

Παθολογική ενασχόληση με τυχερά παιχνίδια



Η παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια αποτελεί μία **διαταραχή ελέγχου των παρορμήσεων**, που περιλαμβάνει την επαναλαμβανόμενη εμφάνιση μίας συμπεριφοράς που είναι δυσλειτουργική (π.χ. συμβαίνει πολύ συχνά, παίρνουμε αποφάσεις, που υπό άλλες συνθήκες δε θα παίρναμε, χάνουμε μεγάλα ποσά χρημάτων, δανειζόμαστε κ.α.) για την προσωπική, οικογενειακή, ή επαγγελματική ζωή του ατόμου (American Psychiatric Association, 2000).

Για να διαγνωστεί χρειάζεται το άτομο να εμφανίσει τουλάχιστον πέντε από μία πλειάδα κριτηρίων, που περιλαμβάνουν (Pallanti et al., 2006) :

- ασχολούμαστε με τα τυχερά παιχνίδια,
- νιώθουμε την ανάγκη να ξοδεύουμε ένα αυξανόμενο ποσό χρημάτων ώστε να πετύχουμε την απαραίτητη ευχαρίστηση,
- κάνουμε επαναλαμβανόμενες προσπάθειες για να ελέγξουμε, να μειώσουμε, ή να σταματήσουμε τη συμπεριφορά,
- νιώθουμε ανήσυχοι ή ευερέθιστοι όταν επιχειρούμε να μειώσουμε ή η να σταματήσουμε τη συμπεριφορά,
- στοχεύουμε στο να δραπετεύσουμε από τα προβλήματα, ή να ανακουφίσουμε μία αρνητική διάθεση,
- επαναλαμβάνουμε τη συμπεριφοράς ώστε να κερδίσουμε πίσω τα χαμένα («θέλουμε να πατίσουμε»),
- λέμε ψέματα στην οικογένειά μας, στο θεραπευτή, ή σε άλλους, ώστε να αποκρύψουμε το μέγεθος του προβλήματος,
- διαπράττουμε παράνομες πράξεις, όπως η πλαστογραφία, η απάτη, η κλοπή, ή η υπεξαίρεση, για να βρούμε χρήματα ώστε να συνεχίσουμε να παίζουμε,
- στηριζόμαστε σε άλλους για να βρούμε χρήματα ώστε να καλύψουμε μία απεγνωσμένη οικονομική κατάσταση που προκλήθηκε από τη συμπεριφορά μας.

Τα αίτια που συμβάλλουν στην ανάπτυξη της διαταραχής είναι ποικίλα. Η **γενετική προδιάθεση**, αλλά και η λειτουργία συγκεκριμένων **νευροδιαβιβαστών**, φαίνεται να παίζουν ρόλο στην πιθανότητα εμφάνισής της (Eisen et al., 1998; Potenza et al., 2005; Slutske et al., 2001; Ibanez et al., 2003). Όμως, πολύ σημαντικό ρόλο στο αν τελικά θα εμφανιστεί παίζουν και διάφοροι **ιδιοσυγκρασιακοί παράγοντες** (στοιχεία της προσωπικότητάς μας), το **οικογενειακό περιβάλλον**, και τα **σημαντικά ή τραυματικά γεγονότα ζωής**, όπως είναι η έκθεση από μικρή ηλικία στα τυχερά παιχνίδια, η εύκολη πρόσβαση, η κακοποίηση κ.α. (Shaffer et al., 1999; Jacques et al., 2000; Scherrer et al., 2007).

Έχουν προταθεί πολλοί τρόποι αντιμετώπισης της παθολογικής ενασχόλησης με τα τυχερά παιχνίδια. Αν και έχουν ερευνηθεί διάφορα είδη φαρμάκων, μέχρι στιγμής **δεν υπάρχει κάποια εγκεκριμένη φαρμακευτική αγωγή** για τη συγκεκριμένη διαταραχή (Morasco B. J. et al., 2009). Στην Αμερική, αλλά και σε πολλές χώρες ανά τον κόσμο, είναι διαδεδομένο το πρόγραμμα **Gamblers Anonymous (GA)** στα πρότυπα του αντίστοιχου γνωστού προγράμματος για την εξάρτηση στο αλκοόλ. Οι έρευνες δείχνουν ότι το πρόγραμμα αυτό μπορεί να βοηθήσει τα άτομα που το παρακολουθούν με συνέπεια, όμως τα ποσοστά αποχώρησης είναι μεγάλα (Morasco B. J. et al., 2009).

Η **Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία** αποτελεί μία αποτελεσματική θεραπεία για την αντιμετώπιση της διαταραχής, όπως έχει φανεί μέσα από διάφορες έρευνες. Στοχεύει στην εκπαίδευση του ατόμου πάνω στους παράγοντες που συντηρούν το πρόβλημα, καθώς και στην εκμάθηση διάφορων τεχνικών με τις οποίες θα μπορέσει να ελέγξει τις παρορμήσεις του.

Η Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία περιλαμβάνει γνωστικές και συμπεριφορικές τεχνικές για την αντιμετώπιση της διαταραχής, όπως (Morasco B. J. et al., 2009) :

- *την αναγνώριση και διαχείριση των σκέψεων, των συναισθημάτων, των γνωστικών διαστρεβλώσεων, και των συμπεριφορών που συντηρούν τη δυσλειτουργική συμπεριφορά,*
- *την εκπαίδευση στη διεκδικητική συμπεριφορά,*
- *την αύξηση της αυτοπεποίθησης,*
- *τη μείωση των συμπεριφορών που αφορούν την ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια,*
- *την ενίσχυση των δραστηριοτήτων που δε σχετίζονται με τα τυχερά παιχνίδια,*
- *την επίλυση προβλημάτων,*
- *την πρόληψη της υποτροπής.*

Η παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια είναι ένα πολύ συχνό πρόβλημα στη σύγχρονη κοινωνία και μπορεί να επιφέρει σοβαρές συνέπειες στο ίδιο το άτομο, αλλά και στο κοντινό του περιβάλλον. Το πιο σημαντικό βήμα είναι να μπορέσει το άτομο να αποδεχθεί ότι η συμπεριφορά του αποτελεί πρόβλημα και να ζητήσει βοήθεια, ενώ το περιβάλλον του χρειάζεται να το στηρίξει στην προσπάθειά του για αλλαγή, και να εκπαιδευτεί στους τρόπους με τους οποίους θα μπορέσει να το βοηθήσει.

Βιβλιογραφία:

- American Psychiatric Association (2000) Diagnostic and statistical manual of mental disorders fourth edition text revision, Washington DC: Συγγραφέας.
- Eisen S. A. (1998), Familial influences on gambling behavior: an analysis of 3359 twin pairs, *Addiction*, 93, 1375-1384.
- Ibanez A. et al. (2003), Genetics of pathological gambling, *Journal of Gambling Studies*, 19, 11-22.
- Jacques C. et al. (2000), Impact of availability on gambling: a longitudinal study, *Canadian Journal of Psychiatry*, 45, 810-812.
- Morasco B. J. et al. (2009), CBT in pathological gambling , Από Simos G., *Cognitive Behavioral Therapy A Guide for the Practicing Clinician Volume 2* (σελ.112), Hove: Routledge.
- Pallanti et al. (2006), Pathological Gambling, Από Hollander E., Stein D. J., *Clinical Manual of Impulse-Control Disorders* (σελ. 251), Arlington: American Psychiatric Publishing, Inc.
- Potenza M. N. et al. (2005), Shared genetic contributions to pathological gambling and major depression in men, *Archives of General Psychiatry*, 62, 1015-1021.
- Scherrer J. F. et al. (2007), Association between exposure to childhood and lifetime traumatic events and lifetime pathological gambling in a twin cohort, *Journal of Nervous and Mental Disease*, 195, 72-78.
- Shaffer H. J. et al. (1999), Estimating the prevalence of disordered gambling behavior in the United States and Canada: a research synthesis, *American Journal of Public Health*, 89, 1369-1376.
- Slutske W. S. et al. (2001), A twin study of the association between pathological gambling and antisocial personality disorder, *Journal of Abnormal Psychology*, 110, 297-308.