**ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ АЗАРТНЫХ ИГР**

**Как развивается зависимость от азартных игр?**

Поворотным моментом в формировании игровой зависимости могут быть какие-либо отрицательные события в личной и профессиональной жизни: расставание, разочарование в отношениях, потеря работы и жизненных ориентиров, профессиональный и личностный кризис. Во время игры все проблемы теряют свою остроту или вообще забываются, а на первый план выходит жажда игровых достижений. Именно потребность утешить себя, доказать свою значимость и обрести почву под ногами толкают человека в объятия азартных игр: в стремлении к самоутверждению игрок забывает обо всем и пребывает в заблуждении, что, не потратив ничего, он может получить очень много.

Втягивание в игру происходит быстро, порой за считанные недели. Стоит этим людям начать выигрывать, как им кажется, что удача будет сопутствовать им постоянно. На процесс игры они начинают тратить всё больше сил и хотели бы за это получить награду в виде денежного приза, но **проигрыш гарантирован, а выигрыш вероятен**. Проигрыш рождает чувство вины и досады, злости и попытку во что бы то ни стало добиться желаемого успеха, а, следовательно, разжигает азарт.

Долгое время патологические игроки убеждают себя в том, что ничего страшного не происходит, что они в любой момент прекратят играть, только ещё чуть-чуть поиграют и остановятся. Многие говорят: «Вот отыграю своё и больше никогда к игре не вернусь». Постепенно желание повторять своё участие в игре становится настолько непреодолимым, что это приводит лишь к утяжелению зависимости, разорению, распаду семьи и к их личностной деградации. Стремление любой ценой раздобыть средства для игры нередко заставляет патологических игроков идти на преступление.

## Признаки игровой зависимости

* Постоянная вовлеченность, увеличение времени, проводимого в ситуации игры.
* Изменение круга интересов, вытеснение прежних мотиваций игровой, постоянные мысли об игре, преобладание и воображение ситуаций, связанных с игровыми комбинациями.
* «Потеря контроля», выражающаяся в неспособности прекратить игру как после большого выигрыша, так и после постоянных проигрышей.
* Состояния психологического дискомфорта, раздражения, беспокойства, развивающиеся через сравнительно короткие промежутки времени после очередного участия в игре, с труднопреодолимым желанием снова приступить к игре. Такие состояния по ряду признаков напоминают состояния абстиненции у наркоманов: они сопровождаются головной болью, нарушением сна, беспокойством, сниженным настроением, нарушением концентрации внимания.
* Характерно постепенное увеличение частоты участия в игре, стремление ко всё более высокому риску.
* Периодически возникающие состояния напряжения, сопровождающиеся игровым «драйвом», всё преодолевающим стремлением найти возможность участия в азартной игре.
* Быстро нарастающее снижение способности сопротивляться соблазну. Это выражается в том, что, решив раз и навсегда «завязать», при малейшей провокации (встреча со старыми знакомыми, разговор на тему игры, наличие рядом игорного заведения и т. д.) игровая зависимость возобновляется.

## Падение в бездну игромании

Динамика игровой зависимости проявляется в нескончаемых попытках во что бы то ни стало отыграть проигранное. При этом, во время игры игрок попадает в состояние радостного возбуждения и пытается находить отговорки и «логичные» объяснения для своего бесконтрольного игрового процесса. У игрока может развиться 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, отвергая рациональный мир. Вместе с этим постепенно начинает изменяться и образ мышления: игра становится главным жизненным занятием, что приводит к физическому, духовному и социальному упадку и разрушению личности.

Это приводит к прогрессирующей социальной изоляции человека. Появляются чувства вины и стыда, утаивается факт игры. Человек все дальше интегрируется в определенную среду азартного игрока с соответствующим образом жизни, который опирается, прежде всего, на уменьшение прочих потребностей. Это также может привести к совершению криминальных деяний с целью добычи денег для игры, к финансовому банкротству, потере поддержки семьи, угрозе прекращения профессиональной карьеры.

**Важно! Азартный игрок отличается пониженной способностью контролировать собственные импульсы, то есть не может полноценно противостоять внутреннему стремлению к игре, так же, как и пациент с алкогольной зависимостью не в состоянии сопротивляться тяге к бутылке. Вопреки многочисленным отрицательным последствиям тяга к игре у пациента усиливается, невозможность играть вызывает напряжение, агрессию и усиливающееся стремление к игре.**

**Факторы риска игровой зависимости:**

**1. Низкая самооценка: «неотработанные» детские комплексы, которые компенсируются фантазиями о могуществе и всевластии либо бессознательным стремлением «доказать им всем…».**

Нередко в начале игрового пути стоит легкий и быстрый выигрыш, который новичку «позволяют» получить. Он и становится стартовым толчком для ухода в мир предвкушений и ожидания такого же везения в дальнейшем. Первоначальная прибыль укрепляет чувство собственной значимости и важности, подтверждает определенную собственную исключительность и повышает уверенность в успехе. Проигрыши огорчают игрока, но, в то же время, разжигают азарт с новой силой.

**2. Отсутствие близких отношений, нестабильность семьи, избегание взрослой ответственности.**

У людей, одержимых азартными играми, часто обнаруживается состояние «разрыва с домом», «отвержения» в семье, плохие отношения с родителями, негативный опыт обманутых ожиданий и разочарований. Это недолюбленные и необласканные дети с ущербной, деформированной эмоциональностью. Игрой они пытаются компенсировать эмоциональную депривацию.

**3. Психологические дисфункции личности.**

В частности, к игре может подтолкнуть нарушение психологического равновесия, которое проявляет себя, например, в постоянно присутствующем беспокойстве, высокой тревожности, чувстве неудовлетворенности теми возможностями, которые предлагает реальная жизнь.

Мотивацией к игре может стать бессознательная потребность справиться с тревогой, желание выйти из личностного кризиса, преодолеть давление отрицательных эмоций, а также стремление решить материальные проблемы, не затрачивая никаких усилий. Постепенно игрок попадает в замкнутый порочный круг, жертвами которого становятся все сферы его жизни.

**4. Характерологические особенности личности.**

Психологическая незрелость, неумение брать на себя взрослую ответственность, склонность к авантюрам, спонтанным, импульсивным поступкам, неспособность конструктивно переживать неудачи, зависимость от чужого мнения, неумение прогнозировать развитие событий и отсутствие жизненных целей – вот основные черты игроманов.

**И помните: игровая зависимость – это, прежде всего, зависимость, и развивается она по тем же законам, что и наркомания или алкоголизм. Поэтому к помощи в преодолении игровой зависимости должны обязательно привлекаться профессионалы – врачи и психологи.**