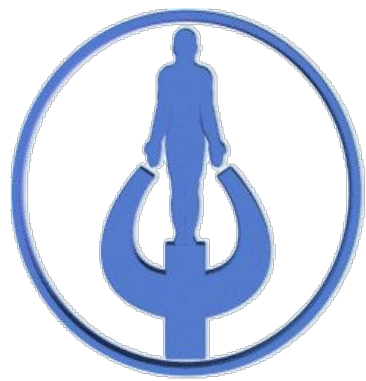
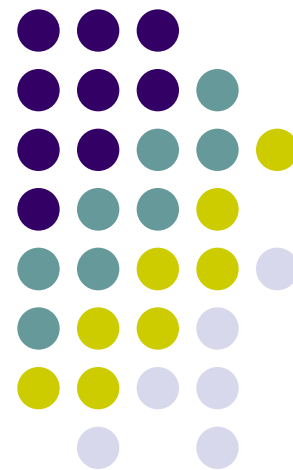




ИГРОМАНИЯ

**Проблема игровой
зависимости, пути
профилактики**

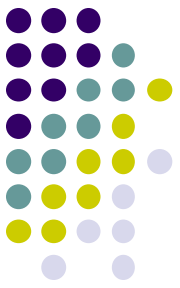




ИГРОМАНИЯ (F63.0)

- Патологическое влечение к азартным играм
- МКБ-10: постоянно повторяющееся участие в азартной игре, что продолжается и усугубляется, несмотря на социальные последствия (обнищание, нарушение внутрисемейных отношений, рунирование личной жизни)
- **Гемблинг** (от англ. Gambling – игра на деньги); **Лудомания** (от лат. Ludo – играю)
- Варианты игр: карточная игра, рулетка, тотализатор, спортивные игры, игровые автоматы, лотереи, кроссворды, игры в сети Интернет.

Актуальность проблемы патологической зависимости от игры



- Серьезные социальные и финансовые проблемы у патологических игроков
- Распространенность противоправных действий (60%)
- Высокий суицидальный риск (до 40% совершают суицидальные попытки)



Распространенность игромании

- Среднестатистический житель любой страны мира может стать уголовным преступником с вероятностью 6%, наркоманом – 32%, алкоголиком – 34%, игроманом – **48%**.
- Гемблинг часто сочетается с алкоголизмом (пьющие люди в 23 раза чаще становятся игроманами, чем непьющие)
- У мужчин расстройство чаще начинается в подростковом возрасте, у женщин – во второй половине жизни
- Зависимость может возникнуть у новичка после первой игры при крупном выигрыше



Факторы риска возникновения гемблинга

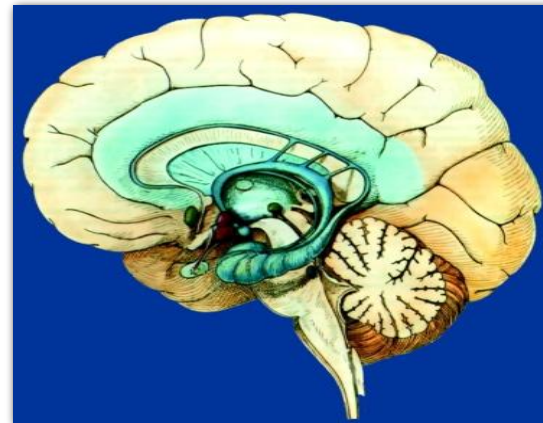


- **Нейробиологические факторы риска:**

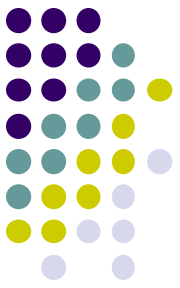
(Органическая неполноценность головного мозга, наследственная отягощенность (по игре, химическим аддикциям, аффективным расстройствам и расстройствам личности), дисбаланс нейромедиаторных структур: серотонин, норадреналин, дофамин).

- **Социальные факторы риска:**

(Неправильное воспитание в семье, участие знакомых, родителей в играх, стремление к игре с детства (домино, карты, монополия), вещизм, переоценка значений материальных ценностей, фиксированное внимание на финансовых возможностях, зависть к богатым родственникам).



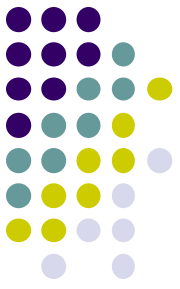
Психологические особенности лиц, склонных к гемблингу



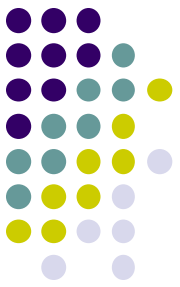
- Экстравертированность
- Высокий интеллект
- Большая энергия при узком круге интересов
- Трудоголизм
- Авантюризм
- Максимализм
- Оппозиционный настрой по отношению к авторитетным фигурам
- Чрезмерная критичность по отношению к близким и друзьям
- Склонность избегать серьезных конфликтов с помощью лжи и искажения фактов
- Склонны к фетишизации денег, игровых автоматов и др.



Диагностические критерии патологического гемблинга



- Два и более эпизода азартных игр за последние 12 месяцев
- Возобновление эпизодов, несмотря на отсутствие материальной выгоды, субъективное страдание
- Нарушение социальной адаптации
- Невозможность контролировать интенсивное влечение к игре, прервать ее волевым усилием
- Постоянная фиксация мыслей и представлений на азартной игре и всем, что с ней связано

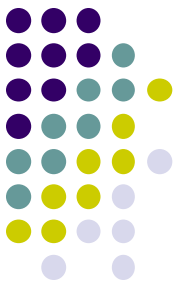


Мифы при игромании

- Его ждет огромный выигрыш
- Неудачниками становятся другие
- После выигрыша наступит райская жизнь, это обещают приметы и приближают магические ритуалы
- Игрок исповедует философию погони, без конца пытаюсь отыграть то, что было проиграно.

При этом он убежден, что игра, создавшая его проблемы, является единственным способом их решения

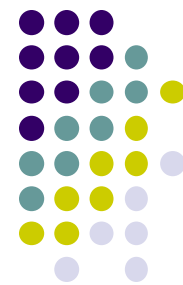
Когнитивные ошибки игроков



- **Стратегические ошибки** – создают иллюзию, что он руководит своими поступками и ходом игры («деньги и работа решают все, в том числе и проблемы эмоций и отношений с людьми» и т.п.)
- **Тактические ошибки** – служат самооправданию пациента, приступающего к игре («Мне нужны деньги и я придумал как обмануть автомат», «Я смогу остановиться, когда начну проигрывать», «Сегодня фартовый день» и т.п.)

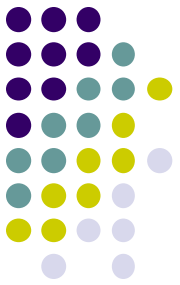


Психологические модели игромании



- В процессе игры игрок предвкушает свой триумф и одновременно ощущает риск, эта смесь эйфории и страха служит ему наркотиком.
- Вследствие **привыкания** становится необходима игра «по крупному», в которой игрок рискует всем, вплоть до жизни





Фазы игрового цикла

- Фаза воздержания
- Фаза «автоматических фантазий»
- Фаза нарастания эмоционального напряжения
- Фаза принятия решения играть
- Фаза вытеснения принятого решения
- Фаза реализации принятого решения



ФАЗА ВОЗДЕРЖАНИЯ

- Обусловлена отсутствием денег, давлением окружающих или подавленностью после проигрыша

ФАЗА «Автоматических фантазий»

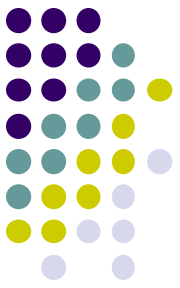
- Характеризуется проигрыванием в воображении состояния азарта в предвкушении выигрыша, эти фантазии или воспоминания возникают спонтанно или под влиянием косвенных стимулов

Фаза нарастания эмоционального напряжения



- Напряжение чаще имеет дисфорический оттенок
- Сопровождается учащением фантазий об игре или повышением сексуального влечения, стремлением к интенсивным физическим и интеллектуальным нагрузкам, нецеленаправленной активности

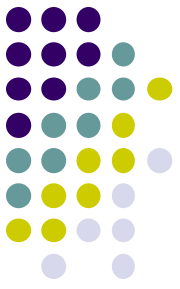
Фаза принятия решения играть



- На первой стадии болезни проявляется в лихорадочном, систематическом планировании варианта выигрыша под влиянием нарастающих фантазий
- На поздних этапах болезни решение отыграться приходит сразу после проигрыша.

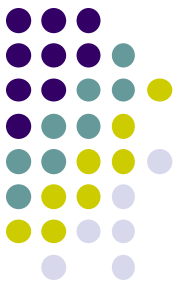


Фаза вытеснения принятого решения



- Появляется иллюзия контроля над своим поведением, в результате игрок идет навстречу угрозе срыва, не осознавая риска
- Получает большую сумму денег, выпивает, пытается сыграть ради развлечения

Фаза реализации принятого решения



- Сопровождается сильным эмоциональным возбуждением
- Больного одолевают фантазии о предстоящей игре
- Он впадает в **транс**, в котором находится до тех пор, пока не останется без денег или без сил

После игры больной пребывает в подавленном состоянии, критикует себя и обещает больше не играть. В результате наступает эмоциональная разрядка, он прощает себя заданный игровой эпизод



СТАДИИ ИГРОМАНИИ



Стадия выигрышей

- Случайные игры, частые выигрыши, возбуждение предшествует и сопутствует игре, потребность играть становится все выраженной, повышаются ставки, игра «на грани фола», часто появляются фантазии об игре, беспричинный оптимизм



СТАДИИ ИГРОМАНИИ



Стадия проигрышей

- Невозможность прекратить игру ни после большого выигрыша, ни в случае постоянных проигрышей
- Игра может длиться непрерывно по нескольку суток
- Уменьшение рабочего времени в пользу игры
- Уменьшение заботы о семье и близких
- Одалживание денег на игру, отказ отдавать долги
- Ложь и сокрытие своей проблемы
- **Синдром отмены** – тяжелое дисфорическое состояние с головной болью, беспокойством, нарушением внимания, подавленностью, раздражительностью, ухудшением сна

СТАДИИ ИГРОМАНИИ



Стадия отчаяния

- Потеря профессиональной и личной репутации
- Утрачивается высокое техническое мастерство игры
- Достает деньги для игры любыми способами
- Угрызения совести, раскаяние, ненависть к другим, паника
- Наказания и самообвинения обостряют стремление «поправить» настроение привычным образом

Финал – уход в себя, безнадежность, злоупотребление алкоголем, аффективные расстройства, суицидальные поступки

Профилактика гемблинга

(рекомендации Калифорнийского совета по проблеме игровой зависимости)



- Решите заранее, сколько времени и денег вы выделяете на азартную игру
- Играйте, осознавая, что вы скорее проиграете, чем выиграете, поэтому играйте на такую сумму, которую вы можете позволить себе потерять
- Расценивайте азартную игру как развлечение, а не как источник дохода

Профилактика гемблинга

(рекомендации Калифорнийского совета по проблеме игровой зависимости)



- Если вам достался хороший выигрыш – радуйтесь! Но напомните себе, что, вероятно, это больше никогда не повторится
- Не играйте в азартные игры, когда вы устали, вам скучно, вы взволнованы или сердиты
- Регулярно записывайте, сколько времени и денег вы потратили на азартную игру

Профилактика гемблинга

(рекомендации Калифорнийского совета по проблеме игровой зависимости)



- Воспринимайте вашу семью и друзей серьезно. Если они обеспокоены вашей игрой, они, возможно, видят что-то, чего вы не замечаете
- Играйте только на собственные деньги
- Осознавайте, что в большинстве видов азартных игр вы не имеете влияния на ход игры.
- Во время игры прерывайтесь: пройдитеесь, поешьте, выйдите на улицу

Профилактика гемблинга

(рекомендации Калифорнийского совета по проблеме игровой зависимости)



- Ограничивайте потребления алкоголя вовремя игры
- Уравновешивайте азартную игру другими видами отдыха
- Не пытайтесь отыграть проигрыши
- Когда идете играть не берите с собой кредитные карточки
- Не играйте из-за того, что другие хотят играть, принимайте собственные решения
- Не используйте азартную игру как способ избежать негативных чувств или ситуаций



Заключение

- Игромания – патологическое влечение к игре, приводящее к серьезным социальным и психологическим последствиям.
 - **Будьте бдительны!**
- **Не позволяйте игре завладеть вашей жизнью.**

Спасибо за внимание!

