×òî íàøà æèçíü? Èãðà?

Àâòîð Administrator

(îá èãðîâîé çàâèñèìîñòè)
«Âû íå òàêèå öåëòíûå è î÷åíü ìåäëåííî äâèãàåòåñü. Ìíå ñ âàìè òàê ñêó÷íî».
Èç ðàçãîâîðà øåñòèëåòíåãî ìàëü÷èêà - ñòðàñòíîãî ïîêëîííèêà

âèäåî- è êîìïüþòåðíûõ èãð - ñ ðîäèòåëÿìè.

Ðóññêîå ñëîâî àãîíèÿ ïðîèñõîäèò îò ãðå÷åñêîãî "agonia", îçíà÷àþùåãî "èãðîâîå ñîñòÿçàíèå, ïîåäèíîê, áîðüáó, ñòðàõ", à ïîçäíåå, âî
èãðîé è ïðåäñìåòíûì ñîñòîÿíèåì ñóùåñòâóåò ãëóáèííàÿ ïñèõîëîãè÷åñêàÿ ñâÿçü.

Âïå÷àòëÿþò íåêîòîðûå öèôðû. Òàê, ïî ñâèäåòåëüñòâàì ïåðèîäè÷åñêîé ïå÷àòè, áîëåå 10 ìèëëèîíîâ Øâåäîâ ÿâëÿþñÿ çàâèñèìûìè î
îáõîäÿùèéñÿ â îäíîé èç øâåäñêèõ êëèíèê 200 òûñ. äîëëàðîâ, èìåòî âåðîÿòíîñòü èçëå÷åíèÿ íå áîëåå 50%.

Ïðîáëåìà èãðîâîãî ïðèñòðàñòèÿ àêòóàëüíà è äëÿ ïîñòñîâåòñêèõ ãîñóäàðñòâ: ñàëîíû èãðîâûõ àâòîìàòîâ è ìíîãî÷èñëåííûå êàçèíî ñò

Êëþ÷âîå ÷óâñòâî ëþáíé èãðîâîé çàâèñèìîñòè - àçàðò. Îò âñåõ äóõãèõ ÷óâñòâ àçàðò îòëè÷àåòñÿ òåì, ÷òî åãî ïðåäìåòîì ÿâëÿþò
àôôåêòì - ãëóáîêîé è äëèòåëüíîé ýìîöèåé - ïðè êîòîðîì ðàöèîíàëüíûé êîíòðîëü ñóùåñòâåííî óìåíüøàåòñÿ. Àôôåêò ñóæàåò âîñïðèÿ
Íàñëàæäåíèå, êîòîðîå ïðèíîñèò èãðîâîå ïðèñòðàñòèå, çàìåíÿåò æèçíåííóþ àêòèâíîñòü. Ñèëà àçàðòà ñîîòâåòñòâóåò ñòåïåíè ðåãî
îáÿçàòåëüíûõ çàêîíîâ èëè îãðàíè÷èâàþùèõ ïðàâèë.

Ñòàâêà â ðàçëè÷íûõ èãðàõ ðàçëè÷íà. Ïîíà÷àëó îíà áûâàåò ñèìâîëè÷åñêîé, çàòåì - âïîëíå ìàòåðèàëüíîé, à â êîíå÷íîì èòîãå ñòàíîâè
÷òî äóõîâ óæå íåâîçìîæíà. Âûáîð ñóæàåòñÿ äî äâóõ åðóãèõ ÷óâñòâ àçàðò îòëè÷àåòñÿ òåì, áûòü ëè÷íîñòè èëè ñîñòîÿíèþ ýêñòàçà.

Åñëè àçàðò äîñòèãàåò ñòåïåíè ïðèñòðàñòèÿ, òî â ìåäèöèíñêîé ñèñòåìå êîîðäèíàò ýòî èìåíóåòñÿ äääèêòèâíîé çàâèñèìîñòüþ. Îíà è
ïðîöåññ èãðû ïðåâðàùàåòñÿ â öåëü. Áîëåçíåííîå ïðèñòðàñòèå ñòàíîâèòñÿ íåóäåðæèìû, ñóùåñòâîâàíèå ñîñðåäîòà÷èâàåòñÿ íà è
ñîáîé, íå çàìå÷àþ áëèçêèõ. Ãîãîëåâñêèé èãðîê ãîâîðèë: "Ñ òåõ ïîð íå èìåë ÿ ïðàêòèêè â ïðîãîëæåíèå ìåñÿöà. Ïðåäñòàâèòü íå ìî

Ãîâîðÿ îá èãðîâîé çàâèñèìîñòè, íåâîçìîæíî íå óïîìÿíóòü î åùå îäíîé ôîðìå àääèêòèâíîãî ïîâåäåíèÿ â ñîâðåìåííûõ óñëîâèÿõ – ÊÎÌÌÜÞÒÀ

1. ×ÐÅÇÌÅÐÍÀß ÓÂËÅ×ÅÍÍÎÑÒÜ ÐÀÁÎÒÉ Â ÈÍÒÅÐÍÅÒÅ – ñîáñòâåííî ïîèñê èíôîðìàöèè (íåòàãîëèçì).

Èç-çà íåîãðàíè÷åííîãî äîñòóïà ê èíôîðìàöèè è «èíôîðìàöèîííîãî âàìïèðèçìà» ïîëüçîâàòåëÿ îíà íåðåäêî ñîçäàåò èëëþçîðíîå ìùóùåíèå ñ
êîìóíèêàöèè ñ ìèðîì.

2. ÁÎËÉÇÍÅÍÍÀß ÇÀÂÈÑÈÌÎÑÒÜ ÎÒ ÂÈÄÅÎÈÃÐ.

Îïàñíîñòü, ïðîÿâëÿþùàÿñÿ â áîëåçíåííé çàâèñèìîñòè îò èãð, ñîñòîèò â áåñêîíòðîëüííé êîìïüþòåðíîé èãðîâîé äåÿòåëüíîñòè. Ïîáî÷íûè
îòñóòñòâèè âîçìîæíîñòè ðåàëèçîâàòü èãðîâîå ïðèñòðàñòèå. Óâû, èçâåñòàí íå îäèí ñëó÷àé, êîãäà ìàëü÷èêè ïðåäïî÷èòàëè êîìïüþ

3. ÏÎÃËÎÙÅÍÍÎÑÒÜ ÎÁÙÅÍÈÅÌ ON-LINE Ñ ÄÐÓÇÜßÌÈ ÏÎ ÑÅÒÈ.

Ýòî äàåò âîçìîæíîñòü íàéòè ñáéá âèðòóàëüíîãî ñîáåñåäíèêà, ïðàêòè÷åñêè óáîâëåòâîðÿþùåãî ëþáûì êðèòåðèÿì. Âàæíî, ÷òî ïðè ýò
êîíòàêòàìè â ðåàëüíîé æèçíè è èìåòò ñïåöèô÷åñêèå âîçðàñòíûå ïñîáåíííñòè.

Äåòè èç-çà ÷ðåçìåðíîãî Chat-óâëå÷åíèÿ ÷àñòî ïðîñòî íå ìîãóò îñòàíîâèòüñÿ è èç-çà ýòîãî íåðåäêî îïàçâûâàþò èëè âîâñå ïðîïóñêàþ
îá Èíòåðíåòå.

Â æèçíè ïîäðîñòêà óâëå÷åíèå Chat ñòàíîâèòñÿ ëèäèðóþùèì. Êðóã èíûõ èíòåðåñîâ ñóæàåòñÿ. Çàèíòåðåñîâàííîñòü è ýìîöèîíàëüíî
áëåñê â ãëàçàõ. Äèàëîã ïðåâðàùàåòñÿ â ìîíîëîã: íí ìîæåò ïîäëåáó ðàññêàçûâàòü î ïðåìóùåñòâàõ òîé èëè èíîé ñèñòåìû, î âîçìîæíî
ñîáåñåäíèêà (ýëåìåíòû âôôåêòèâîí ñóæåíîãî ñîçíàíèÿ), â ñèòóàöèÿõ âûáîðà â ïîäàâëÿþùåì áîëüøèíñòâå ñëó÷àåâ ïðåäïî÷òåíèå îò
ñ êîìïüþòåðîì âûçûâàþò áóðíóþ ðåàêöèþ ïðîòåñòà ("Çà êîìïüþòåð äåòè ñòîÿò íàñìåðòü"). Ïðè âûíóæäåíííì ïåðåðûâå âîçíèêàåò ÷óâ
óùåðáîì äëÿ äðóãèõ ñòîðîí æèçíè, ïðåæäå âñåãî, îáùåíèÿ ñ ðåàëüíûìè ëþäüìè, è âûðàæåííûì àôôåêòèâíûì íàïðÿæåíèåì.

Ñóùåñòâóåò ðÿä ÎÁÑÒÎßÒÅËÜÑÒÂ, ÏÎ ÍÀËÈ×ÈÞ ÊÎÒÎÐÛÕ ÌÎÆÍÎ ÑÓÄÈÒÜ, ÑÒÐÀÄÀÅÒ ËÈ ×ÅËÎÂÅÊ ÊÎÌÌÜÞÒÅÐÍÉ ÇÀÂÈÑÈ

1. Ïîòåðåííñòü âî âñå áîëüøåì âðåìåíè ðàáîòû íà êîìïüþòåðå äëÿ äîñòèæåíèÿ óäîâëåòâîðåíèÿ;

2. Íàëè÷èå ñëåäóþùèõ ïðèçíàêîâ (äâóõ èëè áîëåå), âîçíèêàþùèõ ïðè ïðåêðàùåíèè èëè çíà÷èòåëüíîì óìåíüøåíèè âðåìåíè ðàáîòû íà

- ðå÷åäâèãàòåëüíîãî áåñïîêîéñòâà (ñóåòëèâîñòè);

- òðåâîãè;

- ñíèæåíîãî ôîíà íàñòðîåíèÿ, ÷óâñòâà ïîóñòîøåíîñòè;

- íàâÿç÷èâûõ ìûñëåé î êîìïüþòåðå;

- àêòèâíûõ äåéñòâèé, ïðåäïðèíèìàåìûõ äëÿ âîçîáíîâëåíèÿ äîñòóïà ê êîìïüþòåðó (ñðåäè êîòîðûõ - êîíôëèêòû â ñåìüå è íà ðàáîòå, ÷

- óìåíüøåíèå èëè èñ÷åçíîâåíèå âûøåïåðå÷èñëåííûõ ïðèçíàêîâ ïðè âîçîáíîâëåíèè ðàáîòû íà êîìïüþòåðå;

3. Íåïðåîäîëèìîå æåëàíèå è/èëè áåçóñïåøíûå ïîïûòêè ïðåêðàòèòü èëè êîíòðîëèðîâàòü ðàáîòó íà êîìïüþòåðå;

4. Ïðåêðàùåíèå, ñîêðàùåíèå, èëè âèäîèçìåíåíèå àêòóàëüíûõ ðàíåå âèäîâ ñîöèàëüíîé äåÿòåëüíîñòè;

5. Ïðîäîëæåíèå ðàáîòû íà êîìïüþòåðå, íåñìîòðÿ íà ÿâíûå ïñèõîëîãè÷åñêèå ïðîáëåìû (äåïðèâàöèþ ñíà, ñåìåéíûå ïðîáëåìû, ñóïðóæåñê
ó÷åáå èëè ðàáîòå è ò. ï.)

Çà ðóáåæì ñóùåñòâóåò íåñêîëüêî on-line-öåíòðîâ ïîääåðæêè èíòåðíåò-àääèêòîâ, îäèí èç êîòîðûõ îñíîâàí Êèìáåðëè ßíã, ñàìûì èç
ïðåäëàãàþùàÿ ïñèõîëîãè÷åñêóþ ïîääåðæêó îí-ëàéí ñ ïîìîùüþ ICQ - ñåòåâîãî àíàëîãà ñëóæáû íåîòëîæíîé òåëåôîííîé ïîìîùè è "Âèðòó
ïñèõîëîãè÷åñêîé ïîìîùè, çíà÷èòåëüíî áîëåå ýôôåêòèâíà î÷íàÿ èíäèâèäóàëüíàÿ è/èëè ãðóïïîâàÿ ïñèõîòåðàïèÿ ñ àêöåíòîì íà ðàáîòå ñ
ïðåäïî÷èòåëüíåå èñïîëüçîâàòü èìåííî ãðóïïîâûå âàðèàíòû ïñèõîòåðàïèè.