

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ**

**ОТДЕЛ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ**

**ЗАВИСИМОСТЬ ОТ АЗАРТНЫХ ИГР.  
ОСОБЕННОСТИ, ДИАГНОСТИКА,  
ПОСЛЕДСТВИЯ, ПУТИ ВЫХОДА**

**( Методические материалы для кураторов учебных групп )**



**Минск БГМУ 2016**

**Рекомендовано**  
**отделом воспитательной работы с молодежью**

**для внутреннего пользования**



**«Игроки в карты» (The Card Players, 1892-1893)**  
**Автор: Поль Сезанн (1839-1906)**

**Составители:**  
**проректор по воспитательной работе**  
**кандидат медицинских наук**  
**Манулик Владимир Александрович**

**методист отдела воспитательной работы с молодежью**  
**магистр психологических наук**  
**Конон Светлана Николаевна**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>АННОТАЦИЯ .....</b>	<b>4</b>
<b>ВВЕДЕНИЕ .....</b>	<b>4</b>
<b>ВНИМАНИЕ ЗАВИСИМОСТЬ!.....</b>	<b>5</b>
<b>ЗАВИСИМОСТЬ ОТ АЗАРТНЫХ ИГР .....</b>	<b>6</b>
<b>ВИДЫ АЗАРТНЫХ ИГР.....</b>	<b>6</b>
<b>УРОВНИ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ .....</b>	<b>7</b>
<b>ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ ЗАВИСИМОСТИ .....</b>	<b>8</b>
<b>ФАЗЫ ИГРОВОГО ЦИКЛА .....</b>	<b>9</b>
<b>ОШИБКИ МЫШЛЕНИЯ АЗАРТНЫХ ИГРОКОВ .....</b>	<b>11</b>
<b>ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ РАЗВИТИЮ ЗАВИСИМОСТИ .....</b>	<b>12</b>
<b>МЕДИЦИНСКИЙ АСПЕКТ .....</b>	<b>14</b>
<b>КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАВИСИМОСТИ .....</b>	<b>15</b>
<b>ДИАГНОСТИКА .....</b>	<b>17</b>
<b>ЧТО ДЕЛАТЬ? .....</b>	<b>18</b>
<b>КАК ПОСТУПИТЬ, ЕСЛИ ВАШ БЛИЗКИЙ СТАЛ ИГРОМАНОМ .....</b>	<b>18</b>
<b>ЛИТЕРАТУРА.....</b>	<b>19</b>

## **АННОТАЦИЯ**

В издании изложены информационно-образовательные материалы по профилактике зависимости от азартных игр.

Адресуется кураторам учебных групп, заместителям деканов факультетов и заместителям заведующих кафедрами по воспитательной работе, педагогическим работникам, обеспечивающим воспитательный процесс, а так же лицам, подверженным зависимости от азартных игр.

## **ВВЕДЕНИЕ**

Зависимость от игры стала одной из серьезных проблем современного общества. Неконтролируемое развитие игорного бизнеса приводит человека к нищете, а в некоторых случаях и к самоубийству (25% зафиксированных больных предпринимали хотя бы одну попытку совершить самоубийство).

На протяжении жизни зависимость от азартных игр проявляется у 2-3% населения и примерно у 1% населения это принимает форму серьезного заболевания.

В группе риска в основном находятся люди молодом возраста, чаще - мужского пола. Начальным толчком могут быть первоначальный выигрыш «большого куша» или какие-либо тяжелые события в личной жизни: проблемы с партнером, развод, беременность партнерши или профессиональные неудачи.

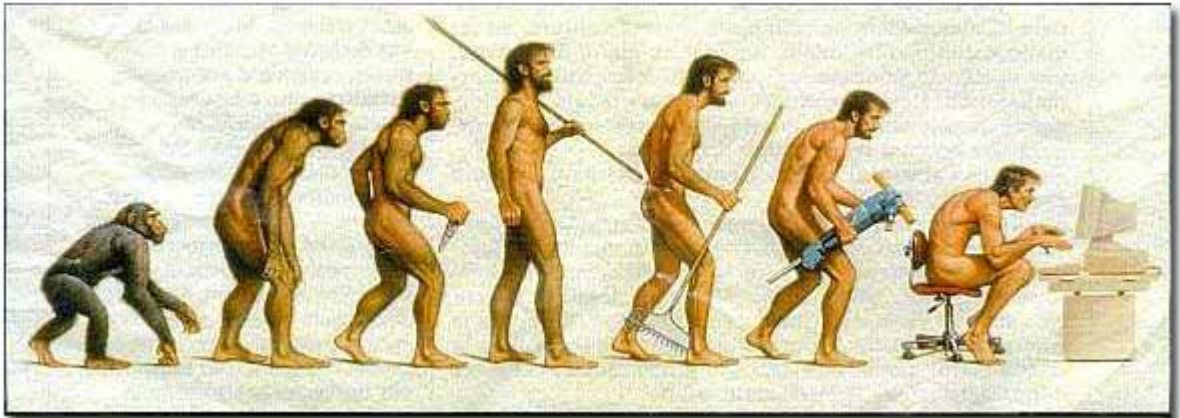
Большая часть зависимых от азартных игр, также страдает от других зависимостей, связанных с употреблением алкоголя или различных наркотических веществ, многие уже совершали противозаконные поступки.

Особенно сильным является нарушение в области личностного восприятия (90% азартных игроков). Нарушения в области личностного восприятия выражается в продолжительном по времени, неадекватном поведении человека, которое ведет к тяжелым последствиям в области социальных контактов. Особенно часто встречаются проявления нарциссизма, для которых типично грандиозное чувство собственной важности, несмотря на то, что они постоянно завышают значимость собственных талантов и достижений. Для них так же характерно состояние погруженности в фантазии о собственном безграничном успехе, силе, блеске, красоте или идеальной любви, при этом пациент полагает, что его личность абсолютно уникальна и неповторима, и непрерывно стремится к повышенному вниманию со стороны окружающих. Так же наблюдается отсутствие мотивации, подавленное настроение, потеря жизненных интересов.



## ВНИМАНИЕ ЗАВИСИМОСТЬ!

С медицинской точки зрения не так важно, что является объектом зависимости пациента: алкоголь, героин, никотин или азартные игры, поскольку все они имеют общие свойства:



- Со временем объект зависимости начинает потребляться человеком принудительно, даже если с этим больше не связано никакое наслаждение.
- Возрастает степень потери контроля за собой.
- Объект зависимости используется для бегства от реальности.
- В конце концов, зависимость становится настолько сильной, что человек перестает обращать внимание на негативные последствия и ущерб, наносимый при этом здоровью.



## ЗАВИСИМОСТЬ ОТ АЗАРТНЫХ ИГР

Патологическое влечение к азартным играм современные исследователи относят к так называемым нехимическим (поведенческим) аддикциям, когда объектом зависимости становится не психоактивное вещество, как в случае химической зависимости, а поведенческий паттерн.

**Зависимость от азартных игр (лудомания, игромания, гемблинг-зависимость)** - патологическая склонность к азартным играм заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, которые доминируют в жизни человека и ведут к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей, такой человек не уделяет должного внимания своим обязанностям в этих сферах.



Азартная игра — распространенное социально приемлемое и легальное занятие в большинстве культур мира. Это может быть игра со ставкой на что-нибудь ценное (обычно деньги) или на то, что произойдет событие, результат которого непредсказуем и обуславливается случайностью.

Азартные игры – так называются игры, результат которых, в противоположность коммерческим, исключительно или главным образом зависит от случая, а не от ловкости или искусства игроков, причем главный интерес направлен не на процесс игры, а на её исход.

*Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона*

### ВИДЫ АЗАРТНЫХ ИГР

1. карточные игры, шулерство;
2. игра в наперстки, лохотронство (мошенническое предприятие, рассчитанное на доверчивых людей, которым оно сулит легкий способ приобретения материальных ценностей (деньги, вещи и пр.);
3. лотереи;
4. ипподром, ставки на результаты заездов, ставки на результаты собачьих и петушиных боёв и т.п.;
5. рулетка и другие азартные игры в казино;
6. игры на аппаратах (игровые автоматы);
7. игра на различных тотализаторах, букмекерство (прием денежных ставок на различные предстоящие события (чаще всего спортивные) с заранее оговоренными вероятностями выигрышей);
8. ставки, пари, споры и т.п.;
9. компьютерные, электронные, видеоигры и т.п.;
10. зависимости от электронных игрушек и устройств (тамагочи) и т.п.;



## УРОВНИ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

**0. Отсутствие игровой зависимости** (социальный игрок). Игра обусловлена познавательным интересом и используется для развлечения, отвлечения, расслабления, отдыха, отключения от проблем (семейных, личностных, потенциальных)



**1. Слабый уровень игровой зависимости.** Борьба мотивов незначительная, превалирует волевой отказ от игры при слабом желании играть. Не проигрывает все имеющиеся а начале игры деньги. Короткие игровые сеансы. Ставки маленькие, но растут. Незначительные выигрыши и проигрыши.

**2. Средний уровень игровой зависимости.** Борьба мотивов «играть – не играть», она достаточно выражена. Как правило, реже удается не начинать игру при желании играть (т.е. не удается волевым усилием запретить себе играть). Азарт контролируется плохо. «Везет» реже. Проигрыши постепенно имеют все большее субъективное значение, чем выигрыши, стимулируя к продолжению игры. Суммы текущих, промежуточных проигрышей и выигрышей растут, как и конечный проигрыш. Удлиняется игровой сеанс, учащаются походы в залы и казино. Игрок набирается опыта за счет попадания в зависимость, строит свои системы игры, игровой процесс все больше обрастает ритуалами, суевериями, проявляет игровое фантазирование (фантазирование по поводу игры вне ее, когда нет возможности играть): например, видит во сне любимые, счастливые комбинации цифр или изображений, везде замечает их наяву (в номерах машин и т.п.)



**3. Выраженный уровень игровой зависимости.** Полное отсутствие борьбы мотивов. Игрок готов играть ежедневно и неограниченное время и любая сумма наличных. Изменение отношения к деньгам: они утрачивают собственный смысл и воспринимаются уже не как денежные знаки, на которые можно все купить, а как простые

«бумажки», но имеющие для игрока значение символа игры: наличные деньги отождествляются только с игрой, с возможностью играть, а это является главным смыслом существования при выраженной степени зависимости. Укорочение периода воздержания и всего игрового цикла (времени от окончания одной игры до завершения другой), увеличение длительности игрового дня. Полная утрата контроля над своим состоянием и своего поведения. Неадекватная, субъектно-пристрастная оценка игровой ситуации.



## ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ ЗАВИСИМОСТИ

Зависимость от азартных игр, иногда называют «скрытой болезнью», потому что она не имеет очевидных физических признаков или симптомов, которые есть в наркомании и алкоголизме. Азартные игроки обычно отрицают или минимизируют свою проблему. Кроме того, они делают все возможное, чтобы скрыть факт того, что они играют. Например, проблема игроки часто отдаляются от своих близких, скрываются, воруют и лгут о том, где они были и чем они занимались.

### ВНИМАНИЕ! СИМПТОМЫ КОТОРЫЕ ДОЛЖНЫ НАСТОРОЖИТЬ САМОГО ИГРОМАНА

Все мысли только об игре (анализирование прошлых игр, планирование ближайшей ставки, подыскивание суммы)	Мощное психическое возбуждение во время игры	Постоянное повышение степени риска в азартной игре
Прекращение игры вызывает гнев, тревогу, раздражение	Устойчивые попытки отыгратья после проигрыша.	Попытки не «втягиваться» в азартные игры не приводят к успеху



## СИМПТОМЫ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ



Необоснованный гнев, чрезмерная возбудимость



Апатия ко всему



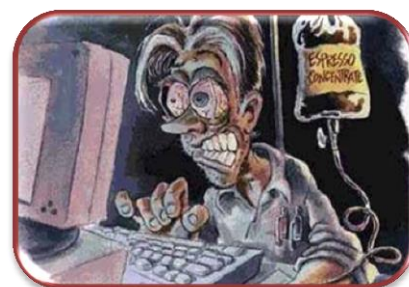
Нервозность и раздражительность



Отсутствие самоконтроля



"Ломка" без игры



Неудержимое желание постоянно играть

**Если вы обнаружили у себя или близких людей вышеперечисленные симптомы – необходимо обратиться за помощью!**

### ФАЗЫ ИГРОВОГО ЦИКЛА

В. В. Зайцев и А. Ф. Шайдулина писали развитие фаз и поведение пациентов-гемблеров.

**Фаза воздержания** характеризуется воздержанием от игры из-за отсутствия денег, влияния микросоциального окружения, подавленности, вызванной очередной игровой неудачей.

**Фаза «автоматических фантазий»**, когда учащаются спонтанные фантазии об игре. Гемблер проигрывает в своём воображении состояние азарта и предвкушение выигрыша, вытесняет эпизоды проигрышей. Фантазии возникают спонтанно либо под влиянием косвенных стимулов.

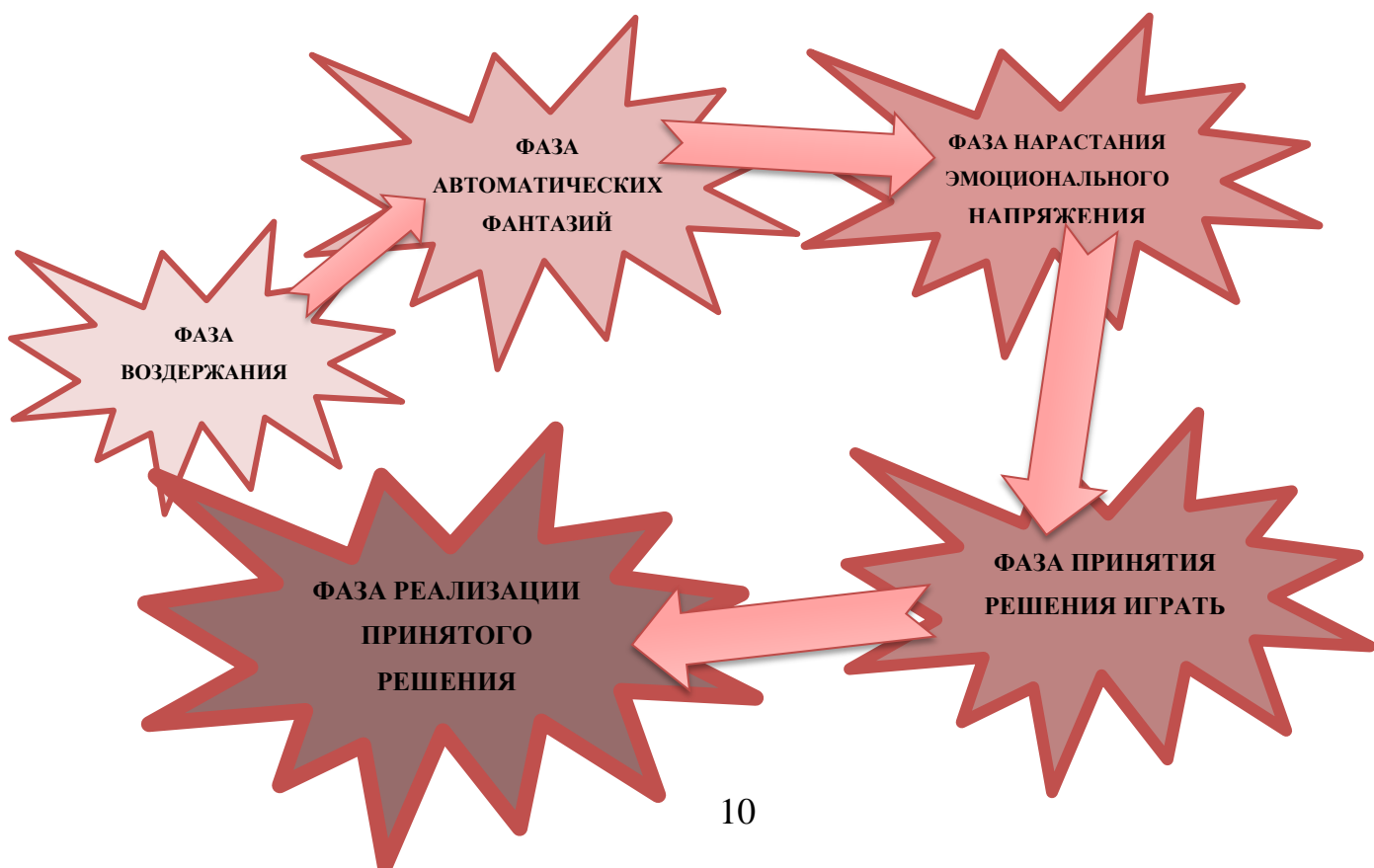
**Фаза нарастания эмоционального напряжения.** В зависимости от индивидуальных особенностей возникает тоскливо-подавленное настроение, либо отмечаются раздражительность, тревога. Иногда это настроение сопровождается усилением фантазий об игре. В ряде случаев оно воспринимается пациентом как бессодержательное и даже направленное в

сторону от игры и замещается повышением сексуального влечения, интеллектуальными нагрузками.

**Фаза принятия решения играть.** Решение приходит двумя путями. Первый из них состоит в том, что пациент под влиянием фантазий в «телеграфном стиле» планирует способ реализации своего желания. Это «очень вероятный для выигрыша», по мнению гемблера, вариант игрового поведения характерен для перехода первой стадии заболевания во вторую. Другой вариант — решение играть приходит сразу после игрового эпизода. В его основе лежит иррациональное убеждение в необходимости отыграться. Этот механизм характерен для второй и третьей стадий заболевания.

**Фаза вытеснения принятого решения.** Интенсивность осознаваемого больным желания играть уменьшается и возникает «иллюзия контроля» над своим поведением. В это время может улучшиться экономический и социальный статус гемблера. Сочетание этих условий приводит к тому, что пациент без осознаваемого риска идёт навстречу обстоятельствам, провоцирующим игровой срыв (большая сумма денег на руках, прием алкоголя, попытка сыграть для отдыха и т. д.).

**Фаза реализации принятого решения.** Для неё характерно выраженное эмоциональное возбуждение и интенсивные фантазии о предстоящей игре. Часто гемблеры описывают это состояние как «транс»: «Становишься как зомби». Несмотря на то что в сознании пациента ещё возникают конструктивные возражения, они тут же отменяются иррациональным мышлением. У игрока доминируют ложные представления о возможности контролировать себя. Игра не прекращается, пока не проигрываются все деньги. Затем начинается фаза воздержания и запускается новый цикл.





## **ОШИБКИ МЫШЛЕНИЯ АЗАРТНЫХ ИГРОКОВ**

Для азартных игроков характерны следующие заблуждения и ошибочные представления

### **Иллюзия контроля**

Это обусловлено тем, что в азартных играх личностный фактор играет довольно заметную роль в противовес объективному и не зависящему от игрока случаю. Поэтому игрок склонен объяснять выигрыши собственными способностями, а проигрыши списывать на невезение и сторонние обстоятельства.

### **«Эффект Монте-Карло» ложный вывод игрока**

Из результатов предыдущих явлений делается вывод об изменении вероятности наступления последующих событий. Пример: на рулетке три раза подряд выпало «черное», соответственно, по мнению игрока, теперь должна повыситься вероятность того, что в следующий раз выпадет красное.

### **Ошибочное представление о степени вероятности выигрыша**

Игрок значительно переоценивает свои шансы на выигрыш. К примеру, в 98% случаев игра в лото является проигрышной.

### **Эффект близкого попадания «подсознательное сожаление и небольшой промах»**

Это явление встречается, к примеру, у игроков в игровые автоматы, когда для того, чтобы выиграть, необходимо появление на экране 3 одинаковых символов, а выпадают только два одинаковых значка. Вывод: «Я был совсем близок к выигрышу! Я должен попытаться еще раз!»

### **Попадание в ловушку «западня»**

В данном случае имеется в виду фиксирование ложного решения, чтобы оправдать уже совершенные инвестиции в банк. «Хорошо, скорее всего, я уже проиграл более сильной комбинации, но раз уж я дошел до терна, тогда надо бы посмотреть и карту ривера».

### **Доказано!**

**во время азартной игры у зависимых людей значительно  
повышен процент ошибочных решений**

## ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ РАЗВИТИЮ ЗАВИСИМОСТИ

Возникновение зависимости от азартных игр – это комплексное явление, в котором играет роль множество различного рода факторов, однако наибольшее значение имеют:

- нарушения в области самооценки («нарциссизм»)
- нарушения в области межличностных отношений
- нарушение регуляции собственного состояния возбуждения

### Нарушения в области самооценки



Особое значение имеет нарушение собственной оценки, которое сопровождается ощущением пустоты вокруг себя. Собственные, глубоко укоренившиеся детские комплексы неполноценности компенсируются фантазиями о собственном величии и всевластии.

Первоначальные прибыли укрепляют чувство собственного достоинства, осознание собственной важности, подтверждают определенную собственную исключительность. Часто в начале пути стоит «большой куш», легкий и быстрый выигрыш, стартовый толчок для ухода в собственный мир фантазий.

### Нарушения в области межличностных отношений

Британский детский психиатр Джон Боулби в шестидесятые годы XX века создал теорию привязанности. Он установил, что в зависимости от чуткости матери и ее способности настроиться на ребенка возникают различные типы привязанностей.



При «неуверенно-избегающем» типе привязанности дети, например, не уверены в том, что для них доступен человек, к которому они привязаны. У



них присутствует ожидание, что их желания принципиально отвергаются, такие симптомы обычно присутствуют у детей, которые в жизни часто отвергались. Дети с подобным типом привязанности гораздо более восприимчивы к разного рода психическим нарушениям по сравнению с детьми с «уверенным» типом привязанности.

Помимо этого у людей, одержимых азартными играми, часто обнаруживается состояние «разрыва с домом», в частности плохие отношения с отцом. Зачастую в предыстории болезни пациента можно обнаружить опыт обманутых ожиданий и разочарований.

### Нарушение регуляции собственного состояния возбуждения

Неспособность регулировать собственное внутреннее напряжение и возбуждение проявляет себя, например, в особом постоянно присутствующем беспокойстве азартного игрока. Поначалу мотивацией к игре может быть стремление к выигрышу и успеху, желание победить скуку и однообразность или преодоление отрицательных эмоций, например, после развода или разрыва. Постепенно игрок попадает в замкнутый порочный круг, жертвами которого становятся все сферы жизнедеятельности личности.



Игрок попадает в состояние радостного возбуждения во время игры и пытается находить отговорки и логичные объяснения для своего бесконтрольного игрового процесса. У игрока может также развиваться суеверное и магическое мышление. Постепенно он все дальше уходит в мир собственных фантазий о величии и успехе. Происходит отчуждение человека от его привычного круга общения, он все глубже начинает погружаться в одиночество. Вместе с этим постепенно начинает изменяться и образ мышления. Игра становится главным жизненным занятием, что приводит к физическому, духовному и социальному упадку в процессе развития личности.

Азартный игрок также отличается пониженной способностью контролировать собственные импульсы, то есть не может полноценно противостоять внутреннему стремлению к игре, так же как и пациент, лечившийся от алкогольной зависимости, после выписки из наркологической клиники зачастую не может сопротивляться тяге к бутылке, которая может неожиданно проявиться вновь. Вопреки многочисленным отрицательным последствиям у пациента усиливается стремление к тому, чтобы снимать напряжение посредством азартных игр.

## МЕДИЦИНСКИЙ АСПЕКТ

Патологическое влечение к азартным играм - нарушение, выраженное в частой и регулярно повторяющейся азартной игре, которая доминирует над образом жизни пациента и ведет к утрате социальных, профессиональных и материальных ценностей и обязательств.



F00-F99 «Психические расстройства и расстройства поведения»

F63 «Расстройство привычек и влечений»

F63.0 «Патологическое влечение к азартным играм»

Для диагностики патологического влечения к азартным играм состояние человека должно отвечать следующим критериям:

- 1) повторные (два и более) эпизоды азартных игр на протяжении не менее года;
- 2) эти эпизоды возобновляются, несмотря на отсутствие материальной выгоды, субъективное страдание и нарушение 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 всем, что с ней связано.



Более широко диагностические признаки патологического влечения к игре представлены в американской классификации психических расстройств. Диагноз патологического гемблинга ставится при наличии пяти и более пунктов из раздела «А» в сочетании с пунктом раздела «Б».

Раздел «А».

1. Поглощённость гемблингом: постоянное возвращение в мыслях к прошлому опыту гемблинга, предвкушение и готовность к реализации очередной возможности гемблинга, обдумывание способа достать денежные средства для игры.

2. Продолжение игры при все возрастающем подъёме ставок, чтобы достичь желаемой остроты ощущений.

3. Наличие в прошлом неоднократных, но безуспешных попыток контролировать своё пристрастие к гемблингу, играть реже или совсем прекратить.

4. Появление беспокойства и раздражительности при попытке играть реже или совсем отказаться от игры,

5. Обращение к игре связано с желанием уйти от проблем или снять проявления депрессии (чувство вины, тревоги, ощущение беспомощности).

6. Возвращение к игре на следующий день после проигрыша, чтобы отыграться (мысль о проигрыше не даёт покоя).

7. Лживость по отношению к семье, врачу и другим людям, чтобы скрыть степень вовлеченности в гемблинг.

8. Наличие криминальных действий, таких как подлог, мошенничество, кража, присвоение чужого имущества с целью обеспечения средств для гемблинга.

9. Аддикт (зависимый) ставит под угрозу и даже готов полностью порвать отношения с близкими людьми, бросить работу или учёбу, отказаться от перспективы карьерного роста.

10. В ситуации отсутствия денег из-за гемблинга перекладывает решение проблем на других людей.

Раздел «Б».

Игровое поведение не связано с маниакальным эпизодом.

## **КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАВИСИМОСТИ**

### **1. Быть хорошо информированным!**

Начнем с того что, каждый человек обязан иметь представление о том, что азартная игра имеет свойство затягивать, и что это болезнь, такая же как все другие зависимости.

### **2. Иметь разносторонние интересы!**

Для того, чтобы не втянуться в игру, следует иметь множество других интересов, или, по крайней мере, несколько. Ведь в принципе игра - это хобби. А вот у игроков – это не хобби.

### **3. Уметь распоряжаться финансами!**

Всегда нужно уметь пользоваться деньгами, и заранее планировать игру за доступный бюджет. То есть не мчаться сломя голову в клуб и проиграть все деньги спонтанно.

Не стоит ни в коем случае делать большие ставки, хоть бы в деньгах человек не знает обделенности.

Стоит так же иметь некоторую жадность к своему бюджету. Всегда необходимо помнить, что владельцы казино берут деньги, а игрок остается ни с чем. И каждый раз тратит на игру больше и больше.

#### **4. Иметь устойчивые социальные контакты!**

Нужно ценить близких и родных людей, которых в конечном итоге можно потерять, ценить работу. В целом необходимо любить и ценить себя. Не одна игра не стоит таких душевных затрат.

#### **5. Внимательно относиться к себе!**

Еще следует знать, что душевное состояние пришедшего играть в казино тоже имеет огромное значение. Если у человека неурядицы дома, в целом ему на данном этапе жизни не везет, лучше вовсе отказаться от этой затеи-посещения таких заведений. Меланхолия, депрессия, скука способствуют уходу от действительности. В целом существует много причин для развития игромании. Поэтому человек должен обладать хоть небольшим самонаблюдением, для того чтобы понимать о том, что же творится у него в душе. Это может очень даже помочь и спасти от грядущих проблем.

#### **6. Вести здоровый образ жизни!**

Нездоровый образ жизни, отсутствие планов и целей, наличие большого количества свободного времени – факторы, которые могут влиять на развитие заболевания.

Например, под воздействием алкоголя человеку труднее остановить азарт, эти две зависимости в нередких случаях идут рука об руку. Но опять же, все это зависимости, и все они, включая игроманию из одной стихии, заманивающие, определенного склада характера, личностей.



**Учись находить в жизни радость**



## ДИАГНОСТИКА

### САМОПРОВЕРКА

Ниже представлен список из 19 вопросов, на которые надо ответить либо да, либо нет.

1. Ты когда-нибудь играл до тех пор, пока у тебя не закончились деньги?
2. Ты когда-нибудь занимал деньги для того, чтобы поиграть в азартные игры?
3. Ты когда-нибудь занимал деньги для игры или по причине того, что тебе нужно было расплатиться?
4. Ты регулярно превышаешь установленный самим для себя временной или финансовый лимит для игры?
5. Приходила ли тебе когда-нибудь в голову мысль раздобыть денег для игры нелегальным способом?
6. Ты часто думаешь об игре?
7. Ты когда-нибудь крал деньги для игры?
8. Ты плохо концентрируешься на вещах, не связанных с азартными играми?
9. Ты становишься беспокойным и агрессивным, когда ты лишен возможности играть в азартные игры?
10. Повседневная жизнь кажется тебе неинтересной и скучной по сравнению с азартными играми?
11. Ослабевает ли при этом твой интерес к происходящему вокруг и к людям, которые тебя окружают?
12. Ты играешь для того, чтобы вернуть проигранное?
13. Ты скрываешь от друзей или семьи то, как часто ты играешь, и сколько ты при этом уже проиграл?
14. Ты часто ощущаешь муки совести после игры?
15. Случалось ли уже такое, что ты продолжал игру, зная при этом, что это наносит вред тебе лично или кому-то еще?
16. Ты когда-нибудь уже играл для того, чтобы повысить свое настроение и уйти от накопившихся проблем?
17. Приводила ли твоя игра к тому, что в твоей семье случались конфликты и ссоры?
18. Ты уже когда-нибудь пропускал работу/учебу ради того, чтобы провести время за азартными играми?
19. Тебя когда-нибудь посещали мысли о самоубийстве или предпринимал попытку совершить суицид из-за азартных игр?

Если количество положительных ответов превысило 7, тогда возникает подозрение на то, что у тебя существует зависимость от азартных игр.

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

Каждый игрок уникален, и поэтому нуждается в программе *лечения игромании*, адаптированной специально для его случая. То, что работает для одного - не обязательно будет работать для Вас. Самый большой шаг в лечении игромании — признание того, что у Вас есть проблемы с азартными играми. Необходимы огромная сила и мужество, чтобы признаться в этом, особенно если Вы потеряли много денег и Ваши отношения с окружающими заставляют желать лучшего. Не отчаивайтесь, и не пытайтесь делать это в одиночку. Многие другие были на вашем месте и смогли избавиться от этой привычки. Обратитесь за помощью к специалистам.

## КАК ПОСТУПИТЬ, ЕСЛИ ВАШ БЛИЗКИЙ СТАЛ ИГРОМАНОМ

Во-первых, не нужно впадать в отчаяние и начинать использовать ультиматумы, закрывания в комнате и т.д. Это к хорошему не приведет, а лишь вызовет агрессию больного.

Во-вторых, попробуйте склонить игромана к посещению опытного психиатра. Не забывайте, что сам человек, никогда не признает зависимость.

В первую очередь, доктор налаживает контакт с игроманом, вызывает в нем доверие и проявляет желание помочь. При легкой стадии заболевания лечение могут произвести друзья и родные, нужно просто заполнить время пациента. То есть в то время, когда человек обычно играет, нужно заняться чем-то другим: сходить в гости, съездить на пикник, провести время с детьми и второй половинкой.

Если зависимость возникла у ребенка, подростка, то здесь главное влияние родителей, ведь, как правило, "затягивание" в игру происходит из-за дефицита родительской любви и внимания. При этом главное наконец-то подружиться с чадом, начать выделять на общее с ним больше времени.

В тяжелых случаях может даже понадобиться терапевтический курс в психиатрической больнице с использованием лекарственных средств.

Препаратов, излечивающих игроманию, нет. В специализированной клинике используют комплексный подход, включающий духовную работу, лекарственные препараты (антидепрессанты) и психологическую помощь.



**БУДЬ СВОБОДЕН!**

## ЛИТЕРАТУРА

1. Александер, Ф. Человек и его душа: познание и врачевание от древности и до наших дней : пер. с англ. / Ф. Александер, Ш. Селесник. М. : Прогресс Культура Изд. Агент. «Яхтсмен», 1995. - 608 с.
2. Бухановский, А.О. Патологический гемблинг: подход к классификации / А.О. Бухановский, В.А. Солдаткин // Взаимодействие науки и практики в современной психиатрии: Материалы Российской конференции: сб. материалов. М., 2007. - С. 266-267.
3. Галкин, К.Ю. Копинг-поведение при патологическом влечении к азартным играм / К.Ю. Галкин // XIУ съезд психиатров России. Москва, 2005. - С. 336-339.
4. Дудко, Т.Н. Формирование зависимости от азартных игр у молодежи и лиц зрелого возраста / Т.Н. Дудко // Игромания. Мифы и реальность : сб. материалов. Москва. 2004. № 4. - С. 14-15.
5. Егоров, А.Ю. Терапия игровой зависимости / А.Ю. Егоров // Науч.-практ. конф. с международным участием : тез. конф. / под ред. проф. Н.Г. Незнанова, проф. Е.М. Крупицкого. СПб 2012. - С. 44-46.
6. Ениколопов, С.Н. Психологические проблемы патологического влечения к азартным играм / С.Н. Ениколопов, Д.А. Умняшкина // Вопросы психологии. 2007. №3. - С. 82-99.
7. Ильин, Е.П. Психология риска / Е.П. Ильин. С.-Петербург: Питер, 2012. - 286 с.
8. Зайцев, В.В. Как избавиться от пристрастия к азартным играм / В.В. Зайцев, А.Ф. Шайдулина. СПб: Нева, 2003. - 128 с.
9. Зорин, Н. Игромания (гемблинг, или лудомания). Ч. 1 / Н. Зорин // Психиатрия и психофармакотерапия. Журнал им. П. Б. Ганнушкина. 2006. № 4. - С. 64-67.
10. Кузнецова-Морева, Е.А. Психопатологические особенности патологической склонности к азартным играм / Е.А. Кузнецова-Морева // Взаимодействие науки и практики в современной психиатрии: сб. материалов. М., 2007. - С. 286-287.
11. Малыгин, В.Л. Особенности психических нарушений у лиц с патологической зависимостью от игры / Малыгин В.Л. Цыганков Б.Д. // Журнал неврологии и психиатрии. 2006. №5. - С. 16-19.
12. Менделевич, В.Д. Гемблинг как стержневая аддикция / В.Д. Менделевич // Игровая зависимость : мифы и реальность : сб. материалов / под ред. акад. РАМН Т.Б. Дмитриевой. М. 2007. - С. 82-86.
13. Руководство по аддиктологии / под ред. проф. В. Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. 768 с.
14. Старшенбаум, Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г.В. Старшенбаум. М.: Когито-Центр, 2006. 367 с.

15. Энциклопедический словарь / Под ред. И. Е. Андреевского, К. К. Арсеньева, Ф. Ф. Петрушевского; Изд. Ф. А. Брокгауз, И. А. Ефрон. - СПб. : Семеновская Типо-Литография И. А. Ефрона, 1890-1907.