

HAZARD

NIEBEZPIECZEŃSTWA UZALEŻNIENIA OD HAZARDU

Słownik języka polskiego PWN – hazard definiuje w sposób następujący:

1. «gry lub zakłady, w których stawką są pieniądze»
2. «ryzykowne przedsięwzięcie, którego wynik zależy od przypadku»
3. *daw.* «przypadek, traf»

Słowo „hazard” wywodzi się z języka arabskiego i oznacza w nim „kostka” (od gry w kości). W języku angielskim oprócz określenia gier hazardowych słowo „hazard” oznacza „niebezpieczeństwo, ryzyko”.

Reasumując – Hazard najczęściej definiuje się jako: zaangażowanie w grę, której wynik zależy w całości lub części od losu i w której stawkami są pieniądze lub dobra materialne.

Dziś repertuar gier hazardowych jest naprawdę imponujący. Należą do nich między innymi:

- gra w kasynie,
- zakłady na wyścigach konnych,
- gra na automatach (np., jednoręki bandyta),
- obstawianie wyników meczów i gier sportowych,
- losy na loterii,
- konkursy audiotele,
- kupony do zdrapywania,
- loterie pieniężne,
- loterie fantowe,
- gry liczbowe.

Odmian gier hazardowych jest wiele, jednak podstawą jest obstawianie jakiś dóbr, które można pomnożyć lub stracić.

Opisy gier hazardowych można znaleźć już w starożytnych księgach i mitologiach. W Polsce legalnie działające kasyna, salony bingo czy automaty do gry stały się dostępne od 1989 roku. Wraz z większym dostępem do różnych form gier hazardowych rośnie zagrożenie hazardem problemowym i hazardem patologicznym. O hazardzie problemowym mówimy wówczas, gdy osoba lub członkowie jej rodziny ponoszą coraz większe szkody jako konsekwencje czynności związanych z uprawianiem hazardu. Hazard patologiczny ujmowany jest w kategorii zaburzeń nałogowych – oscylujących w kierunku uzależnienia od hazardu. Czynniki ryzyka, sprzyjające uzależnieniu od hazardu, można podzielić na trzy podstawowe typy: czynniki psychologiczne, czynniki o charakterze społeczno-kulturowym i dostępność do gier hazardowych. Wśród czynników sprzyjających uzależnieniu od hazardu na szczególną uwagę zasługuje młody wiek osób grających.

Hazard może także stanowić dysfunkcyjny sposób zaspokojenia ważnych potrzeb życiowych, takich jak: potrzeby uznania ze strony otoczenia, potrzeby akceptacji i szacunku. Z uzależnieniem od hazardu częściej współwystępuje negatywny obraz siebie. Niska samoocena może skłaniać do poszukiwania destrukcyjnych form aktywności, a w sytuacji występowania problemów, uruchamiać destruktywne mechanizmy radzenia sobie z sytuacją. Często zapominamy że wynik gry hazardowej najczęściej ma charakter losowy i nie zależy od naszych umiejętności. Tak zwana wiara we własne umiejętności

i wiara „w odegranie się” to czynnik sprzyjający uzależnieniu. Drugi złudny czynnik sprzyjający uzależnieniu to postrzeganie hazardu jako dobrego i ekscytującego sposobu zaspokajania potrzeb finansowych i konsumpcyjnych. Uzależnienie od hazardu rozwija się stopniowo. Często wiąże się z tym, że człowiek, skuszony wygraną, chce sięgnąć po więcej. Wówczas pojawia się złudne poczucie tego, że ma się kontrolę nad sytuacją. Osoba, u której rozwija się nałóg, zapomina o czynniku losowym. Dla kogoś, kto zмага się z problemami finansowymi, hazard staje się potencjalnym sposobem na szybkie pozyskanie pieniędzy. Graniu sprzyja również dostęp do nowych form hazardu, jakimi są kasyna internetowe. Nie trzeba wówczas dostosowywać się do godzin otwarcia fizycznego kasyna czy punktu z grami, lecz można zagrać o dowolnej porze – nawet w nocy, w dodatku siedząc wygodnie w swoim fotelu.

Fazy uzależnienia od hazardu:

- **Etap zwycięstw:** grający czerpie dużą radość z uprawiania hazardu i marzy o sporych wygranych, zatem poświęca coraz więcej czasu i środków na granie. W przypadku wygranej – liczy na to, że szczęście mu sprzyja. Wpada w bezpodstawny optymizm, co zachęca go do dalszego poświęcaniu się hazardowi.
- **Etap przegrywania:** w grę wchodzi coraz większe stawki, a pieniądze z wygranych przeznaczone zostają na dalsze zakłady. Przegrane stają się dotkliwe w skutkach: grający popada w długi, kłamie i zaczyna mieć problemy z codziennym funkcjonowaniem. Odczuwa nieodparty przymus odegrania się i planuje kolejne rozgrywki/zakłady, kosztem życia osobistego i zawodowego.
- **Etap desperacji:** faza, w której grający zdaje sobie sprawę, że spłacenie zadłużenia jest już praktycznie niemożliwe. Próbuje na wszelkie sposoby zdobyć gotówkę, pożyczając od bliskich, a nawet posuwając się do czynów zabronionych. Odrzucenie swoich wartości, patologiczny hazard i naciski ze strony wierzycieli prowadzą do obniżenia nastroju, poczucia beznadziejności i bezradności, wstydu, a nawet depresji.
- **Etap utraty nadziei:** moment, w którym uzależniona osoba uświadamia sobie problemy. Hazardzista widzi, że rodzina i przyjaciele go opuścili, a długi do spłacenia są kolosalne. W tym momencie ważne jest, aby podjąć próbę wyjścia z uzależnienia poprzez podjęcie profesjonalnego leczenia. Z osób, które popadły w nałóg, jedynie niewielki odsetek jest w stanie samodzielnie lub ze wsparciem najbliższych wyjść z uzależnienia. W większości przypadków konieczna jest psychoterapia. W przeciwnym wypadku sytuacja może pchnąć hazardzistę do kolejnych nałogów.

Co nas może zaniepokoić w odniesieniu do uzależnienia od hazardu:

- zaprzestanie aktywności, które wcześniej przynosiły radość,
- omijanie imprez rodzinnych,
- Zaniedbywanie pracy, szkoły lub zadań rodzinnych,
- konflikty o finanse z innymi ludźmi,
- ciągłe myślenie o hazardzie,
- niechęć do wydawania pieniędzy na inne cele niż hazard,
- znikanie na dłuższe okresy czasu,
- zaniedbanie aktywności wymagających odpowiedzialności,

- wycofanie z życia rodzinnego i towarzyskiego,
- sprawianie wrażenia “nieobecności”, zaleźnionego lub trudności ze skupieniem uwagi,
- wahania nastroju i nagłe wybuchy gniewu,
- skargi na nudę lub niepokój,
- trudności z zasypianiem,
- przejadanie się, lub utrata apetytu,
- częste pożyczanie pieniędzy lub prośby o zaliczki,
- częste zmiany z bycia “spłukanym” do szastania pieniędzmi,
- członkowie rodziny skarżą się, że kosztowności i urządzenia znikają z domu lub, że znikają pieniądze z konta, rachunku lub portfela.

Jeśli masz wątpliwości, czy masz problem z hazardem, to znaczy, że coś jest na rzeczy i nie ma znaczenia, czy nazwiemy to problemem osobowościowym, uzależnieniem, czy innym zaburzeniem. Klasyfikacje się zmieniają z czasem. Jeśli Twoje objawy twoim zdaniem nie pasują do kryteriów uzależnienia, możesz mieć inny problem – poszukaj pomocy specjalisty – najpierw lekarza psychiatry, który obejrzy, zdiagnozuje twój problem i pokieruje leczeniem. Ochrona przed hazardem powinna być rozpatrywana przede wszystkim w kontekście społeczno-kulturowym. Szczególnie ważna jest tu praca z dziećmi i młodzieżą w celu jak najwcześniejszego zinternalizowania ryzyka związanego z uprawianiem hazardu. W Polsce funkcjonuje Fundusz Rozwiązywania Problemów Hazardowych (FRPH). Działania prowadzone w ramach wszystkich programów ministra zdrowia obejmują swoim zakresem pełne spectrum aktywności mających na celu zapobieganie zjawisku, jak również zmierzających do poprawy funkcjonowania osób z problemem uzależnień od hazardu oraz ochrony ich bliskich i rodzin.

W opracowaniu wykorzystano materiały pochodzące z następujących źródeł:

<https://sjp.pl/hazard>

<http://psycho-terapeuta.warszawa.pl/definicja-hazardu/>

<http://psycho-terapeuta.warszawa.pl/objawy-uzaleznienia-hazardu/>

<http://www.swiatproblemow.pl/hazard-w-polsce-obraz-zjawiska-i-przeciwdzialanie/>

<https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/hazard/objawy-patologicznego-hazardu/>

<https://zdrowie-zycie.pl/jak-walczyz-z-uzaleznieniem-od-hazardu/>