

Игровая зависимость

Опубликовано 20.12.2005.

Финны много играют в азартные игры. В Финляндии проживает примерно 130 000 человек, которые страдают игровой зависимостью в той или иной степени. Игровая зависимость – это реальная проблема, решение которой затрудняется тем, что в большинстве случаев игроки пытаются скрыть её наличие.

Последствия игромании могут быть чрезвычайно серьезными. Они могут проявляться как психические, физические, социальные и экономические проблемы, каждая из которых требует особого внимания при лечении. Когда игровая зависимость одновременно накладывается на другие проблемы, такие как депрессия или алкогольная и наркотическая зависимости, это приводит к большим трудностям в системе обслуживания при определении стадии болезни и оказании полноценной помощи.

В Финляндии минимум три человека из четырех играли в какую-нибудь азартную игру за прошедший год. Для большинства играющих азартные игры являются развлечением, безобидным времяпрепровождением или даже просто хобби. Игра приносит в жизнь экстремальные ощущения и чувство риска. Вторая важная причина, по которой люди играют в азартные игры, – это поиск развлечений и компании для общения. И, потом, люди играют ради денег, мечтая разбогатеть. Кроме прочего, азартные игры могут стать убежищем от будничных забот, проблем и подавленности. Таким образом часть из нас использует игру для контроля над собственными чувствами. Однако за этим скрывается заметный риск превращения игры в игроманию.

В Финляндии у 130 000 человек наблюдаются проблемы, связанные с азартными играми

Иногда игра выходит из под контроля. Чрезмерное увлечение азартными играми становится причиной проблем различного характера. Игра уже не приносит экстремальных ощущений, интересного общения и даже денег. Человеку стыдно за своё поведение и он хочет скрыть проблемы, часто даже не признавая возникающих трудностей. Такой игрок испытывает чувство подавленности и вины, игра принимает навязчивый характер. Если проблема выходит из под контроля, то возникают финансовые затруднения, ссоры с близкими, и часто это приводит к пренебрежению другими сферами, такими как работа или учеба. В Финляндии около 130 000 человек в той или иной степени страдают от проблем, связанных с увлечением азартными играми.

Под игроманией понимается чрезмерное увлечение игрой, которое оказывает отрицательное влияние на другие сферы жизни человека, такие как физическое и психическое здоровье, учеба в школе или трудовая деятельность, финансовые вопросы и/или отношения с окружающими. Это можно считать мягкой формой игровой зависимости.

Игровая зависимость или игромания классифицируется в психиатрии как аффективное расстройство и относится к поведенческим (нехимическим) аддикциям. Зависимость возникает от самого процесса игры и ощущений, которые игра вызывает. Для диагностики игровой зависимости используются две системы: разработанная Всемирной организацией здравоохранения международная классификация болезней (МКБ-10), которая используется в Финляндии, и американский Справочник по диагностике и статистике психических расстройств (DSM-IV или Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders). Самые популярные тесты, используемые в исследованиях данной области и измеряющие распространение игромании, основываются на системе DSM-IV.

Игровую зависимость определить нелегко

Наличие у человека игровой зависимости выявить сложно, т.к. эта проблема не лежит на поверхности. Хотя, например, финансовые затруднения могут намекнуть на наличие зависимости.

- Ты когда-нибудь испытывал необходимость тратить на игру все больше и больше денег?
- Ты когда-нибудь врал близким о том, сколько времени ты проводишь за игрой?

При положительном ответе на оба вопроса, очевидно, можно говорить о наличии той или иной стадии игровой зависимости. И теперь стоит подробнее определить собственную ситуацию. Уровень контроля над своей проблемой можно узнать, пройдя [тест определения игровой зависимости на нашем сайте](#) (на финском языке).

Если заметить проблему вовремя и начать обращать внимание на свои поступки, то уже это может помочь в большинстве случаев. Следует спокойно взвесить и, может быть, даже записать все «за» и «против», которые связаны с данной проблемой. В этом случае на помощь может прийти хороший друг. С ним можно обсудить, действительно ли игра вышла из-под контроля. Есть ли у тебя заблуждения или неправильные представления о процессе игры и ее разновидностях? Полагаешь ли ты, что можно улучшить финансовые вопросы посредством выигрышей? Советы по контролю над своей проблемой можно получить, например, на [интернет-сайте Peluuri](#) (на финском, шведском и английском языках).

Вместо азартных игр следует найти более подходящее занятие и компанию, в которой не увлекаются играми. Исход большинства азартных игр определяет случай, и соотношение выигрыша обычно не в пользу игрока. Не стоит надеяться на победу в игре, полагаясь только на случай. Если игра уже отодвинула на второй план другие увлечения и начинает управлять жизнью, настало время остановиться и попросить о помощи.

При проблемах игровой зависимости следует обратиться за помощью

Если кажется, что в одиночку с проблемой игровой зависимости не справиться, не бойтесь обратиться за помощью. Помощь специалистов можно получить в [А-клиниках](#) или клиниках психического здоровья. В этих медицинских учреждениях проблемы, связанные с разного рода зависимостями, отнюдь не новы.

Поддержка людей, находящихся в такой же ситуации, дает ценный опыт и помогает в решении данной проблемы. В Финляндии работают группы взаимоподдержки игроков, столкнувшихся с проблемой зависимости. Информацию о их деятельности можно получить на сайте Peluuri в разделах [Группы взаимоподдержки \(Vertaisryhmät\)](#) и на [интернет-страницах](#) общества Анонимных Игроков (GA).

А что делать, если помощь не найдется? Позвоните в Peluuri. Peluuri – это телефонная служба доверия для людей, страдающих игровой зависимостью, и их близких. Служба работает по тел. 0800 100 101 по будням с 12:00 до 18:00 (на финском, шведском и английском языках). По этому телефону можно звонить анонимно и бесплатно из любой точки Финляндии. Peluuri предоставляет неотложную помощь в решении проблем игровой зависимости. На [сайте Peluuri](#) представлена информация и различные материалы об игровой зависимости, советы по контролю над этой проблемой и адреса мест, куда можно обратиться за помощью. [Программа самопомощи «Peli poikki»](#) предлагает восьминедельную интернет-терапию для людей, страдающих игровой зависимостью. Вы можете обратиться с вопросами также и на сайте Peluuri в разделе [интернет-консультация \(eNeuvonta\)](#). Peluuri работает при поддержке Финского Союза Голубой ленты и фонда «А-клиника».

Фонд социальной педагогики занимается реализацией двух проектов, направленных на борьбу с игровой зависимостью. Это сеть взаимоподдержки игроков «[Для игры есть границы](#)» (Pelirajat'on) и проект под названием «Контроль молодежной игромании среди иммигрантов» (Maahanmuuttajanuorten pelaaminen hallintaan). В Центральной и Восточной Финляндии действует проект «В игре» (Pelissä). Информацию о сфере деятельности и местах оказания помощи можно найти на сайте проекта.

Кроме того, в ситуации игровой зависимости можно обратиться за помощью и в медицинские учреждения. Программы лечения разработаны в т.ч. в реабилитационном центре [А-клиники г.Коувола](#) и [социальной больницы г.Ярвенпяя](#).

В случае финансовых затруднений можно обратиться в органы социального обеспечения и консультацию по долговым проблемам, а также в [Гарантийный фонд \(Takuu-Säätiö\)](#). Проект «Встать на свои ноги» (Omlle Jalolle) и, к примеру, его консультант по группе взаимоподдержки, а также финансовые пункты помогут взять под контроль ваши финансовые вопросы.

На [сайте Национального Института здравоохранения и социального благосостояния Финляндии](#) в разделе [Pelihaitat](#) («Отрицательные последствия игровой зависимости», на финском языке) собран материал для предупреждения возникновения проблем, связанных с игровой зависимостью, и информация о ее лечении. Сайт в первую очередь предназначен для людей, у которых возникли

проблемы в данной сфере, однако он также будет полезен уполномоченным лицам, журналистам, инструкторам, студентам и всем, кто интересуется данным вопросом.

Tarjo Jaakkola (Тапио Яаккола)
Менеджер по развитию, Peluuri

Источники: ►

Aho, P. & Turja, T. Suomalaisten rahapelaaminen 2007. Taloustutkimus Oy 2007.

Ilkas, H. & Aho, P. Nuorten rahapelaaminen. 12–17-vuotiaiden nuorten rahapelaaminen ja peliongelmat – puhelinhaastattelu. Taloustutkimus Oy 2006.

link

Источник: <https://paihdelinkki.fi/ru/bank-informacii/informacionnye-izdaniya/gambling-other-behavioural-addictions-and-their-treatment>