

ИГРОМАНИЯ – ЭТО НЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ, А ОПАСНАЯ БОЛЕЗНЬ

Развитие современных технологий, доступность для населения участия в азартных играх, привел нашу страну не только к изменению условий жизни, но и появлению новых психологических зависимостей. Некоторым игровые автоматы или лотереи кажутся развлечением и безобидным средством для снятия стресса.

Агенты игровой зависимости бесконечно разнообразны. Кроме игровых автоматов, к ним относятся картежные игры (покер, Блек-Джек и др.), домино и рулетка. Азартные игры как форма досуга или развлечения существуют повсеместно, и подавляющее большинство людей иногда играют в казино, на игровых автоматах, ходят на бега, бьются об заклад, покупают лотерейные билеты. В связи с этим многие американские исследователи считают азартные игры серьезной социальной проблемой, представляющей угрозу для части населения. Проблема усугубляется тем, что в процессе игры в ряде случаев возникают расслабление, снятие эмоционального напряжения, отвлечение от неприятных проблем и игра рассматривается как приятное проведение времени. По этому механизму постепенно наступает втягивание и развивается зависимость.

В современной психологической литературе азартная игра определяется как перераспределение благ в условиях преднамеренного риска, когда одна сторона теряет, а другая сторона приобретает, без участия в производстве данных благ, при единственном детерминирующем факторе случая. Игроманию можно определить как такую форму привычной зависимости, когда приобретение благ в результате игры случая становится главным способом удовлетворения возникающей напряженной потребности с целью обогащения.

Актуальность проблемы патологической зависимости от игр рассматривается в связи с тремя основными причинами. 1) Возникновение социальных и финансовых проблемы у патологических игроков: 23% игроков имеют финансовые проблемы, 35% разведены, у 80% нарушены межличностные отношения в браке. 2) Распространенностью противоправных действий - до 60% среди зависимых от азартных игр совершают правонарушения. 3) Высоким суицидальным риском - от 13 до 40% патологических игроков совершают попытки самоубийства, у 32-70% отмечаются суицидальные мысли.

Опрос, проведенный в прошлом году в ряде стран Европы, показывает, что 33% **подростков** в возрасте от 12 до 17 лет играют в бесплатные **азартные игры** он-лайн. Такие игры удобны и легкодоступны, а так же к ним можно получить доступ из дома, часто без родительского контроля. Их новизна, высокий уровень стимуляции и низкий уровень физической нагрузки так же является призывом для молодых людей, многие из которых технически развиты.

Патологическое влечение к азартным играм относится к группе психических расстройств. В Международной классификации болезней 10-го пересмотра, основным диагностическим критерием данного заболевания является постоянно повторяющееся участие в азартной игре, которое продолжается и часто усугубляется, несмотря на социальные последствия.

Не во всех странах, игровая зависимость принята как болезнь. В России она внесена в официальный диагностический справочник. В США тоже. Во многих

странах Европы подход к этому вопросу гораздо менее лоялен, игровая зависимость считается чем-то вроде вредной привычки.

За рубежом на проблему игровой зависимости обратили внимание около 30 лет назад. Игровая зависимость в США включена Американской ассоциацией психиатров в список психических заболеваний, которой подвержены 2-3% взрослого населения. Четыре из пяти случаев игровой зависимости приходится на мужчин (в основном в возрасте 20-30 лет), и более 90% начинают играть с подросткового возраста. Зависимые игроки идут на большие затраты денег и сил, а также предпринимают активные мыслительные усилия для достижения выигрыша.

Данная зависимость относится к нехимическим видам аддикции и известна как гэмблинг. Она проявляется в безудержном желании постоянно участвовать в бесконечных эпизодах азартной игры, превращаясь в потребность и доминанту, подавляя все другие проявления потребностей – начиная с физиологических и заканчивая высшими духовными. Показательно, что даже потребность в безопасности, базальная для человека, нейтрализуется и перестает быть движущей силой поведения в условиях охватившего азарта. Проблема характера и степени игровой зависимости, познание личностных особенностей играющего человека и характера осуществляемой психологической деструкции его в контексте вышесказанного приобретают особый смысл и актуальность.

Гемблинг (от англ. слова *Gamble*) - рискованное предприятие, азартная игра. Выделяют «нормальную» и патологическую разновидности гэмблинга.

Непатологический гэмблинг - действие с риском утраты чего-то ценного (обычно денег) при неопределенном исходе и надежде выиграть что-то большей ценности. Непатологических игроков еще называют социализированными азартными игроками, т.е. людьми, еще не утратившими самоконтроля в игре.

Патологический гэмблинг, согласно американской классификации DSM-IV: расстройство контроля над влечениями, характеризующееся дезадаптирующим повторяющимся поведением в виде игромании, имеющим разрушительные последствия для семейной, профессиональной и социальной жизни. Игроманией, как правило, называют патологический гэмблинг.

Некоторыми авторами игромания рассматривается как частный вариант зависимого поведения. По их мнению, актуальность проблемы определяется тем, что расстройство характеризуется:

- поражением лиц молодого возраста;
- быстрой десоциализацией этих людей, влекущей значительный прямой и косвенный экономический ущерб для каждого из них, их семей и общества в целом;
- высокой общественной опасностью этого расстройства - криминализацией и виктимизацией больных;
- наличием большого числа коморбидных расстройств;
- отсутствием единого понимания природы психопатологии, клинической динамики, подходов к терапии и профилактике данного расстройства.

В США существуют специальные критерии, по которым человека можно диагностировать как патологического игрока. Их девять: частое участие в игре и добывание денег для игры; частое участие в игре на большие суммы денег в течение более длительного периода, чем субъект намеревался; потребность увеличивать

размеры и частоту ставок, чтобы достигнуть желаемого возбуждения; беспокойство или раздражительность, если игра срывается; повторная потеря денег в игре и взятие их займы «до завтра», чтобы отыграть потерю; неоднократные попытки уменьшить или прекратить участие в игре; учащение игры в ситуации, когда грозит выполнение своих профессиональных или социальных обязанностей; принесение в жертву некоторых важных социальных, профессиональных или увеселительных мероприятий ради игры; продолжение игры, несмотря на неспособность заплатить растущие долги.

Подводя итог, можно сказать следующее. Патологическое влечение к азартным играм относится к группе психических расстройств. Данная зависимость относится к нехимическим видам аддикции и известна как гэмблинг. Она проявляется в безудержном желании постоянно участвовать в бесконечных эпизодах азартной игры, превращаясь в потребностную доминанту, подавляя все другие проявления потребностей.

Признаки игровой зависимости: давно увлечен игрой в ущерб работе, финансовому состоянию и семейным отношениям; хочет прекратить игру, но не может остановиться; задолжал денег родным, знакомым; говорит им неправду о том, где провел время и на что тратил деньги; в случае выигрыша не может остановиться и уйти в плюсе, а продолжает игру с целью выиграть еще больше, и в результате уходит в минус. Механизм формирования игровой зависимости основан на частично неосознаваемых стремлениях, потребностях: уход от реальности и принятие роли.

В процессе игры возникают расслабление, снятие эмоционального напряжения, отвлечение от неприятных проблем и игра рассматривается как приятное проведение времени. По этому механизму постепенно развивается зависимость. Аддикция к игре начинается тогда, когда после участия в ней человек продолжает с большим постоянством думать об игре и стремится снова участвовать в ней.

Факторы формирования и признаки аддикции от азартных игр.

В случаях участия в азартных играх бывает довольно трудно определить начало становления аддиктивного процесса, так как аддикция развивается постепенно, исподволь и к ней полностью отсутствует критическое отношение.

В настоящее время можно выделить некоторые предрасполагающие факторы, создающие повышенный риск развития этой формы аддиктивного поведения. К ним относятся неправильное воспитание в семье, включая его различные варианты: недостаточную опеку, непостоянство и не прогнозируемость отношений, чрезмерную требовательность, сочетаемую с жестокостью, установки на престижность. Большое значение имеют участие в играх родителей, знакомых, частые игры в домашней обстановке на глазах у ребенка или подростка. Имеются данные о том, что благоприятную почву для развития игровой аддикции создает «вещизм», переоценка значения материальных благ, фиксирование внимания в семье на финансовых возможностях и затруднениях, зависть к более богатым родственникам или знакомым, убеждение в том, что все проблемы в жизни связаны только с отсутствием денег.

Помимо психоаналитических существуют и другие объяснения поведения игроков. Страсть к игре связывают, например, со склонностью к риску или потребностью в острых ощущениях. Социологические исследования показывают, что в азартные игры чаще всего играют люди двух типов. Большая их часть имеет очень спокойные и даже скучные профессии (бухгалтер, библиотекарь, ветеринар), а остальные заняты профессиональной деятельностью, связанной с высоким риском (полицейские, биржевые маклеры, хирурги). Первые делают это из-за нехватки острых ощущений в повседневной жизни, а у вторых склонность к риску является, по-видимому, устойчивой чертой характера.

Генетические исследования, проводимые на детях и взрослых показали, что существуют определенные различия в интенсивности синтеза эндорфинов в популяции людей. Оказалось, что существуют ферменты (катализаторы), которые разрушают опиоидные пептиды. У людей, подверженных состоянию зависимости, активность этого фермента повышена, вследствие чего наблюдается внутренний дефицит опиоидов, которые обеспечивают состояние удовольствия и положительных эмоций.

Человек чаще всего эту зависимость любит, потому что она приносит ему удовольствие. Чаще всего любая зависимость, в том числе и игровая, фиксируется на состоянии комфорта, в случае игроков - это выигрыш. Игра заполняет собой в сознании и в жизни игрока некую пустую нишу, потребность в заполнении которой очень высока. Это может быть нехватка любви, внимания, восхищения.

Вместе с тем, выявлено несколько основных причин появления игромании (лудомании, игровой зависимости).

Прежде всего, это чувство одиночества. Чувство одиночества заставляет человека впервые прибегнуть к игре, а полученные впечатления и ощущения в процессе игры заставляют вернуться к ней в очередной раз.

Чувство неудовлетворенности. Это чувство заставляет человека проявлять себя в игре. Являясь недостаточно реализованным в реальной жизни, недовольным собой, человек пытается выразиться в игре, где гораздо легче стать «победителем», чем в реальной жизни. И чем успешнее его результаты в игре, тем больше ему хочется вернуться к ней вновь и вновь.

Чувство легкой наживы. Это касается в первую очередь азартных игр, таких, как игровые автоматы, игры в казино и прочие. Получив один раз выигрыш, и ощутив приток адреналина от обладания столь легко доставшимися деньгами, человек пытается повторить свой успех в игре, который зачастую не удается.

Легкая податливость разного рода зависимостям. Игромания (лудомания, игровая зависимость) является риском для людей, имеющих любые другие зависимости, например, наркотическую или алкогольную.

Психические расстройства разной степени и характеристики. Люди, некогда лечившиеся от психических расстройств также подвержены такому заболеванию, как игромания (лудомания, игровая зависимость). Установлен высокий уровень их податливости азартным играм, вследствие чего и возникает игромания (лудомания).

Лица с игровой зависимостью имеют следующие личностные особенности:

-высокую «социальную смелость» - склонность к риску, расторможенность, аномальный стиль поведения;

-«подверженность чувствам» - склонность к непостоянству, подверженность влиянию случая и обстоятельств, снижение соблюдения общепринятых норм и запретов в поведении и межличностных контактах;

-«экспрессивность» - эмоциональная дезориентация мышления, спонтанная вера в удачу;

-«напряженность» - активная неудовлетворенность стремлений;

-«неустойчивость самоконтроля» - конфликтность представлений о себе; неадекватность самооценки (независимо от возрастной группы).

Устойчивые ремиссии в основном отмечались у лиц с высоким реабилитационным потенциалом, благополучным преморбидом, монозависимостью, состоящие в браке, имеющие постоянную работу, участвующие в продолжительных лечебно-реабилитационных программах.

Следует помнить, что игромания (лудомания) – это достаточно серьезное заболевание. И, если вы обнаружили признаки игромании (лудомании) у своего родственника, знакомого или близкого человека, следует незамедлительно принимать меры по его лечению. Иначе игромания (лудомания) может привести к непоправимым последствиям.

Лечением игромании занимаются **врачи-психиатры-наркологи, психотерапевты** и успех лечения зависит в первую степень от того, насколько истинным является желание пациента излечиться и как врач заинтересует пациента на преодоление этого недуга. В первую очередь лечение должно быть последовательным и непрерывным. Очень важно при таком заболевании, как игромания, лечение которой должно проводиться при полном согласии больного, участие родственников и близких людей пациента.

Поддержка со стороны близких поможет значительно быстрее и эффективнее справиться с этим недугом.

СПИСОК

организаций, оказывающих помощь населению Республики Беларусь при развитии зависимости к азартным играм

№	Наименование организации	Адрес	Телефон
1.	ГУ «Республиканский научно-практический центр психического здоровья»	220053 г. Минск Долгиновский тракт, 152	8(017)3353066 8(017)2898910
2.	УЗ «Минский областной клинический центр «Психиатрия- наркология»	220013 г. Минск, П.Бровки 7	8(017)3318496 8(017)3317970
3.	УЗ «Брестский областной наркологический диспансер»	224003 г. Брест	(80162)282041 (80162)282081

		пер. Брестских дивизий, 2	
4.	УЗ «Пинский межрайонный наркологический диспансер»	225710 г. Пинск ул. Рокоссовского, 8	(80165)336409 (80165)336420
5.	УЗ «Барановичский межрайонный наркологический диспансер»	225320 г. Барановичи ул. Парковая, 53	(80163) 487373 487357

Игровая зависимость как психолого-педагогическая проблема

Исследования подтверждают, что часть современной молодежи, вместо того, чтобы активно включаться в социальные институты, организовывать семейные союзы и ориентироваться на созидательную деятельность регулярно погружается в «виртуальную реальность». С точки зрения выявления факторов, угрожающих здоровью пользователя и способов защиты от нежелательных воздействий особую важность приобретает проведение исследований, позволяющих выявить влияние интернет-общения на здоровье пользователя как в физическом, так и психическом отношении.

Интернет, вытесняя привычные инструменты общения, заменяет их новыми, что приводит к возникновению совершенно новых форм взаимодействия человека с внешним миром. Интернет общение не исключает, не подменяет и не отменяет традиционные виды общения, однако оно специфично по форме, имеет свои цели, приемы и средства. Несмотря на получение бесценного опыта межличностного общения с новыми людьми, поддержание интернет-общения с несколькими получателями приводит к поверхностным связям с коммуникаторами. Кроме этого негативными последствиями неограниченной доступности контактов являются информационные перегрузки и психоэмоциональное напряжение.

Симптомы начинающейся компьютерной зависимости: ни чем не объяснимая агрессия и утомление, довольно продолжительные и весьма скачущие изменение в настроении, сопровождающиеся то всплеском эмоций, то безучастным подавленным депрессивным состоянием, у этих людей ярко выражена враждебность, не принятие конструктивной критики и советов в свой адрес, враждебный настрой в отношении близких людей, семьи, социального окружения. У таких людей происходит смена привычного круга общения, появление сомнительных знакомств и контактов, отказ от хобби и дел, которые ранее вызывали огромный интерес и стремление. Новые интересы часто влекут за собой пропажу материальных ценностей из дома, в частности денег, возникновение посторонних вещей. Ребенок постепенно и незаметно для родителей погружается в долги, становится более изощренным, юрким способным запросто ввести в заблуждение, солгать для достижения своей цели, не взирая на чувства долга и моральных ценностей.

Опыт и наблюдения показывают, что попаданию человека в интернет-зависимость часто сопутствует явление депривации. Следует отметить, что под депривацией понимается процесс лишения индивида основных жизненных потребностей; недостаточное удовлетворение потребностей; бедность. В соц. энциклопедии под депривацией называют состояние, при котором люди испытывают недостаток того, в чем они нуждаются. Таким образом, депривация представлена как ограничение, лишение человека чего-либо, возникающее в таких жизненных ситуациях, когда затрудняется удовлетворение некоторых его потребностей в достаточной мере или в течение длительного времени.

Печален тот факт, что у людей, длительно и регулярно находящиеся под воздействием виртуального мира компьютерных игр и испытывающих к ним патологическое влечение, развивается психосоциальная депривация, которая может привести к приступам панического страха, общей депрессии и даже к суицидальным попыткам. Исследования показывают, что «игровая зависимость является основанием для деструктивного развития личности, что выражается в отдалении человека от близких, потере интереса к живому общению и реальности»

Главным фактором благодаря которому возникает интернет зависимость у подростков, включая игровую, является нехватка живого общения с реальными людьми, близкими, семьей. Первоначально интернет захватывает своей новизной и неограниченными возможностями в получении различной информации интересующий ребенка и благодаря этому человек не нуждается в живом общении и постепенно понимает, что прекрасно справляется и без чьей либо помощи. Старший школьный возраст сопровождается ускоренным психосоциальным развитием, формируются ценности, происходит активная социализация в общество. В свою очередь, подросток, имеющий интернет зависимость, ограничивается лишь «общением» с компьютером, а все кроме этого отходит на второй план.

В настоящее время наблюдается такая тенденция, что молодежь все чаще пренебрегает реальным общением и все больше отдает свое предпочтение компьютеру, компьютерным играм. Интернет стремительно привязывает молодежь к виртуальной реальности, отдаляя ее тем самым от друзей, от приятного общения с ними. Благодаря этому у подростков наблюдается недостаток опыта и навыков в общении с людьми. Человек, как правило, не уверен в себе и не способен на принятие волевых и важных решений, без которых невозможно полноценно существовать в обществе. Также интересен тот факт, что коэффициент умственного развития у таких подростков находится на достаточно высоком уровне, что является еще печальнее. Исходя из выше сказанного можно с уверенностью утверждать, что подростковый или дошкольный возраст из-за психологических особенностей взросления и становления личности является наиболее уязвимым, именно в этот период дети являются более подвержены интернет-зависимости.

Компьютерные игры делятся на неролевые и ролевые. Такая классификация является очень важной, ввиду того что психологическая зависимость имеет существенные различия и механизмы отличаются между собой.

Ролевые компьютерные игры которые мы рассматриваем с точки зрения психологии, в них подросток полностью вживается в образ своего героя,

виртуальный мир в котором он находится требует от него полного перевоплощения. Мы акцентируем внимание именно на ролевых компьютерных играх из множества других не просто, ведь именно в них человек полностью погружается и перевоплощается в компьютерного персонажа. В процессе игры подросток «сливается» с компьютером, становится с ним единым целым. В некоторых случаях происходит потеря личных качеств и полное превращение в образ с присущими ему особенностями, это ведет к потере своей индивидуальности.

К не ролевым играм относят всевозможные азартные игры, головоломки. На основании анализа психолого-педагогической литературы по проблеме компьютерной игровой Интернет-зависимости у обучающихся, проведения целого ряда исследований, можно сделать выводы: учащиеся, а особенно – студенты, подвержены игровой компьютерной зависимости, т. к. наблюдаются все признаки данного явления: компьютеризированные устройства постоянно находятся в руках, наблюдаются попытки воспользоваться устройствами во время занятий, во время перемен половина группы «отдыхает» в виртуальности, продолжая играть не выходя из лаборатории. Особенным "шиком" считается играть в сетевые игры через Интернет.

Необходимо:

1. Организовать диагностическую работу по выявлению учащихся подобной группы риска путем постоянного психологического тестирования.

2. Организовать информационно-просветительную работу с обучающимися, родителями по вопросам угроз и последствий компьютерной игровой зависимости и путям ее профилактики и преодоления.