

Игромания – увлечение с печальными последствиями



Благодаря развитию технологий и Интернету проблема игромании получила новый толчок к распространению. Сегодня существует множество разновидностей этой болезни, таких как:

1. Непреодолимая тяга к ставкам на спорт;
2. Интернет-зависимость;
3. Компьютерная игромания;
4. Зависимость от азартных игр.

Как проявляется игромания?

Игромания формируется постепенно и незаметно для человека и его ближайшего окружения.

С каждым разом игра занимает все более важное место в жизни, отодвигая на задний план социальные, духовные, семейные и морально-нравственные ценности. Большую часть своего времени человек посвящает игре, остальными делами занимается неохотно. При этом игроманы часто пренебрегают и личной областью ответственности:

- Родительский долг;
- Финансовые обязательства;
- Учеба и работа.

Игромания является хроническим заболеванием и поэтому главным ее признаком можно назвать бессилие человека перед навязчивыми мыслями об игре. Игроман в очередной раз оказывается втянутым в игровой процесс, несмотря на нехватку времени и средств. Разумеется, постепенно это приводит к развалу семьи, потере работы, долгам.

Патологические изменения психики происходят неизбежно. Игроман становится безответственным, лживым, недисциплинированным и конфликтным. Даже у спокойных по своей натуре людей проявляется повышенная агрессия. С такими особенностями характера игроман не способен полноценно выполнять свои социальные обязательства. На завершающей стадии игромании люди начинают с небольших краж из дома, а в конечном счете они готовы на любые преступления ради получения необходимой суммы.

В перерывах между игровыми сеансами и мыслями об игре резко происходит смена настроения. Человека настигает постоянная тревога и депрессии. Конечно же, это заметно отражается и на физическом состоянии:

- Потеря аппетита;
- Бессонница;
- Головные боли;
- Нарушения работы сердечно сосудистой системы.

Разрушенная система духовных ценностей, а также проблемы с психикой и здоровьем приводят к полной социальной деградации личности со всеми вытекающими последствиями:

- Распад семьи;
- Потеря друзей и круга общения;
- Социальная маргинализация;
- Финансовые долги;
- Потеря работы и трудоспособности в целом;

К сожалению, в силу своего заболевания игроман находится в полном неведении. Он может отрицать свою болезнь, при том, что для окружающих это является очевидным фактом.

На ранних стадиях заболевания игроман может приводить следующие доводы в свое оправдание:

«Сейчас все играют, в этом нет ничего страшного...»

«Я же квартиру не проиграл...»

«Я все контролирую...»

«Я играю редко, у меня нет зависимости...»

На более поздних стадиях, когда последствия игромании становятся очевидными, игроман будет врать, увиливать, избегать разговоров на эту тему или просто агрессивировать без всякой на то причины.

Причины формирования и развития игромании

Выделить одну конкретную причину невозможно. Игромания формируется и прогрессирует под воздействием комплекса различных внешних факторов и личностных особенностей.

1. Личная мотивация.

По мнению специалистов, именно личный мотив можно назвать ключевым фактором в становлении лудомании. Рассмотрим два самых распространенных типа психологических мотивов:

С помощью игры человек удовлетворяет потребность в риске, доминации. Такой тип людей испытывает постоянную необходимость в ощущении личной непоколебимости и контроле над другими людьми, еще их называют игроками «действия».

Для второго типа игра является способом ухода от жизненных трудностей и насущных проблем. Подоплекой может послужить неуверенность в себе, семейные или финансовые проблемы, неспособность полноценно радоваться жизни, как другие люди.

Стоит выделить и ряд косвенных мотиваторов, которые могут подтолкнуть к развитию игромании:

- Любопытство;

- Престиж участия в некоторых играх;
- Желание попробовать что-то новое;

Зависимость подкрепляется возможностью выигрыша, а также сильным выбросом дофамина вследствие эмоциональных колебаний в процессе игры. На последующих стадиях игромании люди уже не в состоянии контролировать возникающую тягу и просто пытаются отыгаться.

2. Отношения в семье.

Еще в раннем детстве родители закладывают в нас основы личности. Ребенок впитывает все, как губка. В деструктивной семье, где с ранних лет чадо начинает брать пример с родителей, которые ведут себя не лучшим образом, формируется психически неустойчивая личность без внутреннего стержня.

Вырастает эмоционально неустойчивый подросток, уязвимый перед внешними воздействиями и склонный прислушиваться к чужому мнению. Понятия «хорошо» и «плохо» могут быть очень размыты. Такой человек легко втягивается в азартные игры.

3. Особенности характера.

Некоторые черты характера и особенности личности делают людей уязвимыми перед азартными играми. Сюда можно отнести заниженную самооценку, непереносимость критики со стороны окружающих, депрессивность и тревожность, вспыльчивость и неумение проигрывать.

С профилактической целью рекомендуется:

Сегодня активно обсуждается ограничение распространения компьютерных игр, которые формируют повышенную азартность у подростков. Все компьютерные игры можно условно поделить на те, в которых для достижения победы необходимо развивать какие-то навыки (скорость реакции, умение думать, способность решать задачи, хорошо запоминать и т. д.), а также те, где исход игры зависит не от стараний игрока, а от случая, и для достижения победы надо просто дольше играть, тем самым повышая вероятность столкнуться с удачей и выигрышем. Именно второй тип игр формирует игровой стереотип поведения у подростков, активизирует, а потом и закрепляет функционирование "игровых" зон мозга.

- предотвращать проблемы зависимых людей, связанные с игроманией, — трудности в личной жизни, конфликтное поведение, суицидальные мысли и др.;
- пропагандировать среди молодых людей позитивные формы проведения досуга: спортивные игры, клубы по интересам и т.д.
- уделять особое внимание «группе риска»: подростки из проблемных семей, с синдромом дефицита внимания и гиперреактивностью, нарушением интеллектуального развития, расстройствами личности и поведения.

- Пропагандировать здоровые семейные и детско-родительские отношения.