



Τυχερά παιχνίδια και παθολογική ενασχόληση «Κάνε παιχνίδι..!»...

Οι περισσότεροι άνθρωποι έστω και μία φορά στη ζωή τους έτυχε να παίξουν κάποιο τυχερό παιχνίδι. Λαχείο, καζίνο, κουλοχέρης, τόμπολα, χαρτιά, ζάρια, στοιχήματα, παιχνίδια στο διαδίκτυο... και η λίστα είναι σχεδόν ανεξάντηλη. Και εδώ τίθεται το εξής ερώτημα: θεωρείται η συγκεκριμένη συμπεριφορά προβληματική ή παθολογική; Η απάντηση είναι ξεκάθαρα όχι. Πότε όμως η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια θεωρείται παθολογική; Η παθολογική ενασχόληση με τυχερά παιχνίδια ορίζεται μια επί-



Της Κλαυδίας Νεοφύτου*

μονη και επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά που οδηγεί σε σημαντική δυσλειτουργία στη ζωή του ατόμου. Κάποια παραδείγματα συμπεριφορών δυσλειτουργίας είναι η ανάγκη για αύξηση του ποσού που παίζεται για να μπορέσει το άτομο να βιώσει αισθήματα ενθουσιασμού κατά το παιχνίδι, η δυσκολία διακοπής της ενασχόλησης με τον τζόγο, η ανάγκη ενασχόλησης σε συναισθηματικά δύσκολες στιγμές, όταν το άτομο τείνει να λείπει ψέματα για τη σχέση του με τον τζόγο ή/και αυτή η συμπεριφορά επηρεάζει αρνητικά σημαντικές ανθρώπινες σχέσεις ή/και σημαντικές επαγγελματικές ευκαιρίες.

Όλα τα πιο πάνω δείχνουν ότι η προβληματική ή παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια αποτελεί ένα σημαντικό ζήτημα δημόσιας υγείας. Τα ποσοστά εμφάνισης αυτού του φαινομένου στη σχετικά πιο σοβαρή του μορφή κυμαίνονται από 0,7%-6,5% στην Ευρώπη, με ακόμα πιο υψηλά ποσοστά να περιγράφουν ηπιότερες μορφές προβληματικής ενασχόλησης με τον τζόγο. Ταυτόχρονα, φαίνεται να παρουσιάζει μια αυξητική τάση εμφάνισης στις μέρες μας



σε σχέση με τα προηγούμενα χρόνια. Μπορεί να παρουσιαστεί σε οποιαδήποτε στιγμή της ζωής του ατόμου, από την εφηβεία μέχρι τη νεαρή και μέση ενηλικίωση έως και την τρίτη ηλικία. Είναι μια συμπεριφορά που συνδέεται με σημαντικό κοινωνικό και οικονομικό κόστος, όπως τη δημιουργία μεγάλων χρεών, τον αυξημένο κίνδυνο ενασχόλησης με παράνομες δραστηριότητες, τη μειωμένη παραγωγικότητα στην εργασία και τη δημιουργία ψυχοκοινωνικών προβλημάτων στην οικογένεια. Όπως άλλωστε και κάθε άλλη συμπεριφορά, έτσι και η παθολογική συμπεριφορά ενασχόλησης με τον τζόγο έχει ένα βιολογικό υπόστρωμα. Υπάρχει δηλαδή η κληρονομική προδιάθεση που θα συμβάλει στην πυροδότηση της παθολογικής συμπεριφοράς μέσα όμως από τις περιβαλλοντικές εμπειρίες του ατόμου. Οι παράγοντες ρίσκου ανάπτυξης παθολογικής συμπεριφοράς τζόγου είναι πολλοί. Παραδείγματα των πιο πάνω είναι το αντρικό φύλο, η νεαρή ηλικία και οι χαμηλές επιδόσεις στο σχολείο ή την ερ-

γασία. Επιπρόσθετα, η ύπαρξη κατάχρησης ή εξάρτησης από αλκοόλ και ουσίες και η ύπαρξη έντονου άγχους και κατάθλιψης φαίνεται να αποτελούν παράγοντες κινδύνου για την παθολογική ενασχόληση με τον τζόγο. Ακόμη, η υπερεκτίμηση του ατόμου για τις πιθανότητες να κερδίσει και για την ικανότητά του να ελέγξει τη στοιχηματική του συμπεριφορά του κάνουν πιο ευάλωτο, η ύπαρξη χαρακτηριστικών όπως η παρορμητικότητα και η ανάγκη για συχνές αλλαγές στη ζωή. Τέλος, η πρόσβαση σε τυχερά παιχνίδια θεωρείται παράγοντας ρίσκου όπως και η φύση των ίδιων των παιχνιδιών που εμπεριέχουν την πιθανότητα έστω και μικρού κέρδους κάποια στιγμή. Σημαντικό να αναφερθεί ότι η παθολογική συμπεριφορά ενασχόλησης με τυχερά παιχνίδια τείνει να παρουσιάζει αυξητική πορεία για το άτομο στην περίπτωση που δεν λάβει κάποιο είδους εμπειρικά τεκμηριωμένη θεραπεία. Εμπειρικά τεκμηριωμένες για την αποτελεσματικότητά τους θεραπείες όσον αφορά τον παθολογικό τζόγο

θεωρούνται η Γνωστικοσυμπεριφοριστική Θεραπεία (ΓΣΘ, Cognitive Behavioral Therapy) και η συνέντευξη κινητοποίησης (ΣΚ, Motivational Interviewing), με τη ΓΣΘ να παρουσιάζει ισχυρότερα τεκμήρια για την αποτελεσματικότητά της. Η ΓΣΘ έχει ως στόχο να βοηθήσει το άτομο να αποκτήσει τις απαραίτητες δεξιότητες που χρειάζεται για να αντιμετωπίσει την εξάρτηση που παρουσιάζει με τον τζόγο. Αυτές περιλαμβάνουν την κατανόηση των παραγόντων (εσωτερικών π.χ. σκέψεις και συναισθήματα και εξωτερικών π.χ. επαφή με συγκεκριμένα άτομα) που αυξάνουν τον κίνδυνο να ενδώσει το άτομο στη συγκεκριμένη ενασχόληση. Ταυτόχρονα, η θεραπεία ασχολείται και με τη συνειδητοποίηση του κόστους της βραχυπρόθεσμης ευφορίας του τζόγου σε σχέση με τις πολύ αρνητικές μακροπρόθεσμες συνέπειες της συστηματικής ενασχόλησης με αυτόν. Η αντικατάσταση αυτής της παθολογικής συμπεριφοράς με άλλες υγιείς συμπεριφορές και η επαφή του ατόμου με την επιβράβευ-

Η προβληματική ή παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια αποτελεί ένα σημαντικό ζήτημα δημόσιας υγείας

ση που αποφέρουν οι εναλλακτικές συμπεριφορές κρίνονται σημαντικές. Πολύ σημαντικά εφόδια στη θεραπεία είναι, όπως πάντα άλλωστε, η θέληση, η υπομονή, η επιμονή του ατόμου για να ξεπεράσει το πρόβλημά του ακόμα και όταν "ξανακυλήσει" σε αυτήν τη συμπεριφορά μετά από κάποια περίοδο προόδου. Το Εργαστήριο Κλινικής Ψυχολογίας και Ψυχοφυσιολογίας του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης του Πανεπιστημίου Κύπρου προγραμματίζει τη διεξαγωγή μελέτης η οποία χρηματοδοτείται από την Εθνική Αρχή Στοιχημάτων. Η μελέτη έχει ως στόχο να καταγράψει τους παράγοντες κινδύνου για την παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια σε σύγκριση με την πιο ελεγχόμενη χρήση, και να μελετήσει την αποτελεσματικότητα μιας εξειδικευμένης παρέμβασης για μείωση της παθολογικής ενασχόλησης στα πρότυπα άλλων εμπειρικά τεκμηριωμένων θεραπειών. Η μελέτη αναμένεται να ενισχύσει τη γνώση τόσο στην τοπική κοινότητα όσο και στη διεθνή επιστημονική κοινότητα. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να αποταθείτε στο Κέντρο Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης (τηλ. επικοινωνίας: 22895190 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση: cap@ucy.ac.cy).

"... Γιατί το παιχνίδι είναι δικό σου".

Μεταδιδακτορικής ειδικής επιστήμονα στο Κέντρο Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης