя взрослую ответственность, склонность к авантюрам, спонтанным, импульсивным поступкам, неспособность конструктивно переживать неудачи, зависимость от чужого мнения, неумение прогнозировать развитие событий и отсутствие жизненных целей – вот основные черты игроманов.

И помните: игровая зависимость – это, прежде всего, зависимость, и развивается она по тем же законам, что и наркомания или алкоголизм. Поэтому к помощи в преодолении игровой зависимости должны обязательно привлекаться профессионалы – врачи и психологи.

Лечение игровой зависимости

Лечение игромании не может быть скоротечным: оно должно быть комплексным и продолжительным. Необходимо проявить терпение и упорство для того, чтобы избавиться от этого тяжёлого недуга. Во многом освобождение от игровой зависимости связано не только с восстановлением психического здоровья патологического игрока, но и с переоценкой жизненных приоритетов и изменением образа жизни. К лечебному процессу должны подключиться не только специалисты (психиатры-психотерапевты, психологи), но и родственники пациента, его друзья.

- Сначала необходимо выяснить, действительно ли речь идет о пристрастии к азартным играм, которое уже дошло до стадии болезни. Для этого следует обратиться в специализированную консультацию.
- Затем необходимо выбрать между амбулаторной или стационарной формами лечения. Если пациент все еще достаточно хорошо социально интегрирован и его заболевание еще не зашло слишком далеко, вполне достаточно регулярных посещений специализированных консультаций или амбулаторных сеансов психотерапии у психотерапевта, специализирующегося на подобных проблемах.
- При более тяжелой и запущенной картине заболевания, когда предписывается стационарное наблюдение за пациентом, необходимо определиться с тем, какую клинику выбрать, психосоматическую

специализированную клинику или наркологический центр. Если психосоциальные последствия еще обратимы или обострение зависимости от азартных игр произошло на фоне острых стрессовых ситуаций (развод, увольнение с работы), тогда следует обратиться в специализированную психосоматическую клинику.

- При прогрессирующей динамике развития зависимости необходимо посещать специализированную клинику. Если дополнительно существует «вещественная» привязанность, алкоголизм или наркомания, тогда первоначально необходимо искоренить одну из зависимостей в психиатрической клинике.

Особенности лечения игромании.

Частью терапии, как правило, является договоренность о полном отказе от азартных игр. Простого сокращения объемов игры до умеренного состояния обычно недостаточно. Прежде всего, полный отказ от азартных игр помогает выявить первопричину, которая и вызвала появление зависимости от азартных игр. Существуют различные методы терапии, ориентированные как на глубокое проникновение в психологию пациента, так и на поведенческий анализ его состояния.



В любом случае, для выработки терапевтической программы очень важно точно определить роль, которую азартные игры имеют для пациента, обсудить причины.

Не менее важно в подобной ситуации решение проблем, связанных с денежными долгами пациента, которые не должны отрицаться и отбрасываться в сторону, а наоборот, необходимо совместно разработать программу возврата денежных задолженностей.

Лечение игромании в РБ проводится в следующих медицинских учреждениях:

Республиканский научно-практический центр психического здоровья (г. Минск, Долгиновский тракт, 152);

- Минский областной клинический центр "Психиатрия-наркология" (г. Минск, ул. П. Бровки, 7).
- Психоневрологических и наркологических центрах областных городов РБ.
- Центр трезвой жизни "Наш Ковчег"

А также в учреждениях психиатрии, наркологии и психотерапии областных центров Республики Беларусь.

Профилактика игровой зависимости.

В профилактике игромании есть два основных направления.



Важнейшим аспектом профилактики игромании является усиление внутрисемейных связей, налаживание социальных контактов, гармонизация отношений в профессиональной и личной сфере. В частности, важно:

- проявлять неформальный интерес к делам и увлечениям своих близких, особенно подростков;
- поощрять занятия спортом, позитивные хобби;
- не запугивать последствиями сделанных ошибок, поощрять откровенность своих близких, их готовность поделиться наболевшим;
- поддерживать семейные традиции: собираться за одним столом за ужином, вместе отмечать семейные даты, праздники и т.д.;
- регулярно проводить совместно выходные, отпуска;
- быть эмоционально близкими друг другу, проявлять готовность выслушать, посочувствовать, поддержать, помочь и посоветовать;
- стараться создать в доме атмосферу любви и взаимопонимания.

Человек, выросший в кругу любящей и поддерживающей семьи, имеет высокую устойчивость к формированию игровой зависимости.

При помощи этих тестов Вы можете определить, есть ли у Вас игровая зависимость.



ТЕСТ 1.

1. Вы часто участвуете в игре и часто добываете деньги на игру?
2. Вы часто играете на большие суммы?
3. Вы играете в течение более длительного времени, чем намеревались перед приходом в казино или зал игровых автоматов?
4. У вас возникает желание увеличить размер или частоту ставок, чтобы достигнуть азартного

5. возбуждения?
6. Вы чувствуете беспокойство, раздражительность или ярость, если игра срывается?
7. Вы "охотитесь" за выигрышем: например, берете деньги в долг, чтобы отыграться?
8. Вы предпринимаете неоднократные попытки сократить ставки или вообще выйти из игры?
9. Вы играете чаще в кризисных ситуациях (например, когда есть проблемы на работе)?
10. Ради игры вы приносите в жертву важные профессиональные или увеселительные мероприятия, раньше имевшие для вас значение?
11. Вы продолжаете играть, несмотря на растущие долги, или проблемы другого характера (социальные, профессиональные)?
12. *Если вы ответили утвердительно хотя бы на 4 из 10 вопросов, у вас есть игровая зависимость.*

**Лечение игромании в Республике Беларусь проводится в
следующих медицинских учреждениях:**

- Республиканский научно-практический центр психического здоровья (г. Минск, Долгиновский тракт, 152);
г. Минск, Долгиновский тракт, 152
тел./факс 289-80-48
E-mail: rkpb@mail.belpak.by

Для взрослых:

8-017-290-44-44 (круглосуточно),

8-017-290-43-70 (круглосуточно).

Для детей и подростков:

8-017-263-03-03 (круглосуточно).

- Минский областной клинический центр "Психиатрия-наркология" (г. Минск, ул. П. Бровки, 7).

+375 (29) 101-73-73

+375 (29) 774-66-59
+375 (17) 331-90-64

- Центр трезвой жизни "Наш Ковчег"

+375 (25) 923-79-00
8-801-100-21-21
8-801-100-16-11

- Психоневрологических и наркологических центрах областных городов РБ.