

OF THE NATIONAL ACADEMY OF SCIENCES OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN
SERIES OF SOCIAL AND HUMAN SCIENCES

ISSN 2224-5294

Volume 2, Number 312 (2017), 165 – 169

A.S.Babisheva¹, O.H.Aimaganbetova², S.C.Kudaibergenova³

^{1,2,3}Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan
alnara25@mail.ru

SOCIALLY - PSYCHOLOGICAL RESEARCH OF ADDICTIVE BEHAVIOUR AND ITS TYPES

Annotation. The results of analysis of scientific socially - psychological literature devoted to studying of addictions and addictive behavior are presented in this article. The analysis and systematization of scientific-theoretical literature related to the problem shows that today addiction is defined, first of all, as the obsessional need for a certain activity felt by a person. In a restricted application, the addiction is determined as a pathological inclination to something that increases risk of development of mental diseases. As for definition of the concept "addictive behavior", it is considered as one of the forms of destructive behavior which is actually a disbalance of behavior resulting from abuse of various substances changing a mental condition of the person.

So, socially- psychological research of addictive behavior shows that addictive behavior is caused by difficulties in adaptation of the personality to life situations. In this regard the addiction is also defined as an imperfect way of adaptation to conditions of activity and communication, too difficult for the individual.

Keywords: addiction, addictive behavior, destructive behavior, addictive personality, dependence, self-assessment.

УДК159.9:378.015.3

А.С. Бабишева¹, О.Х. Аймаганбетова², С.К. Кудайбергенова³

^{1, 2, 3} Казахский национальный университет им. аль-Фараби, Казахстан, г. Алматы

СОЦИАЛЬНО - ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЕГО ВИДОВ

Аннотация. В данной статье представлены результаты анализа научной социально - психологической литературы, посвященной изучению аддикций и аддиктивного поведения. Проведенный анализ и систематизация научно-теоретической литературы по данной проблеме показали, что сегодня аддикция определяется, прежде всего, как ощущаемая человеком навязчивая потребность в определённой деятельности. В более узком смысле, аддикция детерминируется как патологическое влечение к чему-либо, что увеличивает риск развития психических заболеваний. Что касается определения понятия «аддиктивное поведение», то оно рассматривается как одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в нарушении поведения, возникающего в результате злоупотребления различными веществами, изменяющими психическое состояние человека.

Как показал, проведенное социально - психологическое исследование аддиктивного поведения, аддиктивное поведение вызывается трудностями в адаптации личности к жизненным ситуациям. В связи с этим аддикцию также определяют как несовершенный способ приспособления к слишком сложным для индивида условиям деятельности и общения.

Ключевые слова: аддикция, аддиктивное поведение, деструктивное поведение, аддиктивная личность, зависимость, самооценка.

В современной социально-психологической литературе аддикцию определяют как ощущаемую человеком навязчивую потребность в определённой деятельности. В более узком смысле, аддикция – это патологическое влечение к чему-либо, что увеличивает риск развития психических заболеваний.

Что касается определения понятия «аддиктивное поведение» под ним, прежде всего, сегодня рассматривают нарушение поведения, возникающее в результате злоупотребления различными веществами, изменяющими психическое состояние человека.

Как отмечают российские психологи Ц.П. Короленко и Т.А. Донских, аддиктивное поведение – это одна из форм деструктивного поведения, выражающаяся в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций. Волевые усилия ослабевают и не дают возможности противостоять зависимости [1].

Аддиктивное поведение вызывается трудностями в адаптации к жизненным ситуациям, например, наличие конфликтных ситуаций в семье, на работе, сложные социальные, экономические условия, крушение идеалов, потеря близкого человека и др. В связи с этим аддикцию также определяют как несовершенный способ приспособления к слишком сложным для индивида условиям деятельности и общения. Ее можно рассматривать и как попытку бегства от реальности в некое соседнее смысловое пространство, где можно отдохнуть, порадоваться, собраться с силами, для того чтобы вернуться с силами в угнетающую реальность.

Аддиктивное поведение сегодня является проблемой большинства населения развитых стран. Мы часто вспоминаем о свободах юридических и политических, почти не уделяя внимание свободе душевной, свободе психологической, то есть свободе от зависимостей.

Психофизиологическая суть аддиктивного поведения заключается в неумении управлять своим психоэмоциональным тонусом. Человек хочет взбодриться, порадоваться, а его организм не испытывает склонности к такому рода реагированию на невпечатляющие обстоятельства жизни или склоняющие к пессимизму условия труда. Человек желает быть свежим и подтянутым, а груз депрессивных переживаний ослабляет и апатизирует его. Индивидуум жаждет ярких настроений и защиты от тревог и страхов как от внешних угроз, так и от глубинной неудовлетворенности собой, а поводов для особых радостей все нет и нет. Вот тут-то «на помощь» и приходит подходящий аддиктивный агент, будь то алкоголь, марихуана или сигарета. Они помогают изменить тонус без особых усилий – только за счет внешнего поглощения психоактивного средства. Точнее, помогают лишь поначалу, тем самым, приручая человека к привычному поведению, которое оказывает далее уже немислимим без регулярного обращения к помощи аддиктивного агента [2].

В формировании аддикции выделяют три основных этапа. Первые пробы обычно совершаются в компании сверстников. Причины этих проб – любопытство, подражание, групповая конформность.

Говоря о социальных факторах, выделяют неблагополучную семью (алкоголизм и наркомания родителей, неполная семья, низкий жизненный уровень, отсутствие эмоционального контакта); широкое распространение злоупотребления психоактивными веществами в данной местности; активная пропаганда в средствах массовой информации направленной молодежной субкультуры, связанной с потреблением наркотиков; неадекватная молодежная политика, отсутствие реальной программы досуга, занятости несовершеннолетних, проживание в районах с низким имущественным цензом.

Переход аддиктивной формы поведения в болезнь происходит под влиянием социальных (нестабильность общества, доступность алкоголя и др. психоактивных веществ), социально-психологических (традиции, ослабление межпоколенных связей, романтизация аддиктивного поведения в массовом сознании и др.), психологических (низкая стрессоустойчивость, незрелость личностной идентификации, потребность в изменении состояния и др.), биологических (индивидуальная толерантность, наследственная отягаченность) и других факторов.

Желание изменить настроение по аддиктивному механизму достигается с помощью различных аддиктивных компонентов. К таким компонентам относят вещества, изменяющие психическое состояние – наркотики, алкоголь, токсические вещества, лекарственные препараты.

Искусственному изменению настроения способствует также и зависимость от различных видов деятельности – компьютер, секс, азартные игры, переедание или голодание, работа, длительное прослушивание музыки.

Различные виды аддикций имеют свои специфические особенности и проявления, которые не равнозначны по своим последствиям. При алкогольной и наркотической зависимости развивается интоксикация, психологическая зависимость, разные формы химической и физической зависимости, что связано с нарушением обмена веществ, поражением систем всего организма. При вовлеченности в какую-либо деятельность развивается психологическая зависимость, менее серьезная по своему характеру. Но все эти формы поведения объединяют общие аддиктивные механизмы [3].

По мнению Э. Берна, у человека существует шесть видов «голода»: голод по признанию, голод по сенсорной стимуляции, сексуальный голод, голод по контакту и физическому поглаживанию, голод по структурированию времени, голод по инцидентам.

При аддиктивных формах поведения каждый из перечисленных типов голода обостряется. Аддикт не находит удовлетворения чувству «голода» в реальности и стремится снять напряжение и неудовлетворение реальностью стимуляцией тех или иных видов деятельности [4].

Вместе с тем субъективно и объективно плохая переносимость трудностей повседневной жизни формируют у аддиктов скрытый «комплекс неполноценности». Они страдают от того, что не способны жить как все люди и отличаются от других. Однако вскоре такой временно возникающий «комплекс

неполноценности» оборачивается гиперкомпенсаторной реакцией. От заниженной самооценки индивиды сразу переходят к завышенной, минуя адекватную. Появившееся чувство превосходства над окружающими выполняет психологическую функцию защиты, способствуя поддержанию самоуважения в неблагоприятных ситуациях - ситуациях конфронтации личности с семьей или коллективом [5].

Базисной характеристикой аддиктивной личности является зависимость.

Как отмечает Ц.П. Короленко, зависимости - это психологические причины всевозможных личных катастроф, разрушений и заболеваний. Они представляют собой самые прочные цепи, удерживающие человеческий разум в постыдном плену. Обществу зависимости его членов обходятся значительно дороже, чем самые смертоносные эпидемии и стихийные бедствия. Согласно данным медицинской статистики, зависимости убивают намного больше людей, чем войны и преступники вместе взятые. Они похищают у людей время полноценной жизни и энергию здоровья, мешают развиваться, препятствуют осуществлению заветных желаний. Фактически зависимости похищают у людей саму их жизнь [6, с. 15].

Зависимое поведение иначе аддиктивное поведение является всеобщей проблемой и касается нас всех, так как данная форма самореализации считается ущербно-адаптивной в усложняющихся условиях современной жизни.

Следовательно, аддикция - это несовершенный способ приспособления к слишком сложным для индивида условиям деятельности и общения. Аддикцию можно рассматривать как попытку бегства от реальности в некое соседнее смысловое пространство, где можно отдохнуть, порадоваться, собраться с силами, для того чтобы вернуться с силами в угнетающую реальность.

При различных формах аддиктивного поведения уход от реальности совершается в виде «бегства», когда взамен гармоничному взаимодействию происходит активация в каком - либо одном направлении. Выделяют четыре типа «бегства» от реальности: «бегство в тело», «бегство в работу», «бегство в контакты» и «бегство в фантазии».

При выборе типа «бегство в тело» происходит замещение традиционной жизни, направленной на семью, карьеру или хобби, изменение иерархии ценностей, переориентация на деятельность, ориентированную на собственное физическое и психическое здоровье. При этом гиперкомпенсаторным становится увлечение оздоровительными мероприятиями (т. н. «паранойя здоровья»), сексуальными взаимодействиями (т. н. «поиск и ловля оргазма»), собственной внешностью, качеством отдыха и способами расслабления.

Дисгармоничной фиксацией на служебных делах характеризуется «бегство в работу». Человек начинает уделять своей работе, служебным делам, слишком большое внимание и в итоге становится так называемым «трудоголиком».

Поведение в виде «бегства в контакты» характеризуется изменением ценности коммуникации. В этом случае общение становится самым желанным способом удовлетворения всех своих потребностей.

Выделяется еще один вид бегства, так называемое «бегство в фантазии», характеризующееся развитием склонности к размышлениям при отсутствии желания совершить какое - либо действие, проявить какую-нибудь реальную активность [7]. В рамках подобного ухода от действительности появляется интерес к псевдофилософским исканиям, религиозному фанатизму, жизни в мире иллюзий и фантазий.

Виды аддиктивного поведения имеют свои специфические особенности и проявления, они не равнозначны и по своим последствиям. При вовлеченности в какую - то деятельность развивается психологическая зависимость, более мягкая по своему характеру. Но все эти виды объединяют общие аддиктивные механизмы.

Прием лекарственных средств в дозах, превышающих терапевтические также относится к проявлениям аддиктивного поведения. Риск возникновения аддикции наступает тогда, эти препараты начинают использоваться регулярно в качестве снотворных. Появляются симптомы физической зависимости (частые случаи употребления, попытки прекратить приём и срывы). Малейший психологический дискомфорт становится поводом для приема транквилизаторов. Психотропные препараты (психоделики) резко усиливают восприятие, особенно зрительное.

Прием препаратов бытовой химии (вдыхание паров органических растворителей чаще всего характерный для подростков, также относится к одному из проявлений аддиктивного поведения. Эффект от употребления этих веществ заключается в том, что появляется состояние, «напоминающее опьянение, головокружение, беспечность, повышенное настроение. Могут возникать галлюцинации, видения как быстро движущиеся кадры мультипликаций». Регулярное употребление приводит к стойким психическим нарушениям: ухудшению памяти, нарушению эмоционально-волевой сферы, снижению сообразительности, задержке развития умственных способностей.

Сексуальное аддиктивное поведение характеризуется сверхценным отношением к сексу, восприятием лиц, к которым возникают сексуальные влечения не как личностей со своими особенностями и стремлениями, а как сексуальных объектов. При этом очень значимым, целевым становится «количественный» фактор. Сексуальная аддикция может маскироваться в поведении нарочитой праведностью, целомудрием,

порядочностью, становясь при этом теневой стороной жизни. Эта вторая жизнь постепенно приобретает все большую значимость, разрушая личность.

Интернет-аддикция изучается в современных исследованиях как вид компьютерной зависимости. Выявлено, что использование компьютера для игр и развлечений связано с определенными чертами личности (высокая доминантность, низкая терпимость, низкая самооценка и др.).

По мнению Я. Кимберли существует четыре симптома Интернет-аддикции: 1) навязчивое желание проверить e-mail; 2) постоянное ожидание следующего выхода в Интернет; 3) жалобы окружающих на то, что человек тратит слишком много денег на Интернет; 4) жалобы окружающих на то, что человек проводит слишком много времени в Интернете.

Работогольная аддикция представляет опасность уже потому, что считается важным звеном в положительной оценке личности и ее деятельности. Работоголизм - трудно распознаваемая, социально одобряемая аддиктивная форма реализации личности. За внешней общепринятой респектабельностью при работоголизме стоят глубокие нарушения в эмоциональной сфере личности и в сфере межличностных контактов. Развитие работогольной аддикции влечет за собой личностные изменения: нарушение процессов эмпатии и симпатии, эмоциональную опустошенность, предпочтение общения с неодушевленными предметами. Уход от реальной жизни маскируется успешной деятельностью, преуспеванием в карьере.

Азартные игры не связаны с приемом психоактивных веществ, но отличаются характерными признаками: увеличением времени, проводимого в ситуации игры, постоянной вовлеченностью игрой, вытеснением прежних интересов, потерей контроля (неспособностью вовремя прекратить игру), состоянием дискомфорта вне игровой ситуации, постоянным учащением ритма игровой активности, стремлением к риску, снижением способности сопротивляться роковому пристрастию.

О пищевой аддикции речь идет тогда, когда еда используется не как средство утоления голода, когда компонент получения удовольствия от приема пищи начинает преобладать и процесс еды становится способом отвлечения от проблем. Таким образом, с одной стороны происходит уход от неприятностей, а с другой стороны фиксация на приятных вкусовых ощущениях. Анализ этого явления позволяет отметить следующий факт, в случае, когда нечем занять свободное время или заполнить душевную пустоту, снизить внутренний дискомфорт, включается химический механизм.

Другая разновидность пищевой аддикции – анорексия, которая обычно регистрируется у девочек-подростков, воспитывающихся в достаточно обеспеченных и внешне благополучных семьях. Голодание начинается с ограничения количества принимаемой пищи, нередко придумывается специальная схема. Одним из психологических механизмов, провоцирующих голодание, является желание изменить себя физически, выглядеть «лучше».

Булимия является одним из видов пищевой аддикции, связанной с этим термином, обозначает навязчивый прием пищи, сопровождающийся стремлением затем вызвать у себя рвоту. Больные булимией внешне благополучны, у них идеальная фигура, они успешны и активны. Превосходный фасад скрывает, однако, крайне низкую самооценку.

Табакокурение является одним из видов проявления аддиктивного поведения. В Международной классификации болезней табачная зависимость, наряду с алкогольной и наркотической, включена в категорию «Умственные и поведенческие расстройства, обусловленные использованием психоактивных соединений». Составляющий основу табака, никотин, относится к классу наркотических соединений. Никотин - это психофармакологическое вещество, психотропное действие которого по сравнению с другими психофармакологическими веществами менее интенсивно, но, без сомнения, заметнее. Он оказывает многостороннее действие на нейро - вегетативные функции и обменные процессы. Речь идет об эмоциональном выравнивании и успокаивающим эффекте.

Одним из самых распространенных и опасных видов аддиктивного поведения является алкоголизм, который принято рассматривать как хроническое психическое заболевание аддиктивного типа, проявляющееся тремя основными симптомами: болезненным влечением к алкоголю, формированием на основе этого влечения алкогольной зависимости и систематическим злоупотреблением алкоголем.

Длительный прием алкоголя ведет за собой физическую зависимость. Ее характеризуют следующие признаки: явления алкогольной абстиненции («похмельный синдром»), потеря ситуационного и количественного контроля, повышение толерантности к алкоголю в 8-10 раз по сравнению с изначальной (потребность в большей дозе для достижения прежнего эффекта).

Самым опасным видом аддиктивного поведения является наркомания, которую рассматривают как группу заболеваний, вызываемых систематическим употреблением наркотиков и проявляющихся синдромом измененной реактивности, психической и физической зависимостью, а также некоторыми другими психологическими и социальными особенностями.

Таким образом, причин и условий, влияющих на приобщение человека к аддиктивным формам реагирования, довольно много и знание основных из них необходимо учитывать при целенаправленной профилактической работе. Подавляющее большинство специалистов, изучающих аддиктивное поведение,

сходятся в том, что в основе подобного поведения лежат доблезненные, преморбидные личностные особенности. Однако список значимых личностных особенностей настолько широк и противоречив, что трудно выделить сущностные характеристики личности, склонного к такому поведению.

ЛИТЕРАТУРА

- [11] Короленко Ц.П., Донских Т.А. Семь путей к катастрофе. – Новосибирск, 2012.
- [12] Надеждин А.В. Возрастные особенности наркологических заболеваний // Руководство по наркологии / под ред. Н.Н.Иванца. М.: Медпрактика, 2002 - С.69-70.
- [13] Петракова Т.И. Предикторы риска аддиктивного поведения и профилактика наркологических заболеваний среди подростков // Вопросы наркологии. - 1995. - №2. - С.79-82.
- [14] Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы // Под ред. М. С. Мацковского. - М.: Аспект пресс, 2008.
- [15] Леонова Л.Г., Бочкарева Н.Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте. - Новосибирск: НМИ, 2008. - С.21-28.
- [16] Короленко Ц. П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. - 1991. - № 1. - С.82-90.
- [17] Бачериков Н.Е. О влиянии некоторых экзогенных воздействий в детском возрасте на структуру психогенных психических нарушений // Актуальные вопросы психоневрологии детского возраста. - М.: Медицина, 2003. - С. 206-210.
- [18] Исследование особенностей мотивации поведения наркозависимых // Материалы международной научно-практической конференции «Психология в Казахстане: прошлое, настоящее, будущее». - Алматы: КазНУ, 2013. - С.373-381.

REFERENCES

- [1] Korolenko C.P., Donskih T.A. Sem' putej k katastrofe. – Novosibirsk, 2012.
- [2] Nadezhdin A.V. Vozrastnye osobennosti narkologicheskikh zabolevanij // Rukovodstvo po narkologii / pod red. N.N.Ivanca. M.: Medpraktika, 2002 - S.69-70.
- [3] Petrakova T.I. Prediktory riska addiktivnogo povedenija i profilaktika narkologicheskikh zabolevanij sredi podrostkov // Voprosy narkologii. - 1995. - №2. - S.79-82.
- [4] Bern Je. Igrы, v kotorye igrajut ljudi: psihologija chelovecheskih vzaimootnoshenij. Ljudi, kotorye igrajut v igry: psihologija chelovecheskoj sud'by // Pod red. M. S. Mackovskogo. - M.: Aspekt press, 2008.
- [5] Leonova L.G., Bochkareva N.L. Voprosy profilaktiki addiktivnogo povedenija v podrostkovom vozraste. - Novosibirsk: NMI, 2008. - S.21-28.
- [6] Korolenko C. P. Addiktivnoe povedenie. Obshhaja harakteristika i zakonomernosti razvitija // Obozrenie psihiatrii i medicinskoj psihologii. - 1991. - № 1. - S.82-90.
- [7] Bacherikov N.E. O vlijanii nekotoryh jekzogenyh vozdeystvij v detskom vozraste na strukturu psihogenyh psihicheskikh narushenij // Aktual'nye voprosy psihonevrologii detskogo vozrasta. - M.: Medicina, 2003. - S. 206-210.
- [8] Issledovanie osobennostej motivacii povedenija narkozavisimyh // Materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoi konf-cii «Psihologija v Kazahstane: proshloe, nastojashhee, budushhee». - Almaty: KazNU, 2013. - S.373-381.

ӘОЖ: 159.9:378.015.3

А.С. Бәбишева, О.Х. Аймағанбетова, С.К. Құдайбергенова

Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ, Алматы қ., Қазақстан

АДДИКТИВТІ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚ ЖӘНЕ ОНЫҢ ТҮРЛЕРІН ӘЛЕУМЕТТІК-ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

Аннотация. Бұл мақалада аддикция және аддиктивті мінез-құлықты зерттеуге арналған ғылыми әлеуметтік-психологиялық әдебиеттерді талдаудың нәтижелері берілген. Бұл мәселе бойынша ғылыми-теориялық әдебиеттерге жүргізілген талдау мен жүйелеуде бүгінгі күні аддикция адамның қандай да бір іс-әрекетке байланған қажеттілікті сезінуі деп көрсетіледі. Ал біршама тар мағынада аддикция психикалық ауру қаупін арттыратын қандайда бір нәрсеге патологиялық бейім болу ретінде қарастырылады. «Аддиктивті мінез-құлық» түсінігі адамның психикалық күйін өзгертетін әртүрлі заттарды дұрыс пайдаланбау нәтижесінде пайда болатын мінез-құлықтың бұзылысын көрсететін деструктивті мінез-құлықтың бір түрі ретінде қарастырылады. Аддиктивті мінез-құлыққа жүргізілген әлеуметтік-психологиялық зерттеу тұлғаның өмірлік жағдайға бейімделу қиындықтарының туындайтынын көрсетті. Осыған байланысты, аддикцияны индивид үшін іс-әрекет және қарым-қатынас жағдайындағы өте күрделіге бейімделудің жетілмеген тәсілі ретінде қарастырылады.

Түйін сөздер: аддикция, аддиктивті мінез-құлық, деструктивті мінез-құлық, аддиктивті тұлға, тәуелділік, өзін-өзі бағалау.