



**Сорокіна О.А.**

**ПСИХОЛОГІЯ  
ЗАЛЕЖНОСТІ**

**Навчальний  
посібник**

Сорокіна О.А.

# ПСИХОЛОГІЯ ЗАЛЕЖНОСТІ

**Навчальний посібник**

м. Кам'янець-Подільський  
2014

УДК 159.923 (075.8)  
ББК 88.533я73  
С65

**Рецензенти:**

Гошовський Я.О., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогічної та вікової психології Східноєвропейського університету імені Лесі Українки;

Штенгелов В.В., кандидат медичних наук, доцент кафедри соціальної роботи та практичної психології Академії праці, соціальних відносин і туризму Федерації профспілок України

Харчук С.М., кандидат медичних наук, завідувач психіатричним лікувально-діагностичним відділенням «Епілспсія» Київської міської клінічної психоневрологічної лікарні №1

*Рекомендовано до друку вченою радою  
Київського університету імені Бориса Грінченка  
(протокол №10 від 22 травня 2013 року)*

Сорокіна О.А.

С 65 Психологія залежності. Навчальний посібник. / О.А. Сорокіна. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О.А. – 180 с.

ISBN 978-617-608-047-3

Даний навчальний посібник присвячено основним теоретичним і практичним проблемам залежної поведінки. Розглянуто існуючі підходи до розуміння феномена залежності, пропонуються класифікації залежної поведінки. Описуються найбільш розповсюджені види залежностей та їх наслідки. Особливу увагу приділено чинникам виникнення залежної поведінки, її профілактиці і корекції.

Для студентів психолого-педагогічного напрямку підготовки, а також для спеціалістів-психологів, педагогів, працівників соціальних служб.

УДК 159.923 (075.8)  
ББК 88.533я73

ISBN 978-617-608-047-3

## ЗМІСТ

<b>Розділ 1. Загальні питання психології залежності</b> .....	5
1.1. Визначення феномена залежності.....	5
1.2. Концептуальні моделі адиктивної поведінки.....	13
1.3. Класифікації залежностей.....	14
1.4. Динаміка залежної поведінки.....	15
1.5. Фактори, що детермінують залежну поведінку.....	18
1.6. Підлітковий вік як фактор ризику виникнення залежної поведінки.....	19
1.7. Сімейні чинники сімейної поведінки.....	23
1.8. Особистісні чинники залежної поведінки: альтернативні підходи.....	30
Контрольно-діагностичний блок.....	36
Література до розділу.....	44
<b>Розділ 2. Хімічні види залежностей</b> .....	45
2.1. Наркотична залежність.....	45
2.2. Алкогольна залежність.....	80
Контрольно-діагностичний блок.....	94
Література до розділу.....	107
<b>Розділ 3. Поведінкові види залежностей</b> .....	109
3.1. Азартні ігри (гемблінг, лудоманія).....	111
3.2. Технологічні залежності.....	126
3.3. Роботоголізм (трудоголізм).....	139
3.4. Харчова залежність (адикція до їжі).....	146
3.5. Любовні адикції та адикції уникнення.....	153
Контрольно-діагностичний блок.....	161
Література до розділу.....	172
<b>Словник термінів</b> .....	174

## ПЕРЕДМОВА

Залежна поведінка є досить розповсюдженим явищем, вона вже стала предметом наукового дослідження окремої науки – адиктології. Зважаючи на те, що вивченням залежної поведінки займаються фахівці різних наукових галузей, до сьогодні відсутня єдина феноменологічна і термінологічна база, загально прийнятий категоріальний апарат. Навіть поняття «залежна поведінка» розглядається по-різному: медики тлумачать її як хворобу (особливо хімічні форми залежності), соціологи – як соціальне явище, що має свою історію існування і соціальні чинники, психологи – як спосіб адаптації особистості до несприятливих життєвих обставин. Тому і механізми подолання пропонуються різні: дослідження нейрофізіологічних механізмів і ефективність медикаментозного лікування; пошук оптимальних соціальних профілактичних засобів; формування в осіб з групи ризику навичок опановуючої поведінки, що виключають руйнування особистості. Проте такий міждисциплінарний підхід поки не забезпечив суттєвого прогресу в розумінні цієї поведінки і, відповідно, в організації допомоги людям, яким властиві різні форми залежності.

Деякі дослідники стверджують, що будь-яка поведінка за певних умов може стати об'єктом залежності. Взагалі, усе людське життя пронизане глибокими прихильностями і захопленнями: кохання, відданість професії, гроші, спорт, релігія, хобі, спілкування тощо. Де проходить межа між справжніми людськими переживаннями і залежністю? Ознайомившись з навчальним посібником, читач зможе відшукати відповідь на це питання.

У першому розділі навчального посібника представлено відомі концепції залежної поведінки. В наступних – аналіз хімічних і поведінкових видів залежної поведінки: чинники виникнення, стадії перебігу, вікові особливості і форми надання допомоги. Психологія залежності – молода наука, яка вибудовується методологічно, аналізує сміливі гіпотези і протиріччя, намагається виважено осмислювати існуючі наукові тенденції. Навчальний посібник є першою україномовною спробою узагальнити накопичені теоретичні та емпіричні матеріали. Враховуючи це, ми визнаємо обмеженість і не завжди переконливу обґрунтованість викладених положень. Тому робота триває.

## РОЗДІЛ 1 ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ЗАЛЕЖНОСТІ

### 1.1. Визначення феномена залежності

Вивченням залежностей, або адикцій (від англ. addiction – залежність), займається відразу кілька наук, таких як психологія, соціологія, медицина. На початку двадцять першого сторіччя на стику цих наук утворилася нова – адиктологія, або наука про залежності. Адиктологія є мультидисциплінарною наукою, яка системно і комплексно вивчає всі форми та типи адиктивної поведінки, їх механізми, профілактику, лікування і реабілітацію. До сфери її основних інтересів відноситься проблематика залежних (адиктивних) форм поведінки як психологічного, так і психопатологічного рівня, тому велика кількість наукових праць та публікацій належить саме психіатрам. Прикладні критерії медичного визначення адиктивної поведінки наведено у Міжнародній класифікації хвороб десятого перегляду (МКХ-10) [10].

У спеціальній літературі набуло поширення вживання терміну «адиктивна поведінка». Перевага терміну «адиктивна поведінка» полягає в його інтернаціональній транскрипції, а також у можливості ідентифікувати особистість з подібними звичками як «адикта» або «адиктивну особистість» [3, с.114]. Слово *addictus* (адиктус) – це юридичний термін, яким позначають людину, яка підкоряється, засудженого: «*addicere liberum corpus in servitutem*» означає «засуджувати вільну людину до рабства за борги»; «адиктус» – той, хто пов'язаний боргами [цит. за 9, с.46].

Елементи адиктивної поведінки властиві будь-якій людині, яка ухиляється від реальності шляхом зміни свого психічного ста-

Адиктивна поведінка – одна з форм девіантної поведінки з формуванням прагнення до відходу від реальності за допомогою вживання деяких речовин або постійною фіксацією уваги на певних видах діяльності з метою розвитку і підтримки інтенсивних емоцій.

(Короленко Ц.П., Донських Т.О. 1988)