

Вернудіна І. В.,

*доктор філософських наук, психолог,
доцент кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки
Одеського національного економічного університету*

ПАТОЛОГІЧНИЙ ГЕМБЛІНГ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ЗМІНЕНОЇ СВДОМОСТІ

Анотація. В контексті причинно-наслідкових зв'язків розглядаються передумови виникнення, розвиток і формування ігрової залежності як патологічного гемблінгу (стійкої залежності від азартних ігор) або лудоманії. Визначаються основні етапи формування залежності, дається характеристика поведінкових, ментальних та психо-емоційних особливостей лудомана.

Ключові слова: *кіберактивність, постінформаційне суспільство, ігрова залежність, патологічний гемблінг, лудоманія, адиктивний розлад.*

Vernudina I. Gambling addiction as a result of altered consciousness

Summary. In the context of cause-and-effect connections are considered gambling addiction. The main stages of the formation of addiction are determined, the characteristics of the behavioral, mental and psycho-emotional features of the gambling addict are given.

Key words: *cyberactivity, post-information society, gambling addiction, behavioral mental disorder.*

Стрімкий розвиток інтернет-технологій, впровадження нейромереж і мовних моделей ШІ, що прискорилися за вимушених обмежень в соціальній комунікації під час пандемії COVID-19, стимулювали подальшу діджиталізацію інформаційного простору. Нинішній цивілізаційний етап історичного поступу людства швидкими темпами перетворює сучасну людину на «Гаджет Sapiens», а інформаційне суспільство трансформується в постінформаційне.

Зміна ролі та значущості інформації в сучасному світі призвела до постання суспільства п'ятого покоління – постінформаційного суспільства нового типу, яке прийшло на зміну попереднім чотирьом [1]. Його основними прикметними ознаками є, по-перше, злиття в одне ціле інформації, технологій та людського розуму, по-друге, розподіл людей на дві категорії: «тих, хто створює контент, та тих, хто його споживає» [2].

Упродовж останніх років спостерігається стійке зростання кіберактивності серед людей різного віку, а значить й інтернет-залежності. Віртуалізація свідомості та життєвого простору стає експансивнішою і займає все більше часу. Серед типів інтернет-залежності зазвичай розрізняють п'ять: нав'язливий «серфінг» (гортання соцмереж, пошук інформації, перегляди фото та відео); комп'ютерні ігри; віртуальні знайомства; кіберсекс (захоплення порносайтами); пристрасть до онлайн біржових торгів через тоталізатори і букмекерські контори.

Ігрова залежність у дорослих виникає значно рідше, ніж у юнаків та підлітків. Головними причинами, за яких вона розвивається у дорослих, є сильні стреси й психологічні травми. Сплеск ігromанії зазвичай виникає в періоди економічної кризи, коли втрачається робота, накопичуються борги, зростають кредитні запозичення. Найпростішим виходом з такої ситуації стають азартні ігри, що швидко перетворюються на залежність і погіршують без того складний матеріальний та психологічний стан людини.

Сьогодні українське суспільство в стані війни переживає величезний стрес, а під впливом постійного стресу та психоемоційної напруги будь-яка залежність розвивається значно швидше. Всесвітня організація охорони здоров'я внесла ігрову залежність в міжнародну класифікацію хвороб (МКХ). Формування ігрової залежності як захворювання відбувається, в основному, в чотири етапи:

1. *Етап виграшу.* Ґрунтується на відчутті смаку перемоги й швидкому отриманні легких грошей. Перші навіть мінімальні виграші можуть передувати розвиткові патологічної залежності й запустити у психіці механізми стимуляції «швидкого дофаміну» – бажання переживати моменти виграшу знову й знов.

2. *Етап програшу.* Незважаючи на втрату коштів та негативні емоції, виникає наполеглива потреба відіграти збитки. Задля цього витрачаються власні заощадження, беруться численні кредити, позичаються гроші у друзів, колег, знайомих, утворюються значні борги.

3. *Зміни в свідомості.* Переломний етап, коли формується стійкий потяг отримати швидке задоволення, бажання відігратися стає непереборним, утворюється т. зв. дофамінова петля. Для віднайдіння коштів на чергову ставку людина ладна піти на все.

4. *Депресія.* Фіналізація проявів ігрової залежності. Це складний ступінь розвитку психічного, ментального та поведінкового розладу, що занурює людину в глибоку соціальну дезадаптацію. На цьому етапі майже не залишається факторів, що можуть принести радість та спокій. Попри розчарування у грі, зупинитися практично неможливо.

Патологічний гемблінг (залежність від азартних ігор) або *gambling addiction* (з англ. *патологічна азартна залежність*) – це особливий вид

поведінкової залежності, психічний розлад, що проявляється у нав'язливому прагненні грати на тоталізаторах, в онлайн казино та букмекерських конторах, є домінуючим в житті людини й призводить до втрати соціальних, матеріальних, професійних, сімейних цінностей.

Більш узвичаєним для характеристики поведінкового психічного розладу, що полягає у патологічній, нав'язливій пристрасті до азартних ігор, є термін *лудоманія*. Ставки на спорт, ігрові автомати, ігри в казино, такі як покер, рулетка, блекджек тощо, є найпоширенішим переліком ігор, що провокують залежність. Лудоманія поглинає хворого на азартні ігри, затьмарює його життя та емоції, йому все важче підтримувати соціальні контакти, зберігати роботу, виконувати свої зобов'язання перед сім'єю. Гра вимагає все більшої уваги, концентрації, витісняє інші інтереси й повсякденні справи.

Лудоманія – це порушення контролю над імпульсами, це адиктивний (*з англ. addiction – залежність*) розлад, який призводить до сильного потягу, потреби й настійливого бажання грати. Саме швидкі ігри приваблюють гравців і перетворюють їх на азартних залежних. Повільні ігри на гроші майже не викликають звикання, адже задоволення приходить через довгий час після ставки. Лудомани ж уникають негативних емоцій, їхній мозок виробляє речовини, що спричиняють звикання до швидкого й легкого задоволення.

Лудомани не можуть припинити або обмежити гру, усі спроби й намагання її зупинити як правило, безуспішні. Людина відчуває все більше азарту при розміщенні грошових ставок, їх стає все більше, відбувається так звана ескалація. Лудоман нехтує своїми повсякденними обов'язками, віддає перевагу азартним іграм, а не часу, проведеному із сім'єю чи друзями, він ладен брати лікарняний, щоб пограти. Коли хворий намагається кинути грати, він стає дратівливим і нестриманим, для нього завжди характерні перепади настрою. При цьому інтенсивність занурення в азартні ігри стає все вищою.

Лудомани не живуть сьогоднішнім, адже постійно думають про ігри. Однією з важливих ознак цієї патології є прокручування в голові вже зіграних партій, обмірковування того, де взяти гроші на чергову гру, що відбирає занадто багато часу в повсякденному житті. Якщо лудоман відчуває негативні емоції, такі як стрес, тривогу, почуття провини, безпорадність, депресію або просто перебуває у поганому настрої, він все одно буде грати, прагнучи покращити свій психоемоційний стан через поліпшення фінансового.

Лудоман завжди бреше, щоб оточуючі не дізналися про масштаби його ігор і про розмір боргів. Навіть важливі та значущі для нього стосунки перебувають в зоні ризику через залежність і пристрасть до азартних ігор. Для таких людей характерні нереалістичні очіку-

вання: вони завжди думають, що їх шанси на виграш більші, ніж показує статистика. При цьому програти призводять до повторних ставок, вони повертаються в гру знову і знову, щоб відіграти програні суми. Перемога лише підштовхує їх до наступних ставок. Вони вважають, що якщо виграють, то це смуга удачі і їм потрібно більше грати, щоб виграти більше.

Лудоман, як правило, грає на більші гроші, ніж йому хотілося б. У нього завжди погано йдуть справи і купа позик, але щоб вирішити фінансові проблеми він залазить у ще більші борги. Патологічно залежний не може стримуватися і починає грати, навіть якщо пообіцяв собі більше цього не робити. Його життя просякнуте ігровим контекстом, він грає навіть тоді, коли знаходиться серед людей, коли гра недоречна. Кількість ігор збільшується, поступово він грає навіть частіше, ніж йому хотілося б, але не в змозі чинити цьому опір. Лудоман також грає довше, ніж планував, тривалість ігор зростає, все більше часу він проводить за грою і не може зупинитися.

Виходячи з вище зазначених характерологічних особливостей стає зрозуміло, що людина з адиктивним розладом перебуває не лише в замкненому колі проявів своєї залежності, але і в стані зміненої свідомості. У США до DSM-5 – Діагностичного та статистичного посібника з психічних розладів, що має значний авторитет серед психіатрів, включено інтернет-ігровий розлад. Лікарі констатують зміну фізіологічних процесів в організмі людей із залежністю, негативну динаміку їх психоемоційних станів. ВООЗ опублікувала оновлену міжнародну класифікацію хвороб, яка містить понад 55000 видів захворювань, травм та розладів. І вперше тут з'явилися залежність від інтернет мережі й неконтрольована пристрасть до ігор, що стали справжньою пасткою для тих, хто потрапив у віртуальну реальність.

Чи піддається патологічний гемблінг лікуванню? Як зазначає психіатр Б. Івнев, для одужання пацієнт має сам усвідомити проблему і співпрацювати з лікарем, без цього позитивний результат отримати практично неможливо. Лікування відбувається в кілька етапів: діагностика; медикаментозна терапія; реабілітація. На всіх трьох етапах пацієнт послідовно працює з психіатром, психотерапевтом, психологом. У нього формуються нові поведінкові установки, шляхи реагування у стресових ситуаціях та при отриманні пропозицій від казино, розвивається здатність розпізнавати стани, що можуть передувати грі. Найскладнішим етапом є процес адаптації – повернення людини до узвичаєного ритму життя. Для цього використовуються техніки когнітивно-поведінкової терапії, гіпнотерапії, важливими є програми соціальної підтримки тощо [3].

Список використаних джерел:

1. Khalifa E. Post-information society: restructuring human society. February 2021.
2. Золотухін Д. Постінформаційне суспільство. URL: <https://postinfosociety.com/> (дата звернення: 22.11.2024).
3. 5 ознак лудомана. Гральний бізнес в Україні під час війни. *Українське Радіо*. 28.03.2023 р. URL: <https://ukr.radio/news.html?newsID=101080> (дата звернення: 18.11.2024).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-446-0-50>

Водолазська О. В.,

*здобувач магістерського рівня освіти
кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

Дробот О. В.,

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

АРТ-ТЕРАПІЯ В РОБОТІ З НЕГАТИВНИМИ ЕМОЦІЙНИМИ СТАНАМИ У ВПО: ДОСТУП ДО НЕУСВІДОМЛЮВАНИХ ЕМОЦІЙ ЧЕРЕЗ ТВОРЧИСТЬ

Анотація. У статті арт-терапія розглядається як інструмент для подолання емоційних труднощів ВПО, зокрема тривожності, стресу та емоційного вигорання. Вона активізує творчість, яка забезпечують доступ до несвідомого, сприяючи символічному вираженню емоцій та зміцненню травматичних переживань.

Ключові слова: ВПО (внутрішньо переміщені особи), арт-терапія, несвідоме, емоційні переживання, травматичний досвід.

Vodolazska O., Drobot O. Art Therapy in Addressing Negative Emotional States in IDPs: Accessing Unconscious Emotions through Creativity

Summary. The article examines art therapy as a tool for overcoming emotional difficulties among internally displaced persons (IDPs), including anxiety, stress, and burnout. It activates creativity, providing access to the