

ХАЛЫҚАРАЛЫҚ БІЛІМ БЕРУ КОРПОРАЦИЯСЫ



DSO

ӘЛЕУМЕТТІК ДАМУ ДЕПАРТАМЕНТІ

**ЭДВАЙЗЕРЛІК САҒАТ
ТАҚЫРЫБЫ:**

ЛУДОМАНИЯ

**адамды құрдымға
кетіретін құмарлық**

Алматы 2026





Лудомания, игромания немесе гемблинг - (құмар ойындарға патологиялық тәуелділік).

Бұл - адамның құмар ойындарға үнемі қатысып, соны өмірінің негізгі бөлігіне айналдыруы. Нәтижесінде оның әлеуметтік, кәсіби, материалдық және отбасылық өмірі әлсіреп, жауапкершіліктері назардан тыс қалады.





ЛУДОМАНИЯ



Лудомания - ол адамның өмірін басқаратын ауыр психологиялық дерт, бұл жай ғана қызығушылық емес, тоқтауға қауқарсыздық, қаржылық, психологиялық және әлеуметтік дағдарысқа әкелетін дерт.

Лудоманияның сипаттамалық белгілері:

- адамның күнделікті тіршіліктің мәселелерінен алшақтауы және ойын процесіне толықтай берілуі;
- жаңа ойынға ақша табу үшін кез келген жолды іздеу: несие алу, өзгенің мүлкін ұрлау немесе туыстарын алдау;
- әлеуметтік және еңбек белсенділігінің төмендеуі, қарызға батса да, «қазір ұтып аламын» деген сеніммен ойынды жалғастыра беру



Құмар ойын адам ағзасында белгілі бір химиялық реакциялар тудырады. Адам, былайша айтқанда, есеңгірететін заттарды қолданбай-ақ ләззат алады. Ойыншы үнемі эйфория мен күйзелісті қатар сезінуі мүмкін. Ұтылыс кезінде немесе тіпті аздаған ұтыс кезінде де қанға айтарлықтай мөлшерде адреналин бөлінеді. Әрбір жаңа адреналин толқынымен бірге адамда тағы да жаңа «дозаға» деген қажеттілік пайда болады.







Лудоман тек келесі ойын туралы және сол ойында қалай ұтатыны туралы ғана ойлай алады.

Айта кету керек, ерлер лудоманиядан әйелдерге қарағанда үш есе жиі зардап шегеді. Дегенмен, бұл аурудан әйелдерді емдеу әлдеқайда қиын. Тіпті кәсіби психотерапевтің өзі лудоманның зиянды әдетіне қайта оралмауына кепілдік бере алмайды.

Соңғы уақыттарда құмар ойындар мәселесі ерекше маңызды сипатқа ие болды, өйткені ақшалай ойын автоматтарының кеңінен таралуы және көптеген казинолардың ашылуы байқалады. Барлығы сәнді әрі тартымды етіп жасалған, бұл қысқа мерзімде жеңіске жету мүмкіндігі әсерін күшейтеді.





КАЗИНО ЕШКІМГЕ АҚША БЕРМЕЙДІ!!!



ОЙЫН АВТОМАТТАРЫ ӘЛЕМНІҢ ТҮКПІР-ТҮКПІРІНДЕ КЕҢІНЕН ТАРАЛҒАН.



- 1970-жылдардың аяғында Англияда ойын автоматтарының танымалдылығының артуына байланысты кинотеатрларға бару деңгейі төмендеп, кейбір кинотеатрларды жабуға тура келді.
- АҚШ-та Р. Фольберг мәліметіне сәйкес, «проблемалық гемблерлер» – ойын автоматтарына соншалықты тәуелді болып, өмірі осы құмарлыққа толық бағынған ойыншылар, олар халықтың 5%-ын құрайды.
- Басқа зерттеушілердің деректері көрсеткендей, тек 1990-жылдардың алғашқы жартысында Канадада проблемалық гемблерлердің саны 75%-дан астамға өскен.





Осыған байланысты көптеген шетелдік зерттеушілер құмар ойындарды халықтың бір бөлігін қауіпке ұшырататын маңызды әлеуметтік мәселе деп санайды. Мәселе мынада: ойын барысында кей жағдайларда адамның босаңсып, эмоционалды қысымнан арылуы және жағымсыз мәселелерге көңіл бөлмеуі мүмкін. Сол себепті ойынды жағымды уақыт өткізу тәсілі ретінде қабылдайды. Осы механизм негізінде біртіндеп ойынға тәуелділік пайда болады.



Құмар ойындарға тән белгілер – девиантты мінез-құлықтың бір түрі ретінде



- Ойынға әбден берілу, ойынға жұмсалатын уақыттың біртіндеп артуы.
- Қызығушылықтар ауқымының өзгеруі, бұрынғы мотивациялардың ойынға ығыстырылуы, ойын туралы тұрақты ойлар, ойын комбинацияларына қатысты жағдайларды ойша елестету басым болуы.
- «Бақылауды жоғалту», яғни үлкен ұтыстан кейін де, үздіксіз ұтылыстардан кейін де ойынды тоқтата алмау.
- Психологиялық дискомфорт, ашу, уайым сезімдері, ойынға қатысқаннан кейін салыстырмалы қысқа уақытта дамып, ойынға қайта оралғысы келу тілегімен бірге жүреді. Бұған бас ауруы, ұйқының бұзылуы, алаңдаушылық, көңіл-күйдің төмендеуі, назар аударудың қиындауы қосылады.
- Азғыруға қарсы тұру қабілетінің тез төмендеуі. Бұл адамның «ойынды біржола тоқтатамын» деп шешім қабылдағанына қарамастан, аз ғана түрткі болған жағдайда (ескі таныстармен кездесу, ойын туралы әңгіме, жақын жерде ойын мекемесінің болуы және т.б.) құмар ойынға қайта оралуымен көрінеді.

ЛУДОМАНИЯНЫҢ БЕЛГІЛЕРІ



- Адамның ойы толықтай ойынға бағытталады: алдағы ставкалар, ойынға ақша табу жолдары туралы үнемі ойлайды.
- Ойын барысында адам эйфория сезімін бастан кешіреді, ставкалары барған сайын өседі.
- Адамға тоқтау қиынға соғады, ставкаларды тоқтату немесе олардың көлемі мен санын бақылау қиын болады.
- Ойынды тоқтату қажет болған жағдайда адам жағымсыз эмоцияларды (ашулану, мазасыздық, алаңдаушылық) сезінеді.
- Ойын бар мәселелерден «қашудың» тәсіліне айналады, мазасыз ойлардан, кінә сезімінен немесе күйзелістен көңілін басқа жаққа аударудың жолы болады.
- Сәтсіз ставкадан кейін, ұтылған жағдайда, адам міндетті түрде қайта ұтып алуға тырысады.
- Туыстарымен немесе дәрігермен сөйлескенде, адам өзінің ойынға қаншалықты тәуелді екенін жасыруға тырысады.
- Ойын үшін адам кейде заңға қайшы әрекеттерге барады (тіпті ірі қаржылық қылмыстарға дейін). Ойын өмірдің басты мақсатына айналып, әлеуметтік байланыстардың үзілу қаупін туғызады (достық қатынастар бұзылады, отбасы қатынастарына қауіп төнеді, ойын жұмысқа кедергі келтіреді).
- Жүйелі түрде ұтылудың салдарынан адам қарызға батады, ал қарызын жабу үшін қайтадан ұтып алуға тырысады немесе тағы да қарыз алып, несие рәсімдейді.

ЛУДОМАНИЯНЫҢ КЕЗЕҢДЕРІ



Мамандар ойынқұмарлықтың екі түрін анықтаған:

Эпизодтық түрі – бұл кезде белгілер белгілі бір уақыт аралығында байқалады, бірақ уақыт өте келе әлсірейді немесе мүлде жоғалады.

Персистентті (тұрақты) түрі – оның белгілері ұзақ уақыт бойы байқалып тұрады.

Ойынқұмарлықтың бірнеше кезеңі бар:

1. Адам құмар ойындарға қызығушылық танытпайды.
 2. Адам ойындарды тек көңіл көтеру үшін ойнайды.
 3. Құмар ойындар отбасы өмірінде және денсаулықта мәселелер туындата бастайды.
1. Құмар ойындар өмірдің барлық саласында қиындықтар туғызады, адамда ойынқұмарлықтың айқын белгілері байқалады.
 2. Ойынқұмарлықтың ауыр түрі, ол жағымсыз салдарға және күйзелістің күшеюіне алып келеді.



КЕЗЕҢДЕРІ:



Қалыптасқан ойынқұмарлық мынадай кезеңдерге бөлінеді:

- **Ұтыс кезеңі**

Бұл әрбір сәттілік кезінде байқалып, жағымды сезімдермен, үлкен табыс табуды және әлеуметтік мәртебесін арттыруды алдын ала күтумен қатар жүреді. Бұл жағдай адамды ойынды жалғастыруға ынталандырып, ойын процесінің теориясын, ұтуға арналған түрлі схемалар мен стратегияларды зерттеуге итермелейді. Уақыт өте келе ойын адамның барлық басқа қызығушылықтарын ығыстыра бастайды.

- **Сәтсіздік кезеңі**

Алғашқы жетістік күтпеген сәтсіздікпен ауысады. Адам мұны қабылдағысы келмей, жоғалтқанын тезірек қайтарып алуға тырысады. Көп жағдайда ол осы мақсатта алдауға, тіпті ұрлыққа да баруы мүмкін. Қайтадан табыс сезімін сезінуге деген ұмтылыс өте күшті болып, адам соған жету үшін түрлі жат әрекеттерге баруға мәжбүр болады.

- **Үмітсіздік кезеңі.**

Ойынға тәуелді адам барлық күшін салып қайта ұтуға тырысып, отбасын бар жиған-тергенінен айырады. Әр жолы оның уәделеріне сеніп, алданған отбасы оған деген сенімін жоғалтып, бас тарта бастайды. Сол сияқты жағдай жұмыс орнында да орын алады. Бұл кезең депрессия, өз-өзіне қол жұмсау ойлары, сондай-ақ соматикалық бұзылыстармен қатар жүреді, мысалы, ас қорыту жүйесінің бұзылуы немесе паникалық шабуылдар.





Американдық классификация

- Гемблингке деген тәуелділігін бақылауға алу, азайту немесе мүлдем тоқтату үшін бірнеше рет әрекет жасағанымен, ол әрекеттері нәтижесіз болады.
- Ойынды азайтуға немесе гемблингтен толық бас тартуға тырысқанда мазасыздық пен ашушандық байқалады.
- Проблемалардан қашу немесе дисфорияны (әсіресе дәрменсіздік, кінә, үрей, депрессия сезімдерін) жеңілдету үшін ойнайды.
- Жеңілгеннен кейін келесі күні қайта ойнауға оралады, ұтылған ақшаны қайтарып алуға тырысады (жеңіліс туралы ой маза бермейді).
- Гемблингке қаншалықты тартылғанын жасыру үшін отбасы мүшелеріне, дәрігерге және басқа адамдарға өтірік айтады.
- Жақын адамдарымен қарым-қатынасына қауіп төндіреді немесе тіпті толық үзуге дайын болады, жұмысын немесе оқуын тастауға, мансаптық өсу мүмкіндігінен бас тартуға дейін барады.
- Гемблинг салдарынан ақша болмаған жағдайда туындаған мәселелерді шешуді басқа адамдарға жүктейді.



Австралиялық зерттеушілер А. Бласцински мен Л. Науэр (Blaszczynski, Nower, 1997) проблемалық ойыншыларды үш топқа бөліп қарастырады:

- мінез-құлық бұзылысы барлар;
- эмоционалдық тұрғыдан тұрақсыздар;
- импульсивті әрекеттерге бейім антиәлеуметтік ойыншылар, бұл девианттар тобының әртүрлілігін көрсетеді.





Құмар ойынға деген құштарлық көбіне ер адамдарда байқалса да, әйелдерде ол әлдеқайда ауыр формада көрінеді. Әйелдер қауіпті әуестікке үш есе тез араласып, психотерапияға қиын бағынады.

Ер адамдардан айырмашылығы, әйелдерде азарттық ойындарға тәуелділік неғұрлым ересек жаста және басқа себептермен қалыптасады. Ең кең таралған себептердің бірі – жеке өмірдегі мәселелер, олардан қашу үшін әйелдер ойынға беріледі. Бұл көбінесе 21-ден 55 жасқа дейінгі аралықта байқалады, ал 1-4 % жағдайда бұл әуестік психиатр көмегін қажет ететін деңгейге дейін жетеді. Әрбір үшінші патологиялық ойыншы – әйел.

Айта кету керек, ойынға қатысатын адамдар салыстырмалы түрде жиі алкогольге және басқа психоактивті заттарға тәуелді болып, девиантты мінез-құлықтың бірнеше түрі қатар байқалады. Ойыншыларға тән белгілерге жеке қатынастардағы қиындықтар, жиі ажырасулар, еңбек тәртібін бұзу, жұмыс орнын жиі ауыстыру жатады.

Құмар ойындарға бейімділікті туғызатын факторлар

- Отбасында дұрыс тәрбие берілмеуі;
- Ата-аналар мен таныстардың ойындарға қатысуы;
- Бала кезден ойынға құмарлық (домино, карта, «Монополия» және т.б.);
- Затқа құмарлық;
- Қаржылық мүмкіндіктерге тым қатты көңіл бөлу;
- Ауқатты туыстар мен таныстарға қызғанышпен қарау;
- Барлық проблемаларды ақшамен шешуге болады деген сенім;
- Депрессия;
- Материалдық құндылықтарды шамадан тыс бағалау.



Құмар ойынның даму сатылары



- Құмар ойынға деген патологиялық құштарлықтың қозғаушы күші - ойын барысында пайда болатын күшті эмоционалды шиеленісті сезіну қажеттілігі болып табылады. Ұтыс - күш сезімін күшейтеді, ал ұтылыс - өзіне деген құрметті төмендетіп, саналы бақылауды әлсіретеді, сонымен қатар шығынды өтеу қажеттілігін күшейтеді. Бұл «қайта ойнауға» итермелейді, және осылайша цикл қайталанады.
- Ауру дамуының 4 сатысы бар:
 - 1) **Жеңістер кезеңі** – ойындар уақытша және эпизодтық сипатта, тұрақты жеңіске сенім бар, үлкен сомада ақшаға тәуекел жасалады.
 - 2) **Жоғалтулар кезеңі** – ірі қарыздар мен «қайтып ойнау» әрекеттері, адам өз тәуелділігін жасыра бастайды.
 - 3) **Үмітсіздік кезеңі** – отбасы мен достардан оқшаулану, жұмысты жоғалту, қарыздар, паника, кредиторлардың қысымы кейде қылмысқа итермелейді, психикалық шаршау, кінә сезімі, депрессия.
 - 4) **Үміт үзу кезеңі** – ажырасу, үмітсіздік сезімі, өз-өзіне қол жұмсау ойлары, өз-өзіне қол жұмсауға әрекет жасау.

Ойлаудағы қателіктер



- Ақша барлық мәселені шешеді, соның ішінде эмоциялар және адамдармен қарым-қатынас мәселелерін де.
- Қазіргі сәтке сенімсіздік және жеңістен кейін табысқа жетемін деген үміт, өмірдегі сәтсіздіктерді табысты ойын арқылы жою мүмкіндігі туралы ой.
- Өз тағдырына бақылау орнату туралы қиялдарды жеңіске жету туралы қиялдармен алмастыру.
- Ойында міндетті түрде түбегейлі өзгеріс болуы керек деген сенім.
- Қарыздарды тек ойын арқылы ғана қайтаруға болады деген ой, яғни «қайтып ойнау».
- Ойын кезінде ақшаны тек фишка немесе дисплейдегі цифрлар ретінде қабылдау.
- Жеңіске жететін, сәтті күнге сенім.

ГЕМБЛИНГ ЭПИДЕМИЯСЫ



Ресейдегі ойын залдарында ойын автоматтарының кеңінен таралуы, әсіресе, жасқа қатысты бақылаудың болмауына байланысты, барлық жас топтары арасында біртүрлі гемблинг-эпидемиясы басталды. Жасөспірімдер бұл процестен тыс қалған жоқ. Оларда гемблингке тәуелділіктің өзіндік ерекшеліктері бар. Жасөспірімдер арасында гемблингтің ерекшеліктерін зерттеу көрсеткендей, олар ересектер ойнайтын ойындардың көбіне ұқсас түрлерін ойнайды.

Сонымен қатар, жасөспірімдер ойын автоматтарын және Ұлттық лотерея билеттерін таңдағанды ұнатады. Австралиялық зерттеушілердің деректеріне сәйкес, 5%-дан астам жасөспірімдерді проблемалық гемблерлерге жатқызуға болады.

Жасөспірімдердің гемблингке тартылуына кедергі болатын факторлар туралы айтқанда, зерттеушілер отбасында ақшаны үнемдеп жұмсау, бюджет құру сияқты дағдыларды дамыту маңызды екенін атап көрсетеді.





ЭПИДЕМИЯ

**МЫҢДАҒАН АДАМДЫ
ҚҰРДЫМҒА КЕТІРЕДІ**

DSO

KazGASA
SINCE 1980

Лудомания салдарының қатарына сондай-ақ:



1. Мансаптың күйреуі, кәсіби беделдің жоғалуы. Ойынқұмар адамның жұмыстан қалуы, жұмысты нашар атқаруы немесе жобалардың мерзімін орындамауы, кейде мүлде жұмыстан бас тартуы мүмкін.
2. Ауыр қаржылық қиындықтар. Ойынқұмар адам өзінің барлық жинақтарын жұмсайды, мүлкін сатады, қарыз алады, қарызға батады, кейде жылжымалы және жылжымайтын мүліктен айырылуы мүмкін.
3. Қылмыстық құқық бұзушылықтар, мүлікке және айналадағы адамдардың өміріне зиян келтіру, бұл ауыр салдарға әкелуі мүмкін.
4. Отбасы мен әлеуметтік байланыстардың бұзылуы. Лудоман жақын адамдарымен, достарымен араласуды тоқтатады, отбасына уақыт бөлуді тоқтатады және таныстарына қарыздарын қайтармай, олармен қарым-қатынасын бұзады.
5. Психикалық аурулардың дамуы. Оларға депрессия, биполярлық және мазасыздық бұзылыстары, гиперактивтілік, назардың жетіспеушілігі және тағы басқалары жатады. Кейбір бұзылыстар ойынқұмарлық пайда болмас бұрын да болуы мүмкін, бірақ аурудың дамуы кезінде күшейеді.



6. Өз-өзіне қол жұмсау әрекеттері. Адам ұтылғанда өзін кінәлі сезінеді, әсіресе қаржылық қиындықтар болса немесе үлкен қарызға батқан болса. Депрессия мен өз-өзіне қол жұмсау сияқты ойлар оған тығырықтан шығудың бір жолы сияқты көрінеді.

Тәуелділік клиникасының мамандарына жүгіну лудоманияның алғашқы белгілері байқалған сәттен-ақ қажет. Мысалы, адам ұтылғанда қатты күйзеліске түсіп, «қайтарып алғым келеді» деп қайтадан ақшаға ойнай бастаса – бұл лудоманияның алғашқы белгісі болып саналады.

Ауру тек басталған сатысында ғана толық тоқтатылып, ойынға тәуелділіктің теріс салдары алдын алынады. Бұл кезде күресуге, дауласуға немесе дауысты көтеруге болмайды. Аурумен сөйлескенде ең тиімдісі – тыныш, жайлы жағдайда, ол ешнәрсеге ашуланбаған немесе мазасызданбаған кезде сөйлескен жөн.

Құмар ойындарға тәуелділіктен зардап шегетіндерге арналған кеңестер мен көмек



- **Қолдау** - досыңыздан немесе ата-анаңыздан көмек сұраңыз. Сізге қандай қолдау қажет екенін және оны қалай жақсы ұйымдастыруға болатынын сөйлесіңіз.
- **Ақшаға қолжетімділік** - қолма-қол ақшаға қолжетімділікті азайтыңыз. Ақшаға қолжетімділік болмаса, құмар ойындарға қатысу мүмкін емес. Мысалы, банктен бір күнде алуға болатын ақшаның лимитін төмендетуге болады.
- **Адалдық** - өзіңізге, отбасы мүшелеріне және достарыңызға адал болу маңызды. Қиын жағдайда екеніңізді мойындап, бұл туралы біреуге айтуыңыз керек.
- **Өзін-өзі сендіру** - кейбір сенімдеріңізді ойлап, олардың дұрыстығына күмәнмен қараңыз. Мысалы, құмар ойындарға тәуелді адамдар ойын автоматы қашан ұтысқа жеткізетінін алдын ала білуге болады деп ойлайды. Мұндай сенімдердің дұрыстығына үнемі күмәнмен қарауыңыз керек.
- **Балама іс-әрекеттер** - құмар ойнағыңыз келген кезде айналысатын, ұнататын басқа бір істі табыңыз. Сізге не ұнайтынын ойлаңыз да, сол әрекетке көңіл аударыңыз.





ОЙЫНҚҰМАРЛЫҚ

ОЙЫНҚҰМАР АДАМДАРДЫҢ
ТУЫСТАРЫНА КЕҢЕСТЕР

Ойынқұмар адамдарға жақын адамдарға арналған кеңестер:



Сіз құмар ойынға тәуелді адамды оның мінез-құлқын өзгерте алмайсыз - ол өзі өзгеруге ниеттенуі керек.

Ойынға тәуелді болмаған адам үшін бұл тәуелділікті түсіну қиын: неге адам құмар ойынды тастай алмайтынын түсінбейді.

Ол басқаратын машинисі жоқ пойыз сияқты. Басқарылмайтын пойызды тоқтатуға тырыссаңыз да, оны тоқтату мүмкін емес. Құмар ойынға тәуелді адамның мінез-құлқын бақылау да мүмкін емес.

Сіз оның мінез-құлқына емес, өз сезімдеріңізге назар аударуыңыз қажет. Бұл сізге құмар ойынға тәуелді адамды қиын жағдайдағы, өз әрекеттерін бақылай алмайтын адам ретінде көруге көмектеседі.

Тек сол кезде ғана сіз оған қолдау көрсете аласыз, оның сезімдерін түсініп, сол уақытта мінез-құлқын өзгертуге қысым жасамауға тырысасыз.



ОЙЫНҚҰМАР

МЕН БҰҒАН ТӨТЕП БЕРЕ
АЛМАЙМЫН!

ӨМІР СҮРГІМ КЕЛМЕЙДІ -
КӨМЕКТЕСІҢІЗДЕР!



DSO

KazGASA
SINCE 1980

ТӘУЕЛДІЛІКТЕН АРЫЛҒЫҢЫЗ КЕЛЕ МЕ?



Не үшін оянғың келеді? Ойлан!

Мақсат болса - құмарлыққа орын жоқ.
Өмірге қызығушылық болса – бұзылуға жол жоқ.

Энергияңды кетіруге болады,
Өзің үшін жұмсауға да болады.

Таңдау өз қолыңда!



Құмар ойындардан сақтаныңыз - өміріңізді бұзады!



Презентацияны құрастырған:

Халықаралық білім беру корпорациясы

Әлеуметтік даму департаментінің ұйымдастырушысы

И.И. Хаджиев

Құрылыс мектебінің қауымдастырылған профессоры

А.О. Жакупова



KazGASA
SINCE 1980