



# ИГРОМАНИЯ

## Игромания у подростков

О том, что мы теряем подрастающее поколение, уже давно говорят педагоги, врачи и психологи. Об этой проблеме не принято говорить вслух, ее стесняются, пытаются бороться в одиночку.

Задуманные беседы в кругу семьи, призывы к совести и ответственности, убеждения и просьбы, как правило, остаются без ответа. Игромены не слышат окружающих, не реагируют адекватно на слезы родных и близких им людей. Да и сами родственные связи нарушаются, им, зависимым ничего не стоит пойти на преступление и причинение вреда семье, лишь бы получить средства для удовлетворения своей пагубной склонности.

### Так что же такое игромания? Что является причинами игромании и как от нее избавиться?

Игроманию или тягу к азартным играм относят к эмоциональным заболеваниям, с которыми справиться без помощи специалистов невозможно. Игромания значительно помолодела. Вначале она была характерна для людей зрелого возраста, посещающих игровые заведения или клубы. С появлением компьютеров почти в каждой семье начала развиваться зависимость от компьютерных игр у детей и подростков.

Игромания (лудомания) представляет собой болезненное состояние, которое характеризуется неуправляемой зависимостью от игры и сопровождается эмоциональными расстройствами, вплоть до депрессии.

### Причины игромании

Основными причинами игромании является стресс, желание уйти от действительности, влияние окружающей среды, проблемы требующие немедленного решения и непосредственного участия человека, который не хочет ими заниматься и находит разрядку в азартных или компьютерных играх. У подростков это связано в первую очередь с конфликтами со сверстниками и в семье, со сложностями в школе, виртуальный мир для него более безопасен чем реальный. Причины игромании могут быть разные, а результат всегда один – жизнь превращается в настоящий кошмар, рушится весь привычный уклад жизни, все подчинено одной цели – игре.

### Симптомы игромании

Заболеванию больше подвержены люди, стремящиеся быть первыми во всем, которым надоедает однообразие, эмоционально неуравновешенные. К симптомам игромании можно отнести следующие:

- Постоянная озабоченность игрой, прокручивание в голове различных ее вариантов.
- Перепады в настроении, возбуждение сменяется депрессией. Это связано с выигрышами или проигрышами.
- Ухудшение отношений в коллективе.
- Невозможность остановиться во время игры.

Если вы заметили, что ваш ребенок постоянно за компьютером, его перестали интересовать другие вещи, он не ходит на улицу, мало ест, плохо спит. Возможно у него игромания, повторюсь — возможно, может ваш ребенок просто общается в интернете или занялся всерьез панорамированием.

Попробуйте поговорить с сыном или дочерью, чтоб выяснить, что на самом деле происходит и почему столько времени ребенок за компьютером. Конечно, он может и не рассказать, так как у подростков часто секреты от родителей. Они могут скрывать свои увлечения и интересы по разным причинам: стесняются; боятся, что не поймут, не оценят, высмеют и так далее.

### Лечение игромании.

Можно ли излечиться от игромании? Да, но процесс этот длительный, и успех во многом зависит от самого игромана. При лечении игромании очень важна мотивация, осознание самим человеком того, что он болен и нуждается в лечении. Только специалисты смогут создать условия и смоделировать ситуации для того, чтобы зависимые захотели избавиться от своего недуга, вернуться к нормальной жизни. При лечении игромании необходима, прежде всего, консультация психотерапевта или психоаналитика, который выявит причины, по которым человек начал играть.

Лечение игромании можно проводить и в амбулаторных условиях, не ложась в стационар, оно включает три основных метода:

- Психотерапевтический. Психотерапевт обучает навыкам подавления тяги к игре, внушение и самовнушение

# ИГРОМАНИЯ

## СИМПТОМЫ ИГРОМАНИИ

**Человек:**

- вспоминает прошлые игры, планирует будущую ставку. Мысли заняты поиском денег на следующую игру
- при игре испытывает сильнейшее психическое возбуждение, повышая ставки
- при остановке игры или ограничении ставки, может ощущать тревогу, гнев, раздражение
- приходит играть, чтобы «убежать» от проблем
- пытается с помощью игры избавиться от одиночества
- обманывает близких, пытаясь скрыть свое истинную потребность в игре

---

- понимая, что может потерять семью, работу, образование, друзей и близких не может остановиться
- постоянно одалживает деньги

## 4 СТАДИИ ЗАВИСИМОСТИ



**1 Фаза**  
выигрышей

**GAME OVER**

**2 Фаза**  
проигрышей



**3 Фаза**  
отчаяния



**4 Фаза**  
безнадежности

### ЛЕЧЕНИЕ ИГРОМАНИИ

- семейная поддержка
- немедленно обратиться к психологу
- проведение специального психотерапевтического лечения
- психотерапевт индивидуально подбирает лекарственные препараты, учит самоконтролю

### ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ

Минск: 8 017 290 44 44  
Брест: 8 0162 40 62 26  
Витебск: 8 0212 43 22 93  
Гомель: 8 0232 37 91 91  
Гродно: 8 0152 170  
Могилев: 8 0222 47 31 61



Разработка: Центр информационных и социальных технологий ЦК ОО "БРСМ"