

26.01.2011.

### **Gešaltterapeite: skolā ir jāierobežo pokera spēlēšana**

„Tāpat kā alkohola lietošana, arī pokera spēlēšana sākotnēji pusaudzīm var šķist tikai spēle, lai īsinātu laiku starpbrīžos, tomēr daļa pusaudžu nepamana, ka šķērso robežu, aiz kuras sākas atkarība, un vairs nespēj savu uzvedību kontrolēt vai mainīt. Sākot spēlēt pokeru uz naudu, pirmā likme pusaudzīm ir tas pats, kas pirmais malks alkoholiķim,” norāda biedrības *Esi Brīvs!* Valdes priekšsēdētāja, gešaltterapeite Dace Freiberga.

„Ir skumji, ka pedagogi nepietiekami novērtē un neapzinās riskus, kas saistīti ar šīs spēles spēlēšanu. Pusaudži un jaunieši stāsta, ka skolotāji neiebilst pret klusu pokera spēlēšanu starpbrīžos, jo tas esot daudz nekaitīgāks laika kavēklis par zagšanos slepeni uzsmēķēt,” stāsta D. Freiberga.

„Mūs uztrauc elektroniskajos un citos medijos redzamā un ar likumu aizliegtā azartspēles Pokers reklāma, kas mudina cilvēkus, tajā skaitā jauniešus, apgūt šo spēli un pelnīt naudu. Diemžēl tieši jaunieši nenobriedušās psihi dēļ var kļūt par azartspēļu atkarīgajiem,” komentē biedrības *Esi Brīvs!* galvenā atbalstītāja – *Latvijas Spēļu Biznesa asociācijas* (LSBA) valdes priekšsēdētājs Ģirts Ludeks.

2010. gadā, viesojoties Latvijas skolās, biedrība *Esi Brīvs!* īpašu uzmanību veltīja azartspēles Pokers atkarības veidošanās profilaksei. Mērķis bija izglītēt un diskutēt par iespējamajiem spēlēšanas riskiem, ka arī informēt pusaudžus un jauniešus par to, kā sevi pasargāt, virzot uz saturīgu un veselībai draudzīgu brīvā laika pavadīšanu. Nodarbībās ar skolēniem tiek runāts par azartspēļu spēlēšanas 4 līmeņiem (sociālo, profesionālo, problemātisko un patoloģisko spēli) un spēļu atkarības veidošanās procesu, kas sastāv no 4 fāzēm (uzvaras, zaudējuma, depresijas un bezpalīdzības fāzes).

Biedrības *Esi Brīvs!* psihologi arī 2011. gadā brauks uz mācību iestādēm un, izmantojot radošas un provocējošas metodes, runās ar jauniešiem, viņu vecākiem un pedagogiem par atkarību veidošanās psiholoģiskajiem iemesliem, un, ko ar tiem iesākt. Šomēnes nodarbības jau notikušas un ir plānotas Carnikavas pamatskolā, Varakļānu vidusskolā un Siguldas valsts ģimnāzijā. Līdz mācību gada beigām skolām joprojām iespējams pieteikties bezmaksas interaktīvajām nodarbībām 7.-10. klašu skolēniem un semināriem vecākiem, rakstot uz e-pastu [esibrivs@esibrivs.lv](mailto:esibrivs@esibrivs.lv).

Biedrības *Esi brīvs!* psihologi runā ar jauniešiem par visdažādāko atkarību veidiem – alkohola lietošanu, smēķēšanu, datorspēlēm u.c., kā arī ūdenspīpēm, attiecībām, iepirkšanos, loterijām, kāršu un TV spēlēm, ko bieži sabiedrībā neuzskata par

atkarību rosinošiem procesiem, bet, kas var nodarīt ne mazāku kaitējumu, kā „ierastie” atkarību veidi.

Informācija par biedrību *Esi brīvs!*

Biedrība *Esi brīvs!* dibināta 2007. gada pavasarī, turpinot sociālās kampaņas *Esi brīvs!* 2005. gadā uzsākto darbu Latvijas skolās. Biedrības dibinātāji ir psiholoģe un mākslas terapeite Ilona Gaile, geštaltherapeite Dace Freiberga un narkoloģe- psihoterapeite Ināra Vārpa, kā arī biedrība Latvijas Vecāku apvienība *Vecāki izglītībai, sadarbībai, izaugsmei* un biedrība *Latvijas Spēļu biznesa asociācija*. *Esi brīvs!* līdz šim organizējusi izglītojošus seminārus vecākiem un skolēniem vairāk nekā 280 skolās visā Latvijā, kopumā 705 nodarbībās uzrunājot 12328 jauniešus, 1638 skolotājus un vecākus. Biedrība *Esi brīvs!* 2008. gada rudenī interneta vidē atklāja jaunu mājas lapu [www.esibrivs.lv](http://www.esibrivs.lv). Tajā pieejama informācija par atkarībām, to veidiem, izraisītajām sekām, kā arī speciālistu ieteikumi, kā cīnīties ar atkarību un, kur meklēt palīdzību, ja tā nepieciešama. Mājas lapā pieejama informācija atkarīgo radniekiem, skolotājiem un draugiem par to, kā atpazīt pārlietu aizraušanos ar narkotikām, smēķēšanu, iepirkšanos, kā arī ir iespējams izpildīt dažādus testus par atkarību tēmām u.tml..

### **Biedrības „Esi brīvs!” darbību atbalsta:**

**Latvijas Spēļu Biznesa asociācija (LSBA)** ir sabiedriska organizācija, kura pārstāv spēļu biznesa nozarē strādājošu uzņēmumu intereses valsts un sabiedriskajā sektorā. Asociācijā biedru statusā kopumā ir uzņemti 11 uzņēmumi – SIA *Alfor*, SIA *Altea*, SIA *DLV*, SIA *Furors*, SIA *Garkalns*, SIA *Joker Ltd.*, SIA *Olympic Casino Latvia*, SIA *Post – Nevada*, SIA *Spēļu Nams* un SIA *Optibet*.

**Alus un dzērienu iepakojumu savienībā (ADIS)** ietilpst AS *Aldaris*, AS *Cēsu alus*, SIA *Cido grupa*, *Lāčplēša alus darītava*, SIA *Piebalgas alus*, SIA *Bauskas alus*, AS *Agrofirma Tērvete*, SIA *Zaksi (Užavas alus)*, SIA *Alus nams (Brālis)*.

Papildu informācija:

Anda Klauža,  
Biedrības *Esi brīvs!* valdes priekšsēdētāja vietniece  
Tel. 67225519  
[esibrivs@esibrivs.lv](mailto:esibrivs@esibrivs.lv)