

Департамент здравоохранения города Москвы
Московский научно-практический центр наркологии

ИГРОМАНИЯ

памятка для педагогов и родителей

Москва

2012

Проблема патологического влечения к азартным играм в настоящее время привлекает все большее внимание исследователей. Изменение социально-экономической ситуации в стране привело к переменам не только в условиях жизни, но и к появлению новых болезней зависимости. Стремительный рост игровых технологий, активная их популяризация, вовлечение в игровую сферу широких



слоев населения ведет к распространению азартных игр.

Некоторым людям игровые автоматы или лотереи кажутся развлечением и безобидным средством для снятия стресса. Однако, все больше пациентов с диагнозом «патологическое влечение к азартным играм» обращаются за врачебной помощью. 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 основным его диагностическим критерием является постоянно повторяющееся участие в азартной игре, которое продолжается, несмотря на негативные социальные последствия. Как и любая другая зависимость, она имеет ряд характерных психопатологических проявлений: патологическое влечение, рост толерантности, абстинентный синдром, клиническую динамику, изменения личности.

Впервые данное расстройство было выделено в качестве самостоятельного психического расстройства в 1980 году, и включено в рубрику Международной классификации болезней 10 пересмотра (МКБ-10).

Суть игромании или любой другой зависимости заключается в деструктивном стремлении уйти от неприемлемой, как кажется, реальности, для чего индивид пытается искусственным путем изменить своё психическое состояние посредством постоянной фиксации внимания на определённых видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций, возникновением *иллюзии* безопасности и восстановления душевного равновесия.

Всех зависимых людей объединяет стремление быстро и без особых усилий избавиться от душевной боли и напряжения. Человек использует предмет своей страсти в качестве антидепрессанта. Лица, попавшие в плен игромании, пытаются сбежать от реальности, забыться, уйти в мир, где отключается разум, изменяются чувства и ощущения.

На практике игровая зависимость диагностируется редко из-за малого количества лиц, обращающихся за помощью к врачам и психологам. В частности, подростки, страдающие зависимостью от азартных игр, крайне редко попадают в поле зрения врачей. Это происходит вследствие того, что родители могут наблюдать клиническую картину игрового «опьянения» (аналогичное состояние при алкогольном или наркотическом опьянении), только в том случае, если присутствуют при игре подростка, а этого практически не бывает. В связи с этим, родители и близкие поздно узнают о проблеме своего ребенка. Однако, имеются признаки, на которые родителям следует обратить внимание, и своевременно показать подростка специалистам: врачу психиатру или врачу психиатру-наркологу. Сам подросток может не предъявлять никаких жалоб на ухудшение самочувствия.

Критерии диагностики патологической склонности к азартным играм

1. Повторные (два и более) эпизоды азартных игр на протяжении не менее года.
2. Возобновление эпизодов игры, несмотря на отсутствие материальной выгоды, субъективное страдание и нарушения социальной и профессиональной адаптации.
3. Невозможность контролировать интенсивное влечение к игре, прервать ее волевым усилием.
4. Постоянная фиксация мыслей и представлений на азартной игре и на всем, что с ней связано.

Подросток и игромания

В подростковом возрасте продолжается развитие личностных структур, эмоционально-волевой, мотивационно-потребностной сферы. Этот возраст можно назвать переходом из детства во взрослую самостоятельную жизнь. Но этот период характеризуется эмоциональной неустойчивостью, резкими колебаниями настроения, гормональной перестройкой организма. Бурные эмоциональные вспышки нередко сменяются подчеркнутым внешним спокойствием, ироническим отношением к окружающим, по-



пиранием авторитетов. Повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях сменяются легкой ранимостью и неуверенностью в себе. Потребность в общении – желанием уединиться; развязность соседствует с застенчивостью; романтизм, мечтательность, возвышенность чувств, нередко уживаются с сухим рационализмом и циничностью; искренняя нежность, ласковость могут быстро сменяться черствостью, отчужденностью, враждебностью и даже жестокостью.

Желание подростков как можно быстрее почувствовать взрослую жизнь, окунуться в нее, приводят их часто к опасным экспериментам.

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;
- переоценка роли денег в жизни.

Чаще первые пробы игры проходят в компании с целью развлечения, как возможность общения, единения с другими. Подросток охотно заменяет реальный мир на иллюзорный, если настоящая действительность не отвечает его представле-



ниям и ожиданиям. В иллюзорном мире все проще: ты успешен, богат, красив, востребован и не прикладываешь к этому особых усилий. Возвращаться в мир реальный и достигать цели, преодолевая трудности, подростки порой не хотят, да и не всегда умеют.

Таким образом, подростки оказываются заложниками своих зависимостей, страстей, придуманной жизни. Их удел пассивное, бесцельное существование в мире иллюзий.

Последствия игромании

1. Потребность играть становится частой, поскольку игра приносит удовольствие, и первые выигрыши окрыляют, вселяя «надежду» на то, что так будет всегда.
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. Освобождается время для игры за счет семьи, работы, учебы и т.д.
6. Вся жизнь превращается в ожидание игры и добычи для этого материальных средств.
7. Человек становится похож на «биоробота», своеобразного «наркомана», реализующего одну единственную примитивную задачу, – удовлетворить патологическое влечение к азартной игре.

Психологический портрет игрока



Человек испытывает постоянную нехватку денег.

Лжет относительно своих финансовых дел.

Выносит из квартиры вещи, золото, аппаратуру.

Экономит на необходимых вещах, хотя явно деньги у него имеются.

Пропадает в игровых залах, казино по несколько раз в неделю.

Раздражается и грубит в случае отсутствия доступа к компьютеру, игровому залу.

Теряет интерес к своему внешнему виду

(не соблюдает личную гигиену).

Основные клинические признаки развития зависимости от азартных игр

- **игровое «опьянение»** - болезненное состояние, возникающее вследствие и вслед за игрой, характеризующееся двигательным и эмоциональным возбуждением, многоречивостью, предвкушением удовольствия от процесса игры, эйфоричным настроением, концентрацией внимания на игре. В конце «опьянения» картина полностью изменяется: игрок становится раздражительным, грубым, реакции на все стимулы замедляются, внимание истощается, утрачивается способность адекватно оценивать сложившуюся ситуацию, отмечаются расстройства памяти на происходящие события, например, не помнят количество выигранных денег;

- **синдром патологического влечения к игре** - болезненное неодолимое желание играть, при возникновении которого все мысли игрока направлены только на игровую тематику, суждения однобоки, отсутствует критика к происходящему, поведение человека подчинено полностью только одной идее «играть», настроение неустойчивое с тревожным компонентом;

- **игровой абстинентный синдром** – болезненное состояние, которое развивается у игрока через 12-24 часа после окончания игры. Оно характеризуется сниженным настроением, тревогой, раздражительностью, постоянными мыслями об игре, нарушениями сна, общей слабостью, колебаниями артериального давления, учащенным сердцебиением, покраснением кожных покровов, снижением аппетита, головными болями;

- **игровые «запой»** - форма игрового поведения с продолжительностью от 2 до 17 дней, чередующаяся с периодами отдыха от 7 до 45 дней. Начало игры в большинстве случаев связано с провоцирующими внешними факторами, а также наличием достаточного количества собственных денег или доступа к «казенным» денежным средствам. Однако, «запой» могут возникать и самостоятельно, без видимых на то причин;

- **нарастание толерантности** - постепенно увеличивается количество денег, необходимых для того, чтобы играть, и увеличивается продолжительность времени одновременно проводимое за игрой;

- **снижение контроля** - снижение или утрата контроля за сложившейся ситуацией и количественного контроля за потраченными деньгами.

Как уберечь подростка от игромании, компьютерной и интернет зависимости

◇ Проводите больше времени со своими детьми. Играйте с ним в настольные, подвижные игры. Демонстрируйте ребенку привлекательность и разнообразие реального мира.



◇ Будьте последовательны при предъявлении своих требований.

◇ Аргументируйте запреты.

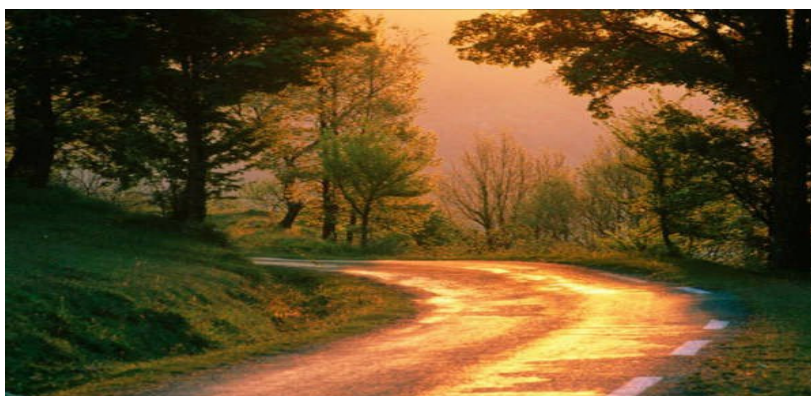
◇ Выражайте эмоциональную поддержку подростку.

◇ Уважайте право выбора подростка, в том числе и право на ошибки.

◇ Не затрагивайте в разговоре личность своего ребенка.

Необходимо знать!

- Игромания - это не привычка и не безобидное времяпрепровождение.
- Игромания - это болезненная зависимость с неодолимой тягой к азартным играм.
- Самостоятельно справиться с этой бедой невозможно.
- Вырваться из иллюзорного мира игромании возможно только при помощи специалистов: психиатров-наркологов, психотерапевтов, психологов.
- Лечение игромании этапное и комплексное.



Специалисты ГКУЗ «Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения города Москвы» готовы оказать Вам всестороннюю помощь и поддержку в избавлении от игромании.

Отделение профилактики зависимого поведения (с консультативным приемом)

тел. (499) 178-69-29

Адрес: город Москва, улица Люблинская, дом 37/1

Телефон доверия: (495) 709-64-04

www.narcologos.ru