Патологический гэмблинг (**лудомания, игровая зависимость, игромания**) – понятие относительно недавно вошло в нашу жизнь (1990 г.).Она относится к нехимической, информационной зависимости от игровых автоматов, казино, компьютерных игр, интернета, SMS-общения и является психическим расстройством, в основе которого лежит патологическое влечение к азартным играм.

Сегодня игровая зависимость – заболевание, признанное всеми медицинскими системами мира, и в настоящее время является серьезной социальной и психологической проблемой наряду с такими проблемами как наркомания, алкоголизм, токсикомания. Данная зависимость может сформироваться в любом возрасте, но наиболее подверженными всё-таки этому подростки, так как их психические процессы только формируются и являются неустойчивыми.

Распространённость патологического пристрастия к азартным играм в мировой популяции составляет от 1,4 до 5%. Как и любая другая зависимость – игровая зависимость крайне негативно влияет на бытовую, учебную, социальную, рабочую, семейную, финансовую и психологическую сферы деятельности человека.

В начале своей игровой истории человек стремится уйти от повседневности методом трансформации собственного эмоционально-психического настроения. Играя человек, не только отбрасывает насущные заботы на задний план, но при этом затормаживается работа его психики, а чаще совсем прекращается индивидуально-личностное развитие, что особенно опасно в детско-подростковом возрасте. Примерно 10 до 14% людей, играющих в различные игры, становятся зависимыми от них.

Появление игровой зависимости обычно сопряжено с переломными периодами в жизни человека и усугубляется тем, что в процессе игры у человека возникает расслабление, снижается эмоциональное напряжение и он отвлекается от неприятных проблем. Игра рассматривается человеком как приятное, беззаботное времяпрепровождение. На основе этого механизма постепенно наступает втягивание и развивается зависимость, так как человек стремится к тому, чтобы всё больше и больше получать это успокоение и расслабление. Также поддерживающим фактором в развитии игровой зависимости являться сопутствие неимоверного количество иллюзий, фантазий, самообманов, суеверий, мифов, россказней, «секретов казино, рулетки, игровых автоматов», усвоенных лудоманом прежде.

Чаще игровая зависимость формируется у тех людей, которые в жизни имеют некоторые трудности в общении, они неуверенные в себе и имеют низкую самооценку, этих людей преследует ощущение одиночества и старания самоутвердиться.

При этом, как правило, игроманы – это азартные, упрямые, отнюдь не глупые люди (чтобы проиграть, надо сначала заработать). Они эмоционально неустойчивы, у них снижена способность к самоконтролю и рефлексии, у них выражены асоциальные установки, они склонны к образованию сверхценных идей, у них повышена активность, что сочетается обычно с преобладанием нарциссических и пограничных личностных черт. Это лица преимущественно мужского пола, средний возраст которых составляет от 21 до 40 лет. Образование – среднее, незаконченное высшее или высшее. Чаще игроки занимаются трудовой деятельностью, состоят в браке, но отношения в семье преимущественно конфликтные.

Также игровая зависимость почти в половине случаев сочетается с алкоголизмом (42,4%). Следует также отметить, что у игроманов высокий удельный вес алкогольной наследственности, которая в среднем составляет 41-52%. Кроме того, суицидальные тенденции среди игроманов составляют 52%, а противоправные действия примерно 50%.

Человек, страдающий игровой зависимостью не только разрушает себя как личность, но он несет горе и угрозу своей семье. Так, в семьях, где есть игрок рано или поздно приходит серьезные финансовый кризис, очень часто эти семьи распадаются.

Также до 60% лиц, зависимых от игры, совершают различные правонарушения, так как им постоянно требуются средства для утоления своей зависимости, и они оказываются «за решёткой». Эти люди склонны к совершению самоубийства, примерно 13- 40% из них совершают такие попытки, а у 32-70% постоянно присутствуют навязчивые суицидальные мысли. Жесткие компьютерные игры уже сделали свое дело: тысячи нормальных людей стали психически неуравновешенными личностями.

Потребность играть находится в области бессознательного, т.к. в большинстве случаев частично или полностью не осознается. Однако неосознанность потребности не говорит о ее отсутствии, ведь уже точно установлено, что бессознательные потребности оказывают наибольшее влияние на наше поведение, чем осознанные.

У людей страдающих лудоманией изменяется биохимический состав активных веществ в клетках мозга, что проявляется в виде извращенных эмоциональных реакций (раздражение, злоба, агрессия, тревога и т.д.). Если все нормальные люди от чувства опасности испытывают страх, то игроманы испытывают от этого эйфорию, пьянящее чувство. У них уровень дофамина снижается до необычно низкого уровня, а как раз именно дофамин в организме человека отвечает за положительные чувства к другим, чувство удовлетворения, радости, а также дофамин осуществляет контроль за сердечно-сосудистой деятельностью.

Основным признаком заболевания является постоянное участие в различных играх. Игроман не обращает внимание на социальные последствия, такие как обнищание, разрушение внутрисемейных взаимоотношений и личной жизни, потеря друзей. Показателями формирующийся зависимости от игры являются учащение игры и непрерывное увеличение «дозы» (прежде всего величина проигрыша, материальный ущерб и длительность игровых эпизодов), а также постепенное нарастание деградации личности. Лудоманы становятся лживыми, изворотливыми попрошайками. У них нарушается режим питания, они теряют чувство времени и могут не спать сутками, полностью трансформируется режим дня и ночи.

Но, как бы опасна ни была игромания, **отчаиваться не стоит**. Как и многие другие болезни, она излечима. Однако самостоятельно справиться с этой проблемой человек не в состоянии. Здесь нужна помощь специалистов. В лечении от игровой зависимости готовых рецептов нет, тем более не приемлемы какие-либо схемы или рецепты для всех случаев жизни. Ведь каждый человек индивидуален и неповторим и у каждого есть свои обстоятельства и зигзаги жизни.

Но считается, что единственный, так как наиболее эффективный способ лечения игромании – это психотерапия, которая проводится как индивидуально, так и в группе. Психологи помогают игроману изменить свое отношение к играм, вывести его из так называемого «игрового гипноза». Это происходит в процессе переоценки жизненных ценностей, изменения образа жизни зависимого от игры человека.

Экстренная психологическая помощь для жителей Могилевской области по преодолению игровой зависимости осуществляется по «Телефону доверия» УЗ «Могилевская областная психиатрическая больница» **8-0222-71-11-61** (круглосуточно).

Пресс-центр инспекции МНС

Республики Беларусь

по Могилевской области