

Е. Быкова, А. Чапов, О. Чапова

**КАК ИЗБАВИТЬСЯ
ОТ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ**

УДК 616-085
ББК 53.52
Б95

Быкова, Е., Чапов, А., Чапова, О.

Б95 Как избавиться от игровой зависимости / Е. Быкова, А. Чапов, О. Чапова. — М.: Т8 Издательские технологии / RUGRAM, 2020. — 256 с. — (Здоровая жизнь).

ISBN 978-5-521-75087-0

Азарт... В сознании некоторых людей данное понятие ассоциируется с адреналином, всплеском положительных эмоций, с возможностью проверить себя, свои силы, испытать судьбу, рискнуть. Но не каждый из них до конца осознает, насколько тонка грань между простым и безобидным увлечением и психической зависимостью.

Данное пособие расскажет о том, как и с помощью каких средств, методов можно вылечиться от этой болезни, а психологические установки и тренинги помогут побороть в себе тягу к игре и сказать себе «стоп!».

Книга рекомендована для широкого круга читателей.

BIC VXH
BISAC MED011000



Глава 1. История возникновения азартных игр

История возникновения азартных игр

В отдельных фрагментах материальной культуры древности археологи обнаруживают сохранившиеся остатки предметов, использовавшихся, по-видимому, в азартных играх в Египте еще за 3500 лет до н. э. Часто фигурки, рисунки на камнях или керамике изображают людей или богов, кидающими бабки (таранная кость или межфаланговый сустав мелких животных) и применяющими счетные доски для подсчетов результатов игры. Возможно, еще 40 000 лет назад древние люди кидали эти предметы в азартных играх, но невозможно установить, как именно данные игры проводились и что им сопутствовало. В Греции и Риме ими увлекались все независимо от пола и возраста и даже изготавливали их копии из камня и металла, украшенные вырезанными фигурками. В бабки все еще играют некоторые арабские племена и некоторые племена американских индейцев. При раскопках были найдены и метательные палочки, которые также могли использоваться в играх. Эти палочки изготавливались либо из слоновой кости, либо из различных пород дерева длиной около трех дюймов ($1 \text{ д} = 25,4 \text{ мм}$) с квадратными либо закругленными краями, со всевозможными специальными отметками. Подобные палочки обнаруживались при раскопках в Британии, Греции, Риме, Египте и в Америке у племен майя.

Шестигранные кости появились задолго до нашей эры. Некоторые кости вырезались из бабок, но более стандартные кубики изготавливались из керамики и различных пород древесины. Наиболее древние игральные кости, обнаруженные в Ираке и Индии, датируются 3000 г. до н. э. Приблизительно в 1400 г. до н. э. была изобретена современная разметка шестигран-

ных игровых костей, где сумма точек на противоположных гранях всегда была равна семи. Ни одно из обличений в грехах израильтян их пророками не содержит упоминания об азартных играх.

Нет также никаких свидетельств о том, что евреи играли в азартные игры, пока не попали под влияние греко-римской цивилизации в IV в. до н. э. Важно, что в Талмуде для обозначения азартных игр употребляется слово «gubbiyuа», позаимствованное из греческого «кубеиа» — «игра в кости». В Индии игра в кости посредством орехов (вибхи даха) была популярна среди всех аналогичных игр. Но очень религиозные люди были настроены против этой игры. В индийском эпосе Махабхарата, написанном, вероятно, в I в. до н. э., часто и подробно приводится в качестве примера игра в кости — азартная игра. Тацит рассказывает об азартных играх на право собственности и на раба либо независимого человека. У древних германцев, например, исход междоусобных войн прямо зависел от конечного результата такой игры. Еще один континент, богатый народными преданиями об азартных играх, — Северная Америка. Из всех достаточно исследованных мировых культур, играющих в азартные игры, половина — североамериканские индейцы.

В истории возникновения азартных игр на протяжении многих веков для осуществления полноценного процесса игры требовалось несколько игроков. И только в XXI в. в этом вопросе произошла без преувеличения грандиозная революция: автоматизация игрового процесса, начавшись с рулетки и «одноруких бандитов», дошла до прогрессивных игровых систем, дающих не виданный ранее цифровой уровень виртуального развлечения.

Практически все созданные за тысячи лет игры были за последние десятилетия переписаны на компьютеры и стали доступными как в виде особых игровых приставок, работающих при условии наличия телевизора, так и в виде программ, устанавливаемых на персональный компьютер. Основы новых игровых техно-

логий были разработаны и воплощены в жизнь с помощью профессионалов технического плана.

Хотя на момент их создания никто не предполагал, что эти открытия будут когда-нибудь использованы для создания игрушек.

Разработки ученых были изначально рассчитаны на оказание помощи в военных и производственных сферах, но в связи с тем, что все мы немного дети и игрушки никому не чужды, компьютеры превратились в инструменты для игры.

Существует информация, что первая компьютерная игра была запущена в 1953 г. на компьютере UNIVAC (Universal Automatic Computer). В данный момент невозможно представить, каким образом осуществлялись действия на той громадине размером со шкаф, передающей сигналы человеку только с помощью перфокарт и магнитной ленты. Так или иначе, но толчок был дан. И в 1961 г. сразу же после появления настольных компьютеров PDP-1 (устройство существенно меньшего размера — величиной с холодильник и стоимостью 120 тыс. долларов) в Массачусетском технологическом университете была создана первая компьютерная игра, которая впоследствии стала аналогом вновь создаваемых игр, воспроизводящая боевые действия и именуемая «Space War» (космическая война). В ней по экрану дисплея быстро двигались два атакующих друг друга боевыми орудиями космических объекта, наделенных ограниченным резервом топлива.

Но о возникновении этой игры практически никто не знал. Лишь спустя 10 лет будущий первооткрыватель компании «Atari» Нолан Башнелл придумал и пустил в продажу разработанную на основе «Space War» первую коммерческую игру — «Computer Space». Но, несмотря на то что тогдашние компьютеры существенно «поскромнели» как в размерах, так и в стоимости, на конвейер это открытие поставить так и не удалось — мир был явно не готов к такому развитию событий. Но опускать руки Н. Башнелл был не намерен — уже в 1972 г. ему удалось осуществить задуманное: игра

«Pong» стала-таки той самой первой действительно коммерческой компьютерной игрой.

В 1979 г. появились видеоигры и компьютерные приставки для них. В 1983 г. Commodore выпустил портативный компьютер с цветным дисплеем, а в 1986 г. после разработки технологии мультимедиа был выпущен первый компьютерный мультипликационный клип со звуковыми эффектами. Затем уже все персональные компьютеры (и Apple в 1977 г., и IBM PC в 1981 г.) появились в магазинах с обязательным дополнением в виде всевозможных интерактивных игрушек, созданных для помощи в работе с машинами нового поколения.

На тот момент программисты по собственному желанию и даже без последующей оплаты создавали все новые и новые программы и забавные игрушки, прежде всего для своих коллег и друзей. Собственно, таким образом и появился новый вид развлечений — компьютерные игры.

Поначалу возможности электронных вычислителей значительно отличались от современных аналогов, но постепенно прогрессивное развитие и улучшающиеся компьютерные технологии позволили максимально разнообразить пространство игры. На экранах распространились виртуальные просторы, разлились океаны, выстроились замки, появились герои и принцессы. В 1989 г., в год рождения стандарта Super-VGA с разрешением 800 × 600 точек и поддержкой 16 тыс. цветов, экран компьютера начал переливаться всевозможными оттенками света и цвета. В 1991 г. появилась первая стереофоническая музыкальная карта — 8-битный Sound Blaster, компьютер заговорил человеческим голосом, передавая малейшие звуковые изменения и варианты воспроизведения музыки жизни и игры.

В 1995 г. вместо 3Dx был разработан набор микросхем Voodoo, который стал аналогом будущих ускорителей трехмерной графики для домашних компьютеров.

Игровые движения, впрочем, как и пространство вокруг, сделались объемными, а компьютерные персонажи приобрели способность выполнять совершен-

но новые действия, т. е. не только совершать простейшие действия, такие как бежать, прыгать, но и залезать в щели, отсеки, прятаться от врагов. В 1998 г. «трехмерная революция» закончилась и на протяжении 12 месяцев выпуск видеокарт без 3D-ускорителей совершенно завершился.

Разработчики, не теряя времени даром, создавали виртуальный мир, ежесекундно рисуя на экране то, что должен видеть игрок. Таким образом, начиная с 1960-х гг. и по настоящий момент компьютерные игровые технологии создали прогрессивную по скорости развития систему — от каменного века до индустриальной эры с миллиардными оборотами и многомиллионной армией преданных поклонников. И теперь эволюция продолжается — виртуальные игры, достигнув небывалого расцвета, захватывают все новые ниши, поставив себе на службу кино, музыку и мобильную связь.

Около 1995 г. в России стала продаваться первооткрывательница из многопользовательских игр — Play By EMail, или PBEM Galaxy, бесплатная некоммерческая игра. Для реализации ее была открыта сеть особых серверов, каждый из которых функционировал в одной галактике, состоящей из многочисленных звездных систем. Победить можно, очищая себе путь методом устранения всех мешающих объектов, сноровкой и переговорами, обводя вокруг пальца недругов и оказывая поддержку сподвижникам. Основная суть игровых маневров в Galaxy — экономика, война и дипломатия. И везде нужно добиваться благоприятного для себя исхода. На сервере в один и тот же момент могут присутствовать более тысячи пользователей — огромное количество новых товарищей. В гигантских компьютерных сообществах за год персональный состав обновляется как минимум на 50—60%. Средний срок участия одного игрока составляет примерно 1,5—2 года. Использование электронной почты и долгое размышление над каждым ходом, конечно, тормозят игровое действие, и уже в 1997 г. возникла действительная ролевая игра — Ultima online. В данный момент творение компании

Origin появилось и в России. По разным данным на серверах VO зарегистрировано от 200 до 300 тыс. пользователей, играющих по 10—20 ч в неделю, и это немало, учитывая то обстоятельство, что такое пользование приносит разработчикам несколько сотен млн долларов в год. Игр такого типа становится все больше. Разработчики MMORG не без оснований считают, что компьютерные игры, участие в которых принимают сразу несколько человек, вскоре вытеснят с рынка все остальные игры, ведь одерживать верх над себе подобными намного занимательнее, нежели над каким-то «железным устройством».

Что ждет человечество на пути постоянного воспроизводства параллельной реальности? Гороскопические театры, где виртуальные актеры повинуются малейшим движениям игроков? Мгновенное осуществление мысли? Самое поразительное, что все это возможно.

История казино

Самыми азартными игроками в мире считаются преимущественно китайцы и другие народы Юго-Восточной Азии. До Первой мировой войны большая часть годового дохода государства в Таиланде поступала из игорных заведений, имевших государственные лицензии. Игра в казино запрещена в Швейцарии, Испании, Скандинавии. В 1960 г. в Англии насчитывалось не более дюжины казино, но к 1968 г. примерно 1000 владельцев игровых клубов умудрились отыскать скрытый маневр в законодательной системе, что в конце концов стало причиной появления системы лицензирования и контроля. К началу 1970-х гг. количество казино уменьшилось до 120. В других странах Европы в 1980 г. было около 180 казино. Некоторые из них очень большие и знаменитые (в Монте-Карло, Бад-Хамбурге, Баден-Бадене), другие — маленькие и непритязательные. До 80%

из них находились во Франции, около 7% — в Германии и менее 5% — в Италии. Некоторые из стран Восточной Европы также экспериментировали с ка-

зино, часть из которых финансировалась иностранными инвесторами.

В большинстве стран Европы, имеющих игровые заведения, местным жителям посещать их строго запрещено; приезжим из отдаленных городов как внутри данной страны, так и за рубежом не только разрешают посещать игровые заведения, но и всячески их туда привлекают. Исходом подобной политики, с одной стороны, считается защита людей от влияния казино, а с другой — предотвращение утечки валюты в другие страны. Такая система имеет место в Монако, где азартные игры в казино Монте-Карло являются основной индустрией туризма и обеспечивают значительную долю национального дохода.

В некоторых странах Карибского бассейна казино также является основной индустрией туризма и также представляет собой основной источник валюты и национального дохода. Среди игр, в которые играют посетители, особым спросом пользуется рулетка (одна из главных азартных игр во Франции), которая очень популярна во всем мире. В Америке большой процент посетителей казино играют в кости, крэпс, а некогда популярные игры в кости по всей Северной и Центральной Америке начиная с 1940 г. стали постепенно сходить на нет. Игральные автоматы — обязательная принадлежность казино США и других стран. На них играют также в тысячах частных клубов, ресторанах и других заведениях. Игровые автоматы распространены в разных странах, включая Австралию, где их называют «покерными машинами», и в Великобритании, где им дали имя «фруктовые машины». Из карточных игр, распространенных в казино французского города Баккара, наиболее популярна игра «де фер», или «девятка», которая считается основной азартной игрой в Великобритании, в казино на европейском континенте и на курортах Ривьеры. Фаро, некогда главная азартная игра в США, с восхождением крэпса стала почти устаревшей. Почти во всех игровых домах играют в покер, но главной карточной игрой в США считается конечно же блек

Джек. В Монте-Карло и в других европейских казино популярна французская карточная игра «трант» — «е-карант» (или «Руж — Е-Нуар»). Точное происхождение игры никто сейчас установить не сможет, но предполагают, что она зародилась во Франции.

Популярность рулетки в США и в странах Карибского бассейна затмила другие игры. Некоторые специалисты считают, что рулетка была изобретена в 1655 г. известным французским ученым Блезом Паскалем в момент его ухода в монастырь и впервые в нее начали играть в подпольном казино в Париже. Если верить другим предположениям, то рулетку придумал французский монах, чтобы оживить монотонность монастырской жизни. Существуют данные, что рулетка является аналогом старинной китайской игры, суть которой заключалась в правильном расположении 37 имитаций животных на магическом квадрате, разделенном на 666 долей. Позже этой игрой увлеклись на Тибете, откуда ее и позаимствовали французские доминиканские монахи. Есть сведения, что один из монахов трансформировал фигурки в номера (от 0 до 36) и разместил их по краю движущейся окружности хаотично и бессистемно. Но в настоящий момент уже неважно, кто, когда и при каких обстоятельствах впервые применил данное развлечение, а факт остается фактом — рулетка стала общепризнанной игрой и в конце XVIII — начале XIX вв. стала центральным развлечением в казино Европы, где вообще принято считать ее неотъемлемой принадлежностью игорных залов Монте-Карло.

Игра крэпс американского происхождения. В начале XIX в. негры, обитающие недалеко от Нью-Орлеана, попытались играть в хэзард, который англичане называли крэпс (он известен как приватный крэпс). В 1907 г. нью-йоркский мастер по изготовлению игральные костей Джон Х. Уини стал первым в истории букмекером, или банкометом, в крэпс. Уини изобрел открытый крэпс,

в котором игрокам разрешается совершать сделки друг с другом либо с букмекером, снимающим за оказание такой услуги некоторую сумму. Ставки де-