

ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΑ ΧΑΡΤΙΑ



Η ενασχόληση με τον τζόγο χωρίζεται σε 3 κατηγορίες :

A) Μη συστηματική ,δηλαδή το άτομο ασχολείται περιστασιακά, όπως την Πρωτοχρονιά,που σχεδόν όλοι παίζουμε χαρτιά.

B) Παθολογική ,δηλαδή η συστηματική ανάγκη ενασχόλησης με τον τζόγο.

Γ) Εξάρτηση ,δηλαδή το άτομο φτάνει να σκέφτεται και να ασχολείται αποκλειστικά και μόνο με τον τζόγο και τα τυχερά παιχνίδια.



Στην Ελλάδα, οι ασθενείς συνήθως είναι εθισμένοι σε τζόγο: 1)μέσω internet 2)στα καζίνο 3)στο στοίχημα 4)στο κίνο και 5)στον ιππόδρομο. Αυτά τα τυχερά παιχνίδια θεωρούνται εθιστικά (σε αντίθεση με το λαχείο) ,καθώς δεν υπάρχει χρονική διαμεσολάβηση μεταξύ του στοιχήματος και του αποτελέσματος, (υπάρχει δηλαδή άμεσο αποτέλεσμα, καθώς η διάρκεια στην ρουλέτα είναι 2 λεπτά, στο κίνο 5 λεπτά κλπ).



ΑΙΤΙΑ ΕΘΙΣΜΟΥ

Θα μπορούσαμε να διακρίνουμε τρία χαρακτηριστικά στον παθολογικό τζόγο : α) την παρορμητικότητα, β) τον ψυχαναγκασμό, γ) την εθιστική συμπεριφορά.

Η παρορμητικότητα δίνει την επιθυμία στον ασθενή να ρισκάρει, να αναζητήσει έντονες συγκινήσεις, ενώ το συναίσθημα είναι ιδιαίτερα ευμετάβλητο με μεγάλες αποκλίσεις στη διακύμανσή του. Πιο συγκεκριμένα, ο παθολογικός τζογαδόρος δεν μπορεί να βιώσει σε ικανό βαθμό απλές και καθημερινές καταστάσεις, όπως την συναναστροφή του με την οικογένειά του ή διάφορες κοινωνικές δραστηριότητες. Θα μπορούσαμε να πούμε χαρακτηριστικά ότι η ικανότητά του να βιώνει καθημερινά συναισθήματα έχει «απορυθμιστεί» καθώς η ενασχόληση του με τον τζόγο δίνει στον εξαρτημένο πολλαπλάσια ποσοτικά συναισθήματα, τόσο θετικά όσο αρνητικά. Σαν συνέπεια έρχεται η ανηδονία και η απάθεια αναφορικά με οποιοδήποτε συναισθηματικό ερεθισμό, που αφορά την καθημερινότητα εκτός τζόγου, καθώς ο εξαρτημένος δεν μπορεί να τα νιώσει επαρκώς όλα αυτά τα συναισθήματα, αφού είναι υποπολλαπλάσια ποσοτικά των συναισθημάτων που αφορούν καθημερινές δραστηριότητες και διαπροσωπικές σχέσεις (ένας καφές με ένα φίλο, η ενασχόληση του εξαρτημένου με τα παιδιά του, κλπ.). Αντίθετα, ο εξαρτημένος αναγκάζεται να αναζητά την έντονη συγκίνηση είτε του κέρδους είτε της χασούρας για να προσλάβει μια στιγμιαία συναισθηματική εκφόρτιση. Οι αποφάσεις του παθολογικού τζογαδόρου παίρνονται στο λεπτό, καθώς καθετί που θα κάνει ή θα πει είναι άμεσο και δεν συνοδεύεται από ιδιαίτερη σκέψη. Η διάθεσή του είναι οξυμένη και ο ίδιος βρίσκεται σε ένταση, σε ανησυχία και το μυαλό του τρέχει με μεγάλη ταχύτητα, βρίσκοντας προσωρινές λύσεις, φτιάχνοντας σενάρια για το τι θα πει σε ποιον, πως θα δικαιολογήσει τη χασούρα, την καθυστέρησή του, κ.α. Οτιδήποτε κάνει κάποιος στον τζόγο, το κάνει με πάθος, κερδίζει και χάνει με πάθος, τσακώνεται και επανασυνδέεται με τα αγαπημένα του πρόσωπα, συχνά υποτιμά και προσβάλλει τον εαυτό του ενώ άλλοτε ζει με ένα αίσθημα μεγαλείου και εξυψώνει τις ικανότητές του και την προσωπικότητά του.

Αναφορικά με τον ψυχαναγκασμό, ο παθολογικός τζογαδόρος συνεχίζει και παίζει διατηρώντας την πεποίθηση ότι αν μείνει μέσα στο παιχνίδι, κάποια στιγμή θα του γυρίσει και θα πιάσει κάποιο καλό ποντάρισμα.



ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΕΘΙΣΜΟΥ

Παρατηρούμε πολλούς ασθενείς που έχουν φτιάξει ολόκληρα συστήματα για να μην ξεμένουν από χρήματα και να παίζουν καθ' όλη την διάρκεια της ημέρας. Έτσι εξασφαλίζουν κάποια χρήματα από παιχνίδια με χαμηλό ρίσκο και εν συνεχεία τα επενδύουν σε άλλα με μέτριο ρίσκο. Τελικά δεν ξεμένουν από χρήματα εύκολα και έχουν να «παίξουν» για περισσότερο καιρό. Η συμπεριφορά αυτή επιτρέπει στον εθισμένο ή παθολογικό παίχτη να παίζει καθ' όλη την διάρκεια της ημέρας και να μην «χαρμανιάζει». Ο εθισμός στον τζόγο προκαλεί σωματικά στερητικά σύνδρομα όπως αϋπνία, ανησυχία, πόνο στο στομάχι, εφίδρωση. Η ικανοποίηση της ανάγκης γίνεται επιτακτική στο σωματικό και στο ψυχολογικό επίπεδο.

Τρόποι Αντιμετώπισης

Η θεραπεία για τον εθισμό στα τυχερά παιχνίδια διαρκεί αρκετά μεγάλο χρονικό διάστημα. Τα προγράμματα αποκατάστασης προσαρμόζονται στο άτομο ή δημιουργούνται ομάδες αυτοβοήθειας για αυτό το θέμα. Το άτομο παίρνει μέρος σε ατομικές και ομαδικές συναντήσεις, προκειμένου να αντιμετωπισθούν οι καταστροφικές συνέπειες αυτού του εθισμού. Αρκετές φορές παίρνουν μέρος στην διαδικασία θεραπείας άτομα του οικογενειακού ή προσωπικού περιβάλλοντος. Η πρόληψη στον τομέα αυτό θα μπορούσε να είναι ένα πραγματικό σημείο καμπής όπως θα μπορούσε να συμβεί με όλες τις εξαρτήσεις. Αν υπήρχε πρόληψη και σωστή ενημέρωση ένα 40 – 60 % δεν θα είχε εμφανίσει αυτό τον εθισμό.

Η διακοπή από τον τζόγο γίνεται σταδιακά και περνάει από την μείωση των ποσών που παίζονται έως την πλήρη αποχή.

Διάφορες τεχνικές και εργαλεία χρησιμοποιούνται για να προστατευθεί από το περιβάλλον του ο θεραπευμένου και να μειώσει τον κίνδυνο της «υποτροπής» στον τζόγο.



ΤΕΛΟΣ

Κώστας Κατσίκας
Σοφία Βουτυριάδη
Κατερίνα Ζάκκα
Σοφία Δημητριάδη