

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО  
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»  
ОДЕСЬКИЙ ІНСТИТУТ**

Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін

**«До захисту допущено»**

Завідувач

кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис)

доктор філ. наук, доцент

Нерубасська Алла Олександрівна

(наукове звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2026р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

**на здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти**

**на тему: «Психологічні передумови адиктивної поведінки осіб  
юнацького віку»**

**Виконав:**

студент групи ІН18-8-22-Б1Пс(4,0з)  
(шифр групи)

Освітньої програми: «Психологія»

Спеціальності: 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

**Сичов Олександр Юрійович**

(ПІБ студента)

\_\_\_\_\_  
(підпис студента)

**Керівник:** кандидат психологічних наук,  
доцент, доцент кафедри

**Прокоф'єва-Акопова Світлана**  
**Александрівна**

\_\_\_\_\_  
(підпис наукового керівника)

**2026 р.**

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО  
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»

Одеський інститут

**Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін**

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський) рівень

Спеціальності: 053 «Психологія»

Освітньої програми: «Психологія»

**«Затверджую»**

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

(підпис)

док. філ. наук, доцент **Нерубаська А.О.**

(вчене звання, науковий ступінь, ПІБ)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2026р.

**Завдання**

на кваліфікаційну роботу студента

**Сичова Олександра Юрійовича**

(прізвище, ім'я, по батькові)

**1. Тема кваліфікаційної роботи:** «Психологічні передумови адиктивної поведінки осіб юнацького віку»

**Керівник кваліфікаційної роботи:** канд.псих.наук, доцент Прокоф'єва-Акопова С.А.

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

**2. Строк подання студентом кваліфікаційної роботи на попередній захист:** Травень 2026р.

**3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи (рекомендовані науковим керівником та відповідним методичним забезпеченням /окремі аспекти роботи, обсяги роботи**  
Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, які поділені на підрозділи, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел (52 найменувань). Загальний обсяг роботи – 104 друковані сторінки, обсяг основної частини роботи складає 99 сторінок.

**4. Необхідний графічний та аналітичний матеріал за темою дослідження:** .  
Кваліфікаційна робота містить 4 схеми, 8 таблиць та 11 рисунків

**5. Календарний план виконання кваліфікаційної роботи**

| № з/п | Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи                                                             | Строки виконання |               | Примітка |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|----------|
|       |                                                                                                           | Планові          | Фактичні      |          |
| 1     | 2                                                                                                         | 3                | 4             | 5        |
| 1.    | Збір та опрацювання наукових джерел                                                                       | Листопад 2025    | Листопад 2025 |          |
| 2.    | Написання вступу                                                                                          | Грудень 2025     | Грудень 2025  |          |
| 3.    | Розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження онлайн-ігор та геймерства                            | Грудень 2025     | Грудень 2025  |          |
| 4.    | Розділ 2. Методичне підґрунтя забезпечення організації та проведення дослідження геймерської ідентичності | Січень 2026      | Січень 2026   |          |
| 5.    | Розділ 3. Емпіричне дослідження позитивних та негативних аспектів геймерства                              | Березень 2026    | Березень 2026 |          |

| <b>1</b> | <b>2</b>                                 | <b>3</b>        | <b>4</b>        | <b>5</b> |
|----------|------------------------------------------|-----------------|-----------------|----------|
| 6.       | Висновки                                 | Квітень<br>2026 | Квітень<br>2026 |          |
| 7.       | Оформлення списку використаних джерел    | Квітень<br>2026 | Квітень<br>2026 |          |
| 8.       | Подання роботи на перевірку керівнику    | Квітень<br>2026 | Квітень<br>2026 |          |
| 9.       | Попередній захист кваліфікаційної роботи | Травень<br>2026 | Травень<br>2026 |          |

## АНОТАЦІЯ

**Сичов А.Ю. «Психологічні передумови адиктивної поведінки осіб юнацького віку» – Рукопис.**

*Кваліфікаційна робота на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» – Одеський інститут ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом». Одеса, 2026.*

**Актуальність** дослідження зумовлена зростанням поширеності адиктивної поведінки серед осіб юнацького віку, що становить серйозну соціально-психологічну проблему сучасного суспільства. Юнацький вік є сензитивним періодом становлення особистості, формування системи цінностей, життєвих орієнтирів та моделей поведінки, а також підвищеної вразливості до зовнішніх впливів. У цей період нерідко виникають труднощі емоційної регуляції, пошук ідентичності, потреба в самоствердженні, що за певних умов може сприяти формуванню схильності до різних форм залежної поведінки. Психологічні передумови адиктивної поведінки, зокрема особистісні особливості, рівень самоконтролю, особливості сімейного виховання та соціального оточення, залишаються недостатньо вивченими, що ускладнює розробку ефективних профілактичних і корекційних заходів.

**Мета** – дослідження психологічних передумов адиктивної поведінки осіб юнацького віку, а також визначення основних психологічних чинників, що сприяють формуванню схильності до залежної поведінки.

**Методи.** Теоретичний аналіз джерел та емпіричних результатів; методи збору емпіричних даних.

**Ключові слова:** адиктивна поведінка, юнацький вік, психологічні передумови, залежність, емоційна регуляція, самоконтроль, особистісні особливості, психологічне благополуччя, девіантна поведінка.

## ANNOTATION

**Sychev A.Yu. "Psychological prerequisites for addictive behavior in adolescents "– Manuscript.**

*Qualification work for obtaining the educational and qualification level "bachelor" – Odessa Institute of PrJSC "Higher Education Institution "Interregional Academy of Personnel Management". Odesa, 2026.*

**The relevance** of the study is due to the increasing prevalence of addictive behavior among individuals in adolescence, which represents a serious socio-psychological problem of contemporary society. Adolescence is a sensitive period of personality development, formation of value systems, life orientations, and behavioral patterns, as well as increased vulnerability to external influences. During this period, difficulties in emotional regulation, identity search, and the need for self-affirmation often arise, which under certain conditions may contribute to the development of a predisposition to various forms of addictive behavior. The psychological preconditions of addictive behavior, including personality traits, level

of self-control, characteristics of family upbringing, and social environment, remain insufficiently studied, which complicates the development of effective preventive and corrective measures.

**The goal** is research into the psychological prerequisites for addictive behavior in adolescents, as well as identifying the main psychological factors that contribute to the formation of a tendency towards addictive behavior.

**Methods.** Theoretical analysis of sources and empirical results; methods of collecting empirical data.

**Keywords:** addictive behavior, adolescence, psychological preconditions, addiction, emotional regulation, self-control, personality traits, psychological well-being, deviant behavior.

## ЗМІСТ

|                                                                                                                          |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>ВСТУП.....</b>                                                                                                        | <b>7</b>   |
| <br><b>РОЗДІЛ 1</b>                                                                                                      |            |
| <b>ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ.....</b>                                                      | <b>12</b>  |
| 1.1 Поняття адиктивної поведінки як форми девіантної поведінки.....                                                      | 12         |
| 1.2 Основні форми адиктивної поведінки осіб юнацького віку.....                                                          | 26         |
| 1.3 Психологічні особливості юнацького віку як періоду підвищеного ризику формування адикцій.....                        | 37         |
| 1.4 Психологічні чинники та передумови виникнення адиктивної поведінки у молоді.....                                     | 43         |
| <b>Висновки до першого розділу .....</b>                                                                                 | <b>54</b>  |
| <br><b>РОЗДІЛ 2</b>                                                                                                      |            |
| <b>ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....</b>                       | <b>57</b>  |
| 2.1 Обґрунтування методів емпіричного дослідження та психодіагностичний інструментарій.....                              | 57         |
| 2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей адиктивної поведінки в юнацькому віці.....     | 61         |
| 2.3 Аналіз психологічних передумов адиктивної поведінки студентської молоді за результатами емпіричного дослідження..... | 88         |
| <b>Висновки до другого розділу .....</b>                                                                                 | <b>93</b>  |
| <br><b>ВИСНОВКИ.....</b>                                                                                                 | <b>96</b>  |
| <br><b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>                                                                               | <b>100</b> |

## ВСТУП

**Актуальність теми.** У сучасних умовах суспільного розвитку проблема адиктивної поведінки молоді набуває особливої соціальної та психологічної значущості. Глобалізаційні процеси, нестабільність соціально-економічного середовища, інформаційне перевантаження, високий рівень психоемоційного напруження, трансформація ціннісних орієнтацій і зміни у системі міжособистісних взаємин створюють передумови для поширення різних форм залежної поведінки серед осіб юнацького віку. Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах тривалих кризових явищ, воєнного стану, соціальної невизначеності та підвищеного рівня стресу, що негативно впливають на психічне здоров'я молоді та її адаптаційні можливості.

Юнацький вік є важливим етапом становлення особистості, формування самосвідомості, системи цінностей, життєвих орієнтирів та моделей поведінки. Саме в цей період відбувається активний пошук власної ідентичності, прагнення до самоствердження, розширення соціальних контактів та емоційна нестабільність, що робить молодь більш уразливою до впливу негативних соціально-психологічних чинників. Недостатній рівень психологічної зрілості, труднощі емоційної саморегуляції, невпевненість у собі, внутрішні конфлікти, підвищена тривожність та низька стресостійкість можуть виступати психологічними передумовами формування адиктивної поведінки.

Сучасне суспільство характеризується значним поширенням як хімічних, так і нехімічних форм адикцій. До найбільш поширених форм залежної поведінки серед молоді належать алкогольна, наркотична та тютюнова залежності, а також інтернет-залежність, ігрова залежність, залежність від соціальних мереж, шопоголізм, харчові адикції та інші форми поведінкових залежностей. Адиктивна поведінка нерідко стає способом уникнення психологічного дискомфорту, емоційного напруження, переживання самотності, внутрішньої невпевненості чи фрустрації. У

результаті залежна поведінка негативно впливає на психоемоційний стан особистості, порушує процеси соціальної адаптації, міжособистісної взаємодії та професійного самовизначення.

Проблема адиктивної поведінки є предметом дослідження багатьох наукових напрямів – психології, психіатрії, соціології, педагогіки та медицини, а тому носить міждисциплінарний характер. Теоретичні аспекти залежної поведінки висвітлювалися у працях зарубіжних учених: З. Фройд, Е. Фромм, К. Юнг, К. Роджерс, А. Маслоу, А. Бандура та інших. У їхніх дослідженнях увага приділялася механізмам формування залежної поведінки, ролі внутрішніх конфліктів, психологічних захистів, самоактуалізації, соціального навчання та особистісних чинників розвитку адикцій.

У вітчизняній психологічній науці проблему адиктивної поведінки досліджували Н.Й. Бочелюк, В.Й. Бочелюк, Л.А. Завадська, Є.В. Змановська, В.Ю. Рибников, А.М. Корець, С.Д. Максименко, Н.Ю. Максимова, У.Б. Михайлишин, Н.П. Пихтіна, Т.В. Журавель, Т.Л.Смілянець, В.С. Уркаєв, Т.І. Чала та інші науковці. У їхніх працях розкрито психологічні механізми виникнення адикцій, роль сімейного виховання, особливості емоційної сфери залежної особистості, чинники дезадаптації та напрями психопрофілактики залежної поведінки.

Попри значну кількість наукових досліджень, проблема психологічних передумов адиктивної поведінки осіб юнацького віку залишається недостатньо розробленою в аспекті комплексного вивчення індивідуально-психологічних особливостей молоді, емоційної нестабільності, рівня тривожності, самооцінки, стресостійкості, мотиваційної сфери та міжособистісної взаємодії. Недостатньо дослідженими залишаються також питання взаємозв'язку психологічних характеристик особистості та схильності до різних форм адиктивної поведінки в сучасних умовах соціальної нестабільності.

Отже, актуальність теми дослідження визначається необхідністю глибокого теоретичного та емпіричного вивчення психологічних передумов



адиктивної поведінки осіб юнацького віку, що сприятиме вдосконаленню системи психопрофілактики, психологічної діагностики та психокорекційної роботи з молоддю.

**Мета роботи** полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні психологічних передумов адиктивної поведінки осіб юнацького віку, а також визначенні психологічних чинників, що сприяють формуванню схильності до залежної поведінки.

Виходячи із зазначеної мети роботи були сформульовані наступні **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати наукові підходи до вивчення проблеми адиктивної поведінки у фаховій психологічній літературі.
2. Визначити сутність, структуру та основні форми адиктивної поведінки осіб юнацького віку.
3. Охарактеризувати психологічні особливості юнацького віку як періоду підвищеного ризику формування адикцій.
4. Дослідити психологічні чинники та передумови виникнення адиктивної поведінки у молоді.
5. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей осіб юнацького віку, схильних до адиктивної поведінки.
6. Проаналізувати взаємозв'язок між рівнем тривожності, самооцінкою, емоційною нестабільністю, стресостійкістю та проявами адиктивної поведінки.

**Об'єкт дослідження** – адиктивна поведінка осіб юнацького віку.

**Предмет дослідження** – психологічні передумови формування адиктивної поведінки у осіб юнацького віку.

**Гіпотеза дослідження** полягає у припущенні, що схильність осіб юнацького віку до адиктивної поведінки зумовлюється комплексом психологічних особливостей особистості, серед яких провідне місце займають підвищений рівень агресивності, тенденція до формування залежних форм поведінки, а також труднощі соціально-психологічної

адаптації. Передбачається, що поєднання зазначених чинників негативно впливає на процес особистісного становлення підлітків, знижує ефективність їхньої взаємодії із соціальним середовищем та підвищує ризик розвитку різних форм адикцій.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети та реалізації поставлених завдань було використано комплекс теоретичних, емпіричних і математико-статистичних методів дослідження.

До теоретичних методів належали: аналіз, синтез, узагальнення, систематизація та порівняння наукової психологічної літератури з проблеми адиктивної поведінки та її психологічних передумов.

Серед емпіричних методів використано психодіагностичне тестування, анкетування та методи психологічного опитування, спрямовані на вивчення рівня тривожності, самооцінки, стресостійкості, емоційної нестабільності та схильності до адиктивної поведінки осіб юнацького віку.

Для статистичної обробки результатів дослідження застосовано методи кількісного та якісного аналізу даних, зокрема методи математичної статистики: визначення середніх значень, відсоткового співвідношення, кореляційний аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.

**Теоретичне значення** кваліфікаційного дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про психологічні механізми та передумови формування адиктивної поведінки у юнацькому віці. У роботі систематизовано сучасні теоретичні підходи до розуміння феномену адиктивної поведінки, уточнено роль індивідуально-психологічних характеристик особистості у виникненні схильності до залежної поведінки, а також розкрито особливості впливу емоційної нестабільності, тривожності, самооцінки та стресостійкості на формування адикцій.

Результати дослідження сприятимуть подальшому розвитку психології особистості, вікової та соціальної психології, а також можуть бути використані для вдосконалення теоретичних моделей психопрофілактики адиктивної поведінки молоді.

**Практичне значення** дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, соціальних педагогів, психотерапевтів, викладачів закладів освіти та фахівців соціальної сфери. Виявлені психологічні передумови адиктивної поведінки можуть бути використані для ранньої діагностики схильності молоді до залежної поведінки, розроблення психопрофілактичних програм, тренінгів розвитку стресостійкості, емоційної саморегуляції та навичок конструктивного подолання стресових ситуацій.

**Структура кваліфікаційної роботи.** Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, які поділені на підрозділи, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел (52 найменування). Загальний обсяг роботи – 104 друковані сторінки, обсяг основної частини роботи складає 99 сторінок.

## **РОЗДІЛ 1**

### **ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ**

#### **1.1. Поняття адиктивної поведінки як форми девіантної поведінки**

Суспільство в усі історичні періоди приділяло значну увагу проблемі поведінки особистості, яка відхиляється від загальноприйнятих соціальних норм і цінностей. У сучасних умовах соціально-економічної нестабільності, суспільних трансформацій та кризових процесів інтерес до проблематики девіантної поведінки істотно посилюється. Це зумовлює необхідність ґрунтовного дослідження причин, форм прояву та динаміки поведінкових відхилень, а також механізмів їх формування й поширення у молодіжному середовищі. Особливе місце серед різновидів девіантної поведінки посідає адиктивна поведінка, яка впродовж останніх років стала предметом активного вивчення представниками психології, соціології, медицини, психіатрії, кримінології та правоохоронної сфери. Зазначене явище розглядається як складна міждисциплінарна проблема, що потребує комплексного підходу до пошуку ефективних засобів профілактики, соціального контролю та психокорекції.

Сучасна практика психіатрії, психотерапії та клінічної психології свідчить про суттєві зміни у структурі психічних і поведінкових розладів. Значно зросла кількість девіацій, які ще декілька десятиліть тому вважалися поодинокими випадками або перебували поза межами активного наукового інтересу. До таких форм поведінкових порушень належать наркотична та алкогольна залежність, різні форми сексуальних девіацій, фанатична та деструктивно-релігійна поведінка, kleptomania, Інтернет-залежність, ігрова залежність, порушення харчової поведінки та інші види адикцій. Спільною ознакою цих явищ є вихід за межі психологічно та соціально схвалюваних моделей поведінки, що негативно впливає на процес соціалізації особистості, її психічне здоров'я та міжособистісні взаємини.

В умовах трансформації структури психічних і поведінкових розладів виникла потреба у формуванні окремого наукового напрямку – адиктології, предметом дослідження якої є залежні форми поведінки як психологічного, так і психопатологічного рівня.

Адиктологія інтегрує знання психології, медицини, психіатрії, соціології та педагогіки з метою комплексного вивчення механізмів виникнення, розвитку та подолання різних форм залежностей. В межах цього напрямку особлива увага приділяється дослідженню психологічних передумов адиктивної поведінки, серед яких провідне місце займають особистісна незрілість, емоційна нестабільність, низький рівень стресостійкості, труднощі соціальної адаптації та дефіцит конструктивних стратегій подолання життєвих труднощів.

Крім того, сучасні наукові дослідження засвідчують, що формування адиктивної поведінки значною мірою пов'язане із впливом соціального середовища, кризою ціннісних орієнтацій, інформаційним перенасиченням та зростанням рівня психоемоційного напруження в суспільстві. Особливо вразливою категорією є особи юнацького віку, оскільки саме в цей період відбувається становлення самосвідомості, формування системи цінностей, професійного та особистісного самовизначення. Невміння ефективно долати стресові ситуації, потреба у самоствердженні та прагнення до соціального прийняття можуть сприяти пошуку деструктивних способів психологічної компенсації, одним із яких виступає адиктивна поведінка [цит. за 17].

Таким чином, проблема адиктивної поведінки в сучасному суспільстві набуває особливої актуальності та потребує всебічного наукового аналізу. Вивчення психологічних передумов виникнення залежностей серед молоді є важливим напрямом сучасної психологічної науки, оскільки результати таких досліджень можуть стати підґрунтям для розроблення ефективних профілактичних та корекційних програм, спрямованих на збереження психічного здоров'я та гармонійний розвиток особистості.

В фаховій психологічній літературі адиктивна поведінка розглядається як одна з форм девіантної поведінки особистості, що проявляється у прагненні змінити власний психоемоційний стан шляхом отримання інтенсивних позитивних переживань або уникнення внутрішнього психологічного дискомфорту. Найчастіше така зміна досягається за допомогою вживання різних психоактивних речовин, зокрема тютюну, алкоголю, наркотичних засобів, медичних препаратів чи інших стимуляторів, ще до формування вираженої фізичної залежності. Водночас адиктивна поведінка може реалізовуватися і через певні види діяльності або поведінкові практики, які супроводжуються порушенням самоконтролю, нав'язливим прагненням до повторення дії, неможливістю стримати власні спонукання та психологічною залежністю від процесу. До таких форм належать порушення харчової поведінки, ігрова залежність, патологічне захоплення комп'ютерними технологіями та мережею Інтернет, клептоманія, шопоголізм та інші різновиди поведінкових адикцій [цит. за 23].

У сучасній психологічній та психіатричній літературі поняття «адиктивна поведінка» здебільшого використовується для позначення порушень поведінки, які ще не досягли рівня клінічно сформованої залежності. На відміну від цього, термін «адикція» у зарубіжних наукових джерелах часто трактується як синонім залежності та характеризує стійкий патологічний стан, що супроводжується формуванням психічної, а нерідко й фізичної залежності. Для такого стану характерними є поступове зростання толерантності до об'єкта залежності, постійна зосередженість на пошуку можливості його отримання та вживання, а також нездатність припинити деструктивну поведінку навіть за умови усвідомлення її негативних наслідків для фізичного, психічного й соціального благополуччя особистості.

Незважаючи на різноманітність форм адиктивної поведінки, усі вони мають спільні психологічні механізми виникнення та розвитку. Формування адикції, як правило, розпочинається на емоційному рівні й супроводжується переживанням різкої зміни психічного стану. Особистість відчуває емоційне

піднесення, ейфорію, відчуття внутрішньої свободи, психологічного комфорту або тимчасового полегшення від тривоги, страху, напруження чи самотності. Саме ці позитивно забарвлені переживання закріплюються у свідомості як ефективний спосіб подолання труднощів або втечі від реальності.

Наступним етапом розвитку адиктивної поведінки є формування стійкої моделі звернення до адиктивного агента чи діяльності. Поступово така поведінка стає регулярною, набуває рис стереотипності та починає домінувати у структурі життєдіяльності особистості. У результаті звужується коло інтересів, знижується значущість соціальних контактів, навчальної або професійної діяльності, порушуються міжособистісні взаємини та процеси самореалізації. Особистість дедалі більше концентрується на задоволенні адиктивної потреби, що призводить до втрати контролю над власною поведінкою та поступової соціально-психологічної дезадаптації.

Особливо небезпечним є розвиток адиктивної поведінки у юнацькому віці, оскільки цей період характеризується емоційною нестабільністю, підвищеною чутливістю до соціального впливу, прагненням до самоствердження та пошуком власної ідентичності. Недостатній рівень сформованості навичок саморегуляції, низька стресостійкість, труднощі у міжособистісній взаємодії та дефіцит підтримки з боку сім'ї або значущого соціального оточення можуть виступати важливими чинниками ризику виникнення різних форм адиктивної поведінки.

Таким чином, адиктивна поведінка є складним багатофакторним феноменом, який формується під впливом взаємодії психологічних, соціальних та біологічних чинників. Її розвиток пов'язаний не лише з прагненням до отримання позитивних емоцій, але й із намаганням особистості компенсувати внутрішні конфлікти, подолати психоемоційне напруження або уникнути складнощів реального життя. Саме тому проблема профілактики та своєчасної психологічної корекції адиктивної поведінки молоді набуває особливої актуальності в умовах сучасного суспільства.

Уперше поняття «адиктивна поведінка» (від англ. *addiction* – згубна звичка, патологічна пристрасть або схильність до певного явища) було введене В. Міллером для позначення процесу надмірного вживання речовин, здатних змінювати психічний стан особистості. До таких речовин належать психоактивні препарати, алкоголь та тютюн, уживання яких сприяє формуванню залежної поведінки [25].

Адиктивний процес у сучасній психології та психіатрії розглядається значно ширше, ніж лише як залежність від психоактивних речовин. Якщо раніше, відповідно до визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, адикцію трактували переважно як стан хронічної або періодичної інтоксикації, спричинений повторним уживанням природних чи синтетичних речовин, що супроводжується компульсивним потягом, підвищенням толерантності та синдромом відміни, то нині поняття адикції охоплює широкий спектр поведінкових залежностей. До них належать залежність від їжі, азартних ігор, покупок, роботи, сексуальної активності, цифрових технологій та соціальних мереж.

Сучасні дослідження свідчать про те, що не існує єдиного «адиктивного типу особистості». Схильність до адиктивної поведінки формується під впливом комплексу чинників: генетичних, сімейних, соціокультурних, особистісних та середовищних. Важливу роль відіграють також особливості емоційної регуляції, рівень психологічної стійкості, здатність до подолання стресу та характер міжособистісних взаємин [цит. за 41].

Для людини, залученої в адиктивний процес, характерною є стійка потреба в певному об'єкті, дії або стані, які забезпечують короткочасне психоемоційне полегшення чи переживання так званого «кайфу». Таке переживання виконує функцію своєрідного психологічного захисту від внутрішньої напруги, тривоги, конфліктів, самотності або психічного болю. Проте з розвитком залежності інтенсивність позитивних переживань поступово знижується, що зумовлює необхідність посилення впливу адиктивного стимулу. Унаслідок цього формується толерантність, а



відсутність звичного способу отримання задоволення спричиняє виражений емоційний дискомфорт та абстинентні прояви.

На завершальних етапах адиктивного процесу поведінка людини втрачає первинну функцію отримання задоволення й перетворюється радше на механізм уникнення страждання. У такому стані особистість нерідко демонструє емоційну нестабільність, зниження критичності мислення, порушення відповідальності та труднощі в побудові конструктивних соціальних взаємин. Деякі негативні риси – маніпулятивність, схильність перекладати провину на інших, нещирість, імпульсивність – можуть як передувати формуванню залежності, так і виникати внаслідок її розвитку.

Важливим аспектом є те, що адиктивна поведінка може мати різні форми перебігу: безперервну, циклічну, епізодичну або ситуативну. Крім того, одна форма залежності нерідко трансформується в іншу. Наприклад, подолання хімічної залежності без належної психологічної допомоги може супроводжуватися розвитком трудоголізму, ігрової чи емоційної залежності.

Девіантна поведінка трактується як така форма поведінкової активності особистості, яка за своєю спрямованістю, інтенсивністю або мотивацією відхиляється від загальноприйнятих соціальних норм і правил. Критерії оцінки девіантної поведінки визначаються системою суспільних норм, що регулюють життєдіяльність людини, зокрема правовими приписами, морально-етичними принципами, нормами культури, традиціями, правилами етикету та соціальними очікуваннями. Частина цих норм має чітко визначений і формалізований характер, закріплений у законодавчих актах та офіційних регламентаціях, тоді як інші є відносними й передаються через соціальний досвід, традиції, звичаї, сімейне виховання та професійні або суспільні установки [цит. за 23].

Важливою основою оцінки девіантної поведінки є аналіз взаємодії особистості з навколишньою реальністю. Поняття норми безпосередньо пов'язане зі здатністю людини адаптуватися до умов соціального середовища, конструктивно взаємодіяти з іншими людьми та дотримуватися суспільно

прийнятних форм поведінки. Саме рівень адаптивності визначає ступінь гармонійності функціонування особистості у соціумі. У психологічній науці виокремлюють декілька основних способів взаємодії людини з реальністю.

Перший спосіб характеризується активним протистоянням реальності. У цьому випадку особистість прагне змінити або зруйнувати дійсність, яка суперечить її переконанням, потребам чи цінностям. Подібна форма взаємодії нерідко проявляється у кримінальній або делінквентній поведінці, коли людина свідомо порушує правові та соціальні норми.

Другий спосіб пов'язаний із хворобливим сприйняттям реальності, що обумовлюється психічними розладами або патологічними особистісними змінами. У такому випадку навколишній світ сприймається як ворожий і небезпечний через суб'єктивне викривлення процесів сприйняття та інтерпретації дійсності. Такий тип взаємодії характерний для осіб із психопатологічними чи патохарактерологічними формами девіантної поведінки.

Третім способом є уникнення або відхід від реальності. Особистість свідомо чи несвідомо прагне дистанціюватися від життєвих труднощів, емоційного напруження та соціальних проблем, оскільки сприймає навколишній світ як джерело дискомфорту чи загрози. Саме такий механізм лежить в основі адиктивної поведінки, коли людина намагається компенсувати внутрішню напругу через вживання психоактивних речовин або залучення до певних форм залежної діяльності.

Четвертий спосіб взаємодії проявляється в ігноруванні реальності та своєрідній автономізації життєдіяльності особистості. Людина концентрується виключно на власному внутрішньому світі, професійних інтересах або вузькій сфері діяльності, не враховуючи соціальні вимоги та норми. Подібний тип поведінки часто спостерігається у осіб із вираженими здібностями або високим рівнем інтелектуального розвитку, які можуть бути надмірно зануреними у власну діяльність.

П'ятий спосіб взаємодії з реальністю є найбільш конструктивним і проявляється у гармонійному пристосуванні до соціального середовища. У цьому випадку особистість здатна адекватно сприймати реальність, дотримуватися суспільних норм та ефективно реалізовувати власні потреби без порушення прав і свобод інших людей.

Залежно від характеру порушення соціальних норм та особливостей взаємодії особистості з реальністю девіантна поведінка поділяється на декілька основних типів. До них належать делінквентна поведінка, що характеризується правопорушеннями та антисоціальними діями; адиктивна поведінка, пов'язана з формуванням різних форм залежності; патохарактерологічна поведінка, обумовлена особистісними аномаліями; психопатологічна поведінка, яка виникає внаслідок психічних розладів; а також поведінка, сформована на основі гіперздібностей, що супроводжується специфічним способом взаємодії із соціумом.

Слід зазначити, що сучасне суспільство характеризується швидкими соціальними змінами, інформаційним перенасиченням та зростанням психоемоційного навантаження, що значно підвищує ризик виникнення різних форм девіантної поведінки, особливо серед молоді. У зв'язку з цим проблема вивчення психологічних механізмів формування девіацій набуває особливої актуальності, а розроблення ефективних профілактичних і корекційних програм стає одним із важливих завдань сучасної психологічної науки.

У сучасному науковому психологічному, кримінологічному та соціально-педагогічному дискурсі адиктивна поведінка особистості розглядається як специфічна форма девіантної поведінки, що характеризується наявністю стійкої схильності до залежних моделей реагування та деструктивних способів задоволення потреб.

*Девіантна поведінка* (від лат. *deviatio* – відхилення) – система дій і вчинків людей, соціальних груп, що суперечать соціальним нормам або визнаним у суспільстві шаблонам і стандартам поведінки [цит. за 25].



Схема 1.1. Поведінка особистості

Адиктивна (залежна) поведінка та схильність до її формування розглядаються як прояв внутрішнього психоемоційного стану особистості, розвиток якого зумовлюється сукупністю несприятливих соціально-психологічних і педагогічних чинників. До основних детермінант належать недостатність або відсутність позитивного емоційного контакту з батьками, вихователями та іншими значущими дорослими, проживання в умовах неповної чи неблагополучної сім'ї, а також недоліки сімейного виховання. Вагоме значення має низький рівень педагогічної компетентності батьків, що ускладнює формування гармонійного розвитку дитини та ефективної системи міжособистісної взаємодії.

Крім того, розвитку адиктивної поведінки можуть сприяти інші соціально-педагогічні проблеми, зокрема педагогічна занедбаність, важковиховуваність, бездоглядність, безпритульність, сирітство та соціальне сирітство. Додатковими факторами ризику виступають підліткові кризи, емоційна нестабільність, акцентуації характеру та інші індивідуально-

психологічні особливості, які ускладнюють процес соціальної адаптації особистості.

Відповідно до класифікації О. В. Змановської, адиктологія як окремий міждисциплінарний напрям наукового знання досліджує різноманітні форми та типи адиктивної (залежної) поведінки особистості. В межах цього підходу залежність розглядається не лише як медична чи психіатрична проблема, а як складний психосоціальний феномен, що формується під впливом особистісних, соціальних та поведінкових чинників. Основна увага адиктології зосереджується на вивченні механізмів виникнення, розвитку та профілактики різних видів залежностей, а також на дослідженні їх впливу на психічне здоров'я та соціальне функціонування особистості [цит. за 21].

Серед основних форм адиктивної поведінки дослідниця виокремлює хімічні залежності, які пов'язані із вживанням психоактивних речовин. До цієї групи належать тютюнопаління, токсикоманія, наркотична залежність, медикаментозна залежність та алкоголізм. Спільною ознакою зазначених форм є поступове формування психічної та фізичної залежності, розвиток толерантності до речовини, а також негативний вплив на фізичний стан, емоційну сферу та соціальні взаємини особистості. Особливо небезпечними хімічні адикції є у підлітковому та юнацькому віці, коли психіка перебуває на етапі активного формування, а механізми самоконтролю ще недостатньо розвинені [цит. за 21].

Окрему групу становлять порушення харчової поведінки, до яких відносять переїдання, тривале голодування та свідому відмову від їжі. Такі форми залежної поведінки часто мають психологічне підґрунтя та пов'язані з внутрішніми конфліктами, заниженою самооцінкою, прагненням до соціального схвалення або бажанням контролювати власне життя через контроль над харчуванням. У сучасному суспільстві поширення розладів харчової поведінки значною мірою посилюється впливом соціальних мереж та нав'язаних стандартів зовнішньої привабливості.

До поведінкових адикцій належить гемблінг або ігрова залежність, яка охоплює патологічне захоплення азартними іграми, комп'ютерними іграми та цифровими технологіями. В останні роки особливої актуальності набула Інтернет-залежність, яка проявляється у надмірному перебуванні у віртуальному просторі, зниженні інтересу до реального життя та труднощах соціальної адаптації. Небезпека поведінкових залежностей полягає у поступовій втраті контролю над власною діяльністю, емоційній виснаженості, порушенні міжособистісних контактів та зниженні продуктивності навчальної чи професійної діяльності.

У класифікації О. В. Змановської також виокремлюються сексуальні адикції, які характеризуються нав'язливими формами сексуальної поведінки та порушенням здатності особистості контролювати власні потяги. До таких форм відносять фетишизм, трансвестизм, ексібіціонізм, вуайєризм, садомазохізм та інші прояви сексуальної девіантності. Подібні форми поведінки можуть супроводжуватися психологічною дезадаптацією, труднощами у побудові гармонійних міжособистісних стосунків та порушенням соціального функціонування особистості.

Ще однією формою залежної поведінки є релігійна деструктивна поведінка, яка проявляється у релігійному фанатизмі, некритичному підпорядкуванні деструктивним культам або сектам. У таких випадках особистість поступово втрачає автономність мислення, стає психологічно залежною від групи чи її лідера, що нерідко призводить до соціальної ізоляції, руйнування сімейних зв'язків та порушення процесу особистісного розвитку.

Водночас сучасні дослідження свідчать, що перелік адиктивних форм поведінки постійно розширюється відповідно до змін соціального середовища та розвитку інформаційних технологій. Сьогодні дедалі частіше дослідники звертають увагу на залежність від соціальних мереж, онлайн-комунікації, шопінгу, роботи, фізичних тренувань та інших видів діяльності, які за певних умов можуть набувати деструктивного характеру. Це підтверджує складність

і багатогранність феномену адиктивної поведінки та необхідність його подальшого комплексного вивчення в межах сучасної психологічної науки.



Схема 1.2. Класифікація форм адиктивної поведінки

З нашої точки зору, окремої уваги при висвітленні питання залежностей заслуговує поняття «адиктивного комплементу» – осіб або соціального середовища, які прямо чи опосередковано підтримують адиктивний цикл. Це можуть бути члени родини, партнери, друзі або певна субкультура, що нормалізує залежну поведінку. У таких взаєминах формується співзалежність, коли поведінка одного учасника несвідомо підтримує деструктивні моделі іншого. Наприклад, емоційно холодне, надмірно критичне чи постійно зайняте батьківське середовище може сприяти пошуку дитиною компенсаторних способів психологічного полегшення через залежну поведінку.

На нашу думку, адиктивний процес доцільно розглядати не лише як проблему самоконтролю або «слабкості волі», а передусім як складний психологічний механізм компенсації внутрішнього неблагополуччя. У більшості випадків залежність є спробою втечі від емоційної напруги, почуття самотності, фрустрації чи незадоволених потреб у підтримці, безпеці та

самореалізації. Саме тому ефективна профілактика й корекція адиктивної поведінки мають бути спрямовані не тільки на усунення зовнішнього прояву залежності, а й на глибинне опрацювання особистісних конфліктів, розвиток емоційної компетентності та формування здорових способів подолання стресу.

Власне, адиктивна поведінка формується під впливом комплексу етіологічних чинників, які змінюються на різних етапах життєвого розвитку особистості. На початкових стадіях виникнення залежності ці чинники часто залишаються малодоступними для глибокого психологічного аналізу, а тому виявляються лише тоді, коли вразливість особистості трансформується у стійку форму адикції. У подальшому адиктивна поведінка набуває автономного та самопідтримувального характеру, перетворюючись на своєрідний механізм психологічного самозбереження. Первинні причини залежності нерідко залишаються невстановленими, оскільки сам процес уже функціонує як самостійна система, що підтримує власний розвиток.

Особистість, схильна до адиктивної поведінки, зазвичай у ранньому життєвому досвіді переживала дефіцит або нестабільність у важливих сферах психосоціального розвитку. До таких сфер належать емоційна близькість, послідовність виховного впливу, наявність позитивних батьківських моделей поведінки, формування гендерної ідентичності, баланс між пасивністю та агресивністю, розвиток навичок праці й відпочинку, а також здатність до подолання фрустрації та контролю власних імпульсів. Деформації в означених сферах часто призводять до порушення самооцінки, недостатнього рівня самоконтролю та підвищеної емоційної вразливості [38].

Для осіб з адиктивними проявами міжособистісні взаємини поступово набувають конфліктного та психотравмувального характеру. Такі особи часто стикаються з неприйняттям, осудом або соціальним відторгненням, що ще більше посилює їхню емоційну нестабільність. У юнацькому віці адиктивна поведінка нерідко виступає способом протесту, самоствердження або втечі від внутрішніх конфліктів. При цьому можуть виникати деструктивні форми



взаємодії, засновані на домінуванні, підпорядкуванні чи психологічній залежності. Характерною особливістю є виражений нарцисичний компонент, який проявляється у коливанні між перебільшенням власної значущості та самоприпущенням як реакцією на негативне ставлення соціального оточення.

Складність дослідження адиктивної поведінки полягає у тому, що важко однозначно визначити первинність окремих факторів: чи стають низька самооцінка та проблемні міжособистісні стосунки причиною залежності, чи, навпаки, адикція провокує подальшу деструкцію особистісної та соціальної сфер. Найчастіше ці процеси взаємно підсилюють один одного, формуючи замкнене коло психологічної дезадаптації.

Важливу роль у розвитку адиктивної поведінки відіграє група однолітків. Прагнення молодшої людини до соціального прийняття, визнання та підвищення власного статусу в референтному середовищі може сприяти залученню до різних форм залежної поведінки. Особливо вразливими до негативного впливу однолітків є пасивні, невпевнені в собі юнаки та дівчата, які мають труднощі із самоствердженням. У деяких випадках адиктивна поведінка виступає способом псевдолідерства, коли особа намагається здобути авторитет або увагу через демонстрацію ризикованих форм поведінки.

Окремим чинником ризику є труднощі у формуванні гендерної та сексуальної ідентичності. Нездатність особистості прийняти соціально схвалювані моделі поведінки або реалізувати власну рольову ідентичність часто супроводжується внутрішньою тривогою, почуттям провини та невпевненістю, що може сприяти залученню до адиктивних практик як способу психологічної компенсації або уникнення внутрішнього дискомфорту.

Суттєвий вплив на формування адиктивної поведінки здійснює сучасний інформаційний простір. Засоби масової інформації та цифрове середовище нерідко романтизують або популяризують адиктивні практики, представляючи їх як ефективний спосіб досягнення успіху, подолання стресу

чи емоційного напруження. Водночас суспільство транслює суперечливі повідомлення щодо небезпеки залежностей, що створює додаткову когнітивну та емоційну дезорієнтацію молоді.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки адикція розглядається як багатофакторне явище, яке не може бути пояснене виключно впливом певної психоактивної речовини або окремого поведінкового патерну. Для глибокого розуміння механізмів виникнення та підтримання адиктивної поведінки необхідно враховувати сукупність біологічних, психологічних, соціальних та культурних чинників, а також особливості життєвого досвіду особистості. Крім того, адиктивна поведінка має динамічний характер: упродовж життя можуть відбуватися переходи від однієї форми залежності до іншої або формування множинних адикцій.

Таким чином, проблема адиктивної поведінки осіб юнацького віку є надзвичайно актуальною та потребує комплексного міждисциплінарного дослідження. Виявлення психологічних передумов формування залежностей має важливе значення для розроблення ефективних профілактичних, психокорекційних та психотерапевтичних програм, спрямованих на збереження психічного здоров'я молоді та формування адаптивних моделей поведінки.

## **1.2. Основні форми адиктивної поведінки осіб юнацького віку**

Проблема адиктивної поведінки осіб юнацького віку в сучасних умовах набуває особливої актуальності у зв'язку зі зростанням психоемоційного навантаження, соціальною нестабільністю, трансформацією системи цінностей та активним розвитком інформаційних технологій. Юнацький вік характеризується інтенсивними процесами особистісного становлення, формуванням самооцінки, світогляду, системи соціальних відносин та професійного самовизначення. Саме в цей період особистість є найбільш

вразливою до впливу негативних соціальних факторів та ризику формування різних форм залежної поведінки.

З нашої точки зору, в певному сенсі, людський організм допустимо вважати генератором біотоків, які можуть потрапляти в центри задоволення кори головного мозку. Завдяки біотику, який потрапляє в центр задоволення, безпосередньо залежатиме емоційний стан та працездатність людини. Існує певна шкала, що регулює ті чи інші стани, так наприклад, сила біотику обсягом 10 балів і нижче є причиною депресії та апатії, 20 балів – показник гарного самопочуття та достатньої працездатності, 25 балів – емоційний стан вище середнього, 30 – є найвищим показником і надає людині відчуття повного щастя та задоволенн.

Вживання психотропних речовин дозволяє збільшити біоток до максимального показника, тим самим викликавши у людини сильний приплив позитивних емоцій та тілесних відчуттів. З цього моменту людина прирікає себе на неможливість отримувати задоволення і підвищувати рівень біотика засобами, що не завдавали б їй шкоди: заняття творчістю, читання книг, спілкування з рідними і близькими і т.д. Не варто витісняти з уваги той факт, що коли дія наркотику припиняється, рівень біотика знижується до 10 балів, що неминуче призводить до депресії, відчуття пригніченості та апатії. У такому стані наркоман перебуває більшу частину часу, крім тих моментів, коли перебуває під впливом речовини.

Проблема залежної людини у тому, що у неї втрачається здатність отримувати позитивні емоції, якщо подразником буде не психотропна речовина.

У сучасній психологічній науці адиктивна поведінка розглядається як форма девіантної поведінки, що проявляється у прагненні особистості змінити власний психічний стан шляхом вживання певних речовин або через залучення до специфічних видів діяльності, які забезпечують тимчасове емоційне задоволення, психологічний комфорт чи втечу від реальності. Українські дослідники наголошують, що адиктивна поведінка у молодіжному

середовищі має складний багатofакторний характер та формується під впливом психологічних, соціальних, біологічних і культурних чинників [24].

Однією з найбільш поширених форм адиктивної поведінки серед молоді є хімічна залежність. До цієї групи належать алкогольна, наркотична, токсична, нікотинава та медикаментозна залежності. Основною ознакою хімічних адикцій є вживання психоактивних речовин з метою досягнення стану ейфорії, зниження рівня тривожності, уникнення внутрішнього напруження або компенсації психологічного дискомфорту. У більшості випадків перші спроби вживання психоактивних речовин припадають саме на підлітковий та юнацький вік, що обумовлено підвищеною емоційною нестабільністю, прагненням до самоствердження, наслідуванням однолітків та недостатнім рівнем розвитку навичок самоконтролю.

Дослідження українських науковців свідчать, що особи юнацького віку із сформованими хімічними адикціями характеризуються підвищеним рівнем тривожності, агресивності, емоційної нестійкості та труднощами соціальної адаптації. Зокрема, І. Охріменко, О. Зарічанський та Н. Зарічанська зазначають, що наркотична залежність у молодому віці супроводжується порушенням життєвих смислів, деформацією ціннісної сфери та зниженням здатності до самореалізації. [19; 35].

Надалі ми зупинимось на термінологічних визначеннях та власне сформулюємо класифікацію психоактивних речовин.

Психоактивні речовини (далі – ПАР) – речовини, що викликають звикання та (або) залежність за умови систематичного вживання їх особою (алкоголь, наркотичні речовини, лікарські та інші засоби), та внаслідок приймання яких змінюється поведінка людини.

Як правило, зміна моделі соціальної комунікації, внаслідок вживання ПАР призводить до адиктивної поведінки – це поведінка людини, для якої притаманне прагнення до відходу від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану завдяки прийому різноманітних хімічних речовин чи

постійні фіксації уваги на певних видах діяльності з метою розвитку та підтримання інтенсивних емоцій.

Адиктивна поведінка пов'язана з експериментуванням з ПАР, вживанням їх періодично, але діє до виникнення психологічної та фізичної залежностей.

Наркотичні засоби – це природні й синтетичні речовини, які спричиняють наркоманію або стан сп'яніння, що супроводжується відчуттям повного фізичного й психічного комфорту й благополуччя. Більш чітке уявлення про зміст означених понять закріплює Закон України “Про обіг в Україні наркотичних засобів, психотропних речовин, їх аналогів і прекурсорів”.

У статті 1 цього Закону під наркотичними засобами розуміють включені до Переліку речовини природного чи синтетичного походження, препарати, рослини, що становлять небезпеку для здоров'я населення у разі зловживання ними (списки № 1 таблиць I, II, III Переліку).

Аналіз наведених дефініцій дає можливість стверджувати, що наркотиком прийнято називати будь-яку речовину, яка змінює певні функції в організмі, а також здатна викликати психічну та фізичну залежності.

Аналіз фахової спеціальної літератури, до якісних ознак наркотичних речовин дозволяє віднести наступне: 1) здатність викликати стан сп'яніння, що супроводжується відчуттям повного фізичного й психічного комфорту й благополуччя, та наркоманію; 2) стан готовності наркотичних засобів викликати наркотичне сп'яніння й далі у разі зловживання ними – наркоманію; 3) природний стан даних засобів у вигляді наркотикомісних рослин або їх насіннь.

Існує певна класифікація психоактивних речовин, критерії поділу яких залежить від ознак, діапазону та ступеня впливу на людський організм. Далі зупинимося на характеристиці кожної з них:

**1. Тетрагідроканабіноловмісні речовини** (*канабіс, гашиш, препарати виготовлені на основі ТГК*). Найбільш популярним та відносно

легкодоступним наркотиком прийнято вважати марихуану, яка користується у молодіжному середовищі, найбільшою популярністю.

**2. Психodelіки** – це речовини, що максимально змінюють свідомість і сприйняття людини, а також здатні викликати сильні емоційні переживання (*діетиламід лізергінової кислоти (ЛСД), псилоцибін, мескалін, доб, НБОМ, диметілтриптамін (ДМТ)*).

**3. Опіюди (опіати)** – викликають психічну та фізичну залежності (*опіум, метадон, героїн, кодеїн, морфін*). Спочатку використання опіатів мало терапевтичний ефект в медицині, згодом завдяки своїм якостям, їх почали активно використовуватися з метою досягнення ейфорії у колі наркоманів.

**4. Психостимулятори** – мають виражений психостимулюючий ефект (*кокаїн, МДМА, МДА, екстазі, амфетамін, метамфетамін*). Останнім часом психостимулятори стали популярними у молодіжному середовищі. Найчастіше юнаки використовують їх у різних цілях, під час підготовки до сесії, коли у найкоротші терміни потрібно вивчити великий обсяг матеріалу, під час іспитів, на вечірці, у компанії з друзями тощо.

**5. Седативи-депресанти** – препарати, що мають виражений седативний ефект (*барбітурати, транквілізатори, хлоралгідрат, діазепам, метаквалон*). Речовини цієї групи знижують активність нервової системи, в медицині вони використовуються для лікування безсоння, підвищеної збудливості та інших вегетативних розладів.

**6. Антидепресанти** – препарати, що вживають не за показаннями лікаря, зі збільшеним дозуванням (*коаксил, лірика тощо*). Залежність від транквілізаторів обумовлюється тим, що вони можуть викликати ейфоричний ефект.

## **7. Алкогольні та тютюнові вироби.**

Зауважимо, що побудова відносин у сфері «людина – психоактивна речовина» та здоров'я людини вибір і індивідуальна відповідальність кожного, але якщо вживання людиною психоактивних речовин порушує свободу та безпеку інших людей – питання вживання перестає бути особистою

відповідальністю, натомість стає особистою проблемою, вирішення якої стає вже відповідальністю.

В контексті даного розділу, вважаємо необхідним сформулювати визначення наступних базових понять, які опосередковують механізм дії психоактивних речовин.

*Вживання* – це регулярне використання будь-яких психоактивних речовин незалежно від способу чи мети. Регулярним вживанням вважається вживання раз на рік і більше. Вживання може поступово та іноді непомітно переходити у зловживання.

Загалом вживання ПАР можна визначити як коупінгову реакцію людини для зміни чи покращення певної сфери життя, прагнення подолати наслідки стресу, разом з тим вживання ПАР в якості коупінгової реакції може перейти у зловживання.

*Зловживання* – це ціла низка можливих проблем, пов'язаних з регулярним вживання ПАР, а також один із можливих розладів психіки та поведінки.

*Залежність* – один із психічних та поведінкових розладів внаслідок вживання психоактивних речовин. Залежність – це хвороба, яка характеризується непереборним і нав'язливим прагненням до предмету залежності (алкоголь, наркотики, нікотин тощо) [8, с. 43-44].

Будь-яка залежність має властивість завдавати шкоди особистості та руйнувати всі сфери її життя. Хвороба буде безперервно прогресувати і виснажувати людину на всіх рівнях, поки вона не прийме для себе усвідомлене рішення зупинити її, а саме припинити вживання і повністю викоринити зі свого життя об'єкт, який викликає залежну поведінку.

Залежність за змістом можна поділити на два види:

*Психологічна залежність* – це потяг, який піддається контролю, незважаючи на те, що організм фізично не потребує вживання ПАР. В основі психологічної залежності лежить стійке бажання досягти раніше знайомого

позитивного ефекту, що вже закріпився у свідомості людини (почуття щастя, радості, ейфорії, безтурботності, безпеки тощо).

*Фізична залежність* – це стійка потреба фізично повторно вжити психоактивну речовину, щоб уникнути абстинентного синдрому, який виникає при вживанні більшості видів ПАР. Оскільки людський організм має властивість швидко адаптуватись до наркотику, для досягнення ефекту стану наркотичного, алкогольного чи токсичного сп'яніння доводиться збільшувати дозу раз за разом.

Існує 6 стадій виникнення та розвитку залежностей.

*Нульова стадія:* незалежність. Початковою стадією є нульова стадія. На ній людина ще не знайома з речовинами, здатними викликати залежність (алкоголь, наркотики, нікотин), однак у неї вже є генетична чи психологічна схильність до залежностей. Як тільки людині вдається спробувати ту чи іншу речовину, хвороба негайно починає прогресувати.

*Перша стадія:* культура вживання. Перша стадія залежності – це соціальна потреба у вживанні наркотиків чи алкоголю у вигляді соціуму. Приводом для вживання є компанія друзів, вечірка, спеціальні святкові дати. Найчастіше перша стадія характерна переважно для людей, залежних від алкоголю, оскільки наркоманія має здатність швидше розвиватися у наступні стадії залежності. На першій стадії людина ще не має проблем із залежністю, здатна себе обмежувати та знає свою міру.

*Друга стадія:* формування насолоди. На цій стадії формується психологічна складова, вона ж є основною характеристикою залежності. У свідомості залежного формується відповідність «предмет залежності = задоволення». Далі людина починає все частіше шукати різні приводи для вживання.

*Третя стадія:* руйнування. Після того, як людина певний час знаходиться на другій стадії залежності, її особистість раптово починає руйнуватися, а залежна поведінка починає займати більшу частину її життя. На цій стадії людина ще може самотійно вийти з залежної поведінки.



*Четверта стадія:* заперечення, безсилля, брехня. На цій стадії залежний вже не в змозі контролювати вживання, залежність повністю бере контроль над людиною, вона починає брехати собі і оточуючим, ставати повністю безсилою перед тим чи іншим видом пристрасті. На четвертій стадії людина вже не в змозі зупинити її самостійно, руйнування набувають радикального характеру, лише допомога фахівців здатна повернути залежному розсудливість та контроль над собою.

*П'ята стадія:* незворотні наслідки. Тривале зловживання психоактивними речовинами, зрештою, призводить до незворотних наслідків у всіх сферах життя людини. Страждає духовна, моральна, фізична складові особистості. Часто наслідки бувають незворотними, але при бажанні та стараннях хворого, залученні до ситуації рідних, близьких і фахівців існує ймовірність нехай не повноцінної, але повернення людини у звичне життя без залежностей. Однак для такого результату потрібно багато часу, коштів, ресурсів і найважливіше бажання та мотивація наркомана.



Схема 1.3 6 стадій виникнення та розвитку залежностей

Особливе місце серед сучасних форм адиктивної поведінки посідають нехімічні або поведінкові адикції. Їх специфіка полягає в тому, що об'єктом залежності виступає не психоактивна речовина, а певний вид діяльності або повторювана поведінкова модель. У сучасному суспільстві найбільш поширеними є Інтернет-залежність, комп'ютерна та ігрова залежність, залежність від соціальних мереж, шопоголізм, працеголізм, спортивна адикція та залежність від міжособистісних стосунків.

Однією з найактуальніших проблем сучасної молоді є Інтернет-залежність. Стрімкий розвиток цифрових технологій та доступність онлайн-комунікації сприяють формуванню надмірної залученості молоді до віртуального середовища. Інтернет починає виконувати функцію психологічної компенсації, засобу уникнення труднощів реального життя та джерела емоційного задоволення. За даними О. Кулешової та Л. Міхеєвої, Інтернет-залежність у юнацькому віці супроводжується порушенням емоційної сфери, зниженням соціальної активності, труднощами міжособистісної взаємодії та зростанням рівня соціальної ізоляції [12; 38].

Не менш поширеною серед молоді є ігрова залежність або гемблінг. Вона проявляється у патологічному захопленні азартними чи комп'ютерними іграми, що поступово набуває домінуючого значення у структурі життєдіяльності особистості. В. Уркаєв у своїх дослідженнях зазначає, що ігрова адиктивна поведінка у ранньому юнацькому віці пов'язана з порушенням процесу самовизначення, низьким рівнем саморегуляції та труднощами особистісної адаптації [цит. за 42]. У більшості випадків молоді люди використовують ігрову діяльність як спосіб втечі від реальних проблем, внутрішніх конфліктів та негативних емоційних переживань.

Окрему групу становлять адикції міжособистісних стосунків, до яких належать любовна залежність, сексуальна адикція та адикція уникнення. Дані форми залежної поведінки характеризуються надмірною емоційною прив'язаністю до іншої особи, страхом самотності, постійною потребою у схваленні та труднощами формування особистісної автономії. У юнацькому

віці такі форми адикцій часто пов'язані з кризою ідентичності, низькою самооцінкою та недостатнім рівнем емоційної зрілості [цит. за 27].

Значну увагу сучасні дослідники приділяють також проблемі ургентної адикції, яка проявляється у патологічному відчутті постійного дефіциту часу та необхідності безперервної активності. Особи з подібною формою залежності постійно перебувають у стані психологічного напруження, страху не встигнути виконати певні завдання чи досягти очікуваних результатів. Т. Щербак та Д. Усик наголошують, що ургентна адикція у юнацькому віці негативно впливає на психофізичний стан особистості та сприяє емоційному виснаженню. [цит. за 47].

Особливе місце серед адиктивних проявів посідають порушення харчової поведінки, які поєднують ознаки поведінкової та біологічної залежності. До них належать нервова анорексія, булімія та компульсивне переїдання. Причинами виникнення таких форм адиктивної поведінки можуть бути внутрішньоособистісні конфлікти, неприйняття власного тіла, вплив соціальних стандартів зовнішньої привабливості, низька самооцінка та труднощі емоційної саморегуляції [22]. Додамо, що у сучасному інформаційному просторі проблема харчових адикцій набуває особливої актуальності через популяризацію нереалістичних стандартів зовнішності у соціальних мережах та медіапросторі.

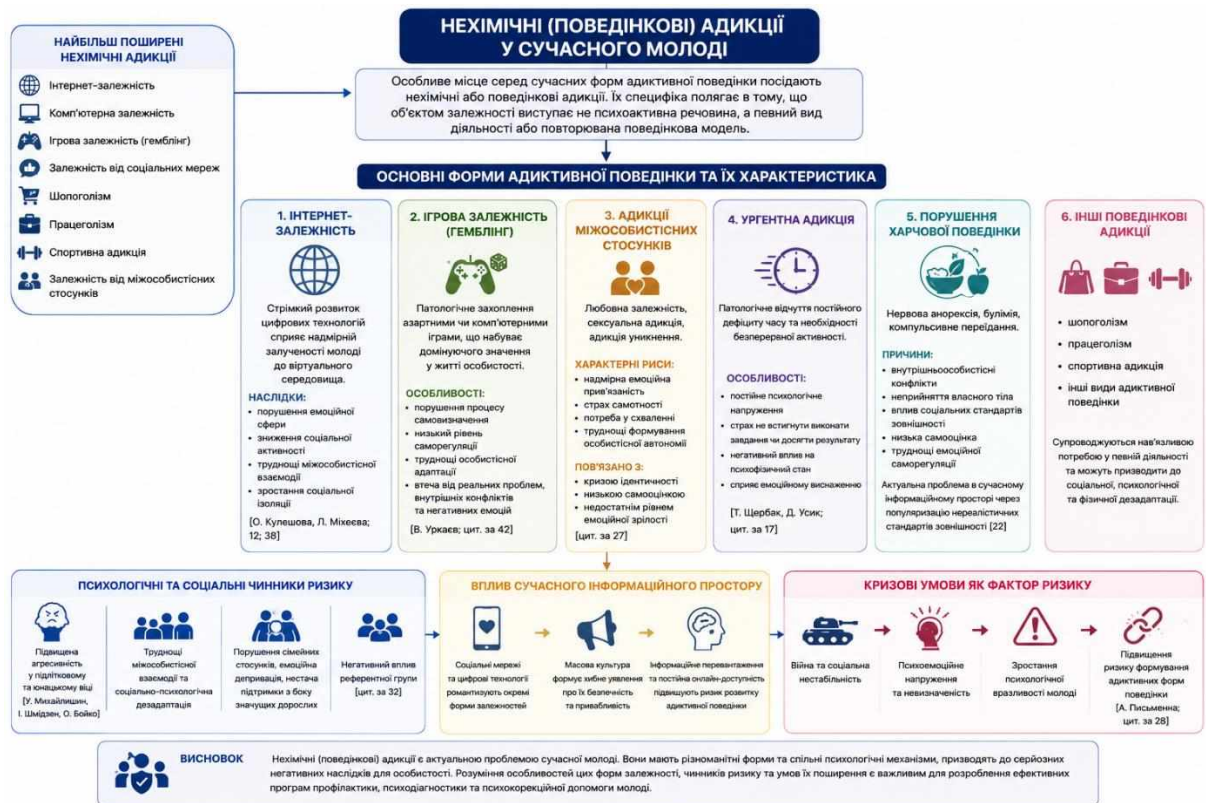


Схема 1.4. Нехімічні (поведінкові) адикції у сучасної молоді

Сучасні українські дослідження в царині психології також акцентують увагу на взаємозв'язку адиктивної поведінки з агресивністю, труднощами міжособистісної взаємодії та соціально-психологічною дезадаптацією.

В роботах У. Михайлишина, І. Шмідзена та О. Бойко підкреслюється, що підвищений рівень агресивності у підлітковому та юнацькому віці може виступати важливим психологічним предиктором формування залежної поведінки. Окрім того, значний вплив на розвиток адикцій мають порушення сімейних стосунків, емоційна депривація, нестача підтримки з боку значущих дорослих та негативний вплив референтної групи [цит. за 32].

Важливим фактором поширення адиктивної поведінки серед молоді є сучасний інформаційний простір. Соціальні мережі, цифрові технології та масова культура часто романтизують окремі форми залежної поведінки, формуючи у молоді хибне уявлення про їх безпечність або соціальну привабливість. В умовах війни, соціальної нестабільності та психоемоційного напруження ризик формування адиктивних форм поведінки значно зростає. На

цьому наголошує А. Письменна, зазначаючи, що сучасні кризові умови суттєво посилюють психологічну вразливість молоді та сприяють розвитку різних форм залежностей [цит. за 31].

Таким чином, основні форми адиктивної поведінки осіб юнацького віку характеризуються різноманітністю проявів, складністю психологічних механізмів та значним негативним впливом на процес особистісного розвитку. Незалежно від виду адикції, її формування пов'язане з прагненням особистості уникнути внутрішнього дискомфорту, компенсувати емоційне напруження або знайти спосіб психологічної адаптації до складних життєвих обставин. Це обумовлює необхідність своєчасного виявлення проявів адиктивної поведінки, проведення психопрофілактичної роботи та розроблення ефективних програм психологічної корекції й підтримки молоді.

### **1.3. Психологічні особливості юнацького віку як періоду підвищеного ризику формування адикцій**

Порушення поведінки можуть виникати на різних етапах онтогенетичного розвитку дитини, однак найбільш сенситивними до формування поведінкових девіацій вважаються періоди раннього дитинства та пубертату. Саме в ці вікові етапи спостерігається підвищена емоційна вразливість, нестійкість психіки, активний процес формування особистості та недостатня зрілість механізмів самоконтролю. Особливої уваги потребує підлітковий вік, який характеризується інтенсивними фізіологічними, емоційними та соціально-психологічними змінами, що можуть виступати передумовою розвитку різних форм девіантної та адиктивної поведінки.

Для підліткового віку характерним є прагнення до пізнання нового, бажання самоствердитися, відчувати себе дорослим та незалежним. Саме тому підлітки нерідко намагаються наслідувати поведінку старших, переймати їх звички, стиль життя та моделі соціальної взаємодії. У деяких випадках це може сприяти виникненню інтересу до вживання психоактивних речовин, алкоголю

чи тютюну, які помилково сприймаються як атрибут дорослості, свободи або соціального визнання. Значний вплив на формування таких моделей поведінки мають референтна група однолітків, сімейне середовище, засоби масової інформації та сучасний цифровий простір [цит. за 31].

Важливо зазначити, що в підлітковому віці спостерігається підвищена концентрація інтересів, яка часто формується не на основі усвідомленого особистісного вибору, а під впливом емоційних захоплень та ситуативних переживань. У зв'язку з цим інтереси підлітків можуть бути нестійкими, суперечливими або надмірно захоплюючими. З одного боку, така особливість сприяє розширенню світогляду, накопиченню нового досвіду та розвитку пізнавальної активності, а з іншого – може ускладнювати процес навчальної діяльності, сприяти втраті мотивації до систематичного навчання та підвищувати ризик залучення до асоціальних форм поведінки.

Окрім індивідуально-типологічних особливостей характеру, підліткам притаманні специфічні поведінкові реакції на вплив зовнішнього середовища. Такі реакції формуються під впливом найближчого соціального оточення – сім'ї, шкільного середовища, групи однолітків та суспільства загалом.

У психологічній літературі вони визначаються як типові поведінкові моделі, що відображають особливості адаптації особистості до соціальних умов. Саме в підлітковому віці посилюється потреба у визнанні, підтримці та прийнятті з боку значущого оточення, а недостатнє задоволення цих потреб може провокувати розвиток внутрішніх конфліктів, тривожності, агресивності або різних форм залежної поведінки [43].

На нашу думку, сучасні соціальні трансформації, інформаційне перенасичення та високий рівень психоемоційного навантаження значно посилюють вразливість підлітків до негативних поведінкових проявів. В умовах нестабільності молоді люди часто не володіють достатніми психологічними ресурсами для конструктивного подолання труднощів, що може сприяти пошуку швидких способів емоційного полегшення через ризиковану або адиктивну поведінку. Саме тому важливого значення набуває

своєчасна психопрофілактична робота, формування навичок емоційної саморегуляції, підтримка позитивного сімейного мікроклімату та створення безпечного соціального середовища для гармонійного розвитку особистості підлітка.

Юнацький вік є одним із найважливіших та найбільш суперечливих етапів психічного розвитку особистості, оскільки саме в цей період відбувається активне становлення самосвідомості, формування системи цінностей, життєвих орієнтирів та особистісної автономії. Незважаючи на відсутність чітко визначених вікових меж юності у психологічній науці, більшість сучасних дослідників визначають юнацький вік в межах від 15 до 21 року, виокремлюючи ранню юність (15-18 років) та пізню юність (18-21 рік) [14]. Такий підхід обумовлений специфікою психофізіологічних і соціально-психологічних змін, які відбуваються у цей період та суттєво впливають на процес особистісного становлення.

У юнацькому віці спостерігається нерівномірність психічного та фізичного розвитку особистості. Дослідники наголошують, що фізіологічне дозрівання часто випереджає психологічну зрілість, унаслідок чого молодим людям може бути притаманний інфантилізм, емоційна нестійкість та недостатній рівень саморегуляції [42]. Водночас соматичні зміни позитивно впливають на формування образу «Я», оскільки усвідомлення власної фізичної сили, витривалості, привабливості та функціональних можливостей організму сприяє розвитку самооцінки, активності та впевненості у собі. Саме тому юнацький вік характеризується підвищеною увагою до власної зовнішності, фізичного розвитку та соціального визнання.

Важливою особливістю юнацького віку є трансформація соціальних взаємин та становлення соціальної зрілості. У цей період відбувається поступовий перехід від гомосоціального до гетеросоціального типу спілкування, що проявляється у прагненні до встановлення близьких міжособистісних стосунків з представниками обох статей [22]. Молоді люди починають надавати більшого значення емоційній близькості, підтримці,

довірі та інтимності у взаєминах. Водночас взаємодія з дорослими стає менш конфліктною, оскільки процес емоційної сепарації та формування поведінкової автономії сприяє більш усвідомленому сприйняттю позиції батьків та інших значущих дорослих. Проте конфлікт поколінь, прагнення до незалежності та критичне ставлення до соціальних норм залишаються характерними рисами юнацького віку.

Порівняно з дорослими особами, молодь більш схильна до ризикованої поведінки, авантюризму та ідеалізованого сприйняття світу. Для юнацького віку характерними є максималізм, прагнення до самоствердження, протест проти авторитетів, критичне ставлення до традиційних норм та соціальних стереотипів [18]. Молоді люди часто орієнтуються не стільки на реальні можливості, скільки на власні бажання, прагнення та перспективи майбутнього. З одного боку, це сприяє розвитку творчості, активності та пошуку нових можливостей самореалізації, а з іншого – може підвищувати ризик девіантної та адиктивної поведінки.

Особливого значення у процесі психосоціального розвитку набуває період пізньої юності, який охоплює вік від 18 до 21 року. Саме в цей час особистість стикається з необхідністю вирішення низки життєво важливих завдань: вибором професійного шляху, здобуттям освіти, початком самостійного життя, формуванням професійної ідентичності та системи життєвих цінностей. Пізня юність супроводжується переоцінкою життєвих пріоритетів, формуванням громадянської позиції, розвитком відповідальності та становленням зрілої особистісної автономії [13].

Суттєвим викликом для сучасної української молоді є вплив соціально-політичної нестабільності та російсько-української війни. Постійний психоемоційний стрес, невизначеність майбутнього, вимушена міграція, втрати та травматичний досвід негативно впливають на психічний стан молодих людей, підвищуючи рівень тривожності, емоційного виснаження та внутрішньої напруги [24].



На нашу думку, тривале перебування в умовах соціальної нестабільності може значно підвищувати ризик формування адиктивної поведінки як способу психологічної компенсації та уникнення негативних переживань. У зв'язку з цим проблема психологічного благополуччя молоді в умовах війни набуває особливої актуальності.

Одним із провідних психологічних процесів юнацького віку є сепарація від батьківської сім'ї. У дослідженнях В. Ющенко виокремлюються чотири основні стадії психологічної сепарації: емоційна, атитюдна, функціональна та конфліктна [49]. Емоційна сепарація пов'язана зі зменшенням психологічної залежності від батьків та формуванням права на власну думку і самостійний вибір. Атитюдна сепарація характеризується розвитком індивідуальної системи цінностей та переоцінкою сімейних норм і установок. Функціональна сепарація проявляється у формуванні самостійності у повсякденному житті, здатності приймати рішення та нести відповідальність за власні вчинки. Завершальним етапом виступає конфліктна сепарація, під час якої особистість долає внутрішні суперечності та почуття провини, пов'язані з невідповідністю батьківським очікуванням.

Водночас процес сепарації нерідко супроводжується кризою ідентичності. Зміна життєвих орієнтирів, перегляд цінностей та необхідність самовизначення можуть викликати внутрішні конфлікти, почуття невпевненості та екзистенційну тривогу [26]. У випадку недостатності психологічних ресурсів для подолання таких переживань існує ризик розвитку соціальної дезадаптації та маргіналізації особистості. На нашу думку, криза ідентичності у сучасних умовах значно ускладнюється інформаційним перенасиченням, високим рівнем соціального порівняння та тиском суспільних очікувань, що особливо помітно у молодіжному середовищі.

У психологічній літературі також наголошується на ризику особистісної дезінтеграції в період юності. Дезінтеграція проявляється у порушенні внутрішньої цілісності особистості, виникненні конфлікту між окремими аспектами «Я-концепції» та зниженні узгодженості психічних процесів [7]. У

складних випадках це може стати підґрунтям для розвитку тривожних, депресивних чи адиктивних проявів. Саме тому надзвичайно важливого значення набуває своєчасна психологічна підтримка молоді, спрямована на розвиток навичок емоційної саморегуляції, стресостійкості та конструктивного подолання кризових ситуацій.

Особливу роль у юнацькому віці відіграє ціннісна сфера особистості. Сучасні дослідження свідчать, що у структурі цінностей молоді домінують фізичне та психічне здоров'я, міжособистісні стосунки, емоційна близькість, сімейне благополуччя та самореалізація [28]. Водночас значущими залишаються прагнення до фінансової незалежності, професійного успіху, автономності та суспільного визнання. Формування власної системи цінностей потребує високого рівня саморефлексії, критичного мислення та здатності до усвідомленого вибору життєвих пріоритетів.

Не менш важливими є зміни у когнітивній сфері особистості. Наукові дослідження доводять, що процес дозрівання префронтальної кори головного мозку триває приблизно до 25 років [39]. Це обумовлює подальший розвиток вищих психічних функцій у юнацькому віці, зокрема здатності до планування, прогнозування наслідків власних дій, самоконтролю, абстрактного мислення та прийняття рішень [10]. Проте недостатня зрілість механізмів саморегуляції пояснює підвищену імпульсивність, емоційну нестабільність та схильність молоді до ризикованої поведінки.

Отже, юнацький вік є складним і динамічним етапом розвитку особистості, який характеризується активним формуванням самосвідомості, життєвих цінностей, соціальної зрілості та особистісної автономії. Саме в цей період особистість стикається з численними психологічними викликами, що можуть виступати чинниками ризику розвитку девіантної та адиктивної поведінки.

#### **1.4. Психологічні чинники та передумови виникнення адиктивної поведінки у молоді**

Спеціалісти, які вивчають наркоманію, алкоголізм, нікотинізм та інші форми залежної поведінки, вважають, що в основі адиктивної поведінки лежать особистісні особливості, в силу чого у індивіда формується залежність. Найбільш часто згадуються такі характеристики, як інфантильність, чи психічний інфантилізм, навіюваність, прогностична некомпетентність, ригідність, впертість, допитливість і пошукова активність, юнацький максималізм, егоцентризм, схильність до ризику і «смаку небезпеки», нетерпеливість, страх бути покинутим [цит. за 45].

Головними етіологічними чинниками у виникненні ризиків до залежної поведінки особистості більшою мірою є певні психічні стани чи потреби, які задовольняються завдяки наркотичній дії на свідомість людини, не виключено, що наявність психопатичних особистісних рис, невроз і психопатія, збільшують ризик виникнення залежного поведінки.

Виділяють три групи факторів, що впливають на формування хімічної залежності у соціальному середовищі [5]. До вказаних факторів відносять: соціальні, психологічні та медико-біологічні фактори. Стисло проаналізуємо зміст кожного з них.

##### *Соціальні фактори*

Алкоголь широко розповсюджений у малозабезпечених верствах населення, але не варто виключати ризик розвитку залежності у людей, соціальний статут яких є високим. Останнім часом спостерігається мода на вживання алкоголю, наркотиків та нікотину. Засоби масової комунікації нескінченно транслюють населенню безліч фільмів та серіалів, у яких психоактивні речовини є головним атрибутом «крутих» героїв. Все частіше ми спостерігаємо рекламні ролики, в яких алкоголь є обов'язковим доповненням будь-якої зустрічі чи свята. Це породжує навіювання та формування думки, особливо у молоді, про нормальність вживання алкоголю.

Проведені опитування виявили, що більшу частину інформації про ПАР підлітки та діти отримують за допомогою таких інформаційних джерел: телепередачі, документальні та художні фільми, оповідання однолітків та старших підлітків, а також від батьків та вчителів [12].

Діти молодшого віку подібно до губки вбирають у себе побачене, після переглянутого фільму вони можуть копіювати модель поведінки героїв і «грати» в наркоманів або прикидатися п'яними, у підлітків старшого віку, як правило складаються помилкові уявлення від побаченого, а саме помилкова думка про те, що наркотик є обов'язковим атрибутом крутості та престижності.

Найчастіше, щоб уникнути наркотизації у своїх дітей, батьки схильні надмірно їх залякувати, найчастіше такий метод є неефективним, через те, що як правильно в групі підлітків є так звані «знавці», які можуть сказати протилежне з цього приводу. Розбіжність відомостей між підлітками та батьками викликають ще більш посилений інтерес до знайомства із забороненими речовинами.

Як правило, найближче оточення людини надає найбільш сильний вплив на розвиток того чи іншого виду залежностей. Як правило, у батьків наркоманів або алкоголіків зростає ризик виникнення залежностей у їхніх дітей. Неповна сім'я, також сприяє підвищенню ризику зловживанням психоактивними речовинами. Однак існує певна частина залежних підлітків, які вирости у повних та позитивних сім'ях.

Найбільш сильним поштовхом до будь-якого виду залежності, є асоціальні сім'ї, в таких сім'ях зазвичай обидва батьки є заручниками алкоголю або наркотиків, всередині сім'ї спостерігається абсолютна дисгармонія, постійні скандали, фізичне та психологічне насильство, а так само жорстоке та байдуже ставлення до дітей. Підлітки виховуються вулицею, найчастіше знаходять себе у девіантних компаніях, де наркотики та алкоголь є єдиним видом розваги.

Разом з тим, на наш погляд, надмірна гіперопіка і жорсткий контроль з боку батьків так само можуть негативно відбитися у формуванні того чи іншого виду залежності, як тільки підліток відчує себе самотійним.

Поштовхом до вживання так само може стати емоційне неприйняття з боку батьків, зайві прояви холодності та незацікавленості зазвичай з боку матері призводять до того, що підлітку не вистачає емоційного тепла, розуміння, щирого кохання та емпатії. Емоційне відкидання призводить до спотворення образу свого «Я», знижується самооцінка, порушується мотиваційна сфера, що згодом призводить до зловживання ПАР, це своє чергу є однією з форм психологічного захисту.

### *Психологічні фактори*

До психологічних факторів виникнення залежності відносять мотиви, що спонукають до вживання алкоголю та наркотиків. З нашої точки зору, доречно виділити наступні: труднощі в адаптації до навколишнього середовища, конфлікти у соціалізації, незадоволеність, низька самооцінка, незрозумілість для оточуючих, стан психічного дискомфорту.

Найчастіше алкоголізація і наркотизація виникає внаслідок наслідування батькам, одноліткам чи кумирам. Важливим психологічним фактором на шляху до залежної поведінки прийнято вважати таку якість, як інтерес.

Багато вітчизняних психологів вважають, що в багатьох випадках девіантна поведінка підлітків обумовлена несформованістю сфери потреб, спотворенням (викривленням) процесу соціалізації, а також деякими особливостями емоційної сфери, характерної для соціальної ситуації розвитку підлітка: підвищеної тривожністю, імпульсивністю, низькою стресостійкістю.

### *Медико-біологічні фактори*

Спадкова схильність до залежностей нині є незаперечною та багаторазово доведеною тенденцією. Остаточне підтвердження до виникнення алкоголізації на тлі генетичної схильності дали дослідження, в яких спостерігалася доля дітей, що народилися від батьків алкоголіків, але

виховувалися в благополучній сім'ї. Як виявилось пізніше, у дітей, які були усиновлені, ризик виникнення залежності у 25 разів вищий, ніж у їхніх нерідних братів чи сестер [12].

Наявність нервових та психічних захворювань (наприклад, наслідки черепно-мозкової травми), розлад особистості (наприклад, психопатії). Перераховані вище фактори негативно впливають на функції головного мозку, у зв'язку з чим людина втрачає здатність переносити тривалі або інтенсивні навантаження як в інтелектуальній, так і в емоційній сферах. Найчастіше засобом полегшення таких навантажень стають психоактивні речовини.

Існують певні теорії залучення підлітків до наркотиків:

*Теорія проблемної поведінки* характеризується неповагою до влади та моральних засад, у зв'язку з чим людина починає вживати наркотики.

*Теорія стадій* характеризується певною поетапністю вживання ПАР, спочатку це нікотин і алкоголь, потім ТГК-вмісні речовини, стимулятори, опіюїди.

*Теорія групи однолітків* характеризується вживанням наркотиків у межах своєї компанії, щоб «не бути гіршим за інших».

Згідно МКБ-10, під залежністю розуміється хворобливий процес, що закономірно проходить через послідовні стадії і має свій початок і кінець. Прийняття психоактивних речовин змінює хімію головного мозку, впливає на почуття і поведінку людини в цілому. Може призвести до повної деградації особистості [6].

Ознаки залежності від ПАР: сильне бажання або відчуття сильного тяжіння до прийому речовини; знижена здатність контролювати прийом речовини: вживання у великих кількостях і довше, ніж передбачалось; безуспішні спроби або постійне бажання скоротити або контролювати вживання речовини; стан відміни або абстинентний синдром, що виникає, коли прийом речовини зменшується або переривається; підвищення толерантності до ефектів речовини (необхідність підвищення дози); захопленість вживанням речовини, заради якого відбувається повна або

часткова відмова від інших важливих альтернативних форм насолоди та інтересів; тривале вживання речовини всупереч явним ознакам шкідливих наслідків.

Під факторами ризику розуміються умови, що призводять до формування залежної поведінки [цит. за 24].

До біологічних факторів ризику відносяться: спадкова схильність; органічні ушкодження головного мозку; інтелектуальна недостатність; низька ступінь стресостійкості.

Наступна група факторів ризику – це психологічні чинники ризику. Це те, що представляє для первинної профілактики особливий інтерес. Необхідно акцентувати увагу на особливості підліткового віку, які можуть стати факторами ризику і сприяти формуванню адиктивної стратегії взаємодії дитини з навколишнім світом.

Підлітковий вік при кризовому розвитку може характеризуватися низкою специфічних особливостей, які можуть стати факторами ризику формування адиктивної поведінки: підвищений егоцентризм; тяга до опору, упертості, протесту, боротьби проти виховних авторитетів; амбівалентність характеру, тобто одночасно наявність двох і більше протилежних рис характеру (наприклад, прагнення бути схожим на дорослого і неприйняття думки дорослого); прагнення до невідомого, ризикованого; загострена пристрасть до дорослішання; прагнення до незалежності та відриву від сім'ї; незрілість моральних переконань; схильність перебільшувати ступінь складності проблем; криза ідентичності; негативна чи несформована Я - концепція; низький рівень здатності переносити труднощі.

Особливістю юнацького віку є суперечливість моральної свідомості, в якій категоричність оцінок поєднується з демонстративним скепсисом і сумнівом в обґрунтованості багатьох загальноприйнятих норм. Поки своя система цінностей не склалася, юнак легко піддається моральному релятивізму: якщо все відносно, значить, все дозволено, все, що можна зрозуміти, чи можна виправдати. З іншого боку, саме в юності, здійснюється

перехід від конвенційної моралі (орієнтованої на зовнішні норми поведінки) до автономної моралі (орієнтованої на внутрішню, автономну систему принципів). Відбувається узагальнення ідеалів і норм поведінки, що звільняються від зв'язку з конкретними ситуаціями та особами.

На відміну від благополучно розвинених підлітків, у групах ризику виявляються мотиваційні та когнітивні спотворення. У постійно опікуваних підлітків виробляється звичка до пасивної залежності або безглуздий, анархічний негативізм. Те, що здається інфантильністю, фактично є вже сформованою утриманською, споживчою установкою.

При переході від підліткового віку до юнацького, у зв'язку із загальною спрямованістю юнаків та дівчат на майбутнє, створюється сприятливе психологічне підґрунтя для більшої відкритості різноманітним переживанням. Прагнення до нових, незвичайних відчуттів і переживань є основою мотивації підліткової наркоманії. Відчуття відповідальності може виступати як протидіюча сила.

Основним мотивом юнаків, схильних до адиктивних форм поведінки, є зміна психічного стану, який їх не задовольняє і оцінюється як «сірий», «нудний», «монотонний», «апатичний». Як наслідок, відбувається значне зниження активності у повсякденному житті, наповненої вимогами та очікуваннями, і значне підвищення активності в тих сферах життя, які хоч тимчасово, але приносять людині задоволення.

Потяг підлітка до вживання психоактивних речовин є ознакою більш глибокого особистісного неблагополуччя. Основа цього симптому – психологічна готовність підлітка до вживання психоактивних речовин. Формуючись поступово, вона реалізується за першої ж можливості, тобто у разі виникнення відповідної ситуації, і є логічним завершенням попереднього розвитку.

Психологічна готовність до вживання психотропних речовин полягає в неадекватному сприйнятті ситуацій, пов'язаних з необхідністю подолання життєвих труднощів, налагодження відносин з оточуючими, правильною



регуляцією своєї поведінки. Будучи особистісним утворенням, психологічна готовність до адиктивної поведінки проявляється не завжди, перебуваючи ніби в прихованому (латентному) стані. Вона актуалізується в ситуації утрудненості задоволення значимих соціальних потреб підлітка.

Поведінкові реакції підлітків розглядаються як узагальнені особистісні прояви, що виникають у відповідь на вплив факторів соціального середовища та відображають специфіку процесу адаптації особистості до зовнішніх умов. У підлітковому віці такі реакції набувають особливої вираженості у зв'язку з емоційною нестабільністю, прагненням до самоствердження, формуванням автономності та перебудовою системи міжособистісних взаємин [цит. за 19]. Значний внесок у вивчення поведінкових реакцій підлітків здійснив А. Личко, який виокремив низку специфічних реакцій, характерних саме для даного вікового періоду.

Однією з найбільш поширених є реакція опозиції, що виникає у відповідь на надмірний контроль, завищені вимоги, обмеження свободи чи ігнорування потреб та інтересів підлітка з боку дорослих. Така реакція проявляється протестною поведінкою, конфліктністю, порушенням дисципліни, прогулами, втечами з дому, а в окремих випадках – залученням до асоціальних форм поведінки, зокрема вживанням алкоголю чи психоактивних речовин. Реакція опозиції є своєрідним способом відстоювання власної автономії та психологічного протесту проти зовнішнього тиску [цит. за 33].

Важливе місце серед поведінкових реакцій займає реакція імітації, яка проявляється у наслідуванні значущих осіб, авторитетів, медійних персонажів або представників референтної групи. У підлітковому віці процес наслідування є одним із провідних механізмів соціалізації, однак об'єкт імітації може мати як позитивний, так і негативний вплив на розвиток особистості. Якщо підліток орієнтується на осіб із девіантними або адиктивними моделями поведінки, це значно підвищує ризик формування відповідних поведінкових установок.

Окремо виділяють реакцію негативної імітації, сутність якої полягає у свідомому протиставленні власної поведінки певному негативному прикладу. У такому випадку підліток демонструє поведінку, яка є протилежною небажаній моделі, що іноді може виконувати позитивну адаптивну функцію та сприяти формуванню конструктивних життєвих орієнтирів [цит. за 44].

Реакція компенсації проявляється у прагненні підлітка компенсувати невдачі в одній сфері діяльності успіхами в іншій. Наприклад, труднощі у навчанні можуть компенсуватися досягненнями у спорті, творчості чи міжособистісному спілкуванні. Такий механізм у більшості випадків має адаптивний характер, оскільки сприяє підтриманню позитивної самооцінки та внутрішньої рівноваги особистості.

Однією з провідних особливостей підліткового віку є реакція емансипації, яка проявляється у прагненні звільнитися від надмірної опіки дорослих, здобути самостійність та утвердити власну незалежність. У крайніх формах реакція емансипації може супроводжуватися запереченням соціальних норм, традицій, моральних цінностей та авторитетів. Саме ця поведінкова реакція нерідко стає психологічним підґрунтям для ризикованої або адиктивної поведінки, оскільки підліток прагне довести власну дорослість через порушення встановлених правил.

Не менш важливою є реакція захоплення або хобі-реакція, що проявляється у формуванні стійких інтересів до певної діяльності – музики, спорту, техніки, творчості, колекціонування тощо. Такі захоплення можуть виконувати позитивну психопрофілактичну функцію, сприяючи розвитку здібностей, самореалізації та конструктивному використанню вільного часу. Водночас за відсутності підтримки або за надмірної фіксації на певному захопленні існує ризик трансформації інтересу в поведінкову залежність [цит. за 19].

Варто зазначити, що зазначені поведінкові реакції можуть виступати як факторами ризику розвитку адиктивної поведінки, так і чинниками психологічного захисту. Їх вплив значною мірою залежить від індивідуально-

психологічних особливостей особистості, умов сімейного виховання, характеру міжособистісних взаємин та соціального середовища.

Особливу увагу сучасні психологічні дослідження приділяють ролі акцентуацій характеру у формуванні дезадаптивних форм поведінки. Акцентуації характеру розглядаються як надмірно виражені риси особистості, які за несприятливих умов можуть сприяти виникненню психосоціальної дезадаптації. Підлітки з акцентуйованими рисами характеру становлять групу підвищеного ризику щодо розвитку емоційних порушень, адиктивної поведінки та інших форм психічної дезадаптації. Це пояснюється їх підвищеною чутливістю до психогенних впливів та недостатньою стійкістю до стресових ситуацій [цит. за 12].

На нашу думку, особливого значення у формуванні поведінкових реакцій підлітків набуває сучасне соціальне середовище, яке характеризується високим рівнем інформаційного навантаження, нестабільністю та впливом цифрових технологій. У таких умовах підлітки часто стикаються з труднощами емоційної саморегуляції, кризою ідентичності та потребою у швидкому психологічному прийнятті з боку однолітків. Саме тому своєчасне виявлення дезадаптивних поведінкових реакцій, психологічний супровід та створення підтримувального соціального середовища є важливими умовами профілактики адиктивної поведінки у підлітковому та юнацькому віці.

Акцентуації характеру розглядаються у психологічній науці як крайні варіанти норми, при яких окремі риси особистості є надмірно вираженими та загостреними. Такі особливості характеру не свідчать про психічну патологію, однак за несприятливих умов можуть ускладнювати процес соціально-психологічної адаптації особистості та підвищувати її вразливість до дії психогенних факторів. Акцентуйовані риси можуть проявлятися протягом тривалого періоду життя або загострюватися під впливом специфічних життєвих обставин, які є найбільш травматичними для певного типу особистості. Особливо яскраво акцентуації характеру виявляються саме у підлітковому віці, оскільки цей період супроводжується кризою особистісного

розвитку, емоційною нестабільністю та активним процесом формування самосвідомості.

Сучасні психологічні дослідження свідчать про існування тісного взаємозв'язку між окремими типами акцентуацій характеру та схильністю до формування адиктивної поведінки. Найбільш уразливими щодо розвитку залежностей вважаються особистості з нестійким, гіпертимним, епілептоїдним, експлозивним та істероїдним типами акцентуацій. Особливості емоційної сфери, мотиваційної структури та способів реагування на труднощі значною мірою визначають як сам факт звернення до психоактивних речовин, так і характер перебігу адиктивної поведінки [цит. за 8].

Для осіб із нестійким типом акцентуації характеру типовими є низька мотивація до навчальної та трудової діяльності, уникнення інтелектуального напруження, недостатня сформованість волевих якостей і постійна потреба у зовнішній стимуляції. Такі підлітки тяжіють до розважальної діяльності, легких способів отримання задоволення та швидкої зміни вражень. Вони віддають перевагу інформації, яка не потребує глибокого аналізу чи когнітивних зусиль. Поступово гедоністична установка – прагнення до задоволення та уникнення труднощів – стає провідною рисою їхньої поведінки. У зв'язку з цим соціально прийнятні форми дозвілля швидко втрачають для них емоційну привабливість, а потреба у нових та сильніших відчуттях може сприяти експериментуванню з психоактивними речовинами.

Одними з найбільш ризикованих щодо формування наркозалежності також вважаються гіпертимний, епілептоїдний та істероїдний типи акцентуацій. Особливо небезпечною є ситуація, коли у структурі особистості поєднуються риси кількох акцентуацій, утворюючи так звані «амальгамні» типи, у яких на базові конституціональні особливості накладаються набуті дезадаптивні риси.

Гіпертимні особистості характеризуються високою активністю, товариськістю, прагненням до лідерства, оптимізмом та постійною потребою у нових враженнях. Саме тому вони часто виявляють схильність до вживання

алкоголю, стимуляторів, інгальтів або канабіноїдів. Для них особливо привабливими є ситуації групового вживання психоактивних речовин, оскільки вони супроводжуються емоційним піднесенням, відчуттям згуртованості та спільного переживання незвичних станів. Характерною особливістю таких осіб є так званий «пошуковий полінаркотизм» – прагнення випробувати дію різних психоактивних речовин задля отримання нових відчуттів. Водночас високий рівень енергійності та соціальної активності певний час дозволяє їм уникати швидкого формування фізичної залежності.

Для осіб із шизоїдними рисами характерними є замкнутість, схильність до усамітнення, емоційна відстороненість та занурення у внутрішній світ переживань і фантазій. Такі підлітки можуть надавати перевагу речовинам, які сприяють відчуттю психологічного комфорту, мрійливості та втечі від соціальної реальності. Зокрема, алкоголь у деяких випадках виконує для них функцію своєрідного «комунікативного допінгу», полегшуючи міжособистісну взаємодію та знижуючи рівень внутрішньої напруги. Психоактивні речовини можуть сприйматися ними як засіб стимуляції творчості, уяви чи емоційного розслаблення.

Епілептоїдний тип акцентуації характеризується підвищеною афективною напруженістю, схильністю до дисфоричних станів, ригідністю мислення та прагненням до домінування. Особи з такими рисами нерідко демонструють гіперсоціальність та негативне ставлення до наркотичних речовин, однак можуть зловживати алкоголем або іншими психоактивними засобами, які не сприймаються ними як «небезпечні наркотики». Для епілептоїдних особистостей характерним є прагнення до сильних інтенсивних відчуттів, тому вони часто віддають перевагу міцним алкогольним напоям та високим дозам психоактивних речовин. При цьому стимулятори можуть викликати у них виражені дисфоричні реакції, агресивність та емоційне напруження.

На нашу думку, акцентуації характеру самі по собі не є безпосередньою причиною виникнення адиктивної поведінки, однак вони виступають

важливим психологічним фактором ризику. За несприятливих соціальних умов, дефіциту емоційної підтримки, кризових життєвих обставин або негативного впливу референтної групи акцентуйовані риси можуть сприяти формуванню дезадаптивних моделей поведінки. Особливої уваги потребують підлітки з емоційною нестійкістю, низьким рівнем самоконтролю, труднощами соціальної адаптації та підвищеною потребою у зовнішньому схваленні.

У сучасних умовах проблема взаємозв'язку акцентуацій характеру та адиктивної поведінки набуває особливої актуальності через зростання психоемоційного навантаження, вплив цифрового середовища та соціальну нестабільність. Саме тому своєчасна психологічна діагностика акцентуацій, розвиток навичок емоційної саморегуляції та створення підтримувального соціального середовища є важливими напрямками профілактики адиктивної поведінки серед підлітків та молоді.

### **Висновки до першого розділу**

В результаті теоретичного аналізу проблеми адиктивної поведінки сучасної молоді встановлено, що зазначений феномен є одним із найбільш актуальних напрямів сучасної психологічної науки, оскільки поширення різних форм залежної поведінки серед молодого покоління становить серйозну соціально-психологічну проблему. Зростання кількості випадків хімічних і нехімічних адикцій обумовлюється комплексом соціальних, психологічних, біологічних та культурних чинників, які особливо активно впливають на особистість у підлітковому та юнацькому віці.

У ході дослідження було з'ясовано, що адиктивна поведінка розглядається як форма девіантної поведінки, що проявляється у прагненні особистості змінити власний психічний стан шляхом уживання психоактивних речовин або через залучення до певних видів діяльності, які забезпечують тимчасове емоційне задоволення, психологічний комфорт чи втечу від

реальності. Встановлено, що адиктивна поведінка формується поступово та характеризується розвитком психічної залежності, порушенням самоконтролю, домінуванням адиктивних потреб у структурі мотиваційної сфери особистості та звуженням кола соціально значущих інтересів.

Теоретичний аналіз наукових підходів до класифікації адиктивної поведінки дозволив виокремити основні її форми: хімічні, нехімічні та проміжні адикції. Визначено, що до найбільш поширених форм залежної поведінки серед сучасної молоді належать алкогольна, наркотична, тютюнова, Інтернет-залежність, комп'ютерна та ігрова залежності, порушення харчової поведінки, шопоголізм, емоційні та міжособистісні адикції. Особливу увагу приділено поведінковим адикціям, поширення яких значно зросло в умовах цифровізації суспільства та активного розвитку інформаційних технологій.

У процесі дослідження встановлено, що юнацький вік є сенситивним періодом щодо формування адиктивної поведінки. Це обумовлено психофізіологічними особливостями розвитку особистості, кризою ідентичності, нестійкістю емоційно-вольової сфери, прагненням до самоствердження, підвищеною потребою у визнанні та схильністю до ризикованої поведінки. Визначено, що значний вплив на формування адикцій мають процеси психологічної сепарації, труднощі соціальної адаптації, емоційна нестабільність, внутрішньоособистісні конфлікти та недостатній рівень сформованості навичок саморегуляції.

Встановлено, що важливу роль у виникненні адиктивної поведінки відіграють специфічні поведінкові реакції підліткового віку, зокрема реакції емансипації, групування, імітації, компенсації та опозиції. З'ясовано, що під впливом негативного соціального середовища або референтної групи зазначені поведінкові реакції можуть виступати факторами ризику розвитку залежної поведінки. Водночас конструктивна реалізація підліткових інтересів, захоплень та соціальної активності здатна виконувати профілактичну функцію щодо виникнення адикцій.

Особливу увагу в межах теоретичного аналізу приділено проблемі акцентуацій характеру як одному з провідних психологічних чинників схильності до адиктивної поведінки. Визначено, що найбільш уразливими до формування залежностей є особи з нестійким, гіпертимним, епілептоїдним, істероїдним та експлозивним типами акцентуацій. Доведено, що акцентуйовані риси характеру у поєднанні з несприятливими соціальними умовами, емоційною депривацією, труднощами адаптації та кризовими ситуаціями можуть сприяти розвитку дезадаптивних форм поведінки.

Теоретичний аналіз також показав, що сучасні соціальні виклики, зокрема інформаційне перенасичення, трансформація системи цінностей, соціальна нестабільність та вплив воєнних подій, суттєво посилюють психологічну вразливість молоді та підвищують ризик виникнення різних форм адиктивної поведінки. У зв'язку з цим проблема психологічного здоров'я молодого покоління потребує комплексного міждисциплінарного підходу, спрямованого на ранню профілактику, психодіагностику та психокорекцію залежної поведінки.

Таким чином, проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що адиктивна поведінка сучасної молоді є багатофакторним психологічним феноменом, формування якого обумовлюється взаємодією індивідуально-психологічних, соціальних та середовищних чинників.



## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

#### 2.1. Обґрунтування методів емпіричного дослідження та психодіагностичний інструментарій

На основі здійсненого теоретичного аналізу у першому розділі, нами було висунуто припущення, що схильність осіб юнацького відку до адиктивної поведінки зумовлюється комплексом психологічних особливостей особистості, серед яких провідне місце займають підвищений рівень агресивності, тенденція до формування залежних форм поведінки, а також труднощі соціально-психологічної адаптації. Своєю чергою поєднання зазначених чинників негативно впливає на процес особистісного становлення підлітків, знижує ефективність їхньої взаємодії із соціальним середовищем та підвищує ризик розвитку різних форм адикцій.

Для реалізації повставлених завдань кваліфікаційної роботи нами було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на виявлення схильності до адиктивної поведінки, визначення рівня соціально-психологічної адаптації, особливостей характерологічних акцентуацій та проявів агресивності у юнацькому віці. Використання взаємодоповнювальних психодіагностичних інструментів дало змогу здійснити комплексний аналіз психологічних передумов формування адиктивної поведінки.

*Методика дослідження схильності до різних видів залежності Г. В. Лозової*

Методика Г. В. Лозової призначена для виявлення схильності особистості до різних форм адиктивної поведінки та визначення рівня ризику формування залежностей. Опитувальник дозволяє оцінити вираженість як хімічних, так і нехімічних форм адикцій.

*Методика дає змогу:* визначити рівень схильності до адиктивної поведінки; виявити домінуючі види залежностей; оцінити ризик розвитку поведінкових та хімічних адикцій; дослідити психологічні особливості залежної поведінки у молоді.

*Процедура проведення*

Досліджуваним пропонується серія тверджень, що стосуються особливостей поведінки, емоційного реагування та звичних способів подолання труднощів. Респондент обирає варіант відповіді відповідно до ступеня згоди з кожним твердженням. Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку балів за окремими шкалами.

*Методика дослідження схильності до залежності від психоактивних речовин І. А. Фурманова*

Методика І. А. Фурманова спрямована на виявлення психологічної схильності особистості до вживання психоактивних речовин та визначення факторів ризику формування хімічної залежності.

*Методика дозволяє:* оцінити рівень ризику формування залежності від психоактивних речовин; виявити мотиваційні та емоційні передумови вживання; дослідити схильність до ризикованої поведінки; визначити особливості ставлення до психоактивних речовин.

*Процедура проведення*

Опитувальник містить низку запитань, пов'язаних із поведінковими установками, емоційними переживаннями та ставленням до психоактивних речовин. Респондент надає відповіді відповідно до запропонованої шкали. Отримані результати інтерпретуються за рівнями вираженості схильності до залежності.

*Тест RAFFT (у модифікації А. Ю. Єгорова)*

Тест RAFFT є скринінговою методикою, спрямованою на раннє виявлення ризику алкогольної та наркотичної залежності серед підлітків і молоді.

*Можливості методики:* оперативно виявити групу ризику щодо формування хімічних адикцій; оцінити наявність проблемної поведінки, пов'язаної з вживанням психоактивних речовин; визначити потребу у поглибленому психологічному чи медичному обстеженні.

*Процедура проведення*

Респонденту пропонується відповісти на низку коротких запитань, що стосуються особливостей уживання алкоголю чи інших психоактивних речовин. За кожен позитивну відповідь нараховується відповідний бал. Підсумковий показник дозволяє оцінити рівень ризику формування залежності.

*Тест Такера для дослідження схильності до ігрової залежності*

Тест Такера використовується для діагностики схильності до ігрової залежності та виявлення ознак патологічного захоплення азартними або комп'ютерними іграми.

*Можливості методики:* визначити рівень ігрової залежності; виявити ознаки втрати контролю над ігровою поведінкою; оцінити вплив ігрової активності на соціальне функціонування особистості; дослідити ступінь емоційної залученості до гри.

*Процедура проведення*

Досліджуванам пропонується серія тверджень щодо частоти та особливостей ігрової поведінки. Результати оцінюються шляхом підрахунку сумарного показника, який інтерпретується відповідно до визначених рівнів ризику ігрової залежності.

*Методика дослідження соціально-психологічної адаптованості К. Роджерса і Р. Даймонд (в адаптації Т. В. Снегірьової)*

Методика спрямована на дослідження рівня соціально-психологічної адаптації особистості та особливостей її взаємодії із соціальним середовищем.

*Можливості методики:* визначити рівень адаптованості особистості; дослідити самоприйняття та прийняття інших; оцінити емоційний комфорт і

рівень внутрішнього контролю; виявити труднощі соціальної взаємодії та ознаки дезадаптації.

*Процедура проведення*

Опитувальник містить систему тверджень, які характеризують різні аспекти соціально-психологічного функціонування особистості. Респондент оцінює ступінь відповідності тверджень власному досвіду. Результати аналізуються за окремими шкалами адаптованості.

*Модифікований опитувальник Лічка для ідентифікації типів акцентуацій характеру підлітків*

Методика розроблена для виявлення провідних типів акцентуацій характеру та визначення особливостей емоційно-поведінкової сфери особистості.

*Методика дозволяє:* визначити домінуючий тип акцентуації характеру; виявити психологічні особливості поведінки; оцінити рівень емоційної нестабільності; встановити потенційні фактори ризику формування девіантної та адиктивної поведінки.

*Процедура проведення*

Досліджуванам пропонується відповісти на серію запитань, які стосуються особливостей поведінки, міжособистісної взаємодії та емоційного реагування. Обробка результатів здійснюється відповідно до ключа методики з подальшим визначенням типу акцентуації.

*Методика діагностики показників і форм агресії Басса–Даркі*

Методика Басса–Даркі використовується для дослідження рівня агресивності та ворожості особистості, а також визначення провідних форм агресивних реакцій.

*Методика дозволяє:* визначити загальний рівень агресивності; дослідити форми прояву агресії; оцінити рівень ворожості та негативізму; встановити взаємозв'язок агресивності з адиктивною поведінкою.

### *Процедура проведення*

Опитувальник складається з тверджень, що характеризують різні форми агресивних реакцій. Досліджувані надають відповіді «так» або «ні». За результатами підраховуються показники за окремими шкалами: фізична агресія, вербальна агресія, непрямая агресія, негативізм, образа, підозрілість, дратівливість та почуття провини.

Таким чином, застосування зазначених психодіагностичних методик забезпечило комплексне дослідження психологічних передумов адиктивної поведінки у юнацькому віці. Використаний інструментарій дозволив виявити особливості залежної поведінки, рівень соціально-психологічної адаптації, характерологічні особливості та прояви агресивності, що дало змогу здійснити цілісний аналіз досліджуваної проблематики, перевірити гіпотезу дослідження та визначити основні напрями психопрофілактичної й психокорекційної роботи.

Дослідження психологічних особливостей адиктивної поведінки в юнацькому віці проводилося на базі Одеського інституту Міжрегіональної академії управління персоналом серед студентів-психологів перших, других та третіх курсів. Опитування проводилося в онлайн-режимі, за допомогою гугл-форми, в якій учасники також могли ознайомитися з чіткими інструкціями щодо проходження методик.

Вибірку склали 58 (30 юнаків та 28 дівчат) респондентів віком від 18 до 21 років, що входить в межі юнацького вікового періоду.

## **2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей адиктивної поведінки в юнацькому віці**

Для вивчення схильності до різних видів залежної поведінки було використано *«Методику діагностики схильності до різних видів залежності» Г. В. Лозової*. Методика дозволила визначити рівень вираженості адиктивних

тенденцій у студентської молоді та виявити найбільш поширені форми залежної поведінки.

У дослідженні взяли участь 58 респондентів віком 18-21 роки, серед яких 30 юнаків та 28 дівчат.

За результатами проведеного дослідження встановлено, що переважна більшість респондентів демонструє середній рівень схильності до окремих видів залежностей, що свідчить про наявність певних ризиків формування адиктивної поведінки в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, соціальної нестабільності та навчального стресу.

**Таблиця 2.1.**

**Результати дослідження схильності до різних видів залежності за методикою Г. В. Лозової (у %)**

| <b>Вид залежності</b>            | <b>Високий рівень</b> | <b>Середній рівень</b> | <b>Низький рівень</b> |
|----------------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| Інтернет-/комп'ютерна залежність | 31,0 %                | 48,3 %                 | 20,7 %                |
| Емоційна залежність              | 27,6 %                | 50,0 %                 | 22,4 %                |
| Харчова залежність               | 24,1 %                | 46,6 %                 | 29,3 %                |
| Алкогольна залежність            | 17,2 %                | 41,4 %                 | 41,4 %                |
| Тютюнова залежність              | 15,5 %                | 37,9 %                 | 46,6 %                |
| Наркотична залежність            | 6,9 %                 | -                      | -                     |
| Ігрова залежність                | 8,6 %                 | -                      | -                     |

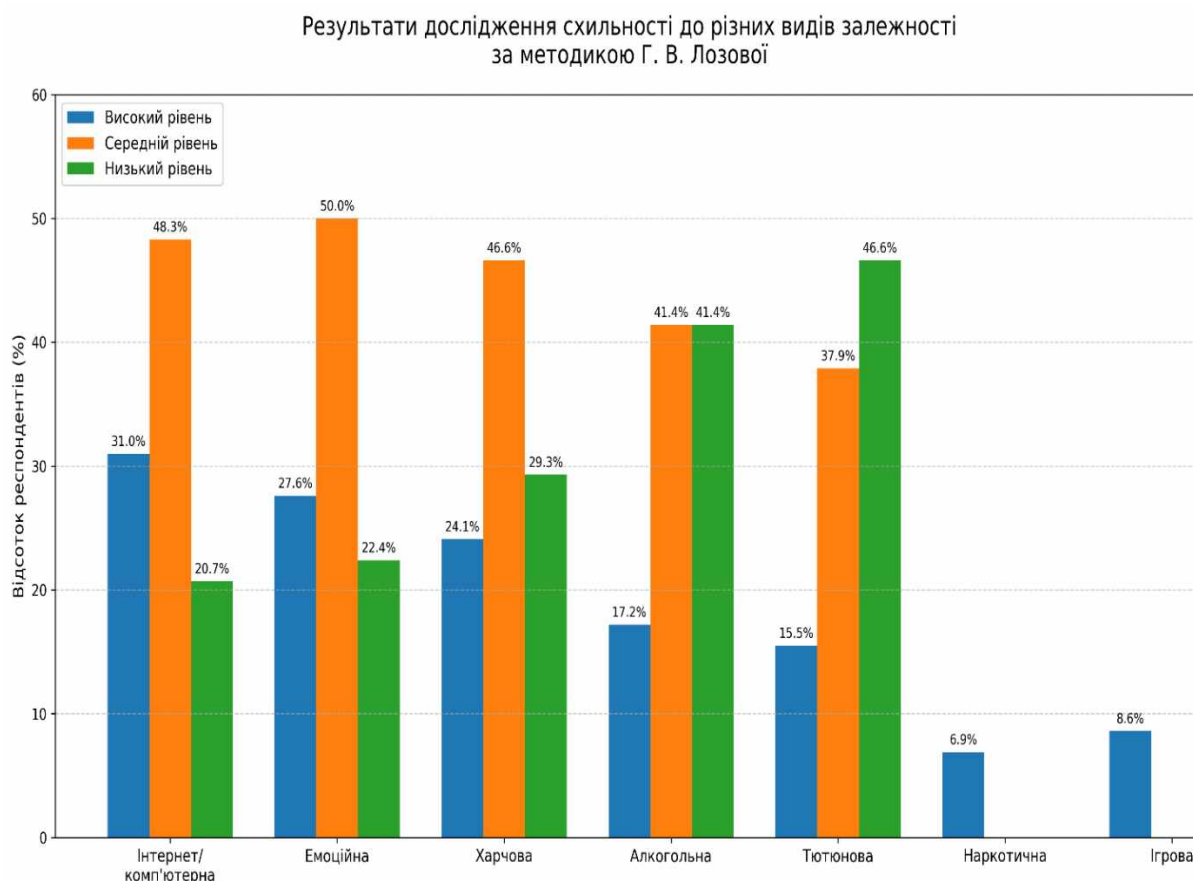


Рис.2.1. Результати дослідження схильності до різних видів залежності за методикою Г.В. Лозової.

Результати дослідження схильності студентської молоді до різних видів залежної поведінки за методикою Г.В. Лозової свідчать про наявність у значної частини респондентів помірно виражених адиктивних тенденцій, що проявляються у схильності до окремих форм залежної поведінки. Отримані дані дозволяють констатувати, що проблема адиктивності є актуальною для осіб юнацького віку та потребує посиленої уваги з боку психологічної служби закладів освіти.

У ході дослідження встановлено, що найбільш поширеними серед студентської молоді є цифрові форми залежної поведінки, зокрема комп'ютерна та інтернет-залежність. Високий рівень схильності до цього виду адикції було виявлено у 31,0 % респондентів, тоді як середній рівень продемонстрували 48,3 % опитаних. Такі результати свідчать про значну залученість молоді у цифровий простір та високу роль інформаційно-

комунікаційних технологій у повсякденному житті студентів. Надмірне використання інтернет-ресурсів та цифрових засобів комунікації може бути пов'язане не лише з навчальною діяльністю, але й із потребою в емоційному розвантаженні, соціальному схваленні та уникненні реальних життєвих труднощів. Водночас тривале перебування у віртуальному середовищі може негативно впливати на емоційний стан, міжособистісну взаємодію та здатність до конструктивної саморегуляції.

Достатньо вираженими виявилися також показники емоційної залежності та залежності від міжособистісного схвалення. Високий рівень було зафіксовано у 27,6 % респондентів, а середній – у 50,0 %. Отримані результати можуть свідчити про підвищену потребу частини студентської молоді у підтримці, прийнятті та позитивній оцінці з боку соціального оточення. Для осіб із підвищеним рівнем емоційної залежності характерними можуть бути труднощі у прийнятті самостійних рішень, емоційна вразливість, страх втрати соціальних контактів та залежність від думки інших. Подібні особливості можуть негативно впливати на процес становлення особистісної автономії та формування стабільної самооцінки у юнацькому віці.

Аналіз результатів щодо харчової залежності показав, що високий рівень схильності до неї спостерігався у 24,1 % досліджуваних, а середній – у 46,6 %. Це свідчить про те, що для частини молоді харчова поведінка може виконувати компенсаторну або захисну функцію, виступаючи способом подолання емоційного напруження, тривожності чи внутрішнього дискомфорту. Використання їжі як засобу психологічної компенсації може бути пов'язане з недостатньо сформованими навичками емоційної саморегуляції та конструктивного подолання стресових ситуацій.

Щодо алкогольної та тютюнової залежностей, то отримані результати свідчать про помірний рівень ризику їх формування серед студентської молоді. Високий рівень схильності до алкогольної залежності було виявлено у 17,2 % респондентів, а до тютюнової – у 15,5 %. При цьому серед юнаків відповідні показники були дещо вищими порівняно з дівчатами. Такі



результати можуть пояснюватися впливом соціального оточення, особливостями молодіжної субкультури, прагненням до самоствердження та схильністю до ризикованих форм поведінки. Вживання алкоголю або тютюнових виробів у частини молоді може виступати способом соціальної адаптації, емоційного розвантаження або уникнення психологічного дискомфорту.

Найменш вираженими виявилися показники наркотичної та ігрової залежностей. Високий рівень схильності до наркотичної залежності було виявлено лише у 6,9 % респондентів, а до ігрової – у 8,6 %. Незважаючи на відносно низькі показники, навіть незначна поширеність таких форм адиктивної поведінки потребує профілактичної уваги, оскільки саме юнацький вік є періодом підвищеної вразливості до ризикованих експериментальних форм поведінки.

Порівняльний аналіз за статевою ознакою показав наявність певних гендерних відмінностей у структурі адиктивних тенденцій. Юнаки частіше демонстрували вищі показники за шкалами алкогольної, тютюнової та ігрової залежностей, що може бути пов'язано зі схильністю до ризикованої поведінки, прагненням до домінування та більшою орієнтацією на зовнішню активність. Дівчата, у свою чергу, характеризувалися більш вираженими проявами емоційної та харчової залежності, що може пояснюватися особливостями емоційного реагування, підвищеною чутливістю до міжособистісних взаємин та схильністю до внутрішнього переживання стресу.

Таким чином, результати дослідження свідчать про наявність у значної частини студентської молоді окремих психологічних передумов до формування адиктивної поведінки. Домінування цифрових, емоційних та харчових форм залежності вказує на необхідність посилення психопрофілактичної роботи у студентському середовищі. Особливої уваги потребує розвиток навичок емоційної саморегуляції, стресостійкості, формування адекватної самооцінки та конструктивних способів подолання психоемоційного напруження.

З метою визначення рівня схильності молоді до залежності від вживання психоактивних речовин було використано *тест-опитувальник «Схильність до залежності від вживання психоактивних речовин» І. А. Фурманова*.

Вибірка респондентів не змінювалась.

За результатами проведеного дослідження (таблиця 2.2.) встановлено, що у більшості респондентів переважає середній рівень схильності до вживання психоактивних речовин, що свідчить про наявність певних ризиків формування адиктивної поведінки в умовах психоемоційного навантаження, соціального тиску та вікових особливостей студентської молоді.

**Таблиця 2.2.**

**Результати дослідження схильності до залежності від вживання психоактивних речовин за методикою І. А. Фурманова**

| <b>Рівень схильності</b> | <b>Загальна вибірка (n=58)</b> | <b>Юнаки (n=30)</b> | <b>Дівчата (n=28)</b> |
|--------------------------|--------------------------------|---------------------|-----------------------|
| Низький рівень           | 25 осіб (43,1 %)               | 11 осіб (36,7 %)    | 14 осіб (50,0 %)      |
| Середній рівень          | 24 особи (41,4 %)              | 13 осіб (43,3 %)    | 11 осіб (39,3 %)      |
| Високий рівень           | 9 осіб (15,5 %)                | 6 осіб (20,0 %)     | 3 особи (10,7 %)      |

У таблиці відображено кількісні та відсоткові показники низького, середнього та високого рівнів схильності до залежності як у загальній вибірці, так і окремо серед юнаків і дівчат. Дані дозволяють простежити гендерні відмінності у вираженості адиктивних тенденцій та визначити групи підвищеного ризику формування залежної поведінки серед студентської молоді.

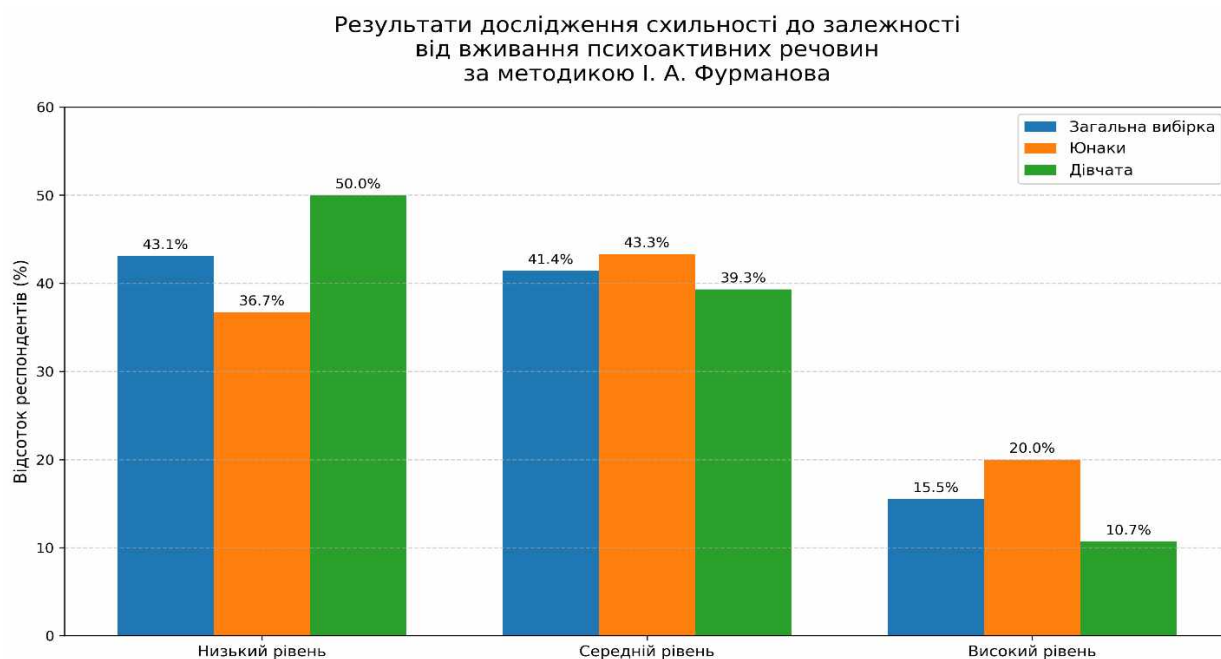


Рис. 2.2. Результати дослідження схильності до залежності від вживання психоактивних речовин за методикою І.А. Фурманова

Результати дослідження схильності студентської молоді до залежності від вживання психоактивних речовин за методикою І.А. Фурманова свідчать про наявність у частини респондентів окремих психологічних та поведінкових передумов до формування адиктивної поведінки. Отримані дані дозволяють констатувати, що проблема ризику вживання психоактивних речовин залишається актуальною для осіб юнацького віку, особливо в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, соціальної нестабільності та труднощів особистісного самовизначення.

У ході дослідження встановлено, що переважна більшість респондентів характеризується низьким або середнім рівнем схильності до залежності від психоактивних речовин. Зокрема, низький рівень було виявлено у 43,1 % досліджуваних, а середній – у 41,4 %. Отримані результати свідчать про те, що значна частина студентської молоді загалом усвідомлює потенційні негативні наслідки вживання психоактивних речовин та орієнтується на соціально прийнятні моделі поведінки. Водночас середній рівень схильності може свідчити про наявність окремих факторів ризику, пов'язаних із труднощами

емоційної саморегуляції, впливом соціального оточення, прагненням до психологічного розвантаження або бажанням уникнути стресових переживань.

Особливу увагу привертає група респондентів із високим рівнем схильності до залежності від психоактивних речовин, яка становила 15,5 % вибірки. Незважаючи на те, що цей показник не є домінуючим, він свідчить про наявність у частини студентської молоді виражених ризиків формування адиктивної поведінки. Для таких респондентів можуть бути характерними підвищена імпульсивність, емоційна нестійкість, недостатній рівень самоконтролю, труднощі у подоланні стресових ситуацій та схильність до використання неадаптивних способів психологічного захисту.

Отримані результати також вказують на те, що для окремих студентів вживання психоактивних речовин може розглядатися як спосіб зниження психоемоційного напруження, уникнення внутрішніх конфліктів або компенсації негативних емоційних переживань. Подібні тенденції свідчать про недостатню сформованість навичок конструктивного подолання труднощів та емоційної саморегуляції.

Порівняльний аналіз результатів за статевою ознакою показав наявність певних гендерних відмінностей. Зокрема, серед юнаків високий рівень схильності до залежності від психоактивних речовин було виявлено у 20,0 % респондентів, тоді як серед дівчат – у 10,7 %. Водночас низький рівень схильності частіше спостерігався серед дівчат (50,0 %), ніж серед юнаків (36,7 %). Такі результати можуть пояснюватися психологічними особливостями емоційного реагування, соціальними стереотипами поведінки та більшою схильністю юнаків до ризикованих форм активності та експериментування.

Вищі показники серед юнаків можуть бути пов'язані з прагненням до самоствердження, підвищеною потребою у нових враженнях, впливом одноліткового середовища та меншою схильністю до відкритого емоційного переживання труднощів. У дівчат, навпаки, частіше спостерігається орієнтація

на соціальне схвалення, емоційну підтримку та більш критичне ставлення до потенційно небезпечних форм поведінки.

Важливим є те, що навіть за відсутності критично виражених адиктивних тенденцій у більшості респондентів були виявлені окремі психологічні фактори ризику, серед яких емоційна нестійкість, труднощі стресоподолання, підвищена тривожність та схильність до уникнення проблемних ситуацій. Саме ці особливості можуть виступати психологічними передумовами формування залежної поведінки у майбутньому.

Для виявлення ризику формування адиктивної поведінки та схильності до вживання психоактивних речовин було використано *тест RAFFT (Relax, Alone, Friends, Family, Trouble)* у модифікації А.Ю. Єгорова. Методика спрямована на виявлення поведінкових та соціально-психологічних ознак ризикованого ставлення до алкоголю та інших психоактивних речовин.

У дослідженні взяли участь 58 респондентів віком 18-21 роки, серед яких 30 юнаків та 28 дівчат.

За результатами проведеного дослідження встановлено, що переважна більшість респондентів демонструє низький або помірний рівень ризику формування залежної поведінки. Водночас у частини студентської молоді були виявлені окремі ознаки потенційної адиктивної схильності, що потребує профілактичної уваги.

Зокрема, низький рівень ризику залежної поведінки було зафіксовано у 29 респондентів (50,0 %), помірний рівень – у 20 осіб (34,5 %), високий рівень ризику – у 9 досліджуваних (15,5 %). Отримані результати свідчать про те, що значна частина молоді має окремі поведінкові або емоційні передумови до формування адиктивних тенденцій, однак критично виражені ознаки ризику спостерігаються лише у відносно невеликій кількості учасників дослідження.

Порівняльний аналіз результатів за статевою ознакою показав, що серед юнаків високий рівень ризику було виявлено у 6 осіб (20,0 %), помірний – у 12 осіб (40,0 %), низький – у 12 осіб (40,0 %). Серед дівчат високий рівень ризику

зафіксовано у 3 осіб (10,7 %), помірний – у 8 осіб (28,6 %), низький – у 17 осіб (60,7 %).

Таблиця ілюструє розподіл респондентів за рівнями ризику формування адиктивної поведінки відповідно до результатів тесту.

**Таблиця 2.3.**

**Результати дослідження за тестом RAFFT  
(у модифікації А. Ю. Єгорова)**

| <b>Рівень ризику<br/>залежної<br/>поведінки</b> | <b>Загальна<br/>вибірка (n=58)</b> | <b>Юнаки (n=30)</b> | <b>Дівчата (n=28)</b> |
|-------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|-----------------------|
| Низький рівень<br>ризик                         | 29 осіб (50,0 %)                   | 12 осіб (40,0 %)    | 17 осіб (60,7 %)      |
| Помірний рівень<br>ризик                        | 20 осіб (34,5 %)                   | 12 осіб (40,0 %)    | 8 осіб (28,6 %)       |
| Високий рівень<br>ризик                         | 9 осіб (15,5 %)                    | 6 осіб (20,0 %)     | 3 особи (10,7 %)      |

Отримані дані свідчать про те, що юнаки більш схильні до ризикованих форм поведінки, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин, а також частіше демонструють толерантніше ставлення до подібних моделей поведінки у молодіжному середовищі. Дівчата, своєю чергою, характеризуються більшою обережністю та вищим рівнем соціального контролю.

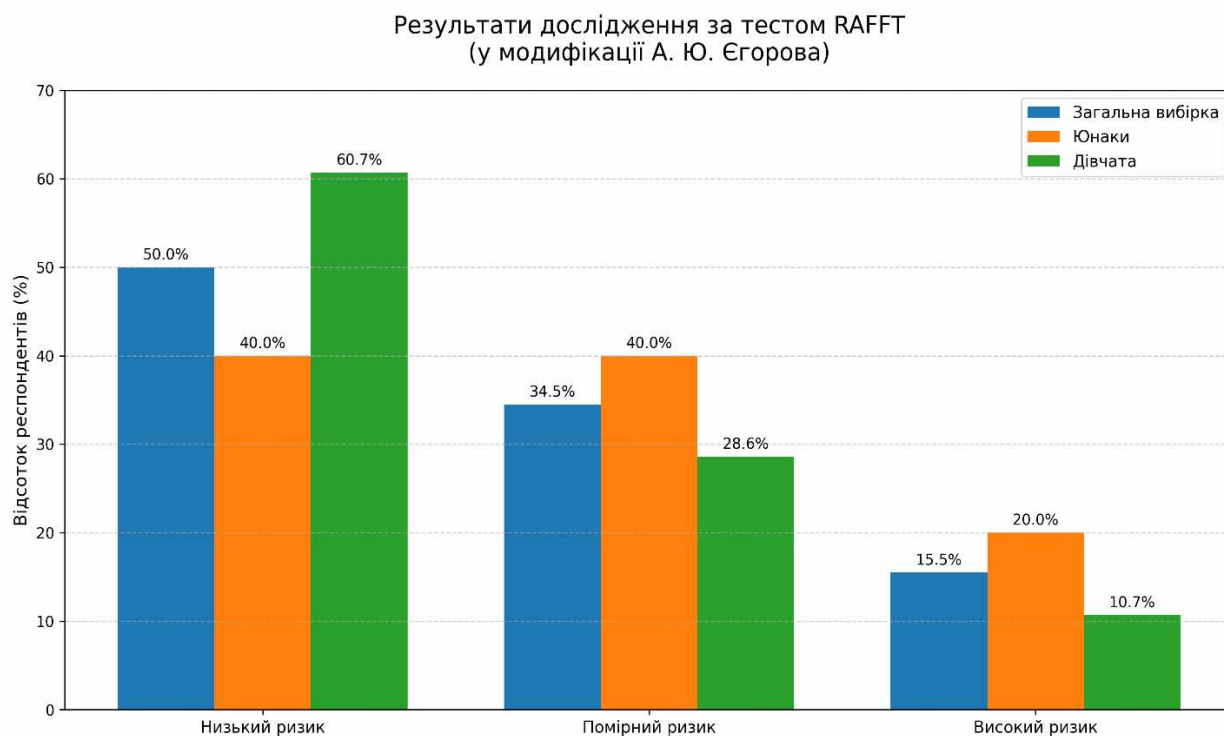


Рис. 2.3. Результати дослідження за тестом RAFFT (у модифікації А. Ю. Єгорова)

Аналіз відповідей респондентів показав, що серед найбільш поширених поведінкових проявів були епізодичне використання психоактивних речовин для зниження емоційного напруження, вплив референтної групи однолітків, а також окремі труднощі у сімейній комунікації. Частина досліджуваних зазначала, що вживання психоактивних речовин розглядається як спосіб тимчасового уникнення стресу або покращення емоційного стану.

Водночас більшість респондентів продемонструвала достатній рівень усвідомлення негативних наслідків адиктивної поведінки та критичне ставлення до систематичного вживання психоактивних речовин. Це свідчить про наявність у студентської молоді певних особистісних ресурсів та соціальних факторів захисту від розвитку залежності.

Результати дослідження за тестом RAFFT у модифікації А. Ю. Єгорова дозволяють зробити висновок про наявність у частини студентської молоді помірно виражених ризиків формування адиктивної поведінки, насамперед серед юнаків.

Для виявлення рівня схильності до ігрової залежності було використано *тест Такера, модифікований та адаптований для неповнолітніх*. Методика спрямована на визначення ступеня ризику формування залежної поведінки, пов'язаної з азартними та комп'ютерними іграми, а також виявлення психологічних і поведінкових проявів ігрової адикції.

У дослідженні взяли участь 58 респондентів віком 18-21 роки, серед яких 30 юнаків та 28 дівчат.

За результатами проведеного дослідження встановлено, що більшість респондентів демонструє низький або помірний рівень схильності до ігрової залежності. Водночас у частини студентської молоді були виявлені окремі ознаки ризикованої ігрової поведінки, що можуть свідчити про тенденцію до формування адиктивних моделей реагування.

Низький рівень схильності до ігрової залежності було виявлено у 33 респондентів (56,9 %), середній рівень – у 18 осіб (31,0 %), високий рівень – у 7 досліджуваних (12,1 %). Отримані результати свідчать про те, що переважна більшість студентів здатна контролювати власну ігрову активність та не демонструє виражених ознак патологічного захоплення іграми.

**Таблиця 2.4.**

**Результати дослідження схильності до ігрової залежності  
за тестом Такера**

| <b>Рівень<br/>схильності до<br/>ігрової<br/>залежності</b> | <b>Загальна<br/>вибірка (n=58)</b> | <b>Юнаки (n=30)</b> | <b>Дівчата (n=28)</b> |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|-----------------------|
| Низький рівень                                             | 33 особи (56,9 %)                  | 14 осіб (46,7 %)    | 19 осіб (67,9 %)      |
| Середній рівень                                            | 18 осіб (31,0 %)                   | 11 осіб (36,6 %)    | 7 осіб (25,0 %)       |
| Високий рівень                                             | 7 осіб (12,1 %)                    | 5 осіб (16,7 %)     | 2 особи (7,1 %)       |



Порівняльний аналіз результатів за статевою ознакою показав, що юнаки більшою мірою схильні до формування ігрової залежності порівняно з дівчатами. Зокрема, високий рівень схильності було виявлено у 16,7 % юнаків і лише у 7,1 % дівчат. Водночас серед дівчат переважав низький рівень схильності до ігрової залежності (67,9 %). Такі відмінності можуть пояснюватися особливостями гендерної соціалізації, різним характером дозвілєвої активності та психологічними особливостями емоційного реагування.

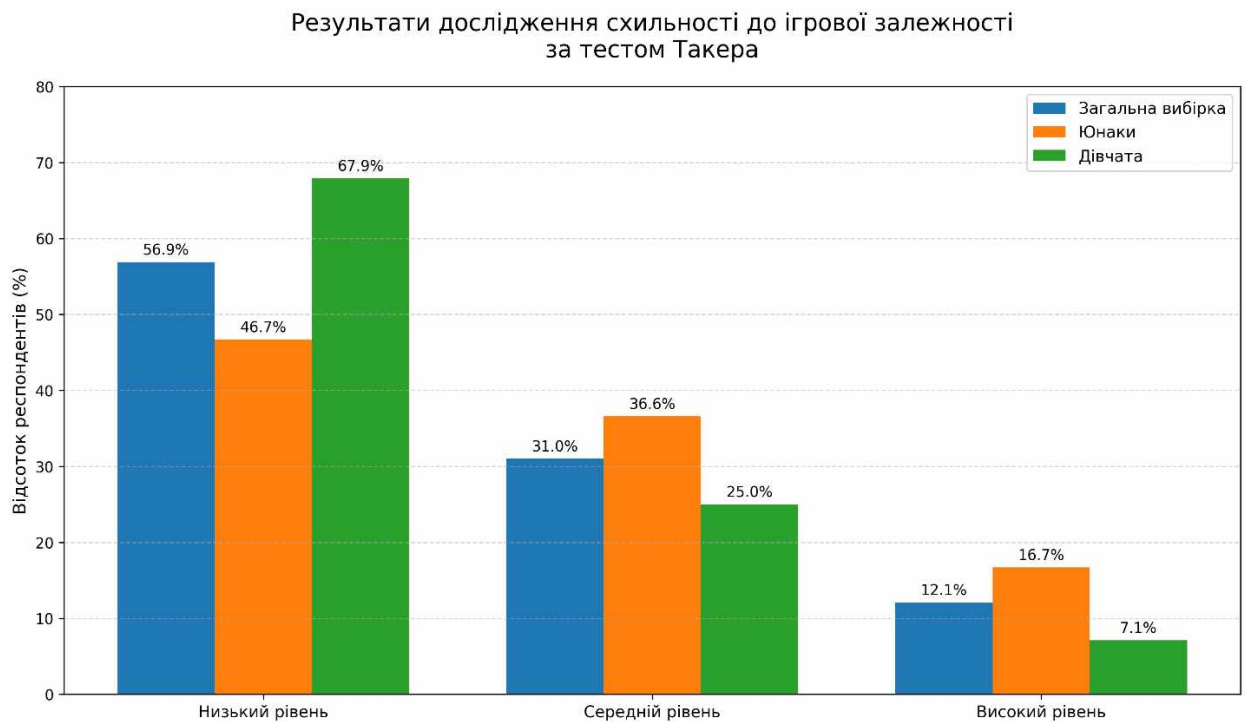


Рис. 2.4. Результати дослідження схильності до ігрової залежності за тестом Такера

Результати дослідження схильності студентської молоді до ігрової залежності за тестом Такера свідчать про те, що переважна більшість респондентів не демонструє критично виражених ознак ігрової адикції та характеризується відносно контрольованим ставленням до ігрової діяльності. Водночас у частини досліджуваних було виявлено окремі поведінкові та емоційні прояви, що можуть свідчити про ризик формування залежної поведінки у майбутньому.

Встановлено, що низький рівень схильності до ігрової залежності характерний для 56,9 % респондентів. Отримані результати свідчать про достатньо сформований рівень самоконтролю, критичного ставлення до ігрової активності та здатність більшості студентської молоді регулювати власну поведінку у сфері дозвілля. Такі показники можуть бути пов'язані з усвідомленням негативних наслідків надмірного захоплення азартними чи комп'ютерними іграми, а також із наявністю альтернативних форм самореалізації та міжособистісної взаємодії.

Середній рівень схильності до ігрової залежності було виявлено у 31,0 % досліджуваних. Це свідчить про наявність у значної частини студентів окремих адиктивних тенденцій, що можуть проявлятися у надмірному захопленні комп'ютерними або азартними іграми, використанні ігрової діяльності як способу уникнення емоційного напруження чи психологічного дискомфорту. Для цієї категорії респондентів характерними можуть бути епізодичні труднощі саморегуляції, підвищена потреба у швидкому отриманні позитивних емоцій та схильність до втечі від реальних проблем у віртуальне середовище.

Високий рівень схильності до ігрової залежності було зафіксовано у 12,1 % респондентів. Хоча цей показник не є домінуючим, він свідчить про наявність у частини студентської молоді виражених ризиків формування адиктивної поведінки. У таких респондентів можуть спостерігатися труднощі контролю ігрової активності, підвищена емоційна залученість у процес гри, зниження інтересу до інших сфер життя та використання ігрової діяльності як засобу психологічної компенсації або уникнення негативних переживань.

Підвищені показники серед юнаків можуть бути пов'язані з більшою залученістю до комп'ютерних ігор, схильністю до конкурентної діяльності, пошуку гострих відчуттів та ризикованих форм поведінки. Крім того, ігрове середовище нерідко виконує для молоді компенсаторну функцію, забезпечуючи можливість емоційного розвантаження, самоствердження та уникнення реальних труднощів.

Важливим є те, що у респондентів із підвищеним рівнем схильності до ігрової залежності спостерігалися окремі психологічні особливості, зокрема емоційна нестабільність, труднощі у подоланні стресових ситуацій, підвищена імпульсивність та потреба у швидкому отриманні позитивних емоцій. Подібні характеристики можуть виступати психологічними передумовами формування адиктивної поведінки та свідчити про недостатній рівень розвитку навичок конструктивної саморегуляції.

Для визначення особливостей соціально-психологічної адаптованості студентської молоді було використано методику оцінки соціально-психологічної адаптованості К. Роджерса і Р. Даймонда в адаптації Т. В. Снегірьової. Методика дозволила оцінити рівень адаптації особистості, самоприйняття, прийняття інших, емоційний комфорт, внутрішній контроль та домінування.

У дослідженні взяли участь 58 респондентів віком 18-21 роки, серед яких 30 юнаків та 28 дівчат. Результати дослідження викладено в таблиці 2.5.

**Таблиця 2.5.**

**Результати дослідження соціально-психологічної адаптованості за методикою К. Роджерса і Р. Даймонд (в адаптації Т. В. Снегірьової)**

| <b>Показники<br/>методики</b>                           | <b>Високий рівень</b> | <b>Середній рівень</b> | <b>Низький рівень</b> |
|---------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| Загальна<br>соціально-<br>психологічна<br>адаптованість | 18 осіб (31,0 %)      | 29 осіб (50,0 %)       | 11 осіб (19,0 %)      |
| Самоприйняття                                           | 32 особи (55,2 %)     | 14 осіб (24,1 %)       | 12 осіб (20,7 %)      |
| Емоційний<br>комфорт                                    | 17 осіб (29,3 %)      | 27 осіб (46,6 %)       | 14 осіб (24,1 %)      |

Загальний високий рівень адаптованості було виявлено у 18 респондентів (31,0 %), середній – у 29 осіб (50,0 %), низький – у 11 досліджуваних (19,0 %). Отримані результати свідчать про те, що переважна

більшість студентської молоді здатна ефективно взаємодіяти із соціальним оточенням, адекватно реагувати на зміни та підтримувати відносно стабільний емоційний стан.

Аналіз показників за окремими шкалами методики показав, що найбільш вираженими у респондентів є показники самоприйняття та прийняття інших. Високий рівень самоприйняття було виявлено у 55,2 % опитаних, що свідчить про достатній рівень позитивного ставлення до себе, усвідомлення власної цінності та прийняття індивідуальних особливостей. Водночас у 20,7 % респондентів спостерігалися ознаки невпевненості у собі та внутрішньої незадоволеності.

За шкалою прийняття інших високі та середні показники продемонстрували 79,3 % досліджуваних, що свідчить про достатній рівень толерантності, відкритості до соціальної взаємодії та готовності до міжособистісного співробітництва.

Показники емоційного комфорту виявилися менш стабільними. Високий рівень емоційного комфорту був характерний для 29,3 % респондентів, середній – для 46,6 %, низький – для 24,1 %. Це свідчить про наявність у частини студентської молоді підвищеної тривожності, емоційної напруги та труднощів у подоланні стресових ситуацій.

За шкалою внутрішнього контролю більшість респондентів продемонструвала середні показники, що свідчить про відносно сформоване відчуття особистої відповідальності за власні дії та життєві результати. Водночас у 22,4 % опитаних спостерігалася тенденція до зовнішнього локусу контролю, що проявлялося у схильності пояснювати життєві труднощі зовнішніми обставинами.

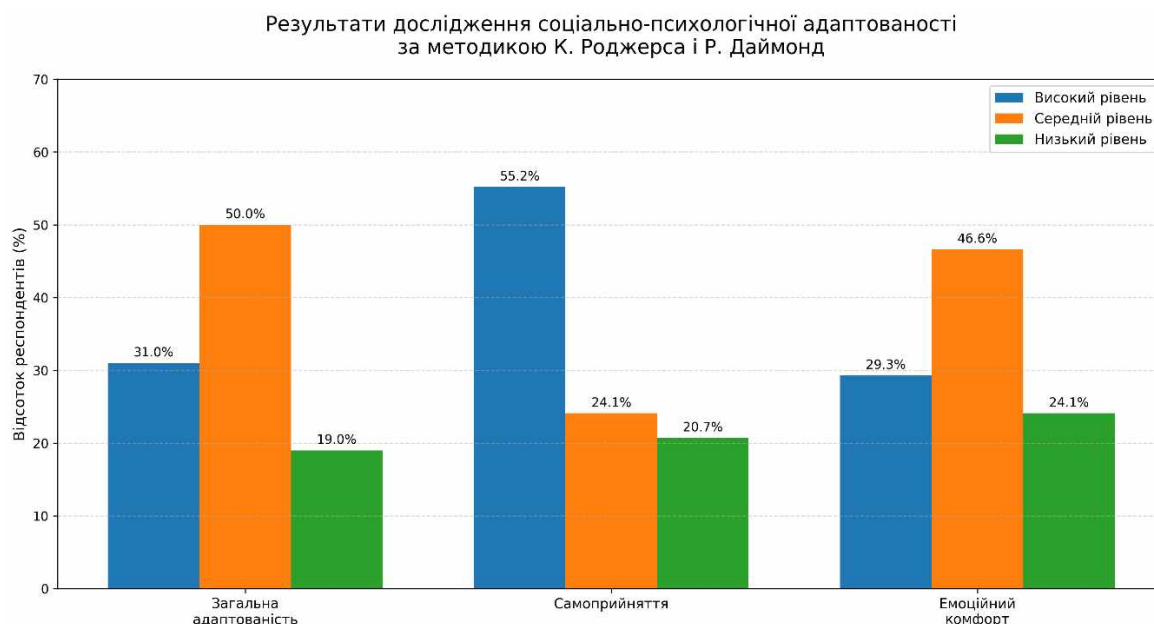


Рис. 2.5. Результати дослідження соціально-психологічної адаптованості за методикою К. Роджерса і Р. Даймонд (в адаптації Т. В. Снегірьової)

Порівняльний аналіз за статевою ознакою показав, що дівчата частіше демонстрували вищі показники за шкалами самоприйняття та прийняття інших, тоді як юнаки мали дещо вищі показники домінування та внутрішнього контролю. Водночас серед юнаків частіше спостерігалися прояви емоційної стриманості та труднощі у відкритому вираженні переживань.

Низький рівень соціально-психологічної адаптованості, виявлений у частини респондентів, супроводжувався труднощами у міжособистісній взаємодії, емоційною нестабільністю, зниженим рівнем самоприйняття та підвищеною чутливістю до стресових факторів. Такі особливості можуть виступати чинниками ризику розвитку дезадаптивних форм поведінки та емоційного виснаження.

Результати дослідження свідчать про загалом достатній рівень соціально-психологічної адаптованості студентської молоді, однак у частини респондентів виявлено окремі труднощі емоційної регуляції та соціальної взаємодії.

З метою визначення провідних типів акцентуацій характеру було використано модифікований опитувальник для ідентифікації типів

акцентуацій характеру підлітків. Методика дозволила виявити найбільш виражені індивідуально-психологічні особливості особистості, що можуть впливати на поведінку, емоційне реагування та соціальну адаптацію студентської молоді.

Вибірка респондентів залишалась незмінною.

За результатами дослідження встановлено, що у більшості респондентів спостерігаються помірно виражені акцентуації характеру, які не мають патологічного характеру, однак впливають на особливості міжособистісної взаємодії, емоційної сфери та способи реагування на стресові ситуації.

**Таблиця 2.6.**

**Розподіл типів акцентуацій характеру серед досліджуваних**

| <b>Тип акцентуації</b> | <b>Кіл-ст. респонд. (n)</b> | <b>Від-к (%)</b> | <b>Характеристика типу</b>                                                                                                                           |
|------------------------|-----------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Гіпертимний            | 15                          | 25,9             | Активність, комунікабельність, оптимістичність, прагнення до нових вражень, соціальна залученість; можливі імпульсивність і недостатній самоконтроль |
| Емотивний              | 13                          | 22,4             | Емоційна чутливість, емпатійність, вразливість, значущість міжособистісних стосунків; схильність до внутрішніх переживань                            |
| Тривожний              | 11                          | 19,0             | Невпевненість у собі, підвищена тривожність, чутливість до оцінки оточення, труднощі у ситуаціях невизначеності                                      |

|                 |           |            |                                                                                        |
|-----------------|-----------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Демонстративний | 8         | 13,8       | Прагнення до уваги та визнання, емоційна експресивність, схильність до самопрезентації |
| Циклотимний     | 6         | 10,3       | Коливання настрою, нестабільність емоційних реакцій, зміна рівня активності            |
| Педантичний     | 3         | 5,2        | Схильність до надмірного контролю, ригідності поведінки, акуратності                   |
| Збудливий       | 2         | 3,4        | Підвищена емоційна реактивність, імпульсивність, труднощі емоційного контролю          |
| <b>Разом</b>    | <b>58</b> | <b>100</b> | —                                                                                      |

Найбільш поширеними серед досліджуваних виявилися гіпертимний, емотивний та тривожний типи акцентуацій. Гіпертимний тип був домінуючим у 15 респондентів (25,9 %). Для таких осіб характерними є підвищена активність, комунікабельність, оптимістичність, прагнення до нових вражень та високий рівень соціальної залученості. Водночас у частини респондентів цього типу спостерігалися імпульсивність та недостатня схильність до самоконтролю.

Емотивний тип акцентуації було виявлено у 13 осіб (22,4 %). Респонденти цієї групи характеризувалися чутливістю, емоційною вразливістю, здатністю до емпатії та підвищеною чутливістю до міжособистісних відносин. Такі особливості сприяють розвитку позитивних соціальних контактів, однак можуть супроводжуватися схильністю до емоційного виснаження та внутрішніх переживань.

Тривожний тип акцентуації був виявлений у 11 респондентів (19,0 %). Для представників цього типу характерними є невпевненість у собі, підвищена чутливість до оцінки оточення, схильність до переживань та труднощі у

ситуаціях невизначеності. У частини досліджуваних спостерігалася тенденція до уникнення конфліктних ситуацій та знижений рівень стресостійкості.

Демонстративний тип акцентуації було виявлено у 8 осіб (13,8 %). Такі респонденти характеризувалися прагненням до визнання, емоційною виразністю, потребою у схваленні та увазі з боку оточення. У міжособистісній взаємодії вони частіше демонстрували схильність до самопрезентації та емоційної експресивності.

Циклотимний тип було визначено у 6 респондентів (10,3 %). Для цих осіб характерними є коливання настрою, зміна рівня активності та нестабільність емоційних реакцій залежно від життєвих обставин.

Найменш поширеними виявилися педантичний та збудливий типи акцентуацій, які були зафіксовані відповідно у 3 (5,2 %) та 2 (3,4 %) респондентів. Представники цих типів демонстрували схильність до надмірного контролю, ригідності поведінки або підвищеної емоційної реактивності.

Порівняльний аналіз результатів за статевою ознакою показав, що серед дівчат частіше спостерігалися емотивний та тривожний типи акцентуацій, що проявлялося у підвищеній емоційній чутливості, переживанні міжособистісних труднощів та потребі у соціальному схваленні. Юнаки частіше демонстрували гіпертимний та демонстративний типи, для яких характерними є активність, прагнення до лідерства та емоційна експресивність.

Отримані результати свідчать про те, що акцентуації характеру виступають важливим психологічним чинником, який впливає на поведінкові реакції та адаптаційні можливості студентської молоді. Окремі типи акцентуацій можуть підвищувати ризик формування дезадаптивних форм поведінки, емоційних труднощів або адиктивних тенденцій за умов тривалого психоемоційного напруження.



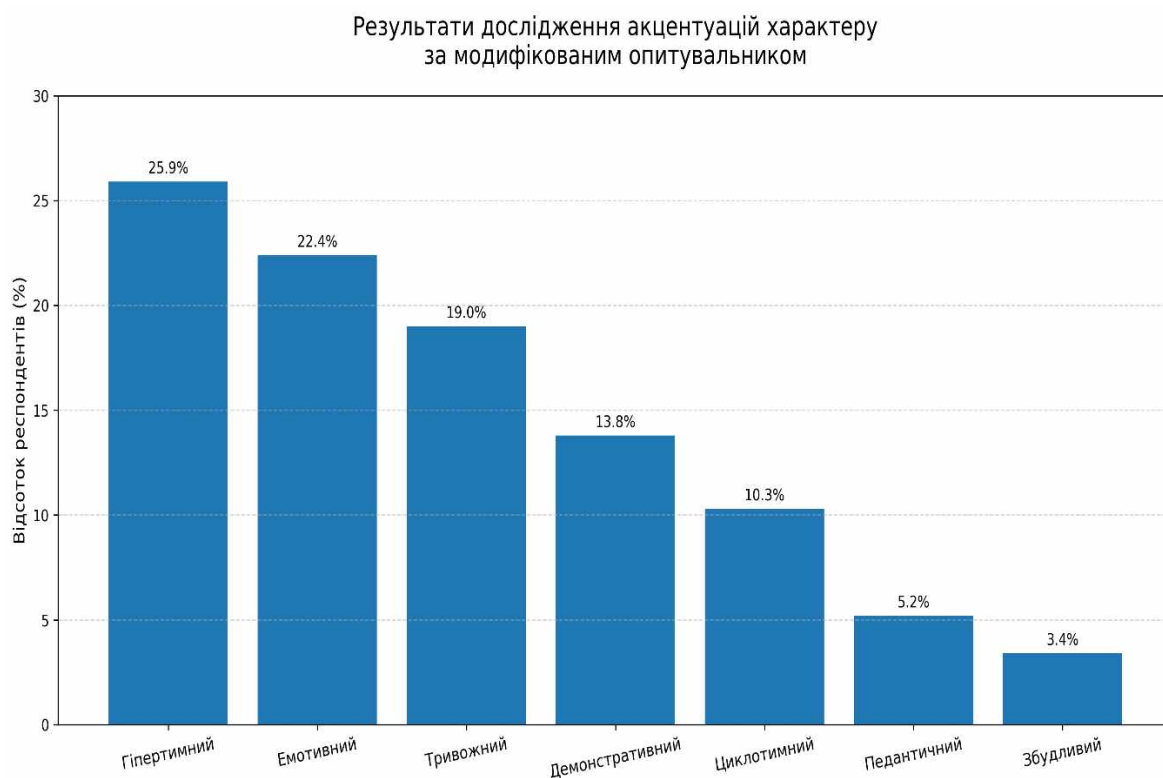


Рис. 2.6. Результати дослідження акцентуацій характеру за модифікованим опитувальником.

Порівняльний аналіз за статевою ознакою показав наявність певних гендерних відмінностей у структурі акцентуацій характеру. Серед дівчат частіше спостерігалися емотивний та тривожний типи акцентуацій, що свідчить про вищий рівень емоційної чутливості, схильність до переживання міжособистісних труднощів та потребу у соціальному схваленні. Юнаки, у свою чергу, частіше демонстрували гіпертимний та демонстративний типи акцентуацій, для яких характерними є активність, прагнення до домінування, емоційна експресивність та орієнтація на зовнішню активність.

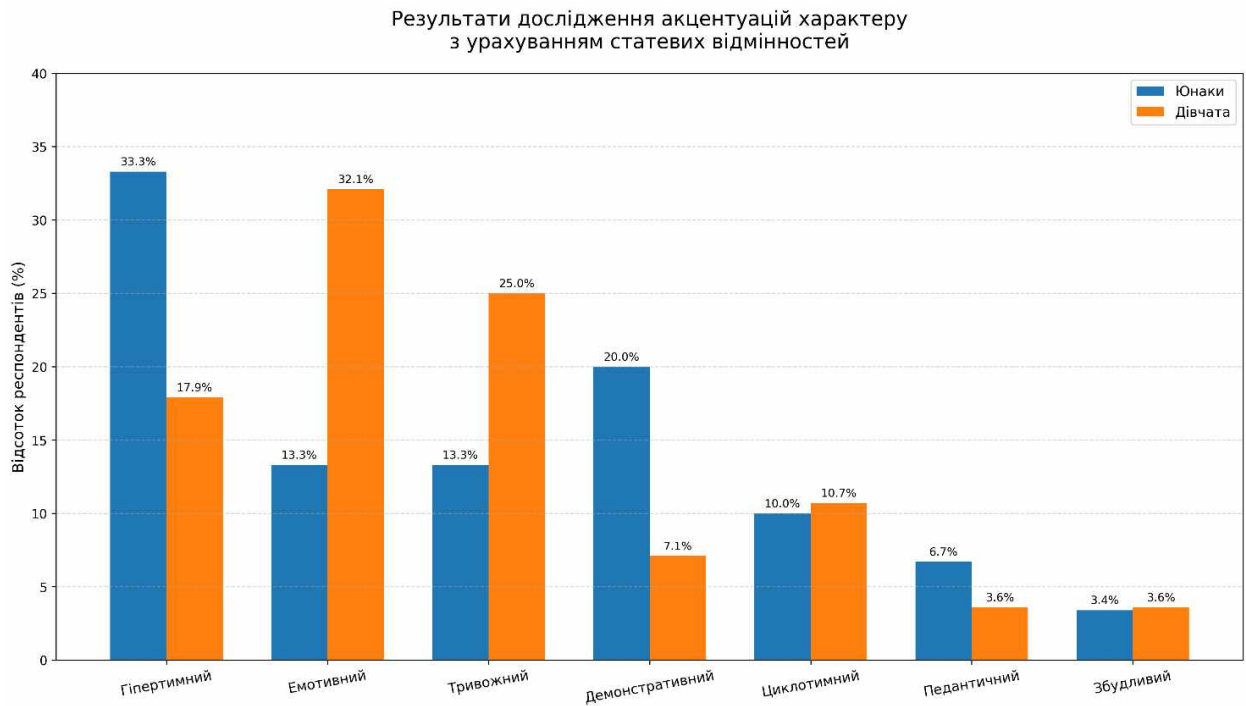


Рис. 2.7. Результати дослідження акцентуація характеру з урахуванням статевих відмінностей.

Отримані результати дозволяють зробити висновок про те, що акцентуації характеру виступають важливим психологічним чинником, який впливає на особливості поведінки, емоційного реагування та соціально-психологічної адаптації студентської молоді. Окремі типи акцентуацій можуть підвищувати ризик формування дезадаптивних форм поведінки, емоційного виснаження або адиктивних тенденцій за умов тривалого психоемоційного навантаження.

З метою визначення рівня агресивності та ворожості як можливих психологічних передумов адиктивної поведінки було використано методику діагностики показників і форм агресії Басса-Даркі.

Методика дозволила оцінити рівень прояву різних форм агресії: фізичної, непрямой, вербальної, негативізму, дратівливості, підозрілості, образи та почуття провини.

У дослідженні взяли участь 58 респондентів віком 18-21 роки, серед яких 30 юнаків та 28 дівчат. Результати дослідження викладено в таблиці 2.7.

Таблиця 2.7.

## Загальні результати дослідження

| Рівень агресивності | Кількість респондентів | %      |
|---------------------|------------------------|--------|
| Низький             | 16                     | 27,6 % |
| Середній            | 31                     | 53,4 % |
| Високий             | 11                     | 19,0 % |

За результатами дослідження встановлено, що у більшості респондентів переважає середній рівень агресивності, що свідчить про відносно нормативний характер емоційного реагування. Водночас у частини студентської молоді було виявлено підвищені показники окремих форм агресивності, які можуть виступати чинниками ризику формування дезадаптивної та адиктивної поведінки.

Разом з тим слід зауважити, що майже п'ята частина досліджуваних характеризується підвищеним рівнем агресивності та емоційної напруженості.

Таблиця 2.8.

## Результати дослідження форм агресії за методикою Басса-Даркі у розрізі статі

| Форма агресії     | Загальні результати (%) | Юнаки (%) | Дівчата (%) |
|-------------------|-------------------------|-----------|-------------|
| Вербальна агресія | 34,5                    | 40,0      | 28,6        |
| Дратівливість     | 31,0                    | 36,7      | 25,0        |
| Непряма агресія   | 27,6                    | 26,7      | 18,0        |
| Підозрілість      | 24,1                    | 18,0      | 32,1        |
| Фізична агресія   | 20,7                    | 33,3      | 10,0        |
| Образа            | 19,0                    | 15,0      | 28,6        |
| Негативізм        | 17,2                    | 23,3      | 12,0        |
| Почуття провини   | 29,3                    | 12,0      | 39,3        |

Наведені дані демонструють гендерні відмінності у проявах агресивності: для юнаків більш характерними є зовнішньо спрямовані форми

агресії (фізична, вербальна агресія, негативізм), тоді як для дівчат переважають внутрішньо спрямовані реакції (почуття провини, образа, підозрілість).

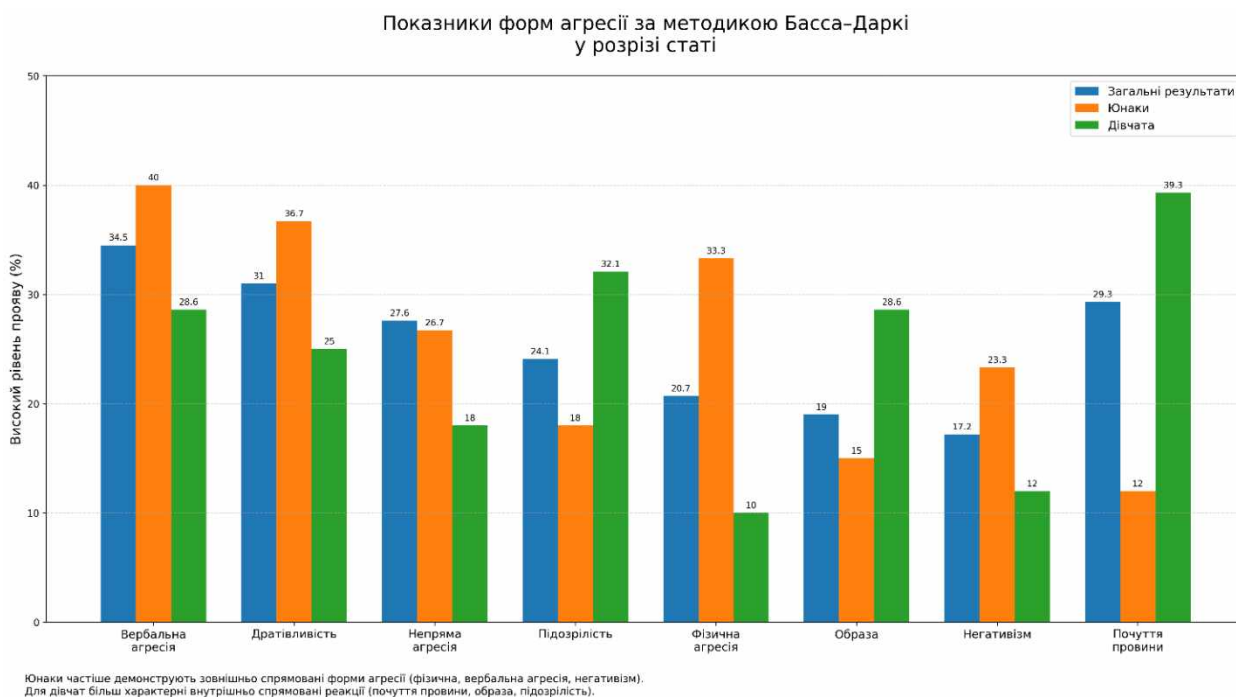


Рис. 2.8. Показники форм агресії за методикою Басса-Даркі у розрізі статі

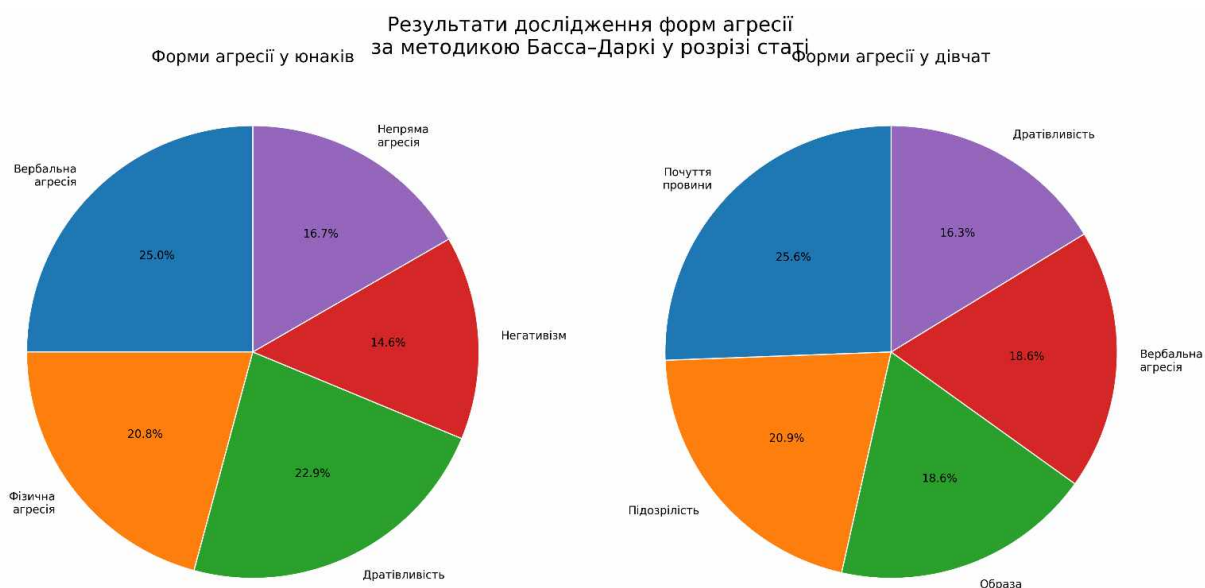


Рис. 2.9. Результати дослідження форм агресії за методикою Басса-Даркі у розрізі статі

Результати дослідження за методикою Арнольда Басса – Енн Даркі дозволили виявити особливості прояву агресивності та ворожості у

студентської молоді як важливих психологічних чинників ризику формування адиктивної поведінки. Отримані результати свідчать про те, що переважна більшість респондентів характеризується середнім рівнем агресивності, що загалом відповідає нормативному характеру емоційного реагування у юнацькому віці. Водночас у частини досліджуваних було виявлено підвищені показники окремих форм агресії, які можуть виступати передумовою розвитку дезадаптивних способів поведінки та емоційного реагування.

Зокрема, високий рівень агресивності було встановлено у 19,0 % респондентів, що свідчить про наявність у частини студентської молоді вираженої емоційної напруженості, труднощів саморегуляції та схильності до імпульсивних реакцій. Підвищена агресивність у таких випадках може виступати способом психологічного захисту, механізмом компенсації внутрішнього напруження або реакцією на тривалі психоемоційні навантаження.

Аналіз окремих форм агресії показав, що найбільш вираженими серед досліджуваних є вербальна агресія, дратівливість, непряма агресія та підозрілість. Домінування вербальної агресії свідчить про схильність частини студентів до емоційно різкого способу вираження негативних переживань через словесні реакції, конфліктність або підвищену емоційну експресивність. Високі показники дратівливості вказують на знижену толерантність до стресових факторів, емоційну нестабільність та труднощі контролю афективних реакцій.

Показники непрямої агресії свідчать про тенденцію частини респондентів до опосередкованого вираження негативних емоцій, уникнення відкритої конфронтації або використання непрямих форм психологічного впливу. Підвищена підозрілість може бути пов'язана з недостатнім рівнем довіри до соціального оточення, внутрішньою напруженістю та підвищеною чутливістю до міжособистісних взаємин.

Порівняльний аналіз результатів у розрізі статі дозволив виявити суттєві гендерні відмінності у проявах агресивності. Для юнаків більш характерними

виявилися зовнішньо спрямовані форми агресії, зокрема фізична агресія, вербальна агресія, негативізм та імпульсивність реакцій. Такі особливості можуть пояснюватися більшою поведінковою активністю, прагненням до самоствердження, схильністю до ризику та недостатньо сформованими навичками емоційної саморегуляції.

Підвищені показники фізичної та вербальної агресії серед юнаків свідчать про тенденцію до відкритого прояву негативних емоцій, конфронтаційності та зовнішнього способу реагування на психоемоційне напруження. Негативізм та імпульсивність можуть виступати проявом внутрішнього конфлікту, труднощів адаптації та прагнення до психологічної автономії.

Водночас у дівчат більш вираженими виявилися внутрішньо спрямовані форми агресивного реагування, зокрема почуття провини, образа, підозрілості та емоційна вразливість. Такі результати свідчать про схильність дівчат до внутрішнього переживання конфліктів, підвищеної емоційної чутливості та залежності від соціальної оцінки. Високі показники почуття провини можуть вказувати на схильність до самозвинувачення, внутрішньої напруги та емоційного виснаження у ситуаціях міжособистісних труднощів.

Отримані результати підтверджують наявність взаємозв'язку між агресивністю, труднощами соціально-психологічної адаптації та схильністю до адиктивної поведінки. Було встановлено, що респонденти з високими показниками дратівливості, вербальної агресії, імпульсивності та підозрілості частіше демонстрували схильність до вживання психоактивних речовин, ігрової та емоційної залежностей, а також труднощі саморегуляції поведінки.

Агресивні реакції у таких випадках можуть виступати одним із способів емоційного розвантаження, психологічного захисту або компенсації внутрішнього психоемоційного дискомфорту. Недостатня сформованість конструктивних копінг-стратегій, труднощі відкритого вираження емоцій та підвищена емоційна напруженість створюють сприятливе психологічне підґрунтя для формування різних форм адиктивної поведінки.

Порівняльний аналіз результатів методики Басса-Даркі з іншими психодіагностичними методиками дозволив встановити взаємозв'язок між: підвищеним рівнем агресивності; емоційною нестабільністю; труднощами соціально-психологічної адаптації; схильністю до адиктивної поведінки.

Було виявлено, що респонденти з високими показниками: дратівливості; вербальної агресії; імпульсивності; підозрілості частіше демонстрували: схильність до вживання психоактивних речовин; ігрову залежність; емоційну залежність; труднощі саморегуляції поведінки.

Агресивні реакції у таких випадках виступали одним із способів емоційного розвантаження, психологічного захисту або компенсації внутрішнього напруження.

Взаємозв'язок агресивності та адиктивної поведінки

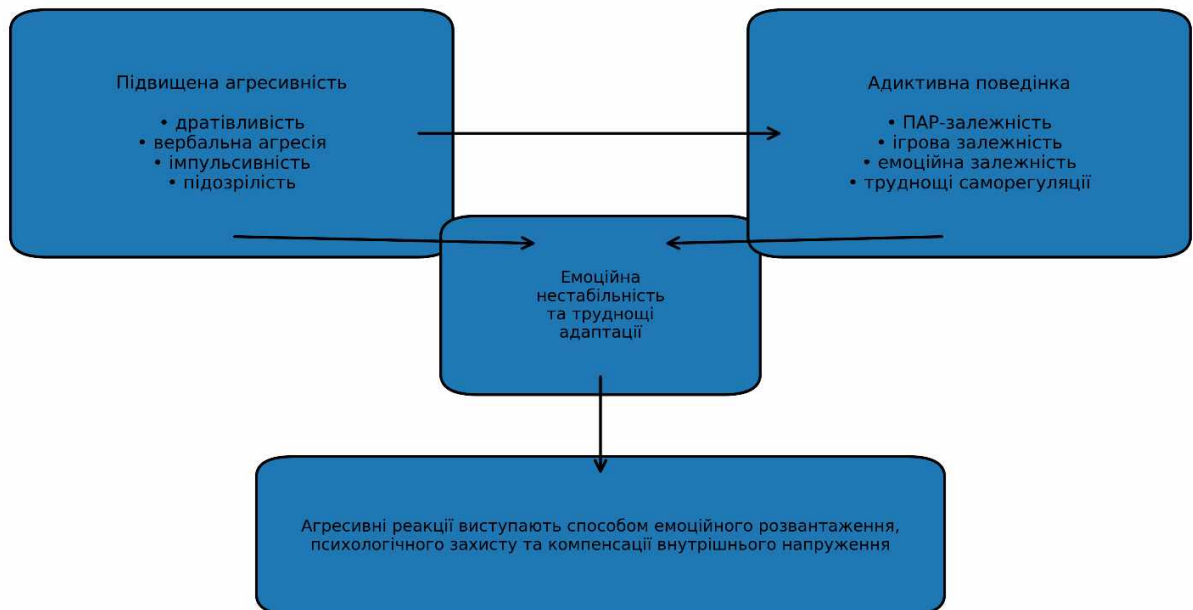


Рис. 2.10. Взаємозв'язок агресивності та адиктивної поведінки

Таким чином, результати дослідження за методикою Басса-Даркі підтвердили, що агресивність виступає важливим психологічним чинником ризику формування адиктивної поведінки у студентської молоді. Підвищена дратівливість, імпульсивність, труднощі конструктивного вираження емоцій та внутрішня емоційна напруженість поєднуються зі схильністю до дезадаптивних способів подолання стресу

### **2.3. Аналіз психологічних передумов адиктивної поведінки студентської молоді за результатами емпіричного дослідження**

Комплексний аналіз результатів проведеного емпіричного дослідження дозволяє визначити основні психологічні передумови формування адиктивної поведінки у студентської молоді віком 18-21 років. Отримані дані свідчать про те, що схильність до різних видів залежної поведінки формується під впливом сукупності особистісних, емоційних та соціально-психологічних чинників.

Насамперед результати методики Г.В. Лозової та тесту RAFFT у модифікації А. Ю. Єгорова показали наявність у значної частини респондентів помірного рівня схильності до адиктивної поведінки, зокрема до інтернет-залежності, емоційної залежності, ігрової поведінки та вживання психоактивних речовин. Це свідчить про те, що для частини студентської молоді характерним є використання залежної поведінки як способу психологічної компенсації, уникнення труднощів або зниження емоційного напруження.

Важливим психологічним чинником адиктивної поведінки виявився рівень соціально-психологічної адаптованості. За результатами методики К. Роджерса і Р. Даймонд встановлено, що респонденти з нижчим рівнем адаптації частіше демонстрували емоційну нестабільність, труднощі у міжособистісній взаємодії, підвищену тривожність та недостатньо сформовані навички конструктивного подолання стресу. Такі особливості можуть сприяти пошуку швидких способів емоційного полегшення, серед яких – використання психоактивних речовин, надмірне занурення у віртуальне середовище або ігрову діяльність.

Суттєвий взаємозв'язок простежується між показниками емоційного комфорту та схильністю до адиктивної поведінки. Респонденти з низьким рівнем емоційного комфорту частіше демонстрували високі показники за шкалами емоційної, харчової та ігрової залежності. Це може свідчити про



використання залежної поведінки як механізму регуляції негативних емоційних станів, тривоги або внутрішньої напруги.

Результати дослідження акцентуацій характеру також підтверджують наявність психологічних передумов формування адиктивної поведінки. Зокрема, тривожний тип акцентуації пов'язаний із підвищеною чутливістю до стресу, невпевненістю у собі та схильністю до внутрішніх переживань, що може зумовлювати використання залежної поведінки як способу уникнення психологічного дискомфорту. Емотивний тип акцентуації характеризується емоційною вразливістю та підвищеною потребою у підтримці, що також може сприяти розвитку емоційної залежності.

Водночас гіпертимний та демонстративний типи акцентуацій частіше асоціювалися зі схильністю до ризикованих форм поведінки, імпульсивністю та потребою у нових враженнях. Це може підвищувати ймовірність експериментування з психоактивними речовинами, азартними іграми або іншими формами адиктивної поведінки.

Особливу увагу привертають результати тесту Такера та опитувальника Фурманова, які виявили, що респонденти з високими показниками ігрової залежності та схильності до вживання психоактивних речовин часто характеризуються недостатнім рівнем самоконтролю, емоційною нестійкістю та схильністю до уникнення реальних проблем. Такі особливості свідчать про недостатню сформованість адаптивних копінг-стратегій і труднощі у конструктивному подоланні життєвих труднощів.

Аналіз результатів за статевою ознакою показав, що юнаки частіше демонструють схильність до ризикованих форм адиктивної поведінки – алкогольної, тютюнової та ігрової залежностей, що може бути пов'язано з вищим рівнем імпульсивності та соціальною толерантністю до таких форм поведінки. Дівчата, своєю чергою, частіше виявляли емоційну та харчову залежність, що свідчить про тенденцію до внутрішньо спрямованих способів переживання стресу та емоційного напруження.

Отже, результати дослідження дозволяють зробити висновок, що основними психологічними передумовами адиктивної поведінки студентської молоді є: емоційна нестабільність та підвищена тривожність; низький рівень емоційного комфорту; труднощі соціально-психологічної адаптації; недостатній рівень самоконтролю та стресостійкості; схильність до уникнення проблемних ситуацій; залежність від соціального схвалення; окремі типи акцентуацій характеру (тривожний, емотивний, гіпертимний, демонстративний).

У сукупності зазначені чинники формують психологічне підґрунтя для розвитку різних форм адиктивної поведінки та зумовлюють необхідність комплексної психопрофілактичної роботи зі студентською молоддю, спрямованої на розвиток емоційної саморегуляції, адаптивних копінг-стратегій, психологічної стійкості та навичок конструктивного подолання стресу.

У ході проведеного дослідження встановлено, що у більшості респондентів переважає середній рівень схильності до адиктивної поведінки, що свідчить про наявність окремих психологічних та поведінкових ризиків, однак без критично виражених проявів залежності. Водночас у частини досліджуваних було виявлено високі показники за окремими видами залежностей, що вказує на потребу у профілактичній та психокорекційній роботі.

Таким чином, проведені психодіагностичні методики дозволили виявити, що формування адиктивної поведінки у студентської молоді пов'язане з поєднанням емоційних, особистісних та соціально-психологічних чинників. Основними психологічними передумовами залежної поведінки є підвищена тривожність, емоційна нестійкість, труднощі адаптації, недостатній самоконтроль, залежність від зовнішнього схвалення та окремі акцентуації характеру.

Гендерні особливості адиктивної поведінки,  
соціально-психологічної адаптації та акцентуацій характеру

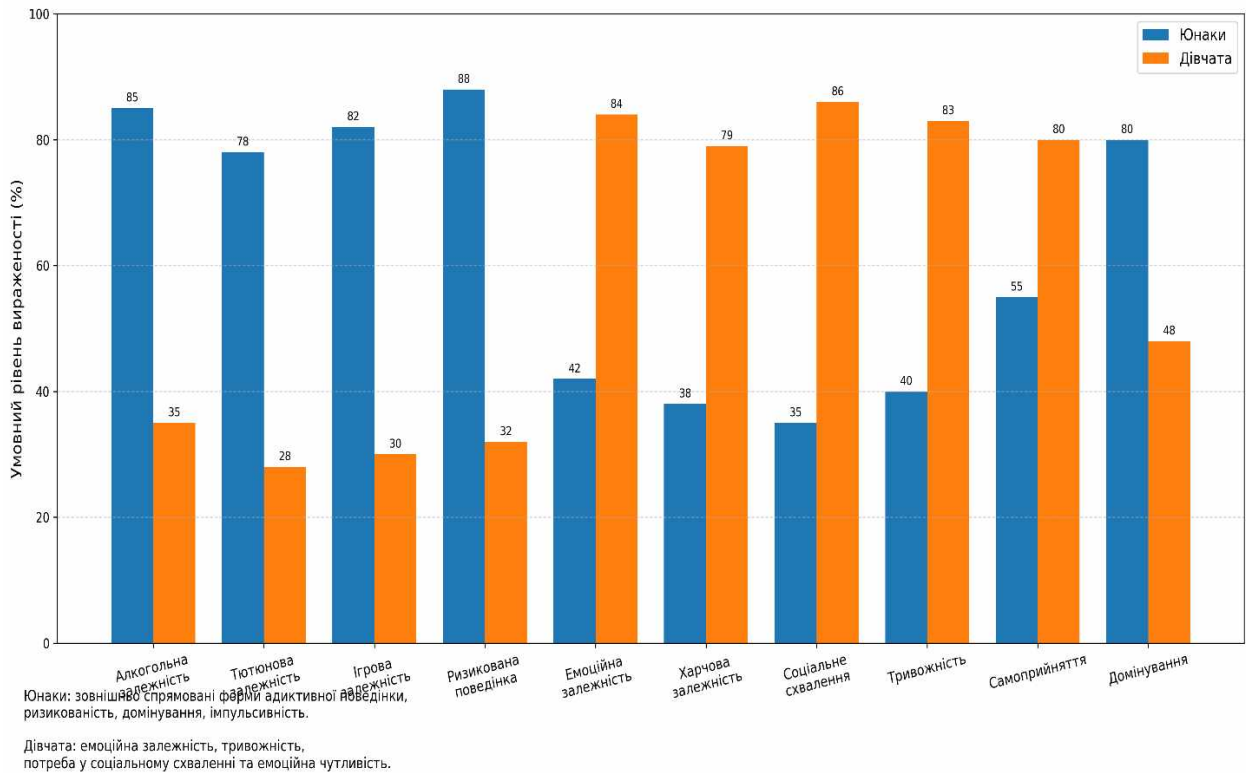


Рис. 2.11 Гендерні особливості адиктивної поведінки, соціально-психологічної адаптації та акцентуацій характеру

Порівняльний аналіз результатів емпіричного дослідження у розрізі статі дозволив виявити певні психологічні відмінності між юнаками та дівчатами щодо проявів адиктивної поведінки, особливостей соціально-психологічної адаптації та акцентуацій характеру.

За результатами діагностики схильності до різних видів залежності встановлено, що юнаки частіше демонстрували схильність до зовнішньо спрямованих форм адиктивної поведінки, зокрема: алкогольної залежності; тютюнової залежності; ігрової залежності; ризикованої поведінки. Частина юнаків розглядала адиктивні форми поведінки як спосіб емоційного розвантаження, самоствердження або соціальної інтеграції у референтній групі.

Дівчата, своєю чергою, частіше демонстрували: емоційну залежність; харчову залежність; підвищену потребу у соціальному схваленні; схильність до внутрішніх переживань.

Такі результати свідчать про те, що дівчата більшою мірою орієнтовані на міжособистісні відносини та емоційну підтримку, а негативні переживання частіше спрямовують усередину, що може проявлятися через емоційно залежну або компенсаторну поведінку.

Результати тесту І. А. Фурманова та тесту RAFFT також підтвердили більш високий рівень ризику адиктивної поведінки серед юнаків.

За результатами тесту Такера на виявлення ігрової залежності було встановлено, що юнаки значно частіше демонстрували високий та середній рівень схильності до ігрової поведінки. Дівчата переважно демонстрували помірне ставлення до ігрової діяльності та рідше виявляли ознаки надмірної залученості до ігрового процесу.

Дослідження соціально-психологічної адаптованості за методикою К. Роджерса і Р. Даймонда показало, що дівчата мали дещо вищі показники: самоприйняття; прийняття інших; емоційної чутливості; здатності до міжособистісної взаємодії. Водночас вони частіше демонстрували: підвищену тривожність; емоційну вразливість; залежність від соціальної оцінки.

Юнаки характеризувалися вищими показниками: домінування; внутрішнього контролю; поведінкової активності. Проте серед них частіше спостерігалися труднощі відкритого вираження емоцій, емоційна стриманість та тенденція до компенсації внутрішнього напруження через зовнішні форми поведінкової активності, у тому числі адиктивної.

Аналіз акцентуацій характеру також виявив певні гендерні відмінності. Серед дівчат переважали: емотивний тип; тривожний тип акцентуації. Це проявлялося у підвищеній чутливості, схильності до переживань, залежності від міжособистісних відносин та високій емоційній реактивності.

Серед юнаків частіше спостерігалися: гіпертимний тип; демонстративний тип акцентуації.

Для них були характерними активність, прагнення до лідерства, імпульсивність, пошук нових вражень та підвищена схильність до ризикованих форм поведінки.

Таким чином, результати дослідження свідчать про наявність різних психологічних механізмів формування адиктивної поведінки у юнаків та дівчат. Для юнаків більш характерними є зовнішньо спрямовані форми адиктивної поведінки, пов'язані з ризиком, імпульсивністю та поведінковою активністю. Для дівчат більш притаманними є внутрішньо спрямовані форми залежної поведінки, пов'язані з емоційною сферою, переживаннями та потребою у соціальному схваленні.

Отримані результати підтверджують необхідність урахування гендерних особливостей під час організації психопрофілактичної та психокорекційної роботи зі студентською молоддю, оскільки механізми формування та прояву адиктивної поведінки у юнаків і дівчат мають різну психологічну природу.

### **Висновки до другого розділу**

Результати проведеного емпіричного дослідження дозволили встановити, що адиктивна поведінка у юнацькому віці є багатофакторним психологічним феноменом, формування якого пов'язане з емоційними, особистісними та соціально-психологічними особливостями молоді. Отримані дані підтвердили наявність взаємозв'язку між схильністю до адиктивної поведінки, рівнем агресивності, особливостями соціально-психологічної адаптації та характерологічними рисами особистості.

У ході дослідження було встановлено, що найбільш поширеними серед студентської молоді є цифрові форми адиктивної поведінки, зокрема комп'ютерна та інтернет-залежність. Високий рівень схильності до цього виду залежності було виявлено у 31,0 % респондентів, а середній – у 48,3 % досліджуваних. Отримані результати свідчать про значну залученість молоді

у цифровий простір та використання інтернет-середовища не лише як засобу комунікації чи навчання, але й як способу емоційного розвантаження та уникнення психологічного дискомфорту.

Достатньо поширеними виявилися також емоційна та харчова залежності. Високий рівень емоційної залежності та залежності від міжособистісного схвалення було зафіксовано у 27,6 % респондентів, а харчової залежності – у 24,1 % досліджуваних. Це свідчить про підвищену потребу частини молоді у соціальному схваленні, емоційній підтримці та використанні компенсаторних способів подолання внутрішнього напруження.

Помірно вираженими виявилися алкогольна та тютюнова залежності. Високий рівень схильності до алкогольної залежності було встановлено у 17,2 % респондентів, а до тютюнової – у 15,5 %. Найменш поширеними були наркотична та ігрова залежності, високі показники яких спостерігалися відповідно у 6,9 % та 8,6 % досліджуваних. Незважаючи на відносно низьку поширеність, зазначені форми залежної поведінки також потребують профілактичної уваги через високий ризик їх подальшого прогресування у юнацькому віці.

Дослідження акцентуацій характеру показало, що серед респондентів переважають гіпертимний, емотивний та тривожний типи акцентуацій. Встановлено, що емоційна нестабільність, імпульсивність, підвищена чутливість та труднощі емоційної саморегуляції можуть виступати психологічними передумовами розвитку адиктивної поведінки.

Результати дослідження соціально-психологічної адаптованості підтвердили, що частина студентської молоді характеризується труднощами міжособистісної взаємодії, підвищеним внутрішнім напруженням та недостатнім рівнем адаптаційних ресурсів, що також підвищує ризик формування залежної поведінки.

Особливе значення мають результати дослідження за методикою Басса–Даркі, які підтвердили, що агресивність є важливим психологічним чинником ризику формування адиктивної поведінки у студентській молоді. Підвищена

дратівливість, імпульсивність, труднощі конструктивного вираження емоцій та внутрішня емоційна напруженість поєднуються зі схильністю до різних форм залежної поведінки.

Таким чином, результати дослідження повністю підтвердили висунуту гіпотезу щодо взаємозв'язку агресивності, труднощів соціально-психологічної адаптації, емоційної нестабільності та схильності до адиктивної поведінки у молоді юнацького віку.

## ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне та емпіричне дослідження психологічних передумов адиктивної поведінки осіб юнацького віку. Отримані результати дали змогу комплексно проаналізувати феномен адиктивної поведінки, визначити основні психологічні чинники її формування та окреслити напрями психопрофілактичної й корекційної роботи з молоддю.

У ході теоретичного аналізу наукових підходів до проблеми адиктивної поведінки встановлено, що сучасна психологічна наука розглядає адикцію як багатофакторний феномен, який формується під впливом біологічних, соціальних та психологічних чинників. Доведено, що адиктивна поведінка не обмежується лише хімічними залежностями, а охоплює широкий спектр нехімічних форм залежної поведінки, зокрема інтернет-залежність, ігрову, харчову, емоційну та інші види поведінкових адикцій. Установлено, що ключовими механізмами розвитку адикцій виступають порушення емоційної саморегуляції, труднощі адаптації, внутрішньоособистісні конфлікти та деструктивні способи подолання стресу.

Термін «адиктивна поведінка» тісно пов'язаний із поняттям «залежність», однак у сучасній науковій літературі відсутній єдиний підхід до трактування співвідношення цих категорій. Так, окремі дослідники, розглядають адикцію як захворювання, тоді як залежність визначають як супутню форму порушення поведінки, що проявляється у стійкій потребі до певного виду діяльності або вживання психоактивних речовин. Натомість інші науковці, використовують поняття «адикція» та «залежність» як взаємозамінні, акцентуючи увагу на їх спільному змісті та механізмах формування.

Ми поділяємо наукову позицію, викладену у працях І. Богданової, О. Безпалько, О. Змановської та інших дослідників, де адиктивна поведінка розглядається як складний багатофакторний феномен, що формується під впливом індивідуально-психологічних, соціальних і середовищних чинників



та характеризується прагненням особистості до втечі від реальності шляхом зміни психічного стану або фіксації на певному виді діяльності.

В ході дослідження нами було визначено сутність, структуру та основні форми адиктивної поведінки осіб юнацького віку та з'ясовано, що адиктивна поведінка проявляється у стійкому прагненні до зміни психоемоційного стану через використання певної речовини, діяльності або форми взаємодії, що забезпечує тимчасове психологічне полегшення чи задоволення. Структура адиктивної поведінки включає мотиваційний, емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти, які взаємодіють між собою та формують стійкі деструктивні патерни реагування.

Були досліджені психологічні особливості юнацького віку як сенситивного періоду розвитку особистості, що супроводжується підвищеним ризиком формування адикцій. Встановлено, що юнацький вік характеризується емоційною нестабільністю, кризою ідентичності, потребою в самоствердженні, високою залежністю від соціального схвалення та недостатньою сформованістю механізмів саморегуляції. У поєднанні зі стресовими соціальними умовами ці особливості можуть підвищувати вразливість молоді до різних форм залежної поведінки.

Досліджено психологічні чинники та передумови виникнення адиктивної поведінки у молоді. Виявлено, що формуванню адиктивних тенденцій сприяють підвищений рівень тривожності, низька або нестабільна самооцінка, емоційна лабільність, фрустрація базових потреб, труднощі соціальної адаптації, недостатній розвиток навичок стресостійкості та конструктивного подолання труднощів. Важливу роль також відіграють несприятливі сімейні взаємини, дефіцит емоційної підтримки, вплив референтної групи та загальна соціально-психологічна нестабільність сучасного суспільства.

Результати емпіричного дослідження підтвердили наявність психологічних особливостей у осіб юнацького віку, схильних до адиктивної поведінки. У респондентів із вищими показниками адиктивних тенденцій

частіше спостерігалися підвищена тривожність, емоційна нестійкість, внутрішня напруженість, невпевненість у собі, труднощі емоційного контролю та схильність до уникнення проблемних ситуацій. Також встановлено, що молоді люди зі схильністю до адиктивної поведінки характеризуються зниженим рівнем психологічної стійкості та меншою здатністю до конструктивного подолання стресових ситуацій.

У процесі аналізу взаємозв'язків між психологічними характеристиками встановлено, що існує статистично та психологічно значущий зв'язок між рівнем тривожності, самооцінкою, емоційною нестабільністю, стресостійкістю та проявами адиктивної поведінки. Зокрема, підвищення рівня тривожності та емоційної нестабільності супроводжується зростанням ризику формування адиктивних тенденцій, тоді як адекватна самооцінка та високий рівень стресостійкості виступають захисними факторами щодо розвитку залежної поведінки. Отримані результати підтверджують, що адиктивна поведінка є не лише поведінковим проявом, а й відображенням глибших особистісних та емоційних труднощів.

Результати емпіричного дослідження, викладеного в тексті роботи свідчать про наявність різних психологічних механізмів формування адиктивної поведінки у юнаків та дівчат. Для юнаків більш характерними є зовнішньо спрямовані форми адиктивної поведінки, пов'язані з ризиком, імпульсивністю та поведінковою активністю. Для дівчат більш притаманними є внутрішньо спрямовані форми залежної поведінки, пов'язані з емоційною сферою, переживаннями та потребою у соціальному схваленні.

Отримані результати підтверджують необхідність урахування гендерних особливостей під час організації психопрофілактичної та психокорекційної роботи зі студентською молоддю, оскільки механізми формування та прояву адиктивної поведінки у юнаків і дівчат мають різну психологічну природу.

Таким чином, результати проведеного дослідження підтвердили, що адиктивна поведінка осіб юнацького віку формується під впливом комплексу

взаємопов'язаних психологічних чинників та є своєрідним способом компенсації внутрішнього емоційного напруження, труднощів адаптації та незадоволених психологічних потреб.

З нашої точки зору, подальше дослідження чинників виникнення та розвитку адиктивної поведінки потребує комплексного міждисциплінарного підходу, який передбачає врахування біологічних (зокрема генетичних), психологічних, соціальних і симптоматичних факторів. Такий підхід дає змогу більш повно та об'єктивно розкрити механізми формування залежної поведінки, визначити основні фактори ризику та розробити ефективні напрями психопрофілактики й психокорекції адиктивних проявів у молоді.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балакірєва О. М. Рівень і тенденції поширення тютюнокуріння, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед учнівської молоді України К.: УІСД імені О. Яременка. 2008. 152 с.
2. Берегова Н. В. Психологічні чинники формування залежної поведінки студентської молоді // *Актуальні проблеми психології*. 2022. Т. 1. № 58. С. 17–24.
3. Берегова Н. В., Колба В. В. Психологічні особливості формування адиктивної поведінки у сучасної молоді // *Psychology Travelogs*. 2023. № 2. С. 24-31.
4. Берегова Н., Джигун Л., Ігумнова О. Ціннісні орієнтації молоді в сучасному суспільстві // *Psychology Travelogs*. 2022. № 1. С. 15–23.
5. Богданова І.М. Соціальна педагогіка. Київ: Знання, 2008. 343 с.
6. Бондарчук О. І. Психологічні механізми формування адиктивної поведінки молоді // *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. № 4. С. 28–34.
7. Бочелюк Н.Й., Бочелюк В.Й. Психологія людини з обмеженими можливостями: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2011. 264 с.
8. Вальчук М. П. Профілактика вживання психоактивних речовин – один з напрямків правового виховання в професійних ліцеях // *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*. Вип. 84. Серія: Педагогічні науки. Чернігів: ЧНПУ, 2010. С. 32-34.
9. Грищенко С.В. Профілактика вживання психоактивних речовин серед учнівської молоді // *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2013. Вип. 112(3). С. 154-156.
10. Дметерко Н., Шайда Н. Особистісна дезінтеграція як наслідок внутрішнього конфлікту // *Психологія і особистість*. 2021. № 2. С. 97–104.
11. Дуткевич Т. В. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2020. 308 с.

12. Завадська Л.А. Профілактика адиктивної поведінки. Соціальна педагогіка. Луцьк, 1999. С. 105–111.
13. Змановська Є.В., Рибников В.Ю. Девіантна поведінка особистості і групи. Київ: Логос, 2010. 352 с.
14. Ільчишина Т. Криза ідентичності в юнацькому віці: психологічний аспект // *Актуальні проблеми психології*. 2021. Т. 1. № 57. С. 81–88.
15. Калюжна Є., Гайдаєнко С. Комп'ютерна залежність як фактор дисгармонії міжособистісних стосунків у підлітковому віці // *Наукові праці МАУП. Психологія*. 2021. № 3. С. 52-58.
16. Коваленко О. В. Соціально-психологічні передумови адиктивної поведінки осіб юнацького віку // *Психологічний часопис*. 2021. № 7(11). С. 64–72.
17. Корець А. М. Психокорекція адиктивної поведінки осіб юнацького віку з обмеженими можливостями здоров'я: автореф. дис. ... д-ра філософії у галузі психології. Київ, 2021. 22 с.
18. Корсун Л.С. Характеристика адиктивних залежностей підлітка та їх подолання. // *Соціальна педагогіка: виклики XXI століття: матеріали Всеукр. студ. наук.-практ. АДИКТИВНА ПОВЕДІНКА ПІДЛІТКІВ ЯК ПРОБЛЕМА НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2020. Випуск 6 114 конф., м. Луганськ, 4 квітня 2014 р.: у 2-х ч. Луганськ: ЛНУ імені Тараса Шевченка, 2014. Ч. 2. С. 122–130.
19. Крапива М. С., Письменна А. Б. Взаємозв'язок ціннісної сфери та адиктивної поведінки в юнацькому віці // *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2025. № 79. С. 45-53.
20. Максименко С.Д. Психологічні детермінанти девіантної поведінки молоді: монографія. Київ: Слово, 2020. 356 с.
21. Максимова Н.Ю. Психологія девіантної поведінки. К.: «Либідь». 2011. 520 с.

22. Максимова Н.Ю. Соціально-психологічний аспект адиктивної поведінки підлітків та молоді. Київ, 2000. 200 с.
23. Михайлишин У.Б. Вплив міжособистісних відносин на формування адиктивної поведінки у юнацькому віці // *Теорія і практика сучасної психології*. 2021. № 3. С. 71–76
24. Михайлишин У. Б., Шмідзен І. Ю., Бойко О. М. Взаємозв'язок агресивності та адиктивної поведінки особистості у підлітковому віці // *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2025. № 2. С. 133-139.
25. Мишко І., Материнська О. Психологічні особливості розвитку особистості у юнацькому віці // *Психологічний часопис*. 2023. № 9(4). С. 45–52.
26. Москаленко В. В. Соціальна психологія: підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2018. 688 с.
27. Москалець В. П. Адиктивна поведінка молоді як психологічна проблема сучасності // *Психологія і особистість*. 2022. № 2. С. 91-99.
28. Охріменко І., Зарічанський О., Зарічанська Н. Порівняння життєво-змістових параметрів наркотично залежних осіб юнацького та молодіжного віку // *Insight: the psychological dimensions of society*. 2023. № 10. С. 168-179.
29. Панок В. Г. Соціально-психологічна підтримка молоді в умовах кризових ситуацій: монографія. Київ: Ніка-Центр, 2022. 284 с.
30. Петрук Н. Психологічний стан української молоді в умовах війни // *Науковий вісник ХНУ*. 2024. № 2. С. 112–118.
31. Письменна А. Б. Психологічні особливості адиктивної поведінки в юнацькому віці: кваліфікаційна робота. Київ: Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, 2025. 86 с.
32. Пихтіна Н.П. Формування професійно-педагогічної готовності майбутнього вчителя до профілактики адиктивної поведінки учнів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 ; Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 1999. 20 с.

33. Профілактика вживання наркотиків серед учнівської та студентської молоді: методичний посібник / за ред. Т. В. Журавель. К.: ФО-П Буря О. Д. 2014. 96 с.
34. Ратинська О.М. Соціальна профілактика адиктивної поведінки підлітків // *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2016. № 1(38). С. 233–237.
35. Роджерс К. Становлення особистості / пер. з англ. Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2000. 424 с.
36. Савчин М. В. Психологія відповідальної поведінки особистості: монографія. Київ: Академвидав, 2021. 408 с.
37. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. *Вікова психологія*. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 384 с.
38. Сердюк Л. З. Психологічне благополуччя молоді як чинник профілактики адиктивної поведінки // *Психологічний журнал*. 2024. № 10(3). С. 55-63.
39. Смілянець Т.Л. Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді: дис...на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія». Київ. 2025. 237 с.
40. Смілянець Т. Л. Роль сім'ї та школи в профілактиці телефонної залежності у підлітків. *Russia-Ukraine War: consequences for the World*: зб. матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (м. Дніпро 1-2 лютого 2024 року). Дніпро. 2024. С. 123 – 124.
41. Смілянець Т.Л. Телефонна залежність у юнацькому віці: особливості впливу на розвиток особистості // *Юридична психологія*. 2023. № 1. Київ. 2023. С. 121-127.
42. Титаренко Т. М. Психологія життєвих криз сучасної молоді: монографія. Київ: КНУ імені Тараса Шевченка, 2021. 312 с.
43. Уркаєв В. С. Психокорекція ігрової адиктивної поведінки в осіб раннього юнацького віку: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04. Київ, 2021. 245 с.

44. Фройд З. Вступ до психоаналізу / пер. з нім. Київ: Основи, 1998. 709 с.
45. Фромм Е. Втеча від свободи / пер. з англ. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2019. 288 с.
46. Чала Т.І. Соціально-психологічні чинники адиктивної поведінки неповнолітніх з неповних сімей: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Київ, 2023. 208 с.
47. Чекан О. Маргіналізація особистості в умовах кризи ідентичності // *Соціальна психологія*. 2021. № 3. С. 64–71.
48. Юнг К. Г. Психологічні типи. Львів: Астролябія, 2010. 692 с.
49. Ющенко В. Гендерні аспекти психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці // *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 38. С. 412–421.
50. Яценко Т. С. Глибинно-психологічні чинники залежної поведінки особистості // *Проблеми сучасної психології*. 2023. № 1. С. 103-111.
51. Bandura A. Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977. 247 p.
52. Maslow A. H. Motivation and Personality. 3rd ed. New York: Harper & Row Publishers, 1987. 293 p.