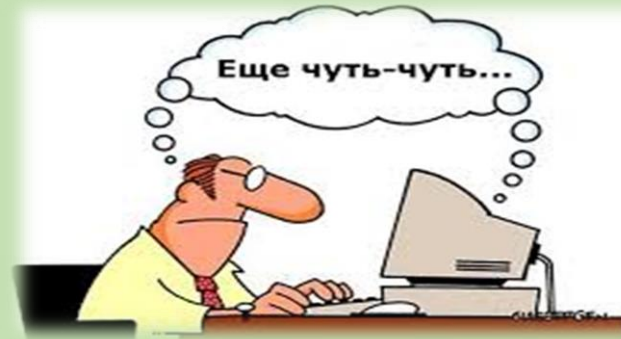


«ТО НАША ЖИЗНЬ? Игра!» - сказал когда-то Шекспир. Знал ли великий драматург, что уже через несколько столетий капиталисты перевернут эту фразу, и Игра будет сравниваться с Жизнью, а не наоборот? Сегодня миллионов людей заточают себя в матрицы компьютерных игр, приковав себя к клавиатурам зависимостью от виртуальной реальности. Увлеченные захватывающими фантазийными сражениями, жертвы зависимости живут в игре, оставляя в нашем мире лишь сгорбленное, ожиревшее тело. Иногда его системы жизнеобеспечения оказываются во время очередного сеанса, компьютерных развлечений, и человек умирает. А тем временем безжалостная машина игровой индустрии пожинает на загубленных душах миллиардные прибыли, производя все более современные «заменители реальности» Геймер уходит в виртуальные миры, откуда возвращаются лишь единицы



Правила компьютерной безопасности:

- Время на игру следует ограничивать (для детей 6-7 лет – 10 мин, 8-11 лет – 15-20 мин, для старшеклассников – до 30 мин в день);
- Нельзя играть перед сном, сразу после еды и, разумеется, вместо сна, подвижных игр, помощи по дому, не сделанных уроков и даже просто прогулке на улице.
- Нужно контролировать содержание игры (исключать сюжеты с насилием, жестокостью, сексуальной распущенностью, нездоровым азартом, оккультно-сатанинскими и прочими нравственно отрицательными темами.)

Автор: Врублевская В.В. врач-психиатр-нарколог
УЗ «Мядельская центральная районная больница»
222397, г. Мядель, ул. Коммунистическая, 23 E-mail:
mail@myadelcrb.by.

Что такое
иромания?



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

Артур Шопенгауэр

Игромания, лудомания («ludus» - игра), гемблинг («to gamble» - играть в азартные игры) – это болезненное состояние, патологическая зависимость от различных азартных игр. Это заболевание относится к группе психических расстройств, и занимает особое место среди зависимостей именно из-за своих последствий.

От него страдают преимущественно молодые, чаще успешные и нередко талантливые люди, которые быстро утрачивают свои способности, цели, наносят ущерб себе и своим семьям, часто на почве зависимости совершают преступления.

Стадии зависимости от игр

Одержимый игрок обычно проходит через четыре стадии:

1. Стадия выигрышей. Игра от случая к случаю, мечты о выигрышах, возрастающие ставки, большие выигрыши
2. Стадия проигрышей. Игра в одиночку, уходы с работы, крупные займы, неоплаченные долги, ложь.
3. Фаза отчаяния. Испорченная репутация, разрыв с семьей, друзьями, раскаяние, перекладывание вины на других, паника, незаконные действия.
4. Бездна стадия. Чувство безысходности, мысли о самоубийстве и возможные попытки, аресты, алкоголь, эмоциональные нарушения и симптомы безумия.

Признаки игромании

Как только страсть к азарту становится болезненной зависимостью, признаки ее становятся очевидными для окружающих. При этом сам игрок их обычно не замечает, отказываясь признавать проблему. Наличие лудомании и степень ее выраженности можно определить следующими факторами:

- нарастающая степень вовлеченности в азартный процесс и нежелание с ним расставаться
- опасность зависимого поведения для самого человека и его окружающих
- отсутствие мотивации и силы воли самостоятельно справиться с тягой к игре, потеря контроля над ней
- неадекватная оценка зависимости, желание его скрыть и утаить расходы, затрачиваемые на игру
- вытеснение прежних ценностей и увлечений игровым процессом, мысли о нем становятся единственной целью существования
- психологические расстройства, напоминающие симптомы абстиненции (тревожность, нарушения сна, головные боли и пр.), сочетающиеся с навязчивым желанием продолжить игру

Как избавиться?

Как избавиться от игромании в легких или запущенных случаях может разобраться только специалист (психолог, психотерапевт, психиатр).

Трудность обнаружения патологии обуславливается тем, что чаще всего больные не считают себя зависимыми и не признают сам факт заболевания.

Соматических проявлений (нарушений физического здоровья) у игроманов не наблюдается, страдает только психика.

При этом люди свою патологическую тягу воспринимают как простое увлечение или хобби, поэтому не спешат обратиться к врачу.

Тревогу обычно “бьют” родственники больных, замечая нарастающие изменения в эмоциональных реакциях и поведении своих близких.

В случаях подозрения на игроманию адекватными действиями послужат:

- ненавязчивые беседы с игроками, настраивающими на осознание зависимости, необходимости избавления от нее и посещения врача;
- организация совместного времяпрепровождения (кино, прогулки и т.д.) и развитие доверительных отношений;
- готовность прийти на помощь и найти грамотных психологов или психиатров, при малейшем возникновении у зависимых желания вылечиться;
- предоставление сопровождения в лечебные учреждения и готовность разделить эмоции, неудачи и успехи в ходе терапии.

Успешным считается лечение, приведшее к формированию (у детей) или восстановлению (у взрослых) системы реальных ценностей, жизненной мотивации к общению и познавательным процессам, освобождение от навязчивого желания “погрузиться” в иллюзорный мир игр.