Мании бывают разные: черные, белые, красные. Они феерично врываются в нашу жизнь, новой яркой реальностью, в которой нет опостылевшего быта или серого офисного существования. Мания – мир бесконечных возможностей, в котором нет слова «Нет», в котором по силам решение любой проблемы.

Медики характеризуют мании изменчивостью настроения, множеством идей, бессонницей, преувеличенной самооценкой. Люди, страдающие манией, крайне чувствительны и раздражительны, их планы часто нереальны и не исполнимы. Иногда иллюзии о неограниченной власти, сверхъестественных способностях или могуществе могут превратиться в галлюцинации. Изменчивость настроения сопровождается изменением мышления, речи, нарушением вегетативных функций.

Реальность как бы отступает на второй план, кажется пустой и никчемной. Мы впускаем в свой мир «троянского коня», в чреве которого притаились войны, ждущие команду, открыть защитные ворота нашей психики. Вскоре мании поглощают человека целиком, разлагают в нем духовное ядро, оставляют лишь пустую оболочку.

Американская психиатрическая ассоциация внесла игроманию в список психических заболеваний наравне с алкоголизмом, с наркоманией. На Западе, ее называют «зависимостью без наркотика». И действительно, сбивает с толку то, когда наркология ставит диагноз "алкоголизм" или "наркомания", на то есть биологические механизмы. В головном мозге есть рецепторы, отвечающие за те или иные эффекты. Есть, например, бензодиазепиновые рецепторы - может развиться зависимость от транквилизаторов, есть опиоидные рецепторы - может развиться зависимость от морфиноподобных наркотиков, есть никотиновые рецепторы - поэтому развивается никотиновая или табачная зависимость. Но неизвестно где скрыты рецепторы, которые формируют зависимость от игры – азартной и всепоглощающей.

Как противостоять игромании?

Прежде всего, необходимо стремиться к гармоничному развитию личности. Человеку должно быть интересно, жить, у него должно быть много интересов, самых разнообразных. Это - работа, творчество, досуг, хобби, увлечения, и так далее. Если что-то нарушается в жизни человека или у него есть только один источник для удовольствий, например, только работа, то в какой-то момент, если у него происходит какая-то тяжелая жизненная ситуация... Возьмем, к примеру, людей экстремальных профессий. Скажем, военные летчики - это известный уже факт - или профессиональные спортсмены, когда они перестают жить в таком экстремальном режиме, у них происходит очень тяжелая ломка в прямом смысле этого слова. Надо в реальной гражданской жизни найти себе какую-то серьезную замену.

Человек должен укреплять свою духовную жизнь. Если у него есть эта форма иммунитета, он может поискать для себя различные формы удовлетворения, причем не обязательно через бездумную игру. Кто-то очень любит природу и с удовольствием копается в земле, выращивает растения, даже если его жизнь вдруг круто изменилась. Кто-то заботится о собственных детях и начинает жить их жизнью, кто-то занимается каким-то творчеством. Все это, так называемые «запасные аэродромы».

Если человек успел создать у себя варианты этих «запасных аэродромов», чтобы в случае какой-то неудачи перескочить на спасительные варианты, тогда он в безопасности. А вот если у него есть только один мотив в жизни, например, он всю

жизнь только работал и больше ничего, то в случае ее утраты, ему будет сложно найти утешение в других областях жизни.

Игромания излечима

В отличие от алкоголизма это не хроническая болезнь. И, как правило, после лечения человек, избавившийся от этой пагубной привычки, уже не возвращается к игре. В первую очередь, нужно избавиться от энергоинформационной сущности, стереотипа, который овладел человеком. Освободив душу, мы готовим место для наиболее приемлемых для человека, вариантов поведения, которые заменят стереотип игры, избавят от телесных и душевных недугов.

Советы тем, у кого существует такая проблема:

1. Чаще собирайте дома друзей, которые отвлекут игрока от его проблем, помогут увидеть в жизни что-то, кроме игр.
2. Не избегайте бесед об играх. Если игнорировать эту тему, то человек уйдет в себя, и его болезнь будет прогрессировать.
3. Не устраивайте скандала по поводу его проигрышей, но и не стоит радоваться его выигрышам.
4. Если в игру вовлечен ребенок, то одно лишение его денег не поможет. Он может начать воровать, побираться. Ребенка легче избавить от тяги к играм на деньги, нужно предложить ему любую разумную альтернативу (спорт, компьютер или другие домашние игры, купить животное).

И еще раз о нравственности

Основная опасность игромании кроется в нравственной, духовной деградации. Люди, гонясь за придуманным счастьем, начинают тщательно скрывать свое пристрастие и начинают вести двойную жизнь. Сначала они используют собственные средства, потом эти средства добывают в семье, у друзей, у знакомых, у партнеров по бизнесу и, в тяжелых случаях, идут на преступления. В основе лежит ложь. Самый сложный момент в психотерапевтической коррекции - это доказать человеку, что жить по правде выгодно и только таким образом он может бороться с собственной зависимостью. Ведь никто не видит, что он сыграл, кроме него самого. Не видно ни по походке, ни по запаху. Поэтому, если у человека появилось влечение к азартной игре, то он должен о нем сообщить и своим близким, и своему лечащему врачу, если он находится в сотрудничестве с врачом или с психологом. А если он сыграл, он тут же должен об этом сообщить, не боясь наказания, потому что если он скроет первый эпизод игры, то, скорее всего, возникнет так называемый "игровой запой", который закончится еще более разрушительными последствиями.