



Методические рекомендации для ППС Карагандинского индустриального университета по профилактике лудомании и игромании среди студентов

Введение

Лудомания, или игровая зависимость, становится одной из серьезных проблем среди молодежи, в том числе среди студентов. Возрастающая доступность онлайн-игр, азартных игр и других форм развлечений, требующих финансовых вложений, представляет собой угрозу для психоэмоционального состояния и социальной адаптации студентов. Профилактика лудомании в университете является важной частью воспитательной работы и заботы о благополучии студентов.

Цели и задачи профилактики лудомании:

1. Повышение осведомленности студентов о рисках и последствиях игровой зависимости.

2. Развитие навыков критического мышления и самоконтроля.

3. Поддержка здоровых привычек и моделей поведения среди студентов.

4. Снижение привлекательности азартных игр и виртуальных ставок.

1. Освещать тему лудомании на учебных занятиях

Включение темы лудомании в курс обучения по дисциплинам «Культурология, психология» и «Социология и политология».

- **Лекции и семинары** на тему зависимости и ее влияния на психику, учебный процесс, межличностные отношения и карьеру.

- **Дискуссии** по вопросам личной ответственности, влияния цифровых технологий на поведение, особенностей восприятия рисков и принятия решений.

- **Проведение групповых тренингов** и ролевых игр, направленных на развитие устойчивости к манипуляциям со стороны рекламных и игровых платформ.

2. Работа психологической службы университета в рамках психологической поддержки студенческой молодежи

Психологическое сопровождение студентов, направленное на профилактику зависимости:

- **Психологические консультации** и регулярные тренинги по личной эффективности, стрессоустойчивости и самоконтролю.

- **Проведение анкетирования и диагностики** среди студентов для выявления признаков ранней зависимости, стресса и тревожности, которые могут привести к игровым проблемам.

- **Обучение преодолению зависимости** через специальные программы, в том числе помощь специалиста по лудомании, для студентов с выявленными признаками игровой зависимости.

3. Сотрудничество с родителями и вовлечение общественности

Информирование родителей студентов о рисках лудомании и предложениях по профилактике:

- **Информационные встречи** в разных форматах с родителями на тему осведомленности о зависимости и способов ее предотвращения.

- Размещение посредством социальных сетей и официального сайта плакатов, буклетов и информационных листовок, в которых разъясняется, как распознать признаки лудомании у студентов и как помочь.

- Взаимодействие с местными организациями и фондами, работающими в сфере профилактики зависимостей, для разработки совместных программ, лекций и встреч с экспертами.

4. Развитие здоровых альтернативных занятий

Продвижение условий для здорового досуга и досуговых программ для студентов:

- Организация работы спортивных секций, клубов по интересам, творческих мастерских, где студенты могут проводить свободное время, а не вовлекаться в азартные игры.

- Проведение соревнований, турниров и конкурсов с реальными призами, которые могут заменить студентов, увлекающихся ставками и виртуальными играми.

- Создание и поддержка дружеских сообществ, где студенты смогут развивать свои интересы и получать эмоциональную поддержку.

5. Использование информационных технологий для профилактики

- Проведение лекций для кураторов студенческих групп по профилактике лудомании на платформе университета.

- Использование онлайн-ресурсов с информацией о профилактике зависимости, поддерживающих здоровье, и помогающих студентам отслеживать свои личные привычки и цели.

6. Мониторинг и оценка результатов работы

Периодическая оценка эффективности программ и мероприятий:

- Анкетирование студентов на начало и конец учебного года для оценки их отношения к азартным играм и знания о рисках.

- Проведение регулярных опросников и интервью с преподавателями и студентами для выявления изменений в восприятии проблемы и уровня вовлеченности в профилактические программы.

- Привлечение студентов и преподавателей к созданию системы поддержки среди сверстников, включая создание группы волонтеров по профилактике зависимостей.

Заключение

Профилактика лудомании требует комплексного подхода, охватывающего как образовательный, так и воспитательный процессы. Преподаватели играют важную роль в формировании ответственного и критически настроенного отношения студентов к азартным играм и их последствиям. Открытость, осведомленность, а также предоставление студентам возможностей для здорового и продуктивного времяпрепровождения поможет снизить риски развития игровой зависимости среди молодежи.

Руководитель Психологической службы КарИУ
Ярута А.В.