

A young man is shown in profile, looking towards a brightly lit slot machine in a casino. The slot machine has various symbols, including the number 7 and 20. The background is filled with the colorful lights of the casino.

Kocka i mladi

**Ministarstvo zdravlja
Ministarstvo unutarnjih poslova
Ministarstvo zaštite okoliša i prirode
Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta**



Poštovani,

S velikim zadovoljstvom prihvaćam pokroviteljstvo nad projektom odgovornog roditeljstva projekta „Zdrav za 5“ koji se provodi u cilju stvaranja poticajnog i sigurnog obiteljskog okruženja kao preduvjeta razvoja zdravih navika kod djece i sprečavanja nezdravih navika i neprihvatljivog ponašanja.

Realizatorima projekta želim puno uspjeha u njegovoj realizaciji uz puno srdačnih pozdrava.

S poštovanjem

*PREDSJEDNIK
REPUBLIKE HRVATSKE
Ivo Josipović*

Zagreb, 27. kolovoza 2013.

Izdavač:

Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske
Ravnateljstvo policije

Nakladnik:

Agencija za komercijalnu djelatnost d.o.o.
Savska cesta 31
HR-10000 Zagreb

Urednici:

Dr. sc. Ivana Pavić Šimetin, dr. med.
Zlatko Koštić, dipl. krim.
Sandra Veber, dipl. krim.

Autori:

Davor Čorak, dr. med.
Daniela Krnić, dipl. psiholog
Ivana Modrić, struč. spec. crim.

Fotografije:

<http://www.rgbstock.com>
<http://www.sxc.hu>
<http://www.stockvault.net/>

Naklada:

100 primjeraka

ISBN: 978-953-161-281-4

Svako neovlašteno umnožavanje ove knjige je strogo zabranjeno.

Sadržaj

| |
|--|
| Riječ glavnog ravnatelja policije / 4 |
| Riječ pomoćnice ravnateljice Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo / 5 |
| Uvod / 7 |
| Kockanje / 8 |
| Povijest kockanja / 11 |
| Ovisnost o kockanju / 13 |
| Simptomi i znakovi ovisnosti o kockanju / 18 |
| Razvoj poremećaja i posljedice / 20 |
| Kada je potrebna stručna pomoć? / 23 |
| Kockanje i mladi / 32 |
| Djeca u obitelji kockara / 33 |
| Iz medija / 35 |
| Društveni aspekti kockanja / 42 |
| Kako zatražiti pomoć? / 43 |
| Kaznena i prekršajna odgovornost djece i mladih u RH / 44 |
| Popis ustanova kojima se možete obratiti / 45 |
| Literatura / 48 |



Poštovani čitatelji,

ispred vas se nalazi edukativna knjiga koja ima za cilj ukazati na opasnosti s kojima se mladi danas, bez sumnje, gotovo svakodnevno susreću.

Pošasti modernog društva, alkohol, droge, igre na sreću vrlo često mogu dovesti do nesagledivih posljedica, a čemu svi zajedno, nažalost svakodnevno svjedočimo.

Policiji kao javnoj službi primarno odgovornoj za sigurnost građana, iznimno je važno pravovremeno upozoravati na ove negativnosti našeg društva, a posebno kad su njima pogođene najosjetljivije društvene skupine, djeca i mladi.

Upravo u neposrednom radu s mladima kroz preventivni projekt „Zdrav za 5“ želimo mijenjati njihove stavove razvijajući njihove vještine kritičkog razmišljanja i stvarajući kod njih čvrsta uvjerenja u pogledu štetnosti sredstava ovisnosti na zdravlje.

Jednako tako želimo kod mladih razvijati i sposobnost prepoznavanja rizičnih situacija, no želimo ih i podučiti o mogućnostima odabira i odupiranja pritiscima vršnjaka oko konzumiranja sredstava ovisnosti.

Stoga mi je zadovoljstvo što u ovom preventivnom projektu, zajedno s našim partnerima Ministarstvom zdravlja i Ministarstvom zaštite okoliša i prirode, ali i svim ostalim važnim društvenim subjektima, posebno subjektima lokalne zajednice, te upravo s mladima, možemo dati svoj doprinos u prevenciji ove problematike.

U ovoj edukativnoj knjizi namjera nam je ponuditi relevantne podatke, znanstveno utemeljene činjenice i važeće zakonske okvire kako bi roditelji i svi oni koji se susreću s mladima raspolagali sa što više znanja kojima će im pomoći pri donošenju odluka, a to je: kako jasno i glasno reći NE svim sredstvima ovisnosti!

Stoga vas pozivam da pomno proučite ovu knjigu, educirate ne samo sebe već i vaše bližnje, prijatelje, ili ukoliko poznajete neke od onih koji su se već susreli sa spomenutim problemima, da ih barem uputite gdje i kako zatražiti neophodnu pomoć.

Vjerujem kako ćemo u vama naći pouzdanog partnera, štovatelja i zagovornika sigurnog i mirnog okruženja te zdravog života.

Vlado Dominić
Ministarstvo unutarnjih poslova RH
Ravnateljstvo policije
Glavni ravnatelj policije



Mladost je razdoblje života karakterizirano relativnim zdravljem u odnosu na druga životna razdoblja. Dok su kod male djece učestale zarazne bolesti dišnog i probavnog sustava, u odrasloj, a pogotovo u takozvanoj trećoj životnoj dobi, javljaju se kronične masovne bolesti poput srčanožilnih i malignih bolesti koje su ujedno i vodeći uzroci obolijevanja i smrtnosti u našoj populaciji. Vodeći rizici za zdravlje u mladosti vezani su uz nezdrava ponašanja. Nezdrava se ponašanja usvajaju u mladosti, a često ostaju kroz cijeli život i čimbenici su razvoja mnogih zdravstvenih smetnji kasnije u tijeku života. Pijenje alkohola, uzimanje psihoaktivnih droga i kockanje odnosno

klađenje nisu samo nezdrava već i društveno neprihvatljiva ponašanja, te je upravo suzbijanju tih ponašanja usmjeren projekt „Zdrav za 5“. U Hrvatskoj je 2011. godine provedeno istraživanja o pijenju alkohola i uzimanju drugih droga u školama (The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, ESPAD) koje je istovremeno provedeno u ukupno 37 zemalja Europe i svijeta, odnosno na ukupno više od 105.000 srednjoškolaca. Rezultati ESPAD istraživanja jasno su ukazali na problem ekscesivnog pijenja alkohola među mladima u našoj zemlji, kao i na to da u upotrebi marihuane i drugih psihoaktivnih droga postoji stabilan trend bez naznaka poboljšanja. Druga istraživanja ukazuju na potrebu za zabrinutost vezanu uz veliku učestalost i dostupnost kockanja i klađenja među mladima. U mladosti se često ne osjećaju nikakve tegobe vezane uz nezdrava ponašanja, a rizici koje takva ponašanja donose u starijoj životnoj dobi za mlade ljude željne avanture i eksperimentiranja potpuno su apstraktni, a time i nevažni. Puko informiranje o štetnosti potpuno je neefikasno u smislu odvratanja mladih od takvih ponašanja. Zbog toga se u ovom projektu u radu s učenicima njeguje interaktivan pristup, a učenike se potiče na to da sami donose zaključke, umjesto da im se nude ili nameću gotova rješenja. Štetnosti za zdravlje predmet su skrbi Ministarstva zdravlja u okviru projekta, društvena neprihvatljivost predmet su skrbi Ministarstva unutarnjih poslova, dok je treći partner, Ministarstvo zaštite okoliša i prirode u ulozi pružanja konkretnih novih i pozitivnih životnih vrijednosti i orijentacija mladima. Ta suradnja, odnosno združeno, usklađeno djelovanje različitih resora na nacionalnoj razini, najveća je vrijednost ovog projekta i ono što ovaj projekt čini značajnijim od brojnih drugih na prvi pogled sličnih projekata.

Dr. sc. Ivana Pavić Šimetin, dr. med.
Hrvatski zavod za javno zdravstvo
Pomoćnica ravnateljice za kvalitetu



KOCKA I MLADI

II. izmijenjeno izdanje

Zagreb 2014.

Promocija sigurnosti i javnozdravstvene samosvijesti

„Zdrav za 5“

Nacionalni Projekt "Zdrav za 5" zajednički je projekt Ministarstva zdravlja, Ministarstva unutarnjih poslova, Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta i Ministarstva zaštite okoliša i prirode Republike Hrvatske.

U želji da multidisciplinarno djeluju na području prevencije ovisnosti 30. listopada 2012. sporazumom o suradnji u provedbi, kojeg su potpisali ministri, zdravlja, unutarnjih poslova, te zaštite okoliša i prirode Rajko Ostojić, Ranko Ostojić i Mihael Zmajlović započela je provedba ovog projekta na nacionalnoj razini. U veljači 2014. godine novim sporazumom o suradnji, koji je pored navedenih ministara potpisao i ministar znanosti, obrazovanja i sporta Željko Jovanović, provedbi projekta pridružilo se i Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta.

Ciljevi projekta uključuju podizanje razine informiranosti i razine javnozdravstvene svijesti kod djece osnovnoškolskog i srednjoškolskog uzrasta, prevenciju ovisnosti i zlouporabe droga, alkohola i igara na sreću te očuvanje i zaštitu okoliša.

Ciljana populacija su učenici osmih razreda osnovne te prvih i drugih razreda srednje škole.

Uz preporuku Agencije za odgoj i obrazovanje, projekt „Zdrav za 5“ provodi se u školama na području svih Županija Republike Hrvatske

Suradnjom djelatnika uključenih institucija izrađena je ova edukacijsko-informativna knjiga na temu prevencije kockanja i klađenja, namijenjena roditeljima, djelatnicima škola i svima onima koji su u kontaktu s mladima profesionalno ili u svakodnevnom životu, pisana pristupačnim i razumljivim jezikom i stilom.

Kockanje



Što je kockanje?

Pojam kockanje odnosi se na bilo koju „igru“ u kojoj postoji šansa za dobitak ili gubitak novca, a čiji ishod ne možemo predvidjeti. Za većinu ljudi, kockanje je aktivnost u koju se uključuju povremeno i to u vidu zabave. U kockanje spadaju bingo, strugalice, loto, sportsko klađenje, razni automati te igre u kockarnici poput ruleta, ajnca i sl. Čimbenici koji doprinose socijalnom aspektu kockanja su dijeljenje iskustva s drugim igračima, korištenje specifičnih izraza u pojedinim igrama te osjećaj pripadanja grupi.

Zašto ljudi kockaju?

OSVAJANJE NOVCA

Ovdje motivaciju predstavlja san o „velikom dobitku“. Ljudi koji zapadnu u financijske neprilike mogu početi kockati

u nadi da će osvojiti određenu svotu novaca.

ZABAVA

Faktori koji doprinose socijalnom aspektu kockanja su dijeljenje iskustva s drugim igračima, korištenje specifičnih izraza u pojedinim igrama te osjećaj pripadanja grupi. Određeni ljudi isključivo u takvom okruženju ostvaruju socijalne kontakte.

KOCKANJE U DOBROTVORNE SVRHE

Za neke ljude, mogućnost zabave uz davanje podrške određenoj hvalevrijednoj akciji, predstavlja poticaj na sudjelovanje u kockanju.

BIJEG OD PROBLEMA

Kockanje može predstavljati bijeg od problema, depresije ili negativnih osjećaja. Neki ljudi kockaju iz dosade ili usamljenosti.

PODIZANJE RASPOLOŽENJA

Čin kockanja mnogima predstavlja stimulaciju i uzbuđenje. To euforično stanje često se uspoređuje s efektima konzumacije alkohola ili droga. Emocionalni doživljaj kao takav u kombinaciji s osjećajem „osjećam se sretno” ili uvjerenjem „ovaj put ću sigurno dobiti”, kod nekih pojedinaca može stvoriti jaku želju i potrebu za kockanjem, odnosno ovisnost o kockanju.

Patološko kockanje se u MKB-10 klasifikaciji (međunarodna klasifikacija bolesti), zajedno s trihotilomanijom (čupanje kose), kleptomanijom (patološka krađa) i piromanijom (opsjednutost vatrom i paljenjem) svrstava u poremećaje kontrole poriva, što predstavlja nesposobnost suzdržavanja od izvođenja nekog ponašanja ili poriva koji je opasan za samu osobu ili za druge. Kockanje je preraslo u veliki problem današnjeg vremena kojem su podložni različiti ljudi bez obzira na dob.

Kockanje predstavlja jedan od oblika zabave, ali i ponašanja kojim želimo doći do brze i lake zarade. Kockanje je zabava sve dok ne prijeđe u lošu naviku. Neka istraživanja su pokazala da što je društvo siromašnije, sa što nižim socioekonomskim standardom te izraženijom razlikom među društvenim slojevima, kockanje i igre na sreću su u porastu. Dakle, moguće objašnjenje je da, kada ljudi nisu u stanju u kraćem vremenu zaraditi potrebnu svotu novca, pribjegavaju lakšim načini-

ma zarade, odnosno igrama na sreću.

Kockanje podrazumijeva bilo koji oblik igre u kojem se riskira gubitak novca ili nekih vrijednih predmeta, a s ciljem novčanog/vrijednosnog dobitka. Na ishod igre najviše utječe sreća, iako postoje igre u kojima je potrebna i određena vještina. Igre poput lutrije, kockarnica automata ili binga ovise o čistoj sreći ili slučajnosti, pa nikakva razina znanja ili prakse ne može doprinijeti dobitku. Ostale igre koje su podložne klađenju, poput npr. biljara ili pikada zahtijevaju vještinu i spretnost. Dakle, vježba i praksa ovdje mogu utjecati na krajnji rezultat.

Igre s kartama (npr. poker) također najviše ovise o sreći pojedinca, no imaju i neke elemente vještine. Vještina u igranju karata se odnosi na znanje kako najbolje iskoristiti karte koje smo dobili diljeljenjem. Što osoba više zna i razumije igru, to su veće šanse za pobjedu. No, pobjeda nije nikada zagarantirana, budući da igrač nikako ne može utjecati na



to koje karte će dobiti u dijeljenju. I najbolji igrač može dobiti najlošije karte.

Može nam se činiti kako je kockanje zapravo bezazlen način provođenja vremena, no ono vrlo lako može prerasti u veliki problem koji sa sobom nosi brojne posljedice. Za neke ljude, kockanje se može razviti u opasnu ovisnost, baš poput ovisnosti o drogama, duhanu ili alkoholu. Čini se da je najočitiiji razlog zašto ljudi kockaju zarada novca. No, to je u stvari, samo dio priče. Za mnoge kockare zapravo je riječ o zabavi i uzbuđenju koje donosi iščekivanje rezultata.

Ponekad ljudi počnu kockati radi toga što njihovi prijatelji i/ili članovi obitelji kockaju, što je upravo i glavni rizični faktor za mladu populaciju.

No, ima i mladih koji kockaju iz čiste dosade ili osjećaja usamljenosti. Neki tinejdžeri koji su razvili problem s kockanjem izjavljuju da su počeli kockati kako bi izbjegli probleme u obitelji.

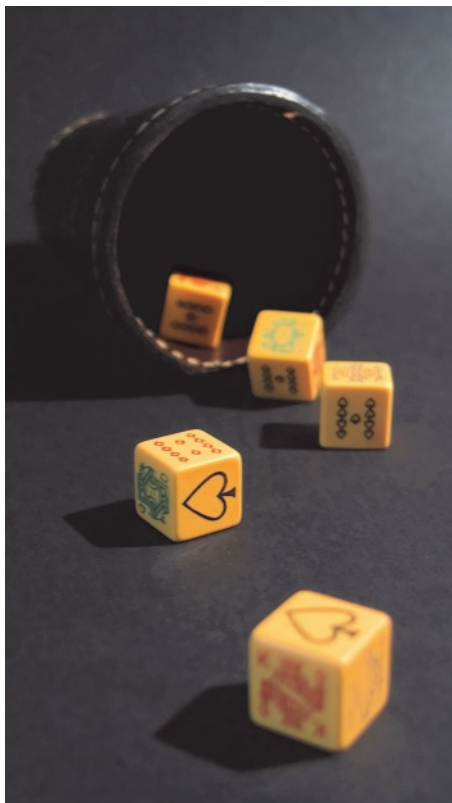
Nevolja je u tome što kockanje najčešće počinje kao povremeno odvratanje pažnje, no budući da takvo ponašanje utječe na dijelove mozga koji su uključeni u rizična ponašanja i doživljaj ugone/nagrade, vrlo lako se može razviti ovisnost.

Neki ljudi imaju veći rizik za razvijanje ovisnosti o kockanju, a to se prvenstveno odnosi na ljude koji imaju problema s kontrolom impulsa, kao npr. ljudi s ADHD-om (poremećaji pažnje i hiperaktivnosti). Isto vrijedi i za ljude čije osobine ličnosti ukazuju na sklonost ka uživa-

nju u rizičnim ponašanjima.

To naravno ne znači da će ljudi s navedenim osobinama automatski postati ovisni o kockanju. Većina njih nikada neće zapasti u takve probleme, ali postoji veća vjerojatnost da će se lakše „uvući“ u takvo ponašanje. Dakle, takve osobe trebaju biti posebno oprezne i svjesne svih rizika ukoliko se odluče okušati u kockanju.

Kada kockanje postane dio svakodnevice i stil života i ozbiljno naruši materijalni status, tada ne govorimo samo o zabavi, već o socijalnom i patološkom fenomenu, pri čemu problem ne ostaje samo na



Povijest kockanja



Kockanje je zajednički naziv za različite igre koje imaju različitu i dugu povijest. U skladu s povijesnim zapisima i arheološkim istraživanjima, kockanje postoji dugi niz godina u kulturama gotovo svih civilizacija. Antropolozi se na temelju podataka prikupljenih tijekom 20. stoljeća slažu da je kockanje oduvijek postojalo u velikim društvima te da je imalo važan udio u povijesti kako za bogate, tako i za siromašne.

Smatra se da se najstarija kockarska igra igrala upravo s kockicama. Prema arheološkim podacima, artefakti kockanja potječu još iz drevne Kine (2.300 god. prije n.e.), Indije, Egipta i Rima. Također,

pronađen je i komplet željeznih kocki koji datira 1.500 god. prije n.e., a specifični zapisi o kockanju nađeni su i u Keopsovoj piramidi. Originalne kocke su se izrađivale od kamenčića, drveta, kostiju ili zubi životinja.

Ideja o ajncu i pokeru s papirnatim novcem opisana je u Kini oko 900. god. n.e., a vremenom je evoluirala u igraće karte. Keno formulari koji datiraju između 205. i 187. god. prije.n.e. za vrijeme vladavine kineske dinastije Han, predstavljaju prve zapise o organiziranoj lutriji. Vjeruje se da su se novcem od lutrije dijelom financirali i tadašnji veliki graditeljski projekti poput gradnje Kineskog zida. I u Home-

rovoj Ilijadi se spominje uporaba ždrijeba kako bi se odlučilo tko će se boriti s Hektorom.

Prve poznate lutrije (tombole) u Europi su se održavale u vrijeme Rimskog Carstva, uglavnom zbog zabave na prijemima.

Svaki gost bi dobio listić, a kao nagrade najčešće su se dijelili otmjeni predmeti poput vrijednog pribora za jelo. Svakom vlasniku listića dobitak je bio zagarantiran. Najraniji podaci o prodaji lutrijskih listića su iz vremena vladavine rimskog cara Cezara. Novac je korišten za gradnju i popravke u Rimu, a dobitnicima su dodjeljivane nagrade u obliku raznih predmeta.

Prvi zapisi o lutriji gdje su se za kupljene listiće nudile nagrade u novčanom obliku

nađeni su na području današnjih zemalja Benelux-a u 15. st. Tijekom 17. st. u Nizozemskoj je bilo sasvim uobičajeno da se organiziraju lutrije kako bi se prikupio novac za pomoć siromašnima te za brojne druge javne potrebe.

Prva poznata lutrija u Italiji organizirana je 9. siječnja 1449. god. u Milanu kako bi se financirao rat protiv Republike Venecije. Međutim, loto je postao vrlo popularan u Genovi na način da su se građani kladili na imena članova koji će biti izabrani u Vijeće u koje se izvlačenjem biralo 5 od mogućih 90 kandidata svakih 6 mjeseci. Kada su se ljudi poželjeli kladiti češće nego dva puta godišnje, imena kandidata su zamijenjena brojevima te je tako nastao moderni Loto.



Ovisnost o kockanju



Ovisnost o igrama na sreću, ovisnost o kockanju, patološko kockanje ili ludopatija (lat. ludus igra i grč. patheia stanje ili trpljenje) označava nesposobnost pojedine ovisne osobe da se suzdrži od kockanja ili klađenja, čak i ako joj prijete ozbiljne posljedice u osobnom, obiteljskom ili poslovnom okruženju. Muškarci su češće pogođeni nego žene.

Patološko kockanje spada u poremećaje kontrole poriva koji se definiraju kao nesposobnost suzdržavanja od izvođenja nekog poriva ili nagona koji je opasan za druge ili za samu osobu i koji je obično obilježen ugodom, nakon što se izvede. Bitno obilježje poremećaja kontrole poriva je izostanak otpora porivu, nagonu ili iskušenju da se napravi čin koji šteti samoj toj osobi ili drugima. Osoba ima rastući osjećaj napetosti ili uzbuđenja prije, a za vrijeme samog čina osjeća užitek, zadovoljenje ili olakšanje. Nakon

čina mogu se, ali i ne moraju, javiti žalje-nje, predbacivanje ili osjećaj krivnje.

Bitno obilježje patološkog kockanja je trajno i povratno neprilagođeno kockanje koje unosi razdor u osobna, obiteljska ili poslovna nastojanja. Sastoji se od čestih, ponavljanih epizoda kockanja koje prevladavaju u ovisnikovom životu na štetu socijalnih, radnih, materijalnih i obiteljskih vrijednosti.

Kockanje kao ponašajna ovisnost

Patološko kockanje je trenutno jedina ponašajna ovisnost koja je uključena u DSM-IV priručnik (dijagnostički i statistički priručnik za mentalne poremećaje) gdje je također svrstana pod Poremećaje kontrole poriva. Predloženo je da se patološko kockanje u novom izdanju priručnika DSM-V preimenuje u poremećaj kockanja, te da se svrsta u kategoriju Ovisnosti i povezanih poremećaja.

Termin ovisnost o kockanju je, poput drugih ponašajnih ovisnosti, još uvijek tema mnogih rasprava. Mnogi stručnjaci zanemaruju ideju da kockanje može dovesti do ovisnosti zbog uvjerenja da, kako bi ovisnost bila ovisnost u pravom smislu riječi, mora postojati određena psihoaktivna supstanca koja proizvodi simptome poput fizičke tolerancije i sustezanja.

Uvriježeno, termin ovisnost se koristi kako bi se opisala ovisnost o supstancama poput alkohola i drugih droga. No, u posljednje vrijeme primjenjuje se i na područje određenih ponašanja.

Ponašajne ovisnosti karakterizira uzorak ponašanja koja prate ciklus sličan onom kod ovisnosti o supstancama. Navedeno počinje kada pojedinac iskusi zadovoljstvo povezano s određenim ponašanjem i ishodima tog ponašanja, u početku samo kao dodatni izvor zadovoljstva u životu, a kasnije i kao način za suočavanje sa stresom. Proces traženja i uključivanja u određeno ponašanje postaje sve

češći, pretvarajući se u ritual, sve dok ne postane vrlo važan dio pojedinčevog života. Jednom kada osoba postane ovisna o ponašanju, počinje se javljati žudnja za uključivanjem u to ponašanje, koja se intenzivira sve dok osoba ne ponovi ponašanje, nakon čega obično osjeća olakšanje praćeno ushićenjem.

Primjeri ovisničkih ponašanja uključuju:

- problematično kockanje
- seksualno ponašanje
- konzumaciju hrane
- tjelovježbu
- kompjuterske igrice
- šoping i sl.

Sva navedena ponašanja koja se razviju u ovisnost slijede isti obrazac kao i ovisnosti o psihoaktivnim supstancama te rezultiraju problemima u mnogim područjima pojedinčevog života. Imaju sličan učinak na interpersonalne veze koje se često zanemaruju u korist ovisničkog ponašanja, narušavajući povjerenje i stavljajući veliki pritisak na partnere i druge članove obitelji kako bi se nosili s teškoćama koje nastaju kao posljedica ovisnosti. Sve je više dokaza u prilog tome da takva ponašanja uključuju slične mehanizme u mozgu kao i ovisnosti o supstancama, no potrebno je još više istraživanja kako bi se ti mehanizmi potvrdili i rasvijetlili.



Ovisnost je kompulzivna potreba. Ono što započne kao zadovoljavajuće iskustvo pretvara se u destruktivnu žudnju. Kada uzbuđenje zbog igre prevlada sve ostalo, igrač je prešao granicu između igrača i ovisnika. Kockanje, poput ostalih ovisnosti može biti pogubno za osobu i cijelu obitelj.

Novac je ključan u iskustvu kockanja. Ovisnici o kocki, kao i ostali ljudi, uz novac vežu mnoge pozitivne atribucije poput moći, lagodnog života, sigurnosti i slobode. No, za razliku od ostalih ljudi, ovisnici o kocki ne uspijevaju prepoznati da ih kockanje stavlja u rizik od gubljenja svih tih privilegija i da je kockanje nasumičan proces, gdje vjerojatnost nije na

njihovoj strani zbog čega je vjerojatnije da će u igri izgubiti, a ne pobijediti. Nadalje, kada se i dogodi da osvoje dobitak, osobe s problemom kockanja vrlo brzo taj novac potroše u daljnjem kockanju.

Kockanje predstavlja neefikasan i nepouzdan način stjecanja novca. Da bi osoba postala ovisna o kocki, njeni procesi mišljenja se moraju iskriviti, a u nastavku slijede neki od tipovi nepravilnosti u razmišljanju (kognitivnih distorzija izobličenja mišljenja) koje su česte u kockara:

atribucija – vjerovanje da su dobitci rezultat njihovih uloženi napora i vještina, a ne vjerojatnost.



magično mišljenje – vjerovanje da razmišljanje ili nadanje na određeni način utječe na dobitak ili da se nasumični dobitci mogu predvidjeti. Također, vjerovanje u vlastitu posebnost koja će biti nagrađena pobjedom.

praznovjerje – vjerovanje da amajlije, određeni komadi odjeće, način sjedenja i sl. utječu na ishod igre.

sistemi – vjerovanje da se proučavanjem i korištenjem određenih sistema u igri može nadigrati prednost kockarnice.

selektivno pamćenje – tendencija da se pamte pobjede i dobitci, a gubici zaboravljaju.

personifikacija uređaja za kockanje – pridavanje ljudskih osobina neživim predmetima poput automata za kockanje i sukladno tome vjerovanje da ih određeni automat kažnjava, nagrađuje ili im se podruguje.

vjerovanje o slučajnom gubitku – reduiranje broja gubitaka na način da razmišljaju da je samo malo nedostajalo da dobiju, što opravdava daljnje pokušaje. Takvi neostvareni dobitci mogu biti čak i više stimulirajući od stvarne pobjede i ostvarenog dobitka.

„lov“ na gubitke – vjerovanje da novac zapravo nisu izgubili već da će ga vratiti daljnjim kockanjem.

Mnoge od ovih distorzija mišljenja vode do visoko ritualiziranih obrazaca ponašanja koja su karakteristična za sve ovisnosti. Vrste kockanja u koje se uključuju ljudi s ovim poremećajem variraju, ovisno o dostupnim igrama na sreću. Kladnje na sportove, kupnja loto listića, poker, rulet ili kockarnica automati samo su neke od aktivnosti kojima se bave kompulzivni (lat. *compellere* natjerati, prisiliti, činiti nešto nekontroliranim porivom) kockari. Dok jedni vole kockanje u kockarnicama, u porastu je stopa online ovisnika, koja raste s povećanim brojem internet korisnika.



Iako muškarci u odnosu na žene čine veći dio populacije koja boluje od patološkog kockanja, udio žena raste bržim tempom, te one sada npr. u SAD-u čine oko 25% od ukupnog broja osoba s ovim poremećajem. Kod muškaraca, tendencija razvoja poremećaja patološkog kockanja postoji prvenstveno u ranim tinejdžerskim godinama dok se kod žena

poremećaj obično razvija kasnije. Unatoč tome, problem se kod žena razvija mnogo bržim tempom nego kod muškaraca. Druge očite spolne razlike kod poremećaja ovisnosti o kockanju uključuju tendenciju muškaraca da razviju ovisnost o interpersonalnim oblicima kockanja poput ajnca, igara s bacanjem kockica ili pokera, dok žene češće ulaze u oblike klađenja bez ljudske interakcije, poput automata ili Binga. Također, žene s problemom patološkog kockanja, za razliku od muškaraca, češće traže pomoć zbog drugih, kockom nevezanih problema.

Problematično kockanje općenito znači kockanje koje uključuje više od jednog simptoma, ali manje od pet niže navedenih simptoma potrebnih kako bi se postavila dijagnoza kompulzivnog ili patološkog kockanja. Pretjerano kockanje („binge gambling“) je podtip kompulzivnog kockanja koje uključuje probleme s kockanjem, ali samo u izoliranim vremenskim razdobljima. Razlika od opće ovisnosti o kockanju je tome što kod općeg poremećaja osoba pretjerano kocka na dnevnoj bazi, a misli su joj preokupirane kockanjem čak i za vrijeme kada se osoba ne bavi klađenjem/kockanjem.



Simptomi i znakovi ovisnosti o kockanju



Patološko kockanje uključuje stalno i ponavljajuće problematično kockanje, te nekoliko slijedećih simptoma koji nisu dio nekog drugog problema mentalnog zdravlja, kao npr. manična epizoda bipolarnog poremećaja:

1. zaokupljenost kockanjem (učestalo prepričavanje kockarskih događaja, planiranje budućih kockarskih pothvata ili smišljanje načina da se dođe do novca za kockanje)
2. potreba za sve većim ulozima ili rizicima kako bi se postigla željena razina uzbuđenja
3. učestali napori da se kontrolira, smanji kockanje ili prestane s njim
4. nemir i razdražljivost prigodom pokušaja smanjivanja ili prestanka kockanja
5. kockanje kao način bijega od problema ili ublažavanje nekih neugodnih raspoloženja (depresije, osjećaja krivnje, bespomoćnosti)
6. nakon gubitka novca na kockanju, kockar se često vraća slijedećeg dana kako bi ga nadoknadio
7. laži prijateljima i članovima obitelji kako bi se prikrilo stupanj uvučenosti u kockanje
8. nezakonita djela kao što su krađe, krivotvorenja, prijevare, pronevjere kako bi se financiralo svoje kockanje

9. ugrožavanje ili gubitak važne veze, posla, obrazovne ili poslovne mogućnosti zbog kockanja

10. oslanjanje na druge za nabavljanje novca kojim bi se olakšala očajna financijska situacija prouzročena kockanjem.

Još neki važni znaci kompulzivnog kockanja:

- korištenje radnog vremena ili izostanak iz škole zbog kockanja
- povećanje stresa u kući zbog kockanja
- kockanje je način nabave novca za plaćanje računa
- kockanje do posljednjeg novčića
- kockanje duže od planiranog vremena
- kockanje kao bijeg od briga i problema
- kockanje kao slavljenje dobre sreće.



Uzroci i faktori rizika za razvoj ovisnosti o kockanju

Važno je shvatiti da obično ne postoji jedan specifičan uzrok razvoja patološkog kockanja. Neke potencijalne iznimke uključuju zabilježene slučajeve pojedinaca koji su uzimali lijekove za liječenje npr. Parkinsonove bolesti ili sindroma nemirnih nogu, a kod kojih je primijećen razvoj kompulzivnog kockanja. Teorija o toj vezi uključuje povećanu aktivnost neurotransmitera dopamina u mozgu kao „krivca“ za razvoj poremećaja. Bipolarni poremećaj se također spominje kao jedan od mogućih uzroka kompulzivnog kockanja budući da se gubitak sposobnosti prosudbe i pretjerano kockanje može javiti tijekom manične epizode.

Mnogo češće, ovisnost o kockanju rezultat je kombinacije bioloških ranjivosti, načina razmišljanja i izvor stresa (biopsihosocijalni model). Postoje, međutim, elementi koji povećavaju vjerojatnost da će pojedinac razviti ovisnost o kockanju. Faktori rizika za razvoj patološkog kockanja su shizofrenija, problemi s raspoloženjem, antisocijalni poremećaj osobnosti i ovisnost o alkoholu ili kokainu. Također, smatra se da povećani rizik za razvoj patološkog kockanja postoji kod pojedinaca koji imaju nisku razinu neurotransmitera serotonina u mozgu.

Razvoj poremećaja i posljedice



Tijek razvoja bolesti kod svih poremećaja kontrole poriva je obično kroničan. Patološko kockanje tipično počinje u ranoj adolescenciji kod muškaraca, a kasnije u životu kod žena. Iako se neke osobe „zakače“ već pri prvom pokušaju, za većinu je taj tijek dugotrajniji. Mogu godinama kockati u društvu, nakon čega uslijedi nagao početak poremećaja kojeg mogu pospješiti veća izloženost kockanju ili neki stresor. Kockanje može biti redovito ili epizodično, a tijek poremećaja je tipično kroničan. Općenito, postoji progresija učestalosti kockanja, količine uloženog novca, zaokupljenosti kockanjem i prikupljanjem novca za kockanje.

Potreba za kockanjem općenito raste za vrijeme razdoblja depresije ili stresa.

Socijalne i zdravstvene posljedice kockanja očituju se i na individualnoj i na društvenoj razini. Osobne posljedice uključuju razdražljivost, izrazitu promjenjivost raspoloženja, probleme u međuljudskim odnosima (uključujući rastave brakova), izbjavanje s posla, zanemarivanje obitelji i bankrot. Posljedice kockanja na zdravlje kockara (ali i njihovih partnera) uključuje depresiju, nesanicu, probavne smetnje, glavobolju, gubitak apetita, tjelesnu slabost, bolove u mišićima, ubrzani rad srca, teškoće s disanjem i dr.

Ostali problemi povezani s ovisnošću o kockanju

Kao prvi i najočitiji problem, ekscesivno kockanje može čovjeka stajati jako puno novaca. S vremena na vrijeme, kockar će biti na dobitku, no bitno je znati da vjerojatnost uvijek radi protiv njih, te će na kraju ponovno završiti na dnu (na taj način kockarnica ostvaruje profit; kada bi svi kockari stalno pobjeđivali niti jedna kockarnica ne bi opstala na tržištu!).



Ljudi s ozbiljnim kockarskim problemima često prokockaju sve što imaju, a nerijetko se upuštaju i u krađe kako bi podupirali svoje kockarske navike.

Kockanje može utjecati na gubitak interesa za druge aktivnosti. Izostajanje iz škole ili s posla zbog kockanja utječe na karijeru ili šanse za dobivanje dobrog posla. Kockanje također utječe na osobnost, uzrokujući promjene u raspoloženju i probleme u socijalnom funkcioniranju i međuljudskim odnosima. Kockanje može utjecati i na zdravlje osobe, uzro-

kujući probleme sa spavanjem, anksioznost, stres, depresiju, izljeve bijesa, suicidalna promišljanja, kao i pokušaje suicida.

Također, budući da je kockanje protuzakonito za maloljetne osobe, oni se mogu dovesti u ozbiljne problem sa zakonom.

Tipovi kockara

Razlikujemo 3 tipa kockara – profesionalni, društveni i problematični kockar.

Profesionalno kockanje

Profesionalni kockari čine najrjeđi tip kockara te u svrhu zarade novca ovise više o vlastitoj vještini i poznavanju igre nego o nasumičnoj sreći. Imaju potpunu kontrolu nad vremenom, novcem i energijom koje utroše u kockanje. U profesionalnom kockanju rizici su ograničeni, a stega je bitna. Neke osobe mogu imati probleme povezane s kockanjem (npr. kratkotrajan „lov na gubitke“ ili gubitak kontrole) koji ne zadovoljavaju u potpunosti kriterije za patološko kockanje.

Društveno kockanje

Društveni kockari gledaju na kockanje kao na vrstu rekreacijske aktivnosti te održavaju potpunu kontrolu nad vremenom, novcem i energijom koje utroše u kockanje, koje se obično odvija među prijateljima ili kolegama i traje kroz ograničeno razdoblje, s predviđenim i prihvatljivim gubicima. Eventualni gubitak novca smatra se troškom u svrhu zabave.

Problematično kockanje

Problematični kockari najčešće za sebe smatraju da su ili se pretvaraju da su društveni ili profesionalni kockari. Problematično kockanje uključuje kontinuirano sudjelovanje u kockarskim aktivnostima usprkos negativnim posljedicama. Svi ovisnici o kockanju su problematični kockari, iako nisu svi problematični kockari ovisnici o kockanju. Problematični su oni kod kojih je kockanje izazvalo probleme u važnim životnim područjima, uključujući interpersonalne veze (npr. bračni status), posao, financijske ili zakonske probleme.

Vezano uz problematično kockanje razlikujemo:

- normalno patološke kockare bez evidencije o prethodnoj duševnoj bolesti
- emocionalno ranjive patološke kockare koji su imali probleme i ranije, npr. u vezama, tijekom razvoja, depresiju, anksioznost ili ovisnost o drogama, pasivnoagresivno ponašanje i sl.
- patološke kockare s organskom podlogom – koji su impulzivni, od ranije imaju poremećaj pažnje, hiperaktivnost, kaotičan životni stil, suicidalnost, iritabilnost, kriminalno ponašanje od ranije, loše interpersonalne veze, eksperimentiranje s različitim drogama i sl.



Kada je potrebna stručna pomoć?

Kockanje i klađenje započinje kao bezazlena zabava i za određeni dio ljudi ostaje bezazlena zabava kroz cijeli život. Rijetko se događa, ali se ipak može dogoditi posebno kod maloljetnika, da se problemi s kockanjem i klađenjem (ovisnost o kockanju) razviju već nakon prvog iskustva s kockanjem i klađenjem. Češće se problemi razvijaju i pogoršavaju kroz nekoliko godina više ili manje redovitog susretanja i sudjelovanja u kockanju i klađenju. Mnogi provode i više godina zabavljajući se kockanjem i klađenjem bez da im to uzrokuje teže probleme. No nepovoljni životni čimbenici mogu iznenada preokrenuti takvu zabavu u tešku ovisnost, čak i kod onih koji kroz duži niz godina uspijevaju kockanje i klađenje držati pod kontrolom. Izloženost stresu ili nepovoljnim životnim događajima, poput primjerice gubitka posla ili gubitka bliske osobe, posebno lako i brzo pretvaraju zabavu u teške probleme. Osobito su opasne financijski nepovoljne životne situacije zbog iracionalnog vjerovanja kockara da će kockanjem ili klađenjem ostvariti veliki novčani dobitak i tako preko noći riješiti financijske probleme. Kod osoba koje su razvile obrasce kompulzivnog i problematičnog kockanja nepovoljne životne situacije i neugodni stresni događaji pogoršavaju ovisnost o kockanju, odnosno dovode do toga da potreba za kockanjem i klađe-



njem u potpunosti zavlada osobom. U konačnici, osoba sa kockarskim problemima postaje praktički u potpunosti okupirana kockanjem i pribavljanjem sve više i više novaca za kockanje.

Što točno uzrokuje razvoj ovisnosti o kockanju i klađenju kod nekih osoba nije još u potpunosti istraženo i utvrđeno. Kao i kod drugih problema, ovisnost o kockanju može biti posljedica kombinacije bioloških i okolišnih čimbenika. Ovisnost o kockanju javlja se kod oba spola i u svim kulturama, neovisno o obrazovanju i bogatstvu osoba. Ipak, znanstveno su utvrđeni neki čimbenici kod kojih se povećavaju šanse za razvoj problema s kockanjem i klađenjem:

Dob – Problemi s kockanjem češći su kod mladih osoba.

Spol – Problemi s kockanjem češći su kod muškaraca nego žena. Iako se u novije vrijeme spolne razlike smanjuju, žene obično s kockanjem započinju kasnije u životu.

Utjecaj obitelji – U obiteljima u kojima

jedan ili oba roditelja kockaju veće su šanse da i dijete kocka.

Neke osobne značajke – Sklonost natjecanju i dokazivanju, nemiran duh ili sklonost dosadi povećavaju rizik.

Uobičajeno je da u početku osoba kod koje se razvilo kompulzivno kockanje i klađenje, odnosno ovisnost o kockanju i klađenju, negira problem, odnosno ne želi priznati niti sebi niti drugima da ima problema. Upozoravanja i prigovarivanja okoline, najčešće članova obitelji i bliskih prijatelja, iako često uzrokuju ljutnju osobe kod koje se razvio problem, od neprocjenjivog su značaja u suočavanju s problemom. Priznavanje problema samom sebi a onda i drugima, posebno članovima obitelji, prvi je korak u traženju rješenja. Jednako tako važan je korak odluka da je potrebno potražiti stručnu pomoć, odnosno da je potrebno liječenje. Sa sigurnošću se može zaključiti da je osoba izgubila kontrolu nad kockanjem i klađenjem te da treba zatražiti stručnu pomoć ako:

- kockanje i klađenje negativno utječe na odnose s obitelji i prijateljima, dovodi do financijskih problema ili uzrokuje probleme u izvršavanju svakodnevnih obaveza na poslu, studiju ili školi,
- sve više i više vremena i energije posvećuje kockanju ili klađenju,
- neuspješno pokuša smanjiti ili prestati kockati ili kladiti se,

- pokušava sakriti od obitelji i prijatelja da kocka,
- krade ili vara radi stjecanja novca za kockanje i klađenje,
- opetovano traži pomoć obitelji, prijatelja i poznanika u podmirivanju kockarskih dugova.

Kod mladih nije opravdano čekati razvoj ovako teških problema zbog kockanja već je pomoć potrebno potražiti puno ranije. Kako u našoj sredini razumijevanje kockanja i klađenja kao bolesti nije u potpunosti rašireno i prihvaćeno, važno je istaknuti da su razvijene različite psihoterapijske metode liječenja te da liječnik u liječenju neki put primjenjuje i lijekove. Kao što je za sprječavanje razvoja ovisnosti o kockanju najefikasnija metoda izbjegavanje kockanja i klađenja, tako je i za osobe koje imaju ozbiljnih problema s kockanjem izrazito važno izbjegavanje svih oblika kockanja i klađenja, izbjegavanje svih osoba koje se kockaju i klade, te izbjegavanje svih mjesta gdje se kocka ili kladi.





Roditelji, oprez!

Adolescencija, prijelaz iz djetinjstva u odraslu dob, predstavlja kritični period u životu svake osobe karakteriziran velikim fizičkim i psihičkim promjenama od kojih su veće jedino promjene u prvoj godini života. Tijekom adolescencije kao pripreme za odraslu dob, događa se nekoliko ključnih razvojnih iskustava. Osim fizičkog i seksualnog sazrijevanja, ta razvojna iskustva uključuju pomak k socijalnoj i ekonomskoj samostalnosti, razvoj identiteta, usvajanje vještina nužnih za prihvaćanje odraslih međuljudskih odnosa i uloga te razvoj kapaciteta za apstraktno razmišljanje. To je razdoblje velikog razvoja i velikih potencijala a istovremeno i razdoblje velikog rizika sa snažnim i potencijalno razornim utjecajem društvenog okruženja. Psihičko i emocionalno sazrijevanje obično je nešto sporije i

traje nekoliko godina dulje od fizičkog rasta. Učenici i studenti iako po tjelesnoj građi i konstituciji mogu djelovati potpuno odraslo, ne posjeduju izgrađenu osobnost i psihološku odlučnost kojom bi se othrvali primamljivom uzbuđenju koje kockanje i klađenje može pobuditi u njima. Zato se naglo razvijanje problema s kockanjem, nakon prvog ili svega nekoliko susreta s kockanjem ili klađenjem, posebno lako može pojaviti upravo kod djece i mladih.

U nizu pojava koje prate normalan adolescentni razvoj, roditelju je često teško prepoznati što je dio normalnog odrastanja a što je razlog za zabrinutost i traženje stručne pomoći i savjeta. Često se može čuti da roditelji dozvoljavaju maloljetniku pušenje, podržavaju njega ili nju u tome da povremeno popije manje ili više alkoholnih pića, posjete povremeno

kladionicu i sl. To obrazlažu na način da smo svi to radili dok smo bili mladi pa nam se nije ništa dogodilo, da je bolje da primjerice puše pred roditeljem nego da se negdje skrivaju i puše, ili da im i ona-ko to ne mogu zabraniti jer svi to rade. Takav način roditeljskog razmišljanja potpuno je pogrešan. Treba imati na umu da mladi ne puše, piju alkohol ili kockaju i klade se zato što bez toga ne mogu, jer to dovoljno ne poznaju da bez toga ne bi mogli. Štoviše, prvi pokušaji pušenja ili primjerice pijenja alkohola često su čak vrlo neugodni za mladu osobu. Mladi posjeduju dovoljno životne radosti i obično nemaju pretjeranih životnih problema da se bez sredstva ovisnosti ne bi mogli opustiti i zabaviti. Sklonost mladih rizičnim ponašanjima proizlazi iz potrebe za suprotstavljanjem roditeljima i drugim odraslim autoritetima, što je temelje za emocionalno i socijalno osamostaljivanje, osnovnu zadaću adolescencije. Osjećaj osamostaljivanja od



roditelja mladi najintenzivnije osjećaju kroz ona ponašanja koja im roditelji i drugi odrasle osobe brane jer su za njih premladi, a to su pušenje, kockanje, klađenje, pijenje alkohola, uzimanja droga, rizična seksualna ponašanja i dr. U trenu kad roditelji „zažmire“ na neko od tih ponašanja ili ih pak dozvole a pogotovo odobravaju, u mladoj osobi javi se potreba za nekim novim, još rizičnije ponašanje koje će izazvati roditeljsku zabranu, a time i osjećaj suprotstavljanja roditelju odnosno osjećaj odrastanja. Nadalje, mlada osoba koja svoje kockanje, klađenje, pušenje ili pijenje alkohola skriva od roditelja, moći će takva ponašanja upražnjavati ipak puno rjeđe nego ako to radi uz dozvolu i odobranje roditelja. Važnost zabrane u zaštiti maloljetnika od kockanja i klađenja kao i od drugih oblika rizika poput pušenja i pijenja alkoholnih pića, prepoznale su mnoge zemlje razvijenog svijeta, uključujući i našu zemlju, u obliku zakonske zabrane prodavanja cigareta i alkohola i zabrane klađenja i kockanja za maloljetnike.

Mladi i stručna pomoć

Istraživanja su pokazala da su adolescenti koji se kockaju i klade češće uključeni u druge oblike rizičnog ponašanja poput pušenja, pijenja alkohola, uzimanja psihoaktivnih droga, rizičnog spolnog ponašanja i sl. Navedena ponašanja vrlo brzo



prati popuštanje u izvršavanju školskih obaveza, odnosno slabije ocijene, neopravdano izostajanje iz škole i neprimjerno vladanje u školi. Svako pojedinačno rizično ponašanje, uključujući kockanje, ne mora biti izraženo u zabrinjavajućim razmjerima. No pojava višestrukih rizičnih ponašanja ukazuje na potrebu za stručnom podrškom i savjetovanjem kako bi se turbulentno odrastanje prevladalo na način koji će ostaviti što manje negativnih trajnih posljedice na razvoj i zdravlje kasnije u životu. Roditelj koji odlučuje o potrebi za stručnom pomoći za svoje dijete kao i stručnjak koji pomoć pruža (školski liječnik, stručni suradnik škole, psiholog ili psihijatar) treba sagledati mladu osobu cjelovito, uzimajući u obzir sve rizike kojima je izložena. Nije opravdano čekati razvoj ozbiljnih kockarskih problema već je pomoć potrebno potražiti i pružiti puno ranije.

Komorbiditet (pridružene bolesti i poremećaji)

Komorbiditet je pravilo, a ne izuzetak. Uz patološko kockanje, gotovo u pravilu se javlja i neki drugi psihički poremećaj, a najčešće:

- bolesti ovisnosti (25-63%), od čega:
 - * duhan 60-85%
 - * alkohol 45-55% (4-10 puta češće nego u općoj populaciji)
 - * ostala sredstva 40%
- anksiozni poremećaji (poremećaji uznemirenosti) (10-35%), od čega najčešće opsesivno-kompulzivni poremećaj i socijalna fobija
- depresija 70-80% (kod bolnički liječenih kockara), 50-60% (kod ambulantno pregledanih pacijenata)
- poremećaj pažnje i hiperaktivnosti 30% (2-3 puta češće nego u općoj populaciji)
- poremećaji osobnosti kod 20-90% slučajeva patološkog kockanja, a antisocijalni poremećaj u oko 14% slučajeva
- trećina bliskih rođaka kockara pati od nekog poremećaja raspoloženja.

Emocionalni poteškoće i izolacija Intenzivne emocije u krugu obitelji su česte i mogu rješavanje problema učiniti teškim. Obitelji se mogu osjećati bespomo-

čno i ne vidjeti rješenja svojih problema. Osoba koja kocka često će poricati da problem uopće postoji.

Komplikacije i negativni efekti ovisnosti o kockanju

Iako se gotovo jedna trećina od ukupnog broja ljudi koji boluju od patološkog kockanja uspije izliječiti bez ikakvog tretmana, potencijalna devastirajuća šteta koju kompulzivno kockanje može prouzročiti u životu pojedinca i ljudi koji ga okružuju definitivno govori u prilog tretmana liječenja, budući da potencijalni pozitivni aspekti tretmana uvelike nadmašuju moguće komplikacije koje bi iz njega mogle nastati.

Financijska kriza

Najčešći negativni utjecaj je ozbiljan financijski gubitak. Problemi se mogu prvo manifestirati kao nagli nedostatak novaca. Štednja, nekretnine ili imovina mogu biti izgubljeni. Prekomjerna potrošnja na kockanje često za sobom povlači neplaćene račune, isključene komunalije i nedostatak novaca za osnovne namirnice. Nije rijetkost skrivanje duga, krađa novaca i postojanje skrivenih fondova namijenjenih kockanju. Osoba koja kocka ne želi da njezina obitelj ima uvid u financijski opseg problema.

Izolacija

Mnogi partneri ne žele biti emocionalno

ili fizički bliski osobi kojoj više ne vjeruju. Mnoge obitelji i osobe koje kockaju zbog osjećaja srama izbjegavati će one od kojih inače dobivaju ljubav i podršku. Prijateljstva mogu završiti zbog neplaćenih dugova, zbog čega nastaju i obiteljski sukobi.

Zdravstveni problemi

Stres kao posljedica kockanje može izazvati zdravstvene probleme, kako za osobu koja kocka tako i za njezinu obitelj. Uobičajeni problemi uključuju anksioznost (uznemirenost), depresiju i druge uz stres povezane poremećaje, kao što su poteškoće sa spavanjem, probavne ulkuse, iritabilni kolon, poremećaje prehrane, glavobolje i bolove u mišićima.

U odnosu na opću populaciju, osobe koje kockaju kao i njihovi supružnici, imaju veću vjerojatnost problema s alkoholom ili drugim sredstvima ovisnosti. Oni također imaju tri puta veći rizik da će pokušati samoubojstvo.

Izgaranje

Mnoge obitelji pod stresom imaju probleme sa suočavanjem. Jedan član obitelji može pokušati držati stvari pod kontrolom uzimanjem više poslova. Ovo može dovesti do emocionalnog i mentalnog umora. Članovi obitelji mogu postati toliko usredotočeni na osobu koja kocka da u potpunosti zaborave brinuti se o sebi samima.

Utjecaj na djecu

Kada roditelj ili skrbnik ima problema s

kockanjem, djeca se mogu osjećati zaboravljena, zanemarena, depresivna i ljuta. Dijete može vjerovati da je upravo ono uzrokovalo problem i da će problem nestati ako ono bude "dobro".

Neka djeca preuzimaju roditeljske uloge, kako bi nadoknadili nedostatak roditeljske pažnje.

Mogu se osjećati prisiljena odabrati stranu između posvađanih roditelja. Također, mogu postati depresivna ili imati probleme u školi. Djeca roditelja koji imaju problema s kockanjem, imaju dva puta veću vjerojatnost da će pokušati samoubojstvo i imaju niže ocjene od svojih vršnjaka. Također, za razliku od svojih vršnjaka, u većem su riziku od razvoja problema ovisnosti o alkoholu i drugim drogama i češće će se uključivati u nezakonite aktivnosti, kao način skretanja pozornosti sa svojih roditelja.

Djeci će ponekad trebati pomoć da shvate kako problemi u obitelji nisu njihova krivnja i kako bi se vratili normalnim dječjim aktivnostima.

Fizičko i emocionalno zlostavljanje

Nasilje je češće kada je obitelj u krizi. Problemi s kockanjem mogu dovesti do emocionalnog i fizičkog zlostavljanja partnera, starijeg roditelja ili djeteta. Djeci mogu nauditi osobe koje imaju problema s kockanjem koje na takav način ispuštaju svoj suzdržani bijes i frustracije.

Depresija i anksioznost (uznemirenost)

I osobe s kockarskim problemima i njihove obitelji su u opasnosti za razvoj anksioznosti i depresije.

Simptomi depresije uključuju:

- gubitak interesa za uobičajene aktivnosti
- osjećaj depresije, letargije i pojačane razdražljivosti
- promjene sna (npr. problemi usnivanja, zadržavanja sna ili pretjeranog spavanja)
- promjene apetita, gubitak ili pretjerani dobitak težine



- osjećaj bespomoćnosti, beznađa i očaja
- poteškoće razmišljanja, pamćenja i usporenog toka misli
- kompulzivne misli krivice i opsjednutost stvarnim ili očekivanim problemima
- gubitak interesa za seks
- fizički umor ili uznemirenost i nemir
- misli o suicidu.

Rizik od suicida

Kod osoba koje pretjerano kockaju postoji veća šansa za pokušaj suicida.

Rizik od suicida povećava se za pojedince koji također imaju mentalne zdravstvene probleme ili probleme s alkoholom ili drogama. Osobe koje su već ranije prijetile suicidom ili imaju povijest samoozljeđivanja također su u većoj opasnosti.

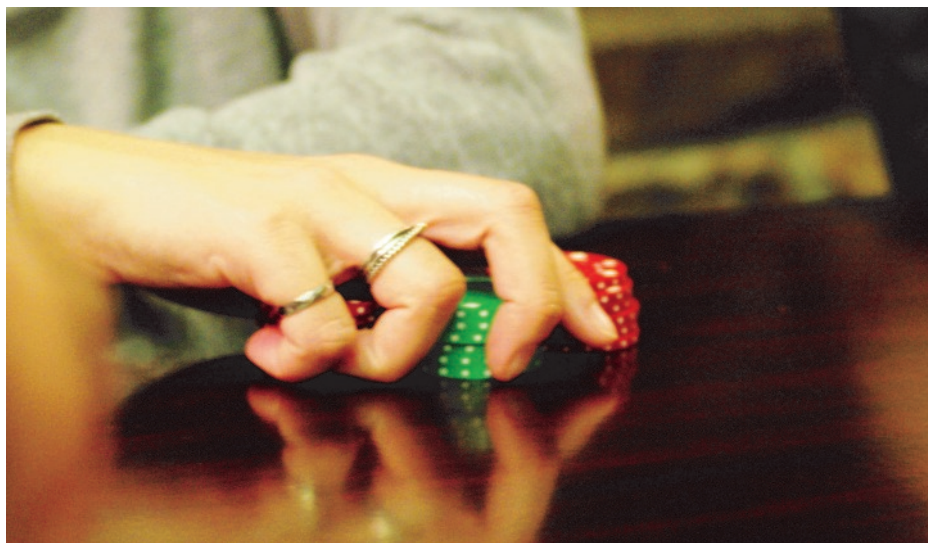
Koji znakovi ukazuju na probleme s kockanjem?

Problemi s kockanjem se ponekad teško detektiraju. Za razliku od drugih ovisnosti, u pravilu ne postoje fizički znakovi. Međutim, može biti upozoravajućih znakova, poput umora ili razdražljivosti, financijskih problema, bavljenja kriminalnim radnjama ili loših ocjena u školi. Međutim, većinu vremena, osobe s problemom ovisnosti o kockanju neće prezentirati vidljive simptome.

Kao kod i mnogih drugih oblika ovisnosti, problem često prvo primijete članovi obitelji i prijatelji.

Osoba koja boluje od ovisnosti o kockanju, obično nije svjesna svoje problematike.

Ako sumnjate da vi, član obitelji ili prijatelj ima problema s kockanjem, možete pokušati odgovoriti na neka od ovih pitanja.



Većina kompulzivnih kockara odgovara s DA na najmanje
sedam od ovih pitanja:



1. Jeste li ikada potratili radno vrijeme ili izostali iz škole zbog kockanja?
2. Čini li kockanje ikada vaš obiteljski život nesretnim?
3. Utječe li kockanje na vaš ugled?
4. Osjećate li ikada grižnju savjesti nakon kockanja?
5. Jeste li ikada kockali kako biste nabavili novac za plaćanje računa ili rješavanje drugih financijskih poteškoća?
6. Je li kockanje uzrokovalo smanjenje vaših ambicija ili efikasnosti?
7. Jeste li nakon gubitka novca osjećali kako se morate što prije vratiti kako biste povratili izgubljeno?
8. Nakon pobjede, imate li jaku potrebu za povratkom i osvajanjem još većeg dobitka?
9. Kockate li dok ne izgubite i posljednji novčić?
10. Jeste li se ikada posuđivali novac da biste kockali?
11. Jeste li ikada kockanjem financirali ili sredili bilo što u životu?
12. Oklijevate li koristiti „kockarski novac“ za normalne troškove?
13. Smanjuje li kockanje brigu ili čini dobrobit za vas osobno ili za vašu obitelj?
14. Jeste li ikada kockali duže nego što ste planirali?
15. Je li vam ikada kockanje bijeg od briga ili nevolja?
16. Jeste li ikada pokušali ili planirali pokušati neku nezakonitu radnju kako biste financirali kockanje?
17. Uzrokuje li vam kockanje smetnje sa spavanjem?
18. Doživljavate li svađe, razočaranja ili frustracije kao posljedicu vaše potrebe za kockanjem?
19. Jeste li ikada imali potrebu slaviti dobru sreću s nekoliko sati kockanja?
20. Jeste li ikada promišljali o auto-destruktivnom ponašanju ili suicidu nakon lošeg kockanja?

Kockanje i mladi



Kockanje u našem društvu još nema negativne konotacije i stigmatizacije, već je legalan, rasprostranjen, svima dostupan i društveno prihvatljiv oblik zabave. U našim gradovima gotovo da nema naselja u kojem nema barem jedna kladionica. Kladiti se može doslovno na sve sportove u bilo kojem kutku svijeta.

Kockanje, s obzirom na to da je društveno prihvatljivo, postaje i popularni oblik zabave za adolescente. Masovni mediji i reklamiranje potiču zanimanje mladih za kockanje, ali pridonose i općem raspoloženju da je kockanje prihvatljiv oblik zabave.

Kao i kod odraslih, problematično kockanje kod mladih ima negativan utjecaj na sve aspekte života, od učenja i školskog

uspjeha do mentalnog i fizičkog zdravlja. Rizična su skupina, naravno djeca, čiji roditelji kockaju, pa i oni usvajaju takav model ponašanja.

Neki od pokazatelja da mlada osoba ima problema s kockanjem mogu biti:

- neobjašnjiva potreba za većom količinom novca
- izostanci iz škole
- produženo vrijeme gledanja sporta na televiziji (ili praćenje teleteksta)
- odustajanje od slobodnih aktivnosti
- udaljavanje od prijatelja i obitelji
- česte promjene raspoloženja i sl.

Djeca u obitelji kockara

Problematično kockanje nije samo problem pojedinca, ono utječe na svakog pojedinog člana obitelji. Prema istraživanjima, problematični kockar utječe na živote osmero ljudi koji ga okružuju. Djeca roditelja kockara zbunjena su i pate te su u velikom riziku. Oni predstavljaju najmlađe žrtve kockanja, zarobljeni u vrtlogu kojeg ne razumiju niti ga mogu kontrolirati.

Problematično kockanje poput potresa ruši obiteljsku strukturu, uzrokujući prekide temeljnih obiteljskih veza. Neki efekti su neposredni i vrlo jasni. No, djeca vrlo teško shvaćaju neke druge posljedice, a poglavito mlađa djeca koja još nemaju dovoljno razvijene sposobnosti shvaćanja uzročno-posljedičnih veza. Radi toga ih se često „štiti“ od glavnog izvora obiteljskih problema, što im dodatno otežava razumijevanje toga što se događa. Naposljetku, djeca često krive sebe zbog obiteljskih problema.

Kockanje predstavlja vrlo kompleksan problem koji djeca teško razumiju. Mnogi kod kuće igraju npr. Monopoly gdje je novac sredstvo igre ili djeca u školi sudjeluju u raznoraznim tombolama i sl. Dakle, što predstavlja samo nevinu zabavu, a što razlog za zabrinutost?

Djeca kockara dijele neke vrlo slične nedoumice s djecom čiji su roditelji ovisnici o alkoholu ili drogama. Druga obilježja su, međutim, vrlo karakteristična. Dok npr. roditelji alkoholičari mogu biti okruženi bocama alkohola, kockanje se vrlo jednostavno može skriti, pogotovo od mlađe djece.

Djeca u kockarskim obiteljima mogu doživljavati slijedeće:

- svjedočiti konstantnim svađama roditelja oko novaca
- trpjeti radi obiteljske loše financijske situacije, od općenito niskog kućnog budžeta pa do ovrha i drugih ekstremnih mjera naplate dugovanja



- prisustvovati raznim situacijama u kojima roditelj koji ne kocka (najčešće majka) poduzima očajničke mjere u namjeri kontroliranja partnerovog ponašanja; iz dječje perspektive takvo ponašanje može biti interpretirano kao „zločesto” i „zajedljivo”
- štiti roditelja koji kocka na način da skreću pažnju na sebe i smišljaju izlike kako bi umanjili sumnju i ljutnju drugog roditelja
- svjedočiti čestim promjenama raspoloženja roditelja kockara i sl.

Djeca roditelja koji kockaju sklona su reagirati na jedan od 4 temeljna načina:

- nastoje biti „savršena” djeca trudeći se zadobiti pohvalu roditelja briljirajući u svakom pogledu kod kuće i u školi;
- ispoljavaju svoju zbunjenost i strahove kroz probleme u ponašanju, kako bi skrenuli pažnju na sebe;

- nastoje biti u centru pažnje, najčešće zabavljajući druge šalama kako bi upili što više pažnje za kojom žude, prikrivajući svoje unutarnje potrebe humorom; ili
- povlače se u sebe pokušavajući ublažiti svoje osjećaje i zaštititi se kako bi odvrtili pažnju od sebe i svojih problema.

Istraživanja također pokazuju da rano izlaganje djeteta kockanju povećava rizik od razvoja ovisnosti o kockanju kod njih samih; većina odraslih koji su razvili ovisnost o kockanju počeli su kockati prije dobi od 18 godina, često skupa sa svojim roditeljem.

Za djecu roditelja kockara važno je znati i razumjeti da je problematično kockanje poremećaj koji se može liječiti. To je poremećaj koji je „preuzeo” kontrolu nad ponašanjem roditelja koji kocka, koji uz sebe veže mnoge posljedice za ljude koji ga okružuju i vole.



Iz medija

Čak 83% srednjoškolaca upušta se u igre na sreću, 12% je već u ozbiljnim problemima zbog kockanja

Izvor: Novi list, 10. studenog 2011.

Unatoč tomu što je kockanje u Hrvatskoj maloljetnicima zabranjeno, 83% srednjoškolaca iz četiriju najvećih hrvatskih gradova barem jedanput u životu igralo je neku igru na sreću, a 12% onih koji kockaju već ima ozbiljne psihosocijalne teškoće radi toga.

To je pokazalo istraživanje »Navike i obilježja kockanja adolescenata u urbanim sredinama u Hrvatskoj«, a podaci su prikupljeni na slučajnom uzorku od 1952 srednjoškolca iz Zagreba, Rijeke, Splita i Osijeka, od prvoga do završnog razreda gimnazijskoga, četverogodišnjeg strukovnog i trogodišnjeg strukovnog srednjoškolskog programa.

S obzirom na to u kojoj mjeri osjećaju nepovoljne psihosocijalne posljedice svojih kockarskih aktivnosti, adolescenti su razvrstani u tri kategorije rizičnosti. Najviše je onih, 71%, koji nemaju problema povezanih s kockanjem, niska do srednja ozbiljnost problema pokazuje se u 17% ispitanika, a znatne probleme pokazuje 12% srednjoškolaca.

Adolescenti, u kojih su se već razvile

ozbiljne teškoće zbog kockanja češće se i strastvenije kockaju i više se druže s vršnjacima koji također kockaju. Osim toga pokazuju i neke druge oblike rizičnog i delinkventnog ponašanja, pri čemu najviše agresivno ponašanje i sklonost imovinskim prijestupima.



Kad govore o motivaciji za kockanje, na prvom mjestu im je zarada, zatim zabava i uzbuđenje, a na vrlo visoku mjestu je i želja da budu što bolji u kockanju. Također, u većoj mjeri smatraju da na temelju znanja i vještina te praznovjernih rituala mogu kontrolirati ishod igre, a znanja o izgledima i vjerojatnosti za dobitak su im slabija.

Srednjoškolci obuhvaćeni istraživanjem najčešće se (jednom na tjedan ili češće) klade u sportskim kladionicama (19%), a 22,8% kladi se i na internetu, ali bez novčanog uloga. Na trećem i četvrtom mjestu po učestalosti su igre na automatima u kojima sudjeluje 6,2% ispitanika,

te virtualne utrke (6,1%), dok je biljar/fliper za novac na petom mjestu (5,1%). Muški adolescenti češće igraju igre koje su rizičnije za probleme koji će nastati zbog kockanja, kao što su sportska kladionica, automati, rulet, kartanje za novac, klađenje na virtualne utrke i slično.

»Rezultati istraživanja govore o znatnoj uključenosti mladih u kockarske aktivnosti, iako je ono u Hrvatskoj maloljetnicima zabranjeno, kao i štetnim psihosocijalnim posljedicama takvih aktivnosti, te upozoravaju na potrebu šireg i sveobuhvatnog društvenog djelovanja«, stoji u zaključku istraživanja.



Žrtve online kockanja

Izvor: Narodni zdravstveni list, broj: 576-577, 2008. siječanj-veljača

Miš u jednoj – kreditna kartica u drugoj ruci

«Dugo sam na internetu igrao svekolike igrice, još kao srednjoškolac. Naprosto sam postao ovisnik o njima. Kocka me nikad nije privlačila. Moje kolege sa studija stalno se hvale kako uspijevaju nadmudriti suvremenu internetsku tehnologiju kockanja i klađenja. Bolje sam se snalazio na internetu nego oni, ali što se tiče kockanja, prava sam neznalica. Stalno su pokušavali nagovoriti me da zaigram s njima, ali jednostavno sam imao odbojan stav prema kockanju i nije bilo šanse da me nagovore. Onda su promijenili strategiju. Pokušali su naći neke zakonitosti po kojima kockarski aparati na internetu nekad pobjeđuju, nekad gube. Zamolili su me da malo proučim ta njihova rješenja, jer im se često potkrada pogreška pa izgube. Rado sam to učinio, ali nijedno od rješenja nije dalo jamstvo da neće zakazati. Dugo smo raspravljali i analizirali razne kombinacije. Pokazali su mi kako to izvode putem kompjutera. Dok su oni igrali za novce, ja sam motrio i njih i aparate, ali mi na pamet nije padala nikakva inovacija kojom bih prijateljima pomogao da počiste internetsku kasu i obogate se. To me noću počelo

proganjati, nemirno sam spavao, često se budio, ponekad sam imao i noćne more, a onda mi se jedne noći u snu pojavilo rješenje. Brzo sam se digao, sjeo za kompjutor, u jednu ruku uzeo miša, a u drugu kreditnu karticu, otvorio kladionički račun i počeo s klađenjem. Vidio sam kako to moji prijatelji rade i sve je teklo kao podmazano. Plaćanje je moguće na sve načine, ali je uobičajeno karticom. Klađenje, uplata i isplata dobitaka bili su brzi, čak jednostavniji nego u stvarnim kladionicama.

Što se tiče moje kombinacije iz sna, sve sam činio točno onako kako sam u snu doživio i stvarno sam dobio. Nije mi vrug dao mira, želio sam udvostručiti dobitak, pa sam sve izgubio. Nastavio sam igrati, više sam gubio nego dobivao, ali su to bili sitni gubici. Po povratku s predavanja, opet sam nastavio i tako iz dana u dan čekao sam onaj malo veći dobitak. Sitno sam ulagao, pa tako sitno dobivao i gubio. Dok sam se mogao kontrolirati, sve je bilo u redu, lijepo sam se bavljao i rekreirao. Ne znam kada i kako sam prešao onu svoju uobičajenu i dugo nadziranu granicu ulaganja, koju cijelu godinu nisam nikad prešao. Izgubio sam nadzor nad svojim kockarskim ponašanjem i sve je krenulo niz brdo. Više se nisam mogao zaustaviti. Kreditna kartica bila je u jednoj, a miš u drugoj ruci, ulagao sam sve više, a dobivao sve manje. Nastala je prava drama. Totalno sam poludio. Ni-



sam više mislio na fakultet i ispite. Posuđivao sam novac od prijatelja i rođaka, ulagao svu stipendiju. Zaposlio sam se na jednoj građevini da zaradim novac i vratim dug, ali čim bih ga primio, odmah sam ga prokockao. I tko zna koliko bi trajala ta agonija da jedan rođak nije došao od oca tražiti dug. Kod susjede, koja je studirala na mom fakultetu, otac je doznao da već nekoliko mjeseci ne prisustvujem predavanjima. Bilo mu je jasno da sam zapao u velike probleme. Sačekao me u mojoj sobi. Iako je bio jako napet, mirno je rekao: «Sine, s tobom se nešto događa. U tebe sam imao puno povjerenja pa te nisam nadzirao. Danas sam sve doznao. Uzmi papir i sve mi lijepo opiši od početka do kraja. Ni ti ni ja nismo sada spremni za razgovor pa, kad se malo smirimo i ja to dobro proučim, onda ćemo o svemu pričati i naći rješenje. Tvoje je da izneseš svu istinu, a moje je da poduzmem sve da se izvučeš iz tog kaosa, krize i zla u koje si zapao.

*Bez obzira na to koliko si duboko zaglubi-
o, rješenje postoji. Confucius kaže:*

*«Pobijediti loše navike čovjek može samo
danas, a ne sutra. Počnimo odmah.»*

*Sat vremena sam promišljao da li kazati
istinu pa što bude ili reći samo dio i tako
se lakše izvući. Na kraju sam zaključio da
moram biti otvoren i iskren, kao što je i
on bio prema meni. Kad sam bio hrabar
napraviti te gluposti, moram sada biti
hrabar i odlučno mu sve reći. Sjeo sam
za kompjutor i potanko sve opisao. Čuo
je moje korake i izašao u predsoblje,
uzeo papir i rekao: «O ovome mama
ništa ne smije znati. Zašto da i ona pati?
Riješit ćemo mi to i bez nje.»*

*Bilo je kasno, a ja umoran od teškog
posla, pod stresom zbog situacije u koju
sam uvalio oca i sebe, legao sam i zaspao.
Probudio sam se oko šest sati (kao da
ću na posao), a pored mog kreveta sjedi-
o je tata suznih očiju. «Dobro jutro, sine!
Ja sam te razumio, sad poslušaj ti mene.
Od danas ne ideš na posao, nego na
fakultet. Tvoja su briga studij i ispiti, a ja
idem podići kredit pa ćemo vratiti dugo-
ve. Ništa drugo nije važno. Slažeš li se?»
«Hvala ti, tata, na dobroti. Učinit ću što
tražiš jer to je najmanje što mogu učiniti
da se iskupim, ako je to ikako moguće»
rekao sam.*

*Bila je to iskrena ispovijest nesretnog
studenta koji je, uz pomoć psihologa,
ispunio obećanje.*

**Riječanin u vrtlogu ruleta: Lažem i varam,
ološ sam bez dostojanstva**

Izvor: Novi list, 27. kolovoza 2012.

*Ološ sam života. Nula. Beskičmenjak.
Nisam čovjek, smeće sam, nemam ka-
rakter, jer ono što činim ne može činiti
normalan čovjek. Ja sam kockar koji uni-
štava obitelj, sve oko sebe i ne može
izaći iz suludog svijeta kockarnica i me-
haničkih ruleta u koji ni sam ne znam
kako sam upao, priča visok jak muškarac
s grčem u kutevima očiju umornih od
ruletskih brojki, sektora, uzaludnih nada
i razočaranja što mu priređuje varljiva
kuglica koja mu je u kratkom vremenu
uništila život. Dosad je izgubio stotine
tisuća kuna, no sve bi zaboravio da po-
novno može postati normalan čovjek
kojeg ne vuče kocka.*



*Vlatko je pedesetogodišnjak, iznimno
zanimljiva, inteligentna, gotovo nestvar-
na osoba koja kao da ima više lica. Jedno
svjesno svega, koje dobro zna kamo vodi
njegov način života, a drugo kockarasko*

koje navlači maglu preko očiju, blokira mozak i vuče ga preko granice razuma.

Slušajući ga čini mi se da je k nama i došao jer se bori s demonom u sebi i kao da traži da mu netko pomogne.

Jače od mene

Kad vam je sve tako jasno zašto ne pokušate otići na liječenje da vam netko stručan pomogne da se iz toga izvučete, pitamo ga.

Obećat ću vam da hoću, ali iskreno, nemam snage, kaže i nesvjesno grčevito rukama steže rub stolice, pa prelazi rukom preko čela kao da traži izlaz.

Još uvijek se nadam da se iz toga mogu i moram sam izvući. Zasad ne uspijevam, možda je i ovaj dolazak k vama jedan takav pokušaj. Stalno si obećajem da ću prestati, ali već sljedećeg dana ponovo ulazim u kockarnicu. Ne može se objasniti magnetna snaga i ludilo koje me tamo vuče. Znam je da to nije dobro, da je strašno, ali je jače od mene. No još vjerujem u sebe, pitam se zašto odavno nisam izašao iz toga.

Vlatku to nije pravo ime. Rekao nam je i pravo ime, ali i objašnjava zašto ne bi volio da izađe u novinama.

Slikao bih se i rekao svoje ime nek svi vide, zaslužujem ja mnogo veći prezir i spreman sam to otpiti, no ne mogu to napraviti jer bi to povrijedilo moju ženu i kćer. To su dvije divne osobe, koje se sa mnom bore i ni krive ni dužne trpe. Mon-

strum sam koji im uništava živote, sebičan ološ koji nema karaktera ni poštenja i niti malo dostojanstva. Lažem i varam za kocku, lažem tu predivnu ženu i kći i uništavam sve oko sebe. Kakav čovjek to može činiti osobama koje toliko voli i cijeni, pita se Vlatko i gleda negdje u daljinu kroz zidove kao da u beskraju traži izgubljen odgovor, a onda se trgne i vraća stvarnosti.



Još samo danas i opet

Vjerujte, svakog jutra obećajem sebi da je kraj. No poslije opet završim u kockarnici, misleći »još samo danas«, »još samo ovaj put«.

Često se sjetim »kolege« dugogodišnjeg kockara koji mi je slično govorio o sebi.

Čovjek je to koji je za kockarskim stolovima ostavio brdo novca, stan auto, ali kao i ja i svoje dostojanstvo i osobnost, koju smo kao izgužvanu krpu ili kockarski listić nakon gubitka bacili u prljavi mračni kut života. Taj mi je kockar pričao kako se godinama uzaludno bori sa svojim porokom. »Najsretniji bih bio, kad sljedeći put sjednem za rulet, da negdje tamo vani na sto metara postoji neki snajperist, da ga ne vidim i ne znam što me čeka. Da me »pukne« ravno u čelo i da me više nema. To sam zaslužio. Ali nemam snage ni to učiniti«, rekao mi je.

I ja se slično osjećam, često se sjetim te priče i o njoj razmišljam. Zbog nje se nadam da ću ipak naći put koji će me izvući iz tih kockarskih stranputica zla i da ću opet biti normalan čovjek. Il' nek me pukne neki snajper i okonča muke meni i svima oko mene.

Pitamo ga kako je ušao u svijet kocke, je

li ga to i ranije privlačilo i koliko traje taj košmar života.

To vam je posebna, opet nevjerovatna priča. Ja nikad nisam mario za kocku, a sad jedino vidim rulet. Znam točno i datum, 28. kolovoza 2009. Sad će biti tri strašne godine. Jedan poznanik je došao je iz kockarnice u jednom poslovno-ugostiteljskom centru. Pričao je kako je igrao, pohvalio se da je zaradio par stotina kuna na ruletu. Nekoliko dana kasnije išli smo zajedno nešto kupiti, sjetim se priče i zamolim da mi samo pokaže kako se to igra. Odigrao sam par igara. Nešto malo dobio, no nije me se to tada nešto posebno dojmilo.

Štraca od čovjeka

I danas se sjećam tog poznanika koji mi je rekao »pazi da te to ne preuzme«. »Ma što ti je«, odgovorio sam mu, uvjeren da priča gluposti i da me se to ne tiče.



Nakon dan-dva iz radoznalosti opet sam probao. I evo vidite što sam sada – štraca od čovjeka, duh s mozgom u kome je rulet umjesto vijauga života, a žilama mi teče samo adrenalin za ruletnom kuglicom. Nakon nekoliko mjeseci upozoravao me i brat. Čuo je da kockam, rekao mi je izadi, »to ti je ubod komarca, ako sada prestaneš«. Obecao sam. Ali već znate što jer bilo. Stalno sam mislio da se mogu izvući, mislim i sada.

Zato sam došao k vama. Želio bih da svi ljudi znaju što ih može čekati na strašnoj kockarskoj stranputici, gdje, na žalost vidim sve više mladih ali i umirovljenika i žena, ljudi koji ulaze u pakao života kroz zavodljivo predvorje. Zbog svih koji bi mogli krivo poći za nama i zbog svoje supruge i kćeri koje pate i svih onih koji bi mogli patiti došao sam vam sve ovo ispričati. Možda i da pomognete da se s tom kockom nešto učini da se to zaustavi ili smanji, da i društvo nešto učini.

Novac ne znači mnogo

Pitate, je su li neimaština i kriza razlog da ima sve više kockara? I to sigurno ima utjecaja da neki žele kratkim putem riješiti probleme, ali problem kocke je suludi adrenalin i otrov koji uđe u čovjeka. Vjerujte novac mi ne znači mnogo on je više sredstvo za kocku, kad dobijem, ja mojima dijelim. I kad se skrivam da ne kockam, znam da po mom raspoloženju znaju sve, jesam li kockao i kako je završilo. To je možda i gore od droge. Ja no-

ću sanjam brojeve na kojima ću »dobiti«, i ruletska polja i sektore. Ujutro se budim, ruke mi se tresu, usta suha i sve me vuče u kockarnicu. Radim od 7 sati, dignem se u pet i nije mi teško jer već sanjam kockarnicu. Lažem ženi da idem ranije jer nema mjesta za parkiranje, a onda pojurim za rulet. Događa se da se i zakockam, nekad na posao dođem i dva sata kasnije. Strašno, opet svima lažem, izmišljam, već mi je zlo, najbolje bi bilo da postoji onaj »snajper«.



Najgore mi je što lažem svoje, znam da ću kockati pa u boljim fazama dam ženi karticu i sve novce. Izdržim dan ili najduže dva, a onda poput lopova i narkomana bez »šuta« čekam ispred kuće da supruga ode na posao, a ja se ušuljam u stan. Sve pretražujem dok ne nađem karticu, odjurim na bankomat, dignem novac, vratim karticu i u kockarnicu. Nije da ne dobivam, ali što vam to vrijedi kad uvijek sve odnesete natrag. Na koncu ste uvijek u gubitku. Mislim i da nas i varaju i to na mnogo načina i sve je podešeno da na koncu izgubite. Zato su priče svih kockara iste – zlo i užas i mučan put u deveti krug pakla.

Društveni aspekti kockanja



Ovisnost o igrama na sreću kao i svaki drugi oblik ovisnosti ostavlja duboke tragove, kako na pojedinca tako i na društvo u cjelini. Gledajući na zajednicu kroz prizmu sociokulturoloških povijesnih aspekata zajedničke težnje čovječanstva prema napretku i očuvanju ljudske stečevine, kroz generacijski transfer svjedočili smo promjenama u duhovnim i svjetovnim stepenicama vrijednosti.

Danas moderno društvo, pred pojedinca još od najmlađih uzrasta postavlja imperativ uspjeha, ne kao jednog od funkcionalnih i pridonosećih članova većeg kolektiva, već kao jedinku. Mediji, zabavni ali i edukativni sadržaji kod nas usađuju nove vrijednosti, te težnju prema najboljem, najvišem, najjačem, odnosno kondicioniraju nas na način da želimo biti isključivo prvi u našem svakodnevnom školskom i kasnijem radnom okruženju. Sustav vrijednosti koji se temelji na kompetitivnosti, potiče ubrzani napredak korporativnih segmenata, zanemarujući humanističke aspekte ljudske zajednice, kao što je obitelj.

Dijete odrasta na način, da smatra kako u svim segmentima mora biti ispred

svojih vršnjaka, vršnjačka skupina najčešće prepoznaje isključivo materijalne vrijednosti, a oni koji se ne podređuju stavu skupine, često bivaju izolirani ili ignorirani. Pojedinac pred sebe postavlja nerealne ciljeve, nesukladne njegovim stvarnim mogućnostima, a ti ciljevi često uključuju ubrzani socijalni napredak u sredini u kojoj to nije moguće.

Želja za uspjehom, povezana sa željom za zabavom, danas već kod školske djece dovodi do pojave uključivanja u različite oblike igara na sreću. U početku je glavna nagrada takve igre osjećaj zadovoljstva i ponekad adrenalinski užitak, odnosno sanjarenje o mogućem dobitku, te bijeg pred realnošću lutanjem u fantaziju. Kasnije ovaj postupak postaje svakodnevni ritual, osoba postaje ovisna o osjećaju koji ovakva igra izaziva u njegovom tijelu, sve više zanemarujući svoje dnevne obaveze. Teške psihosocijalne poteškoće, koje ovakvi pojedinci osjećaju u svom svakodnevnom životu, ne utječu samo na njih osobno već sustavno razaraju kako njihovu obitelj tako i društvenu zajednicu koja ovisi o fizičkom i psihičkom zdravlju pridonosećih članova.

Kako zatražiti pomoć?

Ukoliko smatrate da imate problem s kockanjem potrebno je razgovarati o tome s članom obitelji, liječnikom obiteljske medicine ili potražiti savjet u Službi za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti županijskog zavoda za javno zdravstvo. Ukoliko je riječ o učeniku ili studentu potrebno je obratiti se za pomoć školskom liječniku (Služba za školsku medicinu županijskih zavoda za javno zdravstvo) ili stručnjacima iz stručne službe škole.

Ako mislite da netko od vaših članova obitelji ili prijatelja ima problema s kockanjem, također se treba obratiti nekoj osobi od povjerenja, a koja vam može pomoći u daljnjem traženju pomoći. Ukoliko prepoznajete vlastiti problem s kockanjem, distrakcija može biti dobar način za prekidanje kockarskih navika, naravno ukoliko problem već nije prerastao određene okvire. Pokušajte pronaći npr. neki novi hobi. Radeći nešto drugo što će nam pomoći da u manjoj mjeri mislimo na kockanje može puno doprinijeti samom prestanku kockanja.

Međutim, često u životu nije sve tako jednostavno; ukoliko ovakav pristup ne pomaže u rješavanju problema, slijedeći korak bi trebao biti razgovor s nekom stručnom osobom koja vam može pomoći.

Nekim osobama neophodno je psihijatrijsko liječenje. No treba znati da je lije-

čenje pomoglo mnogim kockarima da prevladaju svoju ovisnost.

Razgovor s ljudima koji su proživjeli slična iskustva može pomoći u sagledavanju problema, pružiti podršku, kao i ideje za adekvatnije suočavanje s problemom.

Različitim ljudima odgovaraju različiti tipovi tretmana. Stoga je ponekad potrebno isprobati više pristupa dok ne nađemo neki koji nam odgovara. Bitno je ne posustati nakon eventualnog neuspjeha te nastaviti dalje tražiti pristup koji nam bolje odgovara.



Kockanje može prerasti u jako tvrdokornu naviku s kojom je teško prekinuti, a pogotovo ako se s tim problemom suočavamo sami i ne tražimo pomoć drugih ljudi. Postoje stručnjaci koji su osposobljeni da onima koji se suočavaju s problemom kockanja pomognu otkriti unutarnje snage kojima će lakše savladati svoje probleme.

Kaznena i prekršajna odgovornost djece i mladih u RH



Igrom na sreću smatra se igra u kojoj se za uplatu određenog iznosa sudionicima pruža mogućnost stjecanja dobitka u novcu, stvarima, uslugama ili pravima, pri čemu dobitak ili gubitak ovisi pretežito o slučaju ili nekom drugom neizvjesnom događaju. (Zakonom o gramu na sreću (NN 87/09, 35/13)

Navedenim zakonom propisana je prekršajna odgovornost i kazna za priređivače igara na sreću koji prime uplatu za kladjenje od osoba mlađih od 18 godina te onima koji maloljetnim osobama dopuste posjet i sudjelovanje u igri na automati-

ma i posjet i sudjelovanju u igri u casinu.

Na zahtjev priređivača igre na sreću, osobe koje žele sudjelovati u igri na sreću dužne su identifikacijskom ispravom dokazati svoju punoljetnost.

U slučaju zatjecanja maloljetnih osoba koje sudjeluju u igrama na sreću nadležna tijela će sukladno Obiteljskom zakonu (NN 116/03, 17/04, 136/04, 107/07, 57/11) obavijestiti Centar za socijalnu skrb.

Gdje potražiti savjet?

ZAVODI ZA JAVNO ZDRAVSTVO (ZZJZ) - SLUŽBE ZA ŠKOLSKU MEDICINU I SLUŽBE ZA MENTALNO ZDRAVLJE I PREVENCIJU OVISNOSTI:

Zavod za javno zdravstvo Bjelovarsko-bilogorske županije

Matice hrvatske 15, 43000 Bjelovar

tel: (+385 43) 247 200

<http://www.zzjz-bj.t-com.hr>

Zavod za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije

Nazorova bb, 35000 Slavonski Brod

tel: (+385 35) 447 228

<http://zzjzbpz.hr>

Zavod za javno zdravstvo Dubrovačko-neretvanske županije

Dr. Ante Šercera 2c, 20001 Dubrovnik, p.p. 58

tel: (+385 20) 341 000

www.zzjzdnz.hr

Zavod za javno zdravstvo Istarske županije

Nazorova 23, 52100 Pula

tel: (+385 52) 529 000

www.zzjziz.hr

Zavod za javno zdravstvo Karlovačke županije

Dr. Vlatka Mačeka 48, 47000 Karlovac

tel: (+385 47) 411 258

www.zjzka.hr

Zavod za javno zdravstvo Koprivničko-križevačke županije

Trg Tomislava dr. Bardeka 10/10, 48000 Koprivnica

tel: (+385 48) 655 110

www.zzjz-kkz.hr

Zavod za javno zdravstvo Krapinsko-zagorske županije

Ivana Gorana Kovačića 1, 49250 Zlatar

tel: (+385 49) 467 152

www.zzjzkzz.hr

Zavod za javno zdravstvo Ličko-senjske županije

Senjskih žrtava 2, 53000 Gospić

tel: (+385 53) 574 452

www.zzjzlsz.hr

Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije

Ivana Gorana Kovačića 1E, 40000 Čakovec

tel: (+385 40) 311 790

www.zzjz-ck.hr

Zavod za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije

F. Krežme 1, 31000 Osijek

tel: (+385 31) 225 700

www.zzjzosijek.hr

Zavod za javno zdravstvo Požeško-slavonske županije

Županijska 9, 34000 Požega

tel: (+385 34) 311 550 / fax: 311 570

www.zjz-pozega.hr

Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Krešimirova ulica 52a, 51000 Rijeka

tel: (+385 51) 358 777

www.zzjzpgz.hr

Zavod za javno zdravstvo Sisačko-moslavačke županije

Ulica Kralja Tomislava 1, 44000 Sisak

tel: (+385 44) 567 100

www.zzjz-sk.hr

Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije

Vukovarska 46, 21000 Split

tel: (+385 21) 401 111

www.nzjz-split.hr

Zavod za javno zdravstvo Šibensko-kninske županije

Kralja Zvonimira 23, 22000 Šibenik

tel: (+385 22) 212 425

www.zzjz-sibenik.hr

Zavod za javno zdravstvo Varaždinske županije

Meštrovićeva bb, 42000 Varaždin

tel: (+385 42) 653 155

www.zzjzv.hr

Zavod za javno zdravstvo "Sveti Rok" Virovitičko-podravске županije

Gajeva 21, 33000 Virovitica

tel: (+385 33) 727 031

www.zzjvpz.hr

Zavod za javno zdravstvo Vukovarsko-srijemske županije

Zvonarska 57, 32100 Vinkovci

tel: (+385 32) 370 429

www.zzjz-vsz.hr

Zavod za javno zdravstvo Zadar

Kolovare 2, 23000 Zadar

tel: (+385 23) 300 830

www.zjz-zadar.hr

Zavod za javno zdravstvo Zagrebačke županije

P. Lončara 1, 10290 Zaprešić

tel: (+385 1) 33 19 109

<http://zzjz-zz.hr>

Zavod za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar", Zagreb

Mirogojska cesta 16, 10000 Zagreb

tel: (+385 1) 46 96 111

www.stampar.hr

Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Zagreb

Rockefellerova 7, 10000 Zagreb

tel: 01/48 63 222

www.hzjz.hr

Literatura

1. Blinn-Pike L, Worthy SL, Jonkman JN. „Adolescent gambling: a review of an emerging field of research.“ *J Adolesc Health*. 2010;47(3):223-36.
2. Derevensky JL, St-Pierre RA, Temcheff CE, Gupta R. „Teacher Awareness and Attitudes Regarding Adolescent Risky Behaviours: Is Adolescent Gambling Perceived to be a Problem?“ *J Gambl Stud*. 2013 Feb 20.
3. Donati MA, Chiesi F, Primi C. „A model to explain at-risk/problem gambling among male and female adolescents: gender similarities and differences.“ *J Adolesc*. 2013;36(1):129-37.
4. Erbas B, Buchner UG. „Pathological gambling: prevalence, diagnosis, comorbidity, and intervention in Germany.“ *Dtsch Arztebl Int*. 2012;109(10):173-9.
5. Goudriaan AE, Slutske WS, Krull JL, Sher KJ. „Longitudinal patterns of gambling activities and associated risk factors in college students.“ *Addiction*. 2009;104(7):1219-32.
6. Gupta R, Pinzon JL; Canadian Paediatric Society, Adolescent Health Committee. „Gambling in children and adolescents.“ *Paediatr Child Health*. 2012;17(5):263-6.
7. Rahman AS, Pilver CE, Desai RA, Steinberg MA, Rugle L, Krishnan-Sarin S, Potenza MN. „The relationship between age of gambling onset and adolescent problematic gambling severity.“ *J Psychiatr Res*. 2012;46(5):675-83.
8. Rodda S, Lubman DI, Latage K. „Problem gambling - aetiology, identification and management.“ *Aust Fam Physician*. 2012;41(9):725-9.
9. Shead NW, Derevensky JL, Gupta R. „Risk and protective factors associated with youth problem gambling.“ *Int J Adolesc Med Health*. 2010;22(1):39-58.
10. Storr CL, Lee GP, Derevensky JL, Ialongo NS, Martins SS. „Gambling and adverse life events among urban adolescents.“ *J Gambl Stud*. 2012;28(2):325-36.
11. Todirita IR, Lupu V. „Gambling prevention program among children.“ *J Gambl Stud*. 2013;29(1):161-9.
12. Tozzi L, Akre C, Fleury-Schubert A, Suris JC. „Gambling among youths in Switzerland and its association with other addictive behaviours.“ *A population-*

based study. *Swiss Med Wkly*. 2013;25;143

13. Volberg RA, Gupta R, Griffiths MD, Olason DT, Delfabbro P. „An international perspective on youth gambling prevalence studies.“ *Int J Adolesc Med Health*. 2010;22(1):3-38. Review.
14. Walther B, Hanewinkel R, Morgenstern M. „Short-term effects of a school-based program on gambling prevention in adolescents.“ *J Adolesc Health*. 2013;52(5):599-605.
15. Wenzel HG, Oren A, Bakken IJ. „Gambling problems in the family - a stratified probability sample study of prevalence and reported consequences.“ *BMC Public Health*. 2008;16;8:412.
16. Zhou K, Tang H, Sun Y, Huang GH, Rao LL, Liang ZY, Li S. „Belief in luck or in skill: which locks people into gambling?“ *J Gambli Stud*. 2012;28(3):379-91.



www.mup.hr

POLICIJA

SIGURNOST I POVJERENJE



Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Rockefellerova 7
10000 Zagreb

Centrala
tel: 01/48 63 222

hzjz@hzjz.hr
www.hzjz.hr



HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO





