

Как играта на хазарт може да се превърне в проблем?

Проблемната игра на хазарт е широко разпространена и все повече хора страдат от нея. Улесненият достъп до хазартни игри подкрепят развитието на този тип зависимост и това навежда на мисълта, че е необходимо по-добро осъзнаване на проблема и подходяща законова регулация.

Какво всъщност представлява хазартната зависимост?

Хазартна зависимост е утвърдена необходимост за правене на залози с цел печалба. В Международната класификация на болестите (МКБ-10) патологичното влечение към хазарт е класифицирано като разстройство на навиците и влеченията: „Разстройството се характеризира с чести, повтарящи се епизоди на хазартна игра, които доминират в живота на лицето в ущърб на социалните, професионални, материални и семейни ценности и ангажименти.”

Хазартното поведение е свързано с невъзможността да се контролира импулсът към игра и с вярванията, които има играещият, че този път ще спечели и с печалбата ще разреши веднъж завинаги финансовите и материалните си проблеми. Ако това не се случи, човекът продължава да играе, за да стигне до мечтаната печалба. Ако се случи, той се връща към играта, за да си осигури още една печалба и свързаните с нея удоволствени преживявания. Това е омагьосаният кръг, в който се върти зависимият.

В резултат, всеки вид хазартна игра (*конни надбягвания, бинго, игри на карти, игра на зарове, лотария, ротативки и спортни залагания*) може да се превърне в проблем.

Все пак някои видове игра имат специфични характеристики, които могат да задълбочат хазартните проблеми. Сведенията показват, че скоростта, с която се играе, е важен рисков фактор. Видовете игри, при които трябва да се залага бързо, представляват по-голям риск за играчите.

Важно е да се спомене, че не всеки, който играе хазартни игри е зависим или задължително ще развие зависимост, но е добре да се има предвид възможността за такава.

Какво може да я благоприятства?

Често има външни фактори, които водят до промяна в поведението, като пенсиониране, травматични обстоятелства или стрес, свързан с работата, финансови затруднения и др.

Всеки, който играе, може да развие проблем, ако не е наясно с рисковете и не играе отговорно. Играта на хазарт се превръща в проблем, когато това поведение започне да пречи на финансите, взаимоотношенията и работата.

Моделите на поведение в семейството също биха могли да окажат влияние. Много от проблемно играещите споделят, че или единият, или и двамата им родители са имали проблеми с някакъв вид зависимост – алкохол, хазарт или друго. В допълнение, генетичното повлияване на дадения човек и неговата способност да се справя със стреса на нормалния живот също играят роля.

Особено рисковата група са подрастващите, тъй като зависимостта при тях се развива значително по-бързо.

Кога е моментът да ни светне червената лампа?

Често на играещите им трябва време, за да разберат, че имат сериозен проблем. Проблемната игра на хазарт е опасна за психичното и физическото здраве. Хората с такава зависимост могат да страдат от депресия, мигрена, постоянен стрес, чревни смущения и други проблеми, свързани с висока тревожност. В крайна сметка, тежката степен на хазартна зависимост може да доведе до самоубийство. През последните години броят на хазартно зависимите се е увеличил по целия свят. И в България, все повече хора признават проблема си и търсят помощ.

Ето някои *симптоми*, по които можем да установим патологично влечение към хазарта:

- *непреодолимо желание за игра*
- *депресия*
- *чувства на угризение след играта*
- *играещият изпитва нужда да залага все повече пари все по-често*
- *въпреки увеличаващите се загуби, играещият продължава да залага, вярвайки, че ще си възстанови загубеното*
- *увеличаващи се финансови задължения*
- *загуба на контрол*
- *загуба на сън*
- *повтарящи се неуспешни опити за отказ от хазарта*
- *засилваща се обсебесия (мания) за игра*
- *проблеми, свързани със стрес (мигрена, чревни смущения)*
- *човекът става неспокоен и раздразнителен, когато се опитва да се въздържа от игра*

Въпреки, че хазартни игри се асоциират пряко с желанието за печалба на (най-често) пари, при наличието на хазартна зависимост, играещия нямам никакво отношение към спечелената сума. Парите се приемат, като средство за набавяне на необходимата „тръпка“ от играта.

Има ли лечение и как се случва?

В книгата „Анонимни комарджии“ (http://www.slot.bg/temp/anonimni_komardjii.pdf), д-р Берт Келерман твърди: „Застрашен от пристрастяване е човек, който се опитва с такива средства сам да лекува жизнените си проблеми.“ Като пример за това си, д-р Келерман споменава много млади, а и по-възрастни алкохолици и комарджии, които са неуверени и затруднени в социалните си контакти. Ако те самите се лекуват, употребявайки встрастяващи (както ги нарича той) средства се чувстват по-силни, по-уверени, оптимистични, изобщо по-добре, *но само докато действа средството*. За да поддържат този ефект, те го консумират по-често и в по-големи количества, като в крайна сметка станат зависими от него. По това време те не използват възможностите си по друг начин, за да решат проблемите си, които стават все по-големи и обширни.

Проблемната игра на хазарт не е финансов, а емоционален проблем, който има финансови последствия. Това на практика означава, че зависимостта към хазарт често е симптом на друг проблем или проблеми.

Човекът с проблемна игра първо трябва да премине през подробна оценка на състоянието си от специалист, след което е необходимо да му се изготви адекватен терапевтичен план. Лечението трябва да се основава на пълна оценка на проблема и да отговаря на всяка една от специфичните му нужди. . В допълнение – в България съществуват програми за възстановяване от хазартна зависимост. За повече информация, посетете сайта на Националната информационна линия за наркотиците и алкохола www.drugsinfo-bg.org или се обадете на 0888991866.

Марина Попова, психолог. Бакалавър по психология (ВТУ „Св.св Кирил и Методий“), магистър по Трудова и организационна психология (СУ ”Св.Климент Охридски”). От юни 2013 г. работи като консултант на Националната информационна линия за наркотиците и алкохола (<http://www.drugsinfo-bg.org/bg/>) към Асоциация за рехабилитация на зависими „Солидарност” (<http://www.solidarnost-bg.org/>).

http://www.puls.bg/health/mind/news_17915.html

