

НЕГАТИВНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ АЗАРТНЫХ ИГР НА НАСЕЛЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ. ПРИЧИНЫ, ПРИЗНАКИ, ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Игровая зависимость (игромания) – это патологическая склонность к азартным играм (казино, рулетка, автоматы, карты, компьютерные игры), обладающая огромной силой, способностью завладеть здравым умом человека. Это одно из распространенных в настоящее время зависимостей, болезненное влечение, которое начинает развиваться с обычного безобидного увлечения компьютерными играми.

По статистике более всего игромании подвержены подростки. Хотя возрастной период охватывает все поколения. Преимущественно страдают мужчины. Самое страшное, что делает игроманию таковой - это невозможность в начале развития болезни распознать ее.

Основные причины 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.** 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 игровая зависимость. Установлен высокий уровень их податливости азартным играм, вследствие чего и возникает игровая зависимость.

Механизм формирования игровой зависимости основан на частично неосознаваемых стремлениях, потребностях таких, как 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 такому механизму постепенно развивается зависимость. Зависимость к игре начинается тогда, когда после участия в ней человек продолжает с большим постоянством думать об игре и стремится снова участвовать в ней.

К сожалению, игровая зависимость на первых порах не так-то легко поддается распознаванию. Порой окружающие догадываются об этом уже по явным нездоровым признакам.

Основные 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.

Профилактика игровой зависимости

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;
- 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.

Как избавиться от игровой зависимости

К сожалению, таблеток от игровой зависимости пока не изобрели. Это заболевание считается неизлечимым, хроническим и прогрессирующим. Лекарственные средства могут лишь на время стабилизировать состояние, но в какой-то момент человек снова возвращается к своему пристрастию. Корни зависимости формируются в раннем детстве. Поэтому психотерапевтическая помощь – это основа начального этапа выздоровления.

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 игровой зависимости 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.

Если Вы обнаружили у себя или своих близких игровую зависимость от азартных игр, обратитесь за помощью к специалистам по лечению зависимостей: они помогут избавиться от навязчивого стремления играть, подскажут оптимальные способы решения проблем, найдут пути выхода из личностного кризиса, окажут психологическую и социальную поддержку.