

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

«Педагогика и психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

## ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Эмоциональные состояния мальчиков и девочек подросткового возраста,  
склонных к аддиктивному поведению

Обучающийся

С.А. Федорова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. психол. наук, доцент Э.Ф. Николаева

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2023

## Аннотация

В данной выпускной квалификационной работе рассматривается проблема эмоций и эмоционального состояния в отечественной и зарубежной психологии, проблема аддикций и аддиктивного поведения, характеристика и специфика подросткового возраста, эмоциональное состояние и аддиктивное поведение в подростковом возрасте.

На сегодняшний день аддикции проявляются в условно «экологичном» виде (интернет-зависимость, трудоголизм, шопоголизм и так далее). В любом случае, аддикции являются медико-психологическим расстройством, имеют комплексный характер и оказывает влияние на все компоненты социального взаимодействия личности – работа, семья, обучение и другие. Также проблема аддиктивного поведения имеет место и на уровне функционирования государства, включаясь в такие сферы, как нарушение правовых норм и отношения личности с законом.

Целью исследования в данной работе является изучение эмоциональных состояний у подростков, склонных к аддиктивному поведению. Задачами исследования являются изучение теоретической литературы по проблеме исследования, выявление специфики эмоциональных состояний подростков с аддиктивным поведением, анализ полученных результатов и разработка методических рекомендаций для родителей подростков с аддиктивным поведением.

Структура и объем работы. Исследование представлено во введении, теоретической и эмпирической части, заключении и содержит список используемой литературы (31 источник). В работе содержится 5 диаграмм, 1 таблица. Общий объем работы – 50 страниц.

## Оглавление

Введение .....	4
Глава 1 Теоретический анализ проблемы эмоциональных состояний подростков, склонных к аддиктивному поведению .....	8
1.1 Проблема эмоций и эмоциональных состояний в отечественной и зарубежной психологии .....	8
1.2 Проблема аддикции и аддиктивного поведения в психологии .....	15
1.3 Эмоциональное состояние и аддиктивное поведение в подростковом возрасте .....	20
Глава 2 Экспериментальное изучение эмоциональных состояний у подростков с аддиктивным поведением .....	31
2.1 Организация и методы исследования .....	31
2.2 Выявление специфики эмоциональных состояний и аддиктивного поведения у подростков .....	32
2.3 Анализ полученных результатов .....	40
Заключение .....	45
Список используемой литературы.....	48

## Введение

Феномен аддикции (зависимости) выступает как научная проблема на теоретическом и прикладном уровне в медицине, психологии, социологии, культурологии в самых различных обществах и странах. Сегодня аддикции предстают в условно «экологичном» виде, выделяют интернет-зависимость, трудоголизм, шопоголизм и так далее. Так или иначе, аддикция выступает как медико-психологическое расстройство, имеет комплексный характер и оказывает влияние на все компоненты социального взаимодействия личности – работа, семья, обучение и другие, также на взаимоотношения личности с самим собой.

Проблема аддикции и аддиктивного поведения имеет место и на уровне функционирования государства, включаясь в такие сферы, как нарушение правовых норм, отношения личности с законом.

Аддикция/зависимость вызывает патологические поведенческие реакции, обусловленные фиксацией индивида на определенном предмете / явлении. Любые аддиктивные проявления, нередко являются показателем личностных нарушений и указывают на наличие потребности в психологической помощи.

Подростковый возраст – один из критических этапов личностного развития, когда происходит частичная сепарация от родителей, реализуются первые этапы построения идентичности. Подросток уже не ребенок и еще не взрослый, данный этап характеризуется расширением социального пространства личности, появлением попыток «примерить» на себя образы окружающего взрослого мира, подросток эмоционально нестабилен и психологически сензитивен, что обусловлено особенностями построения всех психологических систем (эмоциональная сфера, мотивация, воля и так далее). При этом, главная цель процесса социализации в подростковом возрасте – интеграция индивида в социальную систему и частичная сепарация. При этом данный процесс требует помощи со стороны взрослых в

выработке подростком ценностно - нормативных установок личности, которые не противоречат общепринятым нормам. Косвенное влияние и сопровождение подростка на данном этапе может рассматриваться как профилактика аддиктивного поведения подростков.

В настоящее время общепринятым в клинической практике является факт необходимости комплексного лечения аддикций. Научное обоснование и экспериментальные исследования аддикции проводили такие авторы, как: Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В., Шпикс Т.А., Менделевич В.Д., Сэбшин Э. Старшенбаум Г.В. и другие. Среди зарубежных психологов изучением социальных отклонений в поведении занимались Brown R., Griffiths M. D. и другие.

Вышесказанное обуславливает актуальность и выбор темы данного исследования: «Эмоциональные состояния подростков, склонных к аддиктивному поведению».

Научная проблема исследования обусловлена потребностью исследования поставленной темы, так как в современном научном мире не сформировано однозначно мнения относительно эмоциональных состояний подростков, склонных к аддиктивному поведению.

Противоречие исследования:

- не смотря на подробные исследования в науке специфики эмоциональных состояний подростков, все еще требует уточнения фактор связи этих состояний со склонностью к аддиктивному поведению;
- с одной стороны, развитие эмоционально-чувственной сферы неотъемлемый компонент социализации подростка и обязательное условие «включения» в социум; с другой стороны, субъективные эмоциональные особенности несут в себе риски появления аддикций, «уплощения» сознания, формирования акцентуаций характера и трансформаций личности, появления страхов предьявить себя истинного и не обрести свою истинную идентичность, что порождает

необходимость дальнейшего исследования особенностей эмоциональной сферы подростков в современном обществе.

Цель исследования: изучение эмоциональных состояний у подростков, склонных к аддиктивному поведению.

Объект исследования: аддиктивное поведение.

Предмет исследования: эмоциональные состояния у подростков, склонных к аддиктивному поведению.

Гипотеза: включает в себя предположение о том, что у девочек и мальчиков подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению имеются различия в таких показателях как агрессия и тревожность.

Задачи исследования:

- изучить теоретическую литературу по проблеме исследования;
- выявить специфику эмоциональных состояний подростков с аддиктивным поведением;
- проанализировать полученные результаты;
- разработать методические рекомендации для родителей подростков с аддиктивным поведением.

Методы и методики исследования:

- метод теоретического анализа;
- эмпирические методы;
- психодиагностические методы и методики (склонность к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел, тест школьной тревожности Филлипса);
- методы количественного и качественного анализа.

Методологическая основа исследования. Методологическим основанием исследования выступили научные взгляды на развитие подростка В.С. Мухиной, Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Столина, А.Я. Варги, психосоциальная теория развития Э. Эриксона, культурно-историческая концепция Л.С. Выготского.

Теоретическая значимость исследования представлена систематизацией взглядов на эмоциональные состояния у подростков, склонных к аддиктивному поведению.

Практическая значимость заключается в том, что учет выявленных специфических особенностей эмоциональных состояний мальчиков и девочек с аддиктивным поведением в подростковом возрасте способно помочь родителям и педагогам осознанно подходить к построению конструктивного взаимодействия с подростком и своевременно осуществлять экологичную профилактику развития аддиктивного поведения.

Новизна исследования выражена в акцентировании внимания на роли эмоциональной сферы и уникальности проживания эмоциональных состояний субъектом, что позволяет учитывать данную индивидуальность в воспитательной работе с подростком в детско-родительских отношениях и в отношениях подростка в социуме.

Экспериментальная база исследования.

Исследование проводилось на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения города Новосибирска «Средняя общеобразовательная школа №213»

Выборка испытуемых представлена 20 подростками.

Структура и объем работы. Исследование в рамках выпускной квалификационной работы представлено во введении, двух главах, заключении и содержит список используемой литературы (31 источник). В работе содержится 5 диаграмм, 1 таблица. Общий объем работы – 50 страниц.

# **Глава 1 Теоретический анализ проблемы эмоциональных состояний подростков, склонных к аддиктивному поведению**

## **1.1 Проблема эмоций и эмоциональных состояний в отечественной и зарубежной психологии**

Эмоционально-чувственная сфера представляется одной из наиболее важных компонентов психики индивида. Она представляет собой одно из проявлений психической деятельности – особенности переживания личностью по отношению к объектам и явлениям окружающего мира. Чувства и эмоции возникают в процессе реализации различных видов деятельности. На каждом возрастном этапе эмоции и чувства оказывают влияние на протекание деятельности. Эмоциональная сфера – одна из важнейших сфер личности, а эмоции и чувства отражают отношения личности к окружающему миру, происходящим событиям и во многом формируют индивидуальность.

По мере роста, развития и формирования личности, эмоциональная сфера и аспекты образования эмоциональных состояний приобретают всё большую ширину и вариативность. Постепенно человек научается контролировать свои эмоции, осознавать свои переживания, интерпретировать их, а также контролировать их проявления и так далее.

Чувства и эмоции выполняют регулирующую, сигнальную функцию, функцию оценки процесса и результатов деятельности, мобилизационную функцию, защитную и так далее.

В частности, объединение эмоций и воли в единую, эмоционально-волевою сферу является традиционным для отечественной психологии. Эмоции, по отношению к человеку, в данном случае, рассматриваются в качестве одной из высших психических функций, которая, как и другие высшие психические функции, возникает, и формируются под влиянием

социума. Они играют существенную роль в психической жизни человека, сопровождая всякую его деятельность, проникая в каждый психический процесс [14].

В психологической науке рассмотрение научных теоретических концепций, которые обуславливают особенности функционирования эмоционально-чувственной сферы и формирования состояний во взаимосвязи с поведенческими, мотивационными, волевыми и другими аспектами позволяет выделить несколько базовых подходов в контексте рассматриваемой проблемы.

В рамках физиологической теории в качестве основы возникновения и существования эмоций рассматривались анатомо-физиологические процессы. Так, Ч. Дарвин обозначил взаимосвязь эмоций индивида с соответствующими аффектами и инстинктами, которые, аналогично развиваются и проявляются у животных. Определенные проявления эмоциональных реакций у человека (смена позы, напряжение мышц, стиснутые зубы и так далее), согласно Ч. Дарвину – есть рудименты приспособительных реакций, проявляемых в животном мире в момент опасности [8].

Связь эмоций с моторными реакциями рассматривал У. Джеймс. Автор обосновывал теорию, в рамках которой, показывает, что физиологические изменения организма первичны относительно эмоциональных состояний, имея инстинктивную природу. Внешне раздражение вызывает рефлекторные изменения в деятельности сердца, дыхания, кровообращения, изменяет тонус мышц и уже последствием этого становится проецирование разных ощущений, из которых рождается переживание эмоции [9].

Представляет интерес психодинамическая или мотивационная теория эмоций, предложенная З. Фрейдом [25], Э. Клапаредом [12], К. Изардом [11] и другими. В контексте рассмотрения феномена эмоциональной сферы в рамках данной теории, обоснована идея об эмоциональной мотивации поведения.

Так, Э. Клапаред говорит о том, что эмоции обусловлены мотивационной сферой. Э. Клапаред выделил ведущие эмоции, направленные на мотивационно значимые явления и производные от них эмоции, которые проистекают из ведущих. Производные эмоции возникают, зачастую, тогда, когда человек попадает в ситуацию, где ему трудно адаптироваться. В ситуацию невозможности спонтанного адекватного поведения. Эмоции возникают в ситуации дискомфорта. Производные эмоции, в рамках этого видения, являются негативными (дискомфорт, гнев, неудобство), если можно к эмоциям применить оценку. Ведущие эмоции регулируют состояния человека, которые связаны с мотивацией, они постоянны и связаны с личностью человека. Стоит предположить, что в работах автора, речь идёт не только о непосредственно эмоциях (ведущих), но и о чувствах, которые у него названы производными эмоций [12].

Основой психодинамической традиции, как известно, является взгляд З. Фрейда, который проиллюстрировал важность для человека «внекогнитивных» сильных феноменов, тех, которые были названы у него «состояниями»/«аффектами» и понимались как мотивационно-обусловленные категории. В своей концепции дифференциальных эмоций, З. Фрейд доказывал центральное значение эмоций не только для развития мотивации, но и для социальной коммуникации, для познавательной сферы и для деятельности [25].

К. Изард в рамках рассматриваемой теории, анализирует ряд базовых эмоций, подробно останавливаясь на каждой. Основным здесь является то, что у автора эмоции – это личностные процессы, обуславливающие поведение. Они связаны с личными образованиями. Это процессы, которые придают осмысленность в целом человеческому существованию. По убеждению К. Изарда, эмоции являются трёхкомпонентным образованием, первым из которых является осознаваемое или переживаемое ощущение эмоций, то, что мы можем идентифицировать; второе – это вегетативные реакции (эндокринной, дыхательной систем организма); третье – это

трансляция эмоций вовне, выражение эмоций, которые можно увидеть со стороны – то, что выражается в мимике и пантомимике. Автор говорит о том, что эмоциональные аспекты и состояния связаны с переживаниями, что обуславливает включение эмоций в субъективный мир личности. В теории отражена связь мотивационной и эмоциональной сфер и обусловлено их взаимовлияние. [11].

В контексте когнитивных теорий эмоций, речь идёт о связи познавательных процессов, когниций, с эмоционально-чувственной сферой, рассматриваются компоненты взаимовлияния образования эмоциональных состояний и когнитивной сферы.

В данном направлении когнитивный, аналитический, рациональный компонент предшествует эмоциональной реакции. Когнитивная линия в концепциях эмоций разрабатывалась: С. Шехтером [27], П.В. Симоновым [23], Р.С. Лазарусом [15] и другими учёными. Разные авторы по-разному характеризуют эти сферы, но различия их концепций заключаются по большей части в определении места эмоций в познании, в адаптации и мотивационных аспектах.

Р.С. Лазарус рассматривает эмоции как ответ организма в нестандартных ситуациях, когда личность, индивид, на основе рационального анализа делает заключение о том, что ему что-то угрожает или он что-то не сможет преодолеть в рамках того опыта, который у него есть (например, при возникновении эмоции страха, тревоги).

Автором выделено три эмоциональных ответа на ситуацию: аффективно-экспрессивный, когнитивный и инструментальный. На когнитивном уровне речь идет о подавлении, проекции, переносе и другом, на экспрессивном уровне – о воплощении эмоций и состояний в мимике и пантомимике, на инструментальном – о символах, обычаях, средствах выражения эмоций [15].

П.В. Симонов связывает эмоции с определённым объемом получаемой информации, а также рассматривает их как реакцию на когнитивный анализ

ситуации. Эмоциональная сфера играет особую роль в ориентировании в конкретной ситуации. Автор называет эмоции отражением человеческим мозгом или мозгом животных какой-то потребности и возможностей её удовлетворить. Возможность удовлетворить ее, мозг, в свою очередь, оценивает на основании генетического общечеловеческого опыта и персонального опыта [23]. В некотором смысле данная теория схожа с биологической теорией эмоций П.К. Анохина, который обосновывает, что в процессе эволюционного развития, эмоции совершенствовались как мышцы, зрение, слух и другое. Ведущие эмоции с отрицательным знаком сопровождали такие состояния, как: голод, жажда, это эмоции какого-то недостатка. Именно они являются сигналом для организма об отклонениях во внутренней среде, что активирует определённую программу действий. Завершение программы действий вызывает положительную эмоциональную реакцию. Для животного эта положительная реакция закрепляется на примитивном уровне, что равноценно получению награды [1].

Ситуативные эмоции, которые возникают при оценке отдельных этапов действия, дают возможность корректировать поведение и достигать поставленной цели. Таким образом, потребностно-мотивационная теория П.В. Симонова связана с идеей П.К. Анохина в том, что качество эмоции важно рассматривать с позиций эффективности поведения. Весь спектр разнообразия эмоций можно свести к умению быстро оценить возможность/невозможность активно действовать, что связано с активирующей системой мозга.

Согласно двухфакторной теории С. Шехтера, эмоции рассматриваются в сочетании двух компонентов: физиологического возбуждения и когнитивной интерпретации возбуждения, вызвавшего эту ситуацию. Автор подчеркивает взаимообусловленность и затруднения в разделении когнитивного и физиологического процессов протекания эмоций [27].

Таким образом, учитывая аспекты рассмотренных теорий развития эмоциональной сферы, вероятно, эмоции могут быть определены следующим

образом. Эмоции – субъективные состояния организма, обусловленные анатомо-физиологическими, когнитивными, социальными, личностными аспектами. Они имеют ярко выраженную субъективную окраску и охватывают все виды чувствований и переживаний человека – от глубоких страданий до высоких форм радости.

С.Л. Рубинштейн определяет эмоции как «...психическое отражение актуального состояния потребностей. Эмоция – субъективный эквивалент потребности» [22, стр. 305].

Д.А. Леонтьев связывал эмоциональную и мотивационную сферы, выводя следующую последовательность: «...мотив – предмет потребности и предмет деятельности. Функции мотива: побуждение и образование смысла. Смысл – представленность в сознании отношения мотива к цели. Эмоция – психическая представленность смысла» [16, с. 75].

Кроме того, одно из отличий человека от животных является возможность контроля и влияния на эмоциональную сферу волевых процессов.

А.Н. Леонтьев выделял три класса эмоциональных состояний: 1) аффекты. 2) собственно эмоции. 3) чувства. Сюда можно добавить еще переживания. «Переживание – любое испытываемое человеком эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, представленное в его сознании и выступающее для него как событие его собственной жизни [16, с. 79].

Аффекты – сильные и относительно кратковременные эмоциональные переживания, сопровождающиеся резко выраженными двигательными и висцеральными проявлениями.

Эмоции. Более длительные состояния, проявляющиеся во внешнем поведении. Отчетливо выраженный ситуационный характер, то есть выражают оценочное личностное отношение к складывающимся или возможным ситуациям, к своей деятельности и своим проявлениям в них.

Чувства. Предметный характер, возникающий в результате

специфического обобщения эмоций, связывающегося с представлением или идеей о некотором объекте. Несовпадение чувств и эмоций – амбивалентность: несовпадение устойчивого эмоционального отношения к объекту и эмоциональной реакции на сложившуюся преходящую ситуацию.

Авторы выделяют ряд базовых эмоций личности: страх, гнев, отвращение (презрение, брезгливость), радость, удивление, стыд-вина.

Отечественные авторы среди основных эмоциональных состояний выделяют следующие: аффекты, стрессы, фрустрация, тревожность, настроение, депрессия, зависть, ревность, счастье. Приведем определения данных эмоциональных состояний различными авторами по Н.В. Зоткину, М.Е. Серебряковой [10, с. 137-154].

«Аффект – ярко выраженные, кратковременные, непроизвольные (и неконтролируемые) защитные реакции организма в ситуации жизненной опасности (в жизненно важной ситуации); аффект оставляет след, имеющий тенденцию к накоплению» [10, с.137-154].

Стресс – впервые данное состояние описал и определил К. Селье. как набор физиологических и биохимических изменений в организме в опасной ситуации.

Фрустрация – расстройство планов, уничтожение замыслов, то есть указывается на какую-то травмирующую ситуацию, при которой терпится неудача. Фрустрация – состояние, которое возникает при отсутствии возможности достичь поставленную цель (реализовать мотив).

Тревога – состояние страха, ощущение угрозы наличному представлению о себе, угроза наличному образу Я.

Настроение – относительно длительное эмоциональное состояние, умеренной или слабой интенсивности (то есть человек может его даже не замечать), которое проявляется в качестве положительного или отрицательного фона психической жизни человека.

Депрессия – подавленное эмоциональное состояние, сопровождаемое сознанием собственной неполноценности, пессимизмом, с резким снижением

мотивации, воли и самооценки, с тягостными негативными переживаниями, с чувством вины за прошлое и бесперспективностью в будущем.

Зависть – проявление мотивации достижения, при которой чьи-либо реальные или воображаемые преимущества в приобретении социальных благ (материальных ценностей, успеха, статуса, личных качеств и так далее) воспринимаются человеком как угроза ценности «Я» и сопровождаются аффективными переживаниями и действиями.

Ревность. Сходным с завистью психологическим механизмом обладает ревность. О ревности речь идет тогда, когда обладатель ценности испытывает конкуренцию со стороны другого за объект обладания, точнее, воспринимает этого другого как конкурента, как претендента на ценность. Если зависти сопутствует приниженный страх, так как завистник смотрит на обладателя как бы снизу-вверх, то ревности часто сопутствует презрительный гнев, так как обладатель смотрит на претендента сверху вниз.

Счастье – радостное переживание своей настоящей жизни.

Таким образом, эмоционально-чувственная сфера является значимым компонентом психики индивида, отражает его отношения к окружающему миру, происходящим событиям, а также формирует человеческую индивидуальность. Эмоции обусловлены анатомо-физиологическими, личностными, социальными, когнитивными особенностями и выполняют следующие функции: коммуникативную, регуляторную, сигнальную, функцию оценки процесса деятельности и ее результатов, мобилизационную и так далее.

## **1.2 Проблема аддикции и аддиктивного поведения в психологии**

Аддикция – это сконцентрированность личности на определенном предмете, событии, энергии. Болезненная привязанность к данному объекту, событию, феномену.

В исследованиях, авторы определяют зависимость / аддикцию, через аспекты взаимодействия субъекта зависимости с ней.

Аддикция рассматривается как гиперзначимое увлечение, в контексте взаимодействия с которым, деятельность, которой увлечен субъект, либо предмет этого увлечения выходит на доминирующую позицию, обуславливающую и определяющую поведение индивида и нивелирующую и субъективно обесценивающую, остальные виды деятельности личности [17].

Кроме того, аддикция тесно связана со стремлением ухода от реальности, достижение которого происходит, в частности, за счет применения изменяющих сознание наркотических химических веществ [13]. С. Даулинг также подчеркивает стремление аддиктивной личности к бегству от реальности, которое осуществляется посредством химических веществ (в случае наркотической зависимости). Автор указывает также, что для человека с зависимостью, лишь эта «искаженная» реальность позволяет ощутить эмоции адекватной и желаемой для личности силы, и глубины. При этом, концентрация происходит на очень узкой области реальности, с уходом от всех остальных сфер общественного взаимодействия [7].

Аддикция не рассматривается вне сопровождающего ее девиантного поведения, отклоняющегося от социальных, моральных, правовых общественных норм. Кроме того, аддикции сопутствуют патопсихологические проявления. Выраженность последних, может быть различной – от ситуации, когда индивид в целом социализирован, ведет условно «традиционный», эффективный образ жизни, проявляет себя как личность с легкой степенью акцентуации характера; до тяжелых асоциальных проявлений и полной деградации личности, ведущей, без лечения к разрушению психики и организма в целом.

На сегодняшний день исследователи выделяют весьма широкий спектр различных аддикций, подразделяя их на химические (наркотическая, алкогольная зависимость) и нехимические (секс-зависимости, зависимости от

киберпространства, нарушения пищевого поведения, трудоголизм, шопоголизм и многие другие) [13].

Существуют исследования, в которых выявлена связь аддиктивного поведения и самоагрессии [20], аддикций и алекситимии [19].

Н.А. Польская выделяет общую форму и схему развития аддикций в которой выделяются следующие компоненты:

- актуализация навязчивой мысли на объекте деятельности или предмете;
- поиск данного предмета, явления, деятельности в ущерб социальным видам деятельности (работа, учёба, семейные отношения);
- навязчивая включённость в процесс этой деятельности либо в потребление алкоголя, пищи, наркотических веществ и так далее;
- по завершении «аддиктивной сессии» появление синдрома отмены (раздражительность, «попрошайничество», нетерпеливость, ограничение контроля над эмоциональными реакциями) [20].

А.В. Худяков говорит о том, что существуют некоторые признаки аддиктивного поведения, по которым его можно «узнать» с психологической точки зрения, это:

- трудности адаптации;
- подвижность мотивационно-ценностной сферы;
- подвижность сфер, которые конкурируют либо препятствуют зависимости;
- развитие конфликтов в микросоциумах, в которые включен зависимый человек;
- использование рационализации, проекции и отрицания в качестве механизмов психологической защиты [26].

Ещё один вариант характеристик аддиктивного поведения приводят Р. Браун [30] и М. Гриффитс [31]. Среди них:

- максимизация ценности определённого поведения;

- перепады настроения, которые связаны с употреблением какого-то вещества или занятием какой-то деятельностью;
- наличие синдрома отмены;
- конфликты и противоречия как самим собой, так и с окружающими;
- рецидивы;
- рост толерантности в аддиктивном поведении, устойчивости к эффективности получения выгоды от потребления.

В.Д. Менделевич [17] и Э. Сэбшин [24] подчеркивают тот факт, что при изучении зависимого поведения, зависимости в целом, ключевым является вопрос прогнозирования движения индивида. Речь идет о течении заболевания в случае наркотической зависимости. Авторы выделяют два вектора развития аддикций – трансформация зависимости, в процессе адаптации личности в условно «экологичную», ресурсную деятельность, либо условно длительную адаптацию аддиктивной личности в социуме. Вторым вектором развития выступает постепенная деградация и асоциализация индивида. Последний вариант более вероятен в случае химической наркотической зависимости. При этом зависимость собирает вокруг себя другие сферы жизни индивида, дополняет его жизнь вторичной выгодой, которая стимулирует развитие и углубление аддиктивного поведения.

Нужно сказать, что желание избавиться от зависимости время от времени возникает практически у каждого аддикта, особенно учитывая чувство дискомфорта и социальные затруднения, порождаемые зависимостью. Проблема возникает тогда, отмечает Ц.П. Короленко, когда попытка убежать от реальности, которая связывается с изменением сознания, возводится в максимум, становится доминирующей и приоритетной для личности. Это закрепляет и развивает зависимое поведение. Дополнительным фактором здесь является ещё и включенность личности в социальные контакты – возникновение созависимости, которой нередко, сопровождает зависимость. В таком варианте можно наблюдать

«перетекания» и замены одной зависимости другим ее вариантом, углубление невротизации личности [13].

Тем не менее, как подчеркивает Э. Сэбшин, зависимости развиваются в результате длительного невротического конфликта, личностного дефицита в рамках семейных, культурных, социальных условий. Зависимость нередко формируется при наличии определенных личностных особенностей [24].

В качестве характеристик аддиктивной личности можно выделить следующие категории:

- ограничение механизмов самозащиты как последствия дефицита или нарушения интернализации родительских фигур;
- невозможность выдержать эмоциональное напряжение, дистресс;
- определенная психологическая уязвимость;
- трудность в управлении эмоциональной сферой и в целом эмоциональным состоянием, что оказывают влияние на личность и отношения с окружающими людьми, на способность заботиться о себе и изменять свое поведение с учётом пожеланий других (договариваться с близкими);
- перепады ощущений жизненной энергии и настроения – от ощущения беспомощности к чувству всемогущества;
- психологические фобии;
- применение как приоритетных таких защитных механизмов как избегание, отрицание, которые личность применяет и к внутренней и к внешней реальности [13].

Существует предрасположенность к аддиктивному поведению у людей с нарушением регуляции эмоциональной сферы. Люди склонные к зависимости с трудом могут успокоить себя, контролировать свои импульсы, обладают подвижной самооценкой со склонностью к занижению, имеют сложности в межличностных отношениях как следствие вышесказанного; склонные в межличностных отношениях к перепадам от слияния к отвержению, что только усугубляет ситуацию.

Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева выделили в своих исследованиях типичные особенности поведения людей с зависимостью:

- люди с трудом справляются с мелкими житейскими ежедневными трудностями, при том, что в целом крупные события переживают вполне успешно;
- обладают скрытой заниженной самооценкой, которую они скрывают за внешней самоуверенностью;
- им присуща внешняя социальная включённость, которая скрывает тревогу перед эмоциональными контактами;
- аддиктам присуще стремление ко лжи и стремление обвинять других людей, зная, что они невиновны;
- уход от ответственности в принятии решения;
- цикличность и повторяемость поведения;
- общая тревожность [13].

### **1.3 Эмоциональное состояние и аддиктивное поведение в подростковом возрасте**

Период обучения в старшей школе рассматривается в отечественной и зарубежной психолого-педагогической науке как определенный этап развития между детством и взрослостью, начало которого определяется биологически, а окончание определяется культурой.

Характерными проявлениями подросткового возраста является амбивалентность и противоречивость психической жизни и эмоциональной сферы в частности, что проявляется в неожиданной смене настроений, аффектов, мотивов. Оптимизм вдруг трансформируется в пессимистическое видение ситуации, уверенность в себе сменяется стеснительностью, интерес сменяется апатией и равнодушием, стремление помогать другому – переходит в эгоизм и наоборот. Обозначенное относится и к эмоционально-чувственной сфере. Специфика данного возраста определяется во многом

тем, что в этот период остро проявляются не только отношения человека к окружающему миру и к другим людям, но и его отношения к себе. Постепенно для личности выстраивается дополнительный перечень значимых возрастных задач, в частности, личностное и профессиональное самоопределение, достижение общей социальной, активной, эмоциональной саморегуляции.

Подростковый возраст является значимым этапом для развития эмоциональной сферы, что обусловлено анатомо-физиологическими особенностями, спецификой социальной ситуации развития, сменой мотивов деятельности и другим. Для данного возраста характерно следующее: высокая общая тревожность, апатия, грубость и агрессивность поведения, негативизм, конфликтность, противоречивость чувств и желаний, эмоциональная неустойчивость, гиперчувствительность к реакциям окружающего мира, нестабильность развития волевых процессов и саморегуляции. Эмоции на данном этапе играют чрезвычайно важную роль в поведении и деятельности. Подросток ярко демонстрирует свое субъективное психологическое состояние, что проявляется в форме непосредственных вегетативных реакций, эмоциональных проявлений и переживаний [3].

Подростки эмоционально возбудимы, вспыльчивы, для них характерно бурное проявление своих чувств, они с увлечением берутся за интересное дело, горячо могут отстаивать свои взгляды, реагируют на несправедливость по отношению к себе и своим товарищам. На данном этапе продолжается созревание анатомо-физиологической основы саморегуляции, юноши более устойчивы эмоциональным переживаниям, чем младшие подростки, тем не менее, юноша все еще может длительно помнить обиды, поэтому взрослым или сверстникам нужно приложить достаточно усилий для восстановления отношений с ним. Подросткам может быть свойственна противоречивость чувств: защита своего товарища, понимая, что тот достоин осуждения; юноша может заплакать от обиды, понимая, что плакать стыдно и обладая развитым чувством собственного достоинства. Переживания подростка

возникают во многом, в связи с оценкой его другими и с самооценкой, которая появляется в результате роста самосознания. На данном этапе возникает потребность к принадлежности к группе и требование в дружбе, в основе которой будет лежать общность интересов, нравственных чувств и другое.

Процесс полового созревания в этом возрасте существенно изменяет динамику работы нервной системы: увеличивается подвижность нервных процессов, происходит сдвиг баланса в сторону возбуждения, это отражается на изменениях волевой сферы. Волевая регуляция практически всегда связана с эмоциями. Она выполняет функцию сознательного изменения степени «включения» эмоций. В ситуациях, в которых возникает необходимость волевой регуляции, эмоции могут выступать в качестве оценки, они как бы формируют своим качественным содержанием и интенсивностью результат проявления волевых действий.

Формирующееся «чувство взрослости», одно из центральных моментов развития в подростковом возрасте, играет значительную роль в формировании личности юноши. Оно продуцирует стимул активности, помогает в формировании «взрослых» норм, в усвоении и понимании тех ценностей, установок, которые, по мнению подростка, подтверждают представление о них как о взрослых [2].

В подростковом возрасте, как на любом новом этапе, появляются новообразования, проистекающие из ведущей деятельности предыдущего периода. Если раньше, для ребенка младшего школьного возраста ведущим видом деятельности считалась учебная и в меньшей степени общение и игра, теперь, взамен направленности на мир, на первый план выходит направленности на самого себя и интимно-личностные отношения со сверстниками. Это отражается в следующих проявлениях:

- трудности в отношениях со взрослыми;
- подростковые компании (поиски того, кто может тебя понять);
- ребенок начинает вести дневник.

Основным новообразованием подросткового возраста становится представления о себе, как «не о ребенке», которое вызывает сопротивление со стороны действительности [21].

Л.И. Божович подчеркивала, что к началу переходного возраста, личность накапливает в общем психическом развитии новые интересы, личные увлечения более широкого круга, потребность занять более самостоятельную «взрослую» позицию в жизни. Тогда как возможностей для этого пока нет [2].

Л.С. Выготский подтверждал в своих исследованиях обозначенный факт, иллюстрируя это следующим образом – особенности переходного периода, обусловлены столкновением трех точек созревания данного этапа – социально-культурного, анатомо-физиологического и полового. Как любой кризис, он наполнен энергией, интенсивен, это активизирует личность. В то же время подросток весьма неустойчив в отношении сохранения стабильности и равновесия. Этот подъем, как основа возраста, обуславливает и его критичность. [5].

Характерными проявлениями подросткового возраста является амбивалентность и противоречивость психической жизни, что проявляется в неожиданной смене настроений, самооценки, проявлений характера. Оптимизм вдруг трансформируется в пессимистическое видение ситуации, уверенность в себе сменяется стеснительностью, интерес сменяется апатией и равнодушием, стремление помогать другому переходит в эгоизм и наоборот. Одним из основных приобретений подросткового возраста становится поиск идентичности, «примеривание» на себя различных ролей, поиск своего места в социуме, который, несколько с другими акцентами, продолжается и в юношеском возрасте. Э. Шпрангер в своей культурно-психологической концепции в качестве значимых новообразований ранней юности рассматривал открытие «Я», появление рефлексии, осознание юношей своей индивидуальности [28].

Ш. Бюлер отмечала, что параллельно физическому пубертату

(половому созреванию), можно выделить психическое «половое созревание», внутри которого существуют три фазы развития. Основным в данной концепции является линия развития от начала подросткового возраста (прелюдии к нему), с формирующейся гиперактивностью, сензитивностью, с переходом на «негативный» этап, характеризующийся тревожностью, гипечувствительностью, раздражительностью, которая переносится на окружающий мир. Окончанием данной фазы становится ранняя юность – этап завершения телесного созревания, после которого юноша «открывается» для восприятия позитивных аспектов окружения. При благополучном развитии в качестве источников радости для юноши, выступают искусство и наука, а затем и любовь [3].

Специфика эмоционально-чувственной сферы подростка определяется во многом тем, что в этот период остро проявляются не только отношения человека к окружающему миру и к другим людям, но и его отношения к себе. Постепенно, для личности выстраивается дополнительный перечень значимых возрастных задач, в частности, личностное и профессиональное самоопределение, достижение общей социальной, активной, эмоциональной саморегуляции, идентификация образа «Я» построение Я-концепции, установление значимых взаимосвязей с другими людьми.

Б.С. Волков подчеркивает, что в период ранней юности происходит установление актуального поиска собственного места в мире, происходит социальное и личностное, профессиональное самоопределение [4].

Поддержка подростка, укрепление его самооценки, обучение его анализу или совместный с взрослым анализ причин неудач являются важными и необходимыми факторами для его развития. Подростки нуждаются в особом внимании взрослых. Как отмечалось выше, к подростковому возрасту нервная система достигает своей зрелости для осуществления процессов произвольного выбора, саморегуляции, контроля поведения для достижения определенной цели. Тем не менее, зачастую, ценностно-смысловая сфера только начинает формироваться и подростки не

имеют значимых целей, ради которых «стоит себя сдерживать».

Вся деятельность в данный период пронизана эмоциями и чувствами. Для него очень важна эмоциональная положительная окрашенность целей, их эмоциональная значимость, привлекательность. Осуществляемая деятельность должна сопровождаться положительными эмоциями и поддержкой со стороны взрослых и сверстников. Учитывая данный факт, развитие волевых процессов в подростковом возрасте необходимо осуществлять на основе включения подростков в мотивирующую, интересную для них деятельность, обогащать их интересы, предлагая новые увлечения, создавая психологически здоровые микрогруппы сверстников, строящиеся на морально-нравственных принципах, взаимной поддержке, оптимистическом видении мира, наполнении ценностно-смысловой сферы нравственностью и гуманностью.

В период подросткового возраста формируется агрессивность, которая является одной из важных черт в развитии личности. Если будут присутствовать необходимые условия для того, чтобы данная черта сформировалась правильным образом, тогда агрессивность будет нести конструктивный характер, например, использование агрессии для отстаивания своих личных границ. Если же нужные условия будут отсутствовать, тогда это может привести к тому, что подросток отыщет другие способы проявления своей агрессивности, однако в таком случае данная черта будет являться разрушительной. Таким образом, подросток может начать проявлять зависимое поведение [17].

Чтобы справиться с кризисом, тревогой, апатией и негативными переживаниями, которые настигают в подростковом возрасте, подросток может избрать такой способ как аддиктивное поведение, что временно помогает отвлечься от проблем и уйти от реальности.

Таким образом, в связи с тем, что подросток является психологически сензитивным и нестабильным, а период подросткового возраста наполнен различными кризисами, внутренними конфликтами и негативными

переживаниями, риск развития аддикций в данный период является высоким.

Ц.П. Короленко подчеркивает значимость окружающей социальной ситуации подростков для механизма закрепления аддиктивного поведения. Среди факторов закрепления автор выделяет наличие трудностей в семье, созависимости, которая отражена в низкой дифференцированности членов семьи и размытие внешних и внутренних семейных границ, нестабильности в вопросах ответственности [13].

В исследованиях указанных специалистов отражено, что существует взаимосвязь между родительским стилем воспитания и принимаемыми ребенком социальными моделями поведения, особенностями эмоциональных реакций и стратегиями эмоционального поведения и проявления чувств и эмоций (отреагирование/проявление/подавления чувств, применения самоагрессии и так далее). Наряду со стилями воспитания, непосредственное влияние на развитие эмоционально-чувственной сферы подростка, оказывают «родительские директивы». Термин был введен Робертом и Мери Гоулдинг [6] в рамках трансактного анализа. «Директива» представляет собой завуалированный, косвенный приказ, который «откладывается» у ребенка/подростка на подсознательном уровне. Директивы касаются различных витальных, личностных, социальных и других потребностей подростка и «переводятся» / обозначаются в концепции авторов как ряд приказов: «Не живи», «Не будь здоров», «Не будь собой», «Не принадлежи никому кроме меня», «Не будь лидером» и другие. Директивы косвенно передаются ребенку посредством вербальных «кодов» - фраз, которыми родители сопровождают общение и деятельность ребенка. Заключены в рассказах о детстве, историях из жизни. Рассмотрим несколько не самых токсичных из описанных авторами 12 директив, оказывающих влияние на эмоционально-волевую сферу.

Директива «Не думай» отражена в таких фразах и установках, как «Поймешь, когда вырастешь!», «Много будешь знать – скоро состаришься», «Не думай об этом, забудь» и других. Данная директива учит

неконструктивным способам совладания, устанавливает запрет на осознание причин и последствий, увеличивает тревожность, затрудняет постановку целей, «отнимает» у подростка этап рефлексии в принятии решения.

Директива «Не чувствуй» отражена в таких фразах, как «Ешь! Пока тарелка не будет пустой, не выйдешь из-за стола», «Ничего, не сахарный, не растаешь (от дождя)», «Нельзя злиться на маму/бабушку! Она для тебя...», «Не реви, ты же мужик! Мужчины не плачут!». Данная директива «закрепляет» запрет на существование и присвоение подростком собственных чувств и эмоции, ведет к подавлению эмоционально чувственной сферы, в дальнейшем приводя к неспособности осознания, дифференциации и отреагирования собственных чувств и эмоций, собственных сенсорных и соматических реакций, алекситимическим тенденциям, склонности к аффектам, депрессии, аддикциям, нарушениям пищевого поведения, появления психосоматических заболеваний.

Еще один аспект, который должен быть рассмотрен в рамках проблемы детско-родительских отношений и аддикций подростков – социальная роль ребенка в семье. Как отмечалось выше, зрелая позиция родителей предполагает, что в семье каждый «занимает свое место». Дети являются «детьми» - до определенного периода уязвимы и зависимы от родителей, находят в них поддержку, обеспечение своих потребностей. Родители являются «родителями» - обеспечивают удовлетворение потребностей ребенка, заботятся о нем, обеспечивают принятие, поддержку, заботу, безопасность, любят и принимают каждого из своих детей. Родители стабильны, адекватны, устойчивы, способны «выдержать» события, которые для ребенка могут быть «трагическими» и разрушающими (утрата дружбы, надежд, смерть, развод). Родители способны установить границы и транслировать позитивную роль ответственности, без травматичного воздействия на психику ребенка. При искажениях семейной системы могут наблюдаться различного рода искажения, когда ребенок «передвигается» родителями, косвенно или напрямую на «чужую» роль и становится

«матерью/отцом» для младших братьев и сестер или иных родственников, мужем/женой для одного из своих родителей, ребенком для своих бабушек/дедушек и так далее. Эти несвойственные «семейные роли» являются деструктивными и травмирующими для психики подростка. В данном случае, подросток может быть объектом, посредством которого осуществляется удовлетворение потребностей, нереализованных на уровне семьи и отдельных представителей семейной системы. В разных ролях ребенок может удовлетворять нереализованную потребность в партнерских отношениях («никто нам не нужен, ты – моя единственная любовь»), потребность в наличии социального статуса («у нас все хорошо, есть семья»), может быть «связующим звеном» в разрушающейся семейной системе («родители не разводятся только из-за ребенка»), ребенок является «оплотом будущего благополучия родителей» («вырастешь – будет нам на кого опереться») [18].

На данный момент проведено существенное количество исследований, подтверждающих взаимосвязь между негативными взаимоотношениями в системе детско-родительских отношений и развитием таких личностных качеств как агрессивность, тревожность, негативизм, замкнутость. Некоторые проявления влияния родительского общения на личностное развитие достаточно предсказуемы.

Нередко, аддикции рассматриваются, как самоповреждающее поведение, как аутоагрессия, в силу обширности содержания данного феномена. Для зависимости свойственна цикличность. Она возникает при повышении градуса негативных эмоций (возникает угроза уйти в зависимость), кульминацией напряжения становится акт реализации аддиктивного поведения (употребление), после чего наступает относительно краткое облегчение, положительное изменение, которое ощущается на эмоциональном и когнитивном уровне. Освобождение от эмоционального гипернатяжения наступает, но, очевидно, что эффект это временный. Эмоциональное напряжение возникает снова в другой ситуации – схема

повторяется. В таком ракурсе рассмотрения механизм развития поведения аналогичен в обоих случаях. Отметим еще и тот факт, что описанное поведение сопровождается чувством вины и стыда после завершения аддиктивной сессии. Это, в свою очередь, снова вызывает эмоциональное напряжение и тревогу, как в замкнутом круге – цикл рискует повториться [20].

Д.И. Шустов приводит данные о связи злоупотребления алкоголем с самоповреждением и суицидальным поведением; самоповреждения и употребления наркотиков (героин). Опиумная зависимость коррелирует с агрессией и аутоагрессией [29]. Аддиктивное поведение усугубляет аутоагрессию, но важно разделять их, особенно учитывая достоверный факт их различий на уровне мотивации реализации аддиктивного и самоповреждающего действия. В случае зависимости, личность ищет удовлетворения, предмет аддикции рассматривается как позитивное, романтично окрашенное явление. Стимулом также является избавление от абстинентного синдрома. При аутоагрессии наблюдается разительно отличающаяся ситуация – личность посредством самоповреждения уходит от негативных переживаний и диссоциации, устанавливает связь со своим телом и с самим собой, а не получает удовольствие от аутоагрессии.

Обзор литературы, позволяет говорить о том, что аддикции в своей наполненности содержат спектр когнитивно-поведенческих нарушений, обуславливающих деструктивное движение личности, ее деградацию и постепенную асоциализацию. Аддиктам сложно строить коммуникативный контакт, устанавливать связь с самим собой и фиксировать свои чувства и эмоции, ощущения в теле. При зависимости нарушается механизм рационализации, мышление также становится ограниченным. Личность склонная к мистицизму, абсессивно-компульсивным проявлениям. Дополнительно стимулирует / пресекает появление аддикций: общая социально-психологическая ситуация развития личности, минимизация реального общения, дистресс, развитие тревожности, конфликты в социуме.

В данной главе была изучена и проанализирована теоретическая литература по проблеме нашего исследования. Мы рассмотрели взгляды на эмоции и эмоциональные состояния различных отечественных и зарубежных психологов: Ч. Дарвина, У. Джеймса, З. Фрейда, Э. Клапареда, К. Изарда, С. Шехтера, Р.С. Лазаруса, П.В. Симонова, П.К. Анохина, С.Л. Рубинштейна и Д.А. Леонтьева.

Аддикции - это сосредоточенность личности на конкретном объекте, проявляющаяся в болезненной привязанности к данному предмету. Аддикции связаны со стремлением человека уйти от реальности.

Характеристики подросткового возраста включают: амбивалентность эмоциональной сферы, повышенная общая тревожность, негативизм, конфликтность, вспыльчивость и агрессивность, эмоциональная лабильность, гиперчувствительность, нестабильность развития волевых процессов и саморегуляции. На данном возрастном этапе формируется чувство взрослости, происходит развитие самосознания, ведущей деятельностью выступает интимно-личностное общение.

В подростковом возрасте повышается риск развития аддикций, так как данный период наполнен кризисами, внутренними конфликтами и негативными переживаниями, а сам подросток является эмоционально лабильным. Подростковый возраст является сензитивным этапом для развития эмоциональной сферы и эмоциональной саморегуляции, однако в связи с тем, что подросток испытывает трудности в данной сфере, это также повышает риск развития аддикций в этом возрасте.

## **Глава 2 Экспериментальное изучение эмоциональных состояний у подростков с аддиктивным поведением**

### **2.1 Организация и методы исследования**

Для эмпирического изучения аспектов рассматриваемой темы были сформированы две выборки: 10 девочек и 10 мальчиков – учащиеся 8-9 классов 213 школы.

Выборочная совокупность была составлена из подростков, которые проявляли склонность к аддиктивному поведению по наблюдениям и рассказам близких (родители обращались к школьному психологу по вопросу аддикций и, по желанию, приняли участие в диагностическом обследовании) и педагогов.

Возраст испытуемых – 14-15 лет.

Предмет исследования: эмоциональные состояния у подростков, склонных к аддиктивному поведению.

Гипотеза: включает в себя предположение о том, что у девочек и мальчиков подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению имеются различия в таких показателях как агрессия и тревожность.

Были использованы следующие диагностические методики:

1. Определение склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) (А.Н. Орел). В данной методике присутствует шкала на склонность к аддикциям и к агрессии.

2. Тест школьной тревожности Филлипса.

Кратко охарактеризуем выбранные методики.

1. Определение склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) (А.Н. Орел).

Методика представляет собой стандартизированный тест-опросник, предназначенный для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения, в частности,

склонности к аддиктивному поведению. Опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к реализации отдельных форм отклоняющегося поведения.

Имеется женский и мужской варианты.

2. Тест школьной тревожности Б.Н. Филлипса.

Методика позволяет определить общий уровень школьной тревожности, а также изучить характер переживания тревожности, связанной с различными областями школьной жизни.

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. При обработке подсчитывается общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности респондента, если больше 75% от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

## **2.2 Выявление специфики эмоциональных состояний и аддиктивного поведения у подростков**

Исследование проводилось на базе школы, в просторном и светлом кабинете. Каждый респондент сидел за отдельной партой, подросткам были выданы распечатанные психодиагностические методики и после проведения инструктажа они приступили к выполнению заданий.

Были получены следующие результаты.

1. Методика определения склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) (А.Н. Орел).

Результаты мальчиков, полученные по методике оценки склонности к отклоняющемуся (девиантному) поведению, наглядно представлены на рисунке 1.

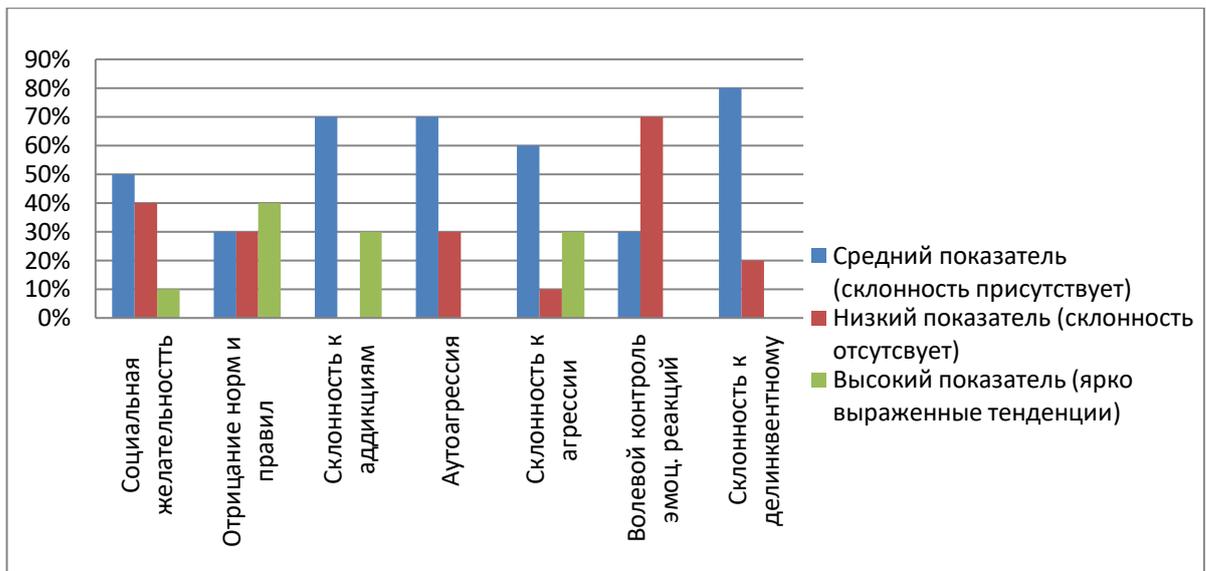


Рисунок 1 – Показатели склонности к девиациям выборочной совокупности мальчиков подросткового возраста с аддиктивным поведением

На рисунке 2 представлены наглядные результаты девочек по методике оценки склонности к отклоняющемуся (девиантному) поведению.

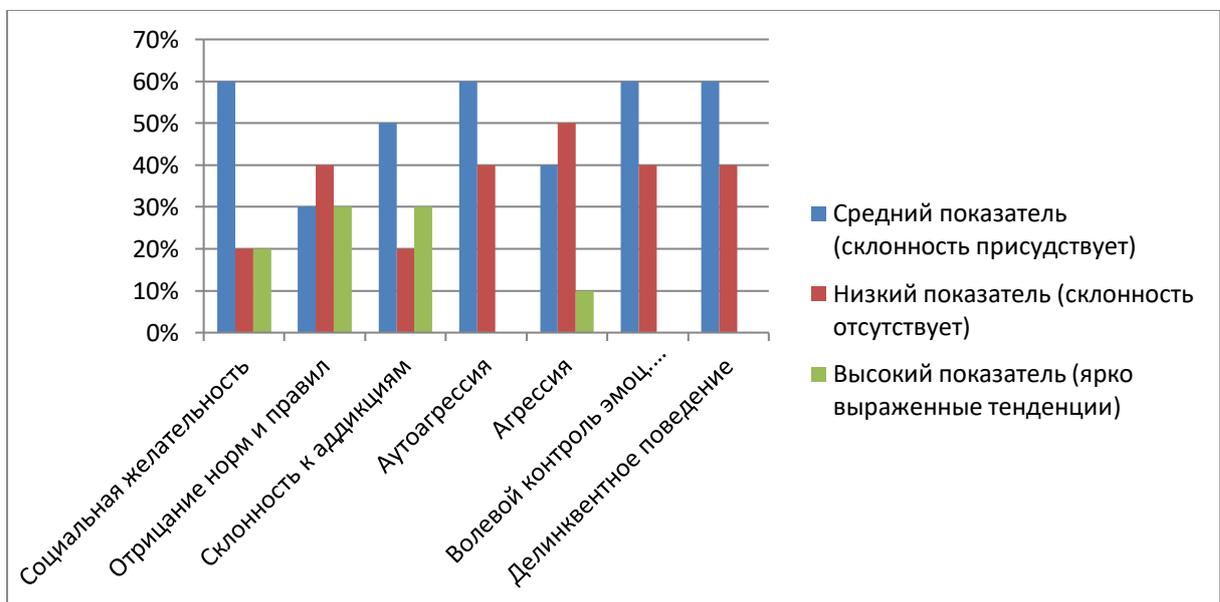


Рисунок 2 – Показатели склонности к девиациям выборочной совокупности девочек подросткового возраста с аддиктивным поведением

Опишем полученные результаты подробнее.

Интерпретировать результаты можно на трёх уровнях:

- средний показатель (склонность присутствует);
- низкий показатель (склонность отсутствует);
- высокий показатель (ярко выраженные тенденции).

1. Шкала установки на социальную желательность. Данная шкала является служебной.

40% (4 из 10) мальчиков и 20% (2 из 10) девочек демонстрируют низкий показатель социальной желательности, что говорит об отсутствии склонности подростков скрывать свои ценности и давать более предпочтительные, в глазах других, ответы, 50% (5) мальчиков и 60% (6) девочек показали умеренные тенденции давать социально-желательные ответы на вопросы методики, тогда как у 10% (1) мальчиков и у 20% (2) девочек была выявлена выраженная тенденция намеренно представлять себя в лучшем свете, следовать даже незначительным социальным правилам и нормам.

Результаты можно считать достоверными, все респонденты набрали меньше 70-89 баллов по данной шкале, что говорит об отсутствии у подростков высокой настороженности к ситуации обследования.

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил.

У 40% (4) мальчиков и у 30% (3) девочек выявлен высокий показатель по данной шкале, что свидетельствует о неконформистских тенденциях, с возможностью проявления негативизма и противостояния группе, у 30% (3) мальчиков и у 30% (3) девочек отмечается наличие склонности (проявление неконформизма зависит от ситуации, а также личностных особенностей), 30% (3) мальчиков и 40% (4) девочек показали отсутствие склонности к отрицанию правил и норм, что говорит о наличии у респондентов конформистских установок, тенденции придерживаться общепринятым поведенческим нормам и стереотипам.

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению.

30% (3) опрошенных мальчиков и 30% (3) девочек демонстрируют ярко выраженную тенденцию к аддикциям, а также высокую потребность психологического характера в аддиктивных состояниях, 70% (7) мальчиков и 50% (5) девочек показывают склонность к аддиктивному поведению, тенденцию уходить от реальности путем изменения состояния сознания, своего психического состояния, а также склонность к гедонизму и ориентацию на чувственные удовольствия, тогда как только 20% (2) девочек не показали склонности к аддикциям, что говорит об отсутствии выраженности тенденций перечисленных выше или же о хорошем контроле данного поведения.

#### 4. Склонность к саморазрушающему и самоповреждающему поведению.

У 70% (5) мальчиков и у 60% (7) девочек присутствует предрасположенность к самоповреждающему поведению, что говорит о сниженной ценности собственной жизни, наличии потребности в острых ощущениях и склонности рисковать, остальные 30% (5) мальчиков и 40% (3) девочек демонстрируют низкий показатель к аутоагрессии, что свидетельствует об отсутствии стремления реализовывать саморазрушающее поведение и осуществления самонаказания.

#### 5. Склонность к агрессивному поведению и насилию.

У 30% (3) опрошенных мальчиков и у 10% (1) девочек высокие показатели по данной шкале, тенденции к проявлению агрессии во взаимоотношении с людьми, наличие склонности решать конфликты и проблемы путем насилия и унижения, 60% (6) мальчиков и 40% (4) девочек проявили предрасположенность к агрессивному поведению, склонность проявлять агрессию в конфликтных ситуациях и в состоянии фрустрации, 10% (1) мальчиков и 50% (5) девочек демонстрируют низкие тенденции агрессивного поведения, отсутствие склонности демонстрировать агрессию в моменты конфликтов, а также считают недопустимым проявлять насильственное поведение.

#### 6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций.

30% (4) мальчиков и 60% (6) девочек демонстрируют способность управлять своими эмоциональными реакциями, поведением, также влечениями, у 70% (6) мальчиков и у 40% (4) девочек выявлены низкие показатели волевого контроля, что свидетельствует об отсутствии желания или умения контролировать собственное поведение, эмоции и влечения.

7. Шкала склонности к делинквентному поведению. Может отразить лишь предрасположенность к данному поведению.

У 80% (8) мальчиков и 60% (6) девочек наблюдается предрасположенность к делинквентному поведению, что говорит о возможности реализации данного поведения при определенных обстоятельствах и о пониженном уровне социального контроля, тогда как 20% (2) мальчиков 40% (4) девочек демонстрируют отсутствие предрасположенности к данному поведению.

Далее будут анализироваться результаты только тех респондентов, исследование которых показало ярко выраженные тенденции или же склонность к аддикциям (10 мальчиков и 8 девочек).

2. Далее был проведен тест школьной тревожности Б.Н. Филлипса.

Рассмотрим показатели мальчиков и девочек по методике оценки школьной тревожности Б.Н. Филлипса.

Наглядно, полученные результаты представлены на рисунке 3 и рисунке 4.

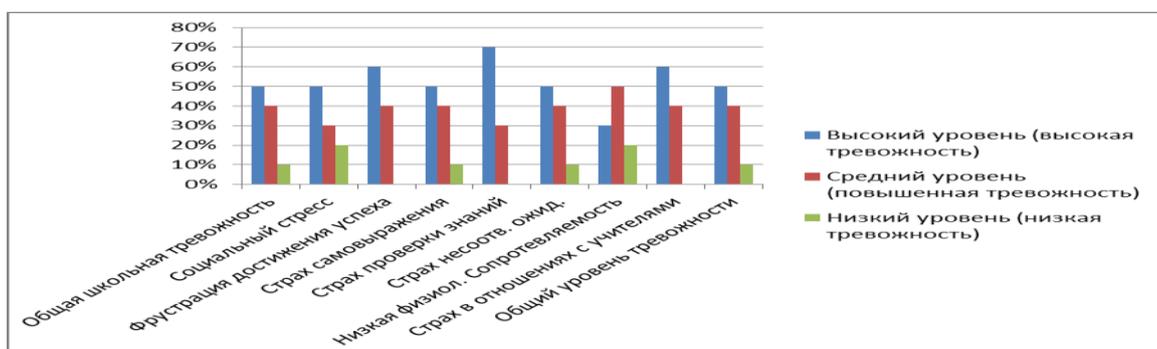


Рисунок 3 - Результаты мальчиков подросткового возраста по тесту школьной тревожности Б.Н. Филлипса

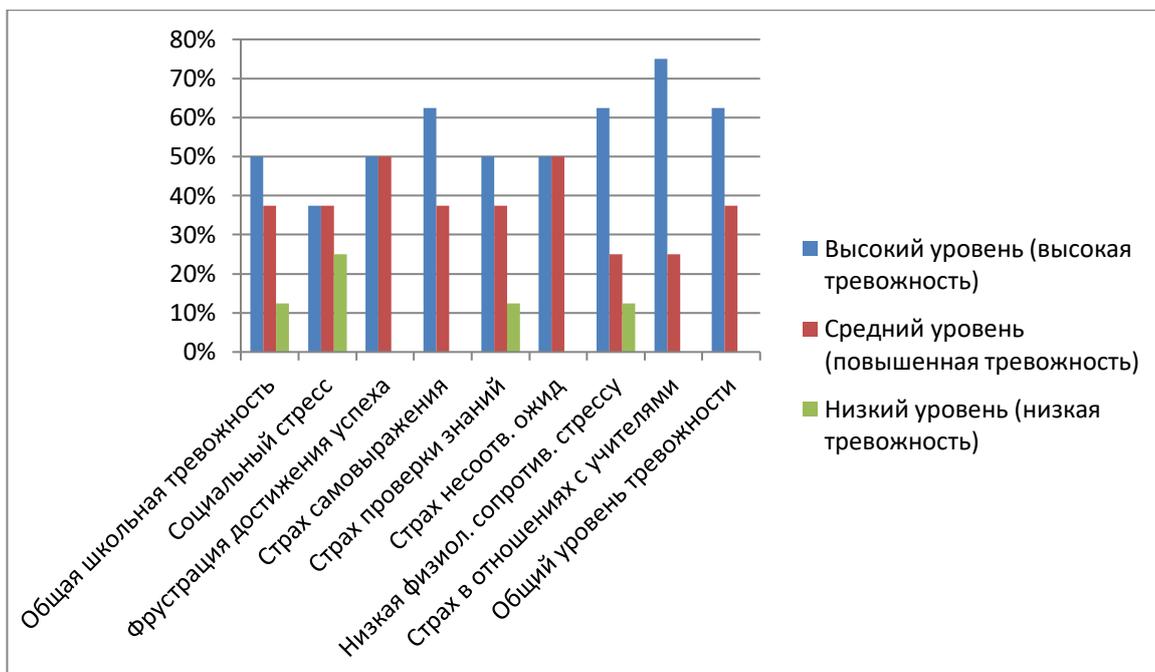


Рисунок 4 - Результаты девочек подросткового возраста по тесту школьной тревожности Б.Н. Филлипса

#### 1. Общая тревожность в школе.

Высокая общая школьная тревожность отмечается у 50% (5) опрошенных мальчиков и у 50% (4) девочек, которая говорит о наличии выраженной тревоги, связанной с разными частями школьной жизни, 40% (4) мальчиков и 37,5% (3) девочек демонстрируют среднюю общую тревожность в школе, которая может проявляться в процессе обучения, проверки и оценки знаний, а также в процессе общения и взаимодействия с учителями и сверстниками, 10% (1) мальчиков и 12,5% (1) девочек показывают низкую общую школьную тревожность.

#### 2. Переживания социального стресса.

Высокий уровень переживания социального стресса демонстрирует 50% (5) мальчиков и 37,5% (3) девочек, что говорит о сильных переживаниях, связанным с социальным взаимодействием и развитием социальных контактов, 30% (3) мальчиков и 37,5% (3) девочек показывают повышение данного показателя и наличие переживаний, касательно социального

взаимодействия, у 20% (2) мальчиков и у 25% (2) девочек не отмечается социального стресса.

### 3. Фрустрация потребности в достижении успеха.

Фрустрация в достижении успеха отмечается у 60% (6) мальчиков и у 50% (4) девочек на высоком уровне, что свидетельствует о сильном негативном переживании, которое не позволяет удовлетворять свои потребности в достижении высокого результата и успеха, 40% (4) мальчиков и 50% (4) девочек показали средний уровень фрустрации, наличие неблагоприятного состояния в связи с трудностями, связанными с достижением успеха в учебе.

### 4. Страх самовыражения.

У 50% (5) мальчиков и у 62,5% (5) девочек отмечается высокий уровень страха самовыражения, наличие сильных негативных переживаний в ситуациях предъявления и раскрытия самого себя другим и демонстрации своих достижений и умений, 40% (4) мальчиков и 37,5% (3) девочек демонстрируют средний уровень тревоги по данному показателю, присутствие переживаний связанный с необходимостью показывать другим свои возможности и способности, у 10% (1) мальчиков был выявлен низкий уровень данных переживаний.

### 5. Страх ситуации проверки знаний.

Страх ситуации проверки знаний проявляют 70% (7) мальчиков и 50% (4) девочек на высоком уровне, что говорит о наличии высокой тревоги в ситуациях, в которых происходит проверка навыков, знаний и достижений, особенно, когда это происходит публично, у 30 % (3) опрошенных мальчиков и у 37,5% (3) девочек выявлен средний уровень тревожности в момент публичной проверки знаний, тогда как только 12,5% (1) девочек не демонстрируют тревоги в ситуациях проверки знаний.

### 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих.

У 50% (5) мальчиков и у 50% (4) девочек обнаружился страх не соответствовать ожиданиям на высоком уровне, ярко выраженная

ориентация на других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок других в свой адрес, а также ожидание негативных оценок, у 40% (4) мальчиков и у 50% (4) девочек страх не соответствовать ожиданиям окружающих отмечается как средний, они склонны переживать по поводу оценивания их персоны другими людьми и ожидать негативно окрашенных оценок в свой адрес, только 10% (1) опрошенных мальчиков демонстрируют низкий уровень по данной шкале и склонны опираться на себя в оценке своих результатов.

#### 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу.

Высокий уровень низкой физиологической сопротивляемости оказался у 30% (3) мальчиков и у 62,5% (5) девочек, что свидетельствует о наличии ярко выраженных психофизиологических особенностях (дрожь, учащенное сердцебиение), которые могут вызывать деструктивные реакции на стресс, у 50% (5) мальчиков и у 25% (2) девочек отмечается средний уровень низкой физиологической сопротивляемости, присутствие психофизиологических проявлений, снижающие уровень адаптации к стрессовым ситуациям, у 20% (2) мальчиков и у 12,5% (1) девочек не было выявлено данных тенденций.

#### 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

60% (6) опрошенных мальчиков и 75% (4) девочек демонстрируют высокий уровень тревожности, касательно отношений с учителями, который проявляется в виде неудовлетворенности подростков отношением педагогов в их адрес, ожидания более высоких оценок от учителей и отсутствия комфорта наедине с педагогом, тогда как у 40% (4) мальчиков и у 25% (2) девочек средний уровень тревоги в отношениях с учителями, что снижает успешность их обучения в школе.

#### 9. Общий уровень тревожности по всем шкалам.

50% (5) мальчиков и 63,5% (5) девочек показали в целом высокий уровень тревожности, что свидетельствует о крайне неблагоприятном общем эмоциональном состоянии подростков, наличии сильных переживаний и трудностях в преодолении тревожности, 40% (4) мальчиков и 37,5% (3)

девочек демонстрируют средний уровень, наличие разного рода переживаний и неблагоприятного эмоционального фона, тогда как у 10% (1) мальчиков показатели тревожности являются низкими и их эмоциональное состояние, в целом, находится в норме.

### 2.3 Анализ полученных результатов

В связи с тем, что проверка на нормальность переменных показала, что распределение обеих переменных подчиняется нормальному закону распределения, был проведен корреляционный анализ при помощи t-критерия Стьюдента.

Ниже, в таблице 1, представлены количественные результаты исследования.

Таблица 1 – количественные результаты исследования

Испытуемые	Пол	Тревожность	Агрессия
1	Женский	51	62
2	Женский	47	51
3	Женский	44	53
4	Женский	53	50
5	Женский	43	44
6	Женский	33	41
7	Женский	36	44
8	Женский	30	43
9	Мужской	52	61
10	Мужской	43	63
11	Мужской	44	63
12	Мужской	50	50
13	Мужской	52	55
14	Мужской	34	53

Продолжение таблицы 2

Испытуемые	Пол	Тревожность	Агрессия
15	Мужской	30	56
16	Мужской	33	55
17	Мужской	38	58
18	Мужской	25	45

По t-критерию Стьюдента для независимых выборок не было выявлено взаимосвязи между полом и тревожностью ( $t = 0,470$  при  $p = 0,645 > 0,05$ ). Тогда как между полом и агрессией присутствует обратная взаимосвязь ( $t = - 2,480$  при  $p = 0,025 < 0,05$ ). Таким образом, можно сделать вывод о том, что уровень тревожности не зависит от пола, тогда как уровень агрессии зависит и более высоким является у мальчиков подросткового возраста.

Наглядно, на рисунке 5, представлены сравнительные результаты мальчиков и девочек подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению.

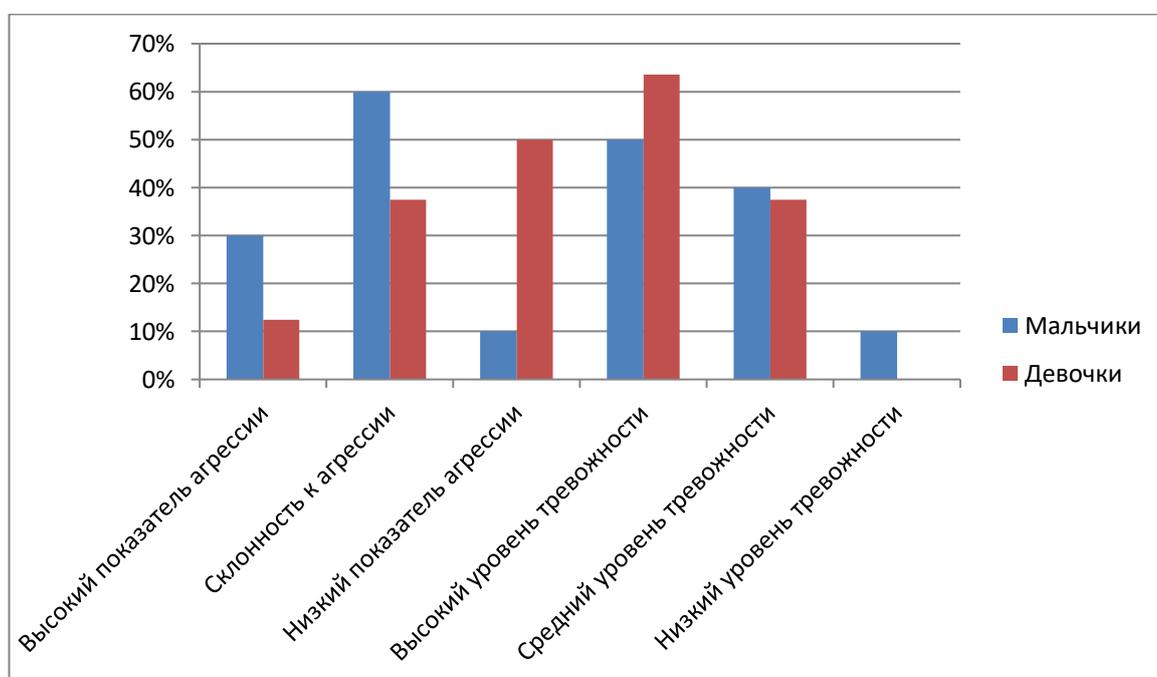


Рисунок 5 - Сравнение результатов мальчиков и девочек подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению

Ярко выраженные тенденции агрессии показали 30% (3) мальчиков, тогда как только 12,5% (1) девочек демонстрирует данный показатель. Склонность к агрессивному поведению отмечается у 60% (6) мальчиков и 37,5% (3) у девочек. Отсутствие агрессивных тенденций показали 10% (1) мальчиков и 50% (4) девочек.

Высокий уровень тревожности выявлен у 50% (5) мальчиков и у 62,5% (5) девочек. Тревожность на среднем уровне отмечается у 40% (4) мальчиков и у 37,5% (3) девочек. Тогда как только 10% (1) мальчиков продемонстрировали низкие показатели тревожности.

Можно сделать вывод о том, что агрессивное поведение и склонность к агрессии больше присуще мальчикам подросткового возраста, нежели девочкам. Общество проявляет терпимость к проявлению агрессии лиц мужского пола, тогда как агрессивное поведение женского пола является социально не одобряемым и подвергается осуждению со стороны общества. В связи с этим в подростковом возрасте мальчики чаще, чем девочки начинают приобщаться к асоциальным сообществам, где преобладает сила, подчинение, агрессия по отношению к другим, мальчики начинают принимать агрессивность как желаемое качество, демонстрирующее их «взрослость».

Также у мальчиков и девочек присутствуют небольшие различия в уровне тревожности, однако корреляционный анализ показал, что у тревожности и пола взаимосвязи не выявлено. Отсутствие существенных различий в тревожности у подростков разного пола может объясняться психоэмоциональными и физиологическими изменениями в подростковом возрасте, которые становятся причиной специфических эмоциональных переживаний, типом нервной системы, характером взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, типом родительского воспитания и личностными особенностями подростка, данные факторы оказывают влияние как на мальчиков, так и на девочек, могут наслаиваться и формировать высокий уровень тревожности в подростковом возрасте.

В группе однозначно необходима психолого-педагогическая работа, предполагающая консультирование, воспитательные мероприятия, работу с семьей, индивидуальную и групповую работу с обследованными подростками.

Таким образом, гипотеза подтверждается лишь частично, различия присутствуют только в показателе агрессии у мальчиков и девочек подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению.

В данной главе была выявлена специфика эмоциональных состояний подростков, склонных к аддиктивному поведению, полученные результаты были проанализированы. В исследовании использовались такие методики как склонность к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел и тест школьной тревожности Б.Н. Филлипса.

Анализ полученных результатов показал, что агрессивное поведение более свойственно мальчикам, нежели девочкам подросткового возраста, тогда как значимых различий в тревожности обнаружено не было.

По t-критерию Стьюдента выявлена обратная взаимосвязь между полом и агрессией, тем временем между полом и тревожностью взаимосвязь отсутствует. В связи с этим гипотеза подтверждается частично, различия у мальчиков и девочек подросткового возраста выявлены только в таком показателе как агрессия.

Были разработаны следующие методические рекомендации для родителей подростков с аддиктивным поведением:

- создать безопасную среду для подростка и выстроить теплые и доверительные отношения с ним. Поощрять ребенка за его хорошие качества, успехи и стремления. Принимать ребенка, его взгляды, увлечения (не критиковать, не осуждать). Дать возможность проявлять себя таким, какой он есть, позволять испытывать ему любые эмоции: принимать их, без осуждения и запретов. Оказывать эмоциональную поддержку, когда она необходима;

- путем диалога с ребенком выявлять мотивы его поступков. Таким образом, можно понизить импульсивные действия подростка, так как это дает возможность ему научиться осознанному поведению;

- оказывать поддержку подростку в различных жизненных ситуациях, это помогает пережить ему разные тяжелые чувства, что поможет ребенку научиться, конструктивным образом, справляться с жизненными трудностями;

- стоит оградить ребенка от участия в конфликтах взрослых близких людей, так как это оказывает неблагоприятное воздействие на него. Так как часто подростки могут пытаться избавиться от накопившегося напряжения и боли посредством деструктивных действий.

## Заключение

Данное исследование было реализовано на теоретическом и прикладном уровнях. Нами была изучена теоретическая литература по проблеме исследования, выявлена специфика эмоциональных состояний подростков, склонных к аддиктивному поведению, проанализированы полученные результаты, а также разработаны методические рекомендации для родителей подростков с аддиктивным поведением.

Эмоциональная сфера – одна из важнейших сфер личности, а эмоции и чувства отражают отношения личности к окружающему миру, происходящим событиям и во многом формируют индивидуальность. Эмоционально-чувственная сфера представляет собой одно из проявлений психической деятельности – особенности переживания личностью отношения к объектам и явлениям окружающего мира. Формирование эмоционально-чувственной сферы тесным образом взаимосвязано с познавательными процессами, соотносится с аспектами воли и всеми личностными образованиями.

Аддиктивное поведение предполагает сконцентрированность личности на определенном предмете, событии, энергии и отражает болезненную привязанность к данному объекту, событию, феномену. Обзор литературы, позволяет говорить о том, что аддиктивное поведение в своей наполненности содержит спектр когнитивно-поведенческих нарушений, обуславливающих деструктивное движение личности, ее деградацию и постепенную асоциализацию.

Характерными проявлениями подросткового возраста является амбивалентность и противоречивость психической жизни и эмоциональной сферы в частности, что проявляется в неожиданной смене настроений, аффектов, мотивов. Оптимизм вдруг трансформируется в пессимистическое видение ситуации, уверенность в себе сменяется стеснительностью, интерес сменяется апатией и равнодушием, стремление помогать другому –

переходит в эгоизм и наоборот. Обозначенное относится и к эмоционально-чувственной сфере. Специфика данного возраста определяется во многом тем, что в этот период остро проявляются не только отношения человека к окружающему миру и к другим людям, но и его отношения к себе. Постепенно для личности выстраивается дополнительный перечень значимых возрастных задач, в частности, личностное и профессиональное самоопределение, достижение общей социальной, активной, эмоциональной саморегуляции.

Подростковый возраст является сензитивным этапом для развития эмоциональной сферы, что обусловлено анатомо-физиологическими особенностями, спецификой социальной ситуации развития, сменой мотивов деятельности и другим. В целом, в этом возрасте отмечается высокая общая тревожность, эмоциональная неустойчивость, гиперсензитивность к реакциям окружающего мира, нестабильность развития волевых процессов и саморегуляции. Эмоции на данном этапе играют чрезвычайно важную роль в поведении и деятельности. Подросток ярко демонстрирует свое субъективное психологическое состояние, что проявляется в форме непосредственных вегетативных реакций, эмоциональных проявлений и переживаний.

В эмпирической части исследования были обследованы элементы эмоциональной сферы мальчиков и девочек подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению, а именно тревожность и агрессия. В исследовании использовались такие методики как склонность к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел и тест школьной тревожности Б.Н. Филлипса. Анализ результатов показал наличие различий у мальчиков и девочек подросткового возраста в показателях агрессии, тогда как тревожность не зависит от пола. Мальчики более склонны к проявлению агрессии, нежели девочки. Таким образом, гипотеза о том, что у мальчиков и девочек подросткового возраста, склонных к аддиктивному поведению имеются различия в таких показателях как агрессия и тревожность, подтверждается лишь частично.

Учитывая сложности переходного возраста, к которому относится подростковый возраст, который требует усиленного внимания необходимо:

- ознакомить родителей подростков и самих подростков со всеми психологическими особенностями этого возраста – с анатомо-физиологическими изменениями организма, социальными изменениями позиции подростка, психологическими изменениями – чувство взрослости, самооценка, уровень притязаний подростков, изменения отношений к взрослому, снижение отношения к учебе, переориентация в выборе друзей;

- консультирование родителей подростков по вопросам их воспитания, обращения и взаимодействия;

- осуществление психодиагностики и наблюдения за подростками, отслеживание их эмоционального состояния, уровня самооценки, способов взаимодействия со сверстниками, ощущения от нахождения в социуме и так далее;

- проведение профилактической и коррекционной работы с подростками: снижение уровня общей тревожности в индивидуальном консультировании, в групповой работе, посредством работы с семьей, если это возможно при включении подростка в безопасное социальное пространство, снижение эмоционального и когнитивного ощущения одиночества, гиперуникальности, депрессии, жалости к себе и гиперчувствительности.

## Список используемой литературы

1. Анохин П. К. // Психология эмоций: хрестоматия / авт.-сост. Витис Вилюнас. – Санкт-Петербург: Питер, 2004. – 275 с.
2. Божович Е. Д. Психологические особенности развития личности подростка. М.: Знание, 1979. 37 с.
3. Бюлер Ш. Что такое пубертатный период // Психология подростка: хрестоматия / сост. Ю. И. Фролов. М.: Российское педагогическое агентство, 1997. С. 9-19.
4. Волков Б. С. Психология юности и молодости. М.: Академический проспект, 2006. 255 с.
5. Выготский Л. С. Педология подростка. Психологическое и социальное развитие ребенка - Санкт-Петербург: Питер, 2021. - 221 с
6. Гулдинг М., Гулдинг Р. Психотерапия нового решения. Теория и практика. - М.: Независимая фирма «Класс», 1997. - 288 с.
7. Даулинг С. (ред.) Психология и лечение зависимого поведения. - Пер. с англ. Р. Р. Муртазина под редакцией А. Ф. Ускова. М.: Класс, 2000. - 240 с.
8. Дарвин Ч. О выражении эмоций у человека и животных. – Санкт-Петербург: Питер, 2001. – 365 с.
9. Джемс У. Психология / Под ред. Л. А. Петровской. – М.: Педагогика, 1991. –368 с.
10. Зоткин Н. В, Серебрякова М. Е. Общая психология. Психология мотивации и эмоций: учебно-методический комплекс для специальности 030301.65 Психология – Самара: Изд-во «Универс групп», 2007. – 196 с.
11. Изард К. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2013. –733с.
12. Клапаред Э. Чувства и эмоции. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 288с.

13. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В., Шпикс Т.А. Психодинамические механизмы аддикций в постсовременной культуре – Монография. – Saarbrucken: Lambert Academic Publishing, 2011. – 188 с.
14. Кравченко Ю. Е. Психология эмоции. Классические и современные теории и исследования: учебное пособие – М.: Форум, 2019 – 544 с.
15. Лазарус Р. С. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс. - Л.: ЛГУ, 1970. - 288с.
16. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Психология» / под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. - 5-е изд., стер. – М.: Смысл: Academia, 2010. – 509 с.
17. Менделевич В. Д. Психология зависимой личности, или подросток в окружении соблазнов - Йошкар-Ола: Марев, 2002. - 240 с.
18. Млодик И. Ю. Метаморфозы родительской любви или как воспитывать, но не калечить – М.: Генезис, 2018. – 160 с.
19. Плоткин Ф. Б. Алекситимия: общая концепция, роль в формировании и поддержании аддикции, подходы к психотерапии//Теория и Практика Психотерапии. – 2015, №9, С. 40-53.
20. Польская Н. А. Феноменология и функции самоповреждающего поведения при нормативном и нарушенном психическом развитии. – дисс. доктора психол. наук, М., 2017 – 142 с.
21. Реан А. А. Психология человека от рождения до смерти. Под редакцией А. А. Реан. СПб.: Прайм-Еврознак, 2012 - 678 с.
22. Рубинштейн С. Л, Основы общей психологии: Питер, 2012. – 705 с.
23. Симонов П. В. Что такое эмоция? – Москва: Наука, 1966 – 94 с.
24. Сэбшин Э. Психоаналитические исследования аддиктивного поведения: обзор / Под ред. С. Даулинга. М.: Класс, 2002. – 239 с.
25. Фрейд З. Психика: структура и функционирование / – М.: Академический Проект, 2007. – 230 с.

26. Худяков А. В. Распространенность аддиктивного поведения подростков и его социально-психологические основы: Сб. науч. тр. М. Орел, 1994. №4 – С.101-103.
27. Шехтер С., Сингер Дж. Когнитивные, социальные и физиологические детерминанты эмоционального состояния // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. М.: ЧеРо, 2002. – 480 с.
28. Шпрангер, Э. Психология юношеского возраста / Педология юности/ М. - Л.: Литература, 1979. – 193 с.
29. Шустов Д. И, Тучина О. Д. Психотерапия алкогольной зависимости: руководство для врачей / – Санкт-Петербург: СпецЛит, 2016. – 415 с.;
30. Brown R. Some contributions of the study of gambling to the study of other addictions // Gam-bling Behavior and Problem Gambling / W. R. Eadingtone, J. A. Cornclius (Eds). Reno: University of Nevada Press, 1993. Pp. 241–272.
31. Griffiths M. D. Behavioural addiction: an issue for everybody? // Journal of Workplace Learning. 1996. Vol. 8. No. 3. Pp. 19–25.