

АДИКЦІЇ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

А. О. Єфанова

Криворізький державний педагогічний університет

nastyayefanova@gmail.com

*Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
кафедри загальної та вікової психології Н. М. Макаренко*

Вступ. Стаття присвячена дослідженню основних видів адиктивної поведінки у юнацькому віці. Адиктивна поведінка набуває масового характеру з кожним днем. Ми погоджуємося з визначення Ц. П. Короленко, що адиктивна поведінка проявляється в “відході” від реальності, яка не задовольняє людину. Таким чином людина намагається позбутися психологічного дискомфорту, в результаті з’являється залежність. Ц. П. Короленко стверджує, що адиктивна поведінка починається з фіксації, яка відбувається при зустрічі з впливом того, що справляє сильне враження на адикта. В результаті дана фіксація викликає сильне бажання до повторення процесу [1, с. 8]. Вперше термін «адиктивна поведінка» був запропонований В. Ф. Міллером у 1984 році. Цей термін використовується для означення ситуацій порушення поведінки, що виникає у результаті зловживання різними речовинами, які змінюють психічний стан людини. Кожна людина, на думку дослідника, має власний набір навичок для позбавлення певного психологічного дискомфорту і часто застосовує їх не замислюючись. До особистого арсеналу можемо віднести різноманітні способи перемикання уваги на емоційно-стимулюючі події: перегляд соціальних мереж, відеоматеріалів, фільмів, прогулянок, вживання алкогольних напоїв, наркотичних речовин.

На думку Т. А. Донских та Ц. П. Короленка адикції включають хімічну і нехімічну (емоційну) залежність, в тому числі співзалежність. Хімічна залежність – це психічний стан, що є наслідком повторного вживання природних або синтетичних психоактивних речовин. До психоактивних речовин відносяться наркотики і офіційно не зараховані до наркотиків

речовини: алкоголь, нікотин, кофеїн, ряд засобів лікарської і побутової хімії. В результаті хімічної залежності адикт втрачає міру вживання речовин, страждає фізично та частіше за все з'являються провали в пам'яті і проблеми з оточенням. Нехімічна залежність не вимагає якоїсь певної речовини. До нехімічних відносяться азартні ігри (гемблінг), сексуальна, любовна залежність, інтернет-залежність та інші. На думку Ц. П. Короленка індивід під час адиктивної поведінки уникає відповідальності та звинувачує оточуючих у власних помилках. До співзалежної групи належить адикція до їжі, а саме переїдання та голодування [3].

Виклад основного матеріалу. Для перевірки наявності адиктивної поведінки у сучасних юнаків, ми провели власне дослідження проблеми. У даному дослідженні взяли участь користувачі мережі «Instagram» та «Facebook». Вибірка складається з 15 осіб віком від 18-20 років. За допомогою методики діагностики схильності до 13 видів залежностей, Г.В. Лозової (використано модифікований нами варіант тесту) було проведено інтернет-опитування користувачів з метою виявлення загальної схильності до залежностей. Дослідження складалося з декількох етапів: підготовчого, константувально-діагностичного, для збору інформації щодо різних видів залежності та аналітичного.

Досліджуванним пропонувалося відповісти на 37 питань, враховуючи власне відношення до одного із видів адикції. В опитуванні представлено 9 найбільш характерних видів адиктивної поведінки, а саме: інтернет-залежність, любовна, ігрова, харчова залежність, залежність від куріння та алкоголю, залежність від наркотичних речовин, залежність від здорового способу життя та загальна схильність до залежностей.

Результати дослідження представлено у таблиці.

Таблиця 1

Результати опитувальника «Схильності до різних видів залежностей»

Г. В. Лозової (модифікований варіант)

Вид адиктивної поведінки	Кількість балів	Кількість у %
--------------------------	-----------------	---------------

Залежність від алкоголю	6	7%
Залежність від наркотичних речовин	3	3,5%
Інтернет-залежність	12	14%
Любовна залежність	16	18%
Ігрова залежність	8	9%
Харчова залежність	14	16%
Залежність від куріння	8	9%
Загальна схильність до залежностей	10	11%
Залежність від здорового способу життя	10	11,5%

У графічному вигляді результати представлено на рис. 1.



Рис.1. Види адикцій у юнацькому віці (тест Г. Лозової)

Отже, ми з'ясували що більшість опитаних за методикою Г. В. Лозової мають любовну залежність 18%. Пояснення отриманим результатам знаходимо в дослідженнях А. Ю. Єгорова та А. В. Голенкова. Любовна адикція - це фіксація на іншій людині, для якої характерні відношення, які виникають між двома адиктами. На першому місці постає для індивіда інтенсивність та екстримальність відношень [4, с. 3]. Таким адиктам характерно комплекс «неповноцінності», невпевненість у спілкуванні з оточуючими, вони страждають від почуття бути покинутим. Спроба заставити себе відповідати чужим очікуванням приводить до нереалізованої концепції власного життя та порушення особистої автономії. Виникає

невідповідність, яка породжує хронічне відчуття внутрішнього незадоволення. Такої ж думки притримується і Robin Norwood [2,с.35]. Середні показники адиктивної поведінки (а саме 11% опитуваних) мають залежність від здорового способу життя. Ми погоджуємося з думкою Г. В. Лозової, що залежність від здорового способу життя – надмірна турбота про власне здоров'я, яке домінує у життєвих цінностях та інтересах особистості. Також Г. В. Лозова зазначає, що в результаті подібної гонки виникає непорозуміння з оточуючими, друзями та рідними, а застосування методів самооздоровлення та самолікування без контрольованого нагляду спеціаліста можуть привести до негативних наслідків для – психічного та фізіологічного здоров'я залежного. Та найменша кількість опитуваних, а саме 3,5% схильні до залежності від наркотичних речовин. Досліджуючи саме цю адикцію, Ц. П. Короленко зазначає, що наркотична адикція – це стан, який характеризується явищем психічної та фізичної залежності, постійної потреби в непереборному бажанні та в повторному вживанні психоактивних речовин [5]. Для таких адиктів характерно: зміна характеру, системи цінностей, часто в адикта збільшується ризик виникнення психологічних захворювань.

Висновки. Отже, ми з'ясували, що залежна людина бачить світ переважно під одним певним кутом зору, як правило під тим, під яким йому зручно його бачити і під яким він звик його бачити. В результаті цього його цінності сильно обмежені. Створюється помилкове враження емоційного комфорту та стабільності, благополуччя. Емоційні стосунки з людьми руйнуються, предмети в адиктивній поведінці людини замінюють живих людей. Також оточуючі адикта сприймаються, як об'єкти, предмети для маніпуляції і це в свою чергу поступово призводить до негативного відношення до адикта з боку друзів та рідних. Внаслідок сприяє посиленню залежних до ізоляції у суспільстві.

Література

1. Егоров А. Ю. *Нехимические (поведенческие) аддикции*. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://psychiatr.ru/download/2146?view=1&name=ПоведенАддикцСуздаль.pdf>
2. Качалов В. *Об аддикциях и аддиктивном поведении*. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=104354>
3. Короленко Ц.П., *Донских Т.А. Семь путей к катастрофе: Деструктивное поведение в современном мире*. Новосибирск : Наука. Сиб. отд-ние, 1990. 224 с.

4. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. *Психосоциальная аддиктология*: Новосибирск, Издательство «Олсиб», 2001. 251с.
5. Robin Norwood *Women Who Love Too Much*. Издательство: Добрая книга, 2004 г. 376 с.