

# Болезнь, а не развлечение: как бороться с игроманией рассказал нарколог и психотерапевт Антон Степанов

«Я не могу не играть» – именно с такой жалобой в Гомельский областной наркологический диспансер приходят люди, страдающие игровой зависимостью. И с каждым годом количество таких пациентов растет. Как формируется пагубная привычка и почему от нее так сложно избавиться самостоятельно, читателям «Маяка» рассказывает заведующий отделением медицинской реабилитации ГОНД, врач – психиатр-нарколог, врач-психотерапевт Антон Степанов.

Основное внимание в отделении медицинской реабилитации областного наркодиспансера уделяется пациентам, страдающим алкогольной и наркотической зависимостью. Однако, по словам заведующего, обращаются к ним и те, кто не представляет своей жизни без игры.

*– Такое происходит нечасто, хотя проблема очень распространенная. Современному человеку доступны самые разные виды азартных игр, начиная от игровых автоматов в торговых центрах, ставок на спорт онлайн и заканчивая электронными рулетками. Одни рассчитаны на детей, которые пытаются достать мягкую игрушку со дна прозрачного куба, другие – на взрослых, рискующих солидными суммами в интернете, – поясняет врач.*

В каждом из этих случаев работает основной принцип азарта – а вдруг сейчас повезет. Тот, кто проиграл несколько раз, вновь надеется на удачу, а тот, кто выиграл сразу, мечтает сорвать еще большую кассу. И это затягивает. Люди не в состоянии остановиться. Они спускают все заработанные деньги и становятся игровыми наркоманами. Антон Степанов говорит, что

игромания сродни наркомании. Зависимого человека не останавливают моральные барьеры, он может забрать последние деньги у родителей, жены, детей, может продать вещи из дома, пойти на преступление. Он думает только о том, чтобы скорее снова испытать судьбу. Психиатр-нарколог уточняет:

*– Это такая же болезнь, как наркомания и алкоголизм, ее еще называют патологическим гемблингом, или лудоманией. При этом отрицание самой зависимости у таких пациентов гораздо больше, чем у зависимых от алкоголя или наркотиков. Бесполезно пытаться помочь игроману советами или угрозами. Человеку нужна квалифицированная помощь, которая к тому же должна быть длительной. Лечение любой формы зависимости часто сопровождается срывами. Никто не застрахован от рецидива. Важно не только остановить тягу к игре, но и занять пациента новым делом, помочь ему найти новые смыслы. Важно, чтобы выздоравливающий пользовался надежной поддержкой понимающих людей. Речь идет об игроках, успешно справляющихся со своей зависимостью. Долгий процесс коррекции личности – единственно верный путь.*

В отделении медицинской реабилитации Гомельского областного наркологического диспансера разработан курс реабилитации длительностью 28 дней. Люди с игровой зависимостью получают комплексную психологическую помощь – это работа с мышлением, эмоциональным состоянием, окружением – и индивидуальные консультации с психологами и психотерапевтами.

*– После зарядки и завтрака с пациентами обсуждаются планы на день. Далее следует групповая терапия, тренинги, лекции о зависимости. После обеда разбираются письменные «домашние» задания. Вечером – фильмотерапия, итоговое собрание. Обязательно уделяется внимание группам поддержки, например, «Анонимные игроки», ведется работа с семейным окружением. Во всех случаях действует индивидуальный подход. По этому курсу реабилитации уже есть хорошие результаты, – говорит Антон Анатольевич.*

В заключение специалист еще раз подчеркивает, что подобная помощь не должна быть разовой, потому что личность невозможно изменить за несколько занятий. Победить зависимость можно, поддерживая стремление человека сформировать для себя новые ценности на месте иллюзий.

**Екатерина КОВАЛЕНКО. Фото Виктории ФУТРИНОЙ. Текст взят с сайта <https://sozhnews.by>**