

УДК 616.89

*Медицинская психология*

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ (ОБЗОР)**

**Карпухин И.Б., Карпухина Е.В., Шепель Б.О., Алескерова Э.Э., Сафарова А.С., Зыкова Е.Д., Иорданова О.Ю., Малюгина П.Н.**

В данной обзорной статье будут рассмотрены вопросы аддиктивного поведения, виды (алкоголизм, наркомания, игромания, трудовоголизм, интернет зависимость, зависимость от гаджетов) изменения психического состояния для ухода из реальности и их способы (химические и нехимические). Актуальность и распространенность данной проблемы среди населения, влияния социума на людей с проявлениями аддиктивного поведения. Причины возникновения аддиктивного поведения в современном мире. Анализ групп риска, подверженных аддикции. Суицидальные намерения как итог аддиктивного поведения. Возможность контроля лиц, имеющих склонность к аддиктивному поведению. Методы профилактики аддиктивного поведения и их виды.

**Ключевые слова:** аддикция, аддиктивное поведение, зависимость, наркомания, интернет зависимость, игромания, табакокурение, алкоголизм.

## **CURRENT PROBLEMS OF ADDICTIVE BEHAVIOR (REVIEW)**

**Karpukhin I. B., Karpukhina E. V., Shepel B. O., Aleskerova E. E., Safarova A. S., Zykova E. D., Iordanova O. Y., Malyugina P. N.**

This review article will deal with addictive behaviors, types (alcoholism, drug addiction, gambling, workaholism, Internet addiction, gadget dependence) changes in the mental state for escape from reality and their methods (chemical and non-chemical). The relevance and prevalence of this problem among the population, the influence of society on people with manifestations of addictive behavior. The causes of addictive behavior in the modern world. Analysis of risk groups subject to addiction. Suicidal intentions as a result of addictive behavior. The ability to control individuals who have a tendency to addictive behavior. Methods of prevention of addictive behavior and their types.

**Key words:** addiction, addictive behavior, drug addiction, Internet addiction, gambling, smoking, alcoholism.

### **Введение.**

Аддиктивное поведение – является одной из форм девиантного поведения, при котором свойственно формирование стойкого стремления к уходу из реальности при помощи искусственного изменения своего психического состояния путем приема психотропных веществ или сосредоточении своего внимания на определенных видах деятельности с целью получения эмоционального удовлетворения [10,11]. Различают химические и нехимические способы ухода из реальности. К химическим относятся: алкоголизм, наркомания, а к нехимическим: игромания, трудовоголизм, интернет – зависимость, зависимость от гаджетов [3,11]. В настоящее время проблема аддиктивного поведения стоит крайне остро [3].

### **Актуальные вопросы аддиктивного поведения.**

В 90-х и 00-х годах, в связи с кризисами и нестабильным положением в России, были распространены алкоголизм, наркомания и игровые автоматы, в виду легкого

доступа к спиртным напиткам, наркотикам и нелегального казино. В эру технического прогресса, наряду с наркоманией и алкоголизмом, появились такие виды аддиктивного поведения как зависимость от гаджетов, трудоголизм, интернет-зависимость. Хоть термин «интернет-зависимость» и был предложен Голбергом еще в 1996 году, повсеместную популярность он приобрел в 10-х годах. Теперь можно сказать, что аддиктивному поведению подвержены все слои населения, что является огромной проблемой для современного общества. В современном обществе причину аддиктивного поведения следует искать с раннего возраста. Ведь именно в детском и подростковом возрасте человек наиболее подвержен аддикции. Одну из самых значимых причин в формировании аддиктивного поведения занимает неправильная система семейного воспитания. Характер взаимоотношения в кругу семьи так же важен для формирования личности ребенка [6]. Так можно отметить, что при нарушении в выстраивании семейных отношений ребенок склонен к аддикции, так как это легкий способ ухода от реальности и проблем. В виду несформировавшейся личности и нехватки социальных знаний дети и подростки не понимают, что проблемы от этого не уходят, а лишь добавляются новые и могут привести к серьезным трудностям в дальнейшей жизни.

Табакокурение настоящая беда России. По статистике в 90% случаях люди пробовали хотя бы одну сигарету в своей жизни. Сигареты являются самым доступным способом получения эмоциональной разгрузки и им крайне часто пользуются дети [16]. Средний возраст, когда дети пробуют сигареты, является 13-15 лет. Это может происходить в детских лагерях, где родители не имеют такого контроля за своими детьми, а персонал не успевает уследить за большим количеством детей, после школы и тд. Чаще всего дети замечают, что их родители или другие взрослые люди курят сигареты, тем самым думая, что это в порядке нормы и желают попробовать сами [14,18]. В виду несоблюдения закона о запрете продажи табачной продукции детям, не достигших совершеннолетия, сигареты являются «легкой добычей». Чаще всего начинают курить в компаниях, ради интереса, в последствии начинают курить и в одиночку. С развившейся зависимостью они не соглашаются, считая, что могут бросить курить в любой момент. Это является ошибочным мнением. Подростки проявляют агрессивное поведение [7]. Следствием раннего употребления табака являются патологические состояния легочной системы и могут закончиться смертью.

Алкоголизм — это хроническая болезнь, которая развивается вследствие длительного употребления спиртных напитков. В современном мире алкоголь занимает ведущее место среди всех психотропных веществ. Следовательно, до сих пор актуальны слова В. Португалова, который говорил, что привычка к алкоголю «порождает и в

последующих поколениях преемственное расположение и путем подражания, переимчивости передается... из поколения в поколение». Действительно, в последние 10 лет особую тревогу вызывает алкоголизм у детей и подростков, а также в студенческой среде [4,8,9]. Основной причиной такого явления является социально-экономический кризис в стране. Помимо этого, большую роль играет атмосфера в семье. В первую очередь это дети, в семьях которых родители злоупотребляют алкоголем или другими психотропными веществами. Также причинами являются: высокий уровень бедности, проблема занятости, изменение нравственных и культурных ценностей, многочисленные разновидности и доступность алкоголя. По данным наркологической службы за 2016 год число больных алкоголизмом составило 1589525 человек, или 1084,7 на 100 тыс. населения, что составляет около 1,1% общей численности населения. Несмотря на профилактические меры государства, проблема алкоголизма в стране все еще далека от решения.

Наркомания – одно из страшнейших химических способов ухода из реальности. Можно рассматривать наркоманию, как следующую ступень после алкоголизма и табакокурения [2]. Так в поиске новых ощущений люди переходят на курительные наркотики (например «анашу», «марихуану»). Многие ошибочно полагают, что курительные наркотики не ведут к зависимости и не имеют пагубного влияния на организм. В некоторых странах «марихуану» используют в медицинских целях, подобную информацию используют в качестве аргумента «за» бесконтрольного употребления курительных наркотиков. Только подобная информация не полная, так как использование «марихуаны» разрешена только при тяжелых и неизлечимых болезнях под строгим контролем медицинских специалистов. В последствие разовая доза курительных наркотиков увеличивается из-за развивающейся резистентности. Как итог переход к более тяжелым наркотикам, таким как инъекционные, которые имеют еще более опасные последствия [17].

На сегодняшний день интернет-зависимость является одним из обсуждаемых вопросов. Действительно, ни один подросток, студент, школьник не может представить свою жизнь без интернета. Интернет позволяет найти любую информацию, общаться, проводить свободное время, играть в различные игры, слушать музыку и т.д. Но зачастую интернет поглощает молодежь. И тогда можно говорить об интернет-аддикции [13]. Основными характеристиками которого являются: нежелание отвлечься от интернета, человек может сидеть в интернете целый день, забывая об учебе, делах, семье. Все это приводит к нарушению сна, снижению памяти, мыслительных процессов, стрессам и депрессиям [13]. Но интернет-зависимость нельзя назвать болезнью. Учитывая все это, мы

понимаем, что лечить интернет-зависимость запретом нельзя, так как аддикт будет искать обходные пути. Стоит заметить, что интернет является хорошей площадкой для распространения наркотиков. При помощи социальных сетей происходит поиск и продажа практически любых видов наркотиков [5]. В целях профилактики можно проводить социально-психологические тренинги, тренинги общения, личностного роста.

Бок о бок с интернет-зависимостью идет компьютерная игромания. Опасность данной аддикции заключается в том, что основной контингент — это дети и подростки. Формирование зависимости приводит к ухудшению здоровья, к потере контактов, ребенок замыкается в себе, отграничивается от окружающего мира и как итог деградация личности. В России каждый второй пользуется компьютером, из 8 миллионов опрошенных 51% использует компьютер для игр. Из них 3 млн это молодежь в возрасте от 10 до 18 лет. Игровую зависимость еще называют гейм-аддикция, кибераддикция, игровая аддикция. По словам Л.И.Шакировой во время игры у человека повышается настроение, а после выхода из виртуального мира сразу ухудшается. Исходя из этого предполагаем, что стимулирует у игромана чувство удовольствия.

Аддиктивное суицидальное поведение. За последние 10 лет численность самоубийств в Российской Федерации достигла показателя 40 на 100 тыс. населения в год, в то время как показатель в 20 самоубийств на 100 тыс. населения в год, по данным ВОЗ, считается критическим. Основной причиной суицида среди подростков является проблемы в семье, безразличное отношение родителей к ребенку или чрезмерный контроль, недопонимание со стороны сверстников, одноклассников. [15]

Стоит затронуть вопрос о профилактике аддиктивного поведения. Так как причины аддиктивного поведения чаще всего определяются в раннем возрасте, то и профилактику надо начинать в раннем возрасте. Рассмотрим две позиции: 1) полный контроль аддикта и запреты любых желаний, кажущихся неправильными и 2) формирование эмоциональной стабильности и доверительных отношений в кругу семьи [12]. В случае полного контроля и запретов у человека формируется отсутствие воли и неспособность отстаивать свои права и желания. Если ребенок воспитывается в условиях постоянных психологических травм, обид, унижений, у него формируется невроз с преобладанием чувства страха, безнадежности. В более зрелом возрасте такие люди становятся ведомыми и под давление более сильных личностей могут совершить действия, которые в душе кажутся им неправильными, но из-за отсутствия морального стержня им ничего не остается, как согласиться на просьбу. Подобные личности всегда ищут способ эмоциональной разгрузки, так они и находят выход в употреблении психоактивных веществ, длительного нахождения в интернете и компьютерных играх. Другой путь основан на формировании

эмоциональной стабильности и доверительных отношений в кругу семьи. В полноценных и крепких семьях, основанных на доверии ребенку оказывают умеренный контроль за его действиями, что неуклонно ведет к развитию его как личности и способности самому принимать ответственные решения [14]. Ребенок должен быть уверен, что семья поможет ему выход трудной жизненной ситуации. Привлечение ребенка к различным видам спорта или к определенным кружкам помогут ребенку понять, что в мире есть куда более интересные вещи, чем употребление наркотиков, алкоголизм и тд [1]. Нельзя строить воспитание ребенка на угрозах и запретах, а следует вести диалог, где будут выслушаны позиции обеих сторон, тогда ребенок будет уверен, что с его мнением считаются. Подводя итог можно сказать, что в формировании аддиктивного поведения зачастую играет роль отношения внутри семьи. В семье, где нормой считается авторитарный режим ведет к формированию аддиктивного поведения, поскольку ребенок формирует определенный тип поведения, который он сохраняет в течении всей жизни.

#### **Заключение.**

Таким образом, можно сказать, что аддиктивное поведение несет в себе большую опасность для социума. Желания к уходу от реальности, страха трудностями повседневной жизни и поиск «новых» эмоций ведет к необратимым последствиям. Стоит обратить большее внимание на решение данной проблемы и разработать методики профилактики.

#### **Литература**

1. Алешина Л.И., Дубинина А.В. Аддиктивное поведение и меры его профилактики // Грани познания. - 2016. - №2(45). - С. 124-127
2. Антилогова Л.Н., Лазаренко Д.В. Аддиктивное поведение как показатель нарушенной социализации личности // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. - №3(63) Т.3. – С. 68-72
3. Верзина В.В., Алексеева Е.Б. Аддиктивное поведение как следствие деструктивных форм воспитания // International journal of experimental education. - 2015.- №11. – С. 8008- 810
4. Демчева Н.К., Касимова Л.Н., Лацплес П.Р. Социальные и клиничко-психопатологические факторы, влияющие на формирование зависимого поведения от психоактивных веществ у молодежи // Психическое здоровье. – 2012. – Т. 10, № 6 (73). – С. 48-54.
5. Ерохина Ю.В., Дубинина А.В. Аддиктивное поведение молодежи: наркомания в сети // Социальная работа в современном мире: взаимодействие науки, образования и практики. – 2014. – С. 153- 154

6. Жукова М.В., Шишкина К. И. Аддиктивное поведение детей как следствие нарушения системы внутрисемейных отношений // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. - №4 (158). - С. 391- 394
7. Ивашиненко Д.М, Бурделова Е.В., Ивашиненко Л.В. Агрессивное и аддиктивное поведение в студенческой среде // Школа В.М. Бехтерева: от истоков до современности. – 2017. - С. 291
8. Карпухин И.Б., Карпухина Е.В., Корнишин Г.Ю. Распространенность алкогольного абстинентного синдрома в популяции учащихся высшей школы. // Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы. Материалы III Международной научно-практической конференции (25 апреля 2012 г.) – Н.Новгород: ННГАСУ, 2012. – 452 с. С.175-178.
9. Карпухин И.Б., Карпухина Е.В., Лацплес П.Р., Мельниченко О. В. Алкоголизм в молодежной среде. // Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы. Материалы III Международной научно-практической конференции (25 апреля 2012 г.) – Н.Новгород: ННГАСУ, 2012. – 452 с. С.178-183.
10. Литвишков В. М. Аддиктивное поведение // Тенденции развития науки и образования. – 2018. - №40.- С. 55-56
11. Маст С.В. Аддиктивное поведение детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, как особая форма девиации // Специальное образование. – 2017. - №4. – С. 117 – 128
12. Павлова С.А. Аддиктивное поведение подростков и его профилактика // Actualscience. – 2015. - №1(1). – С.63
13. Рогова Е.Е., Суворова Е.В. Интернет-зависимость – проблема современной молодежи // Science time. - 2015. - №12(24). – С. 641-646
14. Руженкова В.А., Лукьянцева И.С., Руженкова В.В. Аддиктивное поведение студенческой молодежи: систематика, распространенность, клиника и профилактика // Серия Медицина. Фармация. - 2015. - №10(207). – 13- 25
15. Стародубова И.А., Леонович Д.Г., Браш Н.Г. Аддиктивное суицидальное поведение подростков // Амурский медицинский журнал- 2016. - №2(14) - С. 83- 86
16. Тавинова Н.А., Иванова О.Р., Баранова Н.А., Афиногенова Е.П. Предрасположенность студентов к употреблению психоактивных веществ и их отношение к вредным привычкам // Медицинская сестра. – 2015 - №6. – С. 46-49
17. Царахова Н.В. Девиация в субкультуре современной Российской молодежи //Вестник АГУ- 2015. – №2 (158). – С. 233-234

18. Яковлев А.Н., Пашкевич Н.В., Витчинкина В.И., Бродянский В.М. Влияние микросоциальных факторов на аддиктивное поведение у подростков в зависимости от уровня генетического риска наркологических заболеваний // Практическая медицина-2017. - №1(102) Т. 2. – С. 66-70

---

1 Карпухин Иван Борисович, кандидат медицинских наук, доцент кафедры психиатрии и медицинской психологии, ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:karpuchin@rambler.ru

2 Карпухина Елена Владимировна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры факультетской и поликлинической терапии, ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:alenakarp@rambler.ru

3 Шепель Богдан Олегович, студент 6 курса лечебного факультета ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:bogdan-shepel@yandex.ru

4 Алескерова Эльнура Эхтибар Кызы, студент 6 курса лечебного факультета ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:polina-m17@mail.ru

5 Сафарова Айгюн Сахиб кызы, студентка 4 курса лечебного факультета ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», ajgyn@mail.ru

6 Зыкова Екатерина Дмитриевна, студент 5 курса лечебного факультета ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:cati-angel@mail.ru

7 Иорданова Ольга Юрьевна, студентка 4 курса лечебного факультета ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:o.iordanova@mail.ru

8 Малюгина Полина Николаевна, студент 5 курса лечебного факультета ФГБОУ ВПО «Приволжский исследовательский медицинский университет», e-mail:polina-m17@mail.ru

---