

Η παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια και ο συναισθηματικός αντίκτυπος

Τα τυχερά παιχνίδια δεν φέρνουν... τύχη

Σκεφτήκατε ποτέ πόσοι από εμάς θα θέλαμε ξαφνικά να κερδίζαμε χρήματα χωρίς να το περιμένουμε; Σίγουρα μία τέτοια προοπτική είναι θελκτική, ειδικότερα αν τα υποσχόμενα επικείμενα κέρδη είναι πολλά. Η πιθανότητα του εύκολου κέρδους είναι δελεαστική ακόμη και για κάποιον που δεν ασχολείται καθόλου με τα τυχερά παιχνίδια.

Πράγματι, οι τυπικοί λόγοι για να ασχοληθεί κάποιος με τα τυχερά παιχνίδια περιλαμβάνουν, αφενός την επιθυμία να κερδίσει χρήματα και αφετέρου τη διέγερση και τον ενθουσιασμό που συνδέονται με τη νίκη, την ψυχαγωγία και την κοινωνικοποίηση. Όταν μία συμπεριφορά μάς προσφέρει έντονα θετικά συναισθήματα και θετική ενίσχυση, αυτόματα η ανθρωπινή μας τάση είναι να την επανα-

λάβουμε. Ο ενθουσιασμός, λοιπόν, κατά τη διάρκεια του κέρδους λειτουργεί ως θετική ενίσχυση ως προς την επανάληψη της συμπεριφοράς αυτής. Θα μπορούσαμε λοιπόν να υποθέσουμε πως το κέρδος, αλλά και τα συναισθήματα που προέρχονται από αυτό, καθιστούν την ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια τόσο εθιστική.

Ωστόσο, τι συμβαίνει με τις φορές που κάποιος χάνει αστραπαία, συνεχόμενα και επαναλαμβανόμενα; Τι είναι αυτό που οδηγεί κάποιον στο να στοιχηματίζει περισσότερα χρήματα, παρόλο που η ήττα λειτουργεί τιμωρητικά;

Η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια φαίνεται να σχετίζεται με την προσπάθεια αντιμετώπισης δύσκολων ή μη επιθυμητών συναισθημάτων. Ο



Η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια φαίνεται να σχετίζεται με την προσπάθεια αντιμετώπισης δύσκολων ή μη επιθυμητών συναισθημάτων

εθισμός φαίνεται να σχετίζεται με την τάση απόδρασης από δυσάρεστα γεγονότα της καθημερινότητας για κάποιους, με την ελπίδα να ανακουφιστούν από αυτά.

Η ενασχόληση με τον στοιχηματισμό αυξάνεται όταν κάποιος αισθάνεται στενοχωρημένος. Έχει παρατηρηθεί ότι η τάση να βασίζεται κάποιος στη στοιχηματική ενασχόληση για διαχείριση των συναισθημάτων του μπορεί να είναι ένα χαρακτηριστικό που καθορίζει την παθολογική ενασχόληση και που ταυτόχρονα τη διαχωρίζει από την ενασχόληση για ψυχαγωγία.

Το να «ρυθμίζει κάποιος τα συναισθήματά του» συνδέεται με λειτουργικές συμπεριφορικές ή γνωστικές

διεργασίες με τις οποίες κάποιος μπορεί να διαχειριστεί την ένταση των συναισθημάτων του, τόσο συνειδητά όσο και αυτόματα. Οι στρατηγικές αυτές συνδέονται με την κατανόηση, την έκφραση και την αποδοχή των συναισθημάτων, και επίσης συσχετίζονται θετικά με την ευημερία σε αντίθεση με τις στρατηγικές που επικεντρώνονται στη βελτίωση της διάθεσης μέσω της αποφυγής μίας δυσάρεστης κατάστασης. Οι τρόποι με τους οποίους κάποιος μπορεί να προσπαθήσει να αποφύγει μη ευχάριστα συναισθήματα είναι πολλοί, και μπορεί να περιλαμβάνουν την επίρριψη ευθύνης για μία κατάσταση σε άλλους, τον μηρυκασμό και την καταστροφολογία.

Η παθολογική ενασχόληση, ομοίως με άλλες εθιστικές συμπεριφορές, έχει συσχετιστεί με δυσκολίες στη ρύθμιση των συναισθημάτων. Ταυτόχρονα, οι παθολογικοί παίχτες τείνουν να εμφανίζουν ελλείμματα στην ανοχή της δυσφορίας, γεγονός που μπορεί να τους κάνει πιο ευάλωτους στη χρήση των τυχερών παιχνιδιών ή σε άλλες συμπεριφορές εθισμού για να αντιμετωπίσουν και να ανακουφίσουν τα αρνητικά συναισθήματα.

Καθώς η παθολογική ενασχόληση δημιουργεί έντονα αρνητικές οικονομικές, διαπροσωπικές και επαγγελματικές συνέπειες, τα άτομα τείνουν να συνεχίζουν να παίζουν έτσι ώστε να κερδίσουν πίσω τα χαμένα χρήματα με την ελπίδα να «λύσουν» τις οικονομικές τους δυσκολίες. Επίσης, επιστρέφουν για να διαχειριστούν τα συνακόλουθα μη επιθυμητά συναισθήματα, όπως το άγχος, η ενοχή και η ντροπή. Με αυτόν τον τρόπο, η χαμηλή ικανότητα ρύθμισης των συναισθημάτων μπορεί καθίσταται ως αιτιολογικός παράγοντας, αλλά και παράγοντας συντήρησης στην παθολογική ενασχόληση.

INFO:

Σε περίπτωση που ενδιαφέρεστε να λάβετε μέρος στη μελέτη του Εργαστηρίου Κλινικής Ψυχολογίας και Ψυχοφυσιολογίας που ασχολείται με την ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια υπό την αιγίδα της Αρχής Στοιχημάτων Κύπρου, μπορείτε να στείλετε ηλεκτρονικό μήνυμα στο artemi.tonia-flery@ucy.ac.cy.

***Κοινωνικής- αναπτυξιακής ψυχολόγου (ΜΑ), διδακτορικής φοιτήτριας κλινικής ψυχολογίας, ερευνητικής συνεργάτιδας του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης**