

Как помочь ребёнку игроману

Обратитесь к специалистам (психологу, психотерапевту, врачу-наркологу). Они помогут диагностировать игроманию и разработать индивидуальный план лечения.

Создайте доверительную атмосферу. Объясните ребёнку, что вы понимаете его проблемы и хотите помочь. Поддерживайте ребенка, интересуйтесь его жизнью. Поощряйте его достижения и помогайте справляться с трудностями.

Установите ограничения на время игры. Заблокируйте доступ к играм на временные периоды.

Предложите ребёнку интересные и увлекательные занятия. Спорт, творчество, чтение и др.

Проводите время вместе. Общайтесь, участвуйте в совместных мероприятиях.

Игромания - не дурная привычка, а серьезное психическое расстройство, которое требует комплексного лечения.

Помните, Вы не одиноки!

Есть люди и ресурсы, которые помогут справиться с игроманией.

8 800 2000 200

Минздрава России о Вашем здоровье [официальный портал] URL: <https://www.takzdorovo.ru/> (дата обращения 14.08.2024).
- Текст: электронный.



Рекомендательная библиография

*Божья аптека. Против вредных привычек: алкоголизм, курение, наркомания, игромания, компьютерная зависимость / автор-составитель И. В. Киянова. - Москва: Православное братство святого апостола Иоанна Богослова, 2010. - 77 с. - ISBN 5-89424-017-X. - Текст: непосредственный.

Быковская, Е. В.

Как избавиться от игровой зависимости / Е. В. Быковская, А. И. Чапов, О. И. Чапова. - Москва: Эксмо, 2007. - 254 с. - (Бросить легко). - ISBN 978-5-699-23795-1. - Текст: непосредственный.

*Зорин, К. В.

«Одержимые». Зависимость: компьютерная, игровая, никотиновая... / К. В. Зорин. - Москва: Русский Хронограф, 2011. - 239 с. - Библиогр.: с. 229-235. - ISBN 5-85134-114-9. - Текст: непосредственный.

Ждём Вас по адресу:

**центральная городская библиотека
ул. Школьная, 47**

понедельник - пятница с 9-00 до 18-00

суббота, воскресенье - выходной день

первый четверг месяца - санитарный день



Составитель и компьютерная вёрстка
М. И. Димитрова

* Книги, отмеченные звёздочкой можно заказать в центральной городской библиотеке по МБА — межбиблиотечный абонемент предоставляющий читателям одной библиотеки возможность использования книжных фондов других библиотек.

МБУК «Вятскополянская ГЦБС»
центральная городская библиотека

16+



ИГРОМ **МАНИЯ**
БОЛЕЗНЬ ИЛИ
ДУРНАЯ ПРИВЫЧКА?

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БУКЛЕТ

Вятские Поляны
2024г.

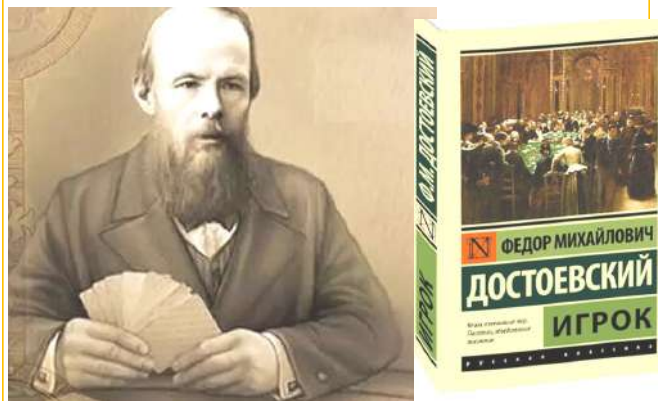
Игромания (лудомания с латинского «ludus» игра + с древнегреческого «μανία» - мания, одержимость, заикленность).

Игромания - психическое расстройство проявляется в одержимости азартными играми, видео - и компьютерными играми. Вызывает сильную зависимость и приводит к негативным последствиям во всех сферах жизни: в семье, на работе, в учёбе, отношениях, финансах и здоровье.

Игровая зависимость – явление не новое. Первые игорные дома появились в XII веке.

А первое подробное описание симптомов этой болезни дал Фёдор Михайлович Достоевский в романе «Игрок».

В образе Алексея Ивановича, главного героя, автор мастерски передал стадии этой болезни: от первоначального возбуждения и надежды на выигрыш до полного отчаяния, потери контроля и разрушения жизни. Достоевский был игроком и вложил в роман не столько описание, сколько личный опыт. Глубокое понимание психологии зависимого человека делает роман поистине ценным документальным источником и помогает понять трагические последствия игровой зависимости.



Достоевский, Ф. М.

Игрок: повести, роман / Фёдор Михайлович Достоевский. - Санкт-Петербург: Азбука: Азбука-Аттикус, 2017. - 411 с. - (Мировая классика). - ISBN 978-5-389-07127-8. - Текст: неподцензурный.

В XIX веке игроманию стали рассматривать как болезнь, а не слабость.

В 1980-х годах американская психиатрическая ассоциация (American Psychological Association (APA)) включила игроманию в свою классификацию психических расстройств (DSM-III).

В 2013 году Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) официально признала игроманию психическим расстройством, включив ее в свою Международную классификацию болезней (МКБ-11).

Игромания, как и другие зависимости (алкоголизм, наркомания, токсикомания), имеет множество общих черт, которые позволяют отнести ее к разряду заболеваний.

1. Зависимый теряет контроль над своим поведением, не может остановиться, даже если это вредит его здоровью, отношениям, работе.



2. Со временем зависимому требуется все больше времени или денег, чтобы получить желаемое чувство удовлетворения от игры.

3. При прекращении игры зависимый испытывает абстинентный синдром: раздражительность, тревогу, депрессию, бессонницу.

4. Зависимость приводит к изменению личности, искажению ценностей, утрате интересов к другим сферам жизни.

5. Зависимость разрушает отношения с близкими, приводит к потере работы, финансовым проблемам, правонарушениям.

6. Увеличивается риск развития психических заболеваний: тревожных расстройств и психозов.

7. Как и при других зависимостях, в мозгу зависимого от игры человека активируются те же системы вознаграждения мозга, что и при употреблении наркотиков или алкоголя (находясь в серьезной опасности и разрушаются).



Игромания у детей - это серьезная проблема, которая может иметь разрушительные последствия для их будущего. Дети, в возрасте от 10 до 18 лет, особенно уязвимы к игровой зависимости так как мозг находится на стадии активного развития.

Отличительные черты игромании у детей

Ребенок постоянно думает об играх, даже когда не играет. Проводит за играми все больше времени, игнорируя другие важные сферы жизни: учебу, общение, хобби, сон. Отказывается от выполнения домашних заданий, участия в семейных мероприятиях, игнорирует друзей и родственников. Когда его пытаются отвлечь от игр, ребенок становится раздражительным, агрессивным, может кричать, плакать, злиться. Ухудшается успеваемость, теряется интерес к знаниям. Ребенок может жаловаться на головные боли, усталость, проблемы со зрением. Он может скрывать от родителей, сколько времени проводит за играми, врать о своем успехе в учебе, брать деньги без разрешения, чтобы купить игры или пополнить игровой счет.

