

Отвечает: Владимир Лаптев

Виктор спрашивает: "Здравствуйте, у меня есть друг который очень много времени играет на ПК. Это уже не безобидное времяпровождение в конце тяжелого, рабочего дня, а уже замена самого дня ну или ночи, потому что днем он спит. Как можно помочь другу? это уже действительно зависимость не менее чем алкоголизм"

Добрый день, Виктор.

Согласно данным из Википедии:

"Игровая зависимость — форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми.

Играми, вызывающими самую сильную зависимость, чаще всего считаются сетевые, особенно MMORPG

. Известны случаи, когда слишком долгая игра приводила к фатальным последствиям. Так, в октябре 2005 года умерла от истощения китайская девочка (Snowly) после многосуточной игры в World of Warcraft. После этого в игре была проведена виртуальная церемония похорон

Немецкие исследователи университета Charite провели эксперимент, в ходе которого группе из 20 человек показывали скриншоты из любимых игр. Их реакция оказалась сходной с той, что проявляют больные алкоголизмом и наркоманией, когда видят предмет своей патологической страсти. Исследования университета «Nottingham Trent University» под названием International Gaming Research Unit показали, что 12 % от контрольной группы из 7000 человек имеют признаки зависимости от онлайн-компьютерных игр. 19 % 250 миллионов пользователей Facebook сознались, что чувствуют сильную игровую зависимость. Некоторые авторы считают, что игровая зависимость возникает из-за онлайн-игр, и соответственно является разновидностью интернет-зависимости."

Сам факт того что ваш друг проживает жизнь в играх - это уже проблема, но она свидетельствует о более глубокой, внутренней проблеме.

Зависимость возникает если в жизни есть пустота, не заполненная чем то важным. Тогда человек сам заполняет ее.

Чтобы избавиться от зависимости, нужно не просто перестать играть, а найти занятие, которое будет важнее чем игры, и конечно же более продуктивное. Интересное хобби или спорт также могут помочь, если Вы позовете, например, на совместную спортивную пробежку.

Универсальным средством от зависимостей уже многие столетия признаны близкие, личные отношения с Богом.

Молитесь о вашем друге. Я буду молиться вместе с вами.

С уважением, Володя.