

# Игромания

Болезнь слабой  
ЛИЧНОСТИ

Все мы отчасти люди азартные, только у каждого азарт проявляется по-своему. Человек, ведущий здоровый образ жизни, азартно с тяжелом рюкзаком лезет в гору, дачник азартно засеивает свои шесть соток, кто-то азартно смотрит футбол, кто-то азартно читает книги, а некоторые азартно играют в азартные игры, попадают в зависимость от азарта под названием «игромания».



# Мнение официальной медицины

Игромания – болезнь, которая разрушила уже немало судеб. Однако до сих пор существует мнение, что пристрастие к азартным играм это всего лишь хобби, которое неоправданно вызывает к себе такое пристальное внимание со стороны психологов и психиатров.

Его придерживаются те, кто не знает о том, что в системе кодирования болезней МКБ-10 игромания (она же лудомания) имеет код F63.0, который подразумевает патологическое влечение к азартным играм. Таким образом, официальная медицина признает, что игромания – болезнь.

Принцип возникновения игромании тот же, что у алкоголизма и наркомании. Игра все больше притягивает, больной жалуется, что теряет ощущение времени, вообще ничего не помнит. Постепенно разрушается личность, всякая мораль, наступает депрессия и физическое нездоровье. Криминальных случаев сколько угодно.



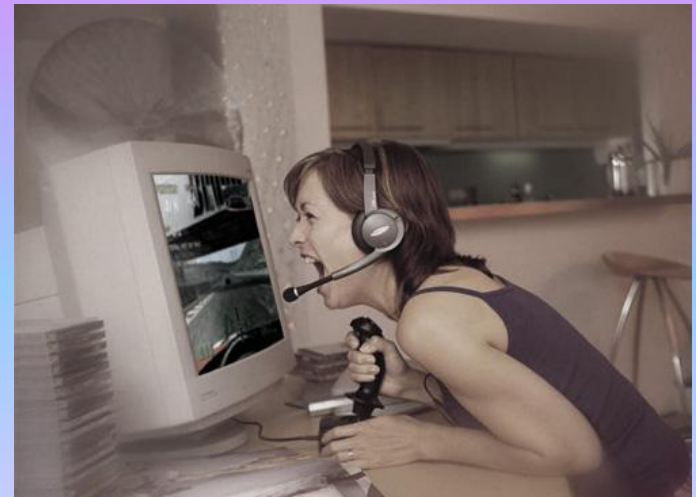
# Причины заболевания

- Одиночество.
- Жадность
- Лень
- Инфантильность
- Чувство неудовлетворенности
- Склонность к зависимостям
- Психические патологии.



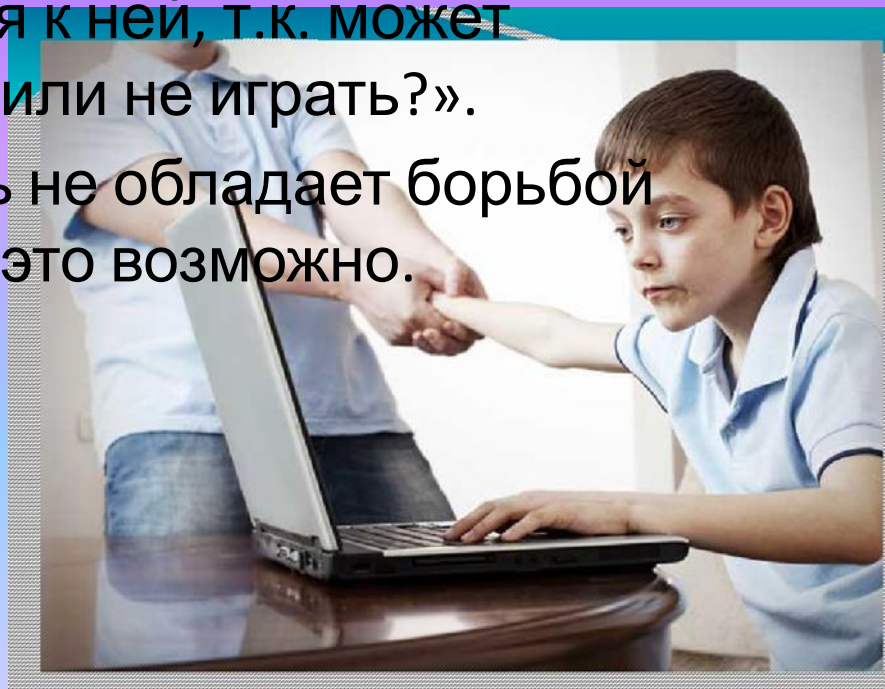
# Факторы, способствующие развитию игровой зависимости у подростков:

- - отставание в психическом развитии;
- - повышенная активность и различные отклонения в поведении;
- - нарушенные внутрисемейные отношения;
- - отсутствие адекватного эмоционального контакта с родителями или значимыми другими лицами;
- - нейтрально попустительское отношение к азартным играм в семье;
- - низкая мотивация к продуктивной деятельности;
- - стереотипная модель получения удовольствия без особых усилий;



# Признаки заболевания

- На начальном этапе у человека формируется сильное желание игры. Ярко выраженной зависимости еще нет, но частота и длительность развлечений повышается
- На втором этапе человеку трудно противостоять желанию провести время за компьютером, однако он все еще сознательно относится к ней, т.к. может задаваться вопросом: «играть или не играть?».
- На последней стадии личность не обладает борьбой мотивов, человек играет, если это возможно.



# Американская классификация

диагноз патологической игровой зависимости ставится при наличии пяти и более пунктов из раздела А и пункта раздела





# Проверь себя. Группа А

- Поглощен игрой, например, постоянно возвращается в мыслях к игре и готовится к реализации очередной возможности сыграть
- Продолжает игру при все возрастающем подъеме ставок, чтобы достичь желаемой остроты ощущений.
- Предпринимал неоднократные, но безуспешные попытки контролировать своё пристрастие к игре, играть меньше или совсем прекратить.
- Проявляет беспокойство и раздражительность при попытке играть меньше или совсем отказаться от игры.
- Играет, чтобы уйти от проблем или снять дисфорию (в частности, чувство беспомощности, вины, тревогу, депрессию).
- Возвращается к игре на следующий день после проигрыша (мысль о проигрыше не дает покоя).
- Ставит под угрозу и даже готов полностью порвать отношения с близкими людьми, бросить работу или учёбу, отказаться от перспективы карьерного роста.
- Потеря контроля над собственным поведением, причем это касается всех вариантов игры

# Проверь себя. Группа Б

- нарушение поведения;
- эмоционально неустойчивое состояние;
- антисоциальные игроки, склонные к импульсивным поступкам

Хотя болезненная страсть к азартным играм чаще наблюдается у мужчин, у женщин эта аддикция принимает более тяжелые формы. Женщины втягиваются в опасное увлечение в три раза быстрее и тяжелее поддаются психотерапии.

# Плюсы и минусы компьютерных игр

## Плюсы:

- способствуют увеличению скорости реакции;
- тренируют память;
- развивают воображение ребенка.

## Минусы:

- возникновение игровой зависимости, пристрастия к игре;
- неблагоприятное влияние на психику ребенка;
- эмоциональная неуравновешенность;
- нарушение сна, ночные кошмары;
- негативное влияние на физическое здоровье (мерцание экрана, излучение и т.п.).



# Последствия игромании

1. Потребность играть становится частой;
2. Потребность в игре незаметно переходит в неодолимую тягу, то есть развивается болезненная зависимость от игры.
3. Мысли и поведение человека направлены только на одно: раздобыть денежные средства для того, чтобы пойти играть.
4. Пренебрежение другими интересами ради возможности пойти в игровой зал.
5. Структурирование дня под игру. ;
6. Человек становится похож на «биоробота», своеобразного «наркомана», реализующего одну единственную примитивную задачу, – удовлетворить патологическое влечение игре.



# Терапия и перспективы выздоровления



Игромания – болезнь, лечение которой затрудняется тем, что медикаментов от нее нет.

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.

# Как справиться с игровой зависимостью?

- Постепенно уменьшать время, проведённое за играми;
- Уяснить опасность игровой зависимости;
- Найти альтернативу;
- Начать больше времени проводить вне дома;
- Увеличивать физические нагрузки;
- Чаще бывать на свежем воздухе.

