



***Игромания** – это зависимость, болезнь, которая получила ещё большее распространение в век цифровых технологий. Сейчас необязательно выкладывать деньги, чтобы получить накал эмоций. Можно всё делать в виртуальном мире, где всему есть замена.*

Человека, страдающего этим недугом, привлекают развлечения азартного характера. Причём необязательно дело касается денег, хотя чаще всего это неотъемлемая часть болезненного увлечения игрой. Постепенно избранное развлечение становится главным в жизни, на второй план уходит работа и семейные ценности, происходит деградация и отчуждение от людей. Всё остальное теряет ценность. Игра полностью поглощает внимание, вызывая потребность всё больше углубляться в параллельный мир азарта. Постепенно недуг приобретает форму хронического заболевания. Страдают от него чаще мужчины, чем женщины.

Человек, подверженный игромании, не может воспротивиться внутреннему позыву, это становится потребностью. В результате такого поведения рушатся семьи, теряются родственные связи, появляются проблемы на работе, в общении с другими людьми. Больной дистанцируется от социума, всё глубже погружаясь в свою зависимость, поведение становится агрессивным и неадекватным.

Что такое игромания?

С точки зрения мировой медицины, игромания – это хроническое заболевание психического характера, имеющее официальный статус и код (DSM-IV-R.). Болезнь игромания характеризуется периодическими позывами к азартным играм. Подобные развлечения не считаются олицетворением зла, поскольку во многих странах и культурах они занимают своё место с давних времён. Их история насчитывает тысячелетия, а популярность объясняется эффектом накапливающегося напряжения и последующей разрядки. Таким образом, люди с давних времен боролись со стрессом и получали яркие эмоции, которые недоступны в повседневной жизни.

Как избавиться от игромании?

Эмоциональные всплески помогают человеческой психике «перезагрузиться» и отдохнуть. Именно этот эффект объясняет популярность азартных развлечений. Большинство людей способны без проблем вступать в игру и выходить из неё, не ощущая негатива. Они используют этот вид деятельности в качестве контраста рутине и обыденности. Но некоторым личностям присуще искажённое восприятие реальности. Их пристрастие становится непреодолимым, игра занимает все больше места в сознании, вытесняя все остальное, и становится смыслом существования. Игроман – это человек, страдающий тяжёлой формой эмоциональной зависимости, которую необходимо лечить. Психика больного поддается коррекции, как и в случае других зависимостей. Алкоголизм, наркомания и зависимость от никотина – все они похожи на игроманию своими проявлениями и симптомами. И поскольку игромания психическая зависимость способы отвыкания такие же, как при борьбе с курением, наркоманией и алкоголизмом. Необходимо научиться контролировать эмоции и получать гормон удовольствия от других занятий, а это сложно. Путь этот долгий и трудный. Возможны рецидивы и срывы. Потенциальному игроману достаточно один раз погрузиться в мир иллюзии и эмоционального драйва, чтобы появилось желание испытывать эти ощущения снова.

Давно известная, но классифицированная только в прошлом веке болезнь – игромания, как лечить эту зависимость знают профессионалы из области психологии и психиатрии. Иногда помогают беседы, сеансы общения с психологами. В тяжёлых случаях речь идёт о приёме медикаментов.

Помните, что «большой куш», легкий и быстрый выигрыш – это всего лишь стартовый толчок для ухода в собственный мир фантазий, а не решение существующих у вас проблем.