

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАЛЕЖНОСТІ ЯК ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті розглядається актуальна проблема психологічних особливостей залежності як девіантної поведінки особистості. Проаналізовані різні підходи до визначення психологічної залежності та визначений деструктивний вплив психологічної залежності в юнацькому віці на структуру особистості.

Ключові слова: психологічна залежність, девіантна поведінка, особистість.

Постановка проблеми. Девіантна поведінка, що розглядається як порушення соціальних норм, набуло в останні роки масовий характер і поставило цю проблему в центр уваги соціологів, соціальних психологів, педагогів, медиків, працівників правоохоронних органів. Девіантна поведінка значної маси населення характеризує сьогодні найбільш небезпечні для країни руйнівні тенденції. Пояснити причини, умови і фактори, що детермінують це соціально-психологічне явище, стало насущною задачею.

Шлях аналізу результатів теоретичних та емпіричних наукових досліджень дозволяє зрозуміти специфіку особистості сучасного девіантного юнака: його особистість відрізняється нестійкістю інтересів, патернів поведінки та діяльності іноді з явним асоціальним та антисоціальним відхиленням від норми, а також невпевненістю у собі, заниженим або завищеним рівнем самоповаги, неадекватною реакцією на зовнішні соціальні впливи, ненормативною системою вчинків і дій, конфліктністю поведінкових реакцій, агресивністю.

Актуальність даної статі визначається соціальною та практичною значущістю гармонізації

суспільства та формуванням здорової, соціально адаптованої особистості.

Залежна поведінка є спробою втечі від реальності за допомогою зміни свого психічного стану, що забезпечує ілюзію безпеки та емоційного комфорту. Хоча існує багато видів залежності, залежні форми поведінки мають принципово схожі психологічні механізми. У зв'язку з цим виділяють спільні ознаки залежної поведінки.

Причиною залежності у молоді є відсутність уміння долати складні ситуації, володіти своїми емоціями, конструктивно вирішувати проблеми, взаємодіяти з дорослими та знаходити компроміс.

Таким чином актуальність досліджуваної проблеми визначається як тенденціями розвитку наукового знання, так й існуючими потребами соціальної практики.

Мета статті: теоретичне обґрунтування психологічних особливостей залежності як девіантної поведінки особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Проблема залежної особистості та залежної поведінки є особливо актуальною в сучасному суспільстві. Залежність є формою рабства, яка обмежує особистісні можливості. Будь-яка залежність є перешкодою на шляху до самореалізації.

Аналіз наукової літератури виявив відсутність єдиного визнаного поняття психологічної залежності. В широкому сенсі залежність є прагненням покладатися на когось або щось з метою отримання задоволення від адаптації [9, С. 71]. Залежна поведінка виявляється тісно пов'язаною як зі зловживанням зі сторони особи чимось або кимось, так і з порушенням її потреб.

Деякі автори під психологічною залежністю розуміють прагнення постійно приймати наркотичний або інший препарат з метою знову пережити бажані відчуття або ліквідувати явища психологічного дискомфорту. Психічна залежність виникає у всіх випадках

систематичного вживання психоактивних речовин, іноді і після першого їх прийому. Вона є найсильнішим фактором, що перешкоджає самостійному тривалому стриманню або повному припиненню прийому психоактивних речовин [8].

Інші автори розглядають психологічну залежність як емоційний стан, що характеризується відчуттям нагальної потреби в психоактивному препараті, пов'язаним з його вживанням, або з метою зняття негативних відчуттів, викликаних його зловживанням [8]. Психологічна залежність визначається як необхідність «Я» в прийомі психоактивних речовин для досягнення певних емоційних переживань.

З точки зору психоаналізу, залежність – це латентний суїцид, тобто спроба покінчити з собою, розтягнута в часі. Психоактивна речовина використовується як засіб самознищення. Сам же суїцид – це спроба втечі від хвороби, психозу або прагнення подолання внутрішнього протиріччя [8, С. 50].

Згідно з підходом соціального наuczіння, залежність у дорослому віці в значній мірі обумовлена впливом того, хто доглядає за дитиною в ранньому дитинстві.

Теорія статево-рольової соціалізації пояснює високий рівень жіночої залежності. Соціальне оточення схильне у більшій мірі заохочувати автономію хлопчиків і накладати на них більш жорсткі заборони на прояви залежних почуттів та поведінки.

Узагальнюючи здобутки різних підходів та теорій, можна виявити, що у залежні особи відрізняються низькою самооцінкою та самоповагою, низьким рівнем самоконтролю, негативним образом власного «Я».

Проаналізувавши поняття психологічної залежності, варто виділити ознаки, за якими ми можемо її зафіксувати у залежних осіб. Певний набір ознак, симптомів якого-небудь явища, об'єднаний єдиними механізмами виникнення, називається синдромом. Ознаками синдрому психологічної залежності є [8]:

1) формування уявлення про інтоксикацію як єдино можливий комфортний стан, що забезпечує максимально можливу психологічну працездатність;

2) формування obsесивного прагнення до цього комфортного стану;

3) відчуття себе залежним як керованим зі сторони.

Для того, щоб віднести людину до залежного типу виділяються ознаки, п'яти з яких достатньо для діагностики залежності [4]:

- нездатність приймати рішення без порад інших людей;
- готовність дозволяти іншим приймати за себе важливі рішення;
- готовність погодитися з іншими, щоб не бути знехтуваним (навіть якщо інші не праві);
- ускладнення почати яку-небудь справу самостійно;
- готовність добровільно йти на виконання принизливих або неприємних робіт з метою отримання підтримки та любові оточуючих;
- погане перенесення переживання самотності та готовність до значних зусиль, щоб його уникнути;
- відчуття спустошеності та безпомічності, коли втрачається зв'язок з близькою людиною;
- страх бути знехтуваним; легка вразливість, глибокі переживання через критику та відсутність підтримки зі сторони.

У більшості теорій залежної поведінки виділяють у якості основних критеріїв соціальні, психологічні і культурологічні особливості.

Одна з найповніших класифікацій залежностей запропонована Г.В. Лозовою, яка виділяє наступні види: алкогольна, телевізійна, любовна, ігрова, сексуальна, харчова, релігійна, трудова, лікарська, комп'ютерна, тютюнова, залежність від здорового образу життя, наркотична. І навіть цей список не є остаточним.

М.Г. Рябова пропонує свою класифікацію найбільш розповсюджених видів психологічних залежностей:

внутрішньоособистісна, предметна, міжособистісна, афективна та залежність від діяльності.

Внутрішньоособистісна залежність – це залежність від власних думок, ідей, цінностей. До цього виду психологічних залежностей ми можемо віднести релігійну залежність та різні форми фанатизму [8].

Проблема релігійної залежності в останній час набуває особливої актуальності у зв'язку з поширенням діяльності різних релігійних організацій, у тому числі і сект. Люди потрапляють до сект в стані психологічної кризи. Саме цей стан використовують секти, для того, щоб заповнити душевний вакуум, знизити рівень тривоги. Суть релігійної залежності полягає в становленні релігійної практики як центральної по відношенню до інших аспектів життя, будь-які стосунки встановлюються через релігію, залежність від релігійної практики і її adeptів заперечує особисту потребу віри в Бога, релігія отримує всю повноту влади над залежними. Основними ознаками релігійної залежності є ригідне мислення, занижена самооцінка, хибне ставлення до всього. Релігійна залежність є спробою втечі від тривоги, відповідальності, необхідності вирішувати свої проблеми.

Предметна залежність – це залежність від різного роду предметів навколишньої дійсності. До цього виду психологічних залежностей ми можемо віднести комп'ютерну залежність, інтернет-залежність, телевізійну залежність, залежність від їжі, лікарську залежність. Предметно залежну особу можна вважати продуктом сучасної цивілізації. Для предметно залежної особи весь світ постає у вигляді специфічних предметів, таких як: монітори, книги, папери, телефони та ін.. В сучасному світі найбільш поширеним варіантом предметної залежності стала залежність від гаджетів (технічних новинок). Особи, що страждають таким видом залежності, проводять велику кількість часу, вивчаючи технічні пристрої, забуваючи про прийом їжі, спілкування з близькими людьми, сон [8, С. 54].

У зв'язку зі зростанням комп'ютеризації суспільства особливо актуальною стає проблема інтернет-залежності. М. Орзак виділив психологічні (гарне самопочуття за комп'ютером, неможливість зупинитися, зневага сім'єю та друзями, відчуття пустоти та ін.) та фізичні (сухість в очах, головні болі, болі в спині, зневага особистою гігієною та ін.) симптоми інтернет-залежності [4].

Можна говорити про те, що за останні роки в цій області відбувся якісний стрибок. В результаті, на сьогоднішній день можна констатувати, що Інтернет перестав бути просто системою зберігання й передачі надвеликих обсягів інформації й став новим прошарком нашої повсякденної реальності й сферою життєдіяльності величезної кількості людей. В результаті цього, у користувачів комп'ютерних мереж виникає цілий ряд психологічних феноменів – інтересів, мотивів, цілей, потреб, установок, а також форм психологічної й соціальної активності, безпосередньо пов'язаних із цим новим середовищем. Серед таких феноменів усе більшої актуальності та занепокоєння з боку спеціалістів набуває проблема патологічного використання Інтернет. Мова йде про так звану «Інтернет-залежність». Також використовуються найменування «залежність від Інтернету» або «Інтернет-адикція», а також «надлишкове патологічне застосування Інтернету».

У медичному сенсі залежність визначається як нав'язлива потреба у використанні звичної речовини, яка супроводжується зростанням толерантності (тобто звикання до все більших і більших доз) і вираженими фізіологічними та психологічними симптомами. У випадку Інтернет-залежності характер залежності інший, ніж при вживанні наркотиків чи алкоголю, тобто фізіологічний компонент майже відсутній, натомість психологічний проявляється дуже яскраво.

Термін «Інтернет-залежність» запропонував психолог А. Голдберг у 1995 році для опису патологічного

потягу до використання Інтернету. Такий вид адикції як «Інтернет-залежність» передбачає залучення адикта в соціальній взаємодії з допомогою комп'ютера.

Діагностичні критерії розладу в цілому відповідають критеріям DSM-IV для нехімічних залежностей:

- використання комп'ютера викликає дистрес;
- використання комп'ютера заподіює шкоду фізичному, психологічному, міжособистісному, сімейному, економічному або соціальному статусу.

В іншій роботі А. Голдберг характеризує Інтернет-залежність як таку, що має згубний вплив на побутову, навчальну, соціальну, професійну, сімейну, фінансову чи психологічну сфери діяльності.

У найзагальнішому вигляді Інтернет-залежність визначається як «нехімічна залежність від користування Інтернетом» (за М. Гріффітсом). Інтернет-залежність – це «нав'язливе бажання ввійти до Інтернету, перебуваючи off-line, і нездатність вийти з Інтернет, будучи on-line». Поведінково Інтернет-залежність проявляється в тому, що залежні пацієнти віддають перевагу «життю в Інтернеті» і надалі фактично починають відмовлятися від свого «реального» життя, проводячи до 18 годин на день у віртуальній реальності.

Даний розлад не визнаний офіційною медичною наукою як психічний і не включений до Міжнародного статистичного класифікатора хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (МКХ-10) та Керівництва з діагностики і статистики психічних розладів (IV-й випуск). У науковому світі сьогодні тривають дискусії щодо необхідності визнання Інтернет-залежності психічним розладом. Зокрема, психологи Дж. Блок, М. Орзак, К. Янг, Х. Кеш наполягають на внесенні діагнозу «Інтернет-залежність» до п'ятого видання Керівництва з діагностики і статистики психічних розладів (DSM-V), випуск якого очікується у 2012 році. Дж. Блок пропонує включити Інтернет-

залежність в офіційний довідник по психіатрії як один з різновидів компульсивно-імпульсивного розладу

Дж. Блок виділяє чотири ознаки Інтернет-залежності:

- зловживання Інтернет, часто пов'язане з втратою почуття часу і придушенням базисних психологічних установок;
- абстинентний синдром, в тому числі почуття злості, напруженості та / або депресивний стан при відсутності доступу до комп'ютера;
- підвищення толерантності до стимулюючого впливу – потреба купувати (володіти) все більш модернізовані комп'ютери, ставити все більше новітні програми або проводити перед комп'ютером все більше часу для досягнення того ж ефекту;
- такі негативні наслідки, як схильність сперечатися і брехати, загальне зниження результативності, соціальна ізоляція і втома.

Виділені Дж. Блоком ознаки є модифікацією найбільш відомих ознак Інтернет-залежності, розроблених американською дослідницею К. Янг, серед яких смакування попереднім або наступним сеансом он-лайн при знаходженні в офф-лайн, потреба в збільшенні часу, проведеного в мережі, спроби приховати від оточуючих час перебування в мережі, безуспішні спроби обмежити час перебування в мережі і негативні емоції при подібних спробах, готовність ризикнути заради Інтернету роботою або особистим життям, використання Інтернету для відходу від поганого настрою.

Залежність від телебачення визначається як тривалий перегляд телевізору, що суб'єктивно проявляється в слабкому контролі активності, яка заміщує інші більш продуктивні види діяльності і яку важко припинити або знизити. Кауфман Р. запропонував критерії телевізійної залежності: наявність бажання менше дивитися телевізор, марні спроби обмежити час, що витрачається перед

телевізором, тривога, коли поряд немає телевізора, думки про телевізор, заміна перегляду телевізора іншою важливою справою.

Залежність від їжі виникає тоді, коли їжа використовується для втечі від суб'єктивної реальності, яка не задовольняє людину. Таким чином виникає ілюзія обеззброєння неприємності за допомогою їжі. Це можливо за рахунок того, що під час прийому їжі відбувається фіксація на приємних смакових відчуттях і витіснення у підсвідомість матеріалу, що має психологічно неприємний зміст. Такий спосіб втечі від реальності може виявитися достатньо ефективним способом контролю свого настрою, провокуючи, таким чином, швидке формування залежності. Харчова залежність є чимось більшим, ніж просто психологічною залежністю. Коли їжа починає використовуватися вже не як засіб втамування голоду, а як засіб психологічної втечі від проблем, відбувається певний вплив на драйв задоволення голоду з його штучним стимулюванням [6].

Міжособистісна залежність – це залежність від іншої людини. Прикладом цього виду залежності може бути співзалежність. Співзалежним можна вважати будь-яку людину, яка живе у неблагополучній родині з нездоровими правилами, що сприяють спів залежним стосункам. Залежність від іншої людини, з плином часу, стає патологічним станом, що впливає на співзалежного у всіх його взаємовідносинах. Характерними рисами спів залежності є: заперечення, самообман; компульсивні дії (неусвідомлена ірраціональна поведінка, про яку людина може шкодувати, але діє проти своєї волі); заморожені почуття; низький рівень самооцінки; порушення здоров'я, пов'язані зі стресом.

Афективна залежність – це залежність від власних емоцій. До складу афективної залежності ми можемо також віднести сексуальну та любовну. Вони мають наступні ознаки: постійний пошук сексуального партнера або нових

романтичних стосунків; неспроможність перебувати в самотності; постійний вибір жорстких та емоційно невідповідних партнерів; використання сексу, флірту або інтриги для втримання партнера; використання сексу або інтимних почуттів для протистояння негативному досвіду чи емоціям; ігнорування інтересів сім'ї, кар'єри для підтримки сексуальних або романтичних стосунків [6].

До афективної залежності ми також віднесли психологічну залежність від алкоголю та наркотиків, так як вона формується на фіксації ейфоризуючого ефекту, що викликає підвищений настрій; транквілізуючого (атарактичного) ефекту, тобто здатність алкоголю викликати релакс, кайф-ефект, стан, що супроводжується стимуляцією уяви, втеча у сферу мрійнь, відрив від реальності [1]. В розвитку залежності має значення особливість вживання алкоголю, стилі вживання, що сприяють швидшому формуванню залежності. В процесі розвитку алкогольної залежності можна виділити 5 типів адиктивної мотивації, що часто призводять до розвитку певної форми алкогольної залежності [1].

Зміст атарактичної мотивації полягає у прагненні до прийому алкоголю з метою пом'якшити або усунути явища емоційного дискомфорту, тривожності, поганого настрою. Змістом субмісивної інформації є неспроможність відмовитися від запропонованого ким-небудь алкоголю. За умови гедоністичної мотивації, алкоголь вживається для підвищення настрою, отримання задоволення в широкому сенсі. За умови мотивації з гіперактивною поведінкою, алкоголь вживається для того, щоб викликати стан збудження, активізувати себе. У випадку псевдо культурної мотивації, більше значення надається атрибутивним властивостям алкоголю [3].

Залежність від діяльності: гемблінг, трудоволізм, спортивна залежність, компульсивний шопінг.

Залежність від азартних ігор або гемблінг є однією з найбільш розповсюджених форм психологічних

залежностей [9]. Виділяють ряд характерних ознак для гравців: постійна залученість в процес гри, думки, розмови та фантазії про неї; невинувато великий об'єм часу, який особа проводить в ситуації гри; неспроможність вчасно припинити гру; стан емоційного дискомфорту поза ігровою ситуацією, аж до фізичних недомагань; інтенсифікація ритму ігрової активності; наявність переконаності в тому, що «наступного разу пощастить».

Трудоголізм визначають як залежність від роботи, потребу в безперервній роботі. Трудова залежність супроводжується характерними особистісними змінами, що зачіпають емоційно-вольову сферу. Махловиць М. виділив риси, характерні для трудоголіків: наполегливість, енергійність, конкурентоспроможність, керованість; перевага роботи над відпочинком; постійна зайнятість чим-небудь; неспроможність відрізнити роботу від задоволення. Трудоголіки часто впливають на інших членів родини, які не отримують емоційної підтримки. Трудова залежність є соціально прийнятним видом залежності і може бути частиною реабілітаційного періоду для колишніх наркоманів та алкоголіків [1].

Об'єднавши класифікації залежностей М. Г. Рябової та Г. В. Лозової, ми можемо запропонувати схематичний варіант, який задовольняє вимоги та задачі нашого дослідження (рис. 1.2). Варто зазначити, що в нашій класифікації тютюнова, алкогольна та наркотична залежності можуть відноситись як до афективного виду так і до предметного. Це залежить від мотивації та потреб залежної особи.

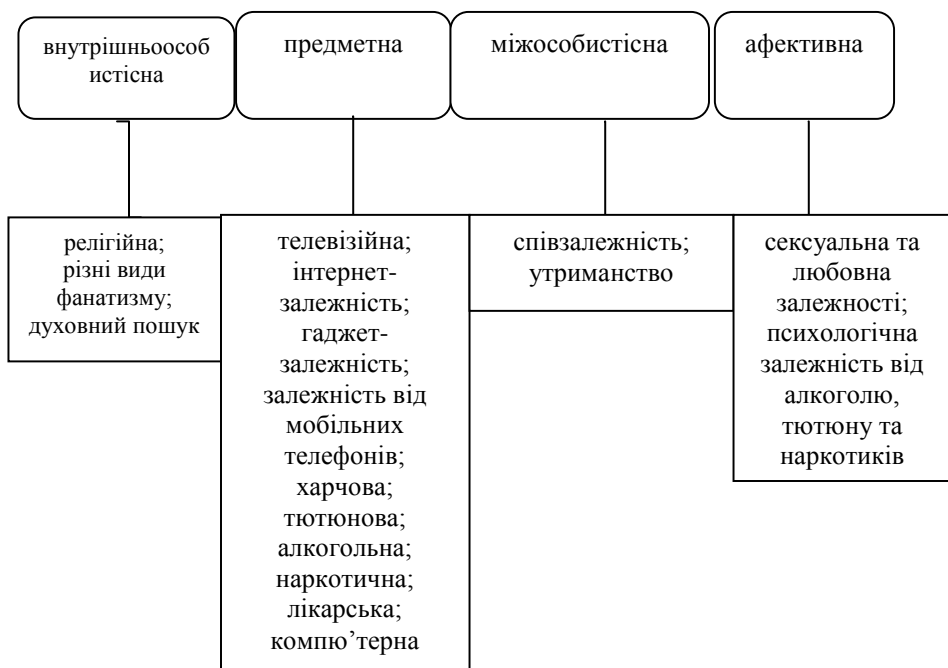


Рис 1.2 Узагальнена класифікація психологічних залежностей

Аналіз психологічної залежності дозволив виділити критерії діагностики осіб, що страждають психологічною залежністю [2]:

- 1) часте звернення до об'єкту залежності, особливо в дискомфортних ситуаціях;
- 2) звернення до об'єкту залежності заради самого звернення;
- 3) часті розмови про об'єкт залежності;
- 4) прагнення скороти спілкування з об'єктом залежності;
- 5) відмова від виконання соціальних, сімейних та професійних обов'язків заради об'єкту залежності;
- 6) скарги на замкнутість та заглиблення в себе за відмови від контактів з об'єктом залежності.

Висновки. Таким чином, психологічна залежність – це прагнення людини постійно вступати в контакт з об'єктом залежності (власні думки та цінності, певні продукти та хімічні речовини, інші люди, емоції, діяльність) з метою усунення психологічного дискомфорту або отримання іншого бажаного ефекту.

Критеріями психологічної залежності є: часті звернення до об'єкту залежності, особливо в дискомфортних ситуаціях; звернення до об'єкту залежності заради самого звернення; часті розмови про об'єкт залежності; прагнення спілкування з об'єктом залежності. Основними видами психологічної залежності є наступні: внутрішньоособистісна; предметна; міжособистісна та залежність від діяльності.

Деформація ціннісних утворень та світоглядних орієнтирів у юнацькому віці призводить до неможливості подолання психологічних залежностей. У юнацькому віці нерідко виникає кризовий стан, який свідчить, що людина переходить на нову вікову ступінь. І цей перехід може включати в себе подолання різних видів залежності шляхом зміни кола спілкування.

Таким чином, можемо припустити, що віктимна поведінка та психологічна залежність у юнацькому віці призводять до спрощення структури особистості, тобто справляють деструктивний вплив, що нівелює індивідуальність, перетворює її на представника середньостатистичної маси.

Соціально-психологічна допомога девіантним особистостям полягає у проведенні профілактичної роботи, психологічної діагностики та психологічної корекції проявів залежності, психологічного консультування, та інших форм, які можуть об'єднуватись в індивідуальні або групові програми соціально-психологічного супроводу.

Література

1. Вагнер Э. Алкогольная и наркотическая зависимость у подростков. Пути преодоления / Эрик Ф. Вагнер, Холли Б. Уолдрон. – М., 2006. – 190 с.
2. Ежова Н. Н. Рабочая книга практического психолога / Н. Н. Ежова. – Изд. 5-е. – Ростов н /Д: Феникс, 2007. – 315 с.
3. Корченков В. И. Пьянство, алкоголизм, наркомания: причины и следствия / В. И. Корченков // Медико-биологические и социальные аспекты наркологии: Сборник научных трудов. – М. : РГМУ, 1997. – 230 с.
4. Краткий психологический словарь : / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд. – М., 1990. – 494 с.
5. Курек Н. С. Нарушения психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте / Н. С. Курек. – СПб. : Алетейя, 2001. – 225 с.
6. Мизирене Р. В. Психологическая зависимость от еды / Р. В. Мизирене. – М., 2005. – 150 с.
7. Пил С. Любовь и зависимость / С. Пил, А. Бродски. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2005. – 269 с.
8. Рябова М. Г. Смыслообразование в структуре саморегуляции личности с психологической зависимостью в юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. / Тамбовский гос. ун-т. – Тамбов, 2008. – 256 с.
9. Шабалина В. В. Аддиктивное поведение в подростковом и юношеском возрасте / В. В. Шабалина. – М. : ВЕЧЕ, 2003. – 291 с.
10. Шорохова О. А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости / О. А. Шорохова. – СПб. : Речь, 2002. – С. 6–16.

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема психологических особенностей зависимости как девиантного поведения личности. Проанализированы различные подходы к определению психологической зависимости и определено деструктивное влияние психологической зависимости в юношеском возрасте на структуру личности.

Ключевые слова: психологическая зависимость, девиантное поведение, личность.

Summary. In the article the actual problem of psychological characteristics depending on a person's behavior as deviant. Different approaches to defining psychological dependence and certain destructive impact of psychological dependence in adolescence on the structure of personality.

Keywords: psychological dependence, deviant behavior, personality.