



Как понять есть ли у мужа зависимость?

К основным признакам можно отнести:

- нарушение настроения, аппетита и сна;
- отрицание проблем;
- агрессивность, беспокойство, неадекватное поведение;
- рискованное поведение;
- потеря интереса к привычным увлечениям;
- юридические и финансовые проблемы;
- скрытность;
- больной много разговаривает о любимой игре, постоянно думает, во что поиграть;
- отсутствие желания отвлечься от включенной игры, агрессивное поведение при вынужденном отстранении, эмоциональный подъем при возобновлении игры;
- потеря интереса к еде, жене и детям., работе

Диагностика игромании

- непреодолимое желание играть в азартные игры, постепенно увеличивая ставки;
 - беспокойность и раздражительность при попытках сократить время игры или вовсе прекратить ее;
 - отсутствие контроля над своим поведением во время игры;
 - полная вовлеченность в игру;
 - жажда «отыграться».
- неспособность сказать точное время завершения игры;

Зависимость от компьютерных игр или ставок на реальные деньги – не менее опасное пристрастие чем та же наркомания или алкоголизм. Серьезность данной болезни заключается в том, что игроманию (лудоманию) сложнее выявить и начать лечить. В некоторых ситуациях это сделать практически невозможно.

В семьях, где муж – игроман на деньги, появление подобной пагубной привычки может привести к весьма плачевным результатам. Участие в лотереях, заключение пари на спортивные события, игровые автоматы в интернет-казино и прочие безобидные, на первый взгляд, развлечения могут послужить причинами кардинального изменения личности мужчины и краху семейных взаимоотношений.



УЗ «Клепцкая ЦРБ»

**Выживание
в семье,
где муж
игроман**



Психолог ЦРБ
Игнатчик А.П.

Признаки игровой зависимости

Причины развития игромании

- 1. Одиночество.** Если человек ощущает себя одиноким и никому не нужным, он ищет способы самореализоваться в обществе. В этой ситуации игры становятся средством коммуникации, при помощи которых супруг компенсирует недостаток общения в реальной жизни.
- 2. Жадность.** Стремление получить деньги легким путем регулярно мотивирует людей на необдуманные поступки такие, как игромания. Зависимый старается играть больше, уверен, что сегодня ему точно повезет.
- 3. Лень.** Работа подразумевает ежедневные интеллектуальные или физические нагрузки, ответственность и напряжение. Куда проще надеяться на удачу и ставить деньги на сомнительные пари, чем регулярно брать на себя ответственность за выполнение какого-либо обязательства.
- 4. Инфантильность.** Мужчина, который не готов к ответственности и обязательствам, живет в иллюзорном мире. Соответственно, способы заработка такой выбирает под стать своим представлениям о реальном мире – огромные доходы от азартных игр. Просто и минимум ответственности.
- 5. Неудовлетворенность.** Самореализоваться в виртуальном мире в разы проще, чем в реальном. Пример тому – компьютерные игры, где каждый может прокачать своего персонажа до максимальных физических и интеллектуальных показателей. При этом, в трехмерном пространстве куда проще завести друзей, продемонстрировать собственную силу и превосходство. Поэтому игроманы выбирают виртуальную реальность, где чувствуют себя увереннее.
- 6. Предрасположенность к зависимости.** Зависимость, как другие виды патологии, может передаваться на генетическом уровне.
- 7. Отсутствие смысла, радости в жизни.** Зависимые люди, страдающие в реальной жизни психоземotionalными проблемами, используют виртуальный мир в качестве получения новых ощущений, укрытия от действительности.

Советы психолога по борьбе с зависимостью

1. Контролировать поступление денег и расход

Это первое, что необходимо делать женам, чьи мужья подвержены игровой зависимости. Контролю подлежит и семейный бюджет, и отдельный доход супруга. Супруге необходимо полностью ограничить доступ зависимому к деньгам. Контролируются и наличные деньги, что хранятся на банковских картах.

2. Отказ от возврата игровых долгов. Не исключены ситуации, когда зависимые мужья оформляют кредиты, микрозаймы или одалживают деньги у друзей и знакомых. В таких ситуациях нет места жалости. Необходимо отказываться от возврата средств. Деньги брал супруг, ему и возвращать задолженность. В противном случае долговая яма будет только увеличиваться, а жене придется погашать долги с ущербом детям и семье.

3. Отказ в какой-либо поддержке. Игровая зависимость – не физическая патология, при которой больному необходим персональный уход. Для борьбы с пристрастием супруга необходимы стойкость, терпение и хладнокровие. Если зависимому дать понять, что ему окажут поддержку со стороны, об исцелении не может быть и речи. Поскольку игроманы не в силах рационально обдумывать свои действия, им приходится перекладывать ответственность на других. Так будет в этой ситуации.

4. Посещение психотерапевта. Лечение игровой зависимости – трудоемкая медицинская практика, сложность которой заключается в отсутствии мотивации к лечению у самого зависимого. Поэтому психотерапевты рекомендуют посещение личной или групповую консультацию.

5. Развод. Жить с зависимым сложно, но бороться куда сложнее. Если же семье, где есть ребенок, помогают существующие способы лечения игромании, женщине остается только одно – подать на развод. Мера кардинальная, но такая оставляет шанс, что в одиночестве супруг осознает свою проблему и начнет с ней бороться.