

Суло Ю.В., магістрантка,  
Децюк Т.М., к.пед.н.

*Чернігівський національний технологічний університет (Чернігів, Україна)*

## **СУЧАСНІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПОГЛЯДИ НА ПРОБЛЕМУ УЗАЛЕЖНЕНОЇ ПОВЕДІНКИ**

У сучасному світі емоційна сфера особистості стає найбільш вразливою до різного роду впливів. Нестабільність у суспільстві пред'являє підвищені вимоги до емоційної стійкості особистості. Сьогоднішнє суспільство та важкі соціальні й економічні перетворення характеризуються багатофакторністю й різноспрямованістю впливів на індивіда, несучи з собою як збільшення можливостей розвитку людини, так і певний потенціал негативних впливів. Соціальна дійсність вимагає від особистості таких змін, які будуть максимально сприяти розкриттю індивідуального та прихованого потенціалу, підвищенню соціальної адаптації до змін суспільства. Порушення адаптації особистості тісно пов'язані з глибинними відхиленнями в особистісному розвитку, з формуванням певних симптомокомплексів, що породжують схильність до різних форм uzалеzhenoї поведінки.

Актуальність теми нашого дослідження зумовлена не тільки соціальною значущістю проблеми виникнення uzалеzhених форм поведінки, в Україні та світі, а й самою логікою розвитку досліджень цієї проблеми. Науковцями, що досліджують дану проблему, виявлено системність детермінації такого складного об'єкта як uzалеzhені форми поведінки особистості. Проблема uzалеzhеної поведінки привертає до себе увагу і турбує науковців не тільки в Україні, а й в інших країнах світу. Ця тема стала настільки популярною, що під цим терміном стали розуміти більш широке коло понять, серед яких різноманітні звички, уподобання, особливості поведінки тощо.

Особливу увагу вчені (Н. Є. Завацька, Н. Ю. Максимова, Б. Уайнхолд, та ін.) приділяли дослідженню шляхів подолання поширених uzалеzhених форм поведінки і майже не дослідженими залишаються детермінанти виникнення uzалеzhень. За науковою позицією В. С. Бітенського, Н. П. Бурмаки, А. Є. Лічко, залежність може стосуватися поведінки, і тоді об'єктом вивчення стають розлади поведінки, які характеризуються як адиктивні, компульсивні й інші порушення.

Спираючись на дослідження науковців, розглядаємо uzалеzhену поведінку як вияв бажання змінити свій психічний стан в напрямку виникнення інтенсивних позитивних емоцій насамперед за

допомогою різних узалежнених форм поведінки (від комп'ютерних ігор, від соціальних мереж, від шопінгу, алкоголю тощо). Будь-які значимі відносини формують узалежнення, оскільки, впускаючи у своє життя близьких особистостей, обов'язково реагують на їхній емоційний стан, так чи інакше пристосовуються до їхнього способу життя, смаків, звичок, потреб тощо [2]. У відносинах, які характеризуються як узалежнені, простору для вільного розвитку особистості практично не залишається. Узалежнена особистість не відрізняє власні потреби й мету від цілей і потреб партнера. У неї відсутня власна траєкторія розвитку: її думки, почуття, вчинки, способи взаємодії й рішення рухаються по колу, циклічно й неминуче повертаючи її до повторення однотипних помилок, проблем і невдач [1].

Теоретичний аналіз проблеми дослідження дає можливість констатувати, що узалежнена особистість включає вкрай різноманітні форми поведінки. Питання про природу узалежнення та формування деструктивної прихильності до узалежнених форм поведінки залишається відкритим. Багато дослідників зосереджують увагу на різноманітній феноменології узалежнених форм поведінки, що не зводиться воедино, інші ж схильні пояснювати таке різноманіття однією (унітарною) схемою, яка апелює до механізмів різного рівня, як фізіологічних, так і психологічних [3].

Науковець Є. В. Змановська стверджує, що узалежнені особистості втрачають особисте «Я», у них домінують афекти гніву. Їхня поведінка повністю визначає емоційний стан інших членів сім'ї, у яких відбувається фіксування на залежному члені родини, різко знижується ссамоповага, самооцінка, спостерігається виникнення апатії, проявляється стан емоційного гальмування, тривожності, загострюються соматичні захворювання, розвивається депресія тощо.

Дослідження багатьох вчених встановили, що узалежнена особистість має загальні характеристики такі як: прагнення привертати увагу і мати схвалення інших, щоб відчувати себе добре успішним; схильність перекладати відповідальність на інших людей; підвищена тривожність, неспокій або провина, як основні регулятори міжособистісних стосунків; нездатність відрізнити свої думки і відчуття від думок і відчуттів інших людей; страх бути знехтуваним іншими; наявність проблем, пов'язаних з емоційною близькістю, страх інтимності; обтяженість існуючими взаєминами і нездатність перервати ці стосунки.

Таким чином, під поняттям «узалежнена поведінка» слід розуміти поведінку особи, спрямовану на задоволення невтримного і невгамовного потягу до певних видів активності, що надають людині особливе задоволення, дозволяють відчувати особливі переживання або змінити психічний стан (свідомість), проте наносять шкоду її фізичному або психічному здоров'ю, діяльності та взаємовідносинам. незважаючи на великий теоретичний та емпіричний обсяг знань про узалежену поведінку, проблема узалеженої поведінки особистості залишається недостатньо вивченою і потребує уточнюючого та пошукового дослідження.

#### Список використаних джерел

1. Агулова О. О. Психологічні особливості адиктивної особистості /О. О. Агулова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. – 2013. – Вип. 46 (2). – С. 14– 21.
  2. Короленко Ц. П. адиктивна поведінка. Загальна характеристика і закономірності розвитку // огляд психіатрії та медичної психології імені В. М. Бехтерева. 1991, N 1. С. 8-15.
- Сідун О.Ю. Психологія залежної поведінки // О. Ю.Сідун// Практична психологія: комплекс типових навчальних програм/За редакцією проф. Н.І.Пов'якель/ Авторський колектив випускової кафедри практичної психології /Інститут педагогіки і психології НПУ імені М.П.Драгоманова. - Вип. 3. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2007. – С. 333 – 340.