

## **Профилактика игровой зависимости**

В настоящее время в связи с повсеместным распространением денежных игровых автоматов, открытием множества казино, а также букмекерских контор (в том числе онлайн) проблема игровой зависимости приобрела масштаб настоящей эпидемии.

Играть начинают не только для быстрого заработка, а также из любопытства, для развлечения, отдыха, легкого способа ухода от различных жизненных проблем. Проблема игровой зависимости усугубляется тем, что в процессе игры в ряде случаев возникает расслабление, снятие эмоционального напряжения, отвлечение от проблем и игра рассматривается как приятное времяпрепровождение. На основе этого механизма у человека постепенно развивается игровая зависимость.

Из основных причин, влияющих на появление игровой зависимости, можно выделить такие, как: чувство одиночества; чувство неудовлетворенности; чувство легкой наживы; легкая податливость разного рода зависимостям; психические расстройства разной степени и характеристики.

### Последствия игровой зависимости

Как и все люди, игроман продолжает заниматься повседневными делами, но все его мысли направлены на то, чтобы поскорее начать игру. Постепенно у игромана сужается круг интересов, утрачиваются многолетние связи с друзьями. Люди, страдающие игроманией, становятся обидчивыми, вспыльчивыми, грубыми, эгоистичными, не желают покупать необходимые для семьи вещи, продукты, экономят на всем ради сохранения денег для игры.

Люди, страдающие игровой зависимостью, вскоре начинают брать деньги в долг, в том числе и в микрокредитных финансовых организациях. Растущие расходы - является одним из признаков игровой зависимости. Через какое-то время игроман уже не может погасить задолженность. И это приводит к неприятным последствиям. В тяжелых случаях наблюдаются такие симптомы, как злоупотребление спиртными напитками, приступы паники, провоцирование окружающих на конфликты. Отрицательные последствия игровой зависимости очевидны. Тем не менее, выход есть даже из ситуаций, которые кажутся безвыходными.

### Профилактика игровой зависимости

Важнейшим аспектом профилактики игровой зависимости является усиление внутрисемейных связей, налаживание социальных контактов, гармонизация отношений в профессиональной и личной сфере. Очень важно проявлять интерес к делам и увлечениям своих близких, особенно

подростков; поощрять занятия спортом, позитивные хобби; поощрять откровенность своих близких, их готовность поделиться наболевшим; поддерживать семейные традиции; регулярно проводить совместно выходные дни, отпуска; быть эмоционально близкими друг другу, проявлять готовность выслушать, посочувствовать, поддержать, помочь и посоветовать; стараться создать в доме атмосферу любви и взаимопонимания.

#### Лечение игровой зависимости

Если Вы обнаружили у себя или своих близких игровую зависимость от азартных игр, обратитесь за помощью к специалистам по лечению зависимостей: они помогут избавиться от навязчивого стремления играть, подскажут оптимальные способы решения проблем, найдут пути выхода из личностного кризиса, окажут психологическую и социальную поддержку.

В всех организациях здравоохранения Республики Беларусь, оказывающих психиатрическую (наркологическую) помощь населению, функционируют «телефоны доверия», по которым круглосуточно оказывается консультативная психологическая помощь лицам, страдающим патологическим влечением к азартным играм, и их родственникам.

На базе государственного учреждения «Республиканский научно-практический центр психического здоровья» (далее - ГУ «РНПТТ психического здоровья»), а также во всех организациях здравоохранения республики организовано оказание психиатрической (наркологической), психологической, психотерапевтической, в том числе анонимной помощи лицам, страдающим игровой зависимостью, а также семьям, в которых один из членов семьи страдает патологическим влечением к азартным играм. Медицинская и психологическая помощь оказываются в амбулаторных условиях, на базе отделений дневного пребывания, в стационарных условиях, а также в рамках реабилитационных программ.

На официальном сайте МНС в разделе «Игорный бизнес» во вкладке «Информация для физических лиц» размещена интернет-ссылка, по которой можно перейти на сайт ГУ «РНПТТ психического здоровья» и пройти анонимно тест на предмет выявления зависимости от азартных игр «Тест на определение уровня зависимости от азартных игр».

*Материал размещен на сайте МНС и направлен инспекцией МНС по г.Барановичи*