

Выступление на родительском собрании на тему:

«Игромания- опасная болезнь»

Все мы в какой-то мере люди азартные, только у каждого азарт проявляется по-своему. Кто-то азартно смотрит футбол, кто-то «запоем» читает книги, а кто-то предпочитает различные азартные игры. Иногда последнее становится проблемой. Будь то подросток, не отходящий от игровых автоматов, или взрослый человек, оставляющий огромные суммы в казино,- все это одна и та же беда, имя которой «игромания».

Дьявол, как известно, играет на человеческих пороках. И один из них - это жажда удачи, надежда на денежное счастье, что является не более чем иллюзией, искажением действительности.

Как же получается, что одни люди попадают в зависимость от игры, а другие нет? Дело в том, что игромания зарождается так же, как и наркотическая зависимость. Отправной ее точкой служит, как правило, неожиданный крупный выигрыш в казино или игровом зале. То состояние эйфории, которое при этом переживается, требует повторения. Именно это вновь и вновь ведет человека в мир игры. Ему очень трудно понять, что вероятность повторной удачи ничтожно мала; что невозможно подсчитать систему выигрышей (ее просто не существует) и не стоит тратить деньги и время на призрачные мечты.

Однако сетовать на этих «профессиональных игроков» и бесперспективно, и бессмысленно. Важно понять одну парадоксальную на первый взгляд вещь: несмотря на всю внешнюю «сохранность» рассматриваемого персонажа, несмотря на всю его вменяемость, сознательность и т. п., он болен. Да, да, он бо-лен! У него есть, можно сказать, «психическая инфекция». Откройте любую современную классификацию психических расстройств, и вы найдете там такую болезнь «игроманию» или иначе, «патологическую склонность к азартным играм». А потому такой «пострадавший» нуждается не во внушениях и назиданиях, а в лечении, в помощи врача-психотерапевта.

Психологи давно пришли к выводу, что каждый из нас относится к одному из двух психологических типов: мы или интерналы, или экстерналы. Что скрывается за этими мудренными названиями? Экстерналы - люди, которые всегда полагаются на случай, на судьбу, на удачу, на авось, которые не рассчитывают на себя, а на «стечение обстоятельств», т.е. ждут, а не делают. Вторые, интерналы, напротив, рассчитывают на себя, они всегда думают о том, что от них зависит; что они могут сделать, чтобы

повернуть дело к лучшему. И они делают, а не ждут, пока удача сама свалится им на голову.

Специальные исследования показали, что интерналам, как ни странно, «везет» больше, чем экстерналам. Они меньше страдают от психологических проблем, они более успешны в жизни, они оптимистичны и трудоспособны. В отличие от интерналов, экстерналы, наоборот, сталкиваются с большим количеством психологических трудностей, неудачи - это их «конек», они постоянно впадают в пессимистическое настроение и чаще других кончают жизнь самоубийством. Игроман - классический случай экстернала.

Его попытки «разработать систему выигрыша» - отнюдь не логическая работа интернала, это только ее жалкое подобие. Он «разговаривает» с картами, думает, что игральному автомату известно чувство «справедливости», а потому, раз он «съел» уже столько денег, то должен и «поделиться». В сущности, игроман ведет себя, как ребенок, он словно бы забыл, что давно живет в мире взрослых.

Со своей экстернальностью можно справиться только с помощью психотерапевта. Психотерапия учит не тому, как выигрывать в казино, а тому, как выигрывать в жизни. Разница, может быть, и незначительная, но зато существенная.

Игромания на сегодняшний день считается болезнью, наряду с наркоманией и алкоголизмом. Игровая зависимость часто сочетается с алкогольной и другими ее формами. Наличие у человека психопатий, неврозов, эмоциональные или сексуальные проблемы, недостаток самореализации (как профессиональной, так и личностной) предрасполагают к возникновению игромании.

Основные признаки игровой зависимости:

- частое участие в играх, стремление играть на большие суммы, азарт;
- невозможность контролировать время окончания игры, - продолжение игры, несмотря ни на что, проигрыш не останавливает;
- заем денег, постоянное стремление отыграться, «охота» за выигрышем, идея выиграть становится сверхценной;
- принесение в жертву профессиональных, межличностных отношений ради игры;
- синдром отмены: потливость, дрожь, функциональные расстройства, нарушения настроения и сна;
- возникновение «теорий выигрыша», ритуалов, поиски логической закономерности в выпадающих цифрах;
- регулярно возникающее чувство вины, отказ признавать свою зависимость, снижение самокритичности.

Наличие трех-четырех признаков из вышеперечисленных уже свидетельствуют о наличии у человека игровой зависимости. Последствия игромании губительны для материального состояния как человека, ей подверженного, так и для его близких, а также для его собственного здоровья. Поскольку человек находится в состоянии крайнего возбуждения, его организм значительно истощается, развивается бессонница, склонность к депрессии, гипертония, нарушения сердечно - сосудистой системы. Возникает риск психоза.

Поскольку критичность больного снижается, игровая зависимость с трудом поддается психокоррекции. Легче предупредить возникновение подобного нарушения, развивая в детях уверенность в своих силах, чувство ответственности, недоверие к д а р м о в ы м источникам благ, стремление к самореализации в трудовой деятельности.

Компьютерные игры - польза или вред?

Что такое компьютеры, уже всем хорошо известно, а вот что такое компьютерные игры? Компьютерные игры это специальные компьютерные программы, которые выводят на экран картинку, превращая его в поле игры. Это своего рода настольная игра, но впечатляющая и достаточно сложная.

Компьютерные игры условно можно разделить на три группы: во-первых, традиционные игры в компьютерном исполнении (карты, шахматы, морской бой и т.п.); во-вторых, «стрелялки», где играющий сражается с виртуальными противниками при помощи самого разнообразного вооружения; наконец, в-третьих, «стратегии» - игры, нацеленные на приобретение разнообразных «богатств».

Чему учат эти игры детей? Даже игра в шахматы с компьютером лишает самого главного: общения, без которого любая игра становится сущим недоразумением. Если же речь идет о «стрелялках» и виртуальном «обогащении», то здесь скорее детей учат агрессии и получению «нетрудовых доходов». Чем это чревато, наверное, объяснять не нужно. Однако последствия здесь не только «общественно значимые», но и значимые с медицинской точки зрения.

Зачастую дети, погружаясь в виртуальный мир, не могут ему сопротивляться. Они еще не имеют достаточно сформированной психологической защиты, а потому превращаются в настоящих невротиков со страхами, приступами тревоги, болезненным раздражением, ночными кошмарами, навязчивыми состояниями и т.п. В более тяжелых случаях у детей развиваются даже так называемые «компьютерные психозы», т.е. состояния, характеризующиеся галлюцинациями, ощущением заговора, преследования, чудовищной опасности.

Принято думать, а мысль эта внушена соответствующими лицами не без корыстного умысла, что работа с компьютером развивает пользователя. Конечно, во всяком заблуждении есть доля истины, но, как правило, она безнадежно мала. Работа с компьютером, действительно, развивает, как, впрочем, и любая работа.

Но что может развить в ребенке компьютерная игра? Она, безусловно, способствует увеличению скорости реакции, тренирует память, развивает воображение ребенка. Но все это происходит в очень узком диапазоне жизни и отнюдь не означает, что ваш ребенок начнет лучше учиться или быстрее усваивать школьный материал. По ряду отягощающих причин компьютерные игры будут иметь прямо противоположный эффект.

По сути, весь смысл компьютерной игры сводится к запоминанию, где и как нужно повернуть «мышь» или на какую клавишу в какой момент данной конкретной игры следует нажать. Поэтому очевидно, что утверждение, будто бы подобная практика сильно развивает вашего ребенка, сильно преувеличено.

К чему же в реальности приводит пристрастие ребенка к игре на компьютере?

Во-первых, речь идет именно о пристрастии, о зависимости, причем очень сильной. Под-час ничто не способно привлечь внимание ребенка, кроме компьютера, ничто не может отвлечь его от этого занятия. Ребенок начинает вести себя, как настоящий наркоман: он думает только о компьютерных играх, говорит только о них, таскает деньги, чтобы попасть в компьютерный клуб, тратит на игру не только все свободное время, но и несвободное тоже (прогуливает школу, недосыпает и т.д.).

Во-вторых, компьютерные игры оказывают самое неблагоприятное влияние на психику ребенка. Он становится напряженным, эмоционально неуравновешенным, испытывает чувство тревоги, перемежающееся подавленностью или озлобленностью. У детей нарушается сон, зачастую им снятся кошмары, содержание которых почерпнуто из компьютерных игр. Это болезненное общение с компьютером делает ребенка замкнутым, он истощается, не может сосредоточиться на учебе или другой важной для него деятельности.

В-третьих, все это сказывается и на физическом здоровье ребенка. Он перестает уделять должное внимание спорту и физическим нагрузкам, подрывает свое здоровье постоянным пребыванием за экраном компьютера (мерцание экрана, излучение и т.п.).

Родителям очень важно осознать, что их ребенок попал в зависимость от компьютера, по сути дела, болен этой зависимостью. Разъяснить ребенку пагубность данной привычки практически невозможно, тактика запрета оказывается малоэффективной, а «битие», как известно, непедагогично, да и к тому же бессмысленно. Все это делает необходимым обращение к специалисту - детскому психиатру или психотерапевту. Лучше, конечно, предупредить возникновение этой зависимости, нежели потом с ней бороться.

Для этого необходимо, чтобы на домашнем компьютере просто не появлялись игровые программы. С самого начала ребенка нужно ориентировать таким образом, чтобы компьютер воспринимался его сознанием как способ учебы или форма работы, но вовсе не как развлечение. Зачастую родители просто не желают тратить время, чтобы учить ребенка работе на компьютере, а потому они полагаются на то, что он обучится этому сам.

Игра, конечно, быстро научит малыша пользоваться компьютером, но издержки этого «самообучения» слишком серьезны. Детская психика еще не сформирована, она находится в развитии и весьма податлива, тем более, на искушения. Именно поэтому она нуждается в бережном и тщательно выверенном к себе отношении, иначе - жди беды.