

Памятка родителям «Почему подростки не видят опасности в азартных играх?»

*Это не «глупость» и не «избалованность».
Дело в том, что мозг подростка ещё формируется.*

Префронтальная кора — зона, отвечающая за самоконтроль и оценку рисков — полностью созревает только к 22–25 годам.

А вот дофамин — гормон удовольствия — работает уже сейчас. Поэтому «выигрыш здесь и сейчас» кажется важнее возможных последствий в будущем.

*Подросток может понимать, что лудомания опасна, но всё равно продолжать играть.
Знание не всегда означает контроль.*

Что могут сделать родители?

Установить ограничения: лимиты, родительский контроль, блокировки сайтов

Не читать нотации, а разговаривать спокойно

Спрашивать: «Что ты чувствуешь во время игры?»

Предлагать альтернативы: спорт, соревнования, активный отдых

Регулярно обсуждать последствия без давления и запугивания

Подростку нужен не контроль любой ценой, а взрослый рядом, который поможет удержать границы.

Психолог УЗ «Сенненская ЦРБ» Ирина Дронова