

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ З РІЗНИМИ АДИКЦІЯМИ

Пасічник Леся

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Луцьк, Україна

Pasichnyk.Lesia@vnu.edu.ua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6801-9478>

Метою статті є здійснення теоретичного аналізу наукових джерел щодо досліджень психологічних особливостей поведінки особистості з різними адикціями.

Методи. У статті застосовано методи теоретичного вивчення наукової літератури: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення.

Результати. Огляд теоретичної та емпіричної бази досліджень щодо психологічних особливостей адиктивної поведінки особистості дає змогу стверджувати, що проблематика адикцій актуальна, широко представлена та досліджується науковцями в різних аспектах. Спостерігається зростання та ґрунтовність наукових досліджень нехімічних (поведінкових) залежностей. Серед українських дослідників переважає тематика щодо вивчення психологічних особливостей формування адиктивної поведінки у сучасній молоді, впливу сім'ї на формування адиктивної поведінки особистості, ургентної адикції та трудоголізму, психологічних особливостей харчової адикції, інтернет-залежності тощо.

Висновки. Сімейна система є базою формування індивідуально-психологічних чинників схильності до адиктивної поведінки особистості (стилі прив'язаності, рівень прояву акцентуацій характеру, стійкість до емоційного навантаження тощо). Залежність від психоактивних речовин вважається складним та хронічним станом. У зв'язку з легалізацією продуктів з канабісу в ряді країн, зростає його доступність. Доступність є одним з негативних факторів формування хімічних залежностей. Межа між неproblemною поведінкою особистості та поведінковою залежністю (трудоголізм, переїдання, інтернет-залежність, азартні ігри тощо) в повсякденному житті дуже тонка, а свідченням формування адикції можуть бути негативні наслідки для здоров'я та благополуччя людини. Ознаки сформованої адикції (хімічної та нехімічної): порушення контролю над поведінкою, пріоритетність, продовження та ескалація поведінки не зважаючи на негативні наслідки. Інструментарій емпіричних досліджень адиктивної поведінки до недавня, в основному,

розроблявся та вдосконалювався щодо вивчення залежностей від психоактивних речовин та застосовувався для дослідження усіх видів адикцій, в тому числі і поведінкових. На сучасному етапі спостерігаються дві тенденції: застосування існуючого інструментарію для дослідження залежностей; розробка та впровадження нових методик щодо хімічних (залежність від психоактивних речовин) та нехімічних (поведінкових) адикцій.

Ключові слова: хімічні адикції, нехімічні адикції, чинники адиктивної поведінки, особливості прояву адиктивної поведінки, наслідки адиктивної поведінки.

Lesia Pasichnyk. Psychological peculiarities of behaviour of a person with various addictions.

The purpose of the article is to carry out a theoretical analysis of scientific sources on the study of psychological characteristics of behaviour of a person with various addictions.

Methods. The article uses the methods of theoretical study of scientific literature: analysis, synthesis, abstraction, and generalisation.

Results. A review of the theoretical and empirical basis of research on the psychological characteristics of addictive behaviour of individuals suggests that the problem of addictions is relevant, widely represented and studied by scientists in various aspects. There is an increase and thoroughness of scientific research on non-chemical (behavioural) addictions. Among Ukrainian researchers, the predominant topics are the study of psychological features of the formation of addictive behaviour in modern youth, the influence of the family on the formation of addictive behaviour, urge addiction and workaholism, psychological features of food addiction, Internet addiction, etc.

Conclusions. The family system is the basis for the development of individual psychological factors of predisposition to addictive behaviour (attachment styles, the level of manifestation of character accentuations, resistance to emotional stress, etc.) Dependence on psychoactive substances is considered a complex and chronic condition. Due to the legalisation of cannabis products in a number of countries, its availability is increasing. Accessibility is one of the negative factors in the development of chemical dependence. The distinction between non-problematic behaviour and behavioural addiction (workaholism, overeating, internet addiction, gambling, etc.) in everyday life is very vague, and negative consequences for a person's health and well-being can be an evidence of addiction. Signs of established addiction (chemical and non-chemical) are: impaired control over behaviour, prioritisation, continuation and escalation of behaviour despite negative consequences. Until recently, the tools for empirical research on addictive behaviour were mainly developed and improved for the study of substance dependence and were used to study all types of addictions, including behavioural ones. At the present level, there are two trends: the use of existing tools for the study of addictions;

development and implementation of new methods for chemical (substance dependence) and non-chemical (behavioural) addictions.

Key words: chemical addictions, non-chemical addictions, causes of addictive behaviour, peculiarities of addictive behaviour, consequences of addictive behaviour.

Вступ. Вивчення поведінки людини завжди знаходиться в полі зору науковців. Особливості соціально-політичних умов сьогодення в Україні мають критичний вплив на поведінку кожної особистості. Спроби уникнути тиску стресогенних факторів призводить до бажання відійти від реальності чи то за допомогою психоактивних речовин, їжі, чи то зануренням в професійну діяльність чи соціальні мережі, азартні ігри тощо.

Наразі спостерігається зростання проявів адиктивної поведінки серед населення України (Берегова, Колба, 2023; Грицюк, 2023; Петрунько, Сілаєва, 2023). Усвідомлюючи актуальність та складність проблематики адикцій, в вересні 2023 року Інститутом психології імені Г. С. Костюка НАПН України була проведена I Всеукраїнська науково-практична конференція з адиктології, метою якої було висвітлити психологічні та фізіологічні аспекти дослідження адикцій, проблематику психологічної практики при соціальній реабілітації та психотерапії осіб з адикціями. Зазначається, що адиктивна поведінка це комплексний феномен, який потребує ґрунтовного підходу до вивчення причин та психологічних механізмів її формування, психологічних особливостей прояву, наслідків.

Мета статті. Здійснити теоретичний аналіз, як українських, так і зарубіжних, наукових джерел щодо досліджень психологічних особливостей поведінки особистості з різними адикціями.

Методи та процедура дослідження. В ході проведення дослідження нами було проаналізовано наукові публікації за 2023-2024 роки, відібраних у фаховій літературі, щодо сучасних підходів вивчення психологічних особливостей адиктивної поведінки. Абстрагуючись від такого фактору, як країна, в якій проводилось теоретичне та емпіричне дослідження, ми узагальнили, структурували та систематизували чинники, типи, особливості прояву, наслідки адиктивної поведінки.

Обговорення результатів. У науковій літературі поняття «адикція» (англ. — схильність, пагубна звичка, пристрасть), «адиктивна поведінка» (лат. — сліпо відданий, той що потрапив у рабство) та «залежність» вживаються як синоніми. Сучасними

науковцями О. Кононенко та А. Ходотаєвим адиктивна поведінка трактується як порушення поведінки та є одним з видів девіантної поведінки (Кононенко, Ходотаєв, 2023).

Адиктивна поведінка В. Морозом характеризується фіксацією на певних видах діяльності чи вживанні різноманітних хімічних речовин з метою переживання надмірних емоцій та відходу від реальності, саморегуляції та адаптації, не зважаючи на негативні наслідки. Науковець відзначив, зокрема, що адиктивний процес завжди починає формуватися на емоційному рівні, далі встановлюється певна частота реалізації адикції, також простежується тісний зв'язок між частотою проявів адиктивної поведінки та появою життєвих проблем. Вченим виділено, що чим нижчий у особистості поріг стійкості до фрустрації, тим частіше проявляється адиктивна поведінка. На наступному етапі формування адиктивної поведінки, вона стає типовим або стереотипним типом реагування на виклики життєвих реалій. Етап, на якому адиктивна поведінка стає домінуючою в повсякденному житті, В. Мороз називає катастрофічним, адже, руйнується не лише психіка адикта, але й біологічні процеси, що викликає виснаження та руйнацію життєво важливих ресурсів (Мороз, 2023).

У своїх дослідженнях Н. Берегова та В. Колба виділяють основні чинники формування адиктивної поведінки у молодих людей: порушене соціальне мікросередовище, індивідуально-біологічні та індивідуально-психологічні особливості особистості, моральна незрілість особистості. Неповна сім'я, ігнорування або надмірна опіка батьками, спадкова обтяженість у відношенні алкоголізму, психологічний інфантилізм, органічні ураження мозку, низька стійкість до емоційного навантаження, високий рівень прояву акцентуацій характеру, уникання відповідальних ситуацій та рішень, відсутність бачення шляхів розвитку своєї особистості, вузьке коло і нестійкість інтересів тощо — все це фактори ймовірності розвитку адиктивної поведінки у молоді (Берегова, Колба, 2023).

В емпіричному дослідженні психологічних особливостей формування залежностей у підліткової та юнацької молоді, вибірка якого складала 60 осіб віком від 14 до 25 років, М. Мельничук та М. Рева визначили притаманні досліджуванім акцентуації характеру та виражену схильність до адикції у вигляді вживання алкогольних напоїв. За результатами досліджень 41 % респондентів мають виражену схильність до алкоголізації, що є проявом сформованої

адикції. Вченими виділено такі акцентуції характеру цих респондентів, як гіпертимна, лабільна, сенситивна, шизоїдна, істероїдна. Встановлено, що 51 % досліджуваної молоді, яка характеризується ознаками ворожості у стосунках з батьками, властивий високий рівень схильності до адиктивної поведінки. Відзначено, що одним з базових чинників формування адиктивної поведінки у молодих людей є дисгармонійні внутрішньо сімейні стосунки, адже 45 % досліджуваних характерна директивність у стосунках з батьками, а 42 % досліджуваних молодих людей мають стосунки з батьками з ознаками психологічного дистанціювання між членами родини (Мельничук, Рева, 2023).

Досліджуючи чинники різних видів адиктивної поведінки серед молоді, зокрема, серед студентів закладів вищої освіти, К. Бердичевська та В. Лютий звертають увагу на труднощі першокурсників у процесі адаптації: переїзд в інше місто, проживання окремо від сім'ї, необхідність вибудовувати комунікації у новому середовищі однолітків, пристосування до зміни режиму навчального процесу в порівнянні із закладом середньої освіти, підвищена стомлюваність, низький рівень самоорганізації та самоконтролю, неузгодженість між професійним вибором особистості та способами його реалізації тощо. Водночас, дослідники зауважують, що причини адиктивної поведінки студента є суто індивідуальними та залежать від самого випадку та ситуації людини (Бердичевська, Лютий, 2023).

В дослідженні проблеми адиктивної поведінки в межах інтеракції однолітків в молодіжному середовищі О. Кононенко та А. Ходотаєвим з'ясовано, що груповий чинник через взаємодію між членами групи відіграє одну з найважливіших ролей в становленні системи адикції та адиктивної поведінки, а саме, уявлення та репрезентація груповою поведінкою вже встановленого стереотипу щодо адикції. Ключовим елементом дослідники вважають розуміння сприйняття групового впливу та соціального статусу як нормативного чинника. У контексті кризових ситуацій в суспільстві, в наслідок утворення стійкого соціального середовища, що сприяє загостренню адиктивних звичок, груповий вплив зростає (Кононенко, Ходотаєв, 2023).

Як вважають В. Вінс та О. Тороп, окрему групу факторів впливу на формування адиктивної поведінки становлять чинники, пов'язані з

батьківським вихованням та особистим впливом батьків. Авторами встановлено, що відсутність у батьків стійких власних моральних установ, їх висока особиста схильність до адиктивної поведінки, невротичність, тривожність, конфліктність, наявність дистимічного та застрягаючого типів акцентуації негативно впливають на зростаючу особистість та сприяють формуванню у неї різних типів адикцій (Вінс, Тороп, 2023).

Вивчаючи психологічний вплив дитячо-батьківських відносин на схильність до наркотичної залежності молодих людей, О. Лебідь та О. Літвінова емпірично дослідили та теоретично обґрунтували сприяння неправильних стратегій батьківського виховання формуванню протестної форми поведінки молодих людей та їхньої втечі від реальності. За результатами їхнього емпіричного дослідження, в якому взяли участь 19 дорослих наркозалежних чоловіків віком від 18 до 43 років, що на момент дослідження проходили реабілітацію від наркозалежності в психологічному центрі реабілітації і ресоціалізації наркозалежної молоді, вченими виявлено, що 57,9 % респондентів зростали в повній родині з рідними батьками, а 42,1 % виховувалися в неповній родині (Лебідь, Літвінова, 2023).

Надалі було встановлено, що досліджувані наркозалежні не відчували прийняття та емоційної підтримки батьків в підлітковому віці — 89,5 % опитаних чоловіків та 15,8 % респондентів вважають, що їх дитинство було для них нещасливим. Нормальним, але могло бути кращим, або було нормальним до певних життєвих обставин дитинство для 78,9 % респондентів. Лише 21,1 % досліджуваних чоловіків зазначали, що авторитетними особами в їхньому підлітковому віці були батьки. У самих складних життєвих ситуаціях все ж таки зверталися за допомогою до батьків 47,4 % підлітків. Досвід вживання психоактивних речовин у підлітковому віці мали 84,2 % опитуваних, а 94,7 % зробили перші спроби вживання психоактивних речовин з друзями-однолітками або зі старшими авторитетними друзями. Серед чинників початку вживання наркотичних речовин респонденти виділили: відсутність порозуміння з батьками (52,6 %), неуспішне навчання (21,0 %), бажання проявити незалежність (52,2 %), спроба втечі від життєвих труднощів (36,8 %), зменшення емоційного напруження (26,3 %), бажання стати більш розкутим (68,4 %), бути прийнятим в колі однолітків (57,9 %) (Лебідь, Літвінова, 2023).

За останні десять років концентрація психоактивної речовини у вуличному канабісі зростає більше ніж у двічі, водночас, високоефективні продукти з канабісу стають домінуючими на легальному ринку, а тому зростає ризик для психічного здоров'я та розвитку адикцій для споживачів канабісу. Дослідники S. Adams, H. V. Curran, T. P. Freeman, L. Hines, C. J. Morgan, K. Petrilli припустили зростання рівня тривоги, депресії та психозоподібних симптомів при проблемному вживанні канабісу. Для проведення емпіричного дослідження було відібрано 410 респондентів віком від 16 до 24 років, які хоча б раз на місяць (з них 200 досліджуваних щодня) протягом року вживали канабіс. Молоді люди, які потрапили у вибірку, не мали проблем у навчанні, не мали клінічного діагнозу розладу вживання психоактивних речовин і не мали в анамнезі або поточним психічне захворювання. В результаті вчені виявили слабкі зв'язки між вживанням канабісу із великим вмістом психоактивної речовини та симптомами депресії, тривожності, психозу. Натомість, довели, що при вживанні канабісу високої активності у порівнянні з канабісом низької активності, підвищується ризик розвитку адикції (Adams, Curran, Freeman, Hines, Morgan, Petrilli, 2023).

Окрім вживання алкоголю та наркотичних засобів до хімічних адикцій відносять нікотинову залежність. Незважаючи на широко відомі шкідливі наслідки паління для здоров'я, все ще значна частина людей намагається подолати нікотинову залежність, яка вважається складним і хронічним станом. Вчені F. Ferri, L. Mattioni, A. V. Nikcevic, C. Sestieri, M. M. Spada, спираючись на багаторічні дослідження щодо психологічних особливостей залежності від психоактивних речовин, стверджують, що в нормальному прояві нейронні механізми, які є основою навчання та функціонування пам'яті людини, служать для формування поведінки виживання. Натомість, залежність можна розглядати як аномальний прояв зазначених механізмів, зокрема, асоціативної пам'яті. Підтвердженням цього є дослідження щодо повторного вживання наркотиків (включаючи пізні рецидиви) після впливу сигналів, які раніше були пов'язані із вживанням наркотиків.

На думку F. Ferri, L. Mattioni, A. V. Nikcevic, C. Sestieri, M. M. Spada практично для всіх видів залежностей є спільним такий дисфункціональний процес адаптації. Вчені вважають, що при адиктивній поведінці дезадаптивне оновлення асоціативної пам'яті

залежить від повторної консолідації пам'яті — механізми, для якого повторна активація збережених слідів пам'яті переходить в динамічний стан, у якому можна змінити їхні характеристики. Це може стати важливим фактором у концептуалізації та лікуванні залежностей (Ferri, Mattioni, Niksevic, Sestieri, Spada, 2023).

Досліджуючи залежність від психоактивних речовин та оцінюючи психологічний дистрес (почуття нервозності, безнадійності, нікчемності, неспокою, депресії) серед населення Великої Британії, L. S. Brose, J. Brown, S. Cox, L. Kock, A. McNeill, D. Robson, L. Shahab, H. Tattan-Birch з жовтня 2020 року по лютий 2022 року опитали 32727 осіб старших за 18 років. Вчені дійшли висновку, що люди, які ніколи не мали нікотинової залежності (58,0 % опитаних) та люди, які перестали палити понад рік тому (23,5 % опитаних), мали нижчі показники дистресу ніж ті, що зараз палять (16,5 % опитаних), кинули палити протягом останніх 6 місяців (1,0 % опитаних) та кинули палити між 6 та 12 місяцями тому (1,0 % опитаних). Аналізуючи статистику щодо людей з нікотиною залежністю, вчені отримали такі дані: 26 % серед тих, хто палить страждають на тривогу та депресію; 41 % серед курців мають психічні захворювання (розлади харчування, біполярний розлад, важка депресія, психоз тощо). Зв'язок між поганим психічним здоров'ям та причинами паління є взаємозалежним. Люди, що переживають стрес обирають паління як стратегію подолання соціально-економічних несприятливих умов, важких життєвих обставин (Brose, Brown, Cox, Kock, McNeill, Robson, Shahab, Tattan-Birch, 2023).

Перейдемо до розгляду нехімічних адикцій та почнемо з ургентної адикції та трудоголізму. Характерними рисами особистості при ургентній адикції, на думку В. Мороза, є: бажання контролювати час, усвідомлення неможливості впливати на хід подій; виконання професійних обов'язків за рахунок часу на відпочинок та спілкування; виконання абсолютно всіх вимог стосовно професійної діяльності; зацикленість на минулих невдачах та завданнях майбутнього, цілковита нездатність радіти життю в теперішньому часі; витіснення в несвідоме емоційно насичених переживань, ігнорування минулого; прагнення відкладати на майбутнє реалізацію своїх цілей з одночасним відчуттям, що час минає; страх майбутнього (Мороз, 2023).

Зупиняючись на понятті трудоголізму, В. Мороз відзначає, що трудоголікам властиво фатально сприймати помилки, відчувати високий рівень тривожності. Прагнення обмежити контакти з оточуючими через сприйняття міжособистісних відносин як обтяжливих, на думку дослідника, призводить до зниження психологічного благополуччя, загостренню відчуття самотності, відчуження, непотрібності. Лише в робочому процесі трудоголіки почувають себе впевненими, цінними, натомість, в повсякденному житті вони невпевнені в собі, замкнені, не здатні до емпатії (Мороз, 2023).

Відслідковуючи розвиток концепції трудоголізму в науковій літературі D. Namian, L. Negura, N. Plant зазначають, що після появи в 1968 році терміну «трудоголізм» до сьогодні, тлумачення даного феномену здійснювалося в континіумі від такого, що має як позитивні так і негативні сторони, до такого, що більше не включає позитивних проявів працьовитості. Останні дослідження пов'язують трудоголізм із погіршенням здоров'я та благополуччя, а також конфліктами між роботою та особистим життям. Дослідники пропонують три специфічні типи поведінки трудоголіків: компульсивна залежність, перфекціонізм та орієнтація на досягнення (Namian, Negura, Plant, 2023).

Розповсюдженим видом поведінкової залежності стає харчова адикція. Досліджуючи психологічні особливості харчової поведінки особистості, І. Брецько, В. Варга, Л. Шклярчук відзначають, що вона формується в процесі виховання особистості та пов'язана з культурними традиціями та цінностями. Також, харчова поведінка пов'язана з психологічними та соціальними потребами особистості. Емоціогенне переїдання, як стверджують І. Брецько, В. Варга, Л. Шклярчук, викликане бажанням уникнути негативних емоцій завдяки прийому їжі, при якому відбувається концентрація на смакових відчуттях і витіснення неприємних переживань (Брецько, Варга, Шклярчук, 2023).

Вивчаючи особливості харчової поведінки в умовах війни, В. Грицюк наголошує, що фактор стресу від війни в країні сприяє зростанню кількості харчових адикцій. Серед причин впливу на харчову поведінку дослідниця виділяє інтенсивне інформаційне навантаження; провину за те, що є доступ не лише до базових продуктів; провину «вцілілого»; страх окупації та фізичного насилля;

перспективу втечі та переселення. Емоційне переїдання відбувається не тому, що людина голодна, а тому що відчуває тривожність, пригніченість, розчарування, самотність (Грицюк, 2023).

Вплив самосприйняття особистості на харчову поведінку описує Н. Ремесник. Дослідник доводить, що такі фактори, як схильність особистості до перфекціонізму та самокритики є предиктами розвитку харчової адикції. Високі очікування від себе та нездатність дозволяти собі помилятися посилюють стрес та напругу, і, як наслідок, виникає бажання уникнути складних переживань та емоцій за рахунок переїдання (Ремесник, 2023).

Продовжимо розгляд поведінкових адикцій. З появою соціальних мереж зросли можливості до розширення способів комунікації. Регулярне звернення до мережі Інтернет стало базовою потребою людей. Досліджуючи психологічний вплив соціальних мереж на особистість, С. Шеремета виділяє як позитивні так і негативні аспекти. Поряд з доступністю до будь-якої інформації, швидкістю обміну інформацією, простотою комунікації присутні витіснення віртуальним світом реальної дійсності через надмірне перебування в Інтернеті, вразливість до різного роду маніпуляцій та впливу пропаганди. Описуючи симптоми інтернет-залежності, дослідник відзначає такі: порушення контролю над поведінкою (початок, частота, інтенсивність, тривалість, припинення, контекст); пріоритетність (перевага над іншими життєвими інтересами та завданнями повсякденної діяльності); продовження та ескалація поведінки попри негативні наслідки (сімейні конфлікти, негативний вплив на здоров'я) (Шеремета, 2023).

У публікації «Інтернет-залежність як адикція сучасної людини» О. Петрунько та О. Сілаєва визначили такі види інтернет-активності залежного типу: інтернет-залежність (непереборне бажання підключитись до Інтернету, втрата контролю часу); комп'ютерна (цифрова) залежність (бажання незалежно від роду діяльності (робота, гра, прослуховування музики) працювати за комп'ютером); комунікативна залежність (необмежене спілкування в чатах з великою кількістю знайомих); ігрова залежність; кіберсексуальна залежність (знайомства у мережі інтимного характеру, пристрасть до порносайтів); компульсивна інтернет-навігація (пошук будь-якої інформації, безглуздий перехід за посиланнями з однієї сторінки на іншу). Наслідками інтернет-адикції, на думку дослідниць,

виступають: втрата значення звичних соціальних зв'язків, посилення явища ізоляції особистості, зростання внутрішнього дискомфорту та невдоволення собою, деградація розумових процесів та когнітивних навичок, поява суїцидальних думок та панічних нападів тощо (Петрунько, Сілаєва, 2023).

Розвиток технологій медіасервісів дає можливість користувачу інтернету за запитом переглядати телесеріали та фільми у будь-який час та у будь-якій кількості. Вивчаючи феномен запійного перегляду (binge-watching – англ.) – послідовний перегляд трьох або більше серій одного серіалу за один раз, методом перехресного опитування 482 респондентів, М. Casagrande, F. Favieri, G. Forte, R. Tambelli, M. Tomai з'ясували, що існує зв'язок між телезапоєм та психологічним здоров'ям. Зміни психологічного здоров'я учасників експерименту відповідають проявам адиктивної поведінки: втрата контролю, уникнення, нехтування іншими видами діяльності, неадаптивні стратегії поведінки, негативні емоції тощо. Дослідники зазначають, що у людей з помірним та проблемним проявом залежності від перегляду декількох серій підряд одного серіалу спостерігається високий рівень депресії, тривожності, соціальної тривожності та уникнення, емоційної дисрегуляції та імпульсивності, проблеми зі сприйняттям та увагою (Casagrande, Favieri, Forte, Tambelli, Tomai, 2023).

Залежність від смартфонів відрізняється від інших поведінкових залежностей. В науковій спільноті триває дискусія щодо переходу від опису симптомів залежностей до вивчення процесу, в якому конкретні види поведінки вже не є патологією повсякденної поведінки, а стають засвоєними, звиклими, компульсивними. Науковці G. Dixon, M.-G. Dragomir, R. J. E. James, E. Thirlwell, L. Hitcham піднімають питання необхідності вивчення проблематики смартфонної залежності з точки зору поведінкової нейронауки, як це відбувається з хімічними залежностями, адже смартфони дозволяють взаємодіяти з потенційно залежною поведінкою: азартні ігри, шопінг, соціальні медіа тощо (Dixon, Dragomir, James, Hitcham, Thirlwell, 2023).

Перейдемо до опису ставлення суспільства до залежностей. Стигматизуюче ставлення до залежності від психоактивних речовин добре досліджене та містить сором, збентеженість, страх осуду, намагання отримати допомогу. Щодо стигматизуючого ставлення до поведінкових адикцій, таких як проблемне використання смартфона,

проблемне використання сайтів соціальних мереж та проблемні інтернет-ігри, науковці V. Boursier, S. Casale, G. Cigolini, F. Gioia, S. Ghinassi, A. Musico, E. Petrucci провели порівняльний аналіз суспільного сприйняття проблемних інтернет гравців, проблемних користувачів смартфонів та проблемних користувачів сайтів соціальних мереж.

Залученими до емпіричного дослідження були 280 респондентів, яким було запропоновано описи чоловіків та жінок трьох типів залежностей. Суспільне сприйняття вивчалось за такими шкалами: глобальне сприйняття залежності, звинувачення/особиста відповідальність, марнославство, небезпечність, соціальна дистанція, прихованість/помітність. За результатами досліджень вчені зробили висновок, що емоційна реакція досліджуваних, така як гнів, смуток та бажана соціальна дистанція були значно сильнішими до проблемних інтернет-гравців ніж до проблемних користувачів смартфонів та проблемних користувачів сайтів соціальних мереж. Найкеріванішими вважаються особи з проблемним використанням смартфона у порівнянні з іншими групами досліджуваних. Самими проблематичними за своєю суттю виявилися інтернет-гравці, водночас, осіб з проблемним використанням сайтів соціальних мереж найбільш осуджують (Boursier, Casale, Cigolini, Gioia, Ghinassi, Musico, Petrucci, 2023).

Досліджуючи роль стилю прихильності, самооцінки, страху втрати та час, проведений в Інтернеті на вибірці з 470 користувачів соціальних мереж, вчені A. Gori, M. D. Griffiths, E. Topino описали зв'язок між цими психосоціальними факторами та проблемним використанням соціальних мереж. Теоретичною основою дослідження стала теорія компенсаторного використання інтернету. Серед респондентів 43 % досліджуваних проводили в соціальних мережах від однієї до двох годин, а 37 % – від двох до п'яти годин щодня. Дослідники підтвердили, що люди з проблемним використанням мережі Інтернет уникають проблем у реальному житті або полегшують дисфоричний настрій, а також їм властиві тривожно-уникаючий, амбівалентний та уникаючий стилі прихильності (Gori, Griffiths, Topino, 2023).

Залежність від азартних ігор, наразі, це перша і єдина поведінкова залежність щодо якої була доведена клінічна, феноменологічна та нейробіологічна подібність із залежностями від

психоактивних речовин. Науковці А. Е. Goudiaan, R. van Holst, P. Piray, T. van Timmeren, беручи до уваги припущення, що перехід від цілеспрямованого до звичного прийняття рішень сприяє розвитку адиктивної поведінки, дослідили вплив стресу на баланс між цілеспрямованим модельним та звичним модельним системами контролю у людей залежних від азартних ігор. Дослідники не встановили суттєвих відмінностей у прийнятті рішень у гравців до і після індукції стресу (Goudiaan, Holst, Piray, Timmeren, 2023).

Дослідники M. Boffo, P. Collins, H. R. Galvin, T. Pronk, E. Salemink, L. Snippe, S. H. Stewart, R. W. Wiers вивчали упереджений підхід – компонент спонукання до азартних ігор або поведінкову готовність — серед не проблемних гравців, гравців з помірним рівнем ризику та гравців з високим рівнем ризику. Вчені виявили, що у гравців з помірним та високим рівнем ризику, не спостерігається тенденція «наближатися, а не уникати азартних ігор». Також, вони з'ясували, що інтернет-гравці відрізняються від гравців в азартні ігри за мотивацією та саморегуляцією в адиктивній поведінці. Так, інтернет-гравці грають в азартні ігри, щоб впоратися з негативними емоціями, а гравці простих гральних автоматів грають в азартні ігри заради фінансової винагороди (Boffo, Collins, Galvin, Pronk, Salemink, Snippe, Stewart, Wiers, 2023).

Наукові дослідження щодо адиктивної поведінки до початку двадцять першого століття в основному були пов'язані з хімічними залежностями. Незважаючи на теорію стимулюючої сенсibilізації (підвищена реактивність системи дофаміну на певний стимул через його повторний вплив та очікування винагороди) як провідний процес у залежності від психоактивних речовин, дослідники L. Clark та M. Zack припускають, що лише фармакологічної активації не достатньо для виникнення залежності. В своєму дослідженні L. Clark та M. Zack детально розглянули поняття «невизначеність» для означення впливу винагороди на процес сенсibilізації при залежності від азартних ігор, а саме суб'єктивного досвіду мінливості винагороди. Вчені дійшли висновку, що мінливість винагороди — загальна та важлива риса багатьох видів діяльності з потенціалом залежності (Clark, Zack, 2023).

Існує багато психометричних інструментів для вивчення адиктивної поведінки заснованих на шестикомпонентній моделі залежності (пріоритетність, толерантність, зміна настрою, рецидив,

відміна, конфлікт) від психоактивних речовин. В рамках наукової дискусії щодо використання критеріїв залежності від психоактивних речовин для операціоналізації та оцінки поведінкових залежностей, J. Billieux, V. Boursier, J. Cataldo, M. Flayelle, L. Fournier, A. Musetti, A. Schimmenti, V. Starcevic здійснили емпіричне дослідження залежності від соціальних медіа на вибірці в 4256 учасників. Результати дослідження показали, що психометричні інструменти, засновані на моделі шести компонентів, при застосуванні до поведінкових залежностей, поєднують в собі центральні (зміна настрою, рецидив, відміна, конфлікт) та периферійні (пріоритетність, толерантність) ознаки залежності. Центральні ознаки залежності позитивно пов'язані з показниками симптомів, які були включені в дослідження: депресія, гнів, манія, тривога, соматичний дистрес, суїцидальні думки, проблеми зі сном, проблеми з пам'яттю, диссоціативні переживання (Billieux, Boursier, Cataldo, Flayelle, Fournier, Musetti, Schimmenti, Starcevic, 2023).

Дослідники J. Billieux, A. Infanti, J. C. Perales, C. Valls-Serrano, C. Vogele, використовуючи особистісно-орієнтований підхід та спираючись на дуалістичну модель пристрасті, визначили психологічні фактори (симптоми ігрової залежності, ігрові мотиви, риси імпульсивності), які властиві дуже активними гравцям (але не проблемним) та, окремо, проблемним гравцям. Насамперед, розділивши групи гравців на основі їх профілів пристрастей до ігор (гармонійна пристрасть, нав'язлива пристрасть) на ризикованих гравців, залучених гравців, звичайних гравців, вчені з'ясували, що до проблемної гри відносяться такі ігрові мотиви: ескапізм (бажання уникнути повсякденних турбот), копінг (прагнення впоратися з несприятливими настроями), фантазія (інтерес до виходу з власної ідентичності та створення нової, далекої від реальності), конкуренція (досягнення), розвиток навичок (координація) (Billieux, Infanti, Perales, Valls-Serrano, Vogele, 2023).

Щодо рис імпульсивності, то вони позитивно корелюють з тяжкістю симптомів проблемної гри. Симптоми ігрового розладу такі, як виразність, зміна настрою, толерантність, низький рівень конфлікту були переважно пов'язані з гармонійною пристрастю (автономна інтерналізація діяльності в свою ідентичність, асоціюється з уважним залученням замість неконтрольованих потягів, діяльність виконується з безпечним почуттям самоповаги, відкритості

та гнучкості), тоді як відсторонення, високий рівень конфлікту, рецидив були більш пов'язані з нав'язливою пристрастю (контрольована інтерналізація певної діяльності в особистість людини) (Billieux, Infanti, Perales, Valls-Serrano, Vogele, 2023).

Висновки і перспективи досліджень. Здійснений теоретичний аналіз дозволив з'ясувати, що вивчення психологічних особливостей поведінки особистості з адикціями займає значне місце у дослідженні аспектів психологічного та фізичного здоров'я людини. Спостерігається зміщення фокусу уваги наукових досліджень в біг вивчення нехімічних (поведінкових) адикцій.

Спільність психологічних механізмів функціонування хімічних і нехімічних адикцій дає можливість більш ґрунтовного та розширеного вивчення адиктивної поведінки. Адикції можуть перетікати одна в одну або посилюватися одна одною. Зв'язок між адикціями та психічним і фізичним здоров'ям людини є взаємозалежним.

Чинники адиктивної поведінки поділяються на такі групи: психологічні, соціальні, біологічні. Подальші перспективи дослідження вбачаємо у емпіричному вивченні психологічних чинників адиктивної поведінки.

Література

1. Бердичевська, К., & Лютий, В. (2023). Сутність та чинники адиктивної поведінки молоді як проблеми сучасності. *Grail of Science*, 26, 112-114. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.14.04.2023.018>
2. Берегова, Н., & Колба, В. (2023). Психологічні особливості формування адиктивної поведінки у сучасної молоді. *Psychology Travelogs*, 2, 15-22. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-4>
3. Брецько, І., Варга, В., & Шклярчук, Л. (2023). Психологічні особливості харчової поведінки особистості. Збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції Мукачівського державного університету, 92-94.
4. Вінс, В., & Тороп, О. (2023). Вплив сім'ї на формування девіантної поведінки в підлітків. *Вікова та педагогічна психологія*, 54, 69-71. <http://habitus.od.ua/journals/2023/54-2023/12.pdf>
5. Грицюк, В. (2023). Розлади харчової поведінки сучасної молоді в умовах війни. Збірник наукових праць Житомирського державного університету ім. Івана Франка, 116-120.
6. Кононенко, А., & Ходотаєв, А. (2024). Теоретичний аналіз впливу інтеракції однолітків та взаємодії на рівні індивіда на формування адиктивної поведінки в молодіжному середовищі. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*, 1, 62-66. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.1/11>
7. Літвінова, О., & Лебідь, О. (2023). Психологічні особливості впливу дитячо-батьківських відносин на схильність до наркотичної залежності. *Вікова та педагогічна психологія*, 53, 184-191. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.31>

8. Мельничук, М., & Рева, М. (2023). Психологічні особливості формування адиктивної поведінки підліткової та юнацької молоді. *Молодий вчений*, 5 (117), 70-72. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-5-117-13>
9. Мороз, М. (2023). Аналіз поглядів на проблему ургентної адикції та адиктивної поведінки в сучасній психології. *Вісник Національного університету оборони України*, 5 (75), 78-86. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-78-86>
10. Петрунько, О., & Сілаєва, О. (2023). Інтернет-залежність як адикція сучасної людини. *Вчені записки університету «Крок»*, 3, 115-124.
11. Ремесник, Н. (2023). Самосприйняття як чинник порушення харчової поведінки особистості. Матеріали науково-практичної конференції Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 124-127.
12. Шеремета С. (2023). До проблеми вивчення психологічного впливу соціальних мереж на особистість як залежність. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції Західноукраїнського національного університету, 267-270.
13. Adams, S., Curran, H. V., Freeman, T. P., Hines, L., Morgan, C. J., & Petrilli, K. (2023). High potency cannabis use, mental health symptoms and cannabis dependence: Triangulating the evidence. *Addictive Behaviors*, 144, E107740. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107740>
14. Billieux, J., Boursier, V., Cataldo, I., Flayelle, M., Fournier, L., Musetti, A., Schimmenti, A., & Starcevic, V. (2023). Deconstructing the components model of addiction: an illustration through “addictive” use of social media. *Addictive Behaviors*, 143, E107694. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107694>
15. Billieux, J., Infanti, A., Perales, J. C., Valls-Serrano, C., & Vogele, C. (2023). Gaming passion contributes to the definition and identification of problematic gaming. *Addictive Behaviors*, 147, E107805. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107805>
16. Boffo, M., Collins, P., Galvin, H. R., Pronk, T., Salemin, E., Snippe, L., Stewart, S. H. & Wiers, R. W. (2023). Losing sight of Luck: Automatic approach tendencies toward gambling cues in Canadian moderate- to high-risk gamblers – A replication study. *Addictive Behaviors*, 145, E107778. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107778>
17. Boursier, V., Casale, S., Cigolini, G., Gioia, F., Ghinassi, S., Musico, A., & Petrucci, E. (2023). Stigmatizing attitudes toward Internet gaming disorder, Problematic smartphone use and Problematic social networking site use: An experimental vignette study. *Addictive Behaviors*, 141, E107665. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107665>
18. Brose, L. S., Brown, J., Cox, S., Kock, L., McNeill, A., Robson, D., Shahab, L., & Tattan-Birch, H. (2023). Association of psychological distress with smoking cessation, duration of abstinence from smoking, and use of non-combustible nicotine-containing products: A cross-sectional population survey in Great Britain. *Addictive Behaviors*, 140, E107624. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107570>
19. Casagrande, M., Favieri, F., Forte, G., Tambelli, R., & Tomai, M. (2023). I feel addicted to watching TV series: association between binge-watching and mental health. *PeerJ*, 11, e15796. <https://doi.org/10.7717/peerj.15796>
20. Clark, L., & Zack, M. (2023). Engineered highs: Reward variability and frequency as potential prerequisites of behavioural addiction. *Addictive Behaviors*, 140, E107626. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107626>
21. Dixon, G., Dragomir, M.-G., James, R. J. E., Hitcham, L., & Thirlwell, E. (2023). Understanding the construction of ‘behavior’ in smartphone addiction: A scoping review. *Addictive Behaviors*, 137, E107503. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107503>
22. Ferri, F., Mattioni, L., Nikcevic, A. V., Sestieri, C., & Spada, M. M. (2023). Twisted memories: Addiction-related engrams are strengthened by desire thinking. *Addictive Behaviors*, 145, E107782. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107782>

23. Gori, A., Griffiths, M. D., & Topino, E. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, E107633. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107633>
24. Goudriaan, A. E., Holst, R., Piray, P., & Timmeren, T. (2023). Goal-directed and habitual decision making under stress in gambling disorder: An fMRI study. *Addictive Behaviors*, 140, E107628. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107628>
25. Namian, D., Negura, L., & Plante, N. (2023). The social construction of workaholism as a representational naturalization. *Heliyon*, 9(6), E17447. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17447>

References

1. Berdychevska, K., & Liutyi, V. (2023). Sutnist ta chynnyky adyktivnoi povedinky molodi yak problemy suchasnosti [The Essence and Factors of Youth Addictive Behaviour as a Contemporary Problem]. *Grail of Science*, 26, 112-114. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.14.04.2023.018> [in Ukrainian].
2. Berehova, N., & Kolba, V. (2023). Psykholohichni osoblyvosti formuvannia adyktivnoi povedinky u suchasnoi molodi [Psychological features of the formation of addictive behaviour in modern youth]. *Psychology Travelogs*, 2, 15-22. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-4> [in Ukrainian].
3. Bretsko, I., Varha, V., & Shkliaruk, L. (2023). Psykholohichni osoblyvosti kharchovoi povedinky osobystosti [Psychological characteristics of eating behaviour]. Zbirnyk tez dopovidei Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii Mukachivskoho derzhavnoho universytetu, 92-94. [in Ukrainian].
4. Vins, V., & Torop, O. (2023). Vplyv simi na formuvannia deviantnoi povedinky v pidlitkiv [The influence of the family on the formation of deviant behaviour in adolescents]. *Vikova ta pedahohichna psykholohiia*, 54, 69-71. <http://habitus.od.ua/journals/2023/54-2023/12.pdf> [in Ukrainian].
5. Hrytsiuk, V. (2023). Rozlady kharchovoi povedinky suchasnoi molodi v umovakh viiny [Eating disorders of modern youth in the context of war]. Zbirnyk naukovykh prats Zhytomyrskoho derzhavnoho universytetu im. Ivana Franka, 116-120. [in Ukrainian].
6. Kononenko, A., & Khodotaiev, A. (2024). Teoretychnyi analiz vplyvu interaktsii odnolitkiv ta vzaiemodii na rivni indyvida na formuvannia adyktivnoi povedinky v molodizhnomu seredovyshchi [Theoretical analysis of the influence of peer interaction and interaction at the level of the individual on the formation of addictive behaviour in the youth environment]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V. I. Vernadskoho*, 1, 62-66. https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2024/13.pdf [in Ukrainian].
7. Litvinova, O., & Lebid, O. (2023). Psykholohichni osoblyvosti vplyvu dytiachobatkivskykh vidnosyn na skhylnist do narkotychnoi zalezhnosti [Psychological features of the influence of child-parent relationships on drug addiction]. *Vikova ta pedahohichna psykholohiia*, 53, 184-191. <http://habitus.od.ua/journals/2023/53-2023/31.pdf> [in Ukrainian].
8. Melnychuk, M., & Reva, M. (2023). Psykholohichni osoblyvosti formuvannia adyktivnoi povedinky pidlitkivoi ta yunatsakoi molodi [Psychological features of the formation of addictive behaviour in adolescent and young adult youth]. *Molodyi vchenyi*, 5 (117), 70-72. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-5-117-13> [in Ukrainian].
9. Moroz, M. (2023). Analiz pohliadiv na problemu urhentnoi adyktivnoi ta adyktivnoi povedinky v suchasni psykholohii [Analysis of views on the problem of urgent addiction and addictive behaviour in modern psychology]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 5 (75), 78-86. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-78-86> [in Ukrainian].
10. Petrunko, O., & Silaieva, O. (2023). Internet-zalezhnist yak adyktivna suchasnoi liudyny [Internet addiction as an addiction of a modern person]. *Vcheni zapysky universytetu «Krok»*, 3, 115-124. [in Ukrainian].

11. Remesnyk, N. (2023). Samospryiniattia yak chynnyk porushennia kharchovoi povedinky osobystosti [Self-perception as a factor of eating disorders]. *Materialy naukovo-praktychnoi konferentsii Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy*, 124-127. [in Ukrainian].
12. Sheremeta S. (2023). Do problemy vyvchennia psykholohichnoho vplyvu sotsialnykh merezh na osobystist yak zalezhnist [On the Problem of Studying the Psychological Impact of Social Networks on the Personality as an Addiction]. *Materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii Zakhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu*, 267-270. [in Ukrainian].
13. Adams, S., Curran, H. V., Freeman, T. P., Hines, L., Morgan, C. J., & Petrilli, K. (2023). High potency cannabis use, mental health symptoms and cannabis dependence: Triangulating the evidence. *Addictive Behaviors*, 144, E107740. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107740>
14. Billieux, J., Boursier, V., Cataldo, I., Flayelle, M., Fournier, L., Musetti, A., Schimmenti, A., & Starcevic, V. (2023). Deconstructing the components model of addiction: an illustration through “addictive” use of social media. *Addictive Behaviors*, 143, E107694. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107694>
15. Billieux, J., Infanti, A., Perales, J. C., Valls-Serrano, C., & Vogele, C. (2023). Gaming passion contributes to the definition and identification of problematic gaming. *Addictive Behaviors*, 147, E107805. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107805>
16. Boffo, M., Collins, P., Galvin, H. R., Pronk, T., Saleminck, E., Snippe, L., Stewart, S. H. & Wiers, R. W. (2023). Losing sight of Luck: Automatic approach tendencies toward gambling cues in Canadian moderate- to high-risk gamblers – A replication study. *Addictive Behaviors*, 145, E107778. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107778>
17. Boursier, V., Casale, S., Cigolini, G., Gioia, F., Ghinassi, S., Musico, A., & Petrucci, E. (2023). Stigmatizing attitudes toward Internet gaming disorder, Problematic smartphone use and Problematic social networking site use: An experimental vignette study. *Addictive Behaviors*, 141, E107665. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107665>
18. Brose, L. S., Brown, J., Cox, S., Kock, L., McNeill, A., Robson, D., Shahab, L., & Tattan-Birch, H. (2023). Association of psychological distress with smoking cessation, duration of abstinence from smoking, and use of non-combustible nicotine-containing products: A cross-sectional population survey in Great Britain. *Addictive Behaviors*, 140, E107624. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107570>
19. Casagrande, M., Favieri, F., Forte, G., Tambelli, R., & Tomai, M. (2023). I feel addicted to watching TV series: association between binge-watching and mental health. *PeerJ*, 11, e15796. <https://doi.org/10.7717/peerj.15796>
20. Clark, L., & Zack, M. (2023). Engineered highs: Reward variability and frequency as potential prerequisites of behavioural addiction. *Addictive Behaviors*, 140, E107626. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107626>
21. Dixon, G., Dragomir, M.-G., James, R. J. E., Hitcham, L., & Thirlwell, E. (2023). Understanding the construction of ‘behavior in smartphone addiction: A scoping review. *Addictive Behaviors*, 137, E107503. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107503>
22. Ferri, F., Mattioni, L., Nikcevic, A. V., Sestieri, C., & Spada, M. M. (2023). Twisted memories: Addiction-related engrams are strengthened by desire thinking. *Addictive Behaviors*, 145, E107782. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107782>
23. Gori, A., Griffiths, M. D., & Topino, E. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, E107633. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107633>
24. Goudriaan, A. E., Holst, R., Piray, P., & Timmeren, T. (2023). Goal-directed and habitual decision making under stress in gambling disorder: An fMRI study. *Addictive Behaviors*, 140, E107628. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107628>
25. Namian, D., Negura, L., & Plante, N. (2023). The social construction of workaholism as a representational naturalization. *Heliyon*, 9(6), E17447. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17447>

Received: 06.03.2024

Accepted: 26.03.2024