

PRIPREMA ZA SAT RAZREDNIKA:

OVISNOST O KLAĐENJU

Tihana Radišić

I. Tema: Ovisnost o klađenju

II. Razred: 2. razred srednje škole

III. Cilj i ishodi učenja

Cilj: osvijestiti rizike i mehanizme razvoja ovisnosti o klađenju te potaknuti odgovorno i promišljeno ponašanje.

Ishodi učenja:

- Prepoznati rizična ponašanja povezana s klađenjem
- Opisati psihološke i bihevioralne mehanizme ovisnosti
- Razumjeti ekonomske i emocionalne posljedice ovisnosti o klađenju
- Razlikovati mitove i činjenice o klađenju
- Primijeniti strategije prevencije rizičnih ponašanja
- Analizirati vlastite stavove i pritiske okoline vezane uz klađenje

IV. Struktura sata

Br.	Naziv aktivnosti	Trajanje (min)	Opis aktivnosti
1	Uvodna aktivnost: Što je klađenje?	5	Kratka rasprava o tome što učenici smatraju klađenjem i gdje ga susreću.
2	Predavanje: Kako nastaje ovisnost?	10	Razrednik objašnjava psihološki mehanizam nagrađivanja i ciklus ovisnosti.
3	Glavna aktivnost: Mitovi i stvarnost o klađenju	10	Učenici dobivaju tvrdnje i procjenjuju jesu li istinite ili lažne. Razrednik ih potiče na diskusiju mišljenja te na kraju objašnjava činjenice.

4	Radionica: Prepoznavanje rizika	10	Učenci dobivaju 2 scenarija za koje procjenjuju je li riječ o visokom ili niskom riziku ovisnosti o klađenju i obrazlažu svoj odgovor te ih se poziva da pokušavaju navesti još neke situacije i preduvjete u kojima smatraju da su osobe podložnije kockanju.
5	Evalvacija	10	Kratka anonimna anketa o za samoprocjenu učenika o ovisnosti.

1. Uvodna aktivnost: Što je klađenje?

Ovisnost o klađenju (poremećaj kockanja) spada u bihevioralne ovisnosti te se definira kao ponavljajuće i nekontrolirano uključivanje u aktivnosti klađenja unatoč negativnim posljedicama. Mladi su posebno ranjiva skupina jer se nalaze u razdoblju razvoja identiteta, impulzivnosti i traženja uzbuđenja.

Posljedice ovisnosti o klađenju mogu biti emocionalne (anksioznost, depresija, osjećaj krivnje), socijalne (problemi u obitelji, gubitak povjerenja, udaljavanje od prijatelja), školske (pad uspjeha, izostanci) te financijske (dugovi, uzimanje novca bez dopuštenja).

2. Predavanje: Kako nastaje ovisnost?

Psihološki mehanizam ovisnosti temelji se na sustavu nagrade u mozgu. Tijekom klađenja luči se dopamin – neurotransmitter koji izaziva osjećaj ugone i uzbuđenja. Pritom se javlja tzv. "near-miss efekt" – situacije kada igrač skoro pobijedi, što dodatno pojačava potrebu za ponovnim igranjem iako racionalno zna da je ishod slučajan.

Klađenje kod adolescenata često počinje iz radoznalosti, društvenog pritiska, ili zbog želje za brzim novcem. Međutim, rizični obrasci mogu se razviti vrlo brzo, posebno ako su prisutni emocionalni problemi, stres, obiteljske poteškoće ili niska razina samokontrole.

3. Glavna aktivnost: Mitovi i stvarnost o klađenju

Prije početka aktivnosti učenicima se daje priliku da kažu svoje mišljenje o odslušanom, je li im šta od toga poznato, što im je bila novina za čuti.

U sklopu mitova o klađenju, objašnjava se koliko su oni opasni. Primjerice, mnogi vjeruju da mogu "nadmudriti sustav", da se nakon niza gubitaka povećava šansa za dobitak ili da

klađenje može biti način zarade. Statistike i matematički modeli pokazuju da su igre klađenja dizajnirane tako da igrač dugoročno gubi, što učenici trebaju jasno razumjeti.

Aktivnost učenika se nastavlja davanjem dvije izjave za koje se potiče rasprava o tome jesi li istina ili mit.

IZJAVA: “Ako stvarno želiš prestati, onda možeš.”

Zašto je to samo mit:

Istraživanja pokazuju da ovisnost o klađenju nije problem volje, nego stanje u kojem dolazi do promjena u moždanom sustavu nagrade i odlučivanja — osoba može snažno željeti prestati, ali unatoč tome ne uspijeva zbog jakih impulsa i naučenog obrasca ponašanja.

IZJAVA: Ovisnost o klađenju nije samo “problem s novcem”, nego emocionalni i psihološki problem.

Zašto je to istina:

Mnogi počnu pretjerano kockati ne zbog želje za dobitkom, nego da bi pobjegli od stresa, tjeskobe, usamljenosti ili drugih emocionalnih opterećenja. Novac je samo “vidljivi” dio problema—glavni pokretač je psihološka potreba za bijegom, uzbuđenjem ili olakšanjem

4. Radionica: Prepoznavanje rizika

Scenariji predani učenicima:

A) Učenik ponekad uplati mali iznos na utakmicu, ali to radi samo kad je s društvom i ne razmišlja o tome ostatak tjedna.

B) Netko svakodnevno prati kvote, proučava statistiku i sve češće ulaže više novca nego što je prvotno planirao.

Za procjenu se učenicima daju na biranje potencijalni „signali“ koji ih mogu navesti na odluku - npr. gubitak kontrole, učestalost klađenja, emocionalna reakcija, tajnost, financijske posljedice.

5. Evaluacija

Provodi se anonimna anketa samoprocjene učenika o novcu i vremenu provedenom na online kladionicama. Anketa se provodi na razini škole i postaje pedagogu i psihologu podloga za daljnje aktivnosti i radionice prevencije ovisnosti.

Prevenција ovisnosti uključuje razvoj emocionalne otpornosti, učenje upravljanja novcem, kritičko promišljanje o oglašavanju i manipulativnim tehnikama industrije klađenja, te stvaranje zdravih navika suočavanja sa stresom. Važna je i uloga okoline – obitelji, škole i prijatelja – u stvaranju podržavajućeg i poticajnog okruženja.

V. Literatura

- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), izdavač: American Psychiatric Association (2013).
- Griffiths, M. (2005). A "components" model of addiction within a biopsychosocial framework, izdavač: Taylor & Francis Group Ltd.
- Derevensky, J., Gupta, R.(2004): Gambling Problems in Youth: Theoretical and Applied Perspectives (2004), izdavač: Springer / Kluwer Academic Publishers
- Volberg, R. et al. (2010). An international perspective on youth gambling prevalence studies, Časopis: International Journal of Adolescent Medicine and Health, Izdavač: Freund Publishing House Ltd