

Игромания, игровая зависимость, гэмблинг зависимость (англ. gambling – игра на деньги) – патологическое пристрастие к азартным играм; заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, которые доминируют в жизни человека и ведут к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей.

Во всем мире, в том числе и в Беларуси в связи с повсеместным распространением игровых автоматов, открытием казино и отсутствием достаточного контроля, в частности, возрастного, практически во всех возрастных группах началась своеобразная эпидемия игромании. Зависимостям подвергаются как дети, так и взрослые. Дети в силу возраста и большей эмоциональности зачастую не могут отдавать отчета своим действиям и, увлекаясь игрой, тратят на нее не только все свое время, но и деньги родителей. Болезненная страсть к азартным играм чаще наблюдается у мужчин, у женщин эта зависимость принимает более тяжелые формы. Женщины втягиваются в опасное увлечение в три раза быстрее и тяжелее поддаются психотерапии. В отличие от мужчин, женщины поддаются под



зависимость от азартных игр в более зрелом возрасте и по другим причинам. Наиболее распространенная из них - личные проблемы, от которых они пытаются уйти в игру. Наиболее часто



это происходит в возрасте от 21 до 55 лет, и в 1-4 % случаев страсть принимает такие формы, при которых необходима помощь врача-психиатра. Каждый третий патологический игрок – это женщина. Следует отметить, что лица, участвующие в игре, сравнительно часто злоупотребляют алкоголем и другими психоактивными веществами, то есть включаются в комбинированные формы зависимого поведения. Для «игроков» типичны трудности межличностных отношений, частые разводы, нарушение трудовой дисциплины, частая смена работы.



Признаки игровой зависимости:

- ✘ Постоянная вовлеченность, увеличение времени, проводимого в ситуации игры.
- ✘ Изменение круга интересов, вытеснение прежних мотиваций игрой, постоянные мысли об игре, 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 к всё более высокому риску.

- ✘ Периодически возникающие состояния напряжения, сопровождающиеся игровым «драйвом», всё преодолевающим стремлением найти возможность участия в азартной игре.
- ✘ Быстрое 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.

Факторы, предрасполагающие к игровой зависимости:

- ✘ неправильное воспитание в семье
- ✘ участие в играх родителей, знакомых
- ✘ стремление к игре с детства (домино, карты, монополия и т. д.)
- ✘ вещизм
- ✘ переоценка значения материальных ценностей
- ✘ фиксированное внимание на финансовых возможностях
- ✘ зависть к более богатым родственникам и знакомым
- ✘ убеждение в том, что все проблемы можно решить с помощью денег

Стадии развития игровой зависимости:

- ✘ стадия выигрышей
- ✘ стадия проигрышей
- ✘ стадия разочарования

Стадия выигрышей представлена следующими признаками: случайная игра, частые выигрыши, воображение предшествует и сопутствует игре, более частые случаи игры, увеличение размера ставок, фантазии об игре, очень крупный выигрыш, беспричинный оптимизм.

Для стадии проигрышей характерны: игра в одиночестве, хвастовство выигрышами, размышления только об игре, затягивающиеся эпизоды проигрышей, неспособность остановить игру, ложь и сокрытие от друзей своей проблемы,

уменьшение заботы о семье, уменьшение рабочего времени в пользу игры, наблюдаются изменения личности — раздражительность, утомляемость, необщительность, тяжелая эмоциональная обстановка дома, одалживание денег на игру, очень большие долги, созданные как законными, так и незаконными способами, неспособность оплатить долги, отчаянные попытки прекратить играть.

Признаками стадии разочарования являются: потеря профессиональной и личной репутации, значительное увеличение времени, проводимого за игрой, и размера ставок, удаление от семьи и друзей, угрызения совести, раскаяние, ненависть к другим, паника, незаконные действия, безнадежность, суицидальные мысли и попытки, арест, развод, злоупотребление алкоголем, эмоциональные нарушения, уход в себя.

Как помочь избавиться от игровой зависимости?

На начальной стадии игровой зависимости можно попробовать справиться с данным недугом, не прибегая к помощи врачей. Необходимо стабилизировать обстановку в семье, избегать конфликтов, скандалов, которые только усугубляют игроманию. Постарайтесь «переключить» зависимого человека – активный отдых, встречи с друзьями, хобби, путешествия способны отвлечь игромана. Покажите ему, что жизнь вне игры тоже может быть интересной, пусть он ощутит, что может быть значимым и нужным не только во время игры, но и в реальной жизни. Посоветуйте ему обратиться к психологу, который поможет выявить и устранить причины зависимости. Если игровая зависимость достигла



второй, а тем более третьей стадии, необходима специализированная помощь.

Оказание комплексной помощи лицам с игровой зависимостью проводится в РНПЦ психического здоровья на базе 21 наркологического отделения для лечения и реабилитации лиц, страдающих синдромом зависимости от психоактивных веществ, высококвалифицированными специалистами в области психиатрии, психотерапии и психологии.



г. Минск, Долгиновский тракт, 152 телефон: +375
17 289-89-10
e-mail: rkpb@mail.belpak.by

В комплексную помощь входит:

- ✘ Медикаментозное лечение (по показаниям).
- ✘ Когнитивно-бихевиоральная психотерапия, трансовые психотерапевтические методы, гештальт-психотерапия, плацебо-терапия в различных модификациях, милье-терапия (терапия средой обитания).
- ✘ Физиотерапия (водо- и электролечение, массаж), иглорефлексотерапия и баротерапия.
- ✘ Индивидуальная работа с психотерапевтом и психологом по специальным планам.
- ✘ Семейная психотерапия.
- ✘ Участие в группах Анонимных Алкоголиков, Анонимных Наркоманов и Анонимных Игроков.

Подготовил: заведующий 21 наркологическим отделением для лечения и реабилитации лиц, страдающих синдромом зависимости от психоактивных веществ, РНПЦ психического здоровья Иванов В.В.

Государственное учреждение
«Республиканский научно-практический центр
психического здоровья»

Игромания – зависимость без наркотиков

