

JOKO ARRISKUTSUA GOIZ ANTZEMATEKO ETA PREBENITZEKO GIDALIBURUA

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

JOKO ARRISKUTSUA GOIZ ANTZEMATEKO ETA PREBENITZEKO GIDALIBURUA

Jarraian aurkeztuko dugun gidaliburuak joko patologikoari buruzko informazioa, jokabide arriskutsuak antzemateko jarraibideak, nahasmendua diagnostikatzeko tresnak eta prebentziorako eta tratamendurako baliabideak eskaintzen ditu.

AURKIBIDEA

- 1 MARKO TEORIKOA
- 2 ARRISKU FAKTOREAK
- 3 ALARMA-ADIERAZLEAK
- 4 JOKO-NAHASMENDUA DETEKTATZEKO ETA DIAGNOSTIKATZEKO TRESNAK
- 5 PREBENTZIO ETA LAGUNTZARAKO BALIABIDEAK
- 6 TERMINOEN GLOSARIOA
- 7 BIBLIOGRAFIA

SARRERA

Gidaliburua, jokoarekin lotutako arazo bat goiz antzemateko informazio erabilgarria eta eguneratua emateko xedez sortu da. Edozer pertsonak izan dezake arazo hura, adina eta generoa gorabehera, baina, bereziki, nerabeak eta gazteak dira kolektibo kalteberak.



- 1 Hezkuntzako agentei: irakasleei, astialdiko, jantokiko, gazte guneetako begiraleei,...
- 2 Agente sozialei, sanitarioei eta soziosanitarioei.
- 3 Familiei.
- 4 Nerabeei eta gazteei.
- 5 Gaian interesa duten biztanleei.

GIDALIBURUA 4 BLOKETAN BANATZEN DA



Marko teorikoa eta arrisku faktoreak

Ausazko jokoak eta apustuak zer diren ulertzeko testuingurua eta mendekotasun-prozesuaren edo ludopatiaren interpretazio teorikoa eta arrisku faktoreak.



Nerabezaroa

Nerabezaroa, aro gisa, mendekotasuneko jokabideak eta esku hartzeko prozesuak modu berezian interpretatzeko beharra.



Alarma adierazleak, prebentzio eta interbentzio jarraibideak

Familiaren, laneko nahiz ikasketetako testuingururik, edo testuinguru pertsonaletik bertatik, jokoarekin lotutako arazoa goiz antzemateko kontuan hartu behar diren alarma-adierazleak identifikatzen dira. Halaber, testuinguru ezberdinetara egokitutako prebentziozko zenbait aholku edo jarraibide aipatzen dira, ustezko mendekotasun bat garatu ez dadin.



Nahasmendua detektatzeko tresnak eta laguntzarako baliabideak

Hainbat baliabide eta material ematen dira joko patologikoa prebenitzeko, baita diagnostikatzekeo tresnak eta ludopatiekin lotutako arreta eta tratamendu-baliabideak ere.



MARKO TEORIKOA

AUSAZKO JOKO ETA APUSTUAK

Ausazko joko deritze, irabazi edo galtzeko aukerak jokariaren trebetasunaren arabekoak izan beharrez, zoriaren eragina duten jokoei. Horiez gain, apustuak ausazko jokotzat hartzen dira, zeinen sariak hautatutako konbinazio bat asmatzeko probabilitate estatistikoak xedatzen dituen.



- Ausazkoak dira. Emaitzak ez die estrategiari edo jokariaren trebetasunari erantzuten. Hau da, ezin da kontrolatu.
- Probabilitatearen legeetan oinarritzen da. Ezin dira kontrolatu, eta, gainera iragarriezinak dira.
- Dirua edo ondasun balioak arriskatzeko dira.
- Diruzko edo gauzazko sariak dituzte. Arrakasta izateak edo porrot egiteak dirua irabaztea edo galtzea ekarriko dute, eta horixe da indartzaile handienetako bat. Hortaz, balio emozional indartsua duen jarduera da, irabazteko aukera hori dela medio. Porrot eginez gero, ordea, desoreka psikologikoa eta sozial bortitzak sortuko ditu.
- Dirua biltzeko xedez baino ez dira diseinatzeko eta garatzeko. Horregatik, zenbat eta gehiago jokatu, orduan eta galtzeko probabilitate handiagoak izango dira.

JOKO-MODALITATEA

ERAGILEAREN ARABERA

Joko publikoa da Estatuko Loterien eta Apustuen Sozietatea SA enpresak (SELAE) eta Espainiako Itsuen Erakunde Nazionalak (ONCE) kudeatzen dutena. Sari handiak eskaini eta etekin altuak ematen dituzte. Joko hedatuena eta normalizatuena da, eta euskal gizarteak arriskurik txikiena duela uste du. Saillakapen horretan daude, besteak beste, Gabonetako loteria, kinielak, bonolotoa, ONCEren kupoia, ONCEren raska.



“*Euskadiko Jokoaren Behatokiak Euskadiko jokalarien prebalentziari, ohiturei eta profilei buruz 2020an eginiko azterketa baten arabera, generoko desberdintasunak daude EAEko gizonek eta emakumeek jokatzen dituzten joko moten artean. Emakumeek nahiago dituzte loteria nazionala, ONCEren kupoia eta bat-bateko loteriak. Gizonek gehiago jokatzen dute mota guztietako jokoetara bereziki, kirolarekin lotutakoetara.*”

Joko pribatua lizentziadun eragile pribatuek kudeatzen dute. Araudi jakin baten mende dago eta kudeaketa publikokoak ez diren aurrez aurreko zein lineako ausazko joko guztiak hartzen ditu barne. Kategoria horretan sartzen dira bingoak, kasinoak, joko-aretoak, apustu-lokalak eta jolaserako eta ausazko makinak eta makina programatuak.

Legez kanpoko jokotzat jotzen dira Euskal Autonomia Erkidegoko jokoen katalogoan gehitu ez direnak, bai eta, gehitu badira ere, baimenik gabe edo baimenetan eta aplikaziozko legeko arauetan zehaztu ez diren moduetan edo tokietan egiten direnak ere, edo baimenik gabeko pertsonak egiten dituztenak ere bai.

Arauketarik ez duten joko guztiek, ustez, arrisku handiagoa dute, ez mendekotasun-ahalmena dela eta, baizik eta legeko ondorioak direla eta edo jokariari ez zaiolako legeko babesik eskaintzen.

JOKOAREN EZAUGARRIAK ETA HAREN MENDEKOTASUN-AHALMENA

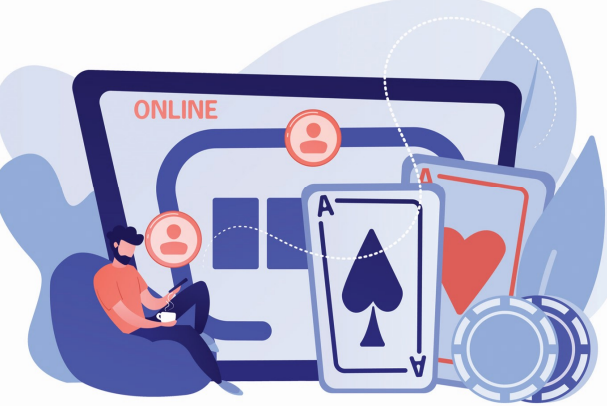
Euskadiko Jokoaren Behatokiak Euskadiko jokalarien prebalentziari, ohiturei eta profiei buruz 2020an eginiko azterketa baten arabera:

Aurrez aurreko jokoak ➔ *onlineko jokoak baino, adin tarte eta genero guztietan. Lineako jokolariaren profila: 18-24 urteko eta gizona.*

Lineako jokolariak generoaren arabera:

♂ 4% ♀ 1,7%

AURREZ AURREKO EDO LINEAKO JOKOA



Aurrez aurreko jokoak, berriazko tokietan egiten dena da, eta jokalaria bertaratu eta lokaletarako ezarritako jokora, ordutegira eta araudira egokitu behar da.

Lineako jokoak da baliabide elektronikoaren, informatikoaren, telematikoen eta interaktiboaren bitartez egiten diren ausazko jokoak eta apustuak, Internet, SMS eta telebistaren bidezkoak

Lineako jokoak mendekotasun-ahalmen handiagoa du, haren ezaugarriak direla medio.

- Erabilgarritasuna: 24 ordu egunero, urteko 365 egunetan.
- Eskuragarritasuna: Internet-konexioa duen edozein gailu telefonikotik edo teknologikotik.
- Pribatutasuna: Toki pribatuetan, kanpoko kontrolik ez dutenetan, jokatzeko aukera dakar, eta horrek jokoaren kontsumo mugagabea eta bestelako ohitura ez osasuntsuak susper ditzake, esaterako, janari azkarra jatea, egoneko bizitza eta drogak kontsumitzea.
- Anonimatua.
- Jokoen eskaintza handia.
- Diru birtualarekin jokatzeko aukera.
- Pertsonak modu aktiboan parte har dezake, beraz, lineako zenbait jokok proposatzen duten interakzio-mailak haienganako mendekotasuna bultzatzen du.
- Plataforma erakargarrien aniztasun handia, bereziki, gizon gazteei zuzentzen zaizkienak.

SARI PROGRAMATUA DUEN JOKOA ETA AUSAZKO JOKOAK

Sari programatua duen jokoan, zenbait jokaldiren ondoren, bertan apustu eginikoaren kantitate jakin bat itzultzen du makinak berak, hortaz, emaitzen sekuentzia programatuta dagoenez, jokatzeari ez dago zoririk edo zozketarik.

Ausazko jokoak da haren emaitza funtsean zoriaren mendekoa dena, jokaldi-sekuentziarik gabekoa. Saria ematen du emaitzak eragiteko sistema aleatorio baten bitartez.

“ Mitorik ezagunetakoa da *“makina bero” dagoela dioena. Jokalari askok errepikatzen dute mantra hori makinak barruan duen botetik gertu daudela uste dutenean, beren logikaren arabera, saria denbora-tarte batez eman ez denez, tokatzeko zorian egongo baita. Hala ere, mitoa faltsua da. Makinak programatuta daude ziklo jakin batean sarien ehuneko bat emateko, eta itzultzearen ehuneko araudiak finkatzen du.* ”

DENBORA-TARTEA: ETENA EDO JARRAIA

Apustuen **joko etenean**, jokoak eta emaitzak tartekatuta daude orduetan edo egunetan zehar (loterien kasuan); **joko jarraian**, aldiz, denbora-tarte segundo (saria programatuta duten jolaserako makinetan) edo minutu gutxikoa da (bingoan).

TREBETASUN-MAILA: JOKO AKTIBOAK EDO JOKO PASIBOAK

Joko aktiboak zenbait ezagutza, trebetasun edo abilezia, benetakoa edo imaginarioa, eskatzen dio apustua egiten duen jokalaria, jokoaren benetako baldintzak alde batera utzita (kartak, dadoak, kinielak, etab.). Joko mota horiek «kontrolako irudipenezko sentsazioa» areagotu ahal dute, hau da, irabazteko estrategia erabilgarri bat dutela ustea eta oker egotea.

Joko pasiboan emaitza zoriaren araberakoa da soilik, jokariaren ekintzarik, ezagutzarik edo trebetasun berezirik behar izan gabe: loteriak, ONCEren kupoia, bingoa eta saria programatuta duten jolaserako makinak.



BESTE PERTSONA BATZUEN EKARPEN-MAILA: INDIBIDUALA EDO TALDEKOA

Taldeko jokatzaren diren jokoek izaera sozializatzailea eta ludikoa izan ohi dute, eta, horregatik, taldearen behar propioak asetzen dituzte une jakin batean.

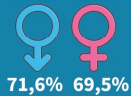
Banaka jokatzaren diren jokoek, aitzitik, alderdi pertsonalak asetzen dituzte, askotan alderdi emozionalekin lotuta, beraz, mendekotasuna garatzeko arriskua handitu ahal dute.

JOKATZE SOZIALETIK MENDEKOTASUNEKO EDO LUDOPATIAKO ARAZOA GARATZERA

Gure testuinguru soziokulturalean oso errotuta daude hainbat joko, hala nola Gabonetako loteria, euro milioia, karta-jokoak edo kirol-apustuak, hortaz, horien gaineko jarduna oso hedatua eta normalizatua dago.

Euskadiko Jokoaren Behatokiak Euskadiko jokalarien prebalentziari, ohiturei eta profiei buruz 2020an eginiko azterketa kontuan hartuta:

Azken urteko biztanle jokalaria: biztanleen



Jokatzen duten pertsona gehienek harreman arduratsua dute jokoarekin eta ez dute arazorik izaten.

Hala ere, zenbait pertsonen kasuan, joko arazo bihur daiteke. Jokatzeko maiztasuna handitzen badu edo denbora asko ematen badu jokoarekin lotutako orrialdeak begiratzen edo planeatutakoa baino gehiago jokatzen badu, joko patologikoaren atarian egon daiteke.

Baliteke ludopatia bat garatu ez izana, baina jokoarekin jokabide arriskutsua du, eta horrek hainbat motatako arazoak eragin diezazkioke.

Euskadiko Jokoaren Behatokiak Euskadiko jokalarien prebalentziari, ohiturei eta profiei buruz 2020an eginiko azterketaren arabera:

	♂	♀
Jokoarekin lotutako arazoak dituzten pertsonak: 2,2%	2,9%	1,4%
Joko arriskutsua: 1,2%	1,6%	0,8%
Joko arazotsua: 0,5%	1,0%	0,0%
Joko patologikoa: 0,5%	0,5%	0,5%



Jokalaria patologikoa jokoarekiko mendekotasun emozionala izan ohi du, kontrolik ez du jokoarekiko eta haren eguneroko bizitzaren funtzionamendu normala oztopatzen du jokoak. Hau da, jokalaria jarraian azalduko diren adierazleetatik, gutxienez, lau betetzen baditu 12 hilabeteko epean, DSM-V (Nahasmendu Mentalean Gidaliburua Diagnostikoa eta Estatistikoa) gidaliburuaren arabera ludopatiako edo joko patologikoko arazoak dituen pertsona baten aurrean izango ginatke.

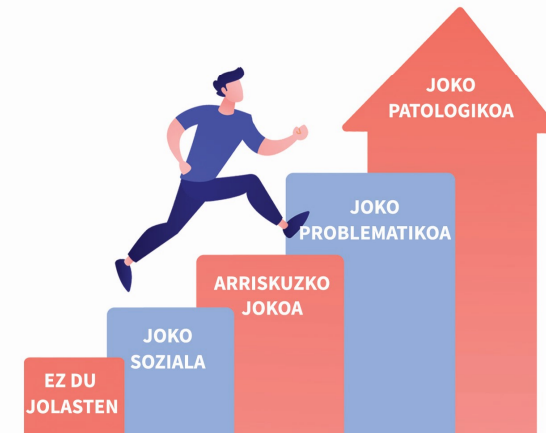
Joko-nahasmendu bat diagnostikatzeko irizpideak (DSM V)

- Diru gehiago jokatu beharra nahi den kitzikadura lortzeko.
- Urduritasun edo suminkortasuneko sentimendua jokatzeari uzten edo hura eteten saiatzean.
- Jokoa eteteko, murrizteko edo uzteko hainbat saiakera egitea arrakastarik gabe.
- Adimena jokoan egotea (jokoaren aurreko esperientziak berriz bizitzea irudipenean, beste jokaldi batzuk pentsatzea eta horien plangintza egitea, edo jokatzen jarraitzeko dirua nola eskuratu pentsatzea).
- Apustu egiten du larritasun-egoeran dagoenean (lur jota, errudun edo antsietatearekin).
- Galdu eta gero, berriz jokatzen du gehiago irabazteko.
- Gezurrak esaten ditu jokoan duen inplikazio-maila ezkatuzeko.
- Jokoa dela medio, arriskuan jartzen ditu harreman garrantzitsuak, enplegua edo ikasketak, edo galtzen ditu.
- Bere gertuko pertsonen aldetik dirua jasotzea espero du bere egoera larria arintzeko.

Jokoaren erabilera arduratsua egiten duen jokalaria sozialak ludopatia garatzeko prozesua ez da beti lerrozuzena, eta horrek hautemateko eta esku hartzeko prozesua zailtzen du.

Neurriz jokatzeak, olgetarako erabilerekin lotuta, modu arazotsuan edo patologikoan jokatzea igarotzea ez da zoriz gertatzen. Ez da kausa zehatzengatik ere ez, **faktore arriskutsuen** eta babes-faktoreen multzo baten eraginagatik edo horien eragin ezagatik sortzen da.

Faktore arriskutsuak osatzen ditu subjektu batek mendekotasun bat hasi edo mantentzeko probabilitatea handitzen duten egoera, egitate eta elementu pertsonalen edo sozialen multzoak. Dabes-faktorea, ordea, mendekotasun hori sortzeko probabilitatea bixkitzen duen faktorea da. Ez dago kausalitate zuzenik, baina jakina da faktore arriskutsuen bateraketak zaurgarritasuna piztu eta mendekotasunerako alde aurreko joera eragin ditzakeela. Zenbat eta faktore arriskutsu gehiago aplikatu pertsonaren egoerari, orduan eta aukera gehiago izango dira joko-arazoak garatzeko.



ARRISKU FAKTOREAK

FAKTORE MAKROSOZIALAK

Faktore arriskutsu makrosozialen artean ingurune sozial zabalaren ingurukoak daude, non pertsona garatzen den eta hainbat nahasmenduren garapenean, adibidez, ludopatiarenean, eragin handia duten:

- Jokoaren kultura.
- Gizartearen onarpena eta normalizazioa: jarrera jasanberak edo permisiboak jokoarekin.
- Gizartearen presioa.
- Publizitateko eta marketineko estrategiak, jokia sustatzen dutenak.
- -Jokoa suspertzen duten erreferentziako ereduak.
- -Ikaskuntza bikarioa edo behaketa bidezkoa.
- Gauza materialean ardatzen diren balio sozialak.
- Arrakasta soziala erosteko ahalmenarekin eta ondasun materialekin lotuta.



Jokoarekin berarekin lotutako faktoreak eta potentzialki mendekotasunekoak bihurtzen dutenak:

- Joko anitzerako eskuragarritasun erraza.
- Jokoetan sartzeko erraztasuna antzaz kaltegarriak ez diren zozketen bidez, esaterako, «marruskatu eta irabazi» txartelak.
- Jokoaren edo apustuaren eta emaitzaren artean igarotzen den denbora urria (berehalako sariak).
- Kontroleko ilusioa indartzen duten jokoak eta gailuak (palankak mugitzea, aukerak hautatzea, etab.).
- Arrazoizko preziodun apustuak.
- Hasieran sari handia irabazteak etorkizuneari berriz irabaziko denaren itxaropen faltsua dakar.
- Apustua handitzeko aukerak arrisku berdinarean edo txikiagoren truke gehiago irabaziko denaren sentsazioa eta ustea sortzen du.
- Musika, argiak, koloreak, txanponek erortzean sortzen duten soina... jokatzeo jokabidearen estimulu diskriminatzaileak dira.

FAKTORE MIKROSOZIALAK

Maila mikrosozialak berehalako hainbat testuinguru barne hartzen ditu, non pertsonak zuzenean parte hartzen duen jokabidearen, familiaren, ikastetxeko esparruaren eta berdineto taldeen, lan-esparruaren eta abarren gain eragiteko gaitasun handiarekin.

- Jokoarekin izandako arazoaren aurrekariak familian.
- Familia-eredu kontsumista.
- Familia-kohesio ahula.
- Jokoaren kultura ingurunean.
- Jokatzeo taldeko presioa.
- Jokoarekiko jarrera positiboak edo noizbehinka jokatzearen onarpena, ohikoan jokatzea eragin lezakeena.
- Gabezia afektiboak.
- Informazio urria edo desegokia ingurunean.
- Balioen nahasmena.
- Jokoaren eraginpean egotea goizegi.
- Dirua eskura izatea.

FAKTORE PERTSONALAK

Pertsonarekin berarekin lotutako faktoreak: faktore psikologikoak, emozionalak, jokabidekoak, biologikoak...

- Hutsune existentzialaren sentimendua (jarduerarik eza, isolamendu soziala, helbururik eza, etab.).
- Nortasun kaltebera.

- Autoestimua eta autokontzeptu baxua.
- Frustrazioaren tolerantzia txikia.
- Antsietate edo depresio aurrekariak.
- Sentsazio berrien etengabeko bilaketa.
- Gizartearen onarpena behar izatea.
- Egoera estresagarriak (eskola-porrota, afektibitate-frustrazioak, lehiakortasuna, etab.)
- Tratu txarren edo traumaren baten biktima izatea.
- Adin goiztiarretik jokatzeo ohitura.
- Pertsonak gauza materialak edo dirua irabazteko motibazioa izatea.
- Jokoa erabiltzea ezinezko emozionala murrizteko edo arazoetatik ihes egiteko.
- Autoestimua lotzea jokoan izandako irabaziekin edo galerekin.
- Mendekotasunak substantzietara.
- Jokoa erabiltzea estimulaziorako.
- Inpulsibotasuna.
- Bulkaden kontrolrik eza.

Gizontasun normatiboa

arrisku-faktore gisa: gizontasun normatiboari lotutako jokabide-ereduak heredatu eta onartzen dituzten gizonek emakumeek baino joera handiagoa dute mendekotasuna garatzeko.





FAKTORE NEUROFISIOLOGIKOAK

Bi agente neurofisiologiko nagusi daude, jokabidezko mendekotasuna eragiteko arrisku handia dakartenak; hauek dira (Alonso-Fernández, 2003):

- Eremu prefrontalaren funtzionamendu urria; horixe da norbere kontrolaren oinarria, hortaz, inpuitsibotasun disfuntzionala eta jokabide desinhibitua izatea.
- Garuneko sistema kortikoa behar beste ez estimulatzea, estimuluak eta sariak bilatzera eramango duena, eta, ondorioz, mendekotasun-arriskua handituko duena.

NAHASMENDU PSIKIKOAK

Zenbait nahasmendu psikikok jokabide-mendekotasun bat sortzeko alde zuzena jarrera eragin dezakete:

- Afektibitate-nahasmendu bipolar.
- Mugako nortasunaren nahasmendua.
- Nortasunaren nahasmendu nartzisista.
- Nortasunaren nahasmendu antisoziala.
- Alexitimia edo norberaren emozioak identifikatzeko gaitasunik eza, eta, ondorioz, sentitzen duena adierazteko gaitasunik eza. Alexitimia duten pertsonen jokabidea logikan eta praktikan oinarritzen da.



NERABEAK, GAZTEAK ETA AUSAZKO JOKOAK ETA APUSTUAK



Nerabezaroa garapen-fase bat da, non hainbat behar, zailtasun eta ezaugarri jakin dauden, eta horiek kontuan hartu behar dira halaberrez diagnostiko eta esku-hartze egokiak egiteko.

Aldaketa biologikoen, psikologikoen eta sozialen, haurtzarotik banatzeko eta helduen mundutik bereizteko beharrene eta kontraesan pertsonalen eta nortasun berria lortzeko kontraesanen ondorioz, nerabe gehienek jokabide arriskutsuak dituzte edo arauak hausten dituzte, besteak beste, diruarekin jokatzeko edo apustu eginez.

Jokatze edo apustu egiteko legezko adina 18 urte bada ere, errealitateak adierazten digunez, aisialdiko jarduna da nerabeen eta gazteen artean.

Jokoaren Euskal Behatokiak eratu duen «Gazteak eta jokoak Euskal Autonomia Erkidegoan 2021» azterketaren arabera, gazteen % 24k aitortzen dute zorizko jokoetan edo apustu egiten ari direla azken urtean. Aurrez aurre jokatzea da ohikoena (% 69,1); baina lineako jokoak goranzko joera du (% 10,1), eta batzuk bi modalitateetan aritzen dira (% 20,8).

Azterketa horren arabera, halaber, gazteek hauek hautatzen dituzte nagusiki: loteria nazionala (% 27,1ek), kirol-apustuak (% 17,5ek), kasinoko jokoak (% 16,9k) eta B makinak (% 12,1ek). Bestalde, lineako joko erakargarrienak dira kirol-apustuak (% 57,9), primitiba (% 9,9) eta lineako kasinoa (% 9,9).

Gazteen % 31,8k jokoari ekin zioten adingabeak zirenean: lehen harreman hori beste pertsona batzuekin batera zeudenean gertatu ohi da ia kasu guztietan. Prozesu horren eragile gizarteratzaileak dira familia, ingurunea eta komunikabideak. Noizbait jokatu dutela aitortu duten gazteen % 16,85 familiar batekin hasi ziren. Gainera, %78,6ek gogoratzen dute familiarrak zorizko jokoetan aritzen zirela haiek haurrak zirenean, etxearen barruan ere bai.

Nerabegaroko ezaugarriek kalteberatasun-maila berezia ematen die jokoaren inguruan. Nerabe guztiak, heldutasun-egazatik eta aroaren beraren behar eta ezaugarriengatik, kalteberatasun bereziko kolektiboak osatzen badute ere, arriskua are handiagoa da honako ezaugarri hauetako batzuk azaltzen diren bizitasunaren arabera:

ARRISKUAREN EZAUGARRI ADIERAZGARRIAK

● Berrespen-beharrak eta taldearen barruko onespenez-beharrak.

Ekintza edo jokabide indibidualak, arriskutsuak badira ere, taldearen babesa eta onarpena behar dute, eta horrela nortasun propioa eta taldearen berresten doaz. Nerabearen taldeak aisialdian apustuak egiten baditu dibertimendurako, zaila izango da harentzako taldearen presioari aurre egitea.

● Zauritu ezinaren sentsazioa.

Aro horretako jokabide ausartegia adin horretako bi baldintza nagusi dela medio gertatzen da: egozentrismoa eta sentsazio berriak bilatzea.



Egoera horrek zauritu ezinaren sentsazioa sendotu dezake ausazko jokoen eta apustuen arriskuei dagokienez, distortsio kognitibo baten ondorioz, beren jokabide arriskutsuak eduki litzatekeen ondorio negatiboak haiei ezin zaizkiela gertatu uste baitute.

Gainera, aurrez esperientzia positiboak izan badituzte, adibidez, sariak hainbat aldiz irabaztea edo sari handi bat irabaztea, esperientzia horrek kolokan jarriko ditu

prebentziozko edo arriskuari buruzko mezuak eta zauritu ezinaren sentsazioa indartuko da; «nik daukat kontrola».

● Sentiberatasuna inguruko eta publizitatearen presioen aurrean.

Nerabeak bereziki sentiberak izan daitezke ausazko jokoetarako eta apustu etarako irudi jakin batekin lotzeko diseinatzen diren publizitate-kanpaina sofistikatuekiko: kirol-apustuen kasuan, adibidez, jokalarari ospetsuekin.

● Etorkizuneko ikuspegi negatiboak, ihes egiteko moduak bilatu beharra.

Gaur egungo gazteek ez dute etorkizun argirik eta ziurgabetasun handiz bizi dira. Horren ondorioz, baliabide alternatiboak darabiltzate, epe laburrera zorientasuna hitzeman eta aldi batez arazoak ahazteko aukera ematen dutenak.

Ausazko jokoak eta apustuak, zenbait kasutan, eguneroko frustrazioetatik ihes egiteko modua eta apatia pertsonalerako alternatiba bihurtzen dira.

● Inpultsibotasuna, hedonismorako joera eta frustrazioarekiko tolerantzia urria.

Jokoen ezaugarriak eta sortu ahal dituzten sentsazio atseginak baliabide bikaina bihurtu daitezke adrenalina eskuratzeko, ez aspertzeko behar dutena.



“ Horren harira, kolektibo horrekin landu egin behar da ausazko jokoetan eta apustuetan ez dagoela ”kontrolik” edo ”maneiurik”. ”

Jokorako mendekotasunezko jokabideak dakartzaten ”faktoreak gazteengan eta nerabeengan” ikerketan Ana Estévezek planteatzen duenez, ”inpultsibotasuna, sentsazioak bilatzea eta emozioak bideratzea” joko patologikoaren arazoa agertzeko eragina duten faktoreak dira gazteen eta nerabeen artean.

ALARMA ADIERAZLEAK

Jokoarekin arazo hasiberri bat dagoela adieraz lezaketan sintomak eta arreta berezia jaso behar dutenak.

FAMILIAREN ESPARRUAN

- Etengabe gezurrak esatea.
- Inkongruentziak diruaren gastuari buruzko azalpenean.
- Eskudirua edo kreditu-txartelaren bidez dirua ebastea.
- Isolamendu soziala.
- Lo hartzeko zailtasuna edo loarekin lotutako beste nahasmenduren bat.
- Jokoarekin eta apustuekin lotutako informazioa bilatzea edo kontsultatzea etengabe .
- Arretarik eza edo oinarrizko beharrak betetzeko gaitasunik eza.
- Etxeko zereginak ez egitea.
- Ohitura osasuntsuak edo aisialdikoak uztea.
- Suminkortasuna.
- Aldentzea.



IKASTETXEAN

- Ikasgelan arreta jartzeko zailtasuna.
- Ikasketetako emaitzek baxrera egitea gutxika-gutxika.
- Eskola uztea edo hainbatetan ez bertaratzea.
- Jokoari buruzko informazioa kontsultatu edo bilatzea zenbait gailuren bidez.
- Ikasgelako taldeak jokoaren aldeko jarrerak eta jokabideak izatea.
- Gauza materialei edo, zehazki, diruari gehiegizko balioa ematea.
- Isolamendu soziala.
- Suminkortasuna.
- Gezurrak esatea edo inkongruentziak hitzaldian.
- Nekea edo lo urria.
- Oinarrizko beharrak ez asetzea (higienea, elikadura...).
- Ohitura osasuntsuak edo aisialdikoak uztea.

LANEKO ESPARRUAN

- Soldata aurreratze eskatzea behin eta berriz.
- Maileguak eskatzea lankideei.
- Justifikatu gabe ez bertaratzea, behin eta berriz.
- Ebasketak egitea lan-eremuan.
- Gezurrak esatea edo inkongruentziak hitzaldian.

MITORIK OHIKOENAK JOKALARIEN ARTEAN

Jardueraren inguruko gertaerak kontrolatzeko eta eragiteko ilusioa sortzeko beharrari egiten diote erreferentzia gehienek, eta ausazko faktoreak trebetasunarekin, ezagutzarekin eta estrategiarekin zerikusia duten faktore bihurtzen saiatzen dira. Errealitatean, gertakizun bat gertatzeko probabilitatea, hau da, hautatutako zenbakia edo apustu eginiko emaitza ateratzea nahi diren emaitzen kopuruaren eta emaitza posibleen arteko lotura hutsa da; gizabanakoaren esku-hartzeak ez du eraginik, bat ere ez.

- *Nork bere burua konbentzitu joko bat oso ondo ezagutzen gero irabazteko probabilitate gehiago izatea.*
- *“Erruletan, gorritz 5 aldiz tokatu eta gero, bolatxo beltzean jausteko probabilitatea handiago da”.*
- *“Joko batean galtzean, hauxe argudiatzea: ai, gutxigatik, zenbaki bakarrarengatik; ia irabazten dut”.*
- *“Estrategia ona izatea tabernetako makinetan irabazteko ezinbestekoa dela ustea edo baieztatzea”.*
- *“Nire dezimoa Urrezko Sorginari erosten badiot, sari nagusia tokatuko zaít. Hemen beti tokatzen da!”.*
- *Aurreko jokaldiak gogoratzeak hurrengoan irabazteko aukera emango dizula ustea.*
- *Jokatzen jarraituz gero, azkenean galdutako dirua berreskuratuko duzula onartzea*
- *“12345 oso zenbaki itsusia da loteriarako, seguruenik ez da inoiz tokatuko”.*



JOKO PATOLOGIKOAREN ONDORIOAK

Jokalari patologikoek hainbat arazo izan ohi dute beren bizitzako zenbait arlotan, jokia dela medio.

- Psikopatologikoak: esparru pertsonalean, pertsona triste dago, antsietatea, depresioa, suminkortasuna eta abar ditu. Garapen pertsonalari eragingo lioke, gezurrak eta inkongruentzia kognitiboak eta moralak agertzen hasten direlako.
- Familiarrak: familiaren eta bikotekidearen esparruetan, familiari arretarik ez ematea gertatu ahal da, komunikaziorik eza, sexualtasunaren nahasmenduak, etab.
- Laneakoak edo ikasketetakoak: errendimendua murriztea lanean, motibazio-gabezia, justifikatu gabe ez bertaratzea, lana edo ikasketak uztea ekar dezakeena, edo faltak, kaleratzeak, etab.
- Sozialak: lagunei arreta ez ematea, aisialdiko jarduerak murriztea, harreman garrantzitsuak galtzea, etab.
- Ekonomikoak: Galera ekonomikoek zor-arazoak sor ditzakete, eta, ondorioz, norberaren gauzak, objektu pertsonalak edo familiarenak sal ditzakete...
- Legezkoak: justiziarekin arazoak hainbat arrazoiengatik; esate baterako, lapurretak, iruzurrak, txekak faltuztea eta bestelako delitu-jarduerak.
- Substantzia adiktiboak kontsumitzea.

PREBENTZIORAKO ETA ESKU HARTZEKO JARRAIBIDEAK

Prebentzioa aurrez aipatutako faktore arriskutsuak murriztean edo txikitzean datza, bai eta babes-faktoreak ahal bezain beste maximizatzean ere.

PREBENTZIORAKO JARRAIBIDEAK FAMILIAREN ESPARRUAN

- 1 Familiar helduek ereduzko jokabideak eta jarrerak izatea jokoarekin. (Esaterako, makina txanponjaletera edo ausazko beste joko batzuetara ez jolastuz adingabeen aurrean).
- 2 Jokoarekin harremanik ez izatea adin txikietan.
- 3 Jokoaren jokabideekin bateratu ezin diren jarrerak, balioak eta bizi-estiloak sustatzea. Adibidez, lanean ahalegintzea, eta dirua ez gurtzea bizi-kalitatea hobetzeko modu gisa.
- 4 Familiaren barruan, hezkuntza-estilo bat ezartzea, hauetarako aukera ematen duena:

- Komunikazio erraza familiako kide denen artean.
- Arau argiak eta adostuak, ez gehiegizkoak, malguak eta adin eta egoera bakoitzera egokituak.
- Autonomia babestea eta batak besteari laguntzea.

5 Adingabeen jarduera digitala gainbegiratzea:

- Komunikazio erraza familiako kide denen artean.
- Arau argiak eta adostuak, ez gehiegizkoak, malguak eta adin eta egoera bakoitzera egokituak.
- Autonomia babestea eta batak besteari laguntzea.

6 Seme-alabek jarrera kritikoa eta arduratsua garatzea.

7 Jokoari buruzko informazio egokia eta errealitategarria egokituta izatea.

PREBENTZIORAKO JARRAIBIDEAK IKASTETXEAREN ESPARRUAN

- 1 Jokoak sor ditzakeen arriskuen eta ludopatiaren ezaugarrien berri ematea ikasleei.
- 2 Jokoaren jokabideekin bateratu ezin diren jarrerak, balioak eta bizi-estiloak sustatzea.
- 3 Jokoarekin lotuta, presio sozialeko egoerei behar bezala aurre egiteko behar diren abileziak garatzea, adibidez, ezetz esaten jakiteko.
- 4 Jokoarekin bateratu ezin diren aisialdiko eta denbora libreko jarduerak sustatzea, adin bakoitzera egokituta.



5 Ikas zentroan dauden baliabideak erabili jokoarekiko arazo bat ahalik eta azkarren detektatzeko.

6 Hezkuntza komunitate osoari bideratutako joku patologikoari buruzko formakuntza zehatza.

PREBENTZIOA BESTE ESPARRU BATZUETAN

- 1 Jokoa edo apustuak normalizatu edo bultzatu ahal dituzten ekitaldiak edo jarduerak ez sustatzen saiatzea (zozketak, lanerako loteria erostea, bingoak edo karta-txapelketak antolatzea, etab.).
- 2 Osasun mentalaren garrantziari buruzko hitzaldiak normalizatzea eta horri buruz hitz egiteko espazio ziurrak sortzea.
- 3 Imaginario kolektiboa sendotzen duten ideiak edo ekitaldiak saihestea, zeinen bidez arauzko maskulinitasunak eta feminitateak eraikitzen diren. Adibidez, zenbait ideia: "gizonagoa da gehiago arriskatzen duena" edo "A zer ama txarra, erosketen dirua makina txanponjaleetan gastatzen duena".
- 4 Ikaskuntza bikarioko ereduak berrikustea eta zaintzea (ikastea behatzearen edo ereduaren bidez).

JOKOAREN NAHASMENDUA DETEKTATZEKO ETA DIAGNOSTIKATZEKO TRESNAK

Ludopatia **hautemateko probei** esker, pertsona batek jokoarekin arazorik duen xedatu eta ebaluazio osoa behar duen erabaki ahal dugu. Ludopatiaren proba diagnostikoak ohikoan erabiliz gero, jokoarekin arazoak dituzten pertsonak identifikatu ahalko ditugu arazoaren fase goiztiarrean.

Bestalde, **ebaluazio-probei** esker, egoeraren ikuspegi osoagoa izan dezakegu. Emaitzak eskura izanik, ludopatiaren tratamendu-plana garatu ahalko dugu pertsona horren behar jakinetara egokituta, edo birgaixotzea prebenitzeko plana ere bai.

HAUTEMATEKO TRESNAK

South Oaks Gambling Screen (SOGS)

SOGS galdetegi psikologikoa da, jokalaria patologikoko edo ludopatiako kasuak hautemateko. 1987an sortu zuten Lesieurrek eta Blumek, New Yorkeko South Oaks Hospital ospitalean, eta Echeburúak eta Báezek egin zuten egokitzapen espainola 1990ean.

Joko Patologikoaren Galdetegi Laburra (CBJP)

SOGSetik eratorria. Laburra denez, oso proba egokia da biztanleria talde handiak bahetzeko. Gainera, balio eta fidagarritasun handikoa da.

South Oaks Gambling Screen-Revised for Adolescents (SOGS-RA)

12 itemez osatutako galdetegi laburra 15 urtetik 18 urtera bitarteko biztanleen artean ausazko jokoekin arazoak hautemateko. Espainolez baliozkotutako tresna.

EBALUAZIO-TRESNA BATZUK

1 NODS-CLIP ludopatia-testa

Hiru elementuko ebaluazio-tresna hori DSM-IV Iritziz Nazionaleko Ikerketa Zentroaren azpimultzo bat da, 17 elementukoa, jokoarekin lotutako arazoak ebaluatzeko (NODS). CLIP-ek tresnaren hiru galderak aipatzen ditu, kontrolaren galerari, gezurrari eta jokoarekiko kezkarri arreta ematen dienak. NODS-CLIP testa eraginkorra da jokoarekin neurrizko arazoak edo arazo larriak dituzten pertsonak identifikatzeko, ez hainbeste, ordea, kasu arinenak identifikatzeko.

2 Problem Gambling Severity Index (PGSI)

PGSI edo «Jokoaren Arazoen Intentsitate Indizea» ludopatiako proba bat da, elementu berriak hautematen ditu eta nork bere buruari egin ahal dio, edo, bestela, mediku batek. «Joko Arazotsuaren Kanadako Indizearen» bertsio laburra da, 31 itemekoa. PGSI-k espainolez lau puntuko eskala darabil aurreko 12 hilabeteetako jokoaren jokabidea deskribatzeko. Hau da, 0 = ez, 1 = batzuetan, 2 = denbora gehienez, eta 3 = ia beti.

3 Brief Problem Gambling Screen (BPGS)

Ludopatia-test horrek, Joko Arazotsuaren Galdetegi Laburrak, asko erabiltzen diren beste test batzuetatik eratorritako bost elementu erabiltzen ditu. Eraginkorra da jokoarekin lotutako hainbat jokabide maila aztertzeko. Duela gutxi azterketa batek erakutsi zuenez, BPGS tresna egokiena zen jokoaren arazoaren maila guztiak zehaztasunaz identifikatzeko mendekotasunen tratamendua bilatzen ari diren pertsonentzat.

4 Canadian Adolescent Gambling Inventory (CAGI)

Azken 3 hilabeteetan nerabeen joko-arazoaren larritasuna detektatzeko diagnostiko-testa. 45 item ditu eta honako eten-puntu hauek ezartzen ditu: arazorik gabe, larritasun baxutik ertainera, zorroztasun handia. Espainolez baliozkotutako tresna.



EBALUAZIO-TRESNEN EMAITZAK OSASUN MENTALEKO ADITU EDO PROFESIONAL BATEK BAKARRIK BALORA DITZAKE.

PREBENTZIO-BALIABIDEAK



JOKOVER

Eusko Jaurilaritzaren Joko eta Ikuskizunen Zuzendaritzak eta Etorikintza Fundazioak eginiko bideojokoa da, ausazko jokoen eta apustuen erabileraren arriskuez sentsibilizatzeko eta horiek murrizteko 12 urtetik 22 urtera bitarteko nerabeen eta gazteen artean. Unitate didaktiko bat ere badu.

Bideojokoa zein unitate didaktikoa euskaraz eta gaztelaniaz daude.

<https://etorkintza.org/jokover-2/>

<https://www.euskadi.eus/informazioa/jokover/web01-a2joko/eu/>



ATAJOS

Sentsibilizazio-komiki bat da, nerabeei zuzenduta, UNADek sortuta eta Drogei buruzko Plan Nazionalak, Erasmus+ -ek eta INJUVEk finantzatuta. Familientzako eta hezkuntza-zentroetarako laguntza-tresna gisa sortu zen, eta, genero-indarkeriari, nerabezeroan litroak egiteari edo substantziarik gabeko mendekotasunei buruzko hiru istorioren bidez, gogoeta eta elkarrizketa suspertzeko xedea du.

<https://www.unad.org/obras/comic-atajos/>



“ Litekeena da tokiko administrazio publikoa jokoarekin lotutako prebentzio-esku-hartzeak sustatzen eta garatzen aritzea. INFORMA ZAITEZI! ”



ONLINEGAZTEAK

ASAJER elkartearen (Arabako Errehabilitazioan dauden Jokalarien Elkartea) eta 10 urtetik 16 urtera bitarteko neska-mutilen arteko komunikazio-bidea izan nahi duen bloga, teknologien erabilera egokia sustatzeko. <https://www.onlinegazteak.net/>

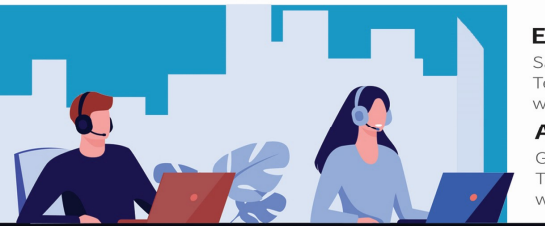
BESTE BALIABIDE BATZUK

<http://nocaigas.com/> | https://www.asajer.org/documents/files/materiales/pautas_actuacion_padres_juegos_azar.pdf

INTERESEKO WEB-ORRIAK

- ➔ **JOKO ETA IKUSKIZUNEN ZUZENDARITZA.** Segurtasun Saila. Eusko Jaurilaritza. Joko eta Ikuskizunen Zuzendaritzak, bere eskumenen arabera, web-zerbitzu hori eskuragarri jartzen du, non izapideak egin eta horietarako behar den informazio eta dokumentazio guztia bilatu ahaliko den. <https://www.euskadi.eus/gobierno-vasco/juego-espectaculos/>
- ➔ **JOKOAREN BEHATOKIA.** Joko eta Ikuskizunen Zuzendaritza. Segurtasun Saila. Eusko Jaurilaritza. Euskal Autonomia Erkidegoko jokoaren errealitatearen informazio, azterketa eta ikerketa zerbitzu zentralizatua. <https://www.euskadi.eus/gobierno-vasco/observatorio-vasco-juego/>
- ➔ **GAZTERIA ZUZENDARITZA.** Berdintasun, Justizia eta Gizarte Politiketako Saila. Eusko Jaurilaritza. Gazteria Zuzendaritzaren helburua da euskal gazteriaren emantzipaziorako eta garapenerako politikak bultzatzea. <https://www.euskadi.eus/gobierno-vasco/juventud/>
- ➔ **“GAZTEAUKERA” EUSKAL GAZTERIAREN ATARIA.** Gazteria Zuzendaritza. Berdintasun, Justizia eta Gizarte Politiketako Saila. Eusko Jaurilaritza. Web-ataria euskal gazteei zuzendutako informazioarekin eta tresnekin. <https://www.gazteaukera.euskadi.eus/>
- ➔ **JOKOA ANTOLATZEKO ZUZENDARITZA NAGUSIA.** Kontsumoaren eta jokoaren idazkaritza nagusia. Espainiako Gobernuaren Kontsumo Ministerioa. <https://www.ordenacionjuego.es/> | <https://www.jugarbien.es/> | <https://www.juegoseguro.es/>
- ➔ **“INJUVE” GAZTERIAREN INSTITUTUA.** Gizarte Eskubideen Ministeriora eta Agenda 2030era atxikitako organismo publikoa da, nagusiki, gazteen aldeko jardunak sustatzen dituena. <http://www.injuve.es/> | <http://www.injuve.es/observatorio>
- ➔ **FEJAR.** Espainiako Ausazko Jokalari Errehabilitatuen Federazioa zenbait elkarten eta federazioen batasuna da, Espainia osoko eskualde ezberdinetakoak. <https://www.fejar.org/>
- ➔ **UNAD: MENDEKOTASUNEI ARRETA EMATEKO SAREA.** GKE-en sarea da, substantziadun eta substantziarik gabeko mendekotasunen arloan eta horien arazo eratorrietan aritzen dena. 200 erakunde inguru batzen ditu, eredu integral eta integratzaile erkidea dutenak, eta pertsonari eta haren nortasun bakarrari ematen die arreta. <https://www.unad.org/> | <https://www.unad.org/investigacion/adicciones-sin-sustancia/>
- ➔ **ASAJER: ERREHABILITAZIOAN DIREN ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA.** Errehabilitazioan Diren Arabako Jokalarien Elkartea (ASAJER) irabazi-asmorik gabeko elkartea da, eta 1989an sortu zen zorizko jokoen mendeko pertsonen laguntzeko helburuz. Web-orria du, jokoarekin lotutako hainbat materialekin, prebentziozkoak eta dibulgaziozkoak. <https://www.asajer.org/>
- ➔ **FAD: DROGA-MENDEKOTASUNAREN AURKA LAGUNTZEKO FUNDAZIOA.** Fundazio horren xedea da nerabeen eta gazteen garapen pertsonala eta soziala sustatzea jarrera positiboetan heziz eta arrisku sozialeko jokabideak prebenituz, adibidez, joko patologikoa. <https://www.fad.es/>

AHOLKULARITZAKO ETA/EDO TRATAMENDUKO BALIABIDEAK



EKINTZA ALUVIZ

BIZKAIA

San Juan kalea, 26, behe solairua. 48901 (Barakaldo)
Tel. 944 388 665
www.ekintzaaluviz.com | ekintza.aluviz 26@gmail.com

ALUBIZ BILBAO

Guisasola Juan Kalea, 7. 48004 (Bilbo)
Tel. 640 386 115
www.ekintzaaluviz.com | alubiz.bilbao@gmail.com

ETORKINTZA ELKARGOIA

Morgan kalea, 11, behe solairua. 48014 (Deustu)
Tel. 944 431 021 | www.fundacionetorkintza.org

GIZAKIA FUNDAZIOA

Madariaga etorbidea 63. 48014 (Bilbo)
Tel. 94 447 10 33
secretaria@gizakia.org | www.gizakia.org

BIZKAIA

EKINTZA BIBE

Alaberga auzoa, 59 behe solairua eskuina. 20100 (Erreterria). Tel. 943 340 202 | ekintzabibe@gmail.com
www.facebook.com/ekintzabibebizberria/

AERGI

ANTXOTA kalea, 1, 1. sol. 20160 (Lasarte Oria)
Tel. 943 374 290 | Tel. 600 200 572
Aergi@aergi.es | www.aergi.es

GIPUZKOA

ARABAKO OSPITALE PSIKIATRIKOA ETA OSASUN MENTALEKOA

Araba kalea, 43. 01006 (Vitoria- Gasteiz)
Tel. 945 00 60 55 | Fax: 945 00 61 95
csmalcohol@sscc.osakidetza.net
www.saludmentalalava.org

ARABA

AGIPAD

Bascongada Pasealekua, 10. 20009 (Donostia-San Sebastián)
Tel. 943 47 38 64
www.agipag.org

GIPUZKOA

COTA (OSAKIDETZA)

Julian Arrese kalea, 5. 01010 (Vitoria-Gasteiz)
Tel. 945 294 040 | cota.rsma@osakidetza.eus

ASAJER

General Alava kalea, 25-1 esk. 01005 (Vitoria- Gasteiz)
asajer@telefonica.net

ARABA

JEIKI FUNDAZIOA

San Ignacio de Loyola kalea, 2. 01001 (Vitoria-Gasteiz)
Tel. 945 14 37 20
www.jeiki.org

ARABA

EUSKO JAURLARITZAREN SEGURTASUN SAILA

Donostia kalea 1 01010 (Vitoria-Gasteiz)
Tel. 945 018 879
Juegoyespectaculos@euskadi.eus

EUSKADI



EUSKO JAURLARITZAREN OSASUN SAILA

Donostia kalea 1, 01010 (Vitoria-Gasteiz)
Arreta-telefonoa 24 orduz (Osasun Kontseilua)
Tel. 900 203 050
adicciones@euskadi.eus
www.euskadi.eus

EUSKADI

UDAL-ZERBITZUAK

Udaleko erreferentziako osasun-zentroak
Mendekotasunen Prebentziorako Udal Zerbitzuak
Udaleko gizarte-zerbitzuak

EUSKADI

TERMINOEN GLOSARIOA

- ▶ **Substantziarik gabeko mendekotasunak (jokabidezkoak edo jarrerazkoak):** Osasun mentalaren nahasmenduak, substantzia baten kontsumoarekin eta harekiko mendekotasunarekin lotuta ez dagoen mendekotasun batean oinarrituta garatzen direnak, hau da, jokabide edo jarduera jakin baten inguruan psikologikoki eraturakotakoarekin garatzen direnak. Adibidez: teknologien erabilera, ausazko jokoak eta apustuak, bideojokoak, erosketak, sexua, kirola, etab.
- ▶ **Jokoa:** Orokorrean dibertitzeko edo entretenitzeko egiten den jarduera, non gaitasun edo abileziaren bat lantzen den.
- ▶ **Ausazko jokoak:** Joko horien emaitza ez da soilik jokalariaen trebetasunaren edo abileziaren araberakoa, baizik eta, funtsean, zoriaren araberakoa.
- ▶ **Jokoa saria programatuta duten jolaserako makinetan:** Partidaren prezioaren truke, erabilera- eta joko-denbora jakina ematen diote erabiltzaileari, eta, jokoaren programaren arabera, eskudiruzko saria ematen dute batzuetan.
- ▶ **Joko arazotsua:** Jokatzera edo apustu egitera bideratutako edozer jarduera, gauzatzen den modua dela medio, narriadura edo nahasmendu mentala eragiten diona pertsonari; gainera, nahasmenduak sortu ahal dizkio inguruneko funtzionamendu normalari edo osasuntsuari. Jokoak pertsonaren eguneroko lehentasunen zerrendako lehen postuan dagoenean gertatzen da, eta, hortaz, bizitza osasuntsua izateko oinarritzko lehentasun edo behar garrantzitsuak alde batera uzten dituenean (behar bezala elikatu, lanera normaltasunez joan, osasun mental egonkorra izan, harreman sozialei arreta eman, etab.).
- ▶ **Joko patologikoa:** DSMren arabera, osasun mentalaren nahasmendua da, ausazko jokoetan edo apustuetan parte hartzeko bultzadari aurre egiteko gaitasunik eza kronikoa eta mailaz mailakoa dakarrena, eta jarduera horrek arriskuan jartzen ditu helburu familiarak, pertsonalak eta bokaziozkoak.
- ▶ **GAMBLING:** Dibertimendua, lehia, zoria eta trebetasuna barne hartzen dituen jokoa da, dirua irabaztea helburu duena.
Lineako apustuak: Ustekabeko egitateren batean dirua apustu egitea eskatzen duten ausazko joko mota guztiak, Internet bidezkoak, dela ordenagailuaren, mugikorren edo sarera sarbidea duten bestelako gailuen bitartez.
Aurrez aurreko apustuak: Modu pertsonalean apustu-tokian egiten diren apustu denak (apustu-etxean, hipodromoan, kanodromoan, kirol-estadioetan, kasinoan, apustu-makina ofizialetan, etab.).
- ▶ **GAMING:** Nagusiki bideojokoak biltzen ditu, sozialak eta e-sports direlakoak. Gaming jolasetan lehia-osagarria dago, zorikoa, ziurgabetasunekoa. Baina ez dago dirua tarteko, edo dirua ez da xedea.
- ▶ **Lineaz kanpoko jokoak:** bideojokoetara jolastea gailu digitalekin, linean egon gabe.
- ▶ **Lineako jokoak:** bideojokoetara jolastea aldi bereko konexioarekin, beste pertsona batzuekin.

BIBLIOGRAFIA

- + **Jokalaria prebalentzia, ohiturak eta profilak Euskadin.** (2020). Jokoaren Euskal Behatokia.
- + **Euskal biztanleen pertzepzio soziala eta joko-ohiturak.** (2019). Jokoaren Euskal Behatokia.
- + **Jokabidezko mendekotasunei buruzko txostena.** (2020). Espainiako Gobernuaren Osasun Ministerioa.
- + **Bigarren Hezkuntzako ikasleei eginiko ESTUDES inkesta.** 2018-2019. Drogei buruzko plan nazionala.
- + **CHÓLIZ, M eta MARCOS, M (2018ko abendua).** Lineako jokoaren mendekotasunerako tratamendu psikologikoko gidaliburua. Valentziako Unibertsitatea eta UNAD.
- + **PÉREZ, S; ALCALA, B; PÉREZ, G. Gazteria eta ausazko jokoak: jokoaren ikuspegia gazteengan.** INJUVE. Espainiako Gobernuaren Osasun, Kontsumo eta Gizarte Ongizateko Ministerioa.
- + **ESTÉVEZ, A; SARABIA, I; HERRERO, D; «Jokorako mendekotasunezko jokabideak dakartzaten faktoreak gazteengan eta nerabeengan».** Deustuko Unibertsitatea.
- + **CASTAÑOS, A; LÓPEZ, J G; MARTÍNEZ, P; MARTÍNEZ, C; MOLINA, C. 2020. urtea. Apustuen jokoaren arauketaren dia-gnostikoa Europako, Estatuko eta autonomia-erkidegoetako esparruetan eta haren ondorio psiko-soziolaboralak.** Unión de Asociaciones y Entidades de Atención al Drogodependiente (UNAD), Madril.
- + **LÓPEZ, H; RIUS, A; SORIANO, I. (2019). Lineako jokoaren tratamenduaren zailtasunak: profesionalen eta pertsona artatuen gomendioak.** Unión de Asociaciones y Entidades de Atención al Drogodependiente (UNAD), Madril.
- + **MICÓ, M.V; LAMAS, J.J; (JUNIO 2021) Jokoaren eta bideojokoaren nahasmendua tratatzeko gidaliburua.** FEJAR. Drogei buruzko plan nazionalerako Gobernuaren Ordezkaritza.
- + **Ausazko jokoei buruzko monografikoa.** Drogomedia Nº 6. Eusko Jaurlaritzako Osasun Saileko Osasun Publikoko eta Mendekotasunetako Zuzendaritza.
- + **ANDUJAR, I. Nerabeen artean joko patologikoa saihestera bideratutako prebentzio-programa.** 2013. urtea. Kataluniako Nazioarteko Unibertsitatea.
- + **CUENCA CABEZA M.; IZAGUIRRE CASADO M. (2010). Aisialdia eta ausazko jokoak.** Deustuko Unibertsitatea.
- + **CHÓLIZ, M. (2006). Mendekotasuna ausazko jokoetara.** Valentziako Unibertsitatea.
- + **CARPIO DE LOS PINOS, C. Joko komertzialaren alderdi psikologikoak. Prebentzio-tratamenduak eta programak. Joko arduraturantz.** (2009). Docencia e Investigación aldizkaria, 2009, 19. alea - 25/58. or.

