

# PUBLIKACJE

Maja Ruszpel



## „SYSTEMOWE OGRANICZANIE ZABURZEŃ UPRAWIANIA HAZARDU”

Małgorzaty Piaseckiej, Łukasza Szwejki i Aleksandry Nastaszak to pierwsza taka publikacja w Polsce, która kompleksowo obejmuje różnorodne – instytucjonalne, profilaktyczne i terapeutyczne – działania podejmowane w naszym kraju i na świecie, które mają na celu ograniczenie zaburzeń uprawiania hazardu. Znajdziemy w niej zatem zarówno kontekst społeczny i kulturowy, w którym występują gry hazardowe, a bez którego trudno byłoby o szerokie zrozumienie tego zjawiska, jak i opis zagadnień prawnych, profilaktycznych, terapeutycznych, diagnostycznych itp.

Monografia została podzielona na osiem rozdziałów – treść kilku z nich jest unikatowa na polskim rynku. Choćby rozdział skupiający się na analizie strategii odpowiedzialnego hazardu, w którym opisane są narzędzia samokontroli oraz budowania samoświadomości, których mogą używać gracze. Takim narzędziem jest GameSense. Jest to narzędzie multimedialne, składające się z dziewięciu modułów tematycznych w formie interaktywnych mate-

riałów wideo. Punktem wyjścia programu jest założenie, że dzięki rzetelnej wiedzy, zwłaszcza w kontekście losowości, mitów i błędów myślenia na temat gier hazardowych, możliwe jest zminimalizowanie ryzyka niekontrolowanego grania. Warto podkreślić, że GameSense jest adresowany również do pracowników kasyn. To ostatnie jest ciekawe w kontekście omówienia propozycji implementacji programów ograniczających zaburzenia związane z hazardem w miejscu pracy – a szczególną grupą narażoną na ryzyko podejmowania szkodliwych zachowań związanych z hazardem są właśnie pracownicy branży hazardowej.

Podobnie w rozdziale prezentującym działania profilaktyczne podejmowane w innych krajach – tu opisano program Stop&Think! i jego skuteczność. Podstawą teoretyczną programu był model poznawczo-behawioralny, natomiast grupą odbiorców – osoby korzystające z automatów do gier (*video lottery terminal*). Udział w programie Stop&Think! rozpoczyna się od wprowadzenia orientującego uczestników w specyficę programu. Następnie uczestnicy oglądają 20-minutową, automatyczną prezentację, która dostarcza informacji na temat hazardu i wynikających z niego problemów, udziela również wskazówek do samodzielnej diagnozy zaburzeń uprawiania hazardu. W ramach prezentacji przekazywane są też informacje na temat związku między grami na automatach a zaburzeniami uprawiania hazardu. W Polsce nie wdrożono jeszcze ani aplikacji służących do kontrolowanego grania, ani kompleksowych oddziaływań na grupę osób związanych zawodowo z branżą gier losowych. Niewiele też jest programów profilaktycznych skierowanych do osób z problemem hazardu. Monografia ta nie tylko więc opisuje szeroko problematykę uzależnienia od hazardu i przeciwdziałania mu, ale stanowi także inspirację do wdrażania wybranych inicjatyw w naszym kraju.

Oficyna wydawnicza Impuls, Kraków 2022

## „JAK PRZESTAĆ GRAĆ – PORADNIK DLA OSÓB Z PROBLEMEM HAZARDU”

### Philipa Mawera

Książka jest praktycznym poradnikiem z wieloma konkretnymi ćwiczeniami do wykonania. Autor napisał ją właśnie z takim zamysłem – jak podkreśla: *jeżeli uważasz, że jako hazardzista możesz po prostu kupić tę książkę, przeczytać ją i porzucić hazard, to odłóż ją z powrotem na półkę. (...) Natomiast jeśli chcesz ją przeczytać i podjąć działania dotyczące kluczowych punktów w niej zawartych, to zachęcam do lektury.*

Co ważne, poradnik napisany jest przez osobę, która sama była uzależniona od hazardu. Jak pisze: *grałem nałogowo (...) co posiadałem pod koniec mojej kariery hazardzisty? Otóż około 40 000 funtów długu, brak domu, brak samochodu, brak oszczędności, brak emerytury, brak polisy na życie, brak ubezpieczenia zdrowotnego, a czasami nawet nie miałem dość pieniędzy w banku, aby opłacić codzienne zakupy.*

Wśród porad autora znajdują się takie, które można wykorzystać na początku drogi zdrowienia, typu: *Potnij swoje karty kredytowe, Zlikwiduj bankowość internetową, Zainstaluj na komputerze funkcję blokowania gier hazardowych lub nawet wprowadź zakaz korzystania z komputera bez nadzoru.* Na dalszej drodze au-

tor prowadzi czytelnika przez kolejne etapy, angażując go do pracy nad sobą za pomocą konkretnych ćwiczeń i rysunków. Mawer daje także wynikające z własnego doświadczenia wskazówki: *Niektórzy hazardziści spędzają od 10 do 20 godzin tygodniowo na grze, dlatego po zerwaniu z nałogiem może powstać spora luka do wypełnienia. Oto rzeczy, które możesz robić, aby pożytecznie spędzić swój czas: Zadzwoń do przyjaciela, z którym nie rozmawiałeś od jakiegoś czasu, Idź na spotkanie Anonimowych Hazardzistów, Wybierz się do muzeum, galerii sztuki lub na koncert; zwykle wernisaże są bezpłatne, Zajmij się nowym hobby lub powróć do starego.*

Pomysł na tę książkę pojawił się w chwili gry. Mawer zaczął pracować sam nad tym, jak uwolnić się od hazardu. Ważnym elementem terapii były długie rozmowy z żoną. Postanowili opisać proces zdrowienia – wszystko, co tak skutecznie im pomogło. To ważny element publikacji, bowiem bliscy osób grających problemowo znajdują w niej także coś dla siebie.

Fundacja Dolce Vita, Zamość 2022

### Obie publikacje do pobrania na stronie

<https://kcpcu.gov.pl/uzaleznienia-behawioralne/publikacje-i-edukacja-publiczna/>



Fot. Ilustracja z książki