

Как избавиться от Интернет зависимости

- установить четкие временные рамки при работе в Интернете;
- заблокировать доступ к какому-то конкретным ресурсам Интернета;
- время сеанса несовершеннолетнего должно совпадать со временем нахождения дома взрослых;
- предлагать несовершеннолетнему альтернативные мероприятия взамен Интернетта;
- помогать извлекать из жизни другие наслаждения;
- обращаться за помощью всякий раз, когда собственных усилий оказывается недостаточно;
- ограничивать пребывание в таких местах, которые могли бы побудить вернуться к аддиктивному поведению

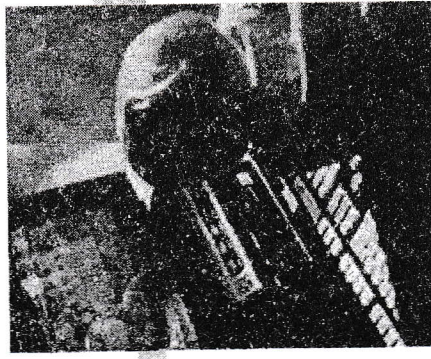


Игровая зависимость является психологической, поэтому и лечение надо осуществлять психологическими методами. При игромании навязчивое стремление играть выражает особое психологическое состояние. Поэтому, чтобы преодолеть игровую зависимость, человек должен переключиться в состояние, для которого такое стремление не характерно.

Отведите ребенка к психиатру, если...

- он страстно охвачен игрой, его не волнуют любимые прежде увлечения;
- он начинает плохо есть, его мучает бессонница;
- резко меняется настроение;
- прогуливает школу, плохо учится;
- на просьбы перестать играть, он не реагирует, а на требования — начинает биться в истерику.

ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ



623385, Свердловская область,

г. Полевской, мкр. Черемушки, 24

Тел./факс: (34350)577-87

Сайт: www.centerlado.ru

E-mail: centerlado@yandex.ru

Игровая зависимость

Игромания - вид расстройства влечений, относящийся к группе психологических зависимостей. При этом азартная игра является подвидом наркотика. Разновидностей игровой зависимости много, но наиболее распространенными являются: компьютерная зависимость, зависимость от игровых автоматов, Интернет зависимость.

Гемблинг, также **лудомания** — (патологическая склонность к азартным играм F63.0 по МКБ-10) «заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, что доминирует в жизни субъекта и ведет к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей, не уделяется должного внимания обязанностям в этой сфере» (МКБ-10, 1994).

Проблема усугубляется тем, что в процессе игры в ряде случаев возникают расслабление, снятие эмоционального напряжения, отвлечение от неприятных проблем, и игра рассматривается как приятное времяпрепровождение. На основе этого механизма постепенно наступает зависимость.

Игровая зависимость имеет не- сколько признаков, которые классифицированы на международном уровне.

Это:

- 1) Постоянная потребность участия в игре;
- 2) Тяга к продолжению игры во что бы то ни стало;
- 3) Эмоциональные срывы, истерическое состояние, овладевающее игроком, если не удается выиграть;
- 4) Игрок еще чаще стремится играть, если на него начинают давить социальные или какие-либо другие обязательства;
- 5) Человек, подверженный игромании, практически сводит на нет всю свою социальную активность, принося в жертву игре собственные интересы, а также интересы своих близких;
- 6) Полное отрицание всех проблем, которые возникают из-за игры: денежные, юридические, социальные, психологические. Субъект продолжает игру, отряхаясь от забот.

Причины игромании

- Безрадостная жизнь.
- Сексуальная неудовлетворенность.
- Психологическая фиксация в детском или подростковом состоянии.

Факторы, predisposing к гемблингу.

Существуют факторы, predisposing к гемблингу (Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В., 2000):

- неправильное воспитание в семье
- участие в играх родителей, знакомых
- стремление к игре с детства (домино, карты, монополия и т. д.)
- вещизм
- переоценка значения материальных ценностей
- фиксированное внимание на финансовых возможностях
- зависть к более богатым родственникам и знакомым
- убеждение в том, что все проблемы можно решить с помощью денег.