Játékfüggőség

A játékfüggőségnek **két fő típusa** van: a **szerencsejátékos**, illetve a számítógépes játékoktól függő személy. Eltérően nyilvánulnak meg, de az életmódot döntően befolyásoló függőség mindkét esetben jelen van. A szerencsejátékosnál az anyagi gondok súlyosabbak és ezzel párosulnak az életmódbeli problémák. A **számítógépes játékok** miatt függővé válóknak viszont elsősorban a mindennapi életvitelük nehezül meg vagy lehetetlenül el, hiszen akár az evés, alvás, a hétköznapi szükségletek rovására is játszanak az érintettek.

Szerencsejátékfüggőség

Azok az emberek, akik szerencsejátékot űznek, tipikusan három lépést megtéve jutnak csapdába. A folyamat a rekreációs szerencsejátékkal kezdődik, a problémás szerencsejátékkal folytatódik, és végül a függőségbe torkollik. Minden egyes szakasz eltarthat hónapokig, évekig.

- **Első szint.** A játékosnak először pozitív benyomása alakul ki a szerencsejátékról, jól szórakozik vele, izgalmat, örömet okoz neki. Sokan úgy hiszik, hogy különös tehetségük van a játékra, sorozatosan nyerni fognak, nagy pénzekről álmodnak. „Még leszek valaki!” - gondolják magukról.
- **Második szint.** Ez a vesztési fázis, veszélyeztetett szakasz, ekkor már a játékos a konfliktusokból származó feszültségeit akarja levezetni a játékkal, problémái azonban így nem oldódnak meg. Jellemző, hogy újabb és újabb vesztés következik, a játékos életét a játék köré szervezi. Nem tanul a sorozatos vesztésből, nem számol a következményekkel, nincs veszélyérzete, végül mindent kockára tesz.
- **Harmadik szint.** A játékos végül a függőségi szinthez érkezik. Gondolkozását és életvitelét teljesen leköti a játék. Ekkor következik be a kétségbeesési fázis: már nagy tartozások halmozódnak fel, a számlák befizetése elmarad, kölcsönöket már senki sem ad, csak az alvilág kapuja áll nyitva - sikkasztás és csalás az egyetlen pénzhez jutási lehetőség. A játékos megingathatatlanul hisz a „biztos szisztémában”, amit kidolgoz magának. Akkor élvezi igazán a játékot, ha annak tétje van. A játékbeteg belefeledkezik a játékba, képtelen abbahagyni, akkor is tovább játszik, ha nyer, és akkor is, ha veszt. Mindenképpen vissza akarja nyerni, amit vesztett. Nem tud leállni, ezért súlyos adósságokba keveredik, sőt a családját is megkárosítja.

Árulkodó jelek lehetnek:

- intenzíven foglalkoztat a játék gondolata (tervezgeted, hogy mikor és hogyan fogsz játszani)
- a kívánt izgalom eléréséhez egyre nagyobb összegű tétekben játszol, eljátszva az utolsó filléreidet is
- kértél már kölcsön azért, hogy játszhass
- előfordul, hogy a mindennapi kiadások rovására „teszel félre” játékra
- előfordul, hogy azért játszol, hogy így oldd meg anyagi nehézségeidet, illetve azért, hogy kifizesd az adósságaidat
- vesztés után úgy érzed, hogy vissza kell menned minél előbb, hogy visszanyerd azt, amit veszítettél
- előfordul, hogy a munkaidő rovására játszol

- a családodban, kapcsolataidban feszültséget okoz a játék, előfordult, hogy hazudtál nekik a játszási szokásaidról
- lelkiismeretfurdalásod van játék után
- előfordult már, hogy hosszabb ideig játszottál, mint ameddig tervezted
- a feszültségek arra késztetnek, hogy játssz
- ha valami jó történik, úgy érzed, azt játékkal kell megünnepelned

Veszélyek:

- felborul a napi életritmus, az evés, alvás rapszodikussá válik
- a munka, tanulás háttérbe szorul, veszélybe kerülhetnek a hosszú távú célok
- a társas kapcsolatok megromlanak
- pszichoszomatikus betegségek jelenhetnek meg a stressz miatt