

УДК 37.013.42.159.9.019.4

І. С. Остапівський,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри менеджменту освіти ВІППО;
Т. П. Остапівська,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки і психології ВІППО

До проблеми теоретичного обґрунтування феномену адиктивної поведінки

Розкрито актуальність досліджуваного явища. Дано визначення адиктивної поведінки, розкрито її форми, причини виникнення та фази розвитку.

Ключові слова: норма, відхилення від норми, девіантна поведінка, адиктивна поведінка, форми адиктивної поведінки.

Ostapivskiy I. Ye., Ostapivska T. P. Concerning Theoretical Grounds of Addictive Behavior.

The actuality of research phenomenon is discovered in this article. The definition of addictive behavior is given, its forms, causes and development phases are discovered.

Key words: norm, deviations from norms, deviant behavior, addictive behavior, forms of addictive behavior.

Постановка проблеми. Життя і здоров'я людини є найвищою цінністю та показником розвитку суспільства. Науковці АПН України у фундаментальному дослідженні «Біла книга національної освіти України» [2, 19] виділяють вісім основних чинників, які становлять ризик для здоров'я молоді. Ними є: надмірна вага; хронічні захворювання; небезпечна сексуальна поведінка; знижена фізична активність; психологічний дискомфорт; куріння; зловживання алкогольними напоями; наркотики. Особливо швидкими темпами зростає алкоголізм, тютюнопаління та наркоманія серед дітей і молоді.

Залежність від алкоголю, тютюну і наркотиків є одним із видів адиктивної поведінки. Саме тому ця проблема актуальна у педагогічній науці. Дослідження її сучасного стану дало змогу виявити низку суперечностей, зокрема між:

- актуальністю проблеми та необізнаністю педагогів і школярів із її суттю;
- достатньою кількістю наукових розробок, присвячених віковим особливостям розвитку адиктивної поведінки в учнівському середовищі, та недостатнім їх упровадженням у навчально-виховний процес.

Аналіз досліджень і публікацій. Сутність, причини, механізми виникнення та розвитку адиктивної поведінки розкрито у дослідженнях О. Безпалько, І. Богданової, О. Грибанова, Н. Зимівець, Т. Золотової, Н. Максимової, Л. Юр'євої та ін.

Технологічні аспекти профілактики адиктивної поведінки висвітлено в роботах С. Архипової, Л. Завацької, О. Балакіревої, Н. Пезешкіан, Т. Куліченко, С. Кулакова, Г. Майборода, О. Овчарової, О. Стойко, О. Сердюк, О. Яременко.

Мета статті – теоретичне обґрунтування феномену адиктивної поведінки.

Виклад основного матеріалу. Важливою для педагога є категорія «норми». Термін «норма» латинського походження, дослівно – «косинець». У переносному значенні її розглядають як «правило». Тобто вона є регулятивним правилом, яке визначає межі власного застосування.

Усі види норм можна поділити на дві великі групи. Це технічні та соціальні норми. Якщо технічні регулюють діяльність людини, пов'язану із використанням природних ресурсів та знарядь праці, то соціальні регулюють відносини між людьми, є правилами поведінки в суспільстві. Вони мають чітко виражений соціальний характер і забезпечуються різними засобами суспільного впливу.

Існують різні види норм – економічні, політичні, екологічні та інші. У педагогіці це ідеальне утворення, умовне позначення об'єктивної реальності або середньостатистичний показник, який характеризує реальну дійсність.

Із поняттям норми тісно пов'язано відхилення від норми. Все, що не відповідає нормі, є девіантною поведінкою. Є різноманітні прояви такої поведінки. Останніми роками в нашому суспільстві набуває поширення адиктивна поведінка. Вона різна за природою та сутністю.

Термін «адикція» у перекладі з англійської означає «пристрасть, згубна звичка; схильність». Уперше в науковий обіг його ввів американський дослідник В. Міллер у 1984 році. Відповідно до його теорії, адиктивна поведінка є залежною поведінкою. Тобто зміни психічного стану людини можуть бути викликані зловживаннями різними речовинами, включаючи алкоголь, тютюн та наркотики, ще до того як сформується фізична залежність від них.

Невипадково в сучасній науковій думці не існує єдиного бачення у трактуванні феномену адиктивної поведінки. Наприклад, І. Богданова вважає, що поведінка, яка передуює різним видам хімічної залежності, називається адиктивною поведінкою (від англ. addictive behaviour – хибна залежність, негативна пристрасть, залежна (від наркогенних засобів) поведінка) [3, 320]. О. Тютюнник характеризує адиктивну поведінку як поведінку неповнолітніх, яка передуює формуванню патологічної залежності від ПАР (психоактивних речовин) [10]. Ряд авторів під адиктивною розуміють поведінку, що досягається різнноманітними способами – фармакологічними й нефармакологічними, і це супроводжується

розвитком суб'єктивно приємних емоційних станів. О. Безпалько [1], Ц. Короленко [5], Т. Донських [5] досліджуваний феномен розглядають як поведінку людини, для якої притаманне прагнення до відходу від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану завдяки прийому різноманітних хімічних речовин чи постійній фіксації уваги на певних видах діяльності з метою розвитку та підтримання інтенсивних емоцій. Адикцію розглядають також як залежність від деяких речовин, предметів або видів діяльності [9, 9].

Невизначеність у трактуванні сутності адиктивної поведінки залишає відкритим питання про її форми. Наприклад, Є. Змановська [4, 9] виділяє такі форми залежної поведінки: 1) хімічна залежність (куріння, алкоголізм, залежність від ліків, наркоманія, токсикоманія); 2) порушення харчової поведінки (переїдання, голодування, відмова від їжі); 3) гемблінг – ігрова залежність (азартні ігри, комп'ютерна залежність); 4) сексуальні адикції (зоофілія, фетишизм, пігмаліонізм, трансвестизм, ексгібіціонізм, вуайеризм, некрофілія, садомазохізм); 5) релігійна деструктивна поведінка (релігійний фанатизм, залученість до секти).

Автори іншого підходу виділяють: нехімічні адикції (схильність до азартних ігор, комп'ютерна адикція, трудовоголізм); проміжні форми адикції (анорексія – відмова від їжі, булімія – прагнення до постійного споживання їжі); хімічні адикції (уживання та вдихання психоактивних речовин: тютюну, алкоголю, наркотиків, медичних препаратів, речовин побутової хімії).

Аналогічного підходу до класифікації адикцій дотримується Л. Буніна [9, 9]. Вона виділяє хімічні та нехімічні форми адикцій. До нехімічних відносять: азартні ігри, сексуальну, любовну адикцію, адикцію до витрачання грошей, інтернет-адикцію, гаджет-адикцію (мобільний телефон, CD-плеєр, комп'ютер тощо), залежність від деструктивних культур. Проміжне місце займають адикції до їжі (переїдання чи голодування). Хімічні форми адикції включають алкоголізм, наркоманію, вживання лікарських засобів у дозах, що перевищують терапевтичні, галюциногенів, препаратів побутової хімії.

Перелічені вище форми не вичерпують існуючих адикцій. Вияснити прояви адиктивної поведінки допоможе розуміння того, що адикція є своєрідною «втечею» від дійсності. Науковці виділяють чотири її види: «втеча у тіло», «втеча у роботу», «втеча у контакти чи самотність», «втеча у фантазії» [7]. Наприклад, при «втечі у тіло» традиційний спосіб життя, спрямований на сім'ю, професію, оточення, захоплення, переорієнтовується лише на особисте фізичне або психічне вдосконалення. Це супроводжується гіперкомпенсаторним захопленням оздоровчими заходами, сексуальними контактами, власною зовнішністю, способами розслаблення та відпочинку. При «втечі у роботу» людина акцентує увагу на професійній діяльності, ігноруючи інші сфери життєдіяльності. «Втеча у контакти чи самотність» проявляється у змінах комунікативної сфери. При цьому спілкування або обмеження контактів є єдиним шляхом задоволення потреб особистості. «Втеча у фантазії» проявляється в інтересі людини до псевдофілософських пошуків, фанатизму, надмірної

схильності до роздумів, продукуванні різноманітних проєктів за відсутності реальних дій чи активності у їх реалізації.

Зазначимо, що певні види діяльності можуть мати характер «змішаної втечі». Для прикладу, зловживання алкоголем або наркотиками є одночасно «втечею у тіло», «втечею у контакти чи самотність» та «втечею у фантазії».

Науковцями також розроблено класифікації мотивацій адиктивної поведінки особистості. Зокрема, Г. Никифорова виділяє такі мотивації: заспокоююча (зняття напруги, досягнення розслаблення), комунікативна (задоволення потреб у спілкуванні, коханні, доброзичливості), активуюча (піднесення життєвих сил, бадьорості), гедоністична (отримання приємних почуттів, створення психологічного та фізичного комфорту), маніпулятивна (маніпулювання іншими, демонстрація своєї винятковості), компенсаторна (компенсація будь-якої неповноцінності особистості, дисгармонійності характеру) [8].

Аналіз досліджуваної проблематики дозволив визначити причини адиктивної поведінки особистості. Ними є: соціальні (нестабільна суспільна й економічна ситуація, деформація цінностей, відсутність умов самореалізації, фізичне, психологічне й сексуальне насилля над особистістю, участь неповнолітніх в асоціальних молодіжних угрупованнях тощо); сімейні (розлучення, втрата членів сім'ї, роботи, відсутність любові й поваги, аморальний спосіб життя); особистісні (асоціальна й аморальна поведінка, низький рівень духовності, невизнання, агресивна налаштованість на довкілля, депресивні стани тощо); психологічні (акцентуації характеру, психопатії, особистісна схильність і психологічна готовність до адиктивної поведінки).

Досить глибокий та ґрунтовний аналіз причин виникнення цього явища знаходимо у дослідженні О. Тютюнник [10, 43–45]. Дослідниця виділяє зовнішні (соціокультурні, соціальні, природні) та внутрішні (особистісно-психологічні, біогенетичні) фактори. Дослідження причин та мотивів дозволяє говорити про фази розвитку адиктивної поведінки. Науковці виділяють п'ять етапів її формування [9, 9–10].

На першому етапі адиктивна поведінка формується на емоційному рівні. Групою ризику є особи із низькими адаптивними можливостями, нестійкі до стресів, постійно незадоволені собою, життям і оточенням.

На другому етапі формується певна частота реалізації залежної поведінки. Адикцію викликають події, що провокують душевний неспокій, тривогу, дискомфорт.

На третьому етапі така поведінка стає стереотипом. Мотивація штучної зміни свого психічного стану стає інтенсивною. Ставлення людей із найближчого оточення ігнорується.

Четвертий етап – домінування адиктивної поведінки, повне занурення в адиктивний процес, відчуження та ізоляція від суспільства.

П'ятий етап характеризується як катастрофа – руйнування психіки та біологічних процесів, загальна криза та духовне спустошення.

Окрім визначення етапів, важливою для соціально-педагогічної науки та практики є проблема діагностування.

І. Шуригіна [11] для констатування в людини поведінки залежного типу пропонує використовувати такі показники:

- 1) нездатність приймати рішення без поради інших людей;
- 2) готовність дозволяти іншим приймати за себе важливі рішення;
- 3) готовність погоджуватися з усіма через страх бути відштовхнутим, навіть при усвідомленні того, що вони не праві;
- 4) відчуття утруднення в тому, щоб почати будь-яку справу самостійно;
- 5) готовність добровільно виконувати принизливу та неприємну роботу з метою отримати підтримку та любов оточення;
- 6) готовність докладати великі зусилля для того, щоб запобігти самотності;
- 7) відчуття спустошеності та безпорадності, коли обривається близький зв'язок;
- 8) страх бути покинутим;
- 9) покірність критиці або несхваленню з боку інших.

Цікавим є дослідження С. Кулакова [6], яке дозволяє не лише діагностувати залежну поведінку особистості, але розкриває особливості її у поведінковій, афективній та мотиваційній сферах. Зокрема, у поведінковій сфері спостерігається: уникнення вирішення проблем, нестабільність стосунків з оточенням, однотипний спосіб реагування на фрустрацію та труднощі, високий рівень претензій та домагань за відсутності критичної оцінки своїх здібностей та можливостей, схильність до звинувачень, егоцентризм, агресивна та невпевнена поведінка, поява соціофобій, орієнтація на надмірно жорсткі норми та вимоги, перфекціонізм, нетерплячість та інтолерантність, що не дозволяють особистості досягти стійкості.

Для афективної сфери характерна: емоційна лабільність, низька фрустраційна толерантність та швидке виникнення тривоги і депресії, занижена чи нестабільна самооцінка, завищення кількості негативних подій та мінімізація позитивних, що призводить до ще більшого заниження самооцінки, неприйняття «зворотних зв'язків» та сприяє закритості особистості.

Мотиваційній сфері притаманне: блокування потреби у захищеності, самоствердженні, свободі, належності до референтної групи; наявність

когнітивних порушень, що збільшують дисгармонію особистості, «афективна логіка», надмірні очікування від інших, «емоційні блоки».

Незважаючи на різноманітні форми, для адиктивної поведінки характерні такі особливості [4, 9–11]:

– залежна поведінка виявляється у стійкому прагненні особистості до зміни психофізичного стану. Будь-який об'єкт залежності (алкоголь, наркотик, гра та ін.) дозволяє адикту випробовувати значущі для нього переживання, до яких він прагне, але не може досягти самостійно;

– формування адикції супроводжує зниження контролю особистості над прагненням до об'єкта залежності. Це прагнення особистість переживає як імпульсивно-категоричне, непереборне, ненасичуване. Зовнішньо це може виглядати як боротьба з самим собою, а частіше – як втрата самоконтролю, спочатку над своєю поведінкою, а потім і над своїм життям;

– адиктивна поведінка – безперервний процес формування й розвитку залежності. Адикція нерідко має нешкідливий початок, індивідуальний перебіг із посиленням залежності та вкрай негативним результатом;

– циклічність залежної поведінки має фази: наявність внутрішньої готовності до адикції; посилення бажання та напруги; очікування й активний пошук об'єкта адикції; отримання об'єкта й досягнення специфічних переживань; розслаблення; стадія відносного спокою (ремісія);

– адиктивна поведінка не обов'язково призводить до захворювання чи смерті, але закономірно викликає міжособистісні зміни та соціальну дезадаптацію.

Висновки та перспективи дослідження.

Актуальною для соціально-педагогічної науки є проблема адиктивної поведінки. Її ми розглядаємо як поведінку, залежну від деяких предметів, речовин або видів діяльності. Адиктивній поведінці характерні певні особливості, форми та фази розвитку.

Причинами виникнення адиктивної поведінки є як зовнішні (соціокультурні, соціальні, природні), так і внутрішні (особистісно-психологічні, біогенетичні) фактори.

Проведене дослідження дозволило окреслити перспективи подальшого наукового пошуку. Ними є зміст, форми та методи профілактики адиктивної поведінки молодших школярів.

Література

1. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях [Текст] / О. В. Безпалько. – К. : Логос, 2003. – 134 с.
2. Біла книга національної освіти України / Акад. пед. наук України; за ред. В. Г. Кремения [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.ukraine3000.org.ua/img/forall/APN.pdf>
3. Богданова І. М. Соціальна педагогіка : навч. посібн. [Текст] / І. М. Богданова. – К. : Знання, 2008. – 343 с.
4. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери [Текст] / за заг. ред. І. Д. Звереві. – К., Сімф. : Універсум, 2012. – 536 с.
5. Короленко Ц. П. Семь путей к катастрофе: Деструктивное поведение в современном мире [Текст] / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск : Наука, 1990. – 224 с.
6. Кулаков С. А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков [Текст] / С. А. Кулаков. – М. : Фолиум, 1998. – 70 с.
7. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия [Текст] / Н. Пезешкиан; пер. с нем. Т. В. Куличенко. – М. : Медицина, 1996. – 464 с.
8. Психология здоровья [Текст] / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Изд-во Санкт-Петербург. ун-та, 2000. – 504 с.
9. Соціальна педагогіка : мала енцикл. [Текст] / за ред. І. Д. Звереві. – К. : Центр учб. літ., 2008. – 336 с.
10. Тютюнник О. В. Підготовка майбутніх соціальних педагогів до профілактики наркотичної залежності серед старшокласників : монографія [Текст] / О. В. Тютюнник. – Черкаси : ФОРМ Гордієнко Є. І., 2014. – 350 с.
11. Шуригіна І. І. Семья, карьера и наркотики [Текст] / І. І. Шуригіна // Народонаселение. – 1999. – № 1. – С. 120–128.